



COMPARTIENDO DESDE DETRÁS DE LOS MUROS

Oficina de Servicios Generales de A.A., Box 459, Grand Central Station, New York, NY 10163

Invierno 2021

Estimados amigos de A.A.:

Vamos a empezar nuestra reunión con un momento de silencio, seguido del Preámbulo de A.A.

“Alcohólicos Anónimos es una comunidad de personas que comparten su mutua experiencia, fortaleza y esperanza para resolver su problema común y ayudar a otros a recuperarse del alcoholismo.

“El único requisito para ser miembro de A.A. es el deseo de dejar la bebida. Para ser miembro de A.A. no se pagan derechos de admisión ni cuotas; nos mantenemos con nuestras propias contribuciones. A.A. no está afiliada a ninguna secta, religión, partido político, organización o institución alguna; no desea intervenir en controversias; no respalda ni se opone a ninguna causa. Nuestro objetivo primordial es mantenernos sobrios y ayudar a otros alcohólicos a alcanzar el estado de sobriedad”. *

Ayudar a otros es lo que más me ayuda

“Hola, mi nombre es Christopher y les escribo esta carta para describir lo que la bebida representó para mí. El alcoholismo fue un golpe devastador en mi vida. Me controlaba de verdad y yo pensaba que me iba a matar. Beber me hizo perder cosas como mi casa, autos, relaciones, amistades y, por supuesto, mi libertad. Beber me hizo ser una porquería egoísta e irresponsable. Fue de mal en peor, hasta que terminé aquí hace ya casi una década. Entré a AA hace unos 12 años cuando estaba fuera, pero nunca lo tomé en serio. Iba a las reuniones, pero no hacía el esfuerzo. Para mí era más que nada un evento social. Hoy AA es muy diferente para mí. Estoy haciendo el esfuerzo; hago los Pasos. Ayudo a otros y eso es lo que más me ayuda. Espero recibir su respuesta”. — Christopher M., región del Sudoeste

“Me alegra que haya gente que se preocupe por otras personas. Dios los bendiga a ustedes y a su organización por ayudar a la gente. Eso es lo que quiero hacer yo. He estado en la cárcel por 24 años y finalmente tengo la oportunidad de ser libre. Bebía mucho cuando era joven, desde los 13 a los 28, hasta que fui a la cárcel. Yo pensaba que era una buena persona, pero una noche me convertí en un monstruo. No le echo la culpa de mis acciones al alcoholismo, pero la bebida era

el problema de mi vida. Ahora sé que el alcohol y las drogas no son una buena combinación cuando uno está enojado y triste. He estado limpio y sobrio por 24 años, pero nunca se sabe cuándo cambiarán las circunstancias. Estar limpio es genial. Sé que no puedo curar mi dolor, pero me encantaría ayudar a otros. Tengo que mantenerme limpio y contar mi historia, muy devastadora para otras personas. Voy a ver a la junta de libertad condicional en octubre de 2021 y me gustaría mostrarles que estoy comprometido con mantenerme limpio y sobrio y ayudar a otros”. — Franklin W., región del Sudeste

“Mi nombre es John y estoy bajo custodia en Canadá. ¿Cómo están? Espero que se estén sintiendo bien. Por mi parte, estoy bien. En la actualidad, estoy cumpliendo una sentencia de cadena perpetua y he estado en prisión durante 30 años. Soy parte del grupo de AA del centro penitenciario y he estado sobrio por 26 años. Tenemos muchos miembros en nuestro grupo; nos reunimos todos los martes a las 6 de la tarde. Soy el que prepara el café para el grupo; disfruto mucho hacerlo. Me gustaría tener mi propio Libro Grande porque me tomo mi sobriedad en serio”. — John P., Este de Canadá

“Hoy AA es muy diferente para mí. Estoy haciendo el esfuerzo; hago los Pasos. Ayudo a otros y eso es lo que más me ayuda”.

Un programa maravilloso

“Hola, me llamo Ryan y soy de Bend, Oregón. El motivo por el que escribo esta carta es decirles que finalmente estoy derribando el estigma de AA aquí en la cárcel. Hasta ahora, tuve muchas dificultades para atraer gente al programa y las promesas que propone. Me alegra decir que mis reuniones están empezando a afianzarse y más internos se preguntan ‘¿Qué están haciendo estos tipos?’ y se acercan a la mesa. Como saben, por las restricciones del Covid-19 la situación es difícil y solo tenemos visitas por video. Diría que tuvimos dos reuniones en total por mes con gente de afuera durante los últimos nueve meses que estuve aquí. Estoy agradecido por las personas que pudieron prestar servicio y entrar. Alguien incluso

envió una suscripción paga al Grapevine. Me encanta la experiencia, fortaleza y esperanza compartida por los miembros en las visitas por video. Gracias por su servicio, desde el fondo de mi corazón y el de mi familia. Es un programa maravilloso. Nuestros espíritus brillan desde la Costa Oeste hasta a la Costa Este". — **Ryan S., región del Pacífico**

"Estaba solo y era el único herido. Creo que para la mayoría de las personas este sería un punto de inflexión, tocar fondo, el momento en el que reevalúan su relación con el alcohol. Para mí, ese fue solo el comienzo. Cometí cuatro delitos más por manejar en estado de ebriedad, tuve más encontronazos con la ley y relaciones fallidas en cuatro estados diferentes. Creo que fui un ejemplo perfecto de que 'no importa a dónde vayas, ahí

"Siempre me convencía a mí mismo de que cambiar de lugar sin dudas iba a ser el camino a la felicidad, un nuevo comienzo. Lamentablemente, nunca fue la solución".

estás tú'. No importaba a dónde fuera, mi alcoholismo me seguía. Siempre me convencía a mí mismo de que cambiar de lugar sin dudas iba a ser el camino a la felicidad, un nuevo comienzo. Lamentablemente, nunca fue la solución. Cuando era joven, mi padre me había dicho que el alcoholismo corría por nuestras venas y que debía ser muy cuidadoso con la bebida. Mi papá acaba de celebrar 30 años de sobriedad. Yo no iba a ser como él. Yo no iba a tener que ir a esas reuniones toda mi vida. Yo era diferente. Si miro 20 años en retrospectiva, la única diferencia entre nosotros dos es que él no acabó en prisión; él se entregó a un Poder Superior. Todavía lo hace un día a la vez. Yo solía creer que mi papá era un hipócrita, que me intentaba alertar sobre lo que pasaría, las señales de peligro que veía. Ahora lo admiro por su determinación a mantenerse sobrio, a pesar de haberme visto elegir el camino que seguí y sabiendo muy bien cuál sería el resultado. En una época consideraba que asistir a las reuniones era una tarea aburrida, pero ahora que estoy encerrado durante una pandemia, me gustaría poder ir a la reunión. Daría lo que fuera por reunirme con otros compañeros. Todavía tengo mi Libro Grande y puedo usar el teléfono. Estoy agradecido por este programa. Tengo un grupo base en Astoria, Oregón, que tiene miembros que me quisieron cuando yo no me podía querer a mí mismo. Todavía mantengo un contacto frecuente con ellos. Espero con ansias el día en el que pueda ir a la reunión de las 7 de la mañana del 'grupo Sunny Side'. Espero poder transmitir algo para ayudar a alguien a no llegar al punto en el que me encuentro en este momento". — **Bradley M., región del Pacífico**

Necesito ayuda de otro alcohólico

"Estaba leyendo el Grapevine y encontré información que nunca había visto ni oído. Me sorprendió enterarme de que hay

padrinos fuera de los muros disponibles para nosotros los que estamos en prisión. Esto es algo bueno para mí. Necesito un padrino que me ayude y me guíe en la sobriedad. Estoy en AA en la cárcel y tengo planificado seguir el programa durante el tiempo que esté aquí mediante nuestras reuniones de AA. Aprendí muchas cosas gracias a las perspectivas de otros miembros en nuestras conversaciones y me abrí para compartir mis problemas con otros compañeros. Me reconozco más a través de los problemas de los otros miembros. Entiendo que todos tenemos una adicción y que es por eso que estamos aquí: para recibir ayuda. Por favor, escribanme y envíenme información o folletos sobre el Servicio de Correspondencia de Correccionales. Les agradezco mucho por su tiempo". — **John X., región del Sudoeste**

"Hola, mi nombre es Billie. Soy una nativa americana de 33 años y soy alcohólica. En la actualidad estoy cumpliendo una condena de nueve años en un centro correccional de Arizona. Quiero practicar los Pasos y aprender cómo usar las herramientas que este programa brinda. Sinceramente, estoy en un punto de mi vida en el que me siento muy abrumada y perdida. Quiero entregarme y permitirle a Dios entrar, pero no estoy segura de cómo hacer eso del todo. Sé que otro alcohólico o alcohólica podría tener experiencia sobre cómo hacerlo. En principio, lo único que tengo es a mi familia, los hijos que dejé, el proceso de apelación y mis obligaciones. Estuve intentando construir mi relación con Dios, pero parece que estoy hablando conmigo misma. Estoy trabajando en eso con mi Poder Superior, pero creo que intercambiar cartas con otro miembro de AA que esté fuera podría ayudarme con el proceso". — **Billie G., región del Pacífico**

"Les escribo desde un centro correccional de Connecticut. Mi nombre es Lawrence y voy a estar en la cárcel durante unos cinco años. Mi encarcelación está relacionada con el alcohol y las noches en el bar que llevaron a que me arrestaran. Les cuento un poco sobre mí: me críe en dos pequeños pueblos de Connecticut. Mis padres eran artistas que apenas llegaban a fin de mes. Siempre volvía a casa, al estudio de mi padre; era un lugar mágico. Algo que las artes traen aparejado es la gente a la que le gusta estar de fiesta. Así que crecí en un entorno en el que ese estilo de vida era aceptable y eso me metió en grandes problemas. Pasé mucho tiempo en la ciudad. Sería genial intercambiar cartas con alguien de la zona de Nueva York o Connecticut. En este momento, no hay grupos en este centro por el Covid-19. Por favor, me encantaría recibir literatura y tener a alguien a quien escribirle. — **Lawrence L., región del Nordeste**

"Me llamo Matthew y mi historia comienza aquí en la cárcel. Estoy aquí hace ya un tiempo. Durante el tiempo que he pasado en la cárcel, me di cuenta de mi nuevo ser. Sé a ciencia cierta que me puedo mantener firme en la vida que me armé en los últimos dos años. Ahora tengo 41 años y hay muchas cosas buenas dentro de mí. Estoy lleno de energía y buen humor.

Quiero hacer algo por mi familia, mi entorno y mi autoestima. Soy solo un tipo normal que realmente ama y extraña a su familia. Sé que soy un alcohólico y un adicto que se dejó llevar por la vida cotidiana. Estoy trabajando en muchos aspectos este último tiempo. Mi adicción se llevó mi pierna izquierda y mi libertad (no sé por cuánto tiempo). Hoy estoy intentando vivir la vida sobrio y como discapacitado. No tomé las mejores decisiones desde este accidente, y ahora lo lamento y estoy en la cárcel. Necesito ayuda". — **Matthew L., región del Este Central**

"Actualmente estoy preso en un centro que no tiene ningún tipo de servicio de AA ni NA. Soy alcohólico y adicto desde los 13 años y ahora tengo 30 años y llevo uno de estar limpio y sereno. En este momento estoy encerrado por una mala decisión. Yo creía que no había recaído; creo que tuve una recaída mental porque me permití ser autocomplaciente. Por motivos que aún desconozco, decidí robar algo de una tienda y me atraparon. Estoy muy agradecido por haberme mantenido limpio en todo este proceso. Cumplí un año sobrio y me parece increíble. Cuando me liberen, voy a volver a casa, en un pequeño pueblo de West Virginia. La última vez que estuve en West Virginia, no había ningún grupo de AA ni NA. He estado estudiando el Libro Grande para practicar los principios de AA en todos mis asuntos cotidianos. Tengo mucha esperanza de poder volver a casa y comenzar un grupo de AA o NA e intentar difundir el mensaje de recuperación en el pequeño pueblo en el que me crié. Intento mantener mis oídos y ojos abiertos para practicar los Doce Pasos. Hasta ese entonces, este método de autoayuda me permite mantenerme con buen ánimo (en un lugar conocido por destruirlo). Esto me ayudará a estar mejor preparado para ayudar al siguiente alcohólico que esté sufriendo (como yo hace 12 meses). Espero recibir su respuesta pronto". — **Christian L., región del Sudeste**

"Aprendí muchas cosas gracias a las perspectivas de otros miembros en nuestras conversaciones y me abrí para compartir mis problemas con otros compañeros. Me reconozco más a través de los problemas de los otros miembros."

"Mi nombre es Timothy. Soy un floridano de 39 años y actualmente estoy bajo custodia por un delito no violento. He estado en 'las salas' de recuperación durante años, dentro y fuera de la cárcel. Mi aniversario de sobriedad es el 12 de febrero de 2021. No quiero beber ni consumir drogas nunca más. Van a liberarme en agosto de 2022. El próximo año tengo planeado comenzar una nueva vida en Carolina del Sur, cerca de mi madre y mis familiares. Me intimida dejar atrás mi ciudad, Miami, a todos mis viejos amigos y hábitos. Sé que mi

sobriedad es lo más importante de mi vida. Agradezco cualquier consejo en este camino". — **Timothy G., región del Sudeste**

Una oportunidad de vivir una vida productiva

"Leí el libro *Doce Pasos y Doce Tradiciones* entero y me encanta. En mi opinión, *Doce Pasos y Doce Tradiciones* de AA World Services es uno de los mejores libros de la historia. Mi parte favorita es: 'Que cada uno de nosotros, con cada día que pase de nuestra vida, llegue a sentir más profundamente el significado esencial de la sencilla oración de AA: Dios, concédenos la serenidad para aceptar las cosas que no podemos cambiar, el valor para cambiar aquellas que podemos y la sabiduría para reconocer la diferencia'. Gracias por su tiempo y espero poner en práctica estos principios en el mundo real y en todos mis asuntos". — **José G., región del Sudoeste**

"Le escribo esta carta a su organización porque creo que de verdad toqué fondo por mi estilo de vida de alcohólico activo durante 20 años. Mi capacidad, o la falta de ella, para lidiar con la enfermedad obviamente no está funcionando y así terminé donde estoy, en la cárcel. Por suerte, pude conseguir una copia del Libro Grande y encontré su dirección en la parte de atrás, donde decía que sin importar cuán aislado estuviera, estaba invitado a mantener una correspondencia que me ayudaría a mantener mi sobriedad. Entré y salí de centros de rehabilitación y hospitales durante unos 13 años, todo ese tiempo siempre fuera del programa de AA. Nunca fui más allá del Paso Tres, que consiste en entregar mi voluntad y mi vida al cuidado del Dios. Pensé que había alguna forma de hacerlo yo mismo, pero estaba equivocado. Durante todo 2021 entré y salí de hospitales por tener convulsiones y pasé tres semanas en terapia intensiva. No recuerdo nada de eso ni de las primeras dos semanas en la cárcel. Estoy aquí desde el 23 de junio de 2021 y mi próxima cita ante la corte es recién el 25 de octubre. Llevo dos meses sobrio y, si me liberan en octubre, cumpliría los cuatro meses de sobriedad. Estoy harto de estar harto; ya me cansé de todo el daño y la desconfianza que generé en mi familia, a mis seres queridos y a mí mismo. No hay un grupo de AA en este centro por el Covid-19. El día que salga en libertad voy a tener la opción de caminar en una dirección, para ir a una reunión, o en otra, para ir a la tienda. Quiero tener la fortaleza y fuerza de voluntad para ir directo a la reunión y continuar en ese camino por el resto de mi vida. Una persona que recién llegó a la cárcel se me acercó mientras escribía esta carta. Luego de verme con el Libro Grande, decidió decirme que ha sido amigo del Dr. Bob y Bill W. durante los últimos 30 años. Me dijo que también me reconocía de algunas reuniones del pasado. Dios sin dudas actúa de maneras misteriosas... Tengo 39 años y creo que todavía tengo la oportunidad de vivir una vida productiva y sobria de aquí en adelante". — **Tim P., región del Sudeste**

"Me llamo Jorge y soy alcohólico. Quería agradecerle al coordinador de Correccionales de la OSG por enviarme el Libro

Grande. También tengo un padrino aquí en prisión, que solía ser miembro de AA afuera. Creo que también era coordinador. En fin, solo quería decir cuán agradecido estoy y gracias por toda la ayuda que me brindaron. También quería agradecer a mi Poder Superior. Estoy listo para enfrentar el mundo apenas termine de pagar por el daño que causé. Ahora sé que puedo seguir en el camino con la ayuda de los grupos y mi Poder Superior, un día a la vez. Quiero ayudar a otras personas que tienen mi enfermedad. El alcohol es la peor droga que existe. Estoy contento de estar vivo y quiero compartir el mensaje con otras personas como yo". — Jorge G., región del Sudoeste

Servicio de Correspondencia de Correccionales

Este servicio se dirige a los alcohólicos encarcelados a quienes les queda por lo menos seis meses de condena. Emparejamos al azar un A.A. encarcelado con uno libre de otra región. Los hombres les escriben a los hombres y las mujeres a las mujeres. No proporcionamos cartas de referencia

a juntas de libertad condicional, abogados o funcionarios judiciales. No nombramos padrinos. Sin embargo, una vez que tú te pongas en contacto con nosotros, un miembro de A.A. de afuera puede que esté dispuesto a apadrinarte. Si te interesa compartir tus experiencias en cuanto a la sobriedad y los problemas con la bebida, escríbenos y pide un formulario. Apreciamos tu paciencia.

Contacto antes de la salida en libertad

Este servicio se dirige a los alcohólicos encarcelados que van a salir en libertad en un plazo de tres a seis meses. No asignamos padrinos. Sin embargo, una vez hayas pasado de A.A. en prisión a A.A. "afuera", puede haber alguien dispuesto a apadrinarte. Tratamos de conseguir a alguien en A.A. en tu comunidad que te escriba temporalmente justo antes de que te pongan en libertad. Puedes pedir un formulario o escribirnos pasándonos la información de la fecha de tu puesta en libertad y tu destino (dirección, ciudad, estado, número telefónico).