



# COMPARTIENDO DESDE DETRÁS DE LOS MUROS

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

Invierno 2022

Estimados amigos de AA:

Comencemos nuestra reunión con un minuto de silencio, seguido del Preámbulo de AA:

**A**lcohólicos 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 AA es el deseo de dejar la bebida. Para ser miembro de AA no se pagan derechos de admisión ni cuotas; nos mantenemos con nuestras propias contribuciones. AA 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".\*

## Nota de la editora

"Quería tomarme un momento para agradecer a todos los miembros que nos escriben a la Oficina de Servicios Generales de Alcohólicos Anónimos de los Estados Unidos y Canadá. Sus cartas han reacomodado espiritualmente a esta alcohólica y lo continúan haciendo todos los días. Estamos muy agradecidos con ustedes por dejarnos compartir sus historias personales con otras personas por medio de este boletín. Han tocado muchas vidas. Si hay otras personas que quieren compartir su historia de recuperación en lo que respecta al alcoholismo, para incluirla en un boletín futuro, por favor, escribannos a Oficina de Servicios Generales, PO Box 459, Grand Central Station, New York NY, 10163. Todos aquí en la OSG les deseamos a todos lo mejor en su proceso de recuperación, un día a la vez". — Eileen A., coordinadora de Correccionales

## Alcohólicos Anónimos – Qué gran Comunidad

"Soy coordinador de un grupo de AA institucional. Estoy aquí hace ya 12 años, pero logré mi sobriedad hace 7 años y medio. Les escribo para relatar una experiencia positiva de julio de 2019. Solicité y recibí un pase con escolta para asistir a una reunión de AA cada viernes por la noche en la comunidad. Voy hace ya unos 18 meses. Es muy bueno ver y sentir cómo funciona una reunión del mundo real comparada con una de "adentro"; por un lado, la participación es mayor y más genuina y, lo más importante, se nos

*\*Derechos de autor del AA Grapevine; reimpresso con autorización.*

acepta por completo, sin juzgar, lo cual es una bocanada de aire fresco. ¡Sin dudas es bueno sentirse normal un par de horas a la semana! En agosto, pedí y recibí permiso para que se me acompañara a la reunión de comité de distrito. Aparentemente, fui la primera persona presa en asistir a una reunión de comité en este distrito. Conté mi historia durante dos minutos (obtener el permiso para que me escoltaran llevó más o menos un año de persistencia) y di un informe sobre el estado de nuestro grupo institucional, en el que expliqué que era algo muy difícil para muchos de nuestros miembros de adentro contribuir \$2.00 al grupo cuando el salario promedio en la cárcel es de unos \$3.00 por día. Me recibieron bien, con calidez y motivación. Lo que me llevó es que había una calidez y apoyo auténticos de muchos de los presentes, por no decir todos. Imagínense esto: un asesino condenado y un policía jubilado se dan la mano y se desean lo mejor. ¡Sí, eso sucedió! Solo en una comunidad como AA podría

---

*"El servicio mantiene nuestra sobriedad.  
Así que métanse de lleno y sigan participando".*

---

pasar esto. Me hizo sentir bien y me dio más esperanza, y ese es el motivo por el que les escribo. El servicio mantiene nuestra sobriedad. Así que métanse de lleno y sigan participando". — Stuart F., región del Este de Canadá

"Hola, mi nombre es Nicole B. Comencé a asistir a talleres en nuestro centro unos meses atrás y estamos más o menos por la mitad de los Doce Pasos y me encantaron. Cuando comencé, tenía dudas porque no sentía que tuviera un problema con el alcohol; no bebía seguido y casi nunca bebía en exceso. Sin embargo, sí bebía ocasionalmente y solía hacerlo para sentirme más integrada con grupos de personas. Ahora me doy cuenta de que hasta eso es un problema cuando del alcohol se trata. Este taller me hizo dar cuenta de que no importan las circunstancias en las que se use el alcohol, de todos modos puede ser peligroso y tener graves consecuencias. Choqué un auto en 2018 y eso me llevó a estar en prisión hoy. Conduje luego de haber bebido y embestí otro vehículo. Herí a un hombre y, unas semanas después del choque, murió. Ahora estoy en prisión por homicidio culposo bajo los efectos del alcohol. No he tocado otra bebida alcohólica desde esa noche y la decisión que tomé de dejar de beber fue obvia

luego de la tragedia que causé. Quería darle una oportunidad a AA porque había escuchado cosas buenas y era una de las únicas fuentes de información relacionadas con el alcohol que se ofrecían en esta prisión. Me alegra tanto haberlo hecho. Esta es la primera vez que estoy en prisión y quiero que sea la última. Mi compañera bajo custodia (también la coordinadora del taller) me dijo que

---

*“No importan las circunstancias en las que se use el alcohol, de todos modos puede ser peligroso y tener graves consecuencias”.*

---

hablar con otras personas de AA de todo el país la había ayudado mucho y nos alentó a comunicarnos y hacer lo mismo. Este taller me ha ayudado mucho porque me puso junto a otras personas que están enfrentando cosas similares en la vida. Les escribo con la esperanza de poder hablar con otros miembros de AA que quizás tengan una historia como la mía. Gracias por tomarse el tiempo de leer mi carta”. — Nicole B., región del Sudoeste

“Estoy agradecido por haber encontrado el camino a la sobriedad. Gracias a la persona que me ha ayudado a ver las cosas de una manera distinta. No quiero mencionar su nombre porque quiero respetar su anonimato. Solo puedo decir que es de Coachella, California. Con la ayuda de esta persona y el programa de recuperación de AA, he podido mantenerme sobrio detrás de los muros. Comencé a beber cuando tenía diez años y recuerdo que, desde ese entonces, el alcohol me trajo solo cosas malas. El alcohol no solo me afectó negativamente en lo personal, sino que también afectó a aquellas personas cercanas que son a quienes más amo: mi esposa e hijos. El daño emocional es la parte más difícil, intentar pasar por la recuperación solo, sin pedir ayuda. Es por eso que les comparto mi historia. No tenemos un programa de recuperación suficientemente grande en este centro. Mi amigo me recomendó que le escribiera a la OSG y pidiera ayuda. Gracias por tomarse el tiempo de leer mi carta y permitirme compartir mi historia desde detrás de los muros”. — José G., región del Pacífico

“Era un alcohólico de 22 años que intentaba ahogar sus sentimientos de dolor con la bebida. Solía ser una persona funcional, tenía mi propia empresa de instalación y reparación de techos y tenía todas mis necesidades físicas satisfechas. Hoy en día, soy un alcohólico que tiene 25 años de sobriedad, estudiante universitario, preso modelo y trabajo por mi libertad. Mi plan, luego de la libertad bajo palabra, es tener una segunda oportunidad para ser un ciudadano productivo, vivir una vida tranquila con mi esposa, mis hijos y mis nietos. He obtenido múltiples títulos educativos y asisto a las reuniones de AA regularmente y trabajo a tiempo completo. Estoy listo para devolverle algo a mi comunidad”. — Jeffrey M., región del Pacífico

## Compartir y aprender que no estamos solos

“La última vez que bebí fue hace nueve años durante mi última estadía en la unidad de aislamiento. Todos estos años de sobriedad han sido fáciles. Pero, hace poco, estuve expuesto a un desinfectante de manos que tenía alcohol. Su aroma fue y sigue siendo un disparador. ¡Me gusta ese aroma! Esa noche en mi celda, le pedí con humildad a Dios que hiciera que no me gustara ese aroma. Al día siguiente probé, pero todavía me gustaba. Así que entiendo que Dios iba a hacer algo distinto con mi debilidad. Por supuesto, la idea era compartirlo en el grupo. Por el COVID-19, no tenemos reuniones de AA. Sin embargo, estoy en el programa de certificación de mentores delincuentes y lo compartí con ellos. Reconocieron que tenían el mismo problema. Ahora quiero compartirlo con ustedes. Gracias”. — Fidel P., región del Pacífico

## Solo sigue intentándolo

“Soy una mujer de 34 años. Estoy sobria, encontré mi ser espiritual y conocí a tres mujeres que traen a mi vida una reunión de AA todos los martes. Estoy muy segura de que no han terminado de ayudar con lo demás. Permítanme contarles sobre mis experiencias en AA. La primera vez que probé este programa, era una de esas personas que pensaban que era una iglesia para borrachos. No creía en Dios ni en nada más y pensaba que, como muchas otras personas de mi vida, esta gente me iba a abandonar. Intenté el apadrinamiento y, no les voy a mentir, mi madrina era maravillosa, pero yo no estaba lista. La negación es un enorme problema y yo vivía no queriendo ver; la verdad es que mi ceguera era total. Me quedaba con algunas frases que decían los demás, pero, ni por asomo me acercaba a un Libro Grande.

---

*“A los que sean nuevos, les suplico que encuentren un grupo que los haga sentir en casa”.*

---

Luego de unas noches de beber descontroladamente, decidí irme de Luisiana a Florida. Bueno, ahora estoy en Misisipi. Esta vez debo enfrentar la realidad: soy alcohólica. He hecho todas las cosas que escuché que la gente contaba en las reuniones de AA. También comencé a escuchar a las otras mujeres y a Dios y empecé a ver muchas bendiciones. A los que sean nuevos, les suplico que encuentren un grupo que los haga sentir en casa. No importa cuánto tiempo les lleve, sigan yendo, incluso si no creen en eso. En algún momento, verán que estas personas los aman y ustedes no se rendirán siempre que lo sigan intentando. No se sientan sapos de otro pozo. Confíen en mí, la mayoría de ellos pasaron por lo que están pasando ustedes; vale la pena estar sobrios y es posible recuperarse. Practiquen este programa a su propio ritmo; no es necesario apurarse. No hay un día límite para terminar el programa. Nunca se rindan. Tan solo sigan intentando

y pidan ayuda cuando la necesiten, no importa el momento. La gente de AA ama devolver lo que recibieron; es lo que hacen. Bueno, gracias por escuchar mi historia". — **Brittney G., región del Sudeste**

### Gratitud por todo

"Estoy muy agradecido a AA y a todas las bendiciones que recibí al practicar los Doce Pasos y las Doce Tradiciones. Una vez más, Alcohólicos Anónimos me ha salvado y devuelto mi vida. Fui criado, principalmente, en las salas de reunión de AA en Thousand Oaks y San Fernando Valley en California. Mi última borrachera fue hace más de 20 años y fue un camino difícil. Hoy en día, es realmente un milagro tras otro. Estoy viendo en las pequeñas cosas, día a día, que Dios está haciendo por mí lo que yo no puedo hacer por mí mismo. Hoy fue un día complicado por mi comportamiento, pero al menos lo puedo reconocer. Hoy rezo y solo sigo la voluntad de Dios y evito ser un obstáculo en mi propio camino. Gracias, Dios, por todas las cosas que parecen ser buenas en mi vida y también por todas las que parecen ser malas. Gracias por todo lo que me has dado y todo lo que he perdido porque todo ha sido necesario para mi crecimiento espiritual. ¡Qué Dios los bendiga y siempre recen! ¡Amén! — **Joey F., región del Pacífico**

"Querida AA: Quería decir gracias por tu respuesta a mi última carta. Recibí una copia del Libro Grande de AA el dos de octubre y luego recibí la carta de bienvenida el tres de octubre. Estoy seguro de que tú, como organización, recibes muchas cartas todo el tiempo de personas presas de todos los Estados Unidos. Solo quería tomarme el tiempo para agradecerte por haber dedicado un momento a leer mi carta y luego enviarme justo lo que había pedido. Me he estado tomando el programa en serio desde que estoy preso. Luego de asistir a varias reuniones por semana, me estoy tomando todo seriamente por primera vez en mi vida. Me di cuenta de que debería haber hecho esto hace mucho, pero, tal como aprendemos en AA, muchos de nosotros no tocamos fondo hasta llegar a la cárcel, una institución o incluso la muerte. A pesar de lo mucho que me entristece haberme equivocado y terminar en prisión y estar lejos de mi prometida e hijos, estoy muy contento de tener la sobriedad suficiente para saber que el programa puede ayudarme a vivir un día a la vez en un estilo de vida sobrio. Estoy muy contento de que hayas respondido de parte de AA porque, a esta altura de mi vida, me hace saber que hay gente que cree en mí. Hay personas que quieren tomarse la recuperación en serio y no tienen problema en enviar herramientas útiles para que yo lo haga. Una vez más, muchas gracias por enviarme la carta y el Libro Grande de AA, me han alegrado el día. Saludos cordiales." — **Jay S., región del Pacífico**

"Querido Bill Wilson: Gracias por darme la valentía para ser sincero conmigo mismo y enfrentar lo feo que todavía guardo desde mi adolescencia. Mis mayores aspiraciones no eran más que sueños de éxitos materiales u obtener la admiración y aprobación

de la gente a mi alrededor. En el fondo, no podía siquiera ver cuán egoísta era realmente. No sabía nada sobre amar, perdonar, ser paciente, superar dificultades o ser generoso de verdad. No sabía nada de nada sobre lo espiritual. Estaba perdido por completo, confundido, a la deriva, cegado por el egoísmo y los objetivos banales, sin siquiera creer que una persona podía preocuparse en serio por otra. O aún peor, sin creer en un poder allá arriba, capaz de misericordia, compasión, gracia o comprensión, un poder que incluso tuviera un plan o una voluntad para mí como persona. Gracias, Bill Wilson, desde lo más profundo de mi corazón, por mostrarme que había una salida. Ahora he encontrado el perdón. Aunque esté en la cárcel, atrapado aquí mientras espero que se libere una cama en el centro de tratamiento; estoy enfermo, cansado, temeroso, solo y con dudas sobre cuándo me liberarán al centro de tratamiento. Al mismo tiempo, siento algo raro. Parece que ha ocurrido un milagro y no hay nada que me moleste o preocupe. Quizás acumulé algo más, algo impensado, tal vez se llama paciencia o quizás aceptación. Si bien mi conexión con un poder que está arriba se siente frágil y débil la mayor parte del tiempo, quizás él comience a librarme de todo el odio, la preocupación y el miedo que han nublado mi juicio todos estos años". — **Chad M., región del Sudoeste**

"Les escribo, primero y principal, para expresar mi mayor gratitud por contestar mi carta con la cálida y humilde respuesta a mis plegarias de que AA tiene un subcomité para que los miembros ayuden con la correspondencia de las personas que están presas. El apoyo, la comunidad y simple camaradería será muy apreciada. No solo por mí, sino por cualquier miembro que se haya dedicado con sinceridad a este programa maravilloso. ¡Gracias! ¡Gracias! En segundo lugar, recibí los ejemplares de la literatura de AA: el Libro Grande y *Reflexiones Diarias*, que comencé a leer (estoy por la mitad del Libro Grande) y reflexiono todos los días sobre los temas para pensar que esos mensajes diarios proponen. ¡Gracias! ¡Gracias!" — **David S., región del Pacífico**

### 'Encontrar' un Libro Grande

"Estoy en prisión por mi adicción al alcohol, junto con algunas causas penales que surgen de una lamentable situación de haber conducido borracho. Este mes cumpla 35 años. Mi primera reunión de AA fue cuando tenía 16 años y por supuesto que no escuché. Cuando tenía alrededor de 12 años, mi hermana, un primo, un amigo y yo comenzamos a fumar marihuana los fines de semana. Esto fue a mediados de los noventa y la vida era genial. El rock y el rap eran fantásticos cuando estábamos drogados y, antes de hacer cualquier cosa, primero nos drogábamos. A los 15 comencé a robarles *shots* de whisky a mi tío y mi papá cuando estaban trabajando. Al año siguiente bebía todos los fines de semana y hacía cosas locas. Filmábamos videos de nuestras fiestas y los veíamos a la mañana siguiente y nos reíamos para olvidar los dolores de cabeza. Luego, cuando tenía casi 18, mi mamá dejó a mi papá y me sentí abandonado, a pesar de que casi no estaba en casa. Nos íbamos de fiesta toda la noche durante

dos o tres días seguidos y luego nos sentíamos pésimo una semana. Luego, lo volvíamos a hacer otra vez. Hicimos que nuestras mentes y cuerpos pasaran por el infierno. Continuamos bebiendo, drogándonos y fumando por años. A los 25, en 2009, llevé conmigo a un amigo a una fiesta a beber cerveza y nos tomamos dos cajas. Me desperté mientras alguien me llevaba al auto y la cabeza me dolía tanto que me desmayaba, una y otra vez. El tipo había aplastado la parte derecha de mi cráneo y mi cara y los huesos se quebraron por completo. Mi ojo pendía únicamente del vástago de la córnea. Recuerdo el camino al hospital; me toqué la cabeza y estoy seguro de que me toqué el cerebro. Perdí la consciencia por completo; solamente por el dolor. Me desperté con los policías preguntándome qué había pasado. A la mañana siguiente, un cirujano me reconstruyó con titanio: la frente, la cuenca ocular, el área temporal, la bisagra de la mandíbula y el tabique nasal. Eso me costó solo \$500,000 en total. Me quedé con mi tía y mi tío, al que le había robado *shots* de whisky a los 15. Estuve 90 días en un hogar de transición local donde encontré AA por orden judicial. Me costaba mucho seguir con mi vida, preparar biberones y cosas como esas mientras seguía yendo a AA una vez al día. En 2016 gané el Premio Musical del Este de Texas a Artista de Rap del Año. Cuarenta y ocho horas después estaba camino a un centro de desintoxicación y perdí la tenencia de mi bebida que había luchado tanto por conservar. Descubrí una creencia religiosa y me sentía insatisfecho con hechos científicos, así que dejé de leer mi biblia y solo le rezo a un Dios que supe que era real. Unos días después encontré un Libro Grande de AA en la sala de día de la prisión. Así que escribí todo lo que recordaba de mi padrino y armé una estructura según la cual viviría otra vez. El Libro Grande es mi biblia. He tenido una gran experiencia espiritual que liberó mi mente y cuerpo. Me he perdonado por mis acciones. Estoy intentando armar un buen plan para mi liberación. Mis hijos están bien; Dios los puso en un buen hogar y hablo mucho con ellos. Pronto estaré preparándome para su adolescencia; ahora tienen seis y nueve años. El tiempo pasó volando y tengo que quedarme en este programa si quiero ser un buen padre". — **Levi D., región del Sudoeste**

"Mi nombre es Travis y soy alcohólico. No he dicho eso en unos cuatro años, sabes, y apenas lo escribí en el papel, comencé a llorar. Por si mi dirección y número de estado no lo delatan, estoy preso en Pensilvania. En este momento, estoy aislado. Para aquellos que no saben de qué se trata este aislamiento, es reclusión solitaria; 23 horas en tu celda y debes quedarte allí durante 45 días por haber tenido un análisis de orina positivo. Tengo literalmente solo un pedazo de papel y un sobre y, en lugar de escribirles a mi padre o a mi novia para que sepan que estoy bien, decidí escribirle a Alcohólicos Anónimos. Durante el último año y medio o dos, he estado bebiendo. Al principio no era todos los días, aunque hay alcohol en todas partes. Me refiero a bebidas

fermentadas de fruta, azúcar y pan. Es asqueroso, pero bueno, bebo para estar ebrio. Luego de un tiempo, comenzó a saber bien. Junto con otras formas de alcohol con las que he lidiado, mi vida ha estado cayendo en picada rápido. He estado escondiéndolo de mis seres queridos todo este tiempo y me mata cuando les digo lo bien que estoy. Estoy en la universidad aquí en la cárcel y esa es una de las cosas que mi padre quería que hiciera. Ahora podrían echarme porque quería emborracharme. Mi vida es un desastre y necesito ayuda. Tengo el Libro Grande en mi celda hace años y lo usaba solo como pisapapeles. Llegué al aislamiento el jueves 29 de septiembre de 2022. Traje el Libro Grande conmigo por primera vez en tres años. Me estaba desintoxicando y simplemente tomé el libro. Comencé a leer "Cómo funciona" y "Hay una solución" y cuando fui a la parte trasera para leer las historias de experiencia, fortaleza y esperanza, no había nada. Es un Libro Grande pequeño, de bolsillo, sabes. En lugar de historias, tenía la dirección principal de AA, así que decidí escribir, como he escuchado que debemos hacer. Había un tipo en un avión y le pidió una bebida a la azafata y, antes de que ella regresara, se metió la mano en el bolsillo y sacó su medalla. Eso le recordó cuán importante era su sobriedad. Ahora vean, estaba buscando las historias y, en su lugar, estaba la dirección de AA. Se suponía que me iban a liberar en abril de 2023, pero ahora eso ya no es posible. Tengo esperanzas de que sea en abril de 2024. Si hubiera seguido y hubiera ido a casa, me habría muerto. Así que este es un momento de lucidez". — **Travis D., región del Nordeste**

### **Servicio de Correspondencia de Correccionales (SCC)**

Este servicio es para los alcohólicos presos que tienen al menos seis meses más de condena por delante. Emparejamos de forma aleatoria a un AA de afuera de otra región, y los hombres les escriben a hombres y las mujeres, a otras mujeres. No brindamos cartas de referencia a juntas de libertad bajo palabra, abogados u oficiales de la corte. No asignamos padrinos ni madrinas; sin embargo, una vez hecho el contacto, un miembro de AA de afuera puede estar dispuesto a apadrinarte. Si tienes interés en compartir tus experiencias respecto de la sobriedad y problemas con el alcohol, por favor escríbenos y solicita un formulario. Agradecemos tu paciencia.

### **Contacto previo a la puesta en libertad**

Este servicio es para los alcohólicos presos que tienen una fecha de liberación programada dentro de tres a seis meses. No asignamos padrinos ni madrinas; sin embargo, una vez que hayas hecho la transición de ser un AA de "adentro" a un AA de "afuera", alguien quizás esté dispuesto a apadrinarte. Intentamos coordinar para que un AA de afuera de tu comunidad local te escriba justo antes de tu salida en libertad. Puedes solicitar un formulario o escribirnos y brindarnos tu fecha de salida y destino (dirección, ciudad, estado, número de teléfono).