



COMPARTIENDO DESDE DETRÁS DE LOS MUROS

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

Otoño 2015

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”.*

VICTORIA EN LA DERROTA

“Nos damos cuenta de que sólo por medio de la derrota total podemos dar nuestros primeros pasos hacia la liberación y la fortaleza. La admisión de nuestra impotencia personal resulta ser a fin de cuentas la base segura sobre la que se puede construir una vida feliz y útil”.

— *Doce Pasos y Doce Tradiciones*, p. 19

‘VIVIR LA SOLUCIÓN’

“Hola, me llamo Leverster y soy alcohólico. Estar en A.A. me ha beneficiado muchísimo. Nunca me había dado cuenta de lo mucho que me he desarrollado hasta que no me fue posible asistir a las reuniones de A.A. No hay reuniones de A.A. aquí pero me he quedado con cariñosos recuerdos de nuestro grupo de A.A. ‘Vivir las soluciones’. Las historias que compartíamos, y la recuperación que se hacía posible por nuestra buena disposición a escuchar. Sentí que me iba formando una perspectiva de la vida. Lo que puedo decir es que el alcoholismo es una cosa; vivir la solución es otra. Creo que nadie debe dar A.A. por hecho. La ayuda está allí y si tienes buena disposición tu recuperación no está muy lejos. Personalmente quiero dar las gracias a A.A. por devolverme la vida. Sin sus historias y sin sus ánimos, estaría perdido en un mar de confusión creyendo que mi vida estaba bien. Gracias a todos ustedes, mis hermanos de A.A. están sin duda alguna ‘viviendo las soluciones’”.

— **Leverster, Región Suroeste**

‘LIBERACIÓN DE LA ESCLAVITUD’

“Estoy asombrado de la gente tan maravillosa en que nos convertimos cuando ponemos nuestras vidas en manos de Dios, como nosotros lo concebimos. Me aparté de A.A. y de la gracia de Dios; había estado sobrio tres años cuando se me ocurrió que podría vivir la vida a mi manera. He descubierto que la Comunidad y las amistades de las que me aparté, realmente significan mucho y me siento mal por apartarme de una vida que vale la pena vivir. Rezo diariamente por conocer la voluntad de Dios y por la liberación de la esclavitud. Aunque estoy encarcelado, me siento verdaderamente afortunado. Merece la pena compartir mi experiencia con el alcohólico que aún sufre. Hace que valga la pena vivir mi vida y me da una sensación de libertad. Gracias por estar allí para mí”.

— **Dean M., Región Pacífico**

“Hoy tengo 31 años de edad, me he divorciado dos veces, tengo cinco hijos y aún estoy sentado en una celda. Empecé a beber a los 12 años. A los 17, estaba borracho y me metí en una mala pelea. Un amigo de mi padre era policía. Me enseñó las fotos del tipo que había recibido la paliza. Me hizo llorar, me sentí mal y me entregué a la cárcel del condado. Me dieron libertad condicional y me dejaron ir. En menos de un año me condenaron a cinco años por otro cargo. También me dieron una condena de 13 meses por un cargo de agresión. Me emborraché y me pareció una buena idea golpear a un par de personas inocentes en un estacionamiento. Hoy día estoy en la cárcel. Recibí una carta de A.A. de Nueva York junto con el libro *Reflexiones Diarias* y algunos folletos del programa. Ahora estoy sobrio tres meses”.

— **Andy P., Región Oeste Central**

‘A.A. NO ME SALVÓ LA VIDA — ME DIO UNA’

“Cuando me paré en una reunión de A.A. y dije ‘Me llamo Brooks y soy alcohólico’, me di cuenta de que esa era la primera verdad que había dicho en mi vida. La vida no viene con simples instrucciones y creo que nuestras experiencias nos convierten en quienes somos. Participo mucho en A.A. aquí en la prisión. Hay aquí 1,000 presos y lamentablemente sólo sé de unos 20 que están viviendo el programa. A veces puede ser difícil. Llevo viviendo la forma de vida de A.A. unos 30 meses. Sé de corazón que todo va a salir bien esta vez. A.A. no me salvó la vida, me dio una. Hoy tengo estabilidad mental y una buena orientación. Mi juicio se ve fortalecido por una considerable experiencia y tengo paciencia. Nunca me había pasado una cosa parecida en mi vida. Estoy muy agradecido de que A.A. me enseñara que la única cosa que yo creía tener, lo que me ayudaba a pasar el día y era lo que mantenía unida las piezas de mi vida era, de hecho, lo que estaba envenenando mi vida y era culpable de mi desgarradora situación. Esta persona sobria, sana y respetable es quien verdaderamente soy. Quiero las cosas simples que ofrece la vida. Aunque he perdido todo lo que un hombre puede perder y estoy en prisión, he encontrado la verdadera felicidad, un día a la vez. Gracias a Dios”.

— **Brooks F., Región Sudeste**

‘PROGRESO NO PERFECCIÓN’

“Aquí tumbado en mi catre, me vienen constantemente a la memoria todos los errores que he cometido. Me doy cuenta de que mis problemas son la consecuencia de las decisiones que he tomado en toda mi vida caótica. Dios sabe que tuve toda posible oportunidad de evitar ir a la cárcel del condado, a la prisión y a las casas de transición. Pero me negué a ser responsable, rehusé buscar orientación, rehusé hacer lo apropiado y seguí tomando malas decisiones, una tras otra, hasta que finalmente se me quitó el derecho a tomar mis propias decisiones. Desde el 1 de diciembre de 2011, no se me ha permitido ir a ningún sitio o hacer ninguna cosa sin pedir permiso. Desde que llegué a la cárcel he tratado de convencer a todo el mundo de que no era culpa mía, he tratado de minimizar mis acciones, de culpar a otros. Incluso he tratado de justificar mis acciones. Finalmente he comprendido que Dios podrá hacer y hará por mí lo que yo no pueda hacer y no haga por mí mismo. Nunca pensé que buscaría hacer lo que Dios quiera. Creía que yo era quien dirigía el espectáculo. Pero desde que empecé a ir por este

camino de mejorarme por medio de la Comunidad de Alcohólicos Anónimos, estoy creciendo. Debo tener presente que lo que busco es el progreso espiritual, nunca la perfección espiritual; aún me queda mucho desarrollo por lograr. Hoy estoy ganándome a la gente en mi vida para que me guíen a llegar a ser un miembro sano y productivo de la sociedad”. — **David L., Región Este Central**

“Me llamo Justin y soy alcohólico. Antes era un activo miembro de A.A., involucrado, servía en el Comité de IP, trabajaba en los Pasos y vivía la forma de vida de A.A. Hasta que un día alguien me rompió el corazón y no pude enfrentar los sentimientos que eso me causó. Pensé que podría resolverlo con una copa. Bebí, bebí y bebí más. Simplemente no podía volver a A.A. Desperdiqué todo lo que Dios me había dado. Mis sentimientos de pesar me mantenían alejado de mis amigos de A.A. Ahora de vuelta dentro de los muros he vuelto a asistir a las reuniones. La vida es mejor de lo que era pero no tan buena como quisiera”. — **Justin C., Región Sudeste**

“Para cuando llegué a los 22 años, me bebía una botella de whiskey al día. Había estado dentro y fuera de A.A. desde 1985, la mayor parte fuera. Asisto al Grupo Triángulo en Texas, cuando no estoy en la cárcel. En el 2000, después de mi tercer DWI me condenaron a diez años. Afortunadamente no lastimé a nadie aparte de mí misma, todo por la gracia de Dios. Me revocaron la libertad condicional en 2006 y me condenaron a diez años más. Me he enterado que tengo etapa tres de cirrosis. He estado ocho veces en una institución de tratamiento. Gracias a todos por dejarme compartir”. — **Mary Lee L., Región Suroeste**

LOS DOCE PASOS

“Estoy en prisión por beber y por tener un enfrentamiento con la policía. Nunca pensé que tuviera un problema. El día después de que me enviaran a la cárcel, encontré A.A. Ya había estado en grupos de A.A. pero en aquellas ocasiones no me sirvieron de nada, así que dejé de asistir. No me gustaba A.A. y nunca sacaba ningún provecho — simplemente no me daba ningún resultado. Cuando me dieron esta condena empecé a asistir y descubrir que de hecho tenía un problema. Bueno, ahora puedo decir que A.A. es mi forma de vida. Desde que he asistido a las reuniones he descubierto muchas cosas acerca de mí mismo que antes no sabía, o que simplemente había puesto a un lado. Voy a todas las reuniones de A.A. que puedo. Realmente me gusta mi vida ahora, incluso aquí donde me encuentro. Conseguí un padrino y estoy haciendo los Doce Pasos. Voy haciendo esto muy despacio y ahora voy por el Cuarto Paso. Ya no hay vuelta atrás para mí. He aprendido tanto en A.A.; sin A.A. probablemente no estaría vivo. Soy muy afortunado de tener otra oportunidad para vivir la vida plenamente, sobrio y libre”. — **Randy K., Región Pacífico**

EL LIBRO GRANDE

“Este es sin duda un viaje salvavidas, sé que soy una de las afortunadas que pudo llegar a las salas de A.A. antes de que fuera demasiado tarde. El Libro Grande es el mejor libro que jamás he leído. Las promesas han empezado a hacerse realidad en mi vida. Mi madrina es una parte vital de mi programa, y fue la primera persona que me dio su tiempo y comprensión, y no quería nada a cambio. Siempre he dicho que si mi casa se incendiara, mi Libro Grande sería la primera cosa que salvaría. Me siento muy agradecida por el tiempo y la paciencia de todos los que participan. Solía decir que haría falta un ejército para que yo lograra la sobriedad, y A.A. pudo hacer lo que nadie pudo lograr. Gracias Alcohólicos Anónimos por ser paciente, por no abandonarme; siempre estaré agradecida por todo eso. Voy a devolver lo que tan libremente se me dio”. — **Tamera N., Región Pacífico**

‘PUEDO ESTAR AGRADECIDO ...

“Encontré A.A. en California, donde fui a rehabilitación el 5 de junio de 2013. Durante un año y medio A.A. era mi vida y las cosas me iban muy

bien. Tenía un caso pendiente en contra mía por el que me enviaron a prisión cuando estaba sobrio. Me condenaron a 15 meses. Desde que me encerraron, me he separado de A.A. y he pasado siete meses aquí en solitario. Todos los días leo el Libro Grande, rezo y leo *Reflexiones Diarias*; me hace sentir que estoy de vuelta en California en mis reuniones. Aunque he recaído en varias ocasiones desde 2013, mi vida es ahora mucho mejor y todo se lo debo a A.A. He perdido a amigos y novias y me han puesto en prisión, pero la Comunidad siempre ha estado allí. Estoy muy agradecido a A.A. y estoy deseando volver a participar. Gracias por estar allí. Sólo quiero decir que estoy agradecido, incluso aquí en la cárcel”. — **Wes M., Región Este Central**

“He sido alcohólico desde hace ya mucho tiempo, y A.A. ha sido una parte maravillosa de mi vida. Tengo muchos amigos en la Comunidad. Mi vida mejoró mucho. Tenía la custodia de mis dos hijos, una casa bonita, un buen trabajo y volví a disfrutar de las relaciones familiares. Era maravilloso. Entonces, en noviembre de 2013, me tomé un trago. Estaba otra vez fuera de control, y finalmente dejé de beber el 21 de agosto de 2014, cuando me metí en una pelea y me arrestaron. Por ser parte de A.A. durante tanto tiempo sabía exactamente cuál era el problema. Me sumergí de nuevo en el Libro Grande y en las reuniones. Hace unos pocos años, mi hijo, mi hija y yo íbamos saliendo de una reunión. Mi hijo dijo: ‘¿Por qué tenemos que venir aquí?’ Casi sin pensarlo, mi hija respondió: ‘Porque estas reuniones ayudan a papá a cuidar mejor de nosotros’. Incluso con seis o siete años de edad mi hija ya sabía lo importante que era A.A. y por eso, estoy agradecido”. — **Brad S., Región Sudeste**

‘EL BUEN CAMINO’

“Las palabras no pueden expresar la sorpresa, el asombro, la alegría, las gracias y el profundo aprecio por el agradecimiento que siento en este momento. ¡Qué gran bendición! Esto es más que darme una simple respuesta e indicarme la buena dirección del camino. Gracias a todos los que contribuyen a Alcohólicos Anónimos. Por su corazón generoso, les envío a todos mis oraciones de agradecimiento. Estas pequeñas muestras, como ustedes las llaman, pueden ser pequeñas pero son tremendamente más que eso. Creo que no se puede comprar una curación, pero se puede donar a esos individuos que aceptan el hecho de que es necesario un cambio para mantenerse sobrio. Soy un americano nativo y un firme creyente en que las verdaderas respuestas nos llegan en el momento apropiado, y si en nuestros corazones queremos cambiar para recibir esas respuestas y herramientas, estoy en el buen camino. Pueden llamarlo una señal, si así lo desean, pero simboliza que la batalla es real”. — **Marc M., Región Suroeste**

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 inscribirte en el Servicio de Correspondencia de Correccionales. 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.