

EN SAYO

AGOSTO 2018

Una publicación de sexóicos

Anónimos

TRADICIONES

Tradición dos Funciona

El propósito fundamental

Auto sostenimiento

Deseo de detener la lujuria

Nuestra base espiritual

ARTICULOS

Un regalo de mi nieta

Una Nueva Visión

Mi auto conmisericación y yo

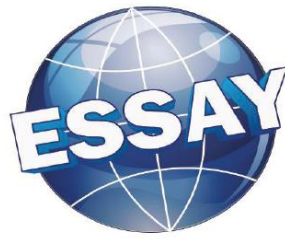
No hay un "Yo" en un "EQUIPO
o en "SA"

El Cargo de Gerente

RELACIONÁNDOME

CON OTROS

LAS DOCE TRADICIONES



Our Meeting in Print

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. Opiniones expresadas en *Ensayo* no deben 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 2018 es: Relacionarse con otros - 12 Tradiciones. Los temas futuros serán octubre 2018 Humildad: Ser del tamaño correcto. Diciembre de 2018. Servicio un regalo; Febrero 2019: Sobriedad y Relaciones. Mayo 2019: Mente abierta. La fecha de cierre de los artículos es aproximadamente cuatro semanas antes de las fechas de publicación en febrero, mayo, agosto, octubre y Diciembre.

Resolución: "Dado que cada número de *Ensayo* no puede aprobarse mediante el proceso de aprobación de la literatura de SA", los custodios y la Asamblea General de Delegados reconocen *Ensayo* como la Revista de Sexólicos Anónimos y apoya el uso de materiales de *Ensayo* en las reuniones de SA".

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

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.

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.)

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. Copyright © 2018 Todos los derechos reservados



ESQUINA DEL EDITOR

Agosto 2018

Queridos lectores de *Ensayo*

Este número de *Ensayo* incluye muchas historias de Tradiciones: Relacionándome con otros. El próximo número en octubre se enfocará en las Humildad: ser del tamaño correcto. Por favor envíe cualquier historia o artículo corto sobre una experiencia con humildad, Déjenos saber de usted en essay@sa.org!

Nuestro deseo de ser un Encuentro global Impreso está en camino. Traducciones de Ensayo al Español y hebreo están sucediendo ahora. Hay dos nuevas regiones y nuevos intergrupos se están formando en todo el mundo.

Permita que sus ahijados y grupos sepan que ¡El ensayo está disponible! Nosotros alentamos a los grupos e individuos a ordenar suscripciones por correo para aquellos que encuentran el Ensayo más fácil de entregar a los recién llegados y para usar para reuniones de discusión. La edición impresa de SA tiene menos páginas que la versión electrónica debido a los requisitos mecánicos. Impresa o electrónica, cada versión de Ensayo puede servir como una reunión impresa. Gracias por asistir lectores de Ensayo!

Los editores (David, Kira, Kent, Kirsten)

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.

Essay@sa.org

Eres nuevo en Sexólicos Anónimos?

Póngase en contacto con nuestra Oficina Central Internacional

Visite el sitio web de SA en www.sa.org

América del Norte sin cargo 866-424-8777

Fuera de EE. UU. Llame al +1 615-370-6062

Envíenos un correo electrónico a saico@sa.org

AGOSTO 2018, TRADICIONES: RELACIONÁNDOME CON OTROS

<p>Tradición cinco.....12 Nuestro propósito primario</p> <p>Tradiciones en práctica.....13 Autosuficiente y autónomo</p> <p>Video de Mujeres en SA.....13 Tradición 11</p>	<p>Tradición tres y el deseo.....14 Cuando no decir</p> <p>Tradición dos trabajos.....15</p> <p>Tradición doce.....15</p>
---	--

HERRAMIENTAS PRÁCTICAS

Un regalo de mi nieta.....8
El encontró verdadera intimidad

No en modo escaneo.....8
Aprendiendo una nueva libertad.

**No hay “Yo” en un “equipo”
o en “SA”.....10**
El prefiere ganar contra la lujuria

**Recobrándose de la Adicción sexual a
Chats en Internet.....11**
Días del Poder Superior

MEDITACIONES

Viviendo en la Respuesta.....16
Teniendo algo que devolver

Ayuda a hacer videos.....16
Folleto de información Pública

**La sobriedad viene
primero.....17**
SA no es un programa de autoayuda

HISTORIAS

Mi auto conmiseración y yo.....18
Él tuvo una elección todo el tiempo

Una nueva visión.....21
Dejar ir el lente egoísta

PASOS

**Poner de nuevo la foto en el
escritorio.....24**
La aceptación viene de dentro

El trabajo del gerente!.....25
¡Verificando la lista de tareas correctas!

Elvis y el paso 9.....24
Él encontró verdadera curación

Paso 2.....24
El encontró sano juicio y gozo

El cuarto paso.....25
Las piezas faltantes fueron contabilizadas.



“Silla caliente”. Reunión en Bellevue, Washington USA

Foto enviada a *Ensayo*, del espacio para reunión

NOTICIAS DEL MUNDO

Delegados y Custodios.....25

15 Aniversario de SA en Irán.....30

Campo de expertos 2018.....34

**Qu'est ce que les
Sexoliques Anonymes?.....37**

**SA CFC: Recuerdo
de Tucson Ray.....33**
Paso de un servidor de confianza
.....

**EMER y otros sitios WEB alrededor del
mundo.....37.**

.

También en este número:

Reunión en impresión 2

Declaración de principios 2

Permiso para copiar 2

Estimada *ensayo* 6

Rincón de la literatura 7

Calendario de eventos 29

Suscribirse a *Ensayo* 32

Nuevas reuniones 28

Informe financiero 28

Presentaciones al ensayo 32

Doce Pasos / Tradiciones 34

DONAR

A SA INTERNACIONAL

UTILIZAR PYPAL O TARJETA DE CRÉDITO

7 MONEDAS

www.sa.org/donate/

Querido Ensayo

Dave T. reenvió esta Oración del tercer paso – comparando la versión en inglés y la versión en polaco.

Dios, me ofrezco a ti. Boże, ofiaruje siebie Tobie - ambas versiones dicen que la presencia de PS en mi vida es esencial. El ofiaruje polaco es más como sacrificarme sin ninguna elección.

Para que obres en mí y hagas conmigo Tú voluntad. Abyś mnie uformował i uczynił ze mną to, co będzie zgodne z Twoja wola. - mi ego solo puede cegar mi yo por construir mi vida espiritual Necesito un mejor arquitecto. Por suerte, Los constructores polacos son bien conocidos por habilidades de trabajo decente. :)

Líbrame de mi propio encadenamiento. Uwolnij mnie ode mnie samego - esta línea tiene más sentido para mí en inglés. La versión polaca no indica, en mi opinión, por qué aliviarme de mí mismo es beneficioso. No aborda la esclavitud que me pongo cada vez que sigo las elecciones de mi ego.

Para que pueda cumplir mejor con tu voluntad. Żebym mógł lepiej spełniać Twoja wole. – Me identifico más con la línea polaca con la palabra spełniać significa cumplir.

Líbrame de mis dificultades. Oddal ode mnie trudności - oddal significa a distancia, que tomo como una método para colocar mis dificultades en la perspectiva correcta. Líbrame parece como pasar la responsabilidad de mis dificultades a el PS,. yo no pienso que esto funcione en absoluto.

Y que la victoria sobre ellas sea el testimonio para aquellos. aby zwycięstwo nad nimi mogło być świadectwem dla tych - no hay diferencia en esta línea para mí. La importancia que encuentro aquí es inspirar a otras personas a mi alrededor para hacer cosas buenas, debería vivir en una actitud pacífica hacia ellos y mi PS

A quienes yo ayude de tu poder, de tu amor y de la manera que tú quieres que vivamos. czerpiąc z Twojej Potęgi, Miłości, Twego Pojmowania Dróg życia. Czerpac significa ver a mi PS, que está estrechamente relacionado con el concepto de PS que creo. Creo que mi PS es absoluto, fuente completa con todo sentimiento y emociones que debería tratar de ver en cada situación en mi vida.

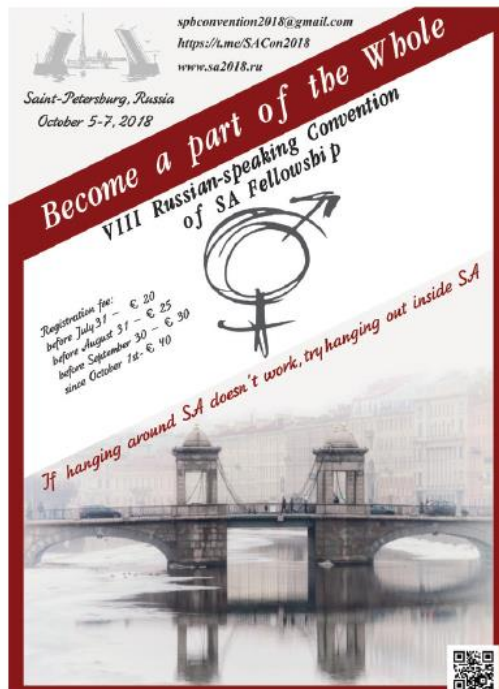
Que siempre haga tu voluntad. Dopomóż mi, abym zawsze spełniał Twoja wole - aquí se trata de la ayuda que necesito para cumplir con la voluntad de mi PS, en la línea polaca se dice antes que en la de inglés. Parece ser trabajo en el que tengo un papel importante que cumplir, pero solo un rol, no varias docenas de roles. Es como en baloncesto donde yo soy el base y mi PS cubre las posiciones de escolta, alero, ala pivot y pivot. Yo simplemente disfruto el juego con mi PS en el equipo.

Piotr P., Reino Unido SA / S-ANON

La pérdida de un ancla

Estimado ensayo,

El Grupo del medio de Georgia SA en Macon y Warner Robins lloran el fallecimiento de Bob C., que dejó un legado de servicio en SA. Murió de insuficiencia cardíaca congestiva el 11 de mayo de 2018. Bob era incondicional en las reuniones locales, siempre apareciendo temprano para sacar la literatura, e hizo gran parte del trabajo detrás de escena para mantener en marcha el grupo maratón anual en octubre. Él era un ancla para nuestro grupo, LA Fecha de sobriedad de Bob era el 4 de junio de 2009



El volante para la Convención de octubre de habla rusa transmite algo de la emoción de la presencia de SA San Petersburgo, es la ciudad de puentes levadizos, albergará una maravillosa reunión de SA

Эта листовка показывает немного энергии этого сообщества СА. Санкт-Петербург, город разводной мостов, проведёт замечательную сборку СА.



Our Meeting in Print



Sexaholics
Anonymous

SA
Check
Meetings

How They Work

El folleto más nuevo de SA

Aquellos de nosotros que hemos estado en SA por algún tiempo estamos familiarizados con un tipo especial de reunión conocida como "Reunión de Chequeo". Una reunión de chequeo es una pequeña reunión de miembros sobrios de SA alrededor de un miembro que está experimentando dificultad en el programa. Es una oportunidad para el miembro que lucha para escuchar, reflexionar, y esperar volver a encarrilarse en el programa. Muchos de nosotros nos hemos beneficiado de ser el foco de las reuniones de chequeo que fueron convocadas para ayudarnos, y también nos hemos beneficiado de ser parte de la reunión de chequeo que estaba centrada en ayudar a otro miembro.

HERRAMIENTAS PRÁCTICAS

Un regalo de mi nieta

Él encontró la verdadera intimidad

Mi esposa y yo estábamos cuidando dos de nuestros nietos el fin de semana. El sábado por la tarde tenía la compañía de mi nieto, descansando junto a él en el sofá con mis piernas en alto en un cojín mientras miraba el programa favorito en televisión.

Es de su hermana de quien quiero hablar. Mi nieta tiene 22 meses, pero yo (el orgulloso abuelo) cree que ella es madura para su edad. De hecho, la familia cree que ella ya está hablando en frases, habla todo el tiempo, aunque nadie puede entender lo que hasta ahora está diciendo.

Ella no estaba interesada en el programa de televisión de su hermano, pero noté que parecía querer estar cerca de mí, incluso tener contacto físico conmigo.

Durante la mayor parte de mi vida, la intimidad significaba sexo; Ahora me llamó la atención la maravilla y gratitud que pude sentir en la intimidad humana.

Ella subió sobre mis piernas. Trepó al sofá a mi lado y se apoyó contra mi hombro. Tocó mis lentes suavemente y me sonrió. Entonces se deslizó de vuelta al suelo y se quedó allí, mirándome la cara; cuando me devolvió la mirada, me dio una sonrisa.

Me pareció que mi nieta me estaba mostrando no verbalmente que yo era importante para ella. Ciertamente ella quería mi atención, como se la estaba dando y fraternizando con su hermano, pero yo, sentí su afecto y confianza. Entonces vino a mí: esto es intimidad!

Sin palabras, mi nieta me estaba dando el regalo de la intimidad.

En ese momento, estaba al tanto de otro regalo que Dios me había dado. el regalo de la conciencia. La mayor parte de mi vida íntimidad significaba sexo; rehusé o adormecido cualquier otra intimidad. Ahora me llamó la atención la maravilla y la gratitud que puedo sentir por la intimidad humana.

Me gustaría poder informar que respondí al regalo abrazando mi nieta y diciéndole cuánto la amo. En retrospectiva, esa era la respuesta ideal que yo debía escoger. Pero la verdad es que no lo hice; Me quedé sentado como antes. Verás, todavía estoy algo lisiado para el amor. No siempre respondo espontánea y apropiadamente en situaciones emocionales. Camino por la carretera con un poco de cojera Pero no me arrepiento. Estoy agradecido por el progreso hecho. Tengo el resto de mi vida para mostrarle a mi nieta lo mucho que la amo

Art B., Macon, Georgia

Sin modo de escaneo

¡Aprendiendo una nueva libertad!

En 1993, mi esposa y yo dirigimos en la iglesia un ministerio de solteros. Durante una fiesta del grupo en la casa de un soltero mientras jugaba a la pelota, mi hijo de seis años me miró y me dijo: "¿Papá, por qué sigues mirando a tu alrededor? ¿Por qué no juegas a atraparme? "Creo que fue la primera vez que alguien me habló sobre mi mirar a las mujeres a mi alrededor.

Veinte años después junto a mí esposa en un teatro de Seattle, una vez estaba mirando. Coloqué mi mirada llena de lujuria en la actriz principal. Al final cuando salimos del teatro, ella me miró con odio en sus ojos. Me lo merecía por las miradas que hice

HERRAMIENTAS PRÁCTICAS

Cómo detener este abuso a las mujeres y esta infidelidad hacia mi esposa? Esto era de ocurrencia cotidiana. Hablé sobre el incidente con mi padrino y amigos del programa. Recé por la actriz y le pedí perdón. La vergüenza me dejó - y la culpabilidad no.

Un domingo, mientras oramos, le pedí perdón a mi esposa, Necesitaba hacer reparaciones directas por la lujuria y pedirle que fuera un sustituto de la actriz como una forma de hacer una enmienda indirecta. Ella me perdonó y recibí mi perdón en nombre de la actriz.

Cómo rendir la lujuria que me lleva a lujuriar? A pesar de los años en el programa, Todavía estaba tomando esa "primera copa" y a veces yendo al estado de trance. Un miembro más joven de SA dijo que él seguía tomando "sorbos de lujuria" y se preguntó si sabría cómo parar? Básicamente tuve el mismo problema y ninguna solución real que ofrecer. Si bien no consumí y la ponía a la luz tan pronto como estaba dispuesto, algunos días mi cabeza estaba girando. Esto me volvía loco.

Recientemente mi esposa y yo pasamos a través de la seguridad del aeropuerto. Luché contra los impulsos habituales para mirar a las mujeres a mí alrededor. Llegamos al aeropuerto y la máquina de seguridad me escaneó. Me di cuenta de que habían estado pasando mujeres a través de mi escáner personal la mayor parte de mi vida. Escaneando, bebiendo la lujuria, haciendo miradas una, dos, tres veces hasta que perdí la cuenta. Después de años en el programa aquí era donde mi enfermedad todavía vivía, aunque moderado hasta cierto punto por mi actitud espiritual todos los días.

En el modo de escaneo, estudio a las mujeres en mi campo de visión y me centro en el grado en que las encuentro atractivas, que están usando, cómo caminan, en qué posición se encuentran, si son casadas o solteras, y sus características físicas. En el modo de escaneo, estoy mirando a todos, preguntándome cómo sería estar con ella, convirtiendo una sonrisa en una señal de interés en mi

La solución es desactivar el modo "escaneo" y dejar de poner a cada mujer que vi a través de mi "escáner personal". La forma de parar la lujuria no era comenzar. Lo intenté con el enfoque "la primera mirada es de Dios, y la segunda es en mí".

Eso rara vez me funcionaba porque después de tomada la primera no pude dejar de tomar la segunda mirada. La "regla de los tres segundos" nunca tampoco me funcionó. Quién cuenta "segundos" cuando uno está bebiendo una persona! Sin embargo, al apagar modo de escaneo, no necesitaba tomar el "primer trago". Tendría que volver a apagar el "modo de escaneo" con frecuencia porque cada día ese era mi modo por defecto. Mientras estaba con mi esposa en un hotel que conocía, este fue para mí un campo de pruebas para no tomar la "primera mirada". Una mañana fuimos a nadar. Mientras mi esposa estaba tomando el sol, subí a un puente sobre el canal para hacer llamadas al programa. Ella dijo: "No mires de esta manera" debido a las mujeres que tomaban el sol junto a ella. Yo respondí: "Es la misma situación al otro lado del puente. "Entonces, pasé mi tiempo en el puente mirando hacia lo que ahora llamo "espacio desocupado".

En otra ocasión, mi esposa dijo: "¿Viste cómo estaba esa mujer vestida?!" Me alegré de darme cuenta de que no, porque no estaba escaneando. Era quizás la primera vez en mi vida, que yo no estaba en "modo de escaneo" y tomando el "Primer trago de lujuria". Cuando volvimos a Seattle de nuestras vacaciones, pronto descubrí que el "modo escaneo" reapareció. Necesitaba encontrar un "compañero de no escaneo". Lo encontré. Nos enviamos el uno al otro un texto simple la mayoría de los días: "sin escaneo". Nos comunicamos cuando estamos en una situación desafiante, o cuando hemos cedido al escaneo y necesitamos renovar nuestro compromiso. Es increíble cómo mi Poder Superior utiliza nuestra fraternidad para aumentar mi voluntad y fortalecer mi resolución de renunciar al escaneando a una persona a la vez.

William R., Washington EE. UU.

HERRAMIENTAS PRÁCTICAS

No hay un yo en un "equipo" o en "SA"

El prefiere ganar contra la lujuria

Desde que era un niño, nunca me sentí en un equipo. No quería perder porque algún compañero de equipo me molestaría. Si arruinaba a un montón de gente me odiarían por hacerlos perder. Y si yo soy el factor principal para ayudar a un equipo a ganar, el crédito se repartirá entre un montón de otros. Por mi lógica, era mejor tener solo el crédito y el control de ganar o perder.

En una época yo jugué béisbol. El entrenador me dijo: "No hay 'yo' en un 'Equipo'. Entonces, encontré un juego con un 'yo' - el "tenis" - y cambie de deporte.

Para mí, la sobriedad no es un deporte en solitario. No puedo ser un tipo jugando todo las posiciones

Fui a un campeonato mixto y fue vencido por una chica (ella jugaba realmente bien) en sets corridos. Oye, al menos perdí todo yo mismo y no por culpa de otros.

Tomé el mismo enfoque de vaquero solitario para abordar mi adicción y pareció funcionar. Cuando tenía 22 y había estado consumiendo desde que tenía 15 años, hice una promesa de parar con la ayuda de Dios durante cuatro meses, estaba completamente libre de lujuria. Había solo un problema - mi vidaapestaba sin ello. Cuando comencé a consumir de nuevo, fue porque yo quería.

Seis años después, mi vida estaba hecha ruinas, estuve dispuesto a unirme al equipo e SA. Encontré otros tres en mi grupo local e hicimos un equipo. Nosotros "grupo apadrinado" el uno al otro y trabajando los Pasos. Uno por uno, los otros chicos cayeron. Era mi viejo miedo fallaría porque los otros

no estaban dispuestos a trabajar conmigo. Eventualmente acepté la verdad de que solo estaba dispuesto a ser parte de un equipo si yo era el entrenador. Cuando le di ese papel a un padrino, comencé a ganar.

Algunas personas prueban "Dios es mi entrenador, no necesito que otros" se acerquen.

Dios puede ser el entrenador, pero donde está el equipo? Para mí, **la sobriedad no es un deporte en solitario**. No puedo ser solo una persona jugando todas las posiciones, especialmente contra un equipo como Lujuria todas Las Estrellas.

Hoy, cuando se trata de mi adicción, veo mi Poder Superior como el gerente, mi padrino y otros asesores como los entrenadores y otros SA como el equipo.

Todavía es difícil para mí ser parte de un equipo. No hay 'yo' en 'un equipo' o en SA. Y se siente mejor ganar que perder contra la lujuria, incluso si eso significa jugar en un equipo.

Anónimo



HERRAMIENTAS PRÁCTICAS

Recuperándose de la adicción al Chat de Sexo en línea

Días del Poder Superior

Me enamoré de Internet. Ahí encontré un mundo donde lo que estaba prohibido, estaba disponible gratuitamente. Al principio, disfruté de este lugar secreto donde no había correcto o incorrecto. Así que me quedé allí cada día más y más.

En poco tiempo, mis aparentes inofensivas reuniones en línea se convirtieron en infidelidades.

Frecuentemente hice trampas, después de más de quince años de matrimonio fiel.

Pronto afecté nuestros dos niños en gran medida. Mi nueva "esposa" era internet. En línea crucé todo tipo de límites. Cosas que al principio no quería hacer finalmente las hice. Aun así, estaba muy orgulloso de una cosa: mi vida en línea nunca afectaría a mis hijos. O eso pensé.

Mis hijos seguramente sintieron sus efectos. Recuerdo un sábado por la mañana cuando me conecté rápidamente a Internet "solo para ver quién estaba en línea". Cuando mis hijos despertaron arriba, me suplicaron que preparara el desayuno.

"Solo pongan mantequilla en una tostada" Grité, deteniéndome para prolongar una charla en línea. "¡Todavía tenemos hambre!" Gritaron en poco tiempo. "¡Prepárate unos huevos!" Irritado grité de nuevo. "Pero ya es hora del almuerzo! "

Levanté la vista y me di cuenta que habían transcurrido cuatro horas. "Calienta un poco de pizza; Ya estaré ahí", le supliqué, "estoy realmente ocupado ahora!" Pronto se quejaron, "Dijiste que nos llevarías a la piscina, pero ahora la piscina está cerrada " Dije bruscamente enojado, "La piscina no cierra hasta las 6:00!" Una mirada al reloj me dijo lo que no quería admitir. Había perdido otro día entero. Recé para que creyeran en mis afirmaciones de "trabajo importante" en el computador. Pero sus armarios vacíos y los bolsillos vacíos les decía que en mi trabajo no estaba ganando dinero en efectivo. "Haré que depende de mí " se convirtió en una promesa

familiar vacía .

Un día, mi hija vio algún chat en línea que había olvidado borrar. Dudo que ella quisiera creer que esas palabras venían del padre en el que ella confiaba, pero lo había hecho. Ella se fue de mi vida debido a su madre vigilante. Mi enfermedad destruyó la creencia que mi hija tenía de un buen padre. Algunas personas no tocan fondo hasta después de ir a la cárcel, un asilo, o un tribunal de divorcio. Para mí, vino cuando mi inframundo secreto colisionó con la frágil realidad de alguien a quien amo con todo mi corazón. Como muchas personas en recuperación, estoy agradecido por el desastre que me trajo aquí. El peor día de mi vida resultó ser un salvavidas.

Cuando finalmente trabajé el programa, y trabajé cada día, el programa funcionó.

Irónicamente, en mi profesión ahora trabajo en Internet casi todos los días. Gracias a mi Poder Superior, el Internet no es el disparador que solía ser. Después de encontrar sobriedad, un día a la vez, me di cuenta de que la web no era mi problema real. Mi problema era un anhelo físico y locura mental dentro de mí. El Internet fue solo un disparador. Mi verdadero enemigo era mi adicción. Trabajé los Pasos, vine a reuniones, y seguí instrucciones de mi padrino Cuando finalmente trabajé el programa -y lo trabajó todos los días- el programa funcionó.

Hoy hablé por teléfono con mi hija por una hora y me dijo todo sobre su mudanza a una ciudad más grande. Ella vino recientemente a mi boda y yo fui a su graduación. No lo sé si algún día ella me pida que la lleve por el pasillo en su boda, pero creo que podría. Después de algunas enmiendas del Noveno Paso, ese punto bajo punto en el que ambos estuvimos ha sido reemplazado por punto alto día por día.

De: <https://sexaholicsanonymous.eu/>

TRADICIONES

Tradición cinco:

Cada grupo tiene un solo objetivo primordial : llevar su mensaje al adicto al sexo que todavía sufre.

En las tradiciones, tenemos una máxima autoridad, un requisito de pertenecer a la fraternidad, y ahora un objetivo primordial. Todo esto apoya la unidad de SA.

La tradición cinco nos da nuestro propósito primordial: la recuperación de nuestra obsesión con la lujuria a través del trabajo del programa de SA con otros. Venimos de muchos antecedentes, culturas y tradiciones espirituales esta unidad de propósito es una piedra angular de nuestra fraternidad, Servicio en todos los niveles de nuestra fraternidad es la guía para este propósito. ¿Cómo impacta nuestra acción al recién llegado? ¿Cómo podemos estar más disponibles y alentar más a otros? ¿Cómo podemos difundir nuestro mensaje de esperanza? Llevando el mensaje de nuestra recuperación nos unifica y fortalece nuestro grupo y beneficia al sexólico que aún está sufriendo y a la fraternidad en general.

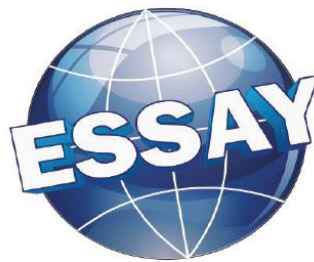
Tenemos un regalo en común: Una solución que ofrece libertad de la esclavitud de la lujuria. Nuestra enfermedad se ha convertido en una bendición. Que propósito podría ser más alto para nuestro grupo que compartir la solución de SA?

A medida que mi grupo de origen creció en sobriedad, comenzamos a llevar el mensaje de SA a pacientes en un centro de tratamiento. Sentí el derecho a compartir la solución que me habían dado, y reconocimos que necesitábamos pasar nuestra recuperación para mantenerla. Pero en algún nivel todavía pensamos que les estábamos haciendo un favor. Si bien es probable que se beneficien de la información que compartimos así como de

nuestra experiencia, fortaleza y esperanza, también nos beneficiamos de maneras inesperadas.

Nuestras experiencias en el centro de tratamiento comenzaron a cambiar nuestro grupo. Viajábamos juntos. Compartíamos juntos con una fraternidad de extraños. En el camino a casa compartíamos y nos reíamos juntos acerca de nuestras comunes experiencias. La calidad de la recuperación en nuestro grupo mejoró. Crear unidad no había sido nuestra intención original, pero ese ha sido el resultado de vivir nuestro propósito primordial.

Me sentí aliviado, como un recién llegado, al escuchar que los veteranos todavía tenían luchas. No se detenían en su lucha, pero lo mencionaron y lo que hicieron como las soluciones para ellos. A veces todos luchamos, y compartimos el problema, es esa la luz apropiada en las reuniones, siempre que esté equilibrada con la solución. Si nunca hubiera escuchado que mi padrino luchó, podría haber ganado una falsa perspectiva de recuperación. Los Doce pasos no han eliminado los problemas en mi vida, simplemente me han mostrado formas de manejarlos sin necesidad de recurrir a la lujuria.



Our Meeting in Print

TRADICIONES

Tradiciones en práctica

Tradición 7: Todo grupo de A.A. debe mantenerse completamente a sí mismo, negándose a recibir contribuciones de afuera.

Tradición 9: S.A. como tal nunca debe ser organizada; pero podemos crear juntas o comités de servicio que sean directamente responsables ante aquellos a quienes sirven.

¿De dónde obtiene tu grupo Literatura SA? ¿Quién provee paquetes informativos para individuos tratando de comenzar un nuevo grupo? Quién ayuda a los desesperados sexólicos a conectarse con un grupo, o a otro miembro? De quien puedes obtener información sobre reuniones y contactos cuando viajas? Quien proporciona registro en línea para nuestras Convenciones internacionales? Si respondiste a SA Oficina Central International (SAICO) a todas estas preguntas, estás en lo cierto. Sin SAICO nuestra confraternidad estaría severamente obstaculizada en nuestro propósito fundamental de llevar nuestro mensaje al adicto al sexo que todavía sufre. Cómo observa su grupo la Tradición 7 con respecto a SAICO? Desde 2014, las donaciones y las contribuciones a SAICO han dejado rezagados los gastos. Durante este tiempo nuestra

fraternidad creció y la economía mundial se fortaleció. El presupuesto de SAICO se equilibra disminuyendo gastos e incrementando la literatura y el ingreso de la convención. Sin embargo, esto no somos autosuficientes a través de nuestras contribuciones voluntarias!

La tradición 4 dice que la autonomía significa que su grupo base es libre de decidir por sí mismo qué hacer. Muchos grupos envían fondos en exceso de una reserva prudencial a su intergrupo para ser enviado a su región y a SAICO. Otros grupos recogen una donación trimestral específicamente para SAICO. La Región Europea y de Oriente Medio (EMER) tiene una "Semana de gratitud" cuando cada grupo recoge una donación para la Oficina Central. Aliente a su grupo a formar una conciencia de grupo con respecto al apoyo para nuestra fraternidad Internacional.

Muchos de nosotros sabemos que la fraternidad y el programa de 12 pasos de Sexólicos Anónimos salvaron nuestras vidas. Puede usted contribuir para asegurar que el próximo borracho de sexo desesperado encuentre las mismas oportunidades y recursos para recuperación que usted encontró?

Anónimo

MUJERES MIEMBROS DE SA

Se está trabajando en un gran proyecto de servicio nuevo y necesitamos Su ayuda!

¿Has visto dos videos de divulgación de SA? De lo contrario, compruébalo en la página <http://www.SA.org> de inicio El Comité de Información Pública está produciendo otro video, este está específicamente enfocado en llevar nuestro mensaje de 12 pasos de recuperación a las mujeres.

Estamos buscando mujeres sobrias (más de 6 meses de sobriedad, por favor) para enviar en una presentación de video (solo digital) de su historia de experiencia, fortaleza y esperanza para participar en este gran proyecto. Todas las imágenes de video serán anónimas.

Esta es una maravillosa oportunidad para hacer un trabajo efectivo de 12 pasos, y esperamos que, juntos, traigamos cientos de nuevos miembros a nuestra confraternidad para ayudar ellos obtener una larga y productiva sobriedad.

Si estás interesada en ser parte de esta excelente oportunidad para llevar el mensaje de SA, o si tiene alguna pregunta, envíenos un correo electrónico a: sapublicinfo@gmail.com Luego le devolveremos las instrucciones para que comience con este excelente nuevo empresa digital que ayuda a llevar el mensaje de recuperación de SA a la adicta que sufre.

La fecha límite para las presentaciones se acerca rápidamente: 31/08/18.

-El Comité de Información Pública SA

TRADICIONES

La tradición tres y el deseo

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

Dando la bienvenida a los recién llegados a SA, escuchamos el deseo de dejar de esconderse detrás de sus primeras reacciones al programa. Aquellos que dudaron, cuando escucharon por primera vez la definición de sobriedad, no amenazan la unidad de nuestro grupo o nuestra conexión con el Dios de nuestro entendimiento. Al mismo tiempo, esta tradición deja claro que los que somos miembros de SA por nuestro propio deseo, y de qué tipo de experiencia, fortaleza y esperanza tenemos que ofrecerle al recién llegado.

Antes de mencionar la sobriedad, la tradición Tres habla del "deseo de parar" la lujuria. Esto dice que el deseo no es el único requisito para ser miembro, también un requerimiento de sobriedad sexual. Algunos de nosotros tuvimos que aprender esto de la manera difícil, gastando años y contando días de lo que se llama "Sobriedad técnica" sin verdaderamente renunciar a la lujuria. Eventualmente nos estrellamos, a veces repetidamente. Por supuesto, nos resistimos a la masturbación y el sexo ilícito por un tiempo, pero no renunciamos a la lujuria. A veces, no completamente consciente de nuestro deseo, alimentamos la lujuria con nuestros ojos, con los viejos recuerdos, o construimos fantasías en nuestras mentes. Quizás nuestro deseo era ser deseados. Estábamos realmente sobrios?

El primer paso identifica claramente la lujuria como nuestro problema, y nuestra experiencia nos dice que solo con victoria progresiva sobre la lujuria estaremos sobrios. Para detener la lujuria y llegar a estar sexualmente sobrios se requiere el trabajo de los Pasos. Uno se convierte en un Miembro de SA simplemente expresando un deseo de dejar de codiciar y llegar a estar sexualmente sobrio.

Como recuerda un miembro de SA: "¡Estoy sobrio hoy!". Disfruté decir eso en reuniones y a otros miembros al teléfono. Sentí que cada día sobrio sin consumir era un verdadero logro, como el dinero en el banco. Estaba en el camino hacia a una vida mejor.

Empecé a esperar el momento cuando podría ser un veterano y contar otros cómo funcionó el programa

Sin embargo, no estaba libre de lujuria, lejos de eso. Mis ojos solían vagabundear, buscando a alguien a quien conectar. A veces reproduje viejos episodios o viejas relaciones en mi cabeza; a veces revisé y "mejoré" los recuerdos. No estaba consumiendo, pero estaba persiguiendo la lujuria. Cuando perdí mi sobriedad, no supe lo que me dio el golpe de lujuria. En un minuto estaba sobrio y al minuto siguiente recaí, me atropelló como un tren de carga. Me tomó un tiempo aclararlo. Mi padrino y yo acordamos que debería tener un comienzo fresco con un nuevo padrino. Mi nuevo padrino me llevó a través de un primero Paso de trabajo muy pensativo y en oración. Empecé a ver que, mientras había dejado de consumir por un tiempo, nunca me había rendido a la lujuria. Yo había intentado controlar y disfrutar.

Ya no entretengo la lujuria como solía hacerlo. Cuando llega a tocar a mi puerta, Reconozco mi impotencia ante mí mismo y le pido a Dios que me dé la voluntad de rendir. No estoy completamente libre de lujuria, pero tengo el deseo de continuar entregándola como viene, y sacándola a la luz. Mi sobriedad se siente más profunda y mejor. Ahora veo que mi sobriedad es un milagro, un regalo de Dios. Yo creo que estoy creciendo en recuperación

"¿Estas sobrio hoy?" La más pregunta importante pregunta para mí es: "¿Tengo el deseo de dejar de lujuriar hoy?"

TRADICIONES

La tradición dos funciona

Para el propósito de nuestro grupo sólo existe una autoridad fundamental: un Dios amoroso tal como se exprese en la conciencia de nuestro grupo. Nuestros líderes no son más que servidores de confianza; no gobiernan.

Una vez pensé que los Doce Las tradiciones de SA eran aburridas, pedacitos de reglas de organización eso 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 como practicar la humildad. En mi antiguo egocentrismo, usualmente colocaba mi opinión sobre todo porque pensaba que eso causaría que otros me admiraran. La tradición me enseña a quitarme a no enfocarme en mí, ser paciente de mente abierta y escuchar a

otros en el grupo. Cuando lo hago, siempre aprendo y crezco, encontrando nuevas ideas e inesperadas soluciones. A diferencia del mundo de los negocios, La tradición dos establece que en SA no hay un jefe, excepto "un Dios amoroso". Los líderes en SA son nuestros servidores de confianza que siguen la expresión de Dios en las decisiones tomadas por todo el grupo, llamada "conciencia de grupo". A medida que compartimos juntos, terminamos nuestros asuntos sin rencores entre los miembros. Ese es un momento gratificante cuando enlacé mi humildad a una decisión responsable del grupo.

Cuando entre en una discusión de SA, seré humilde y abierto a lo que Dios tiene guardado para nosotros

La conexión real
Meditaciones Página60

La tradición Doce:

El anonimato es el fundamento espiritual de todas nuestras Tradiciones, siempre nos recuerda colocar los principios antes que las personalidades.

Cuando comencé la aventura espiritual de servicio, mi padrino me enseñó a pensar de las Tradiciones como un "proyecto de ley de sacrificios" en lugar de una "carta de derechos". Como persona con un ego considerable y una historia de deseo de reconocimiento, tuve que aprender a estar quieto, o al menos calma, la voz que grita "yo, yo, yo" reemplazarla por "nosotros". Creo que el ejercicio fomenta la unidad y da vida tanto a la confraternidad como a mí.

Mi padrino también dijo que las tradiciones reconocen la diferencia entre unidad y uniformidad. Somos creados con diferentes personalidades y habilidades; es cuando nuestras personalidades están correctamente alineadas con la voluntad de Dios al colocar los principios que ellos nos dan como los frutos de una vida espiritual. Podemos entonces valorar y disfrutar de nuestras diferencias sin dejar que dañen la confraternidad.

Hoy puedo ver cómo el egoísmo y el egocentrismo también me llevan por el camino de buscar y hacer la voluntad de Dios, o hacer un verdadero servicio a otros. Cuando me permití ser parte de la confraternidad de SA en lugar de exigir mi voluntad, experimento una nueva libertad de la esclavitud del yo.

MEDITACIONES

Viviendo en la respuesta

Cuando dejé de vivir en el problema y comencé a vivir en la respuesta, el problema desapareció. (AA 417)

Vine a SA porque estaba aterrorizado por mi lujuria. La lujuria ya había destruido mi carrera, arruinó mi familia, me causó vergüenza pública y pena, me costó mucho dinero. Aunque traté de no sentir lujuria, todavía estaba enganchado y no pude parar. Mientras trabajaba los Pasos y hacía contacto con mi Poder Superior, mi lujuria disminuyó. Sin embargo, encontré otro problema. Pronto me di cuenta que estaba centrándome excesivamente en mí, mi sobriedad, mi inventario, mis errores, mi rendición.

Finalmente me di cuenta que el propósito de mantener mi condición espiritual era la de tener algo para regalar. Mi recuperación debe incluir otros. Cuando ayudo a otros, presto servicio y doy libremente de corazón sin resentimiento, miedo o expectativa, estoy practicando los principios de SA en todos mis asuntos. Entonces realmente empiezo a vivir en la respuesta. Gano serenidad, alegría y libertad de la esclavitud de mi mismo. ¡Me gusta eso!

Dios, déjame recordar que tú eres la respuesta, y que al compartir con los demás, sigo tu voluntad.

La conexión real. Meditaciones P7

SA NECESITA AYUDA

¿Desea realizar algún trabajo de paso 12 en SA de forma única y gratificante?

¿Desea transmitir el mensaje sobre nuestro maravilloso programa de recuperación de 12 pasos en SA?

Esta es una gran oportunidad para enviar ideas a a nuestro Comité de Información Pública.

Estamos buscando miembros sobrios con ideas y sugerencias. A estos miembros también se les solicitará ser voluntarios con sus talentos y habilidades para diseñar e implementar sus ideas ingeniosas como servicio para la Comunidad.

Si está interesado, contáctenos en sapublicinfo@gmail.com. Le enviaremos un formato para el IP (Comité de Información Pública) (para información de contacto, fecha de sobriedad, etc.). Junto con esa aplicación estaremos interesados en saber de:

-Sus habilidades en medios digitales: experiencia en aplicaciones particulares;

Experiencia profesional / no profesional;

-Qué tipo (s) de proyectos le gustaría trabajar para la fraternidad.

-Cualquier idea / sugerencia que tengas para hacerle saber al público que nuestra comunión existe y que nuestro programa funciona

Estamos buscando miembros expertos en diversas disciplinas y software de aplicaciones multimedia (Adobe, Corel, Pro Tools, etc.) como:

Diseño de página

Video

-Grabación

-Edición

-Animación

-Efectos especiales

Copiar escritura

Audio

-Edición

-Producción

-Narración

Expertos en redes sociales

Presentación y narración de cuentos

(en vivo y digital)

Desarrollo de sitios web

Arte digital

-Diseñadores

-Ilustradores

- Fotógrafos

MEDITACIONES

La sobriedad es lo primero. Es todo lo que tengo

Todo comienza con sobriedad. Sin sobriedad no hay un programa de recuperación (SA 77).

Reconozco que los principios del programa de Doce Pasos se encuentran en otras tradiciones espirituales y seculares. Practicando la honestidad con otros y con nosotros mismos; desarrollando una relación con un Poder Superior; confesando hechos incorrectos; reparando los daños hechos a otros; pasando los regalos que hemos recibido para mantenerlos: estos principios son todos compartidos por otras tradiciones espirituales.

Sin embargo, debido a que soy un adicto al sexo, hay otra condición necesaria para el crecimiento espiritual. Debo mantener la sobriedad sexual. Tengo poca experiencia, fortaleza, y esperanza para ofrecer a otro adicto al sexo si no estoy sobrio. Cuando me comprometo yo mismo con la sobriedad de SA, mantengo la puerta abierta a mi nueva vida. Cada día de recuperación me permite explorar una vida sin mentiras, ni violaciones de límites. Cada día sobrio me permite experimentar el amor, la tolerancia y una profundidad de paz interior que nunca creí posible. Todo comienza con sobriedad y con cada día sobrio ¡mi vida se pone mejor!

Dios, deja que mi deseo de sobriedad hoy sea mi prioridad.

Conexión real Libro de meditaciones P71



HISTORIAS EN SA

Mi autocompasión y yo

Él tuvo una elección todo el tiempo.

Mi nombre es Martin y Soy un adicto al sexo de Berlín, Alemania, sobrio desde agosto de 2014 gracias a mi Poder Superior y la fraternidad. Quiero compartir sobre mi primer año de sobriedad

Mi forma principal de consumir fue pornografía. solía navegar en internet durante horas hasta altas horas de la noche.

Solía torturarme preguntándome ¿Cómo se llevan bien las personas El uno con el otro? Sentía que no tenía las herramientas que todos ellos tenían, y que estaba irremediabilmente aislado. Yo era la víctima que recibió las tarjetas incorrectas en la vida.

Con el paso de los años, mi condición empeoraba. En algún momento, intenté parar e incluso obtener algún periodo de sobriedad. Entonces las recaídas me trajeron fondos más bajos en mi consumo. Finalmente, busqué en

Si hubiera tenido alguna responsabilidad en todos esos años de sufrimiento, eso es, si hubiera hecho algo para permanecer en la adicción, entonces quizás podría hacer algo para salir de ella.

Me quedé solo en casa por semanas viendo lo que fuera en TV o jugando videojuegos o usando la computadora. En las últimas etapas, solía ir a los cibercafés hasta la hora de cierre, y luego caminar por el vecindario buscando otra esquina oscura para reanudar mis descargas.

Desde mi adolescencia, siempre fui un tipo muy tímido, que eventualmente desarrolló fobia social. Apenas podía articular oraciones significativas en grupos de más de tres personas no a mujeres. Me desmoroné por dentro, lleno de vergüenza, bloqueado y sin esperanza. La pornografía temporalmente me quito todos esos sentimientos

La autocompasión jugó un papel importante en mi vida. Me sentía como una persona discapacitado entre superhéroes.

Google y fui a mi primera reunión de SA

Después de un par de meses, conseguí un padrino y comencé a trabajar el Pasos. A los seis meses, mi caparazón de locura comenzó a resquebrajarse. Un día vino a mí mi mente una imagen: yo estaba sentado en un trono sobre un blanco escenario en un teatro mientras estaba drogado y viendo al jíbaro abusando de un niño. El niño era yo. En lugar de cuidarlo, Estaba consintiendo el abuso a cambio de drogas.

Comencé a construir una idea: tal vez no había sido una víctima. ¡Quizás yo también fui responsable! Este pensamiento, aunque vago, trajo una idea nueva y poderosa: si hubiera tenido alguna responsabilidad en todos esos años de sufrimiento, es decir, si hubiera hecho algo en algún nivel para permanecer en la adicción, entonces tal vez podría hacer algo

HISTORIAS EN SA

para salir de eso.

En ese entonces, pasé por una prueba médica con el fin de estudiar algunos síntomas recientes. La prueba fue dolorosa y, aunque podría tener algunas molestias por algún tiempo, no debía dejar ningún daño.

Algunos meses después, había programado un viaje a un país extranjero. El viaje fue planificado antes de ingresar a SA y, aunque justificable por mi trabajo, tenía incluidas muchas intenciones de lujuria. Consciente de esta situación, grabé unas pocas ideas en mi mente. La primera idea que sugirió, fue

En cambio, podría elegir amarme a mí mismo incondicionalmente. La elección fue mía, como siempre lo había sido. En mi aniversario, ese fue mi regalo: la vieja encrucijada de autocompasión bajo una nueva luz.

encontrar compañeros de SA allí e ir a reuniones de AA tan pronto como fuera posible. Lo segundo era que si me permitía recaer, podía no volver a la recuperación.

Encontré un grupo de habla inglesa en la ciudad. Las reuniones tuvieron lugar en frente de un rascacielos en un espacio abierto con mesas y sillas esparcidas. Era limpio, soleado y seguro. Las reuniones de SA (y AA) fueron como un oasis en medio de mis miedos y mi lucha con la lujuria. Las necesitaba. Eran los únicos momentos en los que tenía un poco de paz en mi mente y podía romper mi soledad.

Acercándome a mi primer aniversario de SA, estábamos leyendo el capítulo "Bases espirituales de la adicción." Un compañero compartió que su ira finalmente lo llevó a la adicción. Ese compartir sonó una campana en mi cabeza: si yo mismo hubiera provocado mi consumo de lujuria? ¿De alguna manera yo fui

causante? Me sonaba extraño, como siempre me había visto a mí mismo como la víctima. La idea llamó mi atención.

Las palabras en la lectura se convirtieron en creciente obsesión. Parecía como si mi mente estaba tratando de resolver un rompecabezas. Conceptos como resentimiento, deshonestidad y la droga espiritual giraba más rápido y más rápido en mí cabeza. Una mañana, no completamente despierto, mis ojos mirando el techo de mi pequeña habitación con todas esas ideas girando alrededor. Mi mente paró repente. El acertijo fue resuelto, toda mi vida he estado viendo

una obra de teatro. Durante cinco minutos, me concedieron la oportunidad de observar detrás del escenario y conocer a la persona real que era responsable de mi desgracia: yo, yo y solo yo. Fui yo quien eligió la lujuria sobre la vida. Yo había estado dispuesto a tirar mi vida lejos para el próximo consumo sin preocuparme por el sufrimiento de aquellos que me amaban. No podía culpar a nadie. Todo lo que solía decirme a mí mismo, que nadie me entendía, que yo no lastimaba a nadie, que todavía tenía tiempo para hacer lo correcto, eran meras excusas para preparar el camino para mi consumo.

No fueron esos pensamientos los que inevitablemente me llevaron a la adicción. Era que estaba dispuesto a creerlos para creerme la víctima. En ese marco mental, lleno de autocompasión, auto odio, envidia, resentimiento hacia todos y hacia mí mismo, mi desesperación era insoportable, luego consumía justificadamente, la lujuria era la

HISTORIAS EN SA

única opción.

También pude ver la necesidad de resentimiento para estar de prisa. Era como un combustible para mi dosis de lujuria. Entre más resentimiento, más fuerte era. Cada vez todo ese dolor era testigo de mi autodestrucción, era demasiado para soportar. Para cubrir mi propia traición, mi caída se convirtió en culpa de todas las otras personas. Debía crear enemigos, crear ídolos. Escenarios creados para que yo entrara. El único arquitecto de esta falsedad era yo. ¡Qué revelación!

Entonces, al final, estaba dejando entrar la lástima. Yo, el pobre pequeño cuyas habilidades sociales lo hicieron incapaz, fui el autor de esto. ¡Yo no fui la víctima! yo era ¡El verdugo!

En ese estado mental, los días pasaban lentamente hasta mi primer aniversario. Esa misma mañana de mi revelación decidí hacerme chequear con el procedimiento médico. Me sorprendió encontrar que esa debería haber sido una cicatriz residual que se había convertido en algo con un gran impacto visual que parcialmente me perjudicaría por el resto de mi vida.

Las olas de autocompasión me inundaron. ¿Cómo podría ser esto posible? Era solo un examen médico menor! Y luego recordé lo que la autocompasión realmente había significado para mí. Cómo lo había usado para condenarme a mí mismo a mi pozo de la adicción. Vi la autocompasión bajo una luz diferente: como una opción. Por un lado, podría dejar que la autocompasión, empapara todo eso, y volver a mi mentira favorita. Por el

Ahora aparecía un nuevo camino. Podía escoger amarme incondicionalmente. La escogencia era mía, y siempre haba estado allí. El día de mi aniversario eso no estaba presente: la vieja auto conmisericordia no estaba presente.

Poco después, volví a casa. Los recuerdos de aquellos días todavía ponen una sonrisa en mi cara. Hace seis meses terminé los Pasos. Hoy estoy construyendo el hábito de los pasos décimo y undécimo. La obsesión por la autocompasión se ha ido, y con ella, la leve depresión que pensé era parte de mí. La vida comienza al fin a fluir.

Martin, Alemania

El adicto

La sanación vino con trabajo y tiempo.

En el fondo sabía lo que estaba sucediendo dentro de mí, pero ahora era hora de tragarme mi orgullo. Y hacer el trabajo que necesitaba ser hecho. Debo admitir que no es muy divertido.

A veces me voy en un espiral de desesperación. Intento llegar pero nada está allí. Pero la lujuria es un problema que he tenido toda mi vida, no hubiera sabido esto si no fuera por mi esposa.

Quería toda la atención para mí, el dolor que he causado ahora es fácil de ver. Pero el autocontrol es algo que tengo, a pesar de que el resto sea un desastre.

El dolor sigue ahí por el amor que he perdido. Lo recuperaré sin importar el costo.

Entonces empiezo a leer mi libro blanco. Dicen que la curación viene con trabajo y algo de tiempo.

Entonces voy a mis reuniones y me rindo a la esperanza y no a la suerte

Mose T., Utah

HISTORIAS EN SA

Una nueva visión

Dejar ir una lente egoísta

Hace dos semanas tuve cirugía de cataratas en mi ojo derecho. Fue fácil y sin dolor, la recomiendo. El beneficio adicional fue que cambió mi forma de ver cosas. Todo lo que tengo que hacer ahora mismo para ver el cambio es cerrar mi derecho mirar el mundo... oscuro, borroso y teñido de amarillo.

Esa es mi vieja forma de ver las cosas Entonces Cierro mi ojo viejo y miro el mundo a través de mi lente corregida... ligero, claro y nítido. Veo la realidad diferente.

Me comprometí a estar sobrio y trabajar por la vida que me ofreció la confraternidad de SA.

Solía caminar hacia la cocina y decirle a mi esposa: "Querida, ¿cómo puedes ver con esta pobre luz? Enciende la luz! "Pensé que el mundo era como como lo estaba viendo.

Solía complacer la lujuria sin motivo, y `mi vida estaba fuera de control. Yo estaba viendo las cosas a través de un lente egoísta. "¿Qué me dará placer? Yo quiero tener esto. Necesito tener esto ¡Independientemente del costo para mi salud! "

Estaba descontento, incluso con pensamientos suicidas. Mi vida era oscura. Mi propia voluntad no estaba produciendo buenos resultados. Mi vida era un desastre.

Enfermo y cansado de este mundo oscuro, Busqué una mejor manera y encontré SA. Empecé a asistir reuniones. Encontré un padrino. Hice el compromiso de estar sobrio y trabajar para la vida que me ofrecían en la fraternidad de SA. Mi vida mejoró. De hecho, sigue mejorando. Voy a más reuniones cada semana ahora después de 13 años en el programa, lo que hice todas las semanas en mis primeros años en el programa. La sobriedad me ha hecho feliz. Veo el mundo más claramente, y es brillante y esperanzador. Estoy agradecido por las reuniones, mi padrino y mi Poder Superior. Tengo una nueva visión de la vida!

Enviado por K.B., Missouri, EE. UU.



Our Meeting in Print

TEMAS PARA DISCUSIÓN EN GRUPO

¿De qué parte de su enfermedad y su recuperación es responsable?

Al viajar, cuales son buenas estrategias para mantenerse sobrio?

¿Cómo relacionas ser una víctima y provocador de su adicción?

¿Qué herramientas usas para salir de la autocompasión?

¿Qué mentiras te has dicho a ti mismo para justificar tu adicción? Que verdades te has dicho para reemplazar las mentiras?

PASOS

Paso 9: Poner la foto de vuelta en el escritorio

La aceptación viene de dentro

Cuando tenía dieciséis años Fui atrapado teniendo sexo con mi novia. Nosotros habíamos escapado de la escuela y nos fuimos a mi casa. Unas horas más tarde mis padres entraron por la puerta. Fui arrestado. Recuerdo la vergüenza, ira y desilusión que vi en las caras de mis padres. A los dieciséis años yo era totalmente adicto al sexo, solo que aún no lo sabía. Estaba usando porno y la masturbación para entumecerme y lo había hecho durante muchos años.

A los dieciséis años yo era totalmente adicto al sexo, solo que aún no lo sabía

Lo que recuerdo ocurrió en los siguientes días. Mi madre me hizo confesar frente a la congregación de mi iglesia. Eso fue muy humillante también tenía que decirles a mis abuelos que había escapado de la escuela y tuve sexo con mi novia. Nunca olvidaré la respuesta del abuelo. "Lo que sea que hagas hijo, termina tu educación y ve a la universidad. "¿QUÉ? Realmente todavía no pude conseguir eso. Él estaba más preocupado de que me escape de la escuela y nunca mencionó la parte sexual.

Tan traumático fue eso, lo peor estaba por venir. Estaba en la oficina de mi madre un día después de la escuela. Me di cuenta que mi foto faltaba en el escritorio de mamá. Cuando pregunté dónde estaba la foto, su respuesta me envió al suelo. "Estoy tan avergonzada de ti que no quiero que la gente sepa que eres mi hijo. Así que quite tu foto de mi escritorio". Nunca olvidaré ese sentimiento. La sensación de no ser aceptado o amado.

Esa sensación de no pertenencia era reforzada. Ese solo acto de rechazo empujó mi consumo mucho más allá que cualquier cosa alguna vez pueda imaginar.

Ese recuerdo fue mi primer resentimiento cuando hice mi cuarto paso. Luego, ore para quitarme ese resentimiento. Luego escribí mi noveno paso a mi madre. Aún no lo he hecho en persona ese noveno paso. Sin embargo, después de orar, elegí perdonar a mi madre y por quitar la foto del escritorio.

En octubre estuve en Orlando con mi esposa. Estábamos disfrutando de las casas embrujadas, decidí enviar a mi mamá un mensaje de texto. Nos comunicamos por texto durante todo el viaje. Le envié una foto mía y de mi esposa y conseguimos una respuesta que nunca habría imaginado.

Las promesas no solo están escritas en una página de Alcohólicos anónimos. Se están haciendo realidad un día a la vez.

Mi mamá nos escribió un mensaje de texto, "Tu eres muy guapo." Eso fue un comentario fundamental para mí. Por primera vez en 28 años sentí aceptación y amor de mi madre. Porque elegí perdonarla, le permití poner la foto de nuevo en el escritorio. Todo esto no sería posible sin sobriedad y trabajando los pasos.

Específicamente, he visto más alivio y progreso en mi recuperación por hacer el Noveno Paso. Las promesas no solo están escritas en una página de Alcohólicos anónimos. Se están haciendo realidad un día a la vez. Toda mi actitud y la perspectiva de la vida están cambiando. Sé que soy aceptado. No busco en otras personas aceptación. Viene desde adentro. El Dios de mi entendimiento me acepta y sé esto hoy!

Preston D.
Ensayo

PASOS

El trabajo del gerente

¡Verificando la lista de tareas correctas!

A menudo le encuentro sentido a los principios del programa a través de imágenes. Cuando pienso en la ingobernabilidad, la segunda parte del Primer Paso- la imagen que viene a mi mente es un gran almacén dirigido por una persona que intenta hacer todo solo. Y, obviamente, hay demasiado para hacer. Él corre al despacho para atender a las personas, mientras tanto los clientes están haciendo fila en la tienda de fotografía, impacientes por recoger sus fotos. Cuando llega a la tienda de fotografía se entera que uno de los inodoros se está desbordando. Los estantes necesitan ser reabastecidos, y alguien necesita sacar la basura, pero los clientes están esperando para pagar y se están poniendo molestos. Finalmente, la gente comienza a saquear la tienda. Alguien prende un fuego en el pasillo doce. La tienda es un total desastre. Es demasiado grande para una sola persona. Para un único empleado, es completamente inmanejable.

Mi vida es como el almacén: allí hay demasiadas piezas en movimiento para que yo pueda hacer que las cosas funcionen sin problemas. Mi vida está constantemente en obsesión / compulsión o una de las dos: una vez que tengo mi alimentación bajo control, comienzo a tener problemas con la TV. Cuando logro que la TV funcione bien, empiezo a tener problemas con el resentimiento o el miedo o la cafeína. Los defectos de los personajes aparecen como en un juego de- Aplastar un Topo. Miedo. Resentimiento. Obsesión. Como el malabarista de un circo girando demasiados platos. El almacén es demasiado grande para mantenerlo al día.

Si realmente creo que no puedo manejarlo todo, entonces he dado un paso importante hacia el primer paso: he admitido que mi vida

es ingobernable. Lo que necesito es llegar a creer que hay un gerente que puede y que pondrá mi tienda en orden (Paso dos), y necesito tomar la decisión de entregar las llaves a Él (Paso Tres).

Para hacer esto, me presento al trabajo y hablo con el Gerente para recibir sus instrucciones para el día (Paso Once). Casi siempre, es una lista de cosas que necesito hacer para otros (Paso Doce). A veces esta la lista de cosas para

Pero cuando hago primero la lista del gerente, de alguna manera, todo funciona.

hacer parece paradójica. El gerente quiere que vaya a hablar con los clientes en el pasillo siete, pero me preocupa que si no hago X, Y y Z la tienda no funcionará. Pero cuando hago primero la lista del gerente, de alguna manera, todo funciona.

A menudo, empiezo a olvidar que no estoy más a cargo, y dejo de revisar con el Gerente mi trabajo del día y las cosas comienzan a temblar para perderse de nuevo. Es por eso que mi programa es una serie de recordatorios de mi nuevo estilo de vida centrado en Dios, necesito soltarlo y entregarlo a Dios. Lo recuerdo cada mañana cuando hago mi inventario diario, asisto a reuniones, y hago o tomo una llamada. Mi vida ha mejorado mucho porque el programa me enseñó a dejar de tratar de manejar lo inmanejable.

Jared P., Utah, EE. UU.

PASOS

Paso 2

Encontró sano juicio y alegría

Crecí en India con una devota madre hindú, y un padre médico ateo, amigos musulmanes, y asistí a un internado en un colegio católico.

Aunque en mi crecimiento estuve expuesto a múltiples tradiciones de fe, nunca me consideré religioso y rara vez pensé profundamente acerca de Dios.

Ocasionalmente rezaba de manera egoísta antes de los exámenes. Tuve la impresión que Dios estaba en todas partes, constantemente mirándome. Si hacía algo malo o pecaminoso, sería castigado. Dios era alguien que dirigía con miedo y obediencia.

Hace tres años, cuando me uní al Programa de SA, comencé a trabajar los Pasos pronto me encontré preguntándome "¿Qué entiendo por Dios?" Pude no imaginar una persona o un ser Supremo que está en los cielos como se muestra en las escrituras. Pasé cuatro meses contemplando el significado de Dios o Poder Superior. Miré profundamente en el hinduismo y llegué a aceptar que "Dios existe en todos los seres vivos" y por tanto Dios = conciencia colectiva de todos los seres. Esto fue más fácil de entender en el contexto de aceptación de la confraternidad de SA como mi poder

Poder Superior. Llegué a vivir por esto, "permitiendo" decisiones, haciendo acciones después de la retroalimentación apropiada de mi padrino, miembros del programa de la fraternidad, familia, etc. Tuve que dejar ir el "control" y "dejárselo a Dios".

En recuperación, esto también significaba vivir una vida llena de compasión, amabilidad y humildad. Si vivo mi vida con estos principios, me siento tranquilo y sereno, conectado a mi yo interior y por lo tanto a Dios. Cada vez que estoy perturbado, es mi ego tratando de ganar el control. Autocompasión, resentimiento, me siento con derecho - estos son las feas manifestaciones de mi ego. Todo lo que tengo que hacer es mirarme a mí mismo y encontraré mi verdadero yo: ahí es donde Dios existe en todos nosotros. Cuanto más llego a creer que existe un poder más grande que yo, más puedo rendirme.

Como resultado, mi vida se vuelve más sana, pacífica, intrépida y llena de alegría.

Raj, Washington, EE. UU.

PASOS

El cuarto paso

Las piezas faltantes fueron contabilizadas.

Cuando me involucré por primera vez con SA hace más de 30 años, Tuve una experiencia horrible trabajando mi Cuarto Paso. Estaba centrado exclusivamente en mis defectos de carácter y mis comportamientos de consumo. Numerosas veces reaccioné avergonzado y cada vez actué sexualmente. No podía conectar con ninguna esperanza de que podría estar bien. Incluso cuando me sentía peor no noté la mano de Dios trabajando en mi vida. Me sentía peor después de completar mi Cuarto Paso de lo que estaba antes!

Recientemente rehíce mi Cuarto Paso usando un modelo diferente. Mi papá era contador, y lo ayudé en más de una auditoría. Parte del proceso incluía hacer un inventario físico, que culminaba con tres valores para cada diferente producto. Primero, íbamos a un almacén y contábamos el número de artículos diferentes que estaban realmente presentes, haciendo una distinción entre los elementos que estaban en buen estado y aquellos que estaban dañados. Entonces, verificábamos el registro de la compañía de cuántos artículos debían estar en el sitio. Si el recuento de papel era más alto que la cantidad física, podríamos calcular cuántos faltaban.

Cuando trabajé en mi último cuarto paso, utilicé el cuadro de bueno, dañado y perdido. Miré diferentes capítulos en la historia de mi vida. Empecé reflexionando sobre lo que era bueno sobre mi vida durante ese período tiempo. Esto me ayudó a ver la gracia Dios y en cada actividad de mi vida, incluso aunque era un desastre en otras áreas. Dios me amaba incluso cuando yo estaba practicando una doble vida y siendo un imbécil con mucha gente. Dios conoce los mejores esfuerzos de corazón. Estaba en la presencia de un Dios

que me honró y quiso una relación personal conmigo.

Con la base de un Dios redentor que se esfuerza en mi vida, pude luego comenzar un proceso tanto por el daño que eso causaba en mi alma y el daño que yo había infligido a otros. He hecho algunas cosas terribles a una gran variedad de personas, incluso después de que llegué a la sobriedad a largo plazo.

Esto fue muy doloroso, pero esta vez no me disparé. Me sentía agotado emocional y físicamente, pero mi alma no estaba abatida o perturbada. Mi espíritu no fue aplastado. Más bien, estaba en un lugar donde podía ver y actuar mejor en el trabajo de reparar y lo que tenía que hacer a los que había dañado. Pude alegrarme mientras miraba mis defectos de carácter en los que el Espíritu ayudó a trabajar. Gracias a Dios, porque no estoy donde estaba!

Por último, miré lo que había perdido. Esto no siempre es fácil. Si tú no experimentas algo, no puedes ser consciente de que estabas perdiendo eso. Mi mamá murió cuando yo era bastante joven. Dios no respondió a la oración de un niño de ocho años para que Dios curara a su madre, eso me hirió. Tuve un hueco en mi alma por el amor de mi madre, una pieza que me faltaba. Me di cuenta que Dios trajo un número de mujeres mayores a mi vida, especialmente cuando estaba soltero, que me amaban como si fuera su hijo. Pude llorar lo que había perdido y luego regocijarme por la provisión de Dios.

Podría haber sido un niño poster para “¡Las medias tintas no nos sirvieron de nada!” fui un aprendiz lento en la recuperación sexual. Espero que mi experiencia les ayude a otros a que trabajen un buen Cuarto Paso, más pronto de lo que yo lo que hice.

Walter H.

PASOS

Elvis y el paso nueve

Encontró curación real.

Mientras trabajaba los Pasos, tuve dificultades para mantenerme enfocado porque miré hacia adelante y sabía que el paso nueve estaba en mi futuro, y estaba asustado. Mi padrino siguió diciéndome: "No te preocupes. Cuando llegues al paso nueve, estarás listo. "

Mi padrino me preguntó sobre eventos pasados. Recordé uno que ocurrió alrededor de 30 años antes. En Memphis, un amigo y yo nos emborrachamos y pensamos que haríamos un poco travesuras en la casa de Elvis, en Graceland. Queríamos robar una piedra de la entrada. Mientras intentábamos liberar una, nos enfrentamos a la seguridad. Salimos corriendo y logramos escapar. Me he reído de esa historia por años.

Mientras me reía, mi padrino dijo: "Pon eso en la lista". Entramos en un discusión y mientras trataba de demostrar que "sin daño, no hay falta", seguía diciéndome ponlo en la lista. Puedo decir que hablaba en serio, así que lo hice, de mala gana.

Mientras miraba la carta, un pensamiento vino a mi mente: lastimé a la gente. Y de eso se trata el paso nueve: hacer las cosas bien

Aprendí a escribir el resto de mis enmiendas con la frase en mente "¿Cómo lastimé a esta persona?"

Como realmente no pensé que debería escribir esta enmienda, elegí escribir ésta primero con muchos juegos de palabras y humor. Lo leí a algunos veteranos en el programa y ellos simplemente se rieron Pensé que mi padrino también lo haría. Cuando terminé de leerlo, él dijo: "Bueno, me alegro de que hayas sacado eso de tu sistema. ¿Por qué no lo escribes de nuevo?" Lo miré con incredulidad y luego dije: "Tienes algo específico en mente, no?" Asintió y luego dijo: " Y piensa en agregar alguna restitución. "Estaba avergonzado e incluso un poco enojado.

Escribí de nuevo las enmiendas al departamento de seguridad de Graceland. Cuando estaba casi terminando, miré la carta. Para los fanáticos de Elvis Presley Graceland es un santuario. Traté de dañar algo profundamente amado por millones. Mientras miraba la carta un pensamiento vino a mi mente: lastimé a la gente. Y eso es algo de lo que el paso nueve trata - hacer las cosas bien. Hice más investigación y encontré una sociedad de música asociada con Graceland e hice una donación. Escribiendo ese cheque y deduciendo el saldo de mi cuenta fue aún más revelador. Cuando leo mis enmiendas a mi padrino esta vez se rió y dijo: "¡Esto es genial!"

El paso nueve es un asunto serio. Estoy agradecido de tener un padrino intuitivo que puede ver más allá de mi miedo. Y eso es lo que era. Aprendí a escribir el resto de mis enmiendas con la frase en mente "¿Cómo lastimé a esta persona?" Me dijeron que el paso nueve es donde comienza la libertad y yo lo creo. Qué carga llevaba en mis hombros. Pude restaurar a mi familia, perdonar a mis padres, convertirme en un mejor empleado y ser un mejor esposo. Todas las promesas se vuelven realidad.

No tengas miedo del Paso Nueve. Ahí es donde comienza la verdadera curación.

Marty, Washington, EE. UU.

DELEGADOS Y CUSTODIOS EN JULIO DE 2018				
NOMBRE	FECHA DE TERMINACION	TITULO	REGION	COMITÉS
Brian W	11/2018	Delegado	Northwest	Archivos, Literatura, RAC
Peter F	abr-19	Delegado	Northwest	Información tech (IT), RAC
Kathy R	jun-19	Delegado	Northwest	Conventions, Nominations
Kent A	abr-20	Del Alt	Northwest	Essay, Evento Intl por Internet
Kyle B	04/2020	Del Alt	Northwest	Nominaciones, SACFC (Comité para las cárceles)
Jon H	07/2020	Delegado	North Midwest	Literatura
Marv R	07/2018	Del Alt	North Midwest	Custodio
Suzanne S	ene-20	Delegado	Northeast	IP (Información al Público)
Shmuel E	ago-20	Delegado	Northeast	IP, IT
Terry O		Delegado	Northeast	IT
Ben L	oct-20	Delegado	Mid-Atlantic	IT, Convs Internacional, IP
Hugh S	oct-20	Delegado	Mid-Atlantic	COMC, Finanzas
Brad S	oct-18	Delegado	Mid-Atlantic	Convenciones
Sam O		Del Alt	Mid-Atlantic	
Buddy S		Del Alt	Mid-Atlantic	Archivos
Rich P	jul-20	Delegado	Southeast	Convs, RAC, IP; GDA VP
Paul Z	may-20	Del Alt	Southeast	SACFC, (Comité para las cárceles), Hosp & Inst
Dave T	oct-20	Delegado	South Midwest	Nominations IP,
Ron T	oct-20	Delegado	South Midwest	COMC, Finanzas
Gene T		Del Alt	South Midwest	IIE, CFC (Comité para las cárceles)
George F	oct-21	Delegado	Southwest	COMC, RAC
Duane D	may-21	Del Alt	Southwest	Hosp & Inst , Int'II,
Dave H	ago-21	Del Alt	Southwest	Finanzas, RAC
Cathal M	may-19	Delegado	EMER	IT, Internacional, IIE
Jackie H	may-19	Delegado	EMER	Internacional
Marco V	may-19	Delegado	EMER	Traducciones
Pawel	may-19	Delegado	EMER	Internacional
Ed M	may-20	Del Alt	EMER	
Keith N	jun-21	Del Alt	EMER	Convenciones, Internacional
Yvonne D	jun-21	Del Alt	EMER	Madrid 2019 SA Conv Presidente
Bernd S	jun-18	Delegado	Aleman Parlante	Hosp y Inst
Avi G	jun-21	Delegado	Israel	IIE
Yoel	jun-21	Del Alt	Israel	
Hasan S	feb-19	Delegado	habla persa	
Mohsen K	feb-19	Delegado	habla persa	
Aida	feb-19	Delegado	habla persa	Traducciones a Farsi
Alireza	may-21	Delegado	habla persa	
Tom K	jul-19	Presidente	Asamblea General de Delegados	COMC, Convenciones
Gary L	jul-19	Presidente	Custodio	Legal, Nominaciones
Jim B	jul-19	Custodio	Custodio	Archivos, Hosp & Inst , Nom
Steve S	jul-22	Custodio	Custodio	InternaCional, IT
Michael J	jul-19	Custodio	Custodio	IP, ENSAYO, Formato
Denise O	jul-21	Custodio	Custodio	Presidente, Traducciones, Intl
ConnieT	jul-18	Custodio	Custodio	Convenciones, Internacional

NOTCIAS MUNDIALES

Maratón de Internet SA 2018, anteriormente conocido como Geek Camp, será El 29 de Noviembre!

El año pasado, el Geek Camp, reunió a 600 miembros de SA compartiendo en línea alrededor del mundo por un día, fue un gran éxito.

Ha habido un gran interés en el evento y los comentarios del año pasado fueron muy positivos. El Maratón de Internet de SA para 2018 se llevará a cabo en 29 de noviembre al mediodía UTC.

El tema se basará en SA como una fraternidad global cuando compartimos nuestra experiencia fortaleza y esperanza en recuperación de la adicción a la lujuria. Para más información escriba al correo electrónico cathallessay@gmail.com.

Esperamos verte en línea el 29 de noviembre.

Cathal M, Presidente, 2018

Qu'est ce que Les Sexoliques Anonymes?

Un programme de rétablissement pour ceux et celles qui désirent arrêter leurs pensées et comportements sexuels autodestructeurs.

Le groupe S.A. est une fraternité regroupant des hommes et des femmes qui partagent leur expérience, leur force et leur espoir dans le but de résoudre leur problème commun et d'en aider d'autres à se rétablir. Notre but premier reside dans le fait que nous demeurions sobres sur le plan sexuel et que nous en aidions d'autres à le devenir.

Contactez-nous :

info@sexoliquesanonymes.eu

15 Aniversario de SA en Irán

Por la gracia de Dios, celebramos el 15 ° cumpleaños de la fraternidad de SA en Irán el 10 de mayo. Cerca de 700 miembros de SA, hombres y mujeres, de todo Irán se reunieron para la celebración de este aniversario.

Tuvimos dos oradores de Irán que compartieron su experiencia sobre la recuperación. También tuvimos invitados de Irlanda y Austria compartiendo a través de VoIP e intérpretes. Entregamos fichas a 100 miembros que van desde 24 horas hasta 16 años de sobriedad. Un grupo de miembros realizó una obra de teatro espiritual sobre recuperación de la adicción sexual.

Uno de los aspectos más destacados fue una ceremonia de globos. Dimos un globo a cada miembro de una mesa y les pidió que escriban sobre él cualquier defecto que sufran.

Estos escritos eran solo para su Poder Superior. Después del programa, lanzamos los globos al cielo mientras leemos la oración del Tercer Paso. Nos rendimos a nuestras imperfecciones junto con los globos cuando le pedimos a nuestro Poder Superior que eliminara estos defectos de nosotros.

También tuvimos un documento de petición de oración donde un miembro oraba por otro miembro para que siguiera este camino.

Agradecemos a Dios que nos dio la oportunidad de crecer, recuperar y celebrar humanidad en el camino con SA. Oramos por todos los adictos al sexo en todo el mundo.

Aida Gh, Teherán, Irán mayo de 2018

NOTICIAS MUNDIALES



SA / S-ANON
Convención Regional
EMER 2018

SA / S-ANON
2018
EMER REGIONAL
CONVENTION

DATES
22nd – 24th June 2018

LOCATION
Dublin, Ireland
St Patrick's College, Maynooth

PRICE

22 a 24 junio 2018

Dublin, Irlanda

Asamblea Regional de Dublín

Se llevó a cabo desde el viernes 22 hasta el domingo 24 de junio. Había más de 170 registrados incluidos 25 miembros de S-Anon. Los participantes llegaron de 16 naciones y hablaban 12 diferentes idiomas. Esto incluyó personas de los EE. UU., Alemania y Austria. La hospitalidad Irlandesa en la Universidad de San Patricio, el campus fue fantástico. El espacio y el ambiente eran maravillosos y era fácil acceder al aeropuerto y a la ciudad. Algunos puntos destacados: 2 reuniones de SA simultáneas, una en cada salón; una reunión de SA-S-Anon abierta. Una sala para reuniones abiertas y otra sala para reuniones cerradas, se usaron mensajes de WhatsApp para coordinación y minimizar la tensión y la falta de información. Hubo participantes disponibles

para necesidades especiales y conflictos de tiempos, teníamos el modelo de copresidente como líderes de asamblea. El fantástico espectáculo de talentos tenía raperos polacos de SA. Hubo gaitas en el cierre – tocando "Regreso a casa". Un asistente dijo "Muchos aprendizajes y recuerdos - ¡el mejor momento de mi vida!" Después de concluir la Asamblea, 30 personas se quedaron y fueron por 3-5 días a un retiro en un sitio cercano. No habrá asamblea EMER en 2019. En su lugar nos reuniremos en Madrid el próximo enero.

Denise O. y Keith N. compartieron estas notas.

Celebrando cinco años!

La Región de Europa y Oriente Medio (EMER) surgió en Diciembre de 2011. Comenzó con solo 5 Intergrupos que tenían cerca de 100 reuniones de SA. Desde entonces, 5 Intergrupos más se han unido, y el número total de reuniones ahora es de aproximadamente 280. Eso significa que EMER casi ¡se triplicó en sus primeros cinco años! Hay 5 delegados que ahora representan a EMER. El éxito global del evento EMER Geek Camp en agosto pasado resultó convirtiéndose en un evento programado. Por todo esto estamos seguros que podemos estar agradecidos!

La asamblea Regional anual de EMER tuvo lugar el viernes antes de la Conferencia de Dublín. Dos los custodios de SA asistieron a la asamblea. Una muy útil reunión abierta de "amor y servicio" con los

custodios / delegados fue parte del programa.. En 2019 la asamblea regional de EMER será en Madrid como parte de la Conferencia Internacional de SA



NOTICIAS MUNDIALES



Egoísmo y sentirme una víctima

Un nuevo camino hacia la libertad

Aquí hay un principio importante para que yo lo recuerde: "Egoísmo - egocentrismo! Eso, creemos, es la raíz de nuestros problemas. Acosados por cien formas de temor, de vana ilusión, de egoísmo, de autoconmiseración, les pisamos los pies a nuestros compañeros y ellos se vengán. A veces nos lastiman, aparentemente sin provocación, pero invariablemente encontramos que en algún momento del pasado tomamos decisiones basadas en egoísmo que luego nos colocó en una posición para estar heridos." (AA 62)

Antes de trabajar los Pasos de este programa, era bastante bueno viviendo en el autoengaño de que yo realmente no era egoísta, porque podía convencerme a mí mismo (y a menudo a otros también) de que yo era el que estaba lastimado. Podría señalar que tuve el derecho de defenderme y protegerme. Yo tenía el derecho y no merecía el tratamiento que me daban.

Hacer el trabajo de inventario del Paso 4 y compartir eso con mi padrino me ayudó cambiar ese engaño. Para la época en que llegué a la columna final en la hoja de inventario, todo lo demás había sido limpiado. Solo me quedé admitiendo mis errores cada situación. Al final, no importaba lo que alguien más había hecho. Estaba claro que el "egoísmo" y egocentrismo" estaban en la raíz de mis problemas, incluso cuando me convencí que había sido perjudicado y tenía derecho a aferrarme a mi resentimiento.

El programa de SA se trata de trabajar los 12 pasos. Mi experiencia es que trabajando esos pasos realmente fue el comienzo de una nueva forma de vida en la que estoy libre de lujuria y egoísmo cuando los entrego a Dios. Los pasos me han llevado a una "libertad que nunca hubiera conocido".

Sexólicos Anónimos, Taichung.

(Una publicación personal de uno de nuestros miembros)

NOTICIAS MUNDIALES

MIEMBROS DE EMER

Hoy, diez Intergrupos de SA participan como miembros con voto de Europa y Región Medio Este. Haga clic en los enlaces a continuación para ver sus sitios web o blogs.

[Intergrupo Flanders](#)

[Intergrupo Finlandia](#)

[Intergrupo Francohablante](#) – soporta las reuniones de habla francesa en Bélgica, Francia y Luxemburgo

[Intergrupo Irlanda](#)

[Intergrupo Holanda](#)

[Intergrupo Polonia](#)

[Intergrupo Rusia](#)

[Intergrupo Eslovaquia](#)

[Intergrupo España](#)

[Compartir en Español](#)

[Intergrupo de Reino Unido](#)

[Un video seguro para ver en Español video](#)

Nota: El [Intergrupo de Israel](#) recientemente dejó EMER para establecer una Región propia.

EMER no es responsable de estos sitios ni del material publicado en ellos.

SITIOS WEB DE HABLA ALEMANA

SA en [Alemania](#) [ANONYMEN SEXAHOLIKER (AS)]

SA en [Austria](#) [ANONYMEN SEXAHOLIKER (AS)]

OTROS SITIOS WEB EN TODO EL MUNDO

SA en [Australia](#)

SA en [Nueva Zelanda](#)

SA en [Singapur](#)

Visite [sa.org](#) para obtener una lista completa de los grupos y contactos de SA en todo el mundo. El enlace a otro sitio web no constituye un respaldo de SA.

NUEVOS GRUPOS SA SEGUNDO TRIMESTRE 2018

Europa y Asia Norte, Centro y Sudamérica Región Latinoamericana

Santiago de Querétaro, México
Denver, Colorado (español)
Danville, Kentucky
Lansing, Illinois

Londres, Ontario, Canadá (Mujeres)
Opelika, Alabama
Paducah, Kentucky (nuevo grupo)
Rochester, Nueva York (2 Reuniones
adicionales)
Thornton, Colorado (2)
Wallingford, Connecticut

SAICO 2018 2 ° trimestre Informe de finanzas

Donaciones	\$ 33,809
Otros Ingresos	\$ 19,027
Gastos	\$ 82,232
Rev – Gast	\$ -29,396
Reserva Prudente	\$ 132,126
Reserva operativa SAICO para seis los meses son	\$ 144,950.

Cuando miro los primeros seis meses de resultados de ingresos 2018, veo que el total de los ingresos tienen una varianza positiva \$ 6,670 (4.5%). El déficit del 17.7% en las contribuciones ha sido compensado por variaciones positivas en las Contribuciones de la convención (165%) e ingresos netos por literatura (38%).

Carlton B. Presidente,
Comité de finanzas

Gratitud de EMER

Te invitamos a que también compartas tu gratitud en tus reuniones, en los grupos de SA WhatsApp, ... Expresa tu gratitud donando aquí a SAICO (Oficina central Internacional e SA). Tener una conciencia de grupo para enviar una donación o la 7ma tradición de una semana.

Ofrece servicio a nivel local, nivel intergrupo, regional o nivel internacional. Para el servicio a nivel regional, solo contacte a Laurens (laurens111@aol.com) e incluya en el asunto su nombre, país, y "Servicio - EMER".

DONACION
PARA SA INTERNACIONAL
UTILICE PAYPAL O TARJETA DE CRÉDITO
EN 7 DIVISAS
www.sa.org/donate

HUMOR EN SA

No hay un "yo" en el equipo --- y hay un "nosotros" y un "yo" es extraño.

Antes de decir algo, PIENSA: (THINK) lo que voy a decir es considerado; servicial; inspirador; necesario; amable?

Paso alternativo uno: "Admitimos que éramos impotentes ante nuestras esposas; que sus vidas se habían vuelto ingobernables "

WAIT Why Am I Talking?
ESPERAR: Porque estoy hablando?

CALENDARIO DE EVENTOS

Próximas Convenciones Internacionales

11 al 13 de enero de 2019 El Escorial, cerca de Madrid, España. Convención Internacional de SA: Vivir los lemas. Información en <http://www.livingtheslogans.org>

12 al 14 de julio de 2019 Seattle, Washington, EE. UU. SA / S-Anon International
Convención: rendición, serenidad, milagros. Información en: <http://www.serenityinSeattle2019.com>

Eventos Regionales Locales 2018

10 al 12 de agosto, Golden, Colorado, EE. UU. SA / S-Anon Colorado 2018: herramientas para la recuperación. Información: <http://www.coloradosa.org>

11 de agosto, Cardiff, Reino Unido Cardiff SA Día de recuperación: sobriedad emocional, pena, pérdida, y abandono. Correo electrónico: <mailto:recoveringnatalie@gmail.com>

Del 24 al 25 de agosto, Ashland, Nebraska, EE. UU. Nebraska SA / S-Anon Retiro intergrup: Esperanza,

Curación, y cómo funciona. Correo electrónico: <mailto:sanebraska@yahoo.com>

25 de agosto, Newry, Irlanda del Norte, Reino Unido. Día de la recuperación en Irlanda del Norte: Día de la gratitud. Correo electrónico: <mailto:hughsavage15@gmail.com>

22 de septiembre, Morton, Illinois, EE. UU. SA Maratón central de Illinois: Guardamos nuestro orgullo y avanzamos. Información: <http://www.solutionsandanswers.com>

5 al 7 de octubre, Düsseldorf, Alemania SA Convenio de otoño de habla alemana. Información: <mailto:as.d@posteo.de>

5 al 7 de octubre, San Petersburgo, Rusia SA Convención de habla rusa: conviértase en parte del todo. Información: <http://www.sa2018.ru>

5 al 7 de octubre, Ontario, California, EE. UU. SoCal SA / S-Anon / S-Ateen Unity Conference: NO estamos solos. Información: <http://www.sasocal.org>

5 al 7 de octubre, Eslovaquia SA Convención eslovaca. Detalles después.

12 al 14 de octubre, Canby, Oregón, EE. UU. Retiro de otoño de la región noroeste de SA / S-Anon: Restaurando el sano juicio. Información: <http://www.saportlandmetro.org>

Del 19 al 21 de octubre, Wyboston, Bedfordshire, Reino Unido Taller de Oradores EMER. Detalles después.

26 al 28 de octubre, Taller de Despertar Espiritual en Luxemburgo SA / Atelier Reveil Spirituel: Sorpresa del Poder Superior. Correo electrónico: <mailto:saportlandmetro.org>

2 al 4 de noviembre, Biezenmortel, Países Bajos SA / S-Anon EMER Taller: Lemas salvan vidas.

Correo electrónico: <mailto:saportlandmetro.org>

3 de noviembre, Washington, Distrito de Columbia, EE. UU. Área del Capitolio SA / S-Anon / S-Ateen

Día de la gratitud Información: <http://www.casaig.wixsite.com/home/upcoming-events>

CONVENCIONES SA



La Convención Internacional de Saint Louis SA estuvo a la altura de su tema de “Una puerta hacia una nueva libertad”. Los eventos comenzaron con las reuniones anuales de julio de los Custodios y la Asamblea de Delegados. Treinta y dos delegados y suplentes de todo el mundo y ocho custodios estaban presentes. Diez o más observadores también presentes de vez en cuando. Nuevos custodios fueron admitidos y una amplia gama de informes y algunos puntos de la agenda se discutieron y votaron. Los doce conceptos proporcionan la estructura para nuestros asuntos y comités de SA.

El viernes por la tarde, la conferencia comenzó con una multitud de pequeñas reuniones del programa y los principales oradores de la hora de la comida. Al mediodía del domingo finalizando hubo 367 registros de SA, 163 de S-Anon, 23 en ambas fraternidades y siete S-Ateens para un total de 562 personas. Nos enteramos que en noviembre de 1983, a la conferencia Internacional ¡Asistieron 19 personas!. Después de la reunión de cumpleaños del viernes por la noche nos enteramos que más de 1200 años de sobriedad fueron reconocidos, incluidos Helmut M de Alemania con más de treinta años de sobriedad.

Algunas líneas memorables de los oradores y los líderes del taller incluyen;

Terapeuta al cliente: Desde la última vez que te vi, ¿te hicieron un estiramiento facial? Cliente: Sí, ¡Tuve un estiramiento facial de 12 pasos!

Tus comportamientos no son la esencia de lo que eres. Si lo fueran, no habrías estado muriendo por adentro cuando los hiciste.

Durante años, estuve trabajando en mi propio programa privado de SA, y finalmente ¡lo reprobé! Entonces, volví.

Cuando Dios se va, cualquier otra cosa es posible. Descendí a la oscuridad.

Ahora me encanta rendirme. Antes lo odiaba y no quería la rendición.

Mis pasiones son grandes sirvientes, pero pobres maestros. Estoy aprendiendo a vivir la vida emocionalmente sobrio.

No te conformes con lo bueno antes de que se ponga mejor.

El amor es reconocer que otra persona es real.

MADRID

**“Living The Slogans”
11-13 January 2019
in El Escorial · Madrid · Spain
SA International & S-Anon,
S-Ateen National Convention**

**11-13 enero de 2019 en El
Escorial · Madrid · España
Convención Internacional de SA
y Nacional de S-Anon y S-Ateen**

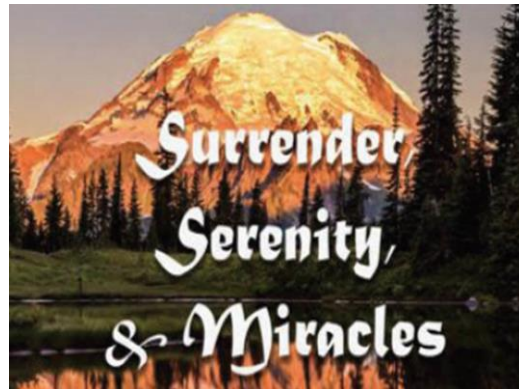


¡HOLA!

Sabemos que conoces estos lemas: "Un día a la vez" "Primero lo primero" "Hazlo fácil" "Mantenlo simple" has oído hablar de estos: "Quita el algodón de tus orejas y ponlos en tu boca" "Humildad no es pensar menos de nosotros. es pensar menos en nosotros mismos" " La ira es solo una letra lejos del peligro", (En inglés Anger, Danger), "Lo único que tienes que cambiar es todo".

Hay muchos más por descubrir en la primera Convención Internacional de SA en el continente Europeo y Convención Nacional de SA -Ateen y S-Anon, Miembros de EE. UU., Israel, Rusia, Reino Unido, Irán, Polonia, Irlanda, Colombia, Bélgica, México y otros los países compartirán cómo los lemas apoyan su recuperación y se utilizan en su diario vivir. Reserve en livingtheslogans.org Costo: 170 € Incluye tarifa de convención + 2 noches en una habitación doble + todas las comidas desde el almuerzo del viernes hasta el almuerzo del domingo! Realmente esperamos conocerte en esta colorida y lúdica Convención Internacional. En agradecido servicio, Luc D y el comité organizador de Madrid IC

SEATTLE 2019



Rendición, serenidad y milagros

**Convenciones internacionales SA S-Anon S-Ateen
Seattle, Washington, EE. UU. 12 al 14 de julio de 2019**

Rendición, serenidad y milagros es una oportunidad para SA, S-Anon y Los miembros de S-Ateen celebran la recuperación, profundizan sus conexiones e integran las herramientas del programa en sus vidas. Los miembros de la fraternidad asistirán desde alrededor del mundo. Regístrese ahora para tres de los días más brillantes de su vida en el soleado Seattle y absorber algunas "vitaminas" F y R: ¡Fraternidad y Recuperación! Regístrese en <http://serenityinseattle2019.com/>

PRESENTACIONES DE ESSAY

Sus escritos y obras de arte están invitadas, 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 Essay 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. Nosotros preferimos os 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.



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. Envió 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.

HAS ESTADO EN LA CARCEL?

El Comité de SA Para las cárceles está buscando compartir su historia con otros. Contacte al SACFC correo mailto:sacfc1@gmail.com

SA CFC

COMITÉ SA PARA LAS CÁRCELES

Recuerdo de Tucson Ray

Paso de un servidor de confianza

Estimada Fraternidad SA: Recibí palabra de la esposa de Ray Stith que el servidor de confianza y amigo para todos nosotros, conocido como Tucson Ray falleció de cáncer debido a la disminución de su salud el 21 de junio de 2018. Cuando se trataba de trabajo en prisión, Ray era la verdadera fuerza formativa. Él comenzó las reuniones en las prisiones de SA, escribió el enfoque de padrinazgo por correo que está actualmente en uso, y creó nuestro protocolo de cómo acercarse a los oficiales de prisión. Estamos en deuda por siempre él por abrir el camino en el servicio.

Cuando me acerqué a Ray acerca del Proyecto de audio Tucson Ray SACFC, sabiendo que su salud no era buena, le pregunté si podría ser demasiado. Él rió. No solo lo estuvo con gusto de acuerdo en hacer el proyecto, él 1) Grabó un CD introductorio de 12 minutos que yo presenté a la Junta de Custodios, quienes a su vez, dieron luz verde al proyecto.

2) Escribió un bosquejo del alcance de preguntas, en orden por tema

Ray nos dio una charla de un compartir de (9) horas

Este es el testimonio de la vida de un hombre, su trabajo en nombre de miles de presos en recuperación. Yo sé que Ray se avergonzaría de referirse a su trabajo y a nuestra vocación como su legado. Pero, no hay otra manera de decirlo, Ray. ¡Así es!

Ray se sobrepuso mucho. No hay oscuridad, mala suerte, ni los cambios frecuentes de políticas institucionales de los regímenes penitenciarios, ni la apatía, ni las condiciones onerosas y peligrosas que los ahijados y los presos enfrentan todos los días, ni el envejecimiento, ni el cáncer podrían dañar su espíritu de servicio. Kay Shotwell de SAICO dice "Tucson Ray sirvió a adictos al sexo en las cárceles durante más de veinte años. Creo que merece un tipo mención en un futuro".

Él y su esposa vivieron una vida tranquila en Tucson, AZ. Que su memoria sea una bendición. Él era un hombre encantador. Con toda seguridad lo extrañaremos.

En lugar de la solicitud habitual de servicio, Te sugiero que si tienes particular recuerdo cariñoso de Ray, por favor publícala en este grupo. Envía un correo electrónico a sacfc@googlegroups.com

En agradecimiento, Eric S., presidente de SACFC



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 parecen a AA, pero que abordan otros problemas, o en cualquier otro contexto no-AA, no implica lo contrario.

Sexaholics Anonymous 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 sexólics 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 reconocer la
diferencia

