



# ALKI-LINE



LIÉVATE UNO, ES GRATIS

Boletín de A.A. del Área 11 Vol. 32 No. 1 Febrero - Marzo de 2023

## Otra mañana sobria

Despertando,  
Un lecho de pensamientos,  
Relajándome  
A través de las gotas de café.  
Recuerdos ásperos,  
Irritan la piel  
Aliviada por las voces,  
Que se escuchan en frecuencias,  
Ahora comprendidas;  
Comienza este día,  
Con súplicas de esperanza  
Apaciguadas con promesa,  
Y amor y sanación;  
Motivada a estirarme,  
A mirar hacia arriba,  
Y sonreír.

– Lisa M.

## Mi exnovia

Parece ser que los cuartos de A.A. están llenos de personas que tiene un ex algo – esposas, esposos, amigos. En una reunión reciente, una mujer habló de su bebida como un novio abusivo. Era bueno por un tiempo, pero la mañana siguiente ya no lo era (la resaca). Mi mente rápidamente formó la imagen de mi exnovia Srta. Bebida – la botella con graduación alcohólica cien por ciento de whisky.

O, cómo nos divertíamos juntos – o al menos eso pensaba. Mirábamos televisión juntos por las noches. Aunque, es gracioso, no creo poder recordar cómo terminaban las películas. Nos íbamos a la cama juntos, acurrucados en los brazos uno del otro. Cuando me daba vuelta la miraba posada en mi mesa de noche, me repugnaba. Ya no era la belleza que recordaba de la noche anterior.

Como habrán adivinado, más adelante en el día nos reconciliábamos. Yo le daba dulces besos y le ofrecía mi amor eterno. No me daba cuenta que yo le estaba

ofreciendo – hasta que la muerte nos separe. En los días buenos le bajaba el techo a mi pequeño Miata, y nos íbamos en un paseo juntos. Qué divertido era alcanzar velocidades de cien millas por hora en las carreteras despejadas. La sanidad es un lujo raro en mi vida. Había mañanas en donde me preguntaba quién había rallado mi guardafango.

Antes de salir por la noche, ella y yo pasábamos tiempo juntos solo besándonos en el sofá de la sala. Aquellas noches la tenía que dejar en casa porque estaría pasando tiempo con sus primos. Ella no era celosa. Ella sabía que volvería a casa – ella estaría esperando. Ella era la que siempre me llevaba al país de los sueños. Cada mañana, sin embargo, yo sentía su disgusto conmigo. Por qué lo aguanté, no recuerdo. Sus primeros besos siempre eran tan maravillosos. Después muchas veces me desvanecía hacia el olvido.

La oscuridad me invade. Personas en batas blancas se reúnen alrededor mío. Las voces suenan distantes y confusas.

Tengo una nueva novia ahora. De carne y hueso. Mi antigua novia es un recuerdo doloroso. ¿Cómo había permitido que mis problemas y emociones se mezclaran tanto con esa novia loca y abusiva? Mis amigos me advertían sobre ella, pero no, yo elegí no escuchar. Todos los años que pasé con ella están perdidos, se fueron a la basura – el tiempo no viaja de regreso para ninguno.

Gratitud. Sobriedad. Sanidad. Compañerismo. Mi vida ahora es una de estar en unión con mi Poder Superior. Experiencia que he ido adquiriendo a través de mi dolor y autodestrucción. Sabiduría que he escuchado en los cuartos de A.A. Conocimiento aprendido del Libro Grande y de los Doce Pasos. Reconozco que estoy aquí hoy y sólo por la gracia de Dios. El regalo de una nueva vida. Un regalo que vivo – Un Día a la Vez.

– Al Di.

## Que ayuden

He sido muy afortunado por los años que he estado en Alcohólicos Anónimos. Mi primer padrino me dijo que no iba a tener problema con este programa. Las primeras personas que conocí en Alcohólicos Anónimos me dijeron que entrara de lleno con los dos pies, y que me metiera al servicio en el grupo, en el distrito, o a nivel de área. Yo continué manteniendo ambos pies dentro de este programa y continué haciendo el trabajo que necesito hacer para mantenerme sobrio con la ayuda de todos ustedes. Así es que, por favor piénsenlo y consideren prestar algún servicio, ya sea a nivel de grupo, de distrito o de área. Le va a iluminar su sobriedad. Gracias.

– Ed D. Jr.

## Me sacó del abismo

Acabo de celebrar siete años de sobriedad, apenas. Me recuerdan los Pasos Uno, Dos y Tres. Yo sabía que era alcohólica. Yo sabía que estaba demente, y sabía que tenía a un Poder Superior. Yo estaba yendo a reuniones. Estaba hablando con mujeres. Había encontrado a una nueva madrina y ahijada, y estaba haciendo el trabajo de los pasos. El Libro Grande dice, “Sigue estas indicaciones claras puestas ante tus pies”. Entonces, ¿qué pasó? ¿Por qué me sentía como que estaba en el abismo? ¿Estaba en el bloqueo mental que precede el primer trago? Luego mientras trabajaba el Tercer Paso, mi Poder Superior me sacó del abismo y me recordó que nada pasó, sigo siendo alcohólica.

– Celina B.

## Round-Up 2023

### “Los servicios generales – nuestro vigoroso aliento y propósito”

Sábado, 18 de marzo del 2023

Evento híbrido

Escuela secundaria Wooster,  
2725 Main Street, Stratford, CT

La inscripción en línea estará en: <https://ct-aa.org/Event>

El Round-Up es un evento anual de un día cuyo objetivo primordial es animar y educar a los miembros de Alcohólicos Anónimos del Área 11 acerca de la estructura de servicios generales mientras se va fomentando la

alegría y diversión de practicar el Tercer Legado de servicio en nuestra comunidad.

Por medio de presentaciones y talleres asociados con la estructura de servicios generales, nuestro objetivo es apoyar a los miembros a llevar el mensaje de recuperación y esperanza a otros, e interactuar con miembros para que se envuelvan en el servicio a través de la atracción.

Conforme a nuestro objetivo primordial de animar y educar a los miembros, nuestro lema reflejará el lema de la 73ª Conferencia de Servicios Generales: **“Los servicios generales – nuestro vigoroso aliento y propósito.”**

Habrà diversión y aprendizaje a través de un panel conducido por RSGs, MCDs, y Coordinadores de los Comités de Servicio discutiendo **“Nuestros riesgos comunes y solución común”** en nuestras respectivas posiciones de servicio.

Vengan a echar un vistazo a nuestras exhibiciones de literatura y participen en la discusión de **“Utilizar la literatura de AA al llevar el mensaje.”**

Relájense y disfruten de nuestro orador invitado, Custodio Regional del Noreste, Francis G., mientras él describe lo que es **“Fomentar una cultura floreciente de los tres legados.”**

¡Mientras seguimos con la planificación, continuamente estamos buscando maneras en que las Tradiciones de A.A. cobren vida mientras vamos comprendiendo cómo los Conceptos dirigen nuestro trabajo de servicio!

Por favor continúen chequeando el sitio web del Área 11 para más información mientras recibimos la confirmación de los detalles virtuales.

¡De antemano, gracias por su apoyo! ¡Espero verlos a todos!

– Cathy H., Secretaria del Round-Up

## RESERVA LA FECHA

### NERAASA 2023

Asamblea de Servicio de la Región Noreste de Alcohólicos Anónimos

23-26 de febrero del 2023

The Dresmond Hotel, Albany, NY

Visite [www.neraasa.org](http://www.neraasa.org) para información e inscripción.

## Crea & Imprime los Horarios de Reuniones y más en el sitio web del Área 11

Nuestro sitio web del Área 11 continúa evolucionando y siendo una fuente central de información y comunicación. Este recurso es aún más crucial durante estos tiempos de limitaciones con las interacciones en persona. Algunas, pero no todas, las mejoras/incorporaciones recientes incluyen:

- **\*\*Crea & Imprime los horarios de reuniones\*\***
- Enlaces directos a información crucial & eventos
- Herramienta para encontrar reuniones
- Información de contacto de los Oficiales del Área 11
- Mapa de los Distritos e información
- Desde el calendario de eventos, enlaces a eventos fuera del Área 11

Visita [www.ct-aa.org](http://www.ct-aa.org)

### Noticias y Anuncios

Box 459

Noticias de la Oficina de Servicios Generales de A.A. [Box 459](#)



### Reporte del Delegado

Los reportes mensuales del Delegado están disponibles en [www.ct-aa.org](http://www.ct-aa.org) en inglés y español. [Haz clic aquí para tener acceso rápido.](#)

[¡Haz clic aquí y échale un vistazo!https://www.aa.org/news-and-announcements](https://www.aa.org/news-and-announcements)

### Solicitud de historias

- 4ª Edición del “Libro Grande” en español – envíala por correo electrónico a [4LGHistorias@aa.org](mailto:4LGHistorias@aa.org) antes del 15/dic/22
- Folleto “A.A. para el alcoholico negro y afroamericano” – envíala por correo electrónico a [pamphletstories@aa.org](mailto:pamphletstories@aa.org)

Para preguntas acerca de cómo entregar tu manuscrito, comunícate con tu RSG, Miembro de Comité de Distrito o escríbenos a [alkiline@ct-aa.org](mailto:alkiline@ct-aa.org)



### La Viña – Archivo

¡Haz clic para escuchar! [La Viña Archivo](#)

### Suscripciones Y Literatura

Visita [La Viña Tienda • Revistas Libros Y Más.](#)

### ¡Nueva Lista De Audio En YouTube!

En esta colección de historias, miembros relatan sus experiencias con la ingobernabilidad de su alcoholismo antes de llegar al programa de Alcohólicos Anónimos.

¡Escanea el código QR para escuchar!



### ¡Nosotras queremos escuchar tu historia!

El Alki-Line es una publicación bimestral creada por el Comité de Alki-Line del Área 11, un equipo de servidores de confianza dedicado, cuyo objetivo primordial es ofrecer la lista de eventos actuales, artículos e información que fomenten la experiencia, fortaleza y esperanza en la recuperación, en el espíritu de las Tradiciones de Alcohólicos Anónimos y en particular “para mantenernos sobrios y ayudar a otros alcohólicos a alcanzar el estado de sobriedad.” El Alki-Line tiene varios puestos de servicio y se beneficiaría considerablemente al contar con más representación de los distritos.

Envíanos tu historia personal, ensayos, opiniones, poesía, etc... y permítenos conocer más de ti en el Alki-Line. Se puede entregar una página o menos de las historias usando una de las siguientes opciones:

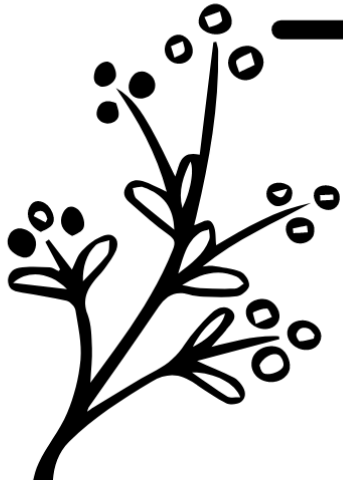
**Por correo electrónico:** [alkiline@ct-aa.org](mailto:alkiline@ct-aa.org)

**Por correo postal:** Alki-Line, P.O. Box 7060, Meriden, CT 06450

**O a mano** de su RSG o Representante de Alki-Line

Este boletín es hecho por y para alcohólicos; sin embargo, nosotros revisamos las colaboraciones de todas las personas interesadas en el programa de recuperación de A.A. Puede ser que el material sea editado para mayor claridad y tamaño. Este boletín y números anteriores se pueden bajar en [www.ct-aa.org](http://www.ct-aa.org).

*Esta es una comunidad honesta; suponemos que todas las colaboraciones son originales o de dominio público. Seguido de la publicación, todos los derechos de copyright se revierten al dueño.*



**SE NECESITA  
AYUDA**

# **INGRESE AL ALKI-LINE**

¡Tomen parte en la Comisión Alki-Line del Área 11! Buscamos un copresidente, oficial de distribución, secretario, diseñador gráfico y caricaturista. Envié un correo electrónico para participar ([alkiline@ct-aa.org](mailto:alkiline@ct-aa.org))!

