



COMPARTIENDO DESDE DETRAS DE LOS MUROS

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

Verano 2009

Queridos compañeros 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.”*

DE MIEMBROS DE A.A. “DE AFUERA”

“Muy querido A.A.: Tengo el agrado de decirles que, en nuestra última visita a la cárcel del condado, un compañero de A.A. y yo tuvimos la oportunidad de hacer uso del boletín *Compartiendo desde detrás de los muros*. Normalmente, al dirigir la reunión, hacemos uso del Primer Paso del libro Doce y Doce o del Capítulo 3 del Libro Grande. A los presos les encantaron las historias y a la hora de volver a sus celdas querían llevar consigo copias del boletín o utilizarlo en sus reuniones diarias, unos con otros, cuando no hay otros materiales. Tuve que compartir esta información con ustedes de parte de todos los 15 de nosotros presentes en la cárcel del condado el martes por la noche, una de mis reuniones favoritas.”
— **Keith M., Región Este Central (miembro de A.A. de afuera)**

“Parece bien raro que yo no empezara a participar en el servicio de correccionales hasta que no cumplí 15 años de sobriedad, especialmente si se tiene en cuenta que logré la sobriedad en la prisión local. Durante mis primeros años en A.A., participé muy energicamente en las actividades de mi distrito. En cuanto me pareció que había cumplido con la parte que me correspondía, me retiré de esas actividades. Me trasladé a un pueblo a unas 130 millas al norte y vi que había gran necesidad de un MCD y asumí ese puesto de servicio; luego vi que había una gran necesidad del servicio de correccionales, así que me puse a coordinar reuniones en prisiones y empecé a participar en actividades del área. Fue necesaria la intervención de la Divina Providencia para que me permitieran entrar en la prisión estatal dado que cuando estaba a la espera de juicio en el sistema del condado, se habían formulado cargos de venta de drogas contra mí. Y lo más raro: no hay nada espectacular en lo que hago. Simplemente me estoy manteniendo sobrio. Y en el plan global, no estoy haciendo ni la mitad del esfuerzo que hacía para beber y lo demás. Gracias y que Dios les bendiga.” — **Artie D., Región Noreste (miembro de A.A. de afuera)**

ES UNA COMUNIDAD DE ‘NOSOTROS’

“Quiero expresarles mi agradecimiento por preocuparse de nosotros, los alcohólicos. En todo lo que leo acerca de A.A., hay mención de ayudar a otras personas. Al echar una mirada atrás no puedo acordarme de ninguna vez en la que yo verdaderamente ayudara a otra persona. Si hacía algo para alguien, estaba pensando en lo que yo recibiría a cambio. Causé daños a mucha gente y a mí mismo. Después de leer el Libro Grande, se me empezaron a abrir los ojos, y mi mente comenzó a relajarse un

poco. Tenía una actitud diferente hacia la vida después de leer el Libro Grande. No tengo palabras para explicar cómo me sentía.”
— **Charles H., Región Sureste**

“Me llamo Mike y soy un alcohólico encarcelado. He ido descubriendo la sobriedad durante mi encarcelación. Soy bastante joven todavía. Tengo solamente 25 años y ya he cumplido dos años de mi condena. Sólo me quedan 11 meses para que me pongan en libertad y me vaya a vivir en el mundo libre. Desde mis años adolescentes y hasta mis años de adulto he sido alcohólico. He pasado tiempo en dos centros de rehabilitación donde no se ofrecía el programa de A.A. Aquí encarcelado he venido enterándome de lo que se trata A.A. Hay solamente dos reuniones a la semana y trato de asistir a todas las que puedo. Hace solo un mes que asisto pero creo que este programa puede ser de gran beneficio para mi recuperación cuando salga por las puertas. Tengo familiares que llevan unos 30 años y más en el programa. Les ha ayudado en tiempos buenos y malos. Si yo hubiera escuchado su consejo y hubiera asistido a las reuniones de A.A. con mis hermanos, no estaría aquí. Pero en ese entonces, no estaba listo.” — **Michael G., Región del Pacífico**

‘A.A. ME HA DEVUELTO LA CORDURA’

“Hola, me llamo Jonathan. He asistido a las reuniones de A.A. desde que llegué a esta prisión en junio de 2008. Los hombres me han ayudado a superar muchas cosas en las reuniones. El poner en acción el programa de A.A. ha cambiado mi perspectiva sobre la vida. Los Pasos no sólo me han ayudado con mi alcoholismo, sino también en las situaciones de mi vida diaria. Voy aprendiendo a aceptar la vida tal como se presente, hago mi inventario personal, y sé que un poder superior a mí mismo ahora tiene el control. Por beber alcohol, acabé en la penitenciaría. En enero de 2007 tuve un accidente de automóvil muy grave y mi compañero perdió la vida y yo casi la mía. Me siento muy afortunado por esta segunda oportunidad que Dios me ha dado. Yo, y mi amigo alcohol, destrozamos una vida y dejamos desgarradas a varias familias (incluyendo la mía). Salí con la nuca, el cráneo, la espalda y el maxilar inferior rotos. He aprendido una lección que me gustaría no haber tenido que aprender nunca. Y no la aprendí de inmediato. El alcohol me impedía tanto ver la realidad que seguía bebiendo hasta el día en que el juez me impuso la pena. La prisión me salvó la vida. El programa de Alcohólicos Anónimos me devolvió la cordura porque podía compartir con otros hombres con el mismo problema. Muchas noches tumbado en la cama detrás de estos muros me doy cuenta de lo cercano que estuve de la muerte. Ya sea instantánea en un accidente o lenta por haberme destrozado el hígado y la mente. Quiero agradecer a los hombres y mujeres afiliados a este programa por ayudar a los hombres y las mujeres de adentro. Es un privilegio ser parte de algo más grande que yo.” — **Jonathan R., Región Sureste**

‘ACEPTAR - Y ADELANTE’

“Hacía años que trataba de eludir a A.A., lo cual iba en perjuicio de mis propios intereses. Si hubiera sabido algo acerca de A.A., el programa me podría haber ayudado hace años. Cuando llegué a la cárcel del condado, un hombre que estaba allí conmigo me sugirió que fuera a una reunión. Él sabía que yo estaba encarcelado por crímenes cometidos cuando estaba totalmente borracho. Me quedé maravillado al oír a hablar a personas que habían pasado por las mismas cosas que yo. Ahora, para ellos, los problemas son cosas del pasado; el alcoholismo vive todavía en ellos, pero ahora ellos tienen

esperanza, la cual, en aquel entonces yo no tenía. Había llegado al fondo más bajo; había perdido todo lo que tenía. Y lo peor era que las personas de quienes más yo dependía me había dado por perdido. Iba de camino a la prisión y me parecía que a nadie le importaba si saliera o no algún día. Luego un hombre viejo, miembro de A.A., con 40 años de sobriedad me hizo darme cuenta de que estaba bien. Me había causado el daño a mí mismo. No había posibilidad de cambiar el pasado, pero podría cambiar el futuro. Tenía que creer en algo superior a mí mismo y tuve que seguir los Doce Pasitos sencillos. Así era. Claro. Sencillos. ¿Me estás tomando el pelo? No puedo hacer esto. ¿Qué sucederá si nadie quiere que yo haga reparaciones? ¿Si no me creen? Y él me dijo: ‘Es probable que no te crean. Hay que aceptarlo y – adelante. No puedes anular el daño que hiciste en el pasado, pero puedes aprender de la experiencia para que no vuelvas a hacerlo.’ En estos momentos no puedo asistir a las reuniones, pero espero que la situación cambie en un futuro próximo. Con la ayuda de Dios, del Libro Azul y, espero que con la de alguien de afuera que conteste a mis preguntas y pueda aconsejarme cuando necesite consejos, podré dar estos Doce Pasos sencillos.” — **James R., Región del Pacífico**

“Llevo 26 años intentando lograr la sobriedad. Sólo he tenido unos pocos problemas: 1) Me negué a aceptar un poder superior; 2) No era sincero conmigo mismo ni con los demás; 3) No abandoné nada. Recientemente tuve un despertar espiritual después de un intento de suicidio. Sobreviví de milagro. La doctora me preguntó que por qué lo hice y le dije: ‘Porque era lo único que podía controlar.’ Se echó a reír y me preguntó por qué había sobrevivido, ¿no sería tal vez porque yo no era quien estaba en control sino Dios? Fue como si de pronto se hubiera encendido la luz. Finalmente, no estoy simplemente leyendo los Pasos sino comprendiéndolos. Decir que mi vida ha cambiado sería quedarse corto. He estado en la prisión un año pero llevo casi tres años sin beber. La recuperación no va a venir a buscarme, yo tengo que buscarla.” — **Mario S., Región Noreste**

‘BEBER = CÁRCELES, INSTITUCIONES Y MUERTE’

“Estoy encarcelada por manejar borracha. Reconocí que era alcohólica a la edad de 20 años, asistí a mi primera reunión a los 21, y me mantuve sobria 15 años. A los 36 años salí, y en el curso de los diez años siguientes, estaba sobria un par de años, luego bebía otro par de años, y así sucesivamente, hasta que el tigre dormido se despertó y creció lo suficientemente grande y feroz para ayudarme a lograr mi primera condena por manejar borracha a los 43 años. Ahora tengo 46 años. He tenido la gran suerte de no lastimar a nadie manejando. Pero podría haberlo hecho. A pesar de mi profunda comprensión del programa de A.A., de los Doce Pasos, del apadrinamiento, del concepto de la rendición, la sinceridad, el trabajo y la acción, una vez que recaí, mi forma de beber y mi comportamiento posterior empezaron a recorrer el camino preciso que A.A. describe: mente retorcida, seguir bebiendo, etc. = cárceles, instituciones y muerte.” — **Jennifer E., Región del Pacífico**

‘VALIENTES, SINCEROS’

“Acabo de leer el folleto ‘Es mejor que estar sentado en una celda’, después de salir de una reunión de A.A. Es un buen folleto y muy útil. Las dos personas que vinieron a visitarnos y a contarnos sus historias personales eran valientes, sinceras. Me han inspirado a tratar de hacer las cosas mejor cuando salga. Cada uno de los cargos que tengo en mi contra es por causa del alcohol. Leer los folletos y hablar con los miembros me ha ayudado en dos meses más que cualquier programa de rehabilitación al que haya asistido. Al compararlos con hablar con los miembros de A.A., los profesionales parecen aficionados. Sólo en el pasado año, siete de mis familiares y mis mejores amigos han muerto en accidentes de automóvil, por manejar borrachos. Cuando me dieron mi primera condena por DWI, viajaba con un amigo que se había quedado dormido en el asiento a mi lado. Por lo que he leído y oído, iba a 87 mph en el carril contrario, y tenía un índice de 0.27. Estaba borracho y sin saber dónde estaba cuando me detuvieron. Si hubiera destrozado mi Oldsmobile, modelo del 87, y matado a mi amigo, me hubiera suicidado antes de ir a prisión. En lugar de eso, lo veo como que no hay mal que por bien no venga. Esta es la tercera vez que estoy en la

cárcel por culpa del alcohol, y no quiero que haya una cuarta vez. Esta última vez, mientras he estado aquí, he encontrado a Dios y he asistido a todas las reuniones de A.A. a las que puedo asistir. Creo que todas las cosas suceden por alguna razón, y me alegro de haber aprendido la lección antes de haber matado a alguien o a mí mismo. Yo los admiro a ustedes. Es más fácil decir ‘al diablo’ y seguir bebiendo toda mi vida, en lugar de esforzarme por hacer algo al respecto. Aquellos de ustedes que han logrado tener éxito son héroes para mí. Quiero hacer lo que ustedes han hecho y hacer algo productivo con mi vida.” — **Ben D., Región Noreste**

LOS QUE NO VAN A LAS REUNIONES NO SE ENTERAN DE LO QUE LES PASA A LOS QUE NO VAN A LAS REUNIONES

“Estoy cumpliendo una condena de dos años por ser un ofensor reincidente por DUI. La razón por la que les escribo es que entre la cuarta DUI y la quinta DUI estuve diez años sobrio. Me dieron la cuarta DUI hace once años. Durante esos diez años, practiqué el programa de la forma que el libro y mi padrino me enseñaron. Como se pueden imaginar, dejé de asistir a las reuniones, no volví a llamar a mi padrino y no devolvía las llamadas telefónicas de los A.A. ‘No necesitaba hacer todas esas cosas. Yo estaba bien.’ Puse todas esas cosas a un lado e iba a ‘seguir con mi vida.’ Duré exactamente doce días. Llegó el Día de Conmemoración de los Caídos y ‘me tomé unos tragos.’ El 4 de julio estaba en la cárcel por mi quinta DUI.” — **David M., Región Noreste**

“Logré pasar 13 años de sobriedad continua hasta que empecé a cansarme de ir a las reuniones y llamar a mi padrino. No tardé mucho tiempo hasta que comencé a llegar al trabajo con olor a alcohol en el aliento. Soy una de esas personas que sufre de graves trastornos mentales y emocionales. Me habían dado un diagnóstico de ser bipolar y tener trastornos de estrés posttraumático, y tomo medicamentos para eso. No toqué fondo hasta 2007, cuando me encarcelaron, mi mujer se divorció de mí y se llevó a los hijos, y perdí todo y a todos. En el 2008, mi padrastro fue asesinado, mi padre biológico murió por problemas de salud, y me denegaron la libertad provisional. He aprendido muchas cosas: que es peligroso beber después de un período largo de sobriedad, todo se empeora, no se mejora. Por primera vez me veo a mí mismo en la clasificación de ‘alcohólico crónico’ que hace el Dr. Silkworth en el capítulo “La opinión del médico” del Libro Grande, y veo que tengo una enfermedad que, cuando se activa por medio del alcohol, me destruye mentalmente, físicamente y espiritualmente; y finalmente he aprendido que no estoy encarcelado por comportamiento criminal, sino por beber alcohol, lo cual me condujo al comportamiento criminal.” — **Jason H., 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 los correspondientes al azar; los hombres escriben a hombres y las mujeres a 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, 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 del 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.