



COMPARTIENDO DESDE DETRÁS DE LOS MUROS

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

Primavera 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”.*

ASISTIR A LAS REUNIONES DE A.A.

“Mucho tiempo antes de pensar en redactar este libro, centenares de miles de alcohólicos ya se habían familiarizado con todas y cada una de las ideas que se presentan aquí y muchas sugerencias para vivir sobrio, las cuales les *habían resultado eficaces*. Lo hacíamos no solamente leyendo libros sino hablando los unos con los otros. Al comienzo, pasamos la mayor parte del tiempo escuchando... Lo que hacíamos simplemente era asistir a las reuniones de Alcohólicos Anónimos”.

— *Viviendo sobrio*, pág. 76

UNA SUGERENCIA DEL DR. BOB

“Me complace muchísimo poder compartir mis pensamientos con ustedes, porque parece que ustedes siempre se preocupan por mí. Me voy acercando al 25° aniversario de mi recuperación y estoy muy orgulloso de haber podido aplicarme a trabajar el programa de A.A. en mente y en acción. Mientras siga pensando como estoy pensando ahora y siga haciendo las cosas que ahora estoy haciendo, creo que no volveré nunca a tomarme un trago. Cuando se me ocurre pensar que podría beber socialmente, me acuerdo de lo que dijo el Dr. Bob referente a pensar y a hacer lo que el programa sugiere. No puedo hablar por otra persona, pero yo tengo una gran deuda de gratitud con el Dr. Bob por esa sencilla idea para este alcohólico complicado”. — **Ernest V., Región Nordeste**

UNA REUNIÓN POR CORREO

“Les escribí antes para informarles de no haber recibido nada de nadie de afuera. Les escribo ahora para decirles que hoy me llegó una maravillosa carta de un miembro de afuera y estoy a punto de responder. Espero con ilusión celebrar una ‘reunión por correo’ con mi corresponsal de afuera. Les mantendré informados a ustedes también del progreso”. — **John R., Región Sudeste**

‘...POR QUÉ LES ENCANTA A LOS ALCOHÓLICOS ASISTIR A REUNIONES’

“No recibo correo ni cartas de afuera. Voy a escribirles una carta breve a pesar de tener muchas cosas que decir. Quiero decirles que

pasé 14 meses en un centro de tratamiento y allí logré mi sobriedad. Íbamos a las reuniones de A.A. todas las noches. No quería volver a beber y por eso hacía todo lo que los miembros de A.A. me decían que hiciera. Empecé a oír mi propia historia cuando los miembros contaban las suyas y me di cuenta de por qué les encanta a los alcohólicos asistir a reuniones. Quiero agradecerles nuevamente por haberme ayudado. Me mantendré en contacto con ustedes. Que Dios les bendiga a todos”. — **Willard B., Región Pacífico**

“Estoy aquí encarcelado por DWI y quiero comunicarles las razones principales por las que me encuentro aquí. Dejé de asistir a las reuniones y dejé de llamar a mi padrino. Ten en cuenta mi mal ejemplo y utilízalo en un sentido positivo. No sigas mi ejemplo. Mantente en contacto con tu padrino y sigue asistiendo a las reuniones de A.A. Me quedan dos años y medio de mi condena y espero que esta carta llegue a alguien para evitarle tener que pasar por lo que yo estoy experimentando. Gracias”. — **Paul B., Región Este Central**

“Me llamo David y soy facilitador de un grupo de A.A. de reclusos. Hace ya varios meses que puedo servir de esta manera a mis compañeros reclusos. Nuestra reunión se estaba efectuando con poca energía y poco entusiasmo pero ahora está empezando a cobrar vida. Para dirigir la reunión teníamos un ejemplar muy manoseado de la Tercera Edición del Libro Grande hasta que recibimos nueva literatura actualizada de A.A. Nuestro grupo se ha inscrito en la OSG. Gracias por su ayuda y estaremos muy agradecidos por la ayuda que nos puedan dar”. — **David W. Región Suroeste**

‘...DEL BORDE DEL ABISMO’.

“Tengo dos motivos para dirigirles esta carta. Quiero agradecer a todos los A.A. por la ayuda que dan a personas que luchan con la bebida, dentro y fuera de los muros de las prisiones. La propia existencia de A.A. detrás de los muros se debe a la buena voluntad para ayudar por parte de los miembros de afuera. Su participación y su bondad son lo que nos atraen a nosotros que deseamos vivir una nueva vida cuando salgamos de aquí en libertad y entremos en el programa de A.A. He encontrado una espiritualidad profunda en perdonar y hacer reparaciones. Estoy ahora dando el Cuarto Paso y espero dar el Quinto al ser puesto en libertad. A.A. y Dios me han salvado la vida y quiero que ustedes sepan que el programa me ha apartado del borde del abismo”. — **Albert T., Región Nordeste**

“Me llamo Heather y me han traído exactamente al sitio donde debo estar. Sí, puede que parezca extraño pero a los 20 años se me introdujo al alcohol, al abuso, a las pérdidas y a la cárcel. Mi vida depende de estar libre de las drogas, sobria, a salvo y segura. El alcohol y los hombres han sido de lo que principalmente he dependido. El pasado Domingo de Ramos tomé la decisión de poner a Dios en primer lugar. Creí que podría proteger mejor a mis tres hijos yo sola, pero con Dios todos estamos a salvo. Estoy aquí en la cárcel, esperando, considerando mi vida alcohólica. Estoy sedienta de la palabra de Dios y de saber cómo trabajar los Doce Pasos. Encontré una publicación de A.A. destrozada y para empezar utilicé un diario personal”. — **Heather C., Región Suroeste**

‘... UNA FORMA DE VIVIR’.

“El alcohol ha destruido mi vida. Ahora, después de dos años y medio de estar encarcelado, puedo darme cuenta de lo que es esta destrucción. Soy completamente impotente ante el alcohol. Por medio de los trabajos de A.A. puedo poner las cosas en perspectiva y mantener un sentimiento de esperanza. Desde hace un año, he venido leyendo *Compartiendo desde detrás de los muros*. Puedo identificarme totalmente con los que escriben sus historias. Nos hemos puesto a nosotros mismos en una situación terrible, en un sitio terrible. Puede ser que la vida no siempre sea justa, pero nos corresponde a nosotros decidir enderezarnos y encontrar el buen camino. En la prisión es fácil juntarse con gente negativa y alimentar los pensamientos negativos. A.A. nos ha tendido una cuerda salvavidas con este boletín y el servicio de correspondencia. Me gusta leer las historias de esperanza y darme cuenta de que A.A. no es simplemente un programa de recuperación — es una forma de vivir”. — **Robert C., Región Nordeste**

‘¡FUNCIONA!’

“En primer lugar, soy alcohólico. Mi alcoholismo empezó cuando era un adolescente. Recuerdo el sabor horrible del alcohol; pero sus efectos eran una cosa diferente. Esos efectos fueron la causa de las primeras etapas de mi locura. Hacía las mismas cosas una y otra vez esperando tener diferentes resultados. El alcoholismo me condujo a una vida de irresponsabilidad e imprudencia, que me llevó a mi encarcelamiento y a tocar fondo. Tocar fondo me llevó a admitir que era impotente ante mi alcoholismo, que mi vida se había vuelto ingobernable, Primer Paso. Luego llegué a creer que un Poder superior a mí mismo podría devolverme la cordura, Segundo Paso. Entonces, tomé la decisión de poner mi voluntad y todos los aspectos de mi vida en manos de Dios, Tercer Paso. Como consecuencia de ser parte de mi grupo, tengo el privilegio de tener muchos asombrosos padrinos de afuera. Hay otros muchos voluntarios que sacrifican su tiempo, sus vidas y su servicio por nosotros. Ayudan a que la recuperación sea posible, por medio de practicar el apadrinamiento, leer el Libro Grande, seguir los Pasos y las Tradiciones en todos nuestros asuntos, y por su compañerismo con hombres que comparten su experiencia, fortaleza y esperanza con nosotros. Hoy se cumplen para mí 401 meses de recuperación y serenidad. Funciona, si lo trabajas. Espero seguir viviendo una vida de recuperación, unidad y servicio”. — **Ramón A., Región Sudeste**

LAS HERRAMIENTAS DEL PROGRAMA DE A.A.

“Me llamo David y soy alcohólico. Actualmente estoy cumpliendo una condena en prisión por un incidente relacionado con el alcohol. Antes de saber que iba a entrar en prisión, decidí volver a probar A.A., después de tocar fondo y acabar en la cárcel del condado. Al principio asistía a tantas reuniones como podía y seguía el consejo que me daban los voluntarios que traían las reuniones de A.A. Empecé seriamente a trabajar en los Pasos y volví a leer el Libro Grande. Digo que volví a leerlo porque he pasado años entrando y saliendo de A.A. Nunca le di a A.A. una verdadera oportunidad de ayudarme, ni tampoco a mí mismo de recuperarme. No escuchaba a nadie, siempre quería hacer las cosas a mi manera. Recientemente he salido de reclusión después de 22 días. Durante ese tiempo, he tenido mi Libro Grande, algunas revistas Grapevine, papel y lápiz y cartas de mi padrino y de mi grupo de apoyo. Me siento agradecido. También he celebrado 21 meses de sobriedad en diciembre y he completado los Doce Pasos. Durante el período que estaba en reclusión en solitario, dediqué algún tiempo extra al Paso Once. La oración y la meditación son una gran parte de vida. Todavía me quedan siete años antes de salir en libertad y estoy usando todo lo que he aprendido en A.A. Sé que voy a salir adelante. Con mi Poder Superior, mi grupo de apoyo y el Libro Grande, sé que voy a estar bien. Si eres nuevo en A.A. o vuelves a probarlo igual que yo, por favor sé sincero contigo mismo. Fíjate a dónde te ha llevado el ser el principal personaje y date a ti mismo otra oportunidad. Encuentra

ese Poder Superior, participa, consigue un padrino, concédete esa oportunidad. El programa de A.A. funciona, pero sólo si lo haces funcionar”. — **David B., Región Sudeste**

‘MÁS ALLÁ DE LO QUE ME PUDIERA IMAGINAR’

“Saldré en libertad para ir a una casa de transición a principios de mayo. Soy originalmente de la costa este pero me trasladaré al oeste donde vive mi madre, sobria desde hace ya casi 30 años. Una vez que me recupere, tengo planes de seguir dedicándome a componer canciones y ser músico itinerante o ingresar en la facultad de medicina. Ahora todo es posible y espero vivir una vida ‘más allá de lo que me pudiera imaginar’. Muchas gracias”. — **Daniel W., Región Noreste**

“Me llamo Adam, y estoy en reclusión solitaria a 3,000 millas de mi hogar. Sentado en esta celda he decidido leer de verdad el Libro Grande. He decidido dar los Pasos exactamente como están dispuestos. Al leer ‘Cómo funciona’ puedo ver que explica todos los problemas y formas de comportarme que yo no podía distinguir claramente. Ahora estoy haciendo mi Cuarto Paso y estoy meditando profundamente y tratando de no perder nada. Realmente creo que este es el camino y finalmente he encontrado la respuesta que estaba todo el tiempo enfrente de mí. Tengo que creer que esto va a funcionar porque francamente no me queda nada, lo he intentado de muchas formas y todo ha sido en vano. El Libro Grande me mostró todo lo que he hecho y creo que si hago lo que dice llegaré a tener esa experiencia espiritual de la que habla”. — **Adam L., Región Pacífico**

CORRESPONSAL —DE DENTRO A AFUERA

“He tenido la oportunidad de mantener correspondencia con un individuo de afuera mientras estaba encarcelado más de 7 años y 10 meses en una casa de transición. He aprendido mucho de A.A. y empecé a asistir a las reuniones de A.A. en mi segundo año de encarcelamiento. Había bebido mucho y a diario durante casi 25 años. No tenía ningún deseo de dejar de beber, excepto cuando tenía resaca o estaba encarcelado. He salido en libertad recientemente y estoy tratando de llevar mi mensaje a otros. Con la ayuda de las reuniones de A.A. y de *Compartiendo desde detrás de los muros*, pude mirar profundamente dentro de mí mismo y encontrar mis defectos de carácter, junto con mi deseo de satisfacción inmediata. Tuve que volverme humilde y empezar a practicar la empatía. He sido testigo de muchas cosas dentro de las rejas y he aprendido a ser más paciente. Me gustaría ser un corresponsal de correccionales comprensivo”. — **Bruce J., Región Pacífico**

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 corresponsales al azar; los hombres escriben a los hombres y las mujeres a las mujeres. Les agradecemos su paciencia si no reciben pronto noticias nuestras. A veces se tarda tiempo en conseguir contactos de afuera.

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.