

EN SAYO

Agosto de 2019

Un publicación de Sexólicos

Anónimos

SA a los 40 años

SA alrededor del mundo

Reflector del espíritu

SA alcanza la mayoría de edad en Phoenix

Mujer en San Diego

El efecto de una vida

El milagro de una reparación

Un regalo para todos nosotros

HISTORIA DE MIEMBROS

30 años de saga de sobriedad

Sereno y soltero

HERRAMIENTAS PRÁCTICAS

Servicio y sobriedad

19 ruedas



EL PROPOSITO DE SA

Sexólicos 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. El único requisito para ser miembro es el deseo de liberarse de la lujuria y alcanzar la sobriedad sexual. Para ser miembro de SA no se pagan honorarios ni cuotas; nos mantenemos con nuestras propias aportaciones. SA no está vinculada a ninguna secta, confesión religiosa, partido político, organización o institución alguna; no desea intervenir en controversias; no respalda ni se opone a ninguna causa. Nuestro objetivo primordial es mantenernos sexualmente sobrios y ayudar a otros sexólicos a alcanzar la sobriedad sexual.

Adaptado con permiso de AA Grapevine Inc.

Declaración De Responsabilidad *"Yo soy responsable... Cuando cualquiera, dondequiera extiende su mano pidiendo ayuda, yo quiero que la mano de S.A. esté siempre allí. Y por esto: Yo soy responsable."*

Sexólicos Anónimos Declaración de principios

Tenemos una solución. No pretendemos que sirva para todos, pero a nosotros nos resulta muy útil. Si te identificas con nosotros y crees que tu problema puede ser semejante, pasaremos a hablarte de nuestra solución. (Sexólicos Anónimos, pág. 2) Al definir la sobriedad no hablamos en nombre de aquellos que no pertenecen a SA. Tan sólo podemos hablar en el nuestro. Así, para el sexólico casado, la sobriedad sexual consiste en abstenerse de todo acto sexual consigo mismo o con otras personas exceptuando a su cónyuge. En la definición, de

sobriedad de SA el término "cónyuge" se refiere a la pareja en un matrimonio entre un hombre y una mujer. Para el soltero, en la abstinencia de cualquier tipo de actividad sexual. Y para todos nosotros, solteros o casados, la sobriedad sexual incluye también la victoria progresiva sobre la lujuria. (Sexólicos Anónimos, pág. 193-194) (Adoptada en 2010).

El único requisito para ser miembro de SA es el deseo de liberarse de la lujuria y de alcanzar la sobriedad sexual, según la definición de sobriedad de SA.

Cuando dos o más sexólicos se reúnen para alcanzar la sobriedad de SA, según la definición de sobriedad de SA, pueden llamarse un grupo de SA.

Las reuniones que no se adhieren ni siguen la declaración de sobriedad de Sexólicos Anónimos, tal como se establece en la anterior Declaración de Principios adoptada por la Asamblea General de Delegados en 2010, no son reuniones de SA y no pueden llamarse reuniones de SA. (Adenda a la Declaración de Principios aprobada por la Asamblea General de Delegados en julio de 2016.)

Ensayo es una publicación de Sexólicos Anónimos Essay@sa.org

Copyright © 2019 Todos los derechos reservados

Resolución: "Dado que cada edición de Ensayo no puede pasar por el proceso de aprobación de la documentación de SA, los Custodios y la Asamblea General de Delegados reconocen a Essay como la revista Internacional de "Sexólicos Anónimos y apoyan el uso de los materiales de ensayo en las reuniones de SA".

Adoptado por los Custodios y la Asamblea de Delegados en mayo de 2016

ESQUINA DEL EDITOR

Estimados lectores de ensayo:

Este número de Ensayo incluye muchas historias sobre "¡SA a los 40 años!" Tenemos dieciséis páginas adicionales en este número con una revisión general del origen, crecimiento, estructura, y algunas personalidades importantes de SA sobre cuyos hombros nos apoyamos hoy. Para lo cual, como dice un miembro, nunca podremos estar suficientemente agradecidos.

Nuestro próximo número en octubre de 2019 se centrará en Libertad detrás de las barras (Temas de la prisión). Envíe cualquier historia o artículo breve sobre su experiencia con correccionales, consecuencias legales, y el Comité de Instalaciones Correccionales (SACFC). Futuros temas incluyen: diciembre de 2019 "Milagros en recuperación"; Febrero 2020 "Citas sobrias ". Déjenos saber de usted en essay@sa.org

Nuestro deseo de ser una reunión global continúa impresa. La descarga gratuita de cada número en inglés y español llega a los adictos al sexo de todo el mundo. Otras traducciones están disponibles en nuestro sitio web. Las publicaciones en nuestro sitio web (consulte a continuación la página 15) simplifica el acceso a artículos significativos. Todos estos están en sa.org/essay

Alentamos a grupos e individuos a solicitar suscripciones por correo para aquellos a quienes les resulta más fácil entregar el Ensayo a los recién llegados y utilizarlo para las reuniones de discusión. La edición impresa de SA tiene menos páginas que la versión electrónica debido a requisitos de correo Impreso o electrónico, cada versión de Ensayo puede servirle como una reunión impresa. ¡Gracias por ser lectores de Ensayo!

Los editores (David, Kira, Kent, Kirsten)
Artistas: (Christian M., Jimmy M., Wendy)

Suscríbete a *Ensayo!*

El ensayo electrónico mundial (archivo pdf) ahora es gratis. Descargue su copia actual o posterior de www.sa.org/essay Asunto 5 enviado por correo las suscripciones impresas cuestan \$ 20 USD / año a direcciones en los Estados Unidos. Envíe por correo suscripciones impresas de 5 ejemplares a Canadá o fuera de América del Norte son \$ 26 USD / año. Tarifa grupal (más de 10 copias enviadas a una dirección) para las copias enviadas por correo cuestan \$ 17.50 USD / año a las direcciones de EE. UU. Múltiple año las suscripciones son bienvenidas Visite www.sa.org para suscribirse o para información.

Eres nuevo en Sexólicos Anónimos?

Encuentre más acerca de nosotros:

Póngase en contacto con nuestra Oficina Central Internacional * Visite el sitio web de

SA en www.sa.org. Llámenos gratis al 866-424-8777 o correo electrónico a

saico@sa.org. Fuera de Estados Unidos llame al +1 615-370-6062

SA A LOS 40 AÑOS!

Período de 1971 a 1981/Querida Abby..... 18 <i>SA Empieza</i>	Otra forma de lujuria.....26
Noviembre 1981, Unión.....19 <i>Roy K, primer año en SA</i>	SA En todo el mundo.....27 <i>Informe sobre el crecimiento de SA</i>
Alemania 1985.....20 <i>Charlas de Roy K. en Bad Herrenalb</i>	Sobriedad y relativismo.....28 <i>Preocupaciones de Roy K. 1999</i>
Historia del Libro Blanco.....20 <i>La traducción Alemana</i>	Jessy L. Ensayo conmemorativo.....29
Europa & Este Medio (EMER).....20 <i>Región Emergente</i>	San Diego, mujer 5to año.....30
De Gordon a Galveston.....22 <i>Alcanzando al sexólico que sufre</i>	Roy K. Ensayo conmemorativo.....31 <i>Sylvia J, Recuerda</i>
Historial de renovaciones diarias.....23 <i>Encontrar un fajo de papeles</i>	Efecto de una vida.....32 <i>Harvey A</i>
La fraternidad de SA “llega al edad” En Phoneix 1996.....25	Mi camino a la recuperación.....33 <i>Fenner U.</i>
	Resolución de los delegados34
	Custodios en SA a los 40.....34

Herramientas prácticas

Una rutina matutina que funciona 8 <i>Recompensas de un buen comienzo</i>
Sueños de lujuria9 <i>Manteniendo nuestra condición espiritual</i>
“Malas noticias” en SA9 <i>(En forma de serie)</i>
Esto es una enfermedad10 <i>Cambio de definiciones médicas</i>
19 ruedas11 <i>¡Una historia de rendición muy divertida!</i>

7-7-712 <i>Paciencia y recompensas</i>
Dándole a Dios el crédito13 <i>Las medias tintas nos fallan dos veces</i>
Sorprendente poder de la oración13 <i>A medida que cambiamos, las oraciones cambian</i>
Publicaciones en SA.org/Essay15

MEDITACIONES

Una piedrita en el estanque16
--



Sala de reuniones en Bogotá, Colombia Sur América,
Nueve reuniones cada semana!

Trabajando los pasos.....16

Feliz aniversario!.....17

HISTORIAS

El hombre que conoció a Dios.....36

Tenemos un nuevo jefe

Soltero y sereno.....37

Estar soltero es una plataforma única

Una saga de 30 años.....38

La sobriedad por años lo llevó a la cárcel

PASOS Y TRADICIONES

La tradición dos funciona.....40

Humildad y salud en el grupo

Asuntos de promoción.....40

Tradicón 6

Entendiendo mi Poder Superior-----41

Paso 2

NOTICIAS MUNDIALES

SA En Chennai, India.....42

Eventos en Europa & Australia.....43

Información Técnica de Comunicaciones.....45

SACFC.....49

También en este número:

- Propósito de SA2
- Declaración de responsabilidad... 2
- Declaración de principios2
- Suscribirse a Ensayo3
- Cartas a querida ensayo.....6
- Delegados Y Custtodios.....44
- Esquina de la literatura.....45
- Calendario de eventos.....46
- Convenciones.....47
- Permiso para copiar.....48
- Presentaciones a ensayo..... 48
- Humor.....49
- Doce Pasos / Tradiciones50

QUERIDA ENSAYO

Recordando a Wally F.

Nuestra comunidad de St. Louis SA echa de menos nuestro buen amigo Wally F. Murió de repente de un ataque al corazón en mayo 12, 2019. Quienes asistieron a la convención de SA en St. Louis el verano pasado, podrán recordar a Wally como el M.C. para la Convención.

Cuando comenzamos a planificar la Convención Internacional 2018, Wally tomó la silla del programa como había estado varias Convenciones internacionales y las amaba. Él dijo que sí. Luego se le ocurrieron 150 sugerencias para temas importantes! Nosotros elegimos 70 temas y Wally consiguió 1-2 oradores para cada uno. Él armó la agenda, haciendo pacientemente numerosas revisiones a medida que pasaban los meses.

Un poco más tarde, mi co-presidente tuvo que renunciar, así que le pregunté a Wally si estaría dispuesto a asumir ese papel también. Él dijo que sí. Cuando llegó el momento de poner juntos el folleto del programa de 8 páginas, Wally se ofreció para hacer eso. Al estar más cerca de la convención, quedó claro que el presidente del programa tenía que estar íntimamente involucrado con las salas de reuniones del hotel, porque las tareas seguían cambiando. Finalmente, cuando nuestro original M.C. quedó fuera, le pedí a Wally que fuera el M.C. para el evento. Dijo que sí otra vez. Wally trabajó 40 horas por semana para ayudar a mantenernos en el camino.

Dos meses después de la convención, queríamos tener una reunión con todas las personas que trabajaron en la convención. Wally, quien se ofreció a organizarlo en su casa con su esposa Mary. Aquellos de ustedes que vinieron a la convención podrían recordar que pasamos una llave con la letra "W" en ella, que significaba Complacencia, (willingness, en inglés). Para mí, esto también me recordará a Wally, que fue un buen ejemplo de buena voluntad como nunca he conocido. Lo extrañaré mucho.

M.H., Missouri, EE. UU

A un miembro en Geek Camp

Felicidades! en 20 meses Saber que recién comienza a ver que las Decisiones Basadas en la Lujuria (DBL) y estarán con usted la mayor parte de su vida. Cuanto más arriba del camino subimos, más hermosa es la vista, pero más fuerte es la caída.

A veces admiramos tanto la vista nos olvidamos de observar rocas caídas. Cuando nos golpeamos el dedo del pie o nos torcemos el tobillo, decimos que todo estará bien. Por eso es exactamente cuando tenemos que dejar de admirar lo lejos que hemos llegado, prestar atención a limpiar los escombros y rendir nuestra fatiga así poder llegar al siguiente punto y admirar la maravillosa vista.

KA., EE. UU.

Nuevos archivos de SA y Comité de historia

En 2018, la Junta de Custodios de SA estableció el Comité de archivos e Historia de SA [A&HC, por sus siglas en inglés] para recopilar y catalogar registros del origen y desarrollo de la fraternidad de SA. La misión de A&HC es: "preservar la historia de SA, para documentar los recuerdos de nuestros miembros y hacer esta información accesible para miembros de SA y otros investigadores [en orden] para proporcionar un contexto para comprender la progresión de SA, principios y tradiciones".

El A&HC actualmente está haciendo solicitudes a través de los Intergrupos de SA para adicionar historias de los primeros miembros. La Junta de Custodios de SA recientemente aprobó la guía de la orientación de la colección de historias, incluyendo preguntas sugeridas para los primeros miembros que están dispuestos y calificados para compartir sus historias personales y grupales. Copias de los cuestionarios también se pueden descargar del sitio web de SA.org o puede ser solicitado a <mailto:saico@sa.org>.

Celebrando 30 años del - "Libro Blanco" de Sexólicos Anónimos"

El Libro Blanco, tal como lo conocemos ahora, se imprimió por primera vez en julio de 1989. Poco después, el libro estuvo disponible con una opción de cubierta artística impresa o cubierta blanca lisa.

Para celebrar los 30 años, las siguientes ediciones del Libro Blanco están disponibles o en proceso:

Conmemorativa: texto básico de SA con diseño de portada original de 1989 y cubierta extraíble de vinilo blanco. USD\$7 de [Hands Services](#), con un descuento del 30%.

Portátil - Mini Libro Blanco íntegro de 4X6 pulgadas. \$ 10 de [Hands Services](#).

Electrónico: libro electrónico Kindle en inglés disponible próximamente en Amazon. Para más información, consulte [Tienda SAICO en línea](#) de mediados a finales de agosto de 2019.

Impresión bajo demanda: más asequible para compras en pequeñas cantidades fuera de los EE. UU. El proceso de distribución y los precios pronto se finalizarán. Para más información, consulte la [Tienda de SAICO en línea](#) de mediados a finales de agosto de 2019

PAREDES DE SA ALREDEDOR DEL MUNDO



Sitio de reuniones en Pforzheim , sábado en la mañana 9:00 am. Suponemos que el hombre de la foto es el abuelo de Roy K.



Reunión en Wilsonville, Oregon USA, lunes en la noche



Reunión en McLean en Virginia USA, domingo en la noche



Our Meeting in Print

HERRAMIENTAS PRÁCTICAS

Una rutina matutina que Funciona para mi!

Recompensas de un buen comienzo

Si quiero una mejor relación con alguien o algo (padre, madre, esposa, hijo, hija, padrino, clubes de golf o amigos) – en otras palabras, cualquiera o cualquier cosa, qué debería hacer? Pasaría ¡MÁS tiempo con ellos! La clave para estar presente para tener más tiempo con ellos es "mejorar mi contacto consiente con Di-s "Para mejorar mi relación con Di-s tengo que pasar tiempo con él.

He descubierto que la sobriedad es lo más importante en mi vida. Por lo tanto debo demostrar sobriedad con mis comportamientos. Si priorizo la relación con el poder que me da vida y sobriedad,

Mi paz y serenidad hoy están más allá de mi más salvajes esperanzas

Entonces tomar las acciones como lo primero significa que tengo que levantarme intencionalmente más temprano de lo "necesario".

Todos los días, (o como algunos señalan, solo esos días que tienen una "S" y el domingo) salgo de estar acostado y caigo de rodillas con dos oraciones: "Gracias a Dios por otro día para buscar y hacer tu voluntad "y

"Dios por favor dirige nuestro (mi) pensamiento..... "Entonces tengo seis lecturas en AA Libro Grande de los capítulos 2, 4, 5, 6. Luego leo las Reflexiones Diarias, El libro de meditación AA. Y luego leo de "Cómo lo ve Bill".

Luego hay un tiempo para escribir mis defectos del Paso 6 de la lista de carácter, seguido de la oración del Séptimo Paso

(De rodillas.) Después de eso escribo una lista de gratitud de al menos 10 cosas, comienzo: "Gracias Dios, estoy agradecido por..... "Por cierto, esto es para todos los días porque siempre es un nuevo día y estoy agradecido de nuevo.

Entonces tengo cuatro lecturas de nuestro Libro Blanco. Una vez más me forcé a hacer un Contrato Diario. Esta oración es "Dios, oro por la voluntad de buscar a través de oración y meditación para mejorar mi contacto consiente contigo Dios como yo te concibo". Sigo en eso durante 10-15 minutos de mediación; sentado con los ojos cerrados usando una guía meditación o el sonido del océano (hay una aplicación para eso).

Cuando hago la meditación, hago una oración más de rodillas usando de AA página 87 "usualmente concluimos ..."

Durante el uso de estas herramientas espirituales, también utilizo la increíble herramienta de un teléfono celular, llamando de 3-5 personas cada día. Si me siento extra espiritualmente leo el capítulo de AA "Una visión para ti" dos páginas al día y tal vez una historia personal en el Libro Grande. Planeo agregar a mi rutina matutina el libro diario de SA "La Conexión Real" que espero encontrar en la Convención Internacional en Seattle.

Tengo una alegría que diariamente es indescriptible SIN IMPORTAR las circunstancias de la vida porque es de Dios, SA y usted. Que es lo que he dicho? No tienes que hacer lo que yo hago, a menos que quieras lo que yo tengo!!

Dios los bendiga, Mike L., Oregon, EE. UU.

Sueños de lujuria

Manteniendo nuestra condición espiritual

Aunque he estado sexualmente sobrio desde el 4 de agosto de 2018, los sueños lujuriosos han sido parte de mi vida desde que descubrí la masturbación a los 12 años.

Desperté una noche con una incomodidad física en mi cuello. La siguiente noche me desperté con dolor de cuello y un sueño lujurioso que me llevó a rezar la oración de serenidad. Me quedé dormido, tuvo otro

Me di cuenta que enmienda s por hacer

sueño sexual, desperté y oré la Oración del Tercer Paso. Este ciclo se repitió tres veces más durante los cuales recé la oración del Séptimo y Undécimo Paso. Después de despertar del sueño final de sexo, clamé a mi Poder Superior, "Dios, ¿qué demonios pasa?! ¡Lo estoy intentando aquí! "Luego me acosté en silencio en la cama, hice un paso Diez como inventario, escaneando mis pensamientos para ver qué estaba mal, por qué estaba tan molesto, y si es necesario hacer alguna reparación. Me di cuenta que tenía enmiendas por hacer. Esto me llevo trabajar el Paso 11, considerando mis planes para el día siguiente y cómo trabajaré / viviré el Paso 12 con un ahijado y amigos de SA esa tarde. Fue en eso punto que sentí una sensación de serenidad, paz y me liberó de toda la tensión en mi cuello y el cuerpo.

Me acordé de la página 64 de Alcohólicos Anónimos. "Cuando la enfermedad espiritual se supera, nos sentimos mejor mental y físicamente". Me sentí obligado a decir una oración de agradecimiento a mi Poder Superior por este programa espiritual de acción. Una de mis citas favoritas de Alcohólicos Anónimos está en la página 85, "Lo que realmente tenemos es una suspensión diaria que depende de nuestra condición

Nuestra condición espiritual. Cada día es un día en el que debemos llevar la visión de la voluntad de Dios en todas nuestras actividades". Para que pueda progresar en mi recuperación de la lujuria, necesito continuar con la rendición diaria de mi voluntad (pensamientos) y mi vida (acciones) a mi poder superior y para ayudar a otros adictos. Estoy agradecido por ser miembro activo de SA y espero conocer a algunos de ustedes mientras caminan el camino del destino feliz.

Hal C. - Virginia, Estados Unidos

"Malas Noticias" en Sexólicos Anónimos"

(en forma de serie)

En más de tres décadas de estar sobrio en SA han habido bastante algunas "malas noticias" para nosotros los sexólicos. Todas surgen como todo nuestro programa, desde nuestra experiencia, fortaleza y esperanza. En cada número de *Ensayo* bajo Herramientas Prácticas vamos a compartir algunas de estas "Malas Noticias":

Si alguna vez has estado sobrio durante 24 horas, tienes todas las herramientas que necesitas para estar sobrio el resto de tu vida – Un Día a la vez.

No importa cuánto tiempo he estado sobrio y no importa cuán perfectamente trabaje este programa de SA, seguiré siendo un adicto al sexo.

Tengo en cuenta todo lo que hice en mi enfermedad para llegar al punto de estar dispuesto a trabajar nuestro programa de SA.

Dejamos de luchar con todo y con todos. Tenemos que (AA 103).

HERRAMIENTAS PRÁCTICAS

Esta es una enfermedad

Cambio de definiciones médicas

En las reuniones de SA Me he encontrado con recién llegados que se han erizado con la descripción de la adicción sexual como una enfermedad. El Manual de Diagnóstico y Estadística (MDE) no lo LISTA. El CDC no la reconoce. Esta pérdida de la lista de enfermedades en todas partes. Un recién llegado me dijo desafiante: "No es una enfermedad. Eres solo un persona terrible". Nuestras ideas, como sociedad, de lo que constituye una enfermedad cambia y evoluciona con la cultura. La cultura simplemente no se ha puesto todavía al día con la adicción sexual.

La masturbación, en los siglos XVIII y XIX, fue considerada una enfermedad. Era la puerta de entrada a una caja de Pandora de males. La masturbación fue la causa de dispepsia, constricción de la uretra, ceguera, epilepsia, vértigo, pérdida auditiva, dolores de cabeza, impotencia, pérdida de memoria, raquitismo y una serie de otras condiciones nefastas. En 1893 Freud escribió que la masturbación fue causa de neurastenia (que es un debilitamiento de los nervios que ya no es reconocido como una enfermedad). El tratamiento para la masturbación fue muy fuerte, posiblemente incluía una cirugía e institucionalización a largo plazo. Podía ser encontrada como causa de muerte en los viejos certificados de defunción.

Ha habido, con el tiempo, una gran cantidad de enfermedades que ahora se consideran ridículas.

En 1851 el médico estadounidense, Samuel Cartwright, presentó una enfermedad que solo atacó a africanos esclavos. Se llamaba "drapetomanía". Causó que los esclavos huyeran de sus amos. El mismo doctor también descubrió "disestesia aethiopica". Hace que las personas de ascendencia africana sean menos inteligentes que otras razas

Enfermedades como Status Lymphaticus, El rey del Mal (que solo podría ser curado por el toque de una mano Real), Ovariomania (también llamada "Locura de la vieja doncella") y Autointoxicación intestinal (que surge de las heces almacenadas en los intestinos) son entre las muchas enfermedades de las que una vez los médicos estaban preocupados, estas ya no existen.

Hay grupos de SA en más de 60 países que ayudan a hombres y las mujeres se recuperan de la adicción sexual. Eso es bastante bueno para una enfermedad inexistente.

Nuestra idea de enfermedad está basada en valores. El alcoholismo no fue declarado enfermedad hasta 1956. La AMA (Asociación de Médicos Americanos) no reconoció tanto como médica como psicológica nuestra enfermedad hasta 1991. La homosexualidad no fue reconocida en absoluto hasta 1968 cuando el MDE declaró que era una enfermedad. No fue hasta 1987 que fue eliminado de la lista en el MDE. La Clasificación estadística internacional de enfermedades y problemas de salud relacionados (CEI) lo mantuvo en su lista de enfermedades hasta 1992.

En mi estado de origen bastante pequeño de Maryland hay 179 profesionales de enfermedades mentales que se especializan en el tratamiento de la adicción sexual. Existen grupos de SA en más de 60 países ayudando a hombres y mujeres a recuperarse de adicción sexual. Eso es bastante bueno para una enfermedad inexistente.

David W., Maryland, EE. UU.

HERRAMIENTAS PRÁCTICAS

19 Ruedas

¡Una historia de rendición muy divertida!

En la convención de Madrid me pidieron compartir una de mis primeras experiencias de rendición relacionadas con las 18 formas de rendición sugeridas por Roy K ante ataques de la lujuria y la victoria progresiva diaria sobre la lujuria.

En mi sobriedad temprana tenía sobriedad negativa y consciente o subconscientemente creía que habría una relación más por ahí para arreglarme. Ahora que había dejado de consumir lujuria quería pelear. En un momento la fantasía salió en espiral fuera de control y un número de

A regañadientes me rendí y algo se rompió en dentro de mí, únicamente pude mantener mi sobriedad física

teléfono de un lugar de consumo llegó fuertemente a mente. A regañadientes me rendí y algo se rompió en dentro de mí, únicamente pude mantener mi sobriedad física. Me sentí desesperado y temeroso de las consecuencias de consumir.

Una de las personas a las que llamé sugirió que escribiera el número en un pedazo de papel, orara sinceramente y luego lo quemara. Elegí, de forma impotente, un pedazo de tarjeta grasosa y escribí el número en ella. Encontré mi último recuerdo más ligero y dije una oración, "Elimina este número de mi mente ", y puse el encendedor la tarjeta. No pasó nada. Repetí el proceso y de nuevo intenté prender la tarjeta, nada. Y una y otra vez, cada vez con más fervor. "DIOS, TE LO RUEGO, POR FAVOR DIOS QUÍTAME ESTE NÚMERO MALDITO Y PARARÉ DE LUJURIAR!" Grité en voz alta. La tarjeta se incendió y el número se quemó nunca intenté deliberadamente

llamar recordando el número y el número nunca volvió a mi mente.

Sería agradable decir como en un cuento de hadas que he estado sobrio desde entonces. Tal vez sí, pero no puedo estar seguro del momento exacto de este suceso. De todas formas únicamente estoy sobrio en este momento y hoy puede que tenga que repetir esto si vuelvo a sentirme afectado. Esto sería como un camión bastante extraño con 19 ruedas, tal vez a algún compañero le gustaría dibujarlo? Pero este método sería mi presentación para camión de 19 ruedas, ¡INCENDIO PROVOCADO! Por favor no prenda fuego a su casa en un esfuerzo por mantenerse sobrio. No consuma incluso si tu trasero está en llamas!

Richard, Scotland U.K.

DONAR
A SA INTERNACIONAL
USE PAYPAL O TARJETA DE CRÉDITO EN
7 MONEDAS

<https://www.sa.org/donate/>

HERRAMIENTAS PRÁCTICAS

7-7-7

Paciencia y recompensas

Me estoy acercando a un hito en mi recuperación. No es una fecha de cumpleaños, es más una rareza de mi fecha de sobriedad y el calendario Gregoriano. Estoy a punto de lograr 7 años, 7 meses y 7 días de sobriedad, si elijo seguir nuevamente la voluntad de Dios en los próximos días. Por extraño que parezca, de nuevo debido a una rareza de calendario, también serán 2,777 días continuos de sobriedad. Entonces, comencé a reflexionar cómo ha sido mi vida en estos 7 días, 7 meses y 7 años de sobriedad.

No escribí mucho hasta después de un mes de estar en el programa, pero nunca olvidaré esa primera semana, estaba roto, mi espíritu estaba muerto, y no quería seguir viviendo como lo había hecho. Al entrar en la sala de Sexólicos Anónimos supe inmediatamente que estaba en casa, esa es la fecha que elegí mi fecha de sobriedad. Tuve otra reunión esa misma semana, mi esposa regresó a casa el día después de mi primera reunión, pero no quise decirle que estaba en el grupo, preferí esperar. Una semana después de mi primera reunión me estaba volviendo loco, le dije a mi esposa que necesitaba ir a una reunión al medio día. Ella me preguntó, “¿Qué reunión?” yo dije: “Sexólicos Anónimos”. Ella dijo: “Gracias. ¿Hay algo para mí?” y comenzamos un memorable viaje.

Siete meses después de mi primera reunión, estaba preparando mi Paso Uno, había sufrido una transformación, comprendía que yo era el problema, estaba enfermo, volvería a lo mismo a menos que aceptara mi urgencia para recuperarme fuera tal como si “tuviese brazas en mi trasero”. Ya había tenido varias tentaciones y no quería lo que había dejado atrás, de hecho, remití al chico que me había estado contactando por texto a nuestra web de SA y me deshice de su contacto telefónico, necesitaba alivio de mi auto obsesión.

Siete años después de mi primera reunión me he transformado, oruga un día... mariposa siete años después. Vivo el programa de recuperación, es mi vida hoy en día. Mi esposa ha experimentado su propia transformación. Ya no soy su Dios y ella ya no está atada a mí de por vida, nuestro matrimonio está experimentando una transformación, somos interdependientes, ni codependientes ni independientes. Tenemos el amor que cada uno de nosotros buscó a través de la adicción.

No puedo expresar suficiente gratitud hacia Dios, el programa, y la fraternidad del espíritu que me ha guiado en este viaje. Mientras viva, siempre podré disfrutar los frutos de otros 7-7-7.

Kent A, Oregon USA



He sido miembro de Irlanda del Norte SA por 5 1/2 años y sobrio durante un año. Mis pinturas están en galerías y privadas. coleccionistas Hugh S., Belfast, Reino Unido

HERRAMIENTAS PRÁCTICAS

Dando a Dios el crédito.

Las medias tintas fallan el doble.

Un número reciente del boletín de AA, La Viña, llamó mi atención acerca de “Las coincidencias es la forma en que Dios se mantiene asombroso.” Después de leer recordé, “Las medias tintas no sirven para nada... pedimos Su protección y cuidado y nos abandonamos completamente.”

A menudo les recuerdo a los demás (para recordarme a mí mismo) que el verdadero problema con "las medias tintas" es una doble pérdida: no solo no obtenemos resultados de las medias tintas, también pensamos que hemos hecho algo útil cuando, de hecho, no lo hemos hecho, así podemos creer que el programa no funciona. ¡Perdemos el doble!

Cuando uso medias tintas, empujo a Dios fuera de la imagen, me encuentro desmotivado, confuso, en pánico. Esto lleva a mi teoría personal de Dios: que es un neurótico desesperado quien hará todo lo posible para conseguir mi atención. Así que bien le podría dar a Él la atención y el crédito, ya que lo va a conseguir de todos modos. Mi teoría de Dios me recuerda a mi propio egocentrismo. El efecto neto de las medias tintas es devolver mi atención a Dios, que es bueno.

A través de mis acciones en sobriedad y recuperación y ayudar a otros Sexólicos, recibo los beneficios de este programa. Yo hago las cosas, y doy a Dios la atención y el crédito. Me mantengo enfocado en la gratitud de los regalos que Dios me da. Ésta es realmente el camino más sencillo y simple.

D.M., USA

El poder sorprendente de la oración

A medida que cambiamos, las oraciones cambian

Tenía tres oraciones antes de alcanzar la sobriedad en AA en 2003. Eran:

“Dios, dame lo que yo quiero”

“Dios, por favor, has que esta persona haga lo que yo quiero”

“Dios, si me sacas de esta, te prometo que nunca lo volveré a hacer”

Pedía a Dios que me mantuviera sobrio del alcohol, pero me mantenía practicando la lujuria, y oraba a mi modo: “Dios dame lo que quiero.” Vine a SA porque mi vida depende esto. Yo era un hombre roto, golpeado por mi adicción, deprimido, loco y suicida.

Aprendí sobre el verdadero poder de la oración cuando abrí el Libro Blanco, y un miembro de SA me habló acerca de las “18 herramientas” (La victoria sobre la lujuria y las tentaciones SA 160-170), comencé a aprovechar el sorprendente poder de la oración. Antes de SA, yo no creía en la oración, decía mis oraciones, pero mis acciones eran huecas, no estaba orando desde la fe y el deseo de rendición.

¡Las “18 herramientas” fueron una revelación! Este precioso texto está cargado de cortas y poderosas oraciones que realmente funciona. Actualmente, mis dos oraciones favoritas de las “18 herramientas” son “Renuncio al derecho que tengo de practicar la lujuria con esta persona, por favor, libérame de este deseo” (SA 161) y “Sea lo que sea que busco ahora, permíteme encontrarlo en ti” (SA 169)

Estas cortas oraciones sintonizan mi espíritu con mi deseo de rendición, son un poderoso antídoto para liberarme de la tiranía de la lujuria. Esta forma de orar, realmente me ayuda a construir una relación con mi Poder Superior que funciona para mí

HERRAMIENTAS PRÁCTICAS

Salvaron mi vida. Hasta que no estuve en SA, nunca confié realmente en Él, pedir por su voluntad, y ciertamente no estaba listo para entregar mi lujuria.

Regresando al Libro Grande de AA y releendo, ¡me sorprendió la gran cantidad de oraciones hay en ese libro!, siempre que el libro de AA dice “Le pedimos...” ¡es una oración!, aquí hay algunos ejemplos:

Resentimiento (AA 67): “Le pedimos a Dios que nos mostrara la misma tolerancia, consideración, y paciencia que tendríamos para con un amigo enfermo. Cuando alguien nos ofendía nos decimos a nosotros mismos: “Es una persona enferma. ¿Cómo puedo ayudarla? Dios líbrame de enojarme. Hágase tu voluntad.”

Convertido en oración: “Dios, _____ está enfermo y sufre, igual que yo. Por favor ayúdame a mostrarle la misma tolerancia, consideración, y paciencia que tendría para con un amigo enfermo. Es un hombre/mujer enfermo, muéstrame cómo puedo ayudarlo. Dios, líbrame de enojarme. Hágase tu voluntad.”

Miedo (AA 68): “Le pedimos que nos liberara del miedo y que dirigiera nuestra atención hacia lo que Él quiere que seamos.”

Convertido en oración: “Dios, por favor libérame del temor y dirige mi atención hacia lo que tú quieres que yo sea.”

Las páginas 86-88 del capítulo En Acción están cargadas de oraciones:

En la mañana (AA 86): “Antes de empezar, le pedimos a Dios que dirija nuestro pensamiento, pidiendo especialmente que esté libre de auto conmisericordia y de motivos falsos y egoístas.”

Haz una oración: “Dios, por favor dirige mi pensamiento. Por favor, haz que no caiga en motivos de autocompasión, deshonestidad o egoísmo ”

Escribí mis propias oraciones como parte de la práctica de mi paso 11. Recientemente dirigí un segmento en un retiro de SA, repasamos algunos pasajes del Libro Grande de AA y luego escribimos nuestras propias oraciones y las compartimos con el grupo, ¡Que poderosa experiencia, todas las personas en la habitación estaban escribiendo y compartiendo sus propias oraciones!

Una mañana, mientras me cepillaba los dientes, esta hermosa y simple oración apareció en mi cabeza, le doy el crédito a mi Poder Superior: “Dios, gracias por tu amor, cuidado y protección. Permíteme seguir tu dirección.”

Amen y gracias.

Matthew S., Georgia, USA



Our Meeting in Print

HERRAMIENTAS PRÁCTICAS

Publicaciones para ti en [SA.org/Essay](https://sa.org/essay)

A continuación se presentan algunas de las publicaciones disponibles para que las lea de forma gratuita desde los números de nuestra publicación Essay, si usted lee algún artículo en Essay que considere puede ser posteado, por favor envíenos su solicitud a essay@sa.org

Publicaciones disponibles en nuestro sitio web:

Essay en lenguaje Farsi “El servicio es un regalo” Dic-2018.

¡Al fin! El fin de la recaída crónica.

Lidiando con el miedo.

Abriendo mi mente a lo que se me ofrece este día.

No necesito saber – Art B

El perdón vale la pena

Estaré junto a la puerta – Roy K. 2008

Caminaré a través de las puertas: Pasos 4, 5, 6

Tres niveles de perturbación – Dennis T.

Superando la ira del padre.

Estaba exactamente donde se suponía que debía estar – Harvey A

Sobriedad y relaciones distorsionadas.

Una oración mágica.

Regresando a lo básico – Harvey A.

Algo del paso 11, ideas sobre la meditación – Jerry L

Recuerdo cariñoso de Roy K

Sobriedad emocional

Vergüenza y la cuarta dimensión – Harvey A

Paso 2: Buscando sanidad y gozo.

Quinta tradición: Nuestro propósito principal

Libre como un pájaro – La historia de Dick O.

Mi vida en recuperación

MEDITACIONES

Una piedrita en el estanque

Dios no nos pide que tengamos éxito, solo pide que hagamos el intento (Como lo ve Bill 11)

Mi madrina de S.A había compartido conmigo acerca de cómo trabajar los pasos nos ayudan a permanecer sobrios. Ella me dijo que me imaginara un estanque quieto y silencioso en un bosque.

Si tiro una piedrita al estanque, los efectos son inmediatos y con un largo alcance. Lo que antes era un estanque quieto es ahora volátil y perturbado. Una piedrita puede irrumpir la quieta superficie del agua tan fácilmente como lo haría una piedra grande.

Cuando decido permitir que los resentimientos, la lujuria o el miedo entren en mi vida, aunque sea en pequeñas cantidades, mi serenidad se perturba al igual que lo haría una piedrita en un estanque, donde las ondas van esparciéndose y aumentando dentro de mí, creando así el caos.

En el programa de SA se me enseña a rendir antes de tirar la piedrita del pensamiento en el estanque de mi mente. No siempre tengo éxito y esto me deja sintiéndome decepcionada y avergonzada por mi falta de ejercicio espiritual. Pero otro principio del programa me llega a la mente: “Se busca un progreso espiritual, no la perfección espiritual”, (SA 206). Estoy tratando de vivir bajo los principios de SA para que pueda convertirse en una parte regular en mi pensar y comportamiento. Se trata de hacer lo correcto la próxima vez y confiar en mi Poder Superior con los resultados. Aunque sea la piedrita más pequeña, trato de no tirarla al estanque, un día a la vez.

Dios, hoy permíteme sentir el efecto multiplicador de tu amor. Meditaciones TRC 220

Trabajando los pasos— La única manera para recuperarse}

Los doce pasos de A.A son un conjunto de principios de naturaleza espiritual, del cual, si se practica como una forma de vida, puede expulsar la obsesión de querer beber, permitiendo al que sufre a que pueda llegar a ser feliz y completo. (12 & 12 15).

Ya he intentado la solución religiosa para mi adicción y no me funcionó intenté con terapia y tampoco me funcio-

nó. Nuestro programa de recuperación —el único programa que funciona para un sexólico como yo — es de trabajar los 12 pasos con un padrino. Puedo ir a reuniones y hallar esperanza, y sentir que ya no estoy solo. Puede ser que me mantenga sobrio al principio con algunas palabras de ánimo, pero si no trabajo los pasos, en cualquier momento estaré sintiéndome inquieto, irritable e inconforme, sin saber cómo manejar dichos sentimientos de manera constructiva.

La recuperación no se trata de reunirse vez por semana. De hecho, es más que reunirse tres veces por semana como lo hago yo. La recuperación debe incorporarse a cada aspecto de mi vida. El programa me enseña cuales son los principios para mantenerme en sobriedad, principios que yo necesito aplicar en todas mis relacio-

Meditaciones

¡Feliz Aniversario!

Estar sobrio no es estar bien (SA 130)

Sucedo que hoy es mi aniversario de sobriedad sexual. He permanecido sexualmente sobrio por 7 años con ayuda de Dios y los 12 pasos del programa de S.A. por el cual estoy sumamente agradecido.

Entonces, ¿porque uso la palabra “sucede”? ¿Acaso no ha sido difícil permanecer sobrio entre las tentaciones y oportunidades de querer consumir? ¿Acaso no había trabajado los pasos o apadrinado a otros o no había hecho servicios en SA. de diferentes maneras? ¿Acaso no estoy escribiendo esta meditación con un esfuerzo para poder transmitir el mensaje? Nada de esto solamente “sucede.

Con el tiempo, he aprendido la verdad de lo dicho en la cita anterior, y me he preguntado ¿por qué se le coloca tanto énfasis en la sobriedad? Aplaudimos la sobriedad continua de no consumir y lo reconocemos con monedas en nuestras reuniones. Y sin embargo decimos, “estar sobrio no es estar bien”. ¿Qué pasa con la sobriedad de no consumir internamente? ¿Qué pasa con la sobriedad emocional? ¿Cuándo un desliz de lujuria amerita que se tenga que reiniciar la fecha de sobriedad?

Para mí, la sobriedad y la recuperación van de mano en mano. No puedo recuperarme si no permanezco sobrio. Pero la recuperación es más difícil de medir porque la calidad de la misma tiende a fluctuar; a veces rápido, a veces lento (AA84). La sobriedad sin embargo es cuantitativa – o estoy sobrio o no – y eso se mide fácilmente.

Mi sobriedad es un indicador medible de recuperación interna. Los dos son inseparables para la “victoria progresiva sobre la lujuria”. Si, hoy ‘sucede’ que estoy sobrio, pero gracias a Dios, también estoy en recuperación.

Dios, gracias por mi sobriedad – y por la recuperación encontrada.

Meditaciones TRC118

(continuación de la página 16)

nes y actividades.

Las herramientas que me ayudan a aprender y crecer en los 12 pasos incluyen la fraternidad, llamadas telefónicas, literatura, grabaciones de audio, oración, meditación y, por supuesto, las reuniones. Si uso estas herramientas para ayudarme a trabajar rigurosamente los pasos, mi sobriedad continua y exitosa está garantizada.

Dios, ayúdame a realizar el trabajo duro Necesario para recuperarme.

Meditaciones TRC 347

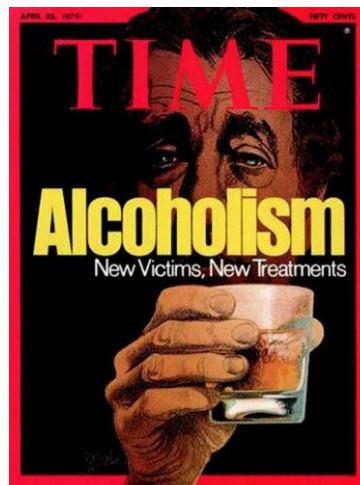


¡SA A SUS 40 AÑOS!

1974

La portada de esta revista le presentó a Roy K con la oportunidad de posiblemente hallar una esperanza a sus comportamientos sexuales en un programa de 12 pasos:

“...en 1974, fui a mi buzón y encontré la Edición del 22 de Abril de la revista Time. La portada era acerca del nuevo alcoholismo... Fui a mi primera reunión esa noche. Así es como descubrí que el programa de recuperación de A A para alcohólicos funcionaría para un borracho del sexo. Y yo era un borracho tan desesperanzado como cualquier otro borracho sin suerte”. SA 20-21



Sexólicos Anónimos es un programa de recuperación basado en los principios de Alcohólicos Anónimos y recibieron permiso de AA para utilizar sus Doce Pasos y Doce Tradiciones en el año 1979.

Junio, 1981

Enero, 1981

Roy K. fue grabado en una reunión al Oeste de Los Ángeles donde dijo:

“Aquí en esta sala es donde se tuvo la primera reunión (creo que la primera reunión en el mundo) de sexólicos anónimos el 25 de enero de 1981”

De Ensayo Mayo 2019



SA SUS 40 AÑOS!

La columna Dear Abby que aparece en la página anterior, se distribuyó en todo Estados Unidos, generando miles de consultas en el apartado postal de Simi Valley. Con ayuda, Roy K respondió a las cartas desesperadas. Rápidamente, Sexólicos Anónimos se convirtió en un recurso genuino para aquellos adictos a la lujuria.

Noviembre, 1981

UNIDAD

La palabra principal de los miembros de S.A. alrededor del país es unidad. Estamos siendo transformados juntos en una fraternidad de recuperación. ¡Hombres y mujeres están entrando en sobriedad! Saliendo de sí mismos hacia la luz, y haciendo contacto con otros miembros. Despertándose del letargo y formando parte de un proceso de sanación en las vidas de los demás. Esas son buenas noticias.

Y hay más. Se están formando grupos nuevos de S.A. donde hay una alimentación cruzada entre grupos. Y los cónyuges han creado su propia comunidad que es SAnon, siguiendo el modelo de los grupos de familia Al-Anon asociados con AA. Han descubierto que necesitan tener un programa propio. Ellos también quedaron afectados ya que esto es una enfermedad familiar al igual que el alcoholismo.

Hay mucho por lo cual estar agradecido. Tal vez debería hacer una lista propia. Se sabe que hacerlo me mantiene fuera del “pobre yo”. ¿Por qué estoy agradecido?

Por mi sobriedad. No tuviera nada sin ello.

Por la sobriedad de otros en mi vida, a pesar de que estén a dólar de distancia.

Por la presencia. Un Dios mío. Una fe que funciona.

Por el hecho de que la mayoría de las veces ahora puedo vivir cómodamente conmigo mismo y con los demás, una día la vez.

Por la alegría de ver a otros obtener la victoria sobre la obsesión y volver a la vida.

Por el amor de los otros hombres y mujeres – un vínculo más cercano que cualquier cosa que haya conocido.

Que todas mis necesidades estén satisfechas (no todos mis deseos)

Miramos el pasado de nuestras vidas, inclusive los malos momentos, y parece que siempre hemos obtenido lo que realmente necesitamos. Todo nuestro pasado es lo que nos trajo aquí; y estamos agradecidos de estar aquí ¡Piensa en dónde más podríamos estar! Seguramente alguien nos ha estado cuidando, a pesar de nosotros mismos. Y parece que está más interesado en nuestra libertad y alegría que nosotros.

Un abrazo a todos y desearía poder reunirme con ustedes cada semana.

Roy K.

SA SUS 40 AÑOS!

1985 Alemania

Charla de Roy K. en el Bad Herrenalld

Secciones de la conversación: Historia # 1-6; Historia # 7-11; Pasos # 12-15; Cambiando Adicciones – Resentimiento 16-17; Inventario de Temor; Q & A 19-23.

Historia # 1

Mi nombre es Roy y soy un adicto al sexo (sexólico) en recuperación.

Estoy muy complacido de estar aquí. Los grupos de Sexólicos Anónimos (SA) de Estados Unidos y de Canadá envían sus saludos y están con nosotros aquí hoy. Tengo una mezcla de sentimientos, así que estar aquí produce muchos sentimientos y emociones, y todos ellos son buenos – para ser sincero muy buenos.

Yo sé que todos ustedes se preguntan quién soy y qué voy a decir. Yo también (risas). El plan del seminario no está estructurado del todo, y yo quiero dejarlo flexible.

Me estoy recuperando de la borrachera sexual, entonces yo hablaré acerca de mí.

Lo que yo diré también es la verdad de otros, pero yo puedo hablar solo por mí. Sobre todo, quiero que nuestras sesiones nos traigan unidad y nos permita unirnos, y así ver qué dispone Dios en su almacén para nosotros. Estoy aquí porque yo quiero estar mejor y quiero crecer. Y pienso que cada uno en este cuarto, está aquí porque quiere vivir y porque quiere vivir más abundantemente.

Quiero decirle que yo no soy psicólogo, sexólogo, o un terapeuta. Yo no soy un experto en adicciones sexuales. No soy un portavoz de Sexólicos Anónimos (SA). No soy una persona religiosa en el sentido de ser conectado a lo establecido, aunque yo crecí en una iglesia Protestante Alemana, y amo la lengua alemana

y a las personas alemanas, pero lo siento – perdónenme – por no conocer Alemania.

Me estoy recuperando de la borrachera sexual, entonces yo hablaré acerca de mí. Ustedes tendrán diferentes reacciones porque tienen diferentes necesidades. Yo no puedo encontrar o satisfacer sus necesidades. Solo puedo dar testimonio de la verdad en mi propia experiencia.

Historia del Libro Blanco

La traducción alemana

Estamos presentes en Alemania desde 1984 con el primer grupo de Sexólicos Anónimos (SA) comenzando en Karlsruhe, y ya tenemos la mayor parte de los libros en inglés traducidos, con folletos y volantes en alemán y son usados en conferencias, reuniones y también con literatura de Sexólicos Anónimos aprobada en Alemania.

Fue en agosto de 1985 cuando dos amigos de SA y S-ANON en Karlsruhe presentaron su historia durante un informe en su encuentro en Bochum, Alemania. Ellos estuvieron invitados por Alexander quien es amigo mío y fue un miembro de Emocionales o Dependientes Afectivos Anónimos (EA) como yo.

En ese día (Agosto 10 de 1985) empezamos nuestro grupo de SA en Bochum, el segundo en Alemania.

En ese momento la traducción en alemán del primer WB “Sexólicos Anónimos” no estaba lista aún. La traducción fue hecha por algún miembro del primer grupo de SA en Alemania el cual comenzó en 1984 en Karlsruhe. La traducción alemana estuvo completa en 1986 e impresa con el permiso de la Junta de Servicios Generales de Sexólicos Anónimos

SA SUS 40 AÑOS!

Tres meses después de empezar nuestro grupo de SA, en Bochum, me encontré con Roy, el fundador de SA en Bad Herranalb, donde él dio un seminario de Sexólicos Anónimos en la clínica del Dr. Walter Lechler...

Lamentablemente, la comunidad alemana no aceptó esta traducción en 1991. Tomó otros 9 años hasta que la Junta de SA y la comunidad en Alemania aceptaron una versión mejorada del libro (WB) al alemán, fue en una conferencia que aprobaron la versión del **Libro Blanco** en alemán, el cual fue impreso

Europa y La Región del Oriente Medio (EMER) 2019

Europa y la región del oriente medio (EMER) de Sexólicos Anónimos (SA) fue formado el 8 de diciembre de 2011 por el voto de cinco intergrupos de SA –Flanders (Bélgica), Irlanda, Israel, Países Bajos, y Reino Unido y seis más – Finlandia, Francophonía (Bélgica, Francia, Luxemburgo), Polonia, Rusia, Eslovaquia y España– desde que se juntaron uno de ellos (Israel) se le dejó hacer o formar una Región propia. Ahora nos reunimos como una Asamblea Regional de 10 Intergrupos (grupos integrales) Representativos (IGRs), también 5 Delegados de la Asamblea General y 4 Oficiales Regionales.

Hoy, EMER apoya cerca de 262 grupos de Sexólicos Anónimos (SA) y puede proporcionar anualmente 4 delegados para la Asamblea General de Delegados de SA en los Estados Unidos. EMER fue fundada por donaciones de sus miembros de intergrupos y pasa estos fondos a SAICO, después de cubrir sus propios gastos esenciales. Su principal gasto son los viajes de sus 6 Oficiales a la Asamblea Regional anual y para los 5 Delegados a la Asamblea General.

EMER mantiene relaciones fraternales con tres vecinos Regionales de SA::

La Región de SA de habla alemana el cual apoya los Intergrupos y las reuniones en Austria,

y publicado por primera vez en 2001. Una copia de esta primera edición del nuevo libro (WB) fue dada a Roy, también.

Helmut M, soy un sexólico en recuperación.

Soy miembro de SA en Alemania desde el 10 de agosto de 1985 y mi sobriedad es desde el 13 de diciembre de 1987.

- Alemania, Luxemburgo y Suiza.
- La Región de SA de habla persa (árabe) el cual apoya los Intergrupos de 7 providencias iraníes y tienen un foro muy activo.
- La Región de SA de Israel es nuestro vecino más nuevo y más cercano en la Oriente Medio y está creciendo rápidamente.

Estamos encantados, también, de ser capaces de apoyar el desarrollo de los grupos de SA reunidos en Arabia, Dinamarca, Grecia, Italia y Túnez. Leer las publicaciones del blog de los miembros de SA en Taiwán y conectar con aquellos que están en la región del mundo de habla china.

Happy Birthday SA!



**Sigue viniendo
Funciona, si lo trabajas
Tu lo mereces.
Así que a trabajar**

SA SUS 40 AÑOS!

1990's

Recuerdos de Gordon de la ciudad de Galveston

Llegando al sexológico que sufre

He estado pensando acerca de algunas cosas, que en los viejos tiempos, yo sé que he sido bendecido. Cuando entre al programa en 1990, ahí estaban Roy K, y Jess L, y Harvey A. Conocí a Sylvia J de Oklahoma, y me estaba reuniendo con ella. Había otras personas maravillosas, y pienso en personas como Jim F, porque él era muy gentil. Otro era Harry B quien era todo un personaje, siempre riendo y nunca hablamos de sus historias. También estaba Frank C del sur de California, tenía tarjetas de negocios o de presentación con su nombre y su número de teléfono. Que humildad la de Frank, todos los días se reunía muy temprano en la mañana.

Quiero escribir acerca de Gordon de Galveston. Gordon había sido marino mercante. Algunas veces él podía oliviar que ya no lo era y entonces utilizaba algunas de sus descripciones más coloridas con el lenguaje de aquellos días. Él tenía una voz ronca y era algo áspero. Él siempre tenía tiempo para hablar. A Gordon le gustaba ir a las convenciones y retiros de los jóvenes de Alcohólicos Anónimos (AA) y él podía realmente relacionarse con ellos. Tenía una gran diferencia de edad, pero no en experiencia.

Gordon siempre cargaba una maleta de gimnasio con un cordón de nylon en ella. También tenía canicas y algunas pequeñas tiras de papel con alguna rima de su creación. Si usted le pregunta a alguien que estuvo en esos días, probablemente ellos tengan un llavero hecho con una bola de canica y en su interior con nylon se hicieron nudos donde el cordón se enrolla alrededor de 12 veces por los **12 Pasos** y por otros significados.

Para una nueva persona que viene a su primera convención tenía un símbolo de status

al tener una de las creaciones de Gordon y que él te contara la historia de este símbolo. Él era muy bueno alcanzando a la pequeña persona



solitaria de la esquina, que estaba en su primera convención y él hacerlos participar. Gordon hacía sentir a las personas muy especiales. Él también cargaba una botella que tenía 2 o 3 bolas dentro para hablar acerca del 7th paso. Él podía darte la botella y decir: "¿puedes agitar la botella y sacar las bolas de adentro?". Las personas decían, claro que no, eso es imposible. Entonces él tomaba una pieza de su cordón de nylon y la deslizaba dentro de la botella y después tiraba el cordón para sacar una de las bolas y atraparla. Podía explicar que no podemos hacerlo por nosotros mismos o solos, por otro lado si nos aferramos o nos sostenemos de Dios y le pedimos que lo haga, entonces todo es posible.

Fue para mí un mentor. Caminaba en su propio camino y usaba cuerdas, canicas, y botellas vacías para hablar acerca de conceptos espirituales que son muy difíciles de entender. Fue un modelo para mí y me mostró que está bien caminar por diferente camino y cargar el mismo mensaje en diferente forma.

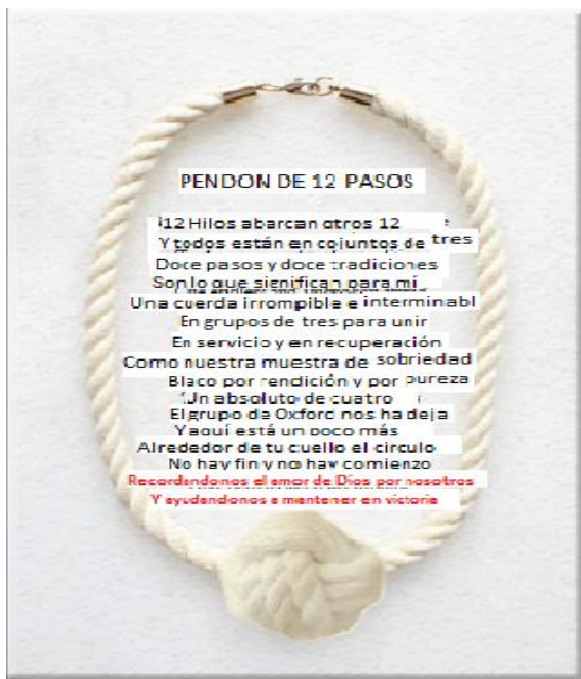
SA SUS 40 AÑOS!

A menudo la experiencia de Gordon fue un poco más cruel que la de algunos de nosotros. No hablo en la convención porque sus límites de qué compartir y cómo compartir fueron algunas veces considerados como inapropiados para la mayoría de nosotros. Yo no sé si hay algunas grabaciones de él allí. Pero él hizo mucho por mi recuperación, y yo debería estar demasiado decepcionado por algunos de los comentarios que él hizo, o por las descripciones que él uso. Sin embargo, fue mi maestro y yo aprendí muchísimo de él. Ninguna persona tiene que estar en el micrófono para hacer una inmensa diferencia en la vida de las personas.

*Dave T. (El Hombre de la Cuerda)
Oklahoma*

Dave T. ha estado visitando y hablando en reuniones y conferencias de SA en 6 de los 7 continentes. Recientemente él estuvo en Irlanda, Australia y Corea del Sur.

Oklahoma, USA}



A Comienzos de 1990, Las Historias Diarias de Renovación

En una conferencia internacional en algún momento a comienzos de 1990 yo estaba de pie en la entrada del restaurante del hotel y noté algunos papeles tirados en la caja registradora. Yo los recogí y los leí: “Deseo para la Sobriedad: diariamente renovado con los compañeros de sobriedad.” Pensé, uhmmm, probablemente esto no estaba destinado a ser dejado en la caja registradora. Observé alrededor del casi vacío salón de comidas y vi a Jim E. y a Harry B. Sí, los papeles pertenecían a ellos y ellos muy amablemente me dieron una copia, con esta historia. Las primeras tres preguntas (verlas más abajo) fueron escritas por un recién llegado quien conoció a Jim, y fueron ideadas porque ninguno de ellos tenían una reunión a donde ir. Ellos empezaron a llamarse cada uno, todos los días para comprometerse con la sobriedad. Después Harry adicionó las otras dos preguntas. No estoy seguro quien de ellos escribió los comentarios. El recién llegado dejó el programa, y ciertamente nos dio algo que impacto a los compañeros.

Tomé la renovación de regreso a Boston cuando eventualmente estas fueron rescritas y expandidas para nuestros miembros. No sabía que estas habían sido re-escritas hasta que Peter de California me las mostró en una conferencia internacional, diciendo que habían llegado desde Massachusetts! Lo cual es maravilloso “las buenas nuevas” de nuestros miembros. Desde entonces he leído o he oído las grabaciones de al menos dos de las revisiones largas que han venido de California y allí pueden haber otras más. Una versión actual fue impresa en el Ensayo de 2002, Asunto # 4.

SA SUS 40 AÑOS!

Esta es la renovación original:

Deseo de sobriedad: Renovación diaria con compañeros de sobriedad

1. ¿Estás dispuesto a admitir que eres impotente ante la lujuria?
2. ¿Deseas mantenerte sobrio por las próximas 24 horas? (libre de obsesiones y acciones lujuriosas [libre del ,miedo, resentimiento, vergüenza, auto conmisericordia etc])
3. ¿Estás dispuesto a hacer lo que sea necesario para protegerte de ese deseo durante las próximas 24 horas? (establecer límites, orar, leer, cuidar tu cuerpo, conectarse y llamar a otros miembros)
4. ¿Estás consciente de que al final de estas 24 horas eres libre de elegir la sobriedad por otras 24 horas o tomar otro camino?
5. Sólo por hoy ¿Estás dispuesto, conmigo, poner tu voluntad y tu vida en manos de aquel que te mantuvo sobrio ayer y te protegió de las consecuencias de la lujuria pasada?

Un comentario: Mantén tu renovación simple y concisa. Usa tus propias palabras. En un principio quizás las primeras tres preguntas son suficientes. Dependiendo de los problemas del día, algunos quieren incluir libertad del miedo, resentimiento, o vergüenza.

El deseo de mantenerse sobrio (parar de consumir lujuria) es el único requisito para ser miembro de esta fraternidad. La disposición de asumir ese deseo, compartirlo en nuestras relaciones cotidianas, protegerlo y alimentarlo, asegurarán la sobriedad. Un Dios nuestro, en lugar de un Dios mío.

Dios no está presente en la vergüenza del pasado, Dios ni está presente en el miedo del futuro. Dios está presente en tu deseo de sobriedad en este momento. Este contacto consciente con Dios como tú lo concibas. Deseos buenos, compartidos, crecer más fuertes. Incremento del contacto consciente.

La espiritualidad de ayer no va a mantenernos sobrios hoy. Necesitamos una inyección nueva de espíritu cada nuevo día. Deseo: menciónalo, réclámalo, compártelo, vívelo. El Dios de mi entendimiento se convierte en el Dios de mis buenos deseos. El Dios de mi vergüenza, de mi miedo y de mi resentimiento se marchita.

Debido a haber elegido este programa, podemos elegir la sobriedad aun cuando estemos fuera del contacto del deseo de sobriedad. Cada nuevo día renovamos esa decisión tan frecuentemente como lo necesitemos.

El deseo volverá y dará fruto, y multiplicará su fuerza cada vez que lo compartamos. Si funciona.

Margot C, Boston, MA Essay 2003.4



Garaje oficina de Roy K en Simy Valley

SA SUS 40 AÑOS!

1996

Fraternidad de SA adquiere edad en la convención de Phoenix.

La comunidad de Sexólicos Anónimos observó un gran incremento en la primera convocatoria del Comité de Vigilancia el viernes 12 de junio de 1996.

En esa reunión, fueron los miembros de SA con al menos 3 años de sobriedad elegidos de 8 regiones geográficas. Noroeste, suroeste, norte medio oeste, sur medio oeste, noreste, medio atlántico, sur oeste e internacional. Mike B., Director del Comité de Servicio de Estructura, fue el encargado de dirigir el encuentro y de darle continuidad a este evento histórico.

La comunidad de SA fue iniciada por nueve hombres y mujeres que se encontraron en julio 26 de 1981 en el Valle de Simi, California para adaptar el programa de AA para su adicción al sexo/lujuria y formular la definición de SA de sobriedad sexual. Durante los primeros dos años, las decisiones que repercutían en toda la comunidad de SA fueron tomadas por 10 personas encargadas cuyos miembros habían firmado los artículos de Asociación de SA. En diciembre de 1984 en la conferencia de Phoenix, AZ, el segundo voto unánime fue registrado en la definición de sobriedad de SA. La función de la oficina central de servicio fue originalmente instalada en la cochera de uno de los diez miembros del comité en el Valle Simi. Conforme aumentó el trabajo, ese miembro pidió apoyo a la fraternidad en el Valle Simi en diciembre de 1983.

Dirigida en la convención de Bozeman, MT el 6 de junio de 1987, la primera oficina del Comité Central de Vigilancia (COOC) fue conformada y se establecieron los planes para trasladar la sede de manera temporal y las decisiones del día a día

y actuar como un Comité de Recomendación. otro comité fue conformado después del encuentro de Bozeman para ofrecer a la comunidad un "Procedimiento de Conciencia de Grupo Nacional de SA" El cual sería llamado eventualmente el Comité Internacional de Conciencia de Grupo o IGC. En 1990-91 el IGC visualizó el más extenso "sentido de fraternidad" nunca antes visto en el aspecto de sobriedad de SA, que fue reafirmado firmemente.

En la convención de Chicago en julio de 1991, el Comité de Estudio de Estructura de Servicio fue conformado, el cual ha liderado la formulación existente implementada en Phoenix el 12 de junio de 1996. Es decir, encarna la noción fundamental de tener una Asamblea de Vigilancia, que consiste en representantes de diversas regiones, representando los grupos en la toma de decisiones que afectan la comunidad de SA como un todo. El Comité de Vigilancia como una estructura confiable, requiere que los miembros tengan cinco años de sobriedad.

La Asamblea aprobó distintas iniciativas en su reunión del viernes por la tarde. Primero, todos los delegados que fueron a representar a su región, o una zona dentro de esas regiones, formalmente elegidos o no, fueron reconocidos como miembros de la primera Asamblea de Vigilancia y fueron aprobados para servir durante un período temporal de 6 meses. Esto fue para dar tiempo para que las elecciones se llevaran a cabo para que todos los delegados se pudieran reunir en julio en Chicago. Segundo, los representantes electos fueron Sylvia J., de la ciudad de Oklahoma, directora y Jessica S., secretaria. La asamblea eligió después a los miembros del primer Comité de Vigilancia: Sylvia J., Paul G., Katherine D., Bill P., y Barry W.

SA SUS 40 AÑOS!

La directora fue Sylvia J.; codirector Paul G.; secretaria Katherine D.; Bill P.; Director del Comité de Administración de la Oficina Central. El COOC se reunió por última vez y oficialmente entregó todos los asuntos pendientes a la Asamblea de Vigilancia. Se solicitó que todos los comités se mantuvieran en su lugar. Siguiendo el modelo de AA, un miembro del Comité de Vigilancia se ofreció para fungir como enlace para cada comité en funciones. Intergrupales y Miembros Aislados, Barry; Paul, correcciones del Comité de SA (SACC); Bill, COMC y de Asuntos Legales; Katherine, Literatura. Este enlace sería probado por un periodo de seis meses y revaluado en la Convención de Chicago.

Nuevos comités fueron conformados, incluyendo el de finanzas, Bob R.; Nominaciones e Internet, Barry W. Hay mucho trabajo que se requiere hacer. El Comité de Finanzas tiene la responsabilidad del presupuesto y de la sabia asignación de los fondos. El comité de Nominaciones estará a cargo del proceso de encontrar y seleccionar a los candidatos no-sexólicos para los cuatro lugares en el Comité de Vigilancia. La experiencia de AA sugiere que los miembros confiables no sexólicos hablarían sobre SA de manera pública, a los medios, y representando a SA en asuntos legales y financieros.

Así, todos nosotros estamos listos para servir a la fraternidad para buscar la mayor participación posible en los asuntos que competan a SA como un todo. ¡Es un gran momento para estar sobrios en SA!

Suyos en amor y servicio, Katherine D y Jessica S. Secretarías de Registro del Comité de Vigilancia y de la Asamblea de Vigilancia.

De Ensayo marzo 1996

1999

Otra forma de lujuria.

Recientemente, un ex ahijado vino a mí por una crisis personal. Él estaba en problemas financieros y pude ver claramente que se debía a las consecuencias de su enfermedad. "Lo deje tenerlo" por su propio bien por supuesto y con las mejores intenciones

Le hice notar que él era su propio administrador, su propio doctor, y su propio supervisor. Las palabras se sintieron "bien" mientras salían, ¡e inteligentes también! eso era solo el principio. Con la bomba de inflar encendida, mi ego impacientemente asumió el papel de doctor, administrador y padrino —sin el consentimiento de mi amigo, finalmente se fue, prometiendo que esta era la última vez que me pedía ayuda.

En medio de esto sabía que estaba fuera de control. Yo tenía todas las soluciones correctas para aquel que vino a mí sufriendo y, yo lo juzgué, en negación.

Mi propia intervención me dejó sintiendo enojo, humillación, y vergüenza. Después de revisarlo con un miembro del programa, fui cuestionado para ver si notaba que este era un caso antiguo de "haberme enamorado" yo objeté. "bien" dijo mi amigo, "como queda "haberte lujuriosamente enamorado"? Empecé a reconocerlo dentro de mí sin tener palabras. "No lo veo" dije.

Tu lujuria te hizo elegir esa persona para ayudarla", dijo mi amigo amablemente. "Tu ibas a arreglarlo". Te elegiste a ti mismo para salvarlo—imaginando su gratitud y su relación en deuda que tendrías con él. Él era un objeto de tu gratificación egocéntrica.

SA SUS 40 AÑOS!

No está funcionando de esa manera y tú estás loco. Él no está supliendo tus necesidades, así que lo arruinas”.

¡Ay! Esto es lo que pude ver. Este es mi patrón en una serie de " relaciones de ayuda". Solo porque no me vi a mi mismo como un romántico involucrado o tramando sexo no significaba que yo no estoy "en lujuria". Lujuriando dominando al otro, arreglando , salvando, jugando a ser

Dios en su vida básicamente con lujuria - , el asunto real.

Todavía soy un verdadero sexólico. Gracias Dios, ya no estoy solo. Gracias a Dios por SA.

Jim E., Omaha, NE

de Ensayo Primavera 1999

1998

SA Alrededor del mundo

Por años, la expansión de SA dependía en gran medida de las visitas ocasionales de las visitas de los miembros sobrios fuera de los Estados Unidos, y de llamadas telefónicas para dar respuesta a las inquietudes, a cargo casi totalmente de Roy K. La primera tarea de Indrei R. y José María R.; como co-miembros del Comité Internacional, fue establecer un modo de operación entre nosotros y los sucesores de Roy para crear una red de contactos alrededor del mundo. Usamos referidos de la oficina central; tarjetas telefónicas; correo, y gradualmente e-mail.

Con base en el precedente establecido por la fraternidad de veteranos fuera de los Estados Unidos — El grupo intergrupar de SA Alemania, el cual tenía alrededor de 35 reuniones en Alemania, Suiza, Austria, Países bajos y Luxemburgo.— hemos dividido nuestras responsabilidades en grupos según el idioma, José María cubriendo los países de España y Portugal.

Compartimos otro para las zonas que hablaban francés y las partes de Europa del este que tenían miembros aislados—Polonia y Rumania.

Actualmente hay reuniones de SA en 14 países alrededor del mundo, además de Estados Unidos y Canadá. Estos son: Austria, Australia, Brasil, Alemania, Irlanda, Israel, Japón, Luxemburgo, Holanda, Puerto Rico, El Salvador, España, Suiza y el Reino Unido.

La comunidad más grande fuera de Estados Unidos está en la comunidad Europa de habla Alemana (80-100 miembros) Australia e Inglaterra (alrededor de 60 miembros cada uno) Irlanda y Japón (seis reuniones cada uno): y Australia e Israel (dos reuniones cada uno). Alemania, Australia, y el Reino Unido e Irlanda también tienen han conformado reuniones intergrupales las cuales organizan convenciones, publican revistas y tienen contacto telefónico.

La literatura de SA ha sido en gran medida traducida en Alemania y Francia (por miembros Canadienses). En 1997, José María R. hizo un gran esfuerzo en que se tradujera la literatura en España. Esperamos que con la llegada de los hablantes de francés de la zona metropolitana, una traducción francesa adecuada para todos esté disponible en algún momento de 1998-9 seguida por una versión japonesa.

Los contactos por e-mail de SA, cuyos miembros nuevos con e-mail han sido referidos por Kay en la oficina central, ahora exceden los 120 miembros. Los grupos de Francia y Alemania también comentan que ya tienen operaciones en internet. El sitio web de SA, el cual constantemente es actualizado por Deke S., José María R. y muchos otros, ahora puede ser consultado en por lo menos dos idiomas, y próximamente otros más, y el volumen de búsquedas de este tema se está expandiendo rápidamente. Varios de nosotros miembros de SA estamos valorando el uso del correo electrónico, principalmente cuando llegamos.

Indrei R., Sommerset UK.
De ensayo 1998

1999

Sobriedad y el mar del Relativismo

Hoy en día, el mundo se encuentra a la deriva en un mar con tendencias que cambian rápidamente. Cada aspecto de nuestras vidas y el pensar sexual están siendo afectados. Miles de voces claman por atención, predicando nuevas “libertades” de cada tipo. ¿Acaso no fue hace apenas algunos años que se pensaba que “el amor libre” o lo que en los juzgados se les denominaba “concubinato” considerado como algo anormal? Ahora se le llama “tener una relación significativa” o “una pareja formal”.

Hay una disolución del tejido completo que sostiene juntas a las parejas y familias. Tales fuerzas como métodos anticonceptivos, la bomba atómica, la revolución tecnológica, la guerra mundial, el aumento de población y en especial, los medios, andan facilitando cambios a las actitudes y creencias de hombres y mujeres.

Un historiador lo denominó “el desierto sexual”. El problema parecer ser espiritual. Por ende, hay una rebelión hacia la autoridad, hacia Dios. Aquí hay un movimiento dirigiendo hacia la destrucción, la victimización sexual se ha extendido al grado de dañar cada aspecto de la vida misma. Nosotros los sexólicos, sin embargo, víctimas de nuestras propias actitudes y acciones, somos los hijos de estos tiempos. Como resultado, no solamente nos hallábamos a la deriva en un mar de relativismo, sino también ahogándonos en él, sin ningún ancla para sostener nuestras vidas frágiles contra la tormenta exterior de cambios y la nuestra interior.

La mayoría de las voces que escuchamos hoy en día acerca de nosotros bajo el canto seductor de estos vientos, ofrecen el lado más suave y fácil. Apelan a lo de abajo, en vez de lo más arriba, a la debilidad en vez de lo mejor, a lo transitorio en vez de lo duradero. Su grito es un “HAZLO” en vez de “puedo estar sin ello”.

El “¡hoy y ahora! en vez de “que se haga tu voluntad y no la mía. Lo de ellos es a base de mentira, que es lo primordial en lo físico y emocional en vez de lo espiritual. Y Dios, no se encuentra allí

Las mejores voces dirían que se conforman con “lo bueno” pero, como solía decir Bill W. de AA, a menudo lo bueno es enemigo de lo mejor. Y si SA tiene algo único que ofrecer, es la mejor sobriedad sexual. La sobriedad tal cual como la hemos llegado a ver. Para el mundo en general, no tenemos nada que decir excepto dar testimonio a la verdad de nuestra experiencia. A los sexólicos que sufren las tormentas que quieran sobrevivir y liberarse de la esclavitud de su “libertad”, este programa ofrece un ancla para el alma, una conexión con lo inmutable, lo real, lo verdadero

Roy K

Publicado en SA, literatura suelta de Marzo, 1982, éste fragmento tiene más relevancia al medida que pasa el tiempo. El trabajo de un Dios paciente y amoroso en la Fraternidad de SA durante ese periodo de tiempo es también evidente. Se hizo evidente la presencia de un Poder Superior recientemente en la reunión de trabajo en Cleveland donde claramente, según parece, a medida que delegados y custodios rompieran obstáculos insuperables para unificar y forjar una interpretación sencilla acerca de la definición de sobriedad en SA que fue aceptada por todos...

De Ensayo 1999 Edición de Otoño



SA SUS 40 AÑOS!

2000

Essay®

A Publication of Sexaholics Anonymous, Incorporated

P.O. Box 111910
Nashville, TN 37222

2000, Issue One

Rest in Peace

Jesse L. of Bozeman, Montana, died February 24, 2000. Although noted in many fields, he is remembered in SA for his devotion to the SA fellowship.

With many years experience in Twelve Step programs, he took the first step on the road home the day he heard about SA. He spent the next 17+ sober years writing, speaking, sponsoring, and sharing the message in his own inimitable style. He had a gentle way of conveying the harshest truths in a way that made them easier to bear.

He dodged numerous opportunities to die younger from complicated health problems. He tackled each new day and the hardest projects with relish — even the final one, of learning how to die well.

He was speaking on the phone to a member from New Jersey when he died.
Rest in peace, Jesse.
We will miss you.



In This Issue

Three articles in memory of the late Jesse L., recapturing the experience, strength and hope he shared with this Fellowship:

"It Was All in My Head"
"Why Stop Lusting?"
"Freedom from Lust"

A letter from a member:

"Goodbye, Addiction"

Part 1 of a report to the fellowship from SA's General Delegate Assembly

How to contact SA's trusted servants

On SA service work in a correctional facility:

"Just Like Me"



Todo en mi cabeza

(Extractos de la historia del miembro Jess)

El Sexo era lo que dominaba mi mente desde mi más temprana memoria. Estaba profundamente obsesionado con ver lo que había debajo de los vestidos de mis primas desde primero o segundo grado. Mucho de los niños trataban de jugar al doctor pero para mí resultaba ser una preocupación intensa. Cuando un niño mayor me enseñó a masturbarme a los once o doce años me adentré completamente a las fantasías que necesitaba para seguir en ello. La masturbación aumentó en frecuencia de tres a cinco veces al día. Seguía tratando de detenerme, pero no había manera de dejarlo. Encontré algo de pornografía y la escondí en la montaña de heno en la granja de mi pequeño pueblo. Como profesor universitario, perdía tanto el control con mis estudiantes que encontré la manera de resignarme a mi trabajo como maestro. En mis viajes de negocios, me involucraba en una serie de relaciones extra maritales. Hubo una relación intensa, unido a tener relaciones sexuales con varias mujeres al mismo tiempo, finalmente forzado a ver cuán impotente y fuera de control estaba. Renuncié a esa relación, a todas mis relaciones sexuales, y fui gradualmente reduciéndolo a piropos y filtrando con mujeres que iba conociendo. Todavía utilizaba mis experiencias anteriores como videos mentales para usarlos como tranquilizantes para poder dormir en la noche o

SA SUS 40 AÑOS!

(Continuación de página 29)

O como pacificante al sentirme abrumado. No podía ver cuán equivocado estaba con lo que hacía, a pesar de haber estado en otro programa de doce pasos por diecisiete años.

Finalmente, mi esposa recibió recuperación suficiente como para dars cuenta que ya no soportaba mi comportamiento más. Ella me dijo que me uniera a SA o que me fuera. Llamé al número de teléfono que ella me dio. El hombre me dijo, "Es la lujuria, eso es lo que tienes dentro de tu cabeza que te está matando". Ese fue el alivio más grande de toda mi vida. ...Aquí estaba usando lo que para mí la droga más fuerte, la excitación sexual, y ni siquiera lo sabía. La lujuria había sido mi amiga confiable durante tanto tiempo que no había tenido la menor sospecha de que realmente era mi problema.

Como ahora tenía el programa de doce pasos de sexólicos anónimos, sabía que nunca más tendría que usar la lujuria con la ayuda de Dios, un momento a la vez. He pasado mi tiempo en recuperación asistiendo a las reuniones, trabajando los pasos, haciendo contacto con otros y practicando estos principios en todos mis asuntos. Se desarrollaron relaciones cercanas y amorosas con hombres al principio y mucho después con algunas mujeres. Estoy saliendo gradualmente de mi aislamiento y entrando hacia la intimidad. En el matrimonio, hay un amor creciente e una intimidad emocional. Los años de abuso han afectado gravemente mi funcionamiento sexual, pero eso no importa. Las fortalezas crecientes en otros aspectos del matrimonio ayudan a compensar por ello.

Amo este programa. Lo he puesto por delante de todo lo demás porque me salvo la vida al ayudarme en guiarme hacia la conexión verdadera. Hay un profundo amor y cercanía en nuestro grupo de SA y en la fraternidad. Aquí, estoy en casa.

2006

El grupo de mujeres de San Diego celebra su quinto aniversario

En el Verano del 2001, converse con mujeres que eran de otros grupos de 12 pasos que se identificaban como sexólicas. En ese momento, solamente había dos mujeres activas en el grupo de SA en San Diego. Otras mujeres dudaban asistir porque era una fraternidad predominante de hombres. Comencé a pensar lo maravilloso que sería reunir a todas estas mujeres en un lugar para que pudieran escuchar que hay otras mujeres con problemas similares. Lo pensé como una reunión única. Hubo otros tres intentos de tener una reunión de mujeres de SA a lo largo de los años desde 1987 cuando SA se iniciaba en San Diego pero de alguna manera, no se lograba llevar a cabo una reunión de SA para mujeres de manera continua.

La primera reunión de mujeres de SA se programó para un domingo de noviembre del 2001. Habían asistido ocho mujeres. Después de que cada una compartiera brevemente su historia relacionada con la adicción a la lujuria, las mujeres votaron por reunirse cada semana. Nos reunimos durante dos meses en una casa privada. Decidimos luego formar parte del Inter grupo de SA de San Diego y figurar en el horario de reuniones

Desde un principio, el Intergrupo apoyó nuestro grupo de mujeres y continua apoyándonos hoy en día. Encontramos un lugar público para reunirnos los domingos. De las mujeres originales, cuatro han permanecido como miembros activos del grupo de mujeres durante los últimos cinco años. Las recién llegadas iban y venían y durante cierto tiempo me preguntaba si alguna vez el grupo crecería más allá de las cuatro fundadoras. Y en el transcurso del año pasado, fue exactamente lo que sucedió. ¡En nuestra última reunión tuvimos ocho mujeres presentes!

La reunión de mujeres de SA es un gran regalo. Podemos compartir nuestro quebrantamiento, dolor, luchas y nuestro camino espiritual hacia la recuperación. Podemos escucharnos las unas a las otras. En general, las mujeres eventualmente se sienten lo suficientemente cómodas para asistir a reuniones mixtas de SA, donde pueden aprender de la experiencia, fortaleza y esperanza de un mayor número de sexólicos, tanto de hombres como de mujeres.

Todo lo que se necesitó fueron cuatro mujeres que sabían que nos necesitábamos en este camino. Con la gracia de Dios, las mujeres continuarán allí para apoyar a otras mujeres sexólicas que desean comenzar la recuperación con el apoyo de otras mujeres.

Lilliana, San Diego, CA *Ensayo 2006 #4*

Ensayo

Diciembre, 2009



Un grato recuerdo

Llevando el mensaje

Me recuerdo cuando conocí por primera vez a Roy K en 1983. El parecía estar nervioso conmigo, pero no tanto como yo estaba al estar con él. Esperaba poder hallar un número de mujeres sobrias que me pudieran decir cómo mantenerme en sobriedad. Solamente encontré algunas y ninguna tuvo más allá de seis meses de sobriedad en el programa. De hecho, después de Roy K y Jesse L, yo era la próxima con mayor sobriedad ¡y solamente llevaba un mes! Roy siempre tuvo afinidad con los recién llegados al programa. Al pasar de los años, llegué a apreciar más y más esa cualidad que él demostraba. Le tengo tanto respeto a Roy porque el daba tanto de sí mismo. Estoy tan agradecida con Roy por él haber escuchado al Dios de su entendimiento a llevar el mensaje a través de sus escritos, sus charlas grabadas acerca de la recuperación y su contacto personal con miembros del programa.

Aprecio mucho la esposa de Roy por haberlo compartido con nosotros. A lo largo de los años, ella ha sido amable, comprensiva y una buena compañera para Roy. Gracias a Dios por Roy K y el programa de recuperación de S.A.—Sylvia J.

Essay December 2009

El efecto de una vida

Los últimos 25 años y medio, mi vida y mi recuperación se han entrelazado con las de Roy. Fui introducido al concepto de sobriedad a través de un folleto de SA que él escribió. Con los años este hombre siempre estuvo dispuesto a hablar conmigo compartiéndome su experiencia, fortaleza, y esperanza de recuperación. Roy nunca estaría muy ocupado para ayudar a guiar a aquellos de nosotros en Nashville cuando ocurrieran crisis o el estrés con relación al programa.

Acá en Nashville, dos de nosotros logramos conseguir la sobriedad antes de escribir el Libro Blanco. Nuestra sobriedad estaba basada en el folleto original de SA. Esperamos ansiosamente por esos artículos que Roy escribiría. Cuando llegaron, eran hojas sueltas de 8 ½ por 11 pulgadas, usualmente escritas por ambos lados. Yo recuerdo que poníamos estas hojas en archivadores de hojas sueltas creando nuestros propios libros. Nos sentimos muy aliviados cuando se publicó la primera edición de Sexólics Anónimos (“El Libro Blanco”). Roy envió este primer libro desde la oficina de su garaje, el libro original era de 8 ½ por 11 pulgadas de papel suave, con una cubierta gris.

Que increíble es ver, como Dios está en la ecuación, todo lo que puede ser desarrollado de solo una idea en la cabeza de un ser humano

Roy tenía la idea de desarrollar un Programa de Doce Pasos para ayudar a personas a recuperarse de la adicción sexual. No hace falta decir, que nadie exceptuando su esposa sabrán la cantidad de tiempo y trabajo que Roy dedico para darnos lo que tenemos hoy. Acá estoy hoy, un afortunado de recibir su idea dado por Dios. Roy no solo compartía su progreso en recuperación, también compartía sus debilidades. Nos enseñaba que compartir nuestras debilidades era una herramienta de recuperación que yo nunca podría minimizar.

Al pensar en el fallecimiento de Roy, me siento inspirado por la genialidad de todo. Es impresionante pensar que un ser humano puede afectar positivamente la vida de tantas personas con la ayuda de Dios. A través de Roy, Dios ha sido capaz de mantenerme física y espiritualmente vivo a través de mi recuperación en Sexólics Anónimos.

Roy nos dio un ejemplo de la influencia que podemos tener en las personas que nos rodean. Lo único que tenemos que hacer es mantenernos sobrios un día a la vez usando los pasos, confiando en Dios y ayudando a los que lo necesitan. De este modo nosotros también, con la ayuda de Dios podemos influenciar positivamente la vida de los que nos rodean al igual que Roy. Roy fue un vivo ejemplo de los milagros de Dios que pueden ser reflejados en nuestras vidas.
—Harvey A., Nashville, TN *Revista Ensayo*,



Garaje - Oficina de Roy K en Simi Valley

Mi Camino Hacia La Recuperación

Estuve en el programa varios durante varios años antes de conocer finalmente a Roy K. Recuerdo la pasión de Roy K por difundir en sus conversaciones al igual que en sus mensajes escritos, su coraje y sus principios.

Me uní a SA en 1984, unos meses después de romper con un compañero que había sido mi "amante". Estaba temeroso: ¿comenzaría a tener relaciones sexuales con personas sin decirles que estaba infectado con SIDA? Desesperado, recé: "¡Por favor, ayúdame, Señor!". No mucho después de esas oraciones desesperadas, "sucedíó" que escuché a otro hombre atraído por personas del mismo sexo hablando muy alto en público. Compartió que era miembro de un nuevo programa de abstinencia sexual de Doce Pasos que aconsejaba la abstinencia mental y sexual completa para los adictos a la lujuria y el sexo. Se llamaba Sexólicos Anónimos.

Nunca había oído hablar de la lujuria como una adicción, como el alcohol o las drogas ilegales. Me uní a este nuevo programa y me dijeron que tendría que dejar de ser lujurioso. Paradójicamente, la redacción del Paso Uno de SA refleja lo imposible que sería: *"Admitimos que éramos impotentes ante la lujuria, que nuestras vidas se habían vuelto ingobernables"*.

Consideré que la definición de sobriedad: no tener relaciones sexuales con uno mismo o con otra persona que no sea un matrimonio heterosexual, sería imposible para mí. Yo tenía razón. Para entonces, me había consumido la lujuria. Nunca podría haberme detenido por mi cuenta. Afortunadamente, seguí volviendo. Descubrí que con la ayuda de Dios y de otros, no es imposible. Pero fue difícil, y para mantenerme sobrio, necesitaba la ayuda de los hombres y

mujeres en recuperación que Dios puso en recuperación conmigo.

Después de solo unos años de trabajar los Pasos y compartir con otros, comencé a darme cuenta de algo muy sorprendente: estaba obteniendo mucho más amor y aceptación real en las reuniones de lo que había tenido en mis relaciones sexuales. Me tomó unos años antes de reconocer la sabiduría de la definición de sobriedad sexual de mi programa. Durante estas luchas, Roy me amaba a mí y a los demás lo suficiente como para decir la verdad, incluso cuando era impopular. Hizo lo que Dios lo llamó a hacer. Siguió reiterando los resultados de SA e insistió en que la definición de sobriedad se aplicaba a hombres y mujeres de todos los orígenes. Hoy, he encontrado que esto es cierto para mí.

Roy hizo más por mí de lo que posiblemente puedo expresar. Recibí muchas bendiciones maravillosas cuando finalmente aprendí a rendirme a este programa, rendir mi lujuria y trabajar los Pasos en SA.

*Fenner U., USA
Revista Ensayo Diciembre 2009*



40 Años De SA!

2009

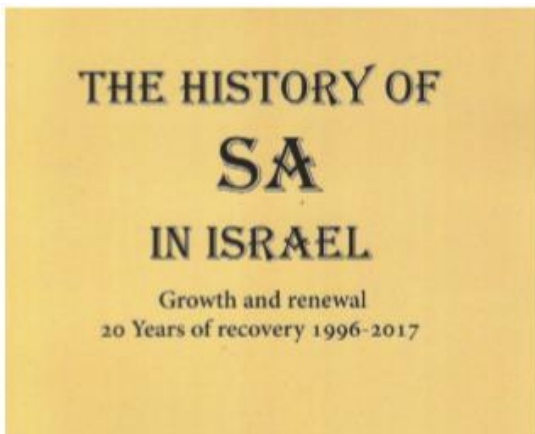
Resolución: Delegado General de la asamblea

Roy, esta resolución de agradecimiento de la fraternidad de Sexólicos Anónimos a usted se la debemos desde hace mucho tiempo. Esto es un intento humilde de parte de la Asamblea General de Delegados, como servidores de SA, para expresar con palabras nuestra sincera gratitud por su vida y trabajo en nombre de nuestra fraternidad..

Todos los días se observa y se expresa esta gratitud en las reuniones de SA en todo el mundo, en los cinco continentes, en muchos idiomas. Es evidente en las familias reunidas bajo Dios y en una nueva unión espiritual entre esposos y esposas. Se expresa en las cartas de los prisioneros y se ve en los rostros de los nuevos miembros. Deseamos expresar nuestra sincera gratitud por el apoyo de su amada esposa, Iris, por los sacrificios que hizo durante los años en que trabajó para SA. En la Comunidad de SA no hay amigo no sexólico más valioso que Iris.

— Denver, Colorado, Julio 9, 2009
Revista Ensayo Septiembre 2009

2017



Agosto de 2019

2019

De los custodios de SA a los 40 años

SA ha crecido tanto en los últimos cuarenta años que es difícil saber por dónde empezar. Desde sus humildes comienzos en Los Ángeles, CA, SA se ha convertido en una fraternidad internacional. Hoy, SA se compone de doce regiones con cuatro dentro de Europa y Medio Oriente y nuestra región más nueva en América Central y del Sur.

Siempre confiaremos en la experiencia de AA, y SA ha desarrollado su propia experiencia y literatura. Se siguen escribiendo libros y folletos que se centran en el programa de recuperación de SA. Vemos que SA tiene una gran afluencia de miembros más jóvenes de 20 a 25.

También vemos que llegaremos a nuevos miembros conectándonos con el adicto al sexo a través de información pública directamente a la red, en los próximos 20 años. Definitivamente estamos en la era digital. Nuestro crecimiento continuará. Incluso ahora, nuevas regiones están a punto de nacer. La mayoría de esas regiones se formarán en áreas que no están en Norteamérica. Sabemos que la enfermedad del sexolismo afecta a todas las culturas y lenguas.

Algunos éxitos significativos

- Continua creencia central en los Pasos como una solución para la adicción a la lujuria, y la voluntad de defender esta solución basada en nuestras décadas de experiencia.
- Confianza en el compañerismo y el patrocinio para transmitir los Pasos al recién llegado.
- Una estructura razonablemente madura de servicio que responde a la membresía al tiempo que proporciona una estabilidad de propósito y métodos.

34

SA a sus 40 Años !

- Reconocimiento continuo del hecho de que nuestras racionalizaciones son ingeniosas y, por lo tanto, mantienen los significados originales de nuestra definición única de sobriedad, que es absolutamente necesaria para contrarrestar esas racionalizaciones prevalentes.

SA ha logrado mucho en 40 años con un rápido crecimiento en todo el mundo, ahora está en muchos países, incluidas nuevas áreas como África, Asia e India. Veo que SA tiene una gran afluencia de miembros más jóvenes de 20 a 25 años, también veo que la forma en que llegaremos a nuevos miembros es conectando con el adicto al sexo a través de información pública directamente en redes sociales, en los próximos 20 años.

A los 40 años, SA se está moviendo hacia una nueva fase de su desarrollo a medida que su base cambia de una comunidad dominada principalmente por Estados Unidos / Canadá a una global.

Cuando nos reunimos en Seattle para celebrar los 40 años de SA, lo primero que se hizo evidente fue la diversidad de los presentes y su entusiasmo por la sobriedad. Ahora tenemos un administrador indígena australiano. S-anons y Sateens de SA de cerca y de lejos. SA a los 40 años es exuberante multirracial, de muchas denominaciones y acogedor.

El uso de tecnologías digitales para unir, educar y relacionarse a grandes distancias ha revolucionado las actividades del programa. SA ahora organiza una conferencia anual de recuperación en línea de 24 horas para miembros. Los talleres regulares en línea ayudan a llevar el programa a grupos aislados, solitarios y a todos los demás.

Algunos desafíos importantes

- En muchas áreas, apoyo débil a los grupos individuales a través de vacíos en la estructura de servicio y cómo llenar esas vacíos.

Falta de propiedad de nuestra literatura básica, aunque las relaciones recientes con KIPT (Comité que maneja los derechos de autor de la familia de Roy K) se han vuelto mucho más cooperativas y útiles. Creemos que esa relación solo se hará más estrecha y cooperativa.

- Encontrar maneras de llegar a los solitarios y ayudarlos a sentirse parte vibrante de la Comunidad.

Obviamente, hay muchos más de estos ejemplos, pero este conjunto me viene rápidamente a la mente como algo significativo.

Sigue viniendo. Sabemos que no querrá perderse los próximos cuarenta años.

Tom K, presidente del consejo de administración



HISTORIAS DE SA

El Hombre Que Encontró A Dios

Tenemos un nuevo patrón

Un sexólico caminaba por una calle en la que había estado antes, pero esta vez, se encontró con Dios. Vio que Dios tenía algo en su mano y que le parecía atractivo al sexólico.

Le preguntó a Dios, “¿Qué tienes en tu mano Señor?”, Dios respondió, “Sobriedad, tengo sobriedad en mi mano.”

El sexólico le dijo, “Señor eso me apetece, quisiera tenerla. ¿Cuánto me costaría?” Entonces Dios le dice al sexólico, “¿Qué me ofreces por ella?”

El sexólico dijo, “Bueno, tengo 50 pesos.” Dios dijo, “Bien, te costará 50 pesos”.

Sé que todo lo que tengo ya no es mío, es de Dios. Mientras recuerde eso, la vida parece ser mejor para mí

El sexólico, empieza a cambiar de idea (como muchos de nosotros sexólicos), y dice a Dios, “Si, me gustaría tener sobriedad, pero si te doy mis 50 pesos no podré comprar gas para mi coche.” Dios le dice, “¿Oh, tienes un coche? La sobriedad te costará tu coche también.”

Ahora el sexólico comienza a regatear con Dios. “¡Si te doy mi coche, entonces no podré llegar a mi trabajo!” Dios le dice, “Tienes un trabajo...¡La sobriedad te costará tu trabajo, también!”

El sexólico le dice A Dios, “Si te doy mi trabajo, entonces no podré pagar por mi casa.” Dios le dice “¡Tienes una casa! ¡Pensé que vivías por las líneas férreas en una caja de cartón! ¡Además, la sobriedad te costará tu casa!”

El sexólico le dice a Dios, “Si te doy mi casa, entonces no tendré un lugar para cuidar de mi esposa y mis hijos.” Dios le dice al adicto, “¿Tienes una familia?”

La sobriedad te costará tu familia también.”

Entonces el sexólico dice, “Dios, si te doy mi familia, entonces no tendré razón para vivir.”

Dios le dice, “Si, la sobriedad te costará tu vida también.”

Ahora el sexólico, encontrándose en un estado de embriaguez desesperante, acepta la oferta de Dios y encuentra sobriedad.

Otro día caminaba por la calle, esta vez sobrio, tal vez venia de una reunión de SA ó de una llamada de 12 pasos. En todo caso, se encuentra con Dios otra vez.

Dios dice. “¿Cómo te está tratando esa sobriedad? El (ex)sexólico dice, “Oh, ¡es maravillosa!

Dios responde, “¡Qué bien! Ahora hare esto para ti. Te devuelvo tus 50 pesos, pero solo para que compres gasolina para tu coche, el cual también te lo devuelvo. Pero recuerda que ya no es tu coche, es MI coche y solo te lo presto. Pueda que tengas que llevar a otros sexólicos a reuniones en él y estar con ellos.

También te devuelvo tu trabajo para que puedas pagar por tu casa. Ahora, esta casa ya no es tu casa. Es MI casa. Pueda que tengas que albergar a un sexólico alguna vez y ayudarlos.

También te devuelvo tu familia, pero recuerda, que ya no son TU esposa e hijos, ellos son MIOS y debes tratarlos como tales.

También te devolveré tu vida, pero ya no es TU vida, es MI vida y tendrás que seguir mis instrucciones de cómo vivirla....”

Bueno, así es como la historia va, pero para mí, sé que todo lo que tengo ya no es mío, es de Dios. Mientras recuerde eso, la vida parece ser mejor para mí. Cuando no recuerdo, mi vida se hace problemática.

Dios los bendiga.

Oscar M. Colombia, Sur América.

HISTORIAS DE SA

Soltera(o) y Serena(o)

La Soltería es una plataforma única

Yo veía a hombres como juguetes o salvadores, pero nunca como seres humanos. Ellos llenaban mi tiempo hasta que encontré a EL UNO, quien se hizo mi dios. El miedo de no ser amada o aceptada, derivó en depresión, miseria y temor de ser abandonada. Creí que EL me podía arreglar y hacer posible mis fantasías y sueños. Pero cada vez me hundía más profundamente en una vida infernal, aceptando el abuso y diciéndome a mí misma que yo era el problema.

La última vez que usé sexo fue con un hombre casado, quien yo creía que él era EL.

Toda mi vida cambió cuando paré de esperar que alguien más me tome en serio y empecé a tomarme seriamente.

El me adoraba y me sacó de mi miseria con su atención constante. Había muchas banderas de peligro a las cuales no les presté atención. Lo necesitaba a él tan desesperadamente que ignoré la estricta religión en la que crecí. Eventualmente, llegué al fondo del abismo y terminé en SA. El gran dilema que tenía en un principio fue tratar de vivir sin él. Tuve recaídas que me llevaron de vuelta a él varias veces porque el vacío emocional sin él era aplastante.

Durante mi trayecto en SA, Dios tomó mi pesadilla y me devolvió un sueño. Comencé a aceptar que mi profundo deseo por amor era real y válido, pero estaba buscándolo en lugares equivocados. El único lugar seguro donde puedo tener amor inmensurable e incondicional es mi Poder Superior. Pero mis defectos de carácter estaban en el camino y comencé a trabajar los Pasos. Rendir mis defectos fue como ponerme bajo el cuchillo de Dios como un experto cirujano.

Cuando llegué a SA no me quería, hoy estoy contenta con quien soy. He desarrollado una intimidad de conversación con mi Poder Superior. Una vez que verdaderamente empecé a sentir esto, la desesperación emocional y necesidad por un hombre comenzó a disminuir

Encontrando amor incondicional, finalmente me permití sentirme viva en mi propio ser. Aprendí que mi Poder Superior empezaría a llenar mis necesidades tan pronto como se hacían evidentes. Mi vida comenzó a cambiar cuando dejé de pensar que alguien cuidaría y en vez comencé a tomarme seriamente a mí misma

Encuentro una gran libertad en abstinencia como persona soltera. Sé que sexo no es intimidad y que la intimidad comienza conmigo misma. Sin mi propia intimidad no puedo ser vulnerable e íntima con nadie más.

La hora de dormir ha sido un disparador para mí, porque fui abusada en mi niñez. En mi adicción, usé hombres para hacerme sentir segura en cama. He transformado mi hora de dormir en intimidad con mi Poder Superior, un tiempo para estar a solas, en silencio, con el Amor Verdadero de mi corazón. A medida que caigo en mi sueño, siento la presencia y el abrazo de mi Poder Superior y mis temores desaparecen. Esta es la espiritualidad oculta de dormir sola.

Antes de SA, combatía con el sentimiento de no ser elegida como mujer soltera. Ahora redefino el término "elegida" con un significado espiritual. Si estoy en SA, tengo sobriedad y vivo la experiencia de un despertar espiritual. He sido "elegida" para el viaje más privilegiado de mi vida. No hay más alta meta que lograr.

Ya no pierdo mi regalo de soltería enfocándome en que me falta en la vida. Persigo mi curiosidad, desarrollo y mis metas. Persigo mi pasión. Deseo trabajar por algo más grande que yo y estoy construyendo un nuevo mundo. Ser soltera no es una condición de segunda clase o un periodo de espera. Maximizo mi estación de soltera y disfruto la plataforma única para un gran disfrute, libertad y significado.

Hoy ya no estoy obsesionada con querer casarme; finalmente comienzo a entenderlo. Más que matrimonio, deseo ser de servicio a Dios, satisfacer a Dios y de estar en su voluntad.

Jouise B, Irlanda del Norte, U.K

HISTORIAS DE SA

La Saga De Treinta Años De Sobriedad

Sobriedad por años terminó en la cárcel

Me enseña humildad todas las expresiones de amor que me han dado en mi treinta aniversario. A veces creo que soy un fraude. ¿Tal vez una de esas fantasías no eran una fantasía y yo usé? ¿Tal vez uno de esos sueños húmedos no era realmente un sueño húmedo?

Tampoco quiero creer que soy veterano. Un hombre sobrio no alberga resentimientos ni vive con miedo. Un hombre sobrio no está lleno de vergüenza o no disfruta de la autocompasión. ¡Quiero estar sobrio y actuar en estos comportamientos! Entonces, ¿estoy realmente sobrio?

Sin embargo, ustedes me están diciendo que me aman y celebran mi fecha de sobriedad. Me respetas aunque lucho con respeto propio. Puedo amarte compartiendo abierta y honestamente.

Vine hace 30 años asustado de lo que encontraría. Encontré a unas pocas personas que admitieron ser adictos al sexo. Aprendí que no moriría si puedo admitir que soy uno. Aprendí que todo lo que tenía que hacer era pasar el día sin actuar sexualmente. Aprendí que la oración, las llamadas telefónicas, literatura y la hermandad me ayudaban. Las reuniones sobre todo ayudaron. Haciendo todas estas cosas hizo que fuera más fácil conectar desde que salí de la cama en la mañana hasta el momento en que volví a la cama por la noche.

Mi padrino, Jeff, me enseñó que todo lo que tenía que creer era que si me mantenía sobrio de esta obsesión, este dolor se iría. Jeff me llevó a su casa y me impidió abrumarme. No era un buen ahijado. Rompí confidencias que su esposa compartía conmigo. Hablé en el contestador, durante horas usando toda la cinta, pretendiendo hacer llamadas, hice pésimas enmiendas. Conté días. Quería una ficha de 30 días. Quería conseguir una ficha de 60 días y presidir una reunión. Quería lograr una medalla de 90 días y compartir mi historia. Quería completar todos los Pasos y graduarme.

Aprendí a seguir a los ganadores, aprendí a no ser un llorón. Conduje a mis padrinos a la locura siendo un llorón,

quería hacerlo todo de la manera fácil. No quería ser honesto. No quería que Dios fuera el director del espectáculo. Quería dirigir el show y que Dios siguiera mis instrucciones.

Tenía cuatro años de sobriedad, después cinco. A medida que mis años se sumaron, también lo hizo mi arrogancia. No pude ser apadrinado. Nadie podía decirme nada porque yo era el mismo Señor S.A. Por suerte, algunos miembros desesperados continuaron conmigo. Así que si me gustaba o no, tuve que hablar de sobriedad.

Estaba ganando dinero, estaba gordo como un cerdo. Yo estaba SOBRIO. Luego vinieron los federales. Me arrestaron por fraude de seguros. "Noach, el concierto ha terminado. Estás arrestado. No creemos que seas tan listo. No creemos que seas tan sobrio o guapo. Vas a ir a la cárcel." La familia se estaba desmoronando. Mis suegros querían el divorcio. Estaba solo en una celda. Todo lo que podía hacer es rezar, rendirme, entregarle la vida a EL (Dios), o usar mi droga y aliviar algo del dolor y la vergüenza.

Me dijeron que los miembros de SA permanecen sobrios en la cárcel. Un miembro vino a visitarme todas las semanas! Después de un año en la cárcel mi esposa me dijo que su vida era buena sin este loco adicto y convicto. Pagó las cuentas, crio a los niños y sabía que estaba a salvo en la cárcel todas las noches. Me dieron un ultimátum. Consigue un trabajo legítimo con beneficios, o no te molestes en volver a casa.

Así que solicité un trabajo y fui a la escuela de posgrado. Mi entrevista en la Escuela de Trabajo Social fue de tres horas, estaba decidido a ser honesto. Ellos estaban decididos a ver si era educable. Empezaron los milagros.

Fui aceptado. Regresé a reuniones. Tenía que ser humilde. Los miembros me miraban como si me hubiera dado un atracón después de diez años

Los decepcioné. Aquí estuve sobrio durante diez años y era un mentiroso, tramposo e inescrupuloso. Dije, "mi nombre es Noach y estoy sobrio 13 años y acabo de salir de la prisión federal". Los recién llegados pensaban que yo era Dios. Los viejos miembros rodaron los ojos.

Harvey me dijo algo que nunca olvidaría. "Sí, estas sexualmente sobrio. Eres increíble, manteniéndote sobrio en la cárcel. ¡Tienes un gran primer paso!" Se detuvo y luego dijo, "ahora, es el momento de trabajar en el resto de los Pasos.

Es difícil trabajar el Cuarto Paso con dinero en torno. Mi codicia. Mi arrogancia. Mi miedo. ¡Oh! Tuve que hacer listas: los federales, la gente que me delato a los federales y a la gente a la que lastimé. Tuve que hacer enmiendas a aquellas personas e instituciones.

Fui a la escuela de postgrado. Tomé los cursos. No hice trampa. Tuve que aguantar a profesores diez años menores que yo. Uno de ellos se quejó de que me quede dormido en clase. Nuestro programa de Doce Pasos me enseñó que debía hacerlo un día a la vez, un curso a la vez, un semestre a la vez. Cuando el decano me dijo que había completado todos mis requisitos para graduarme, no podía creerlo. Nunca hice una cosa con honestidad en mi vida.

Trabajé en clínicas. Solicité una licencia. No mentí acerca de la pregunta "¿Alguna vez fue condenado por un crimen?" Contesté "sí". ¡Estaba tan orgulloso de ser honesto y miembro de SA! Rabinos, profesores universitarios, mi esposa y amigos testificaron que era un candidato honesto para ser licenciado por el estado de Nueva York.

Me preguntaron "¿qué garantías está usando para que no vuelva a estos comportamientos negativos?" Les contesté: "Soy miembro de un programa Doce Pasos y trato de ir a 2 o 3 reuniones a la semana". Votaron dos sí, uno no. ¡Me dieron una licencia!

Mi vida ha cambiado. La mujer que quería el divorcio me ama y yo la amo. Mis hijos me aman y yo también los quiero. Mis nietos me aman. Mi relación con mi Poder Superior es buena.

Me gusta repetir las oraciones del Tercer Paso y del Undécimo Paso. Disfruto de mi trabajo. Voy a clases de postgrado para aprender y conocer acerca de enfermedades mentales, conducta obsesiva y adictiva, y trauma.

Me siento sumamente validado por la gente de SA por celebrar conmigo mi aniversario. La única cosa que me queda decir es que Dios me dio el regalo de tomar las cosas con calma, no usar hoy sin importar lo que cueste y un día se convierte en otro, uno a la vez.

En hermandad, Noach S, Brooklyn.

Temas de Discusión en Grupos

En "Sola y Serena", la autora encontró libertad y significado en aceptar su condición. ¿Ha tenido experiencia similar con aceptación?

¿De qué manera ha encontrado nueva libertad en sobriedad de acuerdo a SA?

En "Treinta Años De Sobriedad", orgullo es un aspecto clave en las consecuencias que tuvo que enfrentar el autor. ¿Cómo orgullo o su primo vergüenza influyeron tu sobriedad?

A pesar de las distracciones y consecuencias, él ha vivido más de treinta años en la sobriedad de SA. ¿Cómo has enfrentado calamidad con serenidad?

En recuperación de SA, frecuentemente nos encontramos en una nueva labor o practicando nuestro trabajo diferentemente. ¿Te ha sucedido esto a ti?

PASOS Y TRADICIONES

Tradición Dos Funciona

Humildad y salud del Grupo

Para nuestro grupo hay una máxima autoridad – un Dios amoroso tal como Él se pueda expresar a sí mismo en nuestra consciencia de grupo. Nuestros líderes no son más que servidores de confianza; ellos no gobiernan (SA 7)

Una vez pensé que las Doce Tradiciones de SA eran aburridas, fragmentos secos de reglas organizacionales que no tenían mucho que ver conmigo. Mi padrino me mostró lo contrario, explicando cómo podría aplicarlos a mi vida personal. Por ejemplo, la Tradición Dos me enseña a practicar la humildad. En mi antiguo egocentrismo, solía expresar una opinión sobre todo porque pensaba que eso haría que otros me admiraran. La Tradición me enseña a dejar de enfocarme en mí, ser paciente, de mente abierta y escuchar a los demás en el grupo. Cuando lo hago, siempre aprendo y crezco, encontrando nuevas ideas y soluciones inesperadas. A diferencia del mundo de los negocios, la Tradición Dos afirma que en SA no hay un jefe, excepto "un Dios amoroso". Los líderes en SA son nuestros servidores de confianza que acatan la expresión de Dios en las decisiones tomadas por todo el grupo, llamado "conciencia de grupo". "Al compartir juntos, terminamos nuestros asuntos sin rencor entre los miembros. Es un momento gratificante cuando relaciono mi humildad con una decisión grupal responsable.

Cuando entro en una discusión de SA, seré humilde y abierto a lo que Dios nos tiene reservado. TRC 60

Promocionando Negocios en SA (Tradición 6)

Amo hacer dulces. Como con cualquier interés mío, se convirtió en una pasión verdadera. La gente me animó a crear un negocio de dulces, el cual intenté... y fracasé. (No soy un muy buen hombre de negocios). Sin embargo, fue durante este período de tiempo que estaba experimentando con varias recetas y con frecuencia ofrecía muestras (e hice ventas) a personas en el trabajo, en la Iglesia, en nuestro vecindario y en las reuniones. Diseñé tarjetas de presentación y un folleto y los repartí... y seguí haciendo ventas.

Fue al mismo tiempo que el Intergrupo de Filadelfia planeaba organizar la convención internacional SA de 2005. Pensé que podría ser una excelente oportunidad para correr la voz aún más, mientras servía a la fraternidad. Pensé que, tal vez podría ofrecerme unirme al Comité de Hospitalidad para la convención y ocuparme de ambas prioridades: servir a la comunidad y establecer contactos en mi negocio. Cambié mi dirección de correo electrónico para incluir el nombre de la empresa y pensé que sería un buen comienzo de conversación cada vez que enviaba correos electrónicos de servicio a otros miembros. Incluso fui tan lejos como para comenzar a trabajar en un logotipo que pudiera usar, incorporando el logotipo de la fraternidad, algo así como tratar de posicionar esta empresa mía como un "negocio oficial" para la fraternidad. Incluso utilicé brevemente este logotipo como el ícono de mi correo electrónico, para que las personas lo vieran y lo asociaran con la comunidad, así como con mis dulces.

Afortunadamente, después de un tiempo, un par de miembros lo mencionaron como preocupación, citando la Tradición 6. Lo discutimos extensamente y me sentí convencido de que tenía que parar.

PASOS Y TRADICIONES

Conocí otros ejemplos de promoción de empresas en la fraternidad: bienes raíces, prácticas terapéuticas, carpintería, producción de videos e incluso ventas de utensilios de cocina y maquillaje.

Me di cuenta de que, para mí, solo necesitaba promover una cosa: trabajar los Pasos. Si estaba tratando de ganar algunos dólares extra por mi trabajo de servicio de SA, estaba perdiendo una oportunidad maravillosa: ayudar a salvar vidas, sin esperar nada a cambio.

Michael J. Pennsylvania EE. UU

Mi comprensión de mi Poder Superior – Paso 2

Soy Kristina de Alemania y sobria desde marzo de 2016, un día a la vez por la gracia de mi Adorado Poder Superior. Cuando trabajé el Paso 2 con "Pasos en acción", escribí algo sobre mi Poder Superior. Mientras busqué durante muchos años en varias religiones a las que podría pertenecer, encontré algo muy importante sobre el "dios de mi entendimiento" que me da fuerzas: para MÍ es un ELLA la mayor parte del tiempo. Así que me gustaría compartirlo con ustedes:

Ella es una energía amorosa que lo abarca todo. Ella lo es todo, lo sabe todo, me ama y me lleva, como el aire o el universo entero.

Ella es una diosa como "Avalokiteshvara" del budismo que ama a todos los seres y tiene la misión de sanar a todos los seres para ser felices. Transformar todo sufrimiento con su amor incondicional y benignidad.

Ella es como una diosa para mí y además tiene la forma de una madre que me sostiene en sus brazos, que me lleva, me cuida, me tranquiliza, me protege y me alienta, ¡haga lo que haga o haya hecho!

Alguien quien quiere ayudarme, no lastimarme a mí ni a los demás porque soy valiosa y amable.

Ella me da amor incondicional y siempre está presente para mí!!!

Ella incluso quiere estar cerca de mí! Ella nunca está nerviosa, furiosa ni crítica, sino siempre llena de estima.

Cuando se acaba el timón en mi vida o cuando no sigo sus sugerencias, ella nunca me critica. En cambio, ella me dice qué hacer a continuación - (como un GPS que Dave T nos contó)

Ella es capaz de consolarme, resistirme y me da un brillo.

Ella también puede aparecer en varias formas en mi fantasía:

Como terapeuta de buen corazón en una habitación encantadora

Como una voz en el aire, que lo abarca todo y en todas partes como energía

Como una hamaca ...

También ella puede hablarme a través de todos los seres del mundo: como animal, planta, niño, adulto, reunión, piedra, agua, clima, cuerpos celestiales, ¡y a través de la música!

Ella está en todas partes y también reside dentro de MÍ. Ella soy yo y todo.

A veces ella es Dios. Un padre. Con amor y sin cruzar fronteras.

Siempre presente para mí.

Sin ninguna expectativa de que tengo que hacer algo para que ella esté cerca de mí.

Esto se aplica en consecuencia para ELLA.

Ella lo sabe todo y me ama de todos modos. Ella quiere que sienta paz y felicidad. Ella quiere que sea un ser humano con todos los sentimientos!!!

Ella quiere que entregue mis talentos y luz a este mundo, ¡para toda la fraternidad que estamos en el universo!

Kristina, SA Alemania

NOTICIAS MUNDIALES



Reimpresión de Chennai Tiempos de Chennai, India

CHENNAI: abusado por su tío a los cuatro años, comenzó a usar el sexo para luchar contra la soledad y rechazo. Pero cuando se convirtió en un comportamiento que ya no podía controlar, * Talitha K buscó ayuda en la red. Después de una prueba en línea, Talitha se dio cuenta de que es una adicta al sexo. Con miedo de confiar en su familia y desesperada por obtener ayuda, ella contactó a Sexólicos Anónimo (SA). Hoy, ella usa sus Programa de 12 pasos para mantenerse sobria. "Yo fui abusada sexualmente por mi tío y mi padre y terminó casándose con un hombre que también era adicto ", dice Talitha, de 31 años, y agrega que ella encontró en la masturbación un mecanismo de afrontamiento para luchar contra el aburrimiento y "sentirse amada". "Mi la adicción era más por "amor y relaciones" pero lo admití hace solo dos meses".

Ella es una de las tres personas de Chennai que ha pedido ayuda a SA. SA, comenzó en Nashville, EE. UU., Lanzado en India en 2017 y tiene alrededor de 100 miembros en todo el país. En una sociedad donde el sexo y la sexualidad todavía se discute en voz baja, es uno de los pocos espacios donde los adictos al sexo pueden buscar ayuda sin ser juzgado.

"Los mayores desafíos son una falta total de conciencia y estigma. La gente no se da cuenta que es una enfermedad: la mayoría de nuestros miembros han sido abusados sexualmente o han sufrido un trauma. Otros tienen una predisposición genética. a la adicción ", dice * Sai, un Hyderabadbased miembro. Mientras de SA tienen reuniones en Hyderabad, ayudan a los adictos al sexo en otras partes del país a través de llamadas, Skype y correo electrónico.

"Realizamos llamadas de conferencia una vez por semana y cada miembro tiene un "padrino" (otro Miembro de SA) que los guía para seguir el 12 pasos ", dice Sai. "Los pasos tratan con el causas principales de adicción: soledad, miedo, ira, vergüenza, odio a sí mismo y otros aspectos negativos actitudes".

SA define a los adictos al sexo como "borrachos sexuales", comparando su situación a "la del alcohólico que ya no puede tolerar el alcohol y debe dejar de beber por completo, pero su relación de dependencia es tan grande que no puede lograrlo". Del mismo modo, el adicto al sexo no puede tolerar la lujuria pero no puede parar. "Típicamente, el sexo con nosotros mismos u otros nos comienza, y, como en otras adicciones, disuelve la tensión, alivia la depresión, resuelve conflictos o proporciona la forma de hacer frente a una situación de vida difícil o tomar una acción que parecía imposible antes " dice Sai, agregando que todos estos efectos están en mejor temporal. "Finalmente, nuestra adicción toma prioridad sobre todo lo demás: nuestra capacidad para trabajar, vivir en el mundo real y relacionarse cómodamente sufre con los demás ".

La frecuencia con la que un adicto recurre al sexo depende de la persona, los recursos que tiene, el tiempo, etc. "Cuando un alcohólico tiene mucho dinero, él bebe licores caros. Pero cuando se queda sin dinero, bebería licor barato. Similar, Estaba teniendo sexo con prostitutas hasta tres veces al día cuando tenía el dinero. Pero después yo se quedó sin dinero, comencé a dormir con otros hombres y travestis / transgénero para cuidar el dinero ", dice Sai.

La mayoría tiene miedo de confiar en la familia y amigos. Sus temores no son infundados. Cuando Sai le dijo a sus amigos, se rieron de él. "Cuando le dije a mis padres, hubo peleas, lágrimas, me llevaron a los templos y casi corrí lejos de casa ", dice.

SA ha sido un faro de esperanza. "Conectando con otras mujeres me ha dado inmenso aliento y espero que mi adicción se puede combatir ", dice Talitha, una ama de casa mamá que se unió a SA en mayo.

Los psiquiatras dicen que el problema real podría mentir entre las orejas y no las piernas. "Un terapeuta me mostró cómo la lujuria y el sexo no eran problema. Mis reacciones a la vida estaban causando todo mis problemas y mi problema era emocional y espiritual ", dice Sai

NOTICIAS MUNDIALES



SA / S-Anon Queensland Conference 13-15 de septiembre de 2019 "Llevar el mensaje de esperanza"

Centro de conferencias Alex Park, Alexandra Headlands, QLD Australia

Contacto: <mailto:essay.brisb@gmail.com>

PRIMERA CONVENCION LITUANA DE SA
EMPEZANDO



VILNIUS septiembre 13 -15, 2019
FIN DE SEMANA COMPLETO, precio 50 EUR

AEROPUERTO VILNIUS, BUENA UBICACIÓN
Reunión abierta de SA / SANON
TE NECESITAMOS

MÁS INFORMACIÓN
Laisve.as@gmail.com
+37062969096

Wexford / Irlanda / EMER SA Convención

1 al 3 de noviembre de 2019

Voluntad - Priscilla C. -

Nashville, Estados Unidos

¡¡REGÍSTRATE AHORA!!

Envía texto a Sean M: +353 87635

0231 o al correo electrónico de

convención@saireland.com

[https://saireland.com/
convención/](https://saireland.com/convención/)



PRIMER TALLER DE INTEGRUPO
EUROPA SE

27 - 29 de Septiembre –BUDAPEST

<mailto:seeuropesa@gmail.com>

DELEGADOS Y CUSTODIOS A JULIO DE 2019

Nombre Fin periodo Titulo Región Comités

Peter F	04/22	Del	Northwest	Information Tech (IT), RAC
Kathy R	08/22	Del	Northwest	Conventions, Nominations
Kent A	11/24	Del	Northwest	Essay, Finance, SIM, co-chair
Jon H	07/20	Del	North Midwest	Literature, SIM; vice-chair GDA
Jim R.	10/21	Del	North Midwest	Conventions, SIM
Marv R	10/21	Alt Del	North Midwest	PI, chair; SACFC
Robert L.	10/21	Alt Del	North Midwest	Conventions, SIM
Suzanne S	1/20	Del	Northeast	PI, SIM
Shmuel E	8/20	Del	Northeast	PI, IT
Tom M.	2/22	Alt Del	Northeast	
Ben L.	10/20	Del	Mid-Atlantic	IT, Conventions, PI
Hugh S	10/20	Del	Mid-Atlantic	COMC, Finance
Brad S	10/22	Del	Mid-Atlantic	Conventions, H&I
Carl N.		Alt Del	Mid-Atlantic	H&I, chair; Nominations, SIM
Sam O		Alt Del	Mid-Atlantic	
Buddy S		Alt Del	Mid-Atlantic	Archives, RAC
Rich P	07/20	Del	Southeast	Conventions, chair; RAC, PI; GDA chair
Jay H.	07/21	Alt Del	Southeast	Lit Com, Legal,
Paul Z	05/20	Alt Del	Southeast	SACFC, H&I
Dave T	10/20	Del	South Midwest	Nominations, chair; PI,
Ron T	10/20	Del	South Midwest	Finance, COMC, SIM
Gene T	10/21	Del	South Midwest	SIM, co-chair, CFC
AJ R.		Alt Del	South Midwest	
Jim C.	10/21	Del	Southwest	Finance, H&I, Conventions
George F	10/21	Del	Southwest	COMC, RAC
Duane D	5/21	Alt Del	Southwest	H&I, International, Translations
Dave H	8/21	Alt Del	Southwest	RAC
Grzegorz	5/22	Del	EMER	SACFC
Jackie H	5/22	Del	EMER	International
Keith N.	9/21	Del	EMER	Conventions, International
Pawel	5/22	Del	EMER	International, SIM
Richard D.	5/22	Del	EMER	Translations
Francis C.	5/22	Alt Del	EMER	
Nicholas S.	9/21	Alt Del	EMER	
Bernd S	6/18	Del	German speaking	H&I
Avi G	6/21	Alt Del	Israel	SIM
Yoel A.	6/21	Del	Israel	
Hassan B	5/20	Del	Persian speaking	
Masoud B	5/20	Del	Persian speaking	
Moustafa A	5/20	Del	Persian speaking	
Oscar M	7/21	Del	Latin America	SACFC, Translations
Tom K	7/23	Chair	Trustees	COMC, Conventions, Nominations, SIM
Jason C	7/23	Trustee	Trustees	H&I, Nominations, PI, RAC,
Eric H	7/23	Trustee	Trustee	Essay, Finance, Conv., Lit Com
Steve S	7/22	Trustee	Trustee	International, chair; IT
Thad M	7/23	Trustee	Trustee	Finance, Lit Com, Translations
Denise O	7/21	Trustee	Trustee	Translations, chair; International, RAC
Connie T	7/22	Trustee	Trustee	Conv., Int'l, Nominations, SIM
Brendan T	7/23	Trustee	Trustee	Archives, Legal, RAC, SACFC, SIM

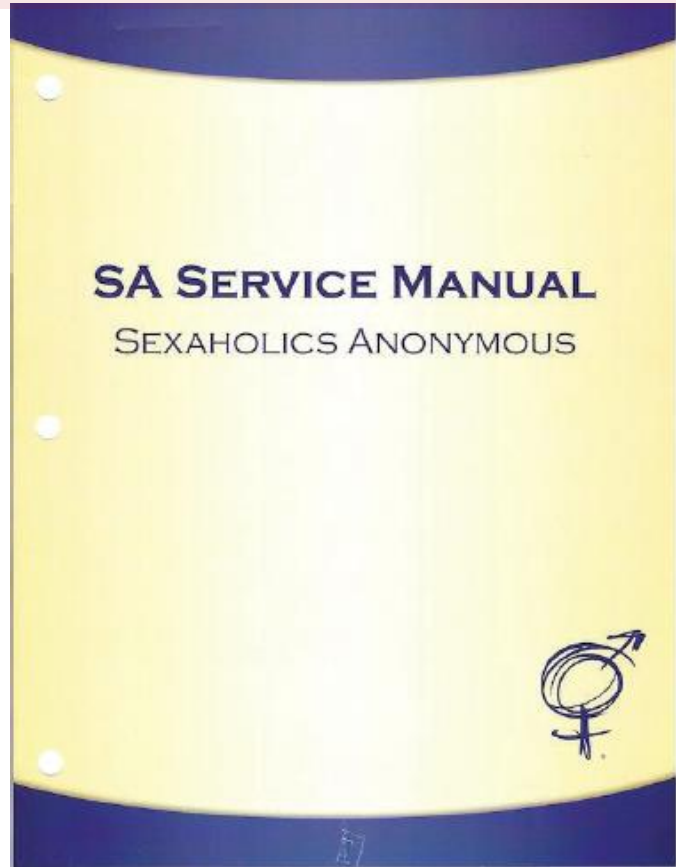
Ensayo en español
 Descárguelo ensayo en español en <https://www.sa.org/essay/>

LITERATURA

Manual de servicio de SA

Tabla de contenidos

1. Introducción
2. Doce Tradiciones de AA y SA
3. Declaración de Principios de Sexólicos Anónimos
4. Introducción al servicio general
5. La espiritualidad del servicio
6. Presentación gráfica de la estructura de SA
7. El grupo y el representante del Inter grupo (GSR)
8. El Intergrupo y su representante (IGR)
9. Asamblea Regional
10. Delegado de la Asamblea General (GAD)
11. Asamblea general de delegados (GDA)
12. Mesa de custodios
13. Comité de Custodios
14. Comité Declaración de Misión
15. Convenciones Internacionales
16. Boletín Ensayo (Essay)
17. Oficina Central Internacional de SA (SAICO)
18. Los Doce Conceptos de AA y SA
19. La pirámide invertida de servicio
20. Experiencia de miembros con los Doce Conceptos
21. Glosario
22. Apéndices
 1. Estatutos
 2. Reglas de Robert para el orden de las mociones
 3. Documento histórico
 4. Literatura aprobada AA y SA
 5. Doce Pasos de AA y SA
 6. Enmiendas y Adiciones



El Manual de servicio guía la Asamblea de Delegados y los Custodios, es un recurso para todos los grupos de SA. Solicite o descargue de [la tienda SA](#)



EL COMITÉ IT TE NECESITA

El Comité de Información Tecnológica necesita su ayuda para lo siguiente

- Diseño gráfico
- Diseño Web, incluido Wordpress, PHP, MySQL
- Seguridad IT
- IT vigilancia, búsqueda de fallas

Contacto <mailto:saico@sa.org>

Disponible en la tienda SAICO!

Los comienzos – orígenes y crecimiento de SA
Descubriendo Los Principios
Tiene un hombre que tener sexo?

Inventario del Primer Paso
El brochure de SA – Problema,
Solución, 20 preguntas

CALENDARIO DE EVENTOS

Convenciones internacionales

21 al 22 de noviembre de 2019. Maratón de SA por Internet (SIM en inglés): Mundo de SA. SIMHP.com

9 al 12 de enero de 2020 Convención Internacional de Nashville, Tennessee, EE. UU. SA / S-Anon:
Un diseño para vivir. Información: <https://www.designforliving2020.com/>

24-26 de julio de 2020 Convención internacional de Toronto, Ontario, Canadá SA / S-Anon: Norte verdadero
2020 - Feliz, alegre & gratis. Información: <https://www.truenorth2020.ca/registration>

Eventos regionales y locales

16 al 18 de agosto, Medellín, Colombia Convención Nacional SA / S-Anon: El Camino de vida en SA / S-Anon. Información:
<https://samedellin.wixsite.com/convencion>

22 de agosto, Nueva York, EE.UU. 5º Evento anual del Condado de Orange y Rockland: Crucero espiritual.
Información: www.bit.ly/SpiritualCruise2019

23 al 25 de agosto, Lima, Perú Convención Nacional de Perú SA: Habíamos Llegado. Email: manuel Sartre1@gmail.com

30 de agosto - 1 de septiembre, Thatcham, Berkshire, Reino Unido SA Reino Unido Verano
Convención: Hay una solución. Información: <https://tinyurl.com/yxk9cwze>

13 al 15 de septiembre, Vilna, Lituania Primera convención lituana: Comenzamos. Información: <http://sa-lt.lt/>

28 de septiembre, Morton, Illinois, EE. UU. Maratón Intergrupo SA / S-Anon Central Illinois:
El progreso que debemos o la recuperación nos eluden. Información: <mailto:answers@solutionsandanswers.com>

Septiembre 2019, 28, SA/S-Anon Martón del Intergrupo Central de Illinois: A menos que progreseemos la recuperación nos
eludirá, Morton, Illinois, USA. Info: answers@solutionsandanswers.com

Septiembre 2019, 27-29, Intergrupo Europeo, Budapest, Hungría. Info: seeuropesa@gmail.com

Octubre 2019, 4-6, SA/S-Anon/S-Ateen 29a Conferencia Regional: Una nueva forma de vida, Ontario, California, USA.
Info: www.sa.org/store

Octubre 2019, 12, Maratón Intergrupo del Sur de Georgia: Un despertar espiritual, Macon, Georgia, SA. Info: midgasa.org

Octubre 2019, 18-20, SA/S-Anon INWIG Roos Point – Post Falls Idaho: Un diseño para vivir, Ross Point-Post Falls, Idaho,
USA. Info: rosscourtneyphotos@gmail.com

Octubre 2019, 25-27, Taller de pasos Bélgica: Hay una manera, Vaalbeek, Bélgica. Info:
emerworkshopbelgium@gmail.com

Octubre 2019, 27, Conferencia SA/S-Anon, Long Island, Huntington, New York, USA

Convenciones Internacionales de SA

Enero 2020, Nashville, USA

Julio 2020, Toronto, Canadá

Enero 2021, Atlanta, USA

Julio 2021, Salt Lake City, USA

Enero 2022, Sitio abierto

Julio 2022, Chicago, USA

CONVENCIONES SA



SIM (Maratón SA por Internet)
24 horas
GRATIS pero se requiere registro

Fraternidad mundial
Empieza 12:00 medio 21 de noviembre
SIMHP.COM

NASHVILLE 2020



UN DISEÑO PARA VIVIR

CONFERENCIA INTERNACIONAL SA / S-ANON 2020

9-12 de enero de 2020 | Nashville, Tennessee Sheraton Music City Hotel

(Sitio web completo y detalles próximamente)

<https://www.designforliving2020.com/>

DONAR
A SA INTERNACIONAL
USE PAYPAL O TARJETA DE CRÉDITO EN
7 MONEDAS

<https://www.sa.org/donate/>

NUEVOS GRUPOS SA MAYO 2019

Europa, África, Asia,
Locarno, Suiza
St. Albans, Reino Unido
Norte, Centro y Sudamérica
Telepan, México
Edmond, Oklahoma, Estados Unidos

Florence, Carolina del Sur, EE. UU.
Houston, Texas, EE. UU. (Nueva reunión)
Monsey, Nueva York, EE. UU. (Mujeres)
Provo, Utah, EE. UU. (Nuevas reuniones)
Waco, Texas, EE. UU

ENSAYO TEMAS Y PROPOSITO

Ensayo presenta la experiencia, fortaleza y esperanza de los miembros de SA. *Ensayo* es consciente de que cada miembro de SA tiene una forma individual de trabajar el programa. Al enviar artículos, recuerde que la definición de sobriedad de SA no se debate, ya que distingue a SA de otras confraternidades de adicción al sexo. Las opiniones expresadas en *Ensayo* no debe atribuirse a SA como un todo, ni la publicación de ningún artículo implica el respaldo de SA o de *Ensayo*.

El tema para este número de agosto de 2019 es: SA a los 40 años! Octubre de 2019: La libertad tras las rejas. Diciembre de 2019: Milagros en recuperación. . La fecha de cierre de los artículos es aproximadamente cuatro semanas antes de las fechas de publicación en febrero, mayo, agosto, octubre y Diciembre.

ENVIOS A ENSAYO

Sus escritos y obras de arte están invitados, aunque no se puede hacer ningún pago. Todos los artículos y las cartas enviadas se suponen destinadas a ser publicadas y serán editadas. Los artículos se editan para mantener su esencia y cumplir con la longitud del texto del ensayo y límites de contenido. Los materiales enviados pasan a ser propiedad de *Ensayo* para los propósitos de derechos de autor. Por favor, no haga referencia a actividades ilegales no autorizadas.

Ensayo da la bienvenida a fotos de la sala de reuniones, obras de arte y humor. Arte gráfico e historias divertidas que mejoran cada edición. Para gráficos, recuerde que *Ensayo* está impreso en tinta negra Se prefieren 300 dpi.

Invitamos a artículos de diferentes longitudes, desde anécdotas o memorias de 200 a 400 palabras, hasta Herramientas prácticas o meditaciones de 400-600 palabras, para historias de miembros de 1000-1500 palabras. Preferimos manuscritos presentados electrónicamente enviados a Essay@sa.org. Los artículos pueden ser enviados por correo postal a SAICO, PO Box 3565, Brentwood, TN 37024 USA. Los artículos escritos deben escribirse claramente en un solo lado de cada hoja.

Los artículos son recibidos en el idioma original con una traducción al inglés. Cuando es posible que usemos el idioma original y la traducción. Por favor incluye un autor nombre, dirección, número de teléfono y / o dirección de correo electrónico para que la autenticidad pueda ser verificado Esta información se mantendrá confidencial.

Permiso para copiar

A partir de junio de 2017, el formato digital *Ensayo* está disponible de forma gratuita en el sitio web sa.org/essay. Para servir a los miembros de la fraternidad de SA, un suscriptor de la revista impresa o una persona que usa una descarga gratuita de un ejemplar de *Ensayo* tiene permiso para distribuir o hacer diez copias-impresas o digitales-de ese tema, para ser compartidas con los miembros de SA. Tales las copias no pueden ser copiadas, compartidas o alteradas. En lugar de hacer copias, remita a las personas a www.sa.org/essay para que puedan descargar una copia para ellos mismos. Animamos a todos los que puedan suscribirse a una edición impresa hacerlo. Alentamos a los lectores de la edición digital a hacer una donación a SA, ya que su apoyo financiero es crítico para el trabajo de nuestra fraternidad al dar a conocer nuestra Solución a todos los que buscan liberarse de la esclavitud de la lujuria.

El permiso para copiar artículos de *Ensayo* solo se otorga al suscriptor o se descarga y solo se aplica a aquellos problemas en los que se concede específicamente el permiso, y no en cuestiones de *Ensayo* fechadas antes de marzo de 2015. La revista o artículos de la revista *Ensayo* NO pueden colocarse en cualquier servicio en la nube (como Google Drive) o sitio web, que no sea sa.org.

SACFC

SA COMITÉ DE INSTALCIONES CORRECCIONALES

Presos necesitan padrino

El Comité de Instalaciones Correccionales de SA ha visto un aumento dramático en el número de prisioneros que necesitan ser apadrinados por correo. Esto se debe al alcance de SACFC, etc. Actualmente tenemos una cartera de pedidos de unos 40 padrinos. Tenemos una necesidad urgente de padrinos.

¿Podría hacer pedido de servicio para los lectores en el número del Ensayo de mayo?
Incluya mi dirección de correo electrónico: mailto:SACFC_1@gmail.com, y el correo electrónico de Manse: Manse B. "<mailto:tpoint1987@gmail.com>

ERIC S

Humor para SA

Cuando emitimos la edición revisada de "La recuperación continúa", sugiero "La recuperación continúa continuando".

Glen S

ORACION DE LA SERENIDAD

Dios, concédeme la serenidad para olvidar
la gente que de todos modos nunca me gustó,
la suerte de toparse con ellos
y la vista para notar la diferencia

Querido Dios,

Hasta ahora, he hecho todo bien. He mantenido la boca cerrada, no he chismeadado, no he perdido los estribos, no he sido codicioso, gruñón, desagradable, egoísta o demasiado condescendiente. Estoy feliz por eso. Pero en unos minutos Dios, me levanto de la cama. A partir de entonces necesito mucha más ayuda. Amén



Racionalización #101:
Puedo manejarlo, realmente...
No esta tan mal!

SHAME (Should Have Already Mastered Everything)

VERGUENZA (Ya debería haberlo dominado todo)

Tiene una broma, observación irónica, una historia divertida de SA?

Envíe sus regalos de humor a
<mailto:ensayo@sa.org>

Los Doce Pasos

1. Admitimos que éramos impotentes ante la lujuria, que nuestras vidas se habían vuelto ingobernables
2. Llegamos al convencimiento de que sólo un Poder Superior a nosotros mismos podría devolvernos el sano juicio.
- 3.-Decidimos poner nuestra voluntad y nuestras vidas al cuidado de Dios tal como nosotros lo concebimos.
- 4.-Sin ningún temor, hicimos un minucioso inventario moral de nosotros mismos.
- 5.-Admitimos a Dios, a nosotros mismos y a otro ser humano la naturaleza exacta de nuestras faltas.
- 6.-Estuvimos dispuestos a dejar que Dios eliminase todos estos defectos de carácter.
- 7.- Le pedimos humildemente que nos liberase de nuestros defectos.
- 8.-Hicimos una lista de todas las personas a las que habíamos ofendido y estuvimos dispuestos a reparar el daño que les habíamos causado.
- 9.-Reparamos directamente a cuantos nos fue posible el daño que les habíamos causado, salvo en aquellos casos en que el hacerlo perjudicara a ellos o a otros.
- 10.-Continuamos haciendo nuestro inventario personal y cuando nos equivocábamos lo admitíamos inmediatamente.
- 11.-Buscamos a través de la oración y la meditación mejorar nuestro contacto consciente con Dios tal como nosotros lo concebimos, pidiéndole solamente que nos permitiese conocer su voluntad para con nosotros y nos diese la fortaleza para cumplirla.
- 12.-Habiendo experimentado un despertar espiritual como resultado de estos pasos, tratamos de llevar este mensaje a los sexólicos y de practicar estos principios en todos nuestros actos.

Los Doce Pasos y las tradiciones se adaptan con el permiso de Alcohólicos Anónimos World Services, Inc. ("AAWS"). El permiso para adaptar y reimprimir los Doce Pasos y las Doce Tradiciones no significa que AAWS ha aprobado el contenido de esta publicación, ni que AAWS está de acuerdo con las opiniones expresadas en este documento. AA es un programa de recuperación del alcoholismo solamente. El uso de los Doce Pasos y las Doce Condiciones está relacionado con los programas que se practican en AA, pero que abordan otros problemas, o en cualquier otro contexto no-AA, no implica lo contrario.

Sexólicos Anónimos es un programa de recuperación basado en los principios de Alcohólicos Anónimos y recibió permiso de AA para usar sus Doce Pasos y Doce Tradiciones en 1979.

Las Doce Tradiciones

1. Nuestro bienestar común debe prevalecer frente a todo lo demás; la recuperación personal depende de la unidad de SA.
- 2.-Para el propósito de nuestro grupo sólo existe una autoridad suprema: un Dios bondadoso tal como se manifiesta en la conciencia de nuestro grupo. Nuestros líderes no son más que fieles servidores; no gobiernan.
- 3.-El único requisito para ser miembro de SA es el deseo de liberarse de la lujuria y de alcanzar la sobriedad sexual.
- 4.-Cada grupo debe ser autónomo, excepto en asuntos que afecten a otros grupos o a SA en su conjunto.
- 5.-Cada grupo tiene un objetivo prioritario: transmitir su mensaje a los sexólicos que aún sufren.
- 6.-Un grupo de SA nunca debe respaldar, financiar o prestar el nombre de SA a ninguna entidad allegada o empresa ajena para evitar que problemas de dinero, propiedad y prestigio nos desvíen de nuestro objetivo primordial.
- 7.-El sostenimiento económico de cada grupo corre a cuenta del mismo. Nos negamos a recibir contribuciones exteriores.
- 8.-SA nunca tendrá carácter profesional, pero nuestros centros de servicios pueden contratar personal especializado.
- 9.-SA, como tal, nunca debe adoptar una estructura organizada; pero podemos crear juntas de servicios o comités directamente responsables ante aquellos que sirven.
- 10.-SA carece de opiniones sobre asuntos ajenos a sus actividades; por consiguiente su nombre nunca debe mezclarse en polémicas públicas.
- 11.-Nuestra política de relaciones públicas se basa en la atracción y no en la promoción; debemos mantener siempre el anonimato ante la prensa, la radio, el cine y la televisión.
- 12.-El anonimato es el fundamento espiritual de nuestras tradiciones y nos recuerda que debe que debemos anteponer los principios a las personalidades

DIOS

Concédeme la

SERENIDAD

Para aceptar las
Cosas que no puedo cambiar

VALOR

Para cambiar las que puedo

SABIDURIA

Para reconocer
la diferencia