



COMPARTIENDO DESDE DETRÁS DE LOS MUROS

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

Otño 2014

Queridos compañeros de A.A.:

Vamos a abrir nuestra reunión con un momento de silencio seguido por el Preámbulo de A.A.: “Alcohólicos Anónimos es una comunidad de hombres y mujeres 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 honorarios 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”.*

HAY UNA SOLUCIÓN

“A casi ninguno de nosotros le gustó el examen de conciencia, la nivelación del orgullo o la confesión de las faltas, que requiere este proceso para su consumación. Pero vimos que era efectivo en otros, y habíamos llegado a reconocer la inutilidad y la futilidad de la vida tal como la habíamos estado llevando. Por consiguiente, cuando se nos acercaron aquellos cuyo problema ya había sido resuelto, lo único que tuvimos que hacer fue tomar el simple juego de instrumentos espirituales que ponían en nuestras manos. Hemos descubierto un rincón del paraíso y hemos sido propulsados a una cuarta dimensión de la existencia con la que ni siquiera habíamos soñado”.

—*Alcohólicos Anónimos*, pág. 25

DE UN EXPRESIDIARIO

“Llevo tres años sobrio y en estos tres años he llegado a ser un fotógrafo de conciertos y artista gráfico autodidacta. Estoy actualmente en el proceso de patentar y registrar los derechos de un nuevo tipo de diseño fotográfico. Pasé 23 años entrando y saliendo de instituciones como preso y salí en libertad en 1996. A.A. y sus principios me salvaron la vida, porque sin A.A. nunca me habría mantenido alejado de la prisión, ni mucho menos podría haber esperado ser conocido por mis obras y tener el trabajo de mis sueños. Tengo una vida auténtica ahora y A.A. contribuía a mi salvación. Gracias. Encontré su folleto acerca de “Correspondencia de Correccionales” en una reunión y me pareció apropiado tratar de ayudar — y quizás escribir a alguien que tenga la posibilidad de salir algún día en libertad. He estado encarcelado en ocho instituciones y soy afortunado de estar vivo y conozco las dificultades por las que tienen que pasar estos hombres. No lo aprendí en una clase, aunque acabó siendo una especie de clase, supongo. He tenido éxito en la vida fuera de la prisión y puede que tenga algo que compartir que ayudará a alguien — espero que sea así”. — **Richard W., Región del Pacífico**

LAS REUNIONES DE A.A. — ‘UNA FUENTE DE FORTALEZA’

“Me llamo Lloyd y soy alcohólico. Mi vida fue consumida por el uso del alcohol. Estaba tratando de librarme de los dolorosos sentimien-

tos que tenía por haber sido abusado. Por mucho que bebiera no podía quitarme el dolor. Mi forma de beber era completamente descontrolada; intenté numerosas veces dejar de beber y nunca lo logré. Antes de estar encarcelado, en múltiples ocasiones había asistido a reuniones de A.A. desde la edad de 14 años. La prisión me abrió los ojos para darme cuenta de lo descontrolada que ha sido mi vida. Me siento agradecido por las reuniones que tenemos aquí. Son y han sido para mí una fuente de fortaleza. Mi vida hoy es mejor que nunca. He llegado a conocerme mucho mejor y ver las razones por las que acudía a la botella. Hay días en que tengo que afrontar dificultades pero me las he arreglado para superar cada dificultad sin tomarme un trago. Con la ayuda de mi Poder Superior he superado situaciones difícilísimas. Me da el poder para hacer un inventario personal y enfocarme en hacer los cambios necesarios para mantenerme sobrio. Cada día es una oportunidad de aprender y con cambiar mi manera de pensar me encuentro abierto a los cambios que tengo que hacer en mi vida. Espero oír a otros contarme su experiencia, fortaleza y esperanza”. — **Lloyd B., Región Noreste**

“Ya sé que dije que era adicta y esto provocó confusión. La verdad es que he sido una borracha confundida durante los pasados 20 años. Probé otros programas primero por tener miedo de admitir mi verdadero problema, pero la verdad es que A.A. da en el blanco. Y me gustan las reuniones”. — **Kelly M., Región Sudoeste**

EXPERIENCIA, FORTALEZA Y ESPERANZA

“Me encanta la perspectiva de cartearme con un miembro de A.A. de afuera. No tiene precio todo lo que gano de la experiencia, fortaleza y esperanza de miembros de afuera. Y aún más, dado que me encuentro en una celda incomunicada y no tengo otro acceso a A.A. aparte de mi preciado Libro Grande y mi Grapevine una vez al mes (gracias a Dios); pero las perspectivas que me ofrecen las cartas de compañeros de afuera son de un valor inigualable. Les ruego que me den el regalo de tener un miembro de afuera con quien cartearme. Espero poder aprovechar este regalo compartiendo con otro mi experiencia, fortaleza y esperanza, y, de más importancia, sacando provecho de su experiencia, fortaleza y esperanza. Gracias”. —

Jody P. Región Sudeste

EL LIBRO GRANDE ALCOHÓLICOS ANÓNIMOS

“De los 30 años de mi vida, me he mantenido sobrio seis meses. Empecé con el alcohol a los ocho años de edad. Quería ser como mi papá que me parecía un hombre maravilloso. Y es cierto que tenía un padre maravilloso y gracias a él he experimentado muchas cosas buenas. Nunca creí en ningún Poder Superior a no ser que se estuviera refiriendo a la bebida. He tocado fondo. Perdí a mi hermano menor en noviembre y no sé cuánto tiempo tendré que pasar encarcelado acusado de DUI. He leído muchas de las historias en el Libro Grande y me puedo identificar. Siempre creí que podía manejarlo todo pero esa fue una mentira que seguía diciéndome a mí mismo. Considero una bendición no tener familia ni esposa, y nunca he tenido hijos. He tenido muchas relaciones. Ahora que estoy sobrio puedo ver el dolor emocional que he causado a otras personas. Cuando salga de aquí no tendré la familia que tenía; tendré una

nueva familia. Cuanto más leo el Libro Grande más claramente veo los errores que he cometido y rezo a Dios para que me dé una segunda oportunidad”. — **Claude R., Región Sudeste**

“Estoy en la cárcel por una condena de DWI. Mientras estoy aquí asisto a las reuniones de A.A. Al leer el libro de A.A., *Alcohólicos Anónimos*, me di cuenta de soy alcohólica. Puede ser que no beba todo el tiempo pero cuando bebo soy impotente ante el alcohol. El libro me ha ayudado a comprender eso”. — **Lorrie S., Región Noreste**

“Estoy encarcelado, y lo estaré al menos 18 meses más. ¿Me pueden emparejar con alguien para mantener correspondencia? A.A. ha hecho que la vida aquí sea soportable. He leído todos los libros de A.A. He leído el Libro Grande de principio a fin cuatro veces, no me hartó de hacerlo — me da esperanza”. — **Robert C., Región Noreste**

“Me ingresé a mí mismo en una institución mental. Mientras estaba allí, a los 18 años, se me introdujo a A.A. Incluso he coordinado reuniones de A.A. en la prisión; y reuniones de Libro Grande y de Grapevine, esta última creía que yo la había inventado. Mientras estaba en la institución me dieron el Libro Grande, *Alcohólicos Anónimos*. Era como si lo hubiera leído por primera vez, ya no usaba pronombres tales como nosotros o nos. Solamente ha sido mío o yo para este alcohólico. Parecía que las palabras me saltaban de las páginas. También me las arreglé para conseguir un ejemplar del libro Doce y Doce”. — **Steven M., Región Noreste**

¡FUNCIONA!

“Hasta que no empecé en A.A. no me di cuenta de que era alcohólico. Creía que tomarse una cerveza o un trago al llegar a casa estaba bien, y ahora veo que era así, pero para mí la cosa no se acababa ahí. Bebía para ponerme un poco alegre y eso afectó mi vida, en casa y en el trabajo. A.A. me ayudó a darme cuenta de esto y por eso me siento agradecido. Gracias, y de todo corazón le doy gracias a Bill W. y sus amigos por iniciar A.A. y ayudarme a recuperar mi vida. Soy Mike y soy alcohólico, y por la gracia de Dios seguiré viniendo porque funciona si yo lo trabajo”. — **Michael F., Región Este Central**

FIJAR UN OBJETIVO

“Me he fijado un objetivo personal — quiero asistir a la Convención Internacional de Alcohólicos Anónimos en Atlanta, Georgia, del 2 al 5 de julio de 2015. ¿Me pueden enviar información?” — **Philip W., Región Sudeste**

‘UN PROGRAMA DE ACCIÓN’

“Me encanta que este es un programa de acción. Me he puesto en acción iniciando una reunión de estudio del Libro Grande y estoy dispuesto a dar los Pasos con otros. En este momento estoy trabajando con otros tres miembros de A.A., y aunque no entiendo mucho español, también asisto a las reuniones en español. He aprendido que a veces el hecho de estar allí vale más que mil palabras”. — **Evan S., Región Pacífico**

‘FELICES, ALEGRES Y LIBRES’

“He estado encarcelado casi cinco años y aún me queda más tiempo para cumplir mi condena. He estado asistiendo todo el tiempo a la reunión de A.A. de los domingos por la mañana. Los primeros años escuchaba, compartía un poco y leía algunas cosas, pero de pronto me di cuenta de algo. Necesitaba compartir más. Tengo un problema y necesito hablar sobre ese problema, no tratar de huir de él. Los dos años siguientes empecé a hablar en la mayoría de las reuniones, leer la literatura y trabajar en los Pasos Uno, Dos y Tres. Por no querer dejar que nadie entrara en mi vida, tenía miedo de conseguir un padrino. De nuevo algo se conectó en mi mente y conseguí un

padrino. Actualmente estoy trabajando con él en el Primer Paso. Desde entonces he encontrado a mi Poder Superior, me he puesto a pensar seriamente en A.A. y en mi recuperación, y la vida es maravillosa. Ahora me siento feliz y saludable — mental, física y espiritualmente. Estoy aprendiendo a lidiar con mis problemas. Ahora me siento más feliz que nunca en mi vida. Tengo la mente clara, y proceso mis pensamientos de manera diferente. Algunos creen que estoy loco, ‘¿cómo puedes estar feliz en prisión, sin tu familia?’ Pero me siento feliz. Doy gracias al hombre que hace años me sugirió que probara A.A.” — **Scott A., Región Noreste**

CON GRATITUD

“Soy alcohólica y actualmente estoy cumpliendo una condena de 13 años. Siempre supe que mi vida se había vuelto incontrolable, pero me gustaba beber; me ayudaba a ahogar las penas y olvidarme de mis problemas. Me introdujeron a A.A. cuando estaba en una casa de transición en 2005. Actualmente asisto a las reuniones de A.A. todos los martes y me siento agradecida por los voluntarios de A.A. Hoy estoy sobria, aunque aún tengo intensos deseos de tomarme un trago. Me siento agradecida por estar viva y pasar otro día sobria, que no siempre es fácil”. — **Cynthia R., Región Pacífico**

“Me llamo Jay, y he estado usando alcohol y drogas 30 años. Ahora tengo 45 años y he decidido dejar de beber. También me doy cuenta de que el alcohol es la raíz de mis numerosos arrestos — 17 por mi forma de vida adictiva. He lastimado a mucha gente, incluyendo a mis dos hijos de 15 y 16 años. Esta es la segunda vez que estoy en prisión, la primera fue en 2004 por un cargo relacionado con beber. Esta vez es por algo más grave y mi fecha de salir en libertad es el 2016. Empecé a asistir a las reuniones de A.A. y me parecieron muy útiles ahora que estoy pensando seriamente en dejar de beber. También empecé a leer el libro de A.A. *Reflexiones Diarias*; me impresionó mucho desde la primera página. Me puedo identificar con todo lo que leo, y también me siento profundamente conectado con los textos. El libro es magnífico y genial”. — **Jay M., Región Este Central**

SCC

“El servicio de correspondencia de correccionales ha marcado una gran diferencia en mi vida. Dios tiene una maravillosa manera de llegar a la gente. A.A. ha hecho maravillas. Los Pasos son de un valor inapreciable y continuamente le doy gracias a Dios. Siempre y cuando tenga humildad y agradecimiento, Dios seguirá proveyendo”. — **Paul A., Región Sudeste**

SERVICIO DE CORRESPONDENCIA DE CORRECCIONALES (SCC)

Si vas a estar encarcelado *más de seis meses* y tienes interés en intercambiar correspondencia con un miembro de A.A. de afuera, con quien puedes compartir experiencia relacionada con tus problemas con el alcohol, escribe a la OSG para pedir un formulario de correspondencia. Se emparejan a los correspondientes al azar; los hombres escriben a los hombres y las mujeres a las mujeres.

CONTACTOS ANTES DE LA PUESTA EN LIBERTAD

Si escribes a la OSG con una antelación *de tres a seis meses* a la fecha de tu puesta en libertad, y nos dices a dónde vas a vivir (ciudad y estado), podríamos intentar hacer arreglos para que tuvieras a alguien a quien escribir justo antes de salir en libertad. De esa manera, tendrías la posibilidad de ponerte en contacto con un A.A. residente en el pueblo en que vas a vivir que te podría ayudar a hacer la transición de A.A. “adentro” a A.A. de “afuera”.

Esperamos tener noticias tuyas.