



COMPARTIENDO DESDE DETRÁS DE LOS MUROS

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

Verano 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”.*

UN EX-PRESO COMPARTE

“Me llamo Mark. Salí en libertad el pasado mes de junio después de cumplir una condena de dos años por un crimen relacionado con el alcohol. Llevo dos años sobrio y asisto regularmente a reuniones de A.A. en mi área. Encontré una copia del formulario de Correspondencia de Correccionales en la sala de reunión y agradezco la oportunidad de mantener correspondencia con mis compañeros alcohólicos que se encuentran encarcelados. Durante mis dos años en la cárcel me mantuve sobrio y aproveché el tiempo para establecer una base sólida en mi sobriedad. Empecé a recuperarme mientras estaba encarcelado y he seguido haciéndolo en libertad. Me doy cuenta del valor de escribir y creo que podría ayudar a otros que se encuentran en una situación similar a la que yo me encontraba. Me alegraría poder ayudar a otros alcohólicos”.

— **Mark S., Región Nordeste**

EL LIBRO GRANDE — ALCOHÓLICOS ANÓNIMOS

“Me llamo Jeff; tuve mi introducción al Libro Grande en prisión a la edad de 57 años. A comienzos de mi condena los otros presos se burlaban mucho de mí diciendo ‘Dinos, abuelito, ¿por qué tardaste tanto tiempo en llegar a la prisión?’

Solía contestarles: ‘Porque tenía otras cosas más interesantes que hacer’. Pero, ustedes y yo sabemos cuál era la verdadera razón: esa espiral descendente de mi alcoholismo, que me llevó finalmente al fondo del abismo. No me resultó suficiente acabar borracho y tirado por las calles. Tuve que experimentar estar en prisión antes de rendirme y admitir que el alcohol me había vencido. Ahora que mi casa es la prisión espero poder encontrar a algunos reclusos interesados en la recuperación con quienes compartir un estudio del Libro Grande”. — **Jeff E., Región Sudeste**

—Y OTRA LITERATURA DE A.A.

“Acabo de leer el libro *Llegamos a creer*. Presenta al lector una amplia variedad de puntos de vista y me está ayudando, aquí en la prisión, a formarme mi propio concepto de un ‘Poder Superior’”. — **Robert L., Región Nordeste**

“Hoy comparecí ante el juez y acepté el hecho de tener que pasar más tiempo encarcelada. Cada día rezo a mi Poder Superior para que me dé la fortaleza para superar estos tiempos difíciles. Al volver a casa después del juicio me puse a leer *Reflexiones diarias*, que me dirigió a la página 164 del Libro Grande. Al leerlo, el mensaje que Dios me envió fue el de preguntar lo que yo puedo hacer para la persona que todavía está enferma. Al seguir leyendo me indicó que si tenía una buena relación con Dios, me sucederían muy buenas cosas. Estoy lista para reconocer mis

defectos y limpiar los escombros de mi pasado. Me siento agradecida por haber abierto el Libro de A.A. hoy por primera vez — y voy a seguir leyéndolo”. — **Daisey L. Región Pacífico**

“Hoy es el domingo de la Resurrección y he pasado la mayor parte del día leyendo todas las historias en *A.A. en prisión*. Me gustaría que hubiera más. Una vez en una reunión de A.A. oí a alguien decir que si puedes pasar sobrio por las tres ‘D’ tienes una buena probabilidad de mantener la sobriedad. Me dijeron que estaba enfermo, me llegaron los papeles de divorcio cuando estaba en mi celda. Pedí a Dios que me ayudara. Voy solicitando cada vez más diariamente porque mi defensa tendrá que venir de un Poder Superior. Hay una razón por la que me encuentro en prisión, pero no sé todavía cuál es. Más se revelará. Espero poder verme en condiciones de poder restituir y ayudar a otros”. — **David T., Región Pacífico**

EL PODER DE COMPARTIR

“Tengo que decirles que mi grupo, los Buscadores de la Libertad, es un auténtico grupo de A.A. Según nuestro padrino, Bob W., está inscrito en la lista de la OSG. Mi sobriedad no depende de una reunión, mi sobriedad depende de gente maravillosa como ustedes. Así que sería una gran ventaja para mí poder compartir con otro alcohólico. Ya sé que hay escasez de voluntarios y que tengo que tener paciencia. ¿Creen ustedes que puedo llevar el mensaje de la recuperación desde dentro de una prisión? ¿Es posible que un alcohólico de afuera pueda sentirse inspirado por un recluso adentro? Tengo que hacer estas preguntas. Gracias por ayudarme a ayudar a otra persona. Porque, como ya saben ustedes, tenemos que darlo para guardarlo”. — **Don P., Región Sudeste**

“Gracias por vincularme con un corresponsal del SCC. Hemos intercambiado cartas y es un hombre maravilloso. Cumpliré (Dios mediante) tres años sobrio el 15/5/15. Por la gracia de Dios me he mantenido sobrio afuera y adentro. Tengo gran cariño para con A.A. y me encanta la vida que tengo hoy. Aun en prisión me siento libre y muy agradecido. Antes era un manipulador y un estafador, y ahora conozco la verdadera libertad. El amigo con quien mantengo correspondencia ha enriquecido mi vida enormemente”. — **John R., Región Sudeste**

“Ya he intercambiado cartas con mi corresponsal de afuera. Gracias. Es muy grato saber que hay gente como yo allí afuera y que no estoy solo. Me encuentro ahora en un campamento de base confesional, soy estudiante en la escuela y asisto los domingos a las reuniones de A.A. Funciona porque practico el programa. Doy gracias cada día a mi Poder Superior por introducir A.A. en mi vida y con Alá y mi familia de A.A., estaré bien, un día a la vez”. — **Willie P., Región Sudeste**

“Me llamo Edward, tengo 51 años de edad y estoy cumpliendo una condena de 33 años. Asisto a reuniones del Cuarto Paso con mi padrino. Hace muchos años que asisto de vez en cuando a las reuniones, sobrio aquí y sobrio allí. Llegaba tarde a las reuniones, salía temprano y recaía constantemente. Llegaba tarde, me sentaba al fondo de la sala y al terminar la reunión me iba inmediatamente. Tenía miedo de pedir números de teléfono, y mucho menos podía pedir a nadie que fuera mi padrino — pero al caer más profundamente en la desesperación, por fin lo hice. Nunca dejé de asistir a las reuniones. Estuve encarcelado tres veces por conducir bajo los efectos del alcohol (DUI), la primera vez a la edad de 19 años. Nosotros, los que estamos encarcelados, nos sentimos muy agradecidos a los hombres y mujeres que vienen a las prisiones para compartir. Estoy pidiendo a los miembros en el mundo de A.A. de afuera que compartan conmigo su experiencia, fortaleza y esperanza, y sobre

todo, sus consejos. Mi fecha de sobriedad es el 11 de septiembre de 2011. Trabajé 33 años como peluquero; ahora soy cocinero en la prisión. Estoy pidiéndoles que compartan su experiencia, fortaleza y esperanza conmigo para ayudarme a superar mi experiencia aquí. Cuando salga en libertad, voy a volver a Tucson donde quiero vivir el resto de mis días en paz y sobriedad”. — **Eddie N., Región Sudoeste**

“Me llamo James, tengo cincuenta años de edad y actualmente estoy encarcelado. Me quedan unos pocos años para cumplir una condena de ocho años y me gustaría mantener correspondencia con un compañero alcohólico de afuera. Estoy sobrio desde el 30 de octubre de 2013, cuando me ingresaron a prisión. Tenemos aquí una reunión de A.A. semanal todos los miércoles por la noche; dos miembros de afuera vienen y hacemos una reunión de una hora, se llama el Grupo Strivers. Los voluntarios son unos tipos estupendos y celebramos muy buenas reuniones. Casi se me olvida que estoy en prisión. He tenido mi despertar espiritual, Dios me ha quitado ese deseo de volver a beber y los miembros de afuera me han explicado lo importante que es trabajar en los Pasos. He estado aquí sólo unos pocos meses, pero me han ayudado mucho. Ahora estoy haciendo mi lista del Paso Ocho. Parece una cosa muy difícil de empezar. Pero sé que recibiré las bendiciones de la paz cuando finalmente lo haga”. — **James S., Región Sudeste**

“He estado bebiendo desde los doce años de edad. Desde ese momento, mi vida cayó en una espiral descendente. En una ocasión, llegué a estar seis años y medio sobrio. Después de recaer, seguí bebiendo 15 años. Durante ese tiempo, he cumplido una condena en prisión, me han arrestado muchas veces, he tenido tres hijas maravillosas, y he arruinado la relación con su madre. Ahora tengo 40 años de edad y estoy cumpliendo mi segunda condena en prisión. Decidí dejar de beber y volver a estar sobrio en prisión el día 6 de junio pasado. Esta vez estoy trabajando en los Pasos y cultivando una relación más estrecha con mi Poder Superior. Gracias A.A. por ser mi familia y estar siempre allí para mí”. — **Christopher E., Región Noreste**

UN PROGRAMA SENCILLO

“No me arrestan cada vez que bebo, pero cada vez que me arrestan he estado bebiendo. Esa es la historia de mi vida. Dicen que el alcoholismo es una enfermedad progresiva. Sé que eso es verdad, pero realmente nunca había sufrido graves consecuencias hasta que me pusieron en libertad condicional debido a un incidente. Seguí bebiendo y las malas consecuencias nunca me detuvieron, aunque cada vez que me arrestaban decía que nunca más iba a beber. He lastimado y he decepcionado a todos los que se preocupan por mí, y eso es lo que más me duele. Ahora quiero hacer las cosas bien y realmente practicar el programa: 90 reuniones en 90 días, padrino, grupo base, trabajar en los Pasos, todo”. — **David D., Región Noreste**

EL REGALO DE LA ESPERANZA

“Me desperté con una clara señal indicadora de que esto no era un mal sueño — estaba esposado. ¿Cuántas veces me han puesto esas esposas en mis muñecas? ¿Cuántas veces me he encontrado en el asiento trasero de un coche patrulla de camino a la cárcel por mi comportamiento criminal? ¿Cuánto tiempo de condena me darán ahora, meses o años? Estos fueron los primeros pensamientos que entraron en mi mente nublada. No pensé en cómo mis acciones afectarían a mi familia. Pronto descubrí que las actividades criminales eran una forma de sentirme importante. En las cárceles y las prisiones podía desarrollar una personalidad que hacía que el aislamiento fuera una opción aceptable. Si me odiaba a mí mismo no podía haber un sitio mejor para propagar mi enfermedad y hacer que los demás también sufrieran. Mi vida no tenía estructura y aprendí a cerrarme al mundo externo durante muchos años. Me perdí en el ‘sistema’ por decisión propia. Mi vida era de puerta giratoria. Dentro y fuera, arrestos y liberaciones, esas llegaron a ser las indicaciones de mi posición social. Estaba ‘acabando de salir’ o ‘de vuelta’, así fue durante 28 años. Esto nos lleva adonde me encontraba, mientras estaba esposado a la cama del hospital. La simple pregunta que se me hacía era ¿qué te pasó? Al considerarlo, la respuesta a esta pregunta es la más importante que pueda dar en mi vida. Puedo ver mi vida por lo que es, en qué se ha convertido y en qué quiero que se convierta. Hoy tengo la oportunidad de una nueva forma de vivir. Donde había decepciones y pesares puedo encontrar alegría y entusiasmo. Todavía me queda mucho camino que

recorrer, tanto en mi recuperación como en mi condena. Hoy tengo la suerte de ver que la Comunidad está funcionando en todos los aspectos de mi vida. Mi programa es mi propio programa hoy día, para desarrollarlo y hacerlo como mejor me parezca. Y para mí eso es un regalo de esperanza que mantiene viva y poderosa la visión de lo que puede ser. Al vivir en el momento presente puedo ver un futuro que no se parece en nada al pasado”. — **Steve C., Región Pacífico**

“Soy un hombre de 29 años que va a salir en libertad en mayo de 2016. He tenido una buena vida. Siempre me gustaban las fiestas, quería que todo el mundo me conociera, y ser la alegría de la fiesta. Dejé que el alcohol tomara control de mi vida. Cuanto más se me confrontaba con mi problema con la bebida, más me enojaba. Tenía lagunas mentales y agredía mental y físicamente a las personas. Cuando estaba sobrio nunca actuaba de esa manera, pero según pasaba el tiempo bebía más y más. Aunque mi forma de beber iba empeorando, siempre me comporté como un buen padre. Amaba a mis hijos y hacía muchas cosas con ellos. Me sentenciaron otra vez y me dieron una condena de cuatro años. He sentido la necesidad de contar mi historia porque finalmente me siento en paz al aceptar que el alcoholismo ha tomado control de mi vida. Esta enfermedad te agarra y no te deja hasta que has perdido todo. Me siento afortunado de haber ido a prisión antes de que fuera demasiado tarde. Espero que ahora pueda tender mi mano para ayudar a alguien a cambiar su vida antes de que sea demasiado tarde”. — **Triston T., Región Este Central**

DÍA A DÍA

“Mi forma de beber era tan mala como lo es para muchos de nosotros, alcohólicos. Bebía por ningún motivo y por todos los motivos. Solo quería estar adormecido, fuera del alcance de la realidad. Las resacas me llenaban de remordimientos y temores por no tener claro lo que me pasaba cada vez que bebía. Simplemente no podía dejar de beber. Había oído hablar muchas veces de las reuniones semanales de A.A. para la recuperación, pero siempre pensaba que eso no era para mí. Finalmente, una noche, el 10 de octubre de 2009, no pude aguantar más y le pedí al Dios Padre que me ayudara a curarme de mi enfermedad del alcoholismo, y mi llanto era tan desesperado que lo hizo. Ya no tenía el deseo de probar el fascinante enganche del alcohol. En seguida me encontré asistiendo a las reuniones de A.A. en la prisión y tratando que mis acciones diarias siguieran los Doce Pasos y las Doce Tradiciones. Amplié mi concepto de quién es mi Poder Superior y aprendí a confiar en él. Puedo proclamar humildemente que por la gracia de mi Poder Superior, no por mi propia fuerza, estoy sano y dotado con la fortaleza de lidiar con mi alcoholismo. La verdad es que siempre voy a ser alcohólico, pero un alcohólico que sabe que tiene una elección, y yo elijo diariamente no beber; un alcohólico que sabe que no está solo, y aún más importante, que ha dejado que su Poder Superior tome el control de su vida. Así que cuando surge la adversidad, también lo hace mi Poder Superior para protegerme no sólo de mi alcoholismo sino en cada aspecto de mi vida. Y así, día a día puedo decir: ‘Soy Luis C., un alcohólico en recuperación, que se toma la sobriedad un día a la vez’”. — **Luis C., 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 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.