

¿VAS A SALIR DE PRISIÓN?



Introducción

Si vas a salir de prisión y eres sexólico, hay esperanza para ti. Esto se debe a que la fraternidad de Sexólicos Anónimos (SA) está aquí para ayudarte. Si tu delito es de carácter sexual, tienes aún más motivos para entregarte a SA con todas tus fuerzas. Si has estado siguiendo el programa de SA mientras estabas encarcelado, habrás aprendido algo sobre ti mismo en prisión. Pero sean cuales sean tus circunstancias, ahora debes adaptarte a una sociedad en la que los delincuentes sexuales a menudo son incomprendidos y se enfrentan con numerosos obstáculos. Probablemente tendrás que registrarte como delincuente sexual. Nuestra experiencia con los agentes de libertad condicional y de supervisión nos dice que debes estar atento y tomarte en serio las condiciones de tu puesta en libertad. Cada caso es diferente. Los retos para quienes se reincorporan a la sociedad pueden ser más difíciles para unos que para otros.

Este folleto ofrece ayuda al sexólico que va a ser puesto en libertad condicional. El objetivo es poner en contacto al recluso que está a punto de salir con miembros locales de SA y, a ser posible, con antiguos reclusos que forman parte de la fraternidad. Dado que muchos agentes de libertad condicional no conocen SA, hemos incluido una sección dirigida a ellos. Tras la introducción, hay dos secciones principales: «Pautas prácticas» y «Para tu agente de libertad condicional». Entendemos tus preocupaciones mientras te preparas para la vida en libertad. Te aseguramos que la esperanza está al alcance de quienes están en recuperación.

Adaptarse a la vida fuera de la cárcel puede parecer una prueba interminable de alienación, frustración y soledad. La nueva libertad puede suponer un cambio difícil. Es posible que estés acostumbrado al



régimen de la cárcel, a que te digan qué hacer y cuándo. Ahora debes aprender a establecer tus propias prioridades. Asegúrate de incluir las reuniones de SA, llamar a tu padrino y a los miembros de tu grupo, y trabajar los pasos.

Trabajar el programa de los doce pasos de SA es fundamental para tu recuperación. Gracias a un programa sólido muchos sexólicos han logrado salir de la cárcel y asistir a las reuniones, donde han encontrado la verdadera libertad. En pocas palabras, trabajar los pasos significa vivir hoy libre de la lujuria. Tener un programa sólido es lo que se interpone entre nosotros y los problemas que se derivan de una recaída. Apoyarnos en nuestro grupo local de SA nos ayuda a recordar que, aunque haya personas que no se muestren comprensivas, no tenemos por qué pasar por esto solos.

Normalmente tenemos que encontrar un lugar donde vivir y trabajar. Existen numerosos obstáculos, como los empleadores y los propietarios, los registros públicos y la indiferencia de la familia y los antiguos amigos. Es probable que tengamos la obligación legal de presentarnos ante los funcionarios de prisiones y los agentes de libertad condicional. Es probable que tengamos que registrarnos ante las autoridades estatales, regionales y municipales. Podemos enfrentarnos a restricciones adicionales en cuanto a nuestros movimientos y paradero. A algunos de nosotros se nos puede exigir que llevemos una pulsera geolocalizada en el tobillo. A pesar de estas dificultades, si nos mantenemos sobrios, aceptamos la vida tal y como es y cumplimos con las condiciones de nuestra libertad condicional, podemos adaptarnos a la vida en sociedad.

La vida nos recuerda constantemente nuestra impotencia ante las circunstancias externas y los problemas. Rendirnos a nuestro Poder Superior y

rezar nos ayuda a sobrellevar la situación y a mantener la esperanza, la serenidad y la sobriedad, independientemente de las circunstancias en las que nos encontremos.

Pautas prácticas

Aprender a trabajar nuestro programa de recuperación y a reincorporarnos en la sociedad suponen grandes retos en la vida. Afrontar estos retos nos enseña el valor esencial de una planificación detallada. Empezamos a ver cada reto como una oportunidad de crecimiento personal, en lugar de como un problema del que quejarnos.

Si hemos vivido la sobriedad en prisión, redoblamos nuestro esfuerzo de recuperación una vez que nos reincorporamos a la sociedad. Si somos nuevos en SA, superamos nuestro miedo o desconfianza y nos entregamos de lleno a este programa. Recuerda: la lujuria es paciente y muy astuta. Mantener la sobriedad hoy requiere un contacto regular con la fraternidad y con nuestro Poder Superior. Día a día, nos apoyamos en la oración, la meditación, el trabajo de los pasos y las reuniones. La adicción y los pensamientos obsesivos limitan gravemente nuestra libertad de elección. Al saber dónde estamos, quiénes somos y qué somos, y al apoyarnos en la fraternidad, evitamos recaer en nuestra enfermedad de aislamiento, depresión y desesperación.

Al enfrentarnos a los retos de nuestra nueva vida, podemos ponernos en el lugar de alguien que se encuentra en la situación que acabamos de dejar atrás. Cuando vemos a un miembro de SA detenido o encarcelado, podemos ayudarle ofreciéndole nuestra experiencia, fortaleza y esperanza. Nos encontramos en una posición única para ayudar. El servicio y la unidad en la fraternidad son el camino hacia la recuperación.



Una recuperación eficaz en SA incluye:

1. Asistir a las reuniones
2. Llamar a compañeros de programa
3. Leer literatura de SA y AA
4. Tener un padrino
5. Trabajar los pasos
6. Usar las herramientas de recuperación para crecer interiormente y construir una vida saludable

La reinserción social requiere una planificación en todos los ámbitos de la vida, en especial:

1. Condiciones de la libertad condicional
2. Recuperación
3. Finanzas
4. Estigma social y problemas de autoestima
5. Familia y amigos
6. Vivienda, transporte y empleo

En muchas jurisdicciones, se te concederá la libertad condicional en un centro de reinserción social, donde te ayudarán con el alojamiento, el transporte y el empleo. Si no es así, pide ayuda a tu agente de libertad condicional o a un asistente social para resolver estas cuestiones. Una de las lecciones más importantes que aprendemos en la recuperación es que pedir ayuda no es un signo de debilidad. ¡Es un signo de fortaleza! Por fin hemos llegado a un punto en el que aceptamos el hecho de que no lo sabemos todo, ni debemos saberlo todo, y pedimos ayuda. Puede que tengamos que tragarnos nuestro orgullo y aceptar trabajos que consideramos por debajo de nuestras capacidades. También nos planteamos seriamente las oportunidades de voluntariado. Las oportunidades de voluntariado nos mantienen ocupados y nos ayudan a desarrollar habilidades laborales y sociales. Encontrar trabajo es importante para la recuperación económica. El

lugar donde podamos trabajar dependerá de las condiciones de la libertad condicional.

Probablemente nos encontremos con restricciones en cuanto al tipo de trabajo, la ubicación y cómo llegar hasta allí. Muchos exreclusos de SA se encuentran en situaciones similares. Confían en las herramientas del programa.

Los problemas familiares llevan tiempo. En algunos casos, no podemos —o no debemos— pasar tiempo con nuestra familia biológica. Incluso cuando podemos, a menudo nos encontramos recayendo en viejos comportamientos en su presencia. Es algo natural, pero cada vez que nos equivocamos, lo admitimos de inmediato. Las heridas familiares tardan en sanar. El mejor consejo es trabajar un programa de recuperación sólido. Habla de tus problemas familiares. Aprende a identificar y a expresar los sentimientos que se despiertan en ti. Y ten paciencia; la sanación en la familia lleva tiempo, pero llegará para quienes se esfuercen por conseguirla. Puede que los amigos nos den la espalda. No guardamos rencor por su comportamiento, sino que estamos agradecidos por las amistades que sí tenemos. Aquí, la sabiduría de la fraternidad de SA resulta inestimable: «Prepárate para lo peor, pero esfuérzate por mejorarlo. Se puede conseguir; hay muchos que lo han logrado». Nuestros compañeros de SA suelen convertirse en nuestros nuevos amigos. Para muchos, las amistades de SA son mucho más profundas y mejores que cualquier otra que hayamos tenido jamás. Tu reunión local te proporcionará una útil lista de teléfonos de los miembros. Recuerda mantener abiertas las vías de comunicación.



El estigma social que supone vivir como un delincuente sexual registrado puede parecer desalentador. Hacer frente a la vida en la sociedad puede requerir asesoramiento psicológico. El apoyo del clero y de otras personas también nos ayuda a afrontar los diversos retos. Una y otra vez se nos recuerda que no podemos controlar nuestra situación; en esos momentos, recurrimos a nuestra red de apoyo. Hablar de estas cosas con otras personas y con miembros de confianza dentro de la familia espiritual de SA nos recuerda una doble verdad: que la recuperación es un trabajo interior y que este es un programa de «nosotros», no un programa de «yo», esto significa que nos recuperamos con ayuda de otros miembros. Muchos nos enfrentamos a estos problemas a diario. La vida sigue y aprendemos a aceptar nuestro pasado y aquellas cosas del presente que no podemos cambiar. Una actitud de aceptación agradecida es nuestro mejor aliado.

Mantenerte libre de deudas significa elaborar un presupuesto detallado tanto de gastos como de ingresos. Buscamos ingresos procedentes del trabajo remunerado, la Seguridad Social, los planes de jubilación, las ayudas de instituciones religiosas, las prestaciones sociales y otras ayudas del Estado; pero también recordamos que nuestro peor enemigo es el miedo a la inseguridad económica. Liberarnos de este miedo es una de las promesas de seguir nuestro programa. El miedo es el enemigo, no la pobreza. Aprendemos que solo tenemos que ocuparnos del presente. Si hoy tenemos hambre y las despensas están vacías, nos tragamos nuestro orgullo y pedimos comida. O bien, aceptamos el hambre como una oportunidad para ayunar y rezar por la comida de mañana. El miedo nos engaña; el enemigo no es la pobreza ni las circunstancias. Al trabajar el programa, aprendemos a confiar en Dios

y a aceptar nuestra suerte. Y adquirimos el valor para dar los pasos necesarios para encontrar trabajo y otras fuentes de apoyo económico. Pedimos ayuda y confiamos en Dios.

Es importante recordar que muchos de nosotros padecemos múltiples adicciones. Como adictos en recuperación, podemos estar sobrios en un ámbito mientras buscamos algún tipo de evasión en otro. «Sobrio» no significa «curado». Aprendemos a vivir la vida tal y como viene. Lo que tenemos es una tregua diaria, «que depende del mantenimiento de nuestra condición espiritual».

Es importante que comprendas los aspectos legales y las condiciones de tu libertad condicional. Es fundamental, y vale la pena repetirlo: cumple todas y cada una de las normas al pie de la letra, pase lo que pase. Dale a tu agente de libertad condicional, a tu familia y a tus amigos todas las razones para confiar en ti. Además de tus compañeros, busca mentores entre tu comunidad religiosa, la Administración de Veteranos y otras organizaciones benéficas que estén dispuestas a ayudarte. Busca organizaciones locales sin ánimo de lucro que ofrezcan servicios de formación profesional y orientación laboral. La libertad en el exterior implica asumir responsabilidades. Cuando la vida te resulte abrumadora, recuerda pedir ayuda.

Sobre todo, aprovecha bien la paciencia que aprendiste en la cárcel. Al dar el primer paso en la dirección correcta, vendrán los demás. Practicar la humildad y la gratitud son regalos de la recuperación. Funciona si te esfuerzas. Un día a la vez. No son solo frases; al ponerlas en práctica cada día, nos convertimos en la prueba viviente de las promesas de la recuperación.

Dependiendo de la situación, es posible que algunos agentes de libertad condicional no te permitan asistir o abrir reuniones. Si este es el caso, sigue las



normas. Si hay determinados lugares a los que no puedes acudir, podrás reunirte con tu padrino o con personas de confianza en una casa, en un lugar público o de manera informal de forma regular. Hemos aprendido que estas restricciones no son obstáculos para trabajar el programa. Si te encuentras en esta situación, quizá quieras pedirle a tu agente de libertad condicional que lea la siguiente sección de este folleto.

Para los agentes de libertad condicional y los trabajadores de reinserción social

Sexólicos Anónimos (SA) es una comunidad de hombres y mujeres que comparten entre sí su experiencia, fortaleza y esperanza con el fin de resolver su problema común y ayudar a otros a recuperarse. SA es un programa de recuperación basado en los principios de Alcohólicos Anónimos (AA). Las reuniones periódicas son un componente fundamental del programa. Las reuniones las organizan de forma autónoma grupos individuales en ciudades y pueblos de toda Norteamérica y en más de 40 países de todo el mundo. Al igual que en AA, los miembros de SA respetan el principio del anonimato. Lo que se dice en las reuniones y en las conversaciones privadas entre miembros se mantiene confidencial. Los miembros comparten abiertamente el programa de recuperación, pero no los nombres de las personas que lo integran. El anonimato no significa que encubramos delitos ni que dejemos de proteger a las personas que corren peligro. No supervisamos la actividad de nuestros miembros. Sin embargo, respetamos y cumplimos la ley. El anonimato significa que mantenemos nuestros nombres fuera del ámbito público.

Reconocemos que sigue existiendo una considerable controversia sobre la naturaleza de la adicción sexual. La tendencia de las investigaciones sobre el tema revela que el concepto de lo que

constituye una adicción está evolucionando. Hablamos desde nuestra propia experiencia en la recuperación. Cuando se trata del sexo o la lujuria, persistimos en comportamientos ofensivos o peligrosos a pesar de las consecuencias negativas. Al igual que el alcohólico, que se siente impotente ante el alcohol, no podemos parar una vez que somos adictos a la lujuria. A esto se le denomina a veces «comportamiento compulsivo» o «forma habitual de pensar». Sea cual sea el nombre que se le dé, nuestra experiencia es que aplicar los doce pasos de AA a nuestro problema nos ha proporcionado la tregua que llevábamos tanto tiempo buscando.

Existen varios programas de recuperación de la adicción sexual. Lo que distingue a SA de los demás es que nuestro principio fundamental es que «la lujuria es la fuerza impulsora de nuestra conducta sexual, y la verdadera sobriedad implica una victoria progresiva sobre la misma». Además de la constatación de que nuestra adicción fundamental es a la lujuria, también compartimos una definición común de sobriedad. Es «no tener de sexo con uno mismo ni con otras personas, exceptuando su cónyuge, así como la victoria progresiva sobre la lujuria».

Nuestras reuniones son el lugar donde compartimos nuestra experiencia. Nos damos cuenta de que no podemos recuperarnos con éxito sin el apoyo de otros sexólicos. Descubrimos que, en primer lugar, debemos poner fin a nuestras conductas sexuales compulsivas en todas sus formas y buscar una solución espiritual a nuestro problema. A continuación, examinamos a fondo nuestro carácter y tratamos, de forma progresiva, de cambiar los patrones que nos llevaron, en primer lugar, a recurrir a la fantasía y a las conductas sexuales compulsivas. Nuestro objetivo es sanar las prácticas



de toda una vida de pensamientos y acciones malsanas. En las reuniones, al mostrarnos tal y como somos, con nuestras debilidades, descubrimos la aceptación de nuestros compañeros y empezamos a aceptarnos a nosotros mismos. Estábamos tan enfermos como nuestros secretos, y descubrimos que ya no estamos atados a ellos. Contar con un grupo de compañeros que entienden nuestros peores pensamientos nos permite renunciar a nuestros «pensamientos negativos», a nuestra lujuria, antes de que se materialicen.

SA no es ni un tratamiento ni una terapia. SA es un programa de sexólicos que se recuperan de su propia adicción trabajando con otras personas y ayudándolas a recuperarse. Y, al igual que en AA, nuestra experiencia nos dice que funciona. Nos centramos en encontrar soluciones a nuestros comportamientos problemáticos. Muchos miembros de SA también siguen diversas terapias. Muchos terapeutas han comprobado que el programa de SA es un excelente complemento para la terapia.

SA es un programa espiritual, pero no es una religión. Hablamos de un «Poder Superior» y de «Dios tal y como nosotros lo concebimos», pero no es necesario creer en Dios para hacerse miembro. Los ateos y los agnósticos encuentran la recuperación en este y en otros programas de doce pasos.

La mayoría de las reuniones están abiertas únicamente a quienes buscan su recuperación sexual personal. Aconsejamos a los recién llegados que asistan al menos a seis reuniones antes de decidir si SA es lo adecuado para ellos. Pedimos a los recién llegados que se presenten al comienzo de la reunión utilizando únicamente su nombre de pila. También recomendamos que los recién llegados busquen un padrino temporal que responda a sus numerosas preguntas. El padrino es alguien que

probablemente haya pasado por estos problemas anteriormente y que tranquiliza al recién llegado a través de su propia experiencia, fortaleza y esperanza.

Experiencias de miembros

Miles S.

Me llamo Miles S. y llevo sobrio desde enero de 2010. Estoy en libertad tras pasar 20 años en prisión. Mi mayor obstáculo he sido yo mismo. Una vez que trabajé los pasos para superar mi miedo al fracaso, me liberé de ese miedo y pude ponerme manos a la obra con mis tareas diarias. Las cosas mejoran, como se suele decir. Cada día actúo con la intención de salir adelante en libertad condicional. En cuanto a la vivienda, encontré programas estatales que me ayudaron. A veces me cuesta lidiar con la vida tal y como es. Al estar en libertad tengo la sensación de que cada día es volver a empezar desde cero. En mi infancia aprendí a tener miedo de los demás, y mi adicción me llevó a desconfiar de la autoridad. Pero ahora he aprendido a confiar en mi Poder Superior, que actúa a través de los demás. Hay personas que llegan a mi vida y me ayudan. Me dicen que estoy muy dispuesto a salir adelante fuera de la cárcel, y he encontrado amigos, por primera vez, que me ofrecen lo que necesito para mantenerme sobrio. Una persona me habló de un trabajo. He encontrado trabajo y un piso. El Estado me ha proporcionado ropa, comida y alojamiento. Me han dado un abono de autobús para ir y volver del trabajo. A menudo salgo a pasear. La vida en la cárcel era dura en comparación con lo que supone soportar el invierno del Medio Oeste. Mi recuperación me ayuda a darme cuenta de que soy un superviviente. A través de mis contactos, he concertado citas en tiendas de segunda mano y entrevistas para nuevos trabajos.



La recuperación en SA me ha permitido ver que soy incapaz de hacer estas cosas por mí mismo. Ahora confío en Dios. El programa me ha abierto los ojos sobre por qué necesito aprender a confiar en los demás. Estoy decidido a mantenerme sobrio. Mi práctica de fe y la fraternidad me ayudan a mantener esa determinación. Me siento agradecido de tener un Poder Superior al que llamo Dios, que es real y actúa en mi vida. Con cada tropiezo, reconozco que estoy avanzando. No me interesa la lujuria y, aunque a veces me siento tentado, no tengo por qué volver a mi adicción. Mi vida gira en torno a la iglesia, el trabajo y el programa. Asisto a una reunión de los doce pasos en mi iglesia. Me regalaron una tarta de cumpleaños cuando cumplí cinco años en el programa. Además, asisto a reuniones telefónicas, ayudo a los recién llegados y apadrino a presos por correo. La conexión con la fraternidad me ha ayudado a encauzar mi vida por el buen camino. Me enorgullece llamar amigos a mi padrino y a mis compañeros de SA, y hacerles saber que estoy progresando en mi recuperación. Ahora mi vida consiste en estar ahí para el sexóxico que sufre.

Anónimo:

Mi primer reto al salir de la cárcel fue tomar decisiones. Había olvidado cuántas opciones existen fuera de la cárcel. En la cárcel no hay opciones en cuanto a ropa o rutina, y solo teníamos dos opciones para las comidas. Pocas horas después de mi puesta en libertad, acompañé a mis padres a una gran tienda donde la variedad de productos, estilos, colores y llamativos carteles publicitarios me abrumaron. Mi agente de libertad condicional se encargaba de todos los delincuentes sexuales de mi condado y, como es habitual, tenía muchos casos que gestionar. Incluso entre quienes

están familiarizados con el sistema, prevalece la creencia de que existe una alta tasa de reincidencia entre los delincuentes sexuales. Los datos estadísticos de la Oficina de Prisiones demuestran lo contrario. A pesar de ello, mucha gente sigue tratándolo como si fuera cierto. Cuando conozco a alguien nuevo, me comporto como si esa persona supiera que estoy en libertad condicional. Al cumplir las condiciones de mi libertad condicional, le quito un problema de encima a mi agente de libertad condicional, y ella lo agradece.

Tras mi puesta en libertad, estuve varios años en empleos precarios. No podía volver a ejercer como profesor y, obstinado, solo buscaba trabajos en el ámbito de la educación. Solo conseguía puestos que eran variantes de trabajos mal remunerados en educación para adultos, como la formación para el certificado de bachillerato. Con el tiempo, me di cuenta de que podía aprovechar mi formación docente en otros trabajos. Con el paso del tiempo, ya no tenía que hacer constar mi delito grave en las solicitudes de empleo y ahora me gano la vida dignamente como editor técnico. Tenía muchos motivos para sentir resentimiento por mi libertad condicional y por mi inclusión de por vida en el registro de delincuentes sexuales. El duodécimo paso me recuerda: «...ponemos en práctica estos principios en todos nuestros asuntos». No tengo poder sobre estas exigencias, acepto que así son las cosas en este momento y entrego el resentimiento a mi Poder Superior. Recuerdo que estoy afrontando las consecuencias de mis actos.

Me ayudó seguir las sugerencias del Libro Grande de AA, de SA y de este folleto en mi transición a la vida tras la cárcel: asistir a las reuniones, trabajar los pasos y convertirme en un servidor de confianza. Lo que mejor me funciona es recordar que los doce pasos cambian mi forma de pensar y de



comportarme. Mi yo anterior y mis acciones me llevaron a la cárcel. Cuando estaba en prisión, me comprometí con el programa de los doce pasos. Tras mi puesta en libertad, seguí las sugerencias de mi padrino y de los miembros. Como resultado, cada día doy gracias por las bendiciones de esta «nueva» vida en recuperación.

Merv D, en un artículo publicado en la revista Essay en junio de 2012 (nuestra publicación trimestral), lo expresa así:

«Soy un delincuente condenado y un delincuente sexual registrado, y... estoy agradecido de que exista una fraternidad así y de poder asistir a dos reuniones a la semana, con un grupo de personas maravillosas a las que puedo llamar mis amigos. ... nada me ayudó mucho hasta que llegué a SA... ¡Supe que estaba en el lugar adecuado tras aquella primera reunión! Empecé a asistir regularmente a las reuniones de SA, a leer la literatura y a trabajar los pasos con mi padrino. Estaba empezando a aprender mucho sobre mí mismo.

Hoy soy una persona mejor y me siento mucho más a gusto con gente que no conozco. Me esfuerzo por ser más positivo y juzgar menos. No me enfado tan a menudo como antes y, cuando lo hago, me rindo y la ira desaparece. ... ¡Gracias, Dios, ¡por este maravilloso programa de recuperación!».

Conclusión

Todos tenemos dignidad: independientemente de nuestra posición social, situación económica, adicciones, enfermedades o lo que hayamos hecho. Tienes valor y mereces respeto. Aquellos que nos recuperamos, sabemos que éramos impotentes ante la lujuria y que nuestras vidas eran ingobernables. Al trabajar los pasos, nuestra visión distorsionada cambió y pudimos ver con mayor claridad los

escombros de nuestro pasado. Nos propusimos enmendar los errores y vivir una vida espiritual. Las cosas mejoraron. Nos sentimos mejor. Quienes nos rodeaban vieron un cambio milagroso. Nos dimos cuenta de que Dios y los doce pasos de SA estaban haciendo por nosotros lo que nosotros no podíamos hacer.

Contacta con Sexólicos Anónimos:

Sexaholics Anonymous
Correctional Facilities Committee
P.O. Box 3565
Brentwood, TN 37024-3565
EE.UU.

Teléfono: +1 866 424 8777

E-mail: saico@sa.org

sacfc1@sa.org

Sitio web: www.sa.org



Los doce pasos de Sexólicos Anónimos

1. Admitimos que éramos impotentes ante la lujuria, que nuestras vidas se habían vuelto ingobernables.
2. Llegamos a creer que un Poder Superior a nosotros mismos podría devolvernos el sano juicio.
3. Decidimos poner nuestras voluntades y nuestras vidas al cuidado de Dios, como nosotros lo concebimos.
4. Sin miedo, hicimos un minucioso inventario moral de nosotros mismos.
5. Admitimos ante Dios, ante nosotros mismos, y ante otro ser humano, la naturaleza exacta de nuestros defectos.
6. Estuvimos enteramente dispuestos a dejar que Dios nos liberase de todos estos defectos de carácter.
7. Humildemente le pedimos que nos liberase de nuestros defectos.
8. Hicimos una lista de todas aquellas personas a quienes habíamos ofendido y estuvimos dispuestos a reparar el daño que les causamos.
9. Reparamos directamente a cuantos nos fue posible el daño causado, excepto cuando el hacerlo implicaba perjuicio para ellos o para 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, como nosotros lo concebimos, pidiéndole solamente que nos permitiese conocer su voluntad para con nosotros y nos diese la fortaleza para cumplirla.
12. Habiendo obtenido un despertar espiritual como resultado de estos pasos, tratamos de llevar este mensaje a los sexólicos y de practicar estos principios en todos nuestros asuntos.

Las doce tradiciones de Sexólicos Anónimos

1. Nuestro bienestar común debe tener la preferencia; la recuperación personal depende de la unidad de SA.
2. Para el propósito de nuestro grupo solo 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.

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, considerado como un todo.
5. Cada grupo tiene un objetivo primordial: llevar el mensaje al sexólico que aún está sufriendo.
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 los problemas de dinero, propiedad y prestigio nos desvíen de nuestro objetivo primordial.
7. Todo grupo de SA debe mantenerse completamente a sí mismo, negándose a recibir contribuciones de afuera.
8. SA nunca tendrá carácter profesional, pero nuestros centros de servicio pueden emplear trabajadores especiales.
9. SA, como tal, nunca debe ser organizada; pero podemos crear juntas o comités de servicio que sean directamente responsables ante aquellos a quienes sirven.
10. SA no tiene opinión acerca de asuntos ajenos a sus actividades; por consiguiente, su nombre nunca debe mezclarse en polémicas públicas.
11. Nuestra política de relaciones públicas se basa más bien en la atracción que en la promoción; necesitamos mantener siempre nuestro anonimato personal ante la prensa, la radio y el cine.
12. El anonimato es la base espiritual de todas nuestras tradiciones, recordándonos siempre anteponer los principios a las personalidades.

Los doce pasos y las doce tradiciones han sido adaptados con permiso de Alcoholics Anonymous World Services, Inc. («AAWS»).

El permiso para adaptar y reimprimir los doce pasos y las doce tradiciones no significa que AAWS haya aprobado el contenido de esta publicación, ni que AAWS esté de acuerdo con las opiniones aquí expresadas. AA es solo un programa de recuperación del alcoholismo. El uso de los doce pasos y las doce tradiciones en relación con programas que siguen el modelo de AA, pero que abordan otros problemas, o en cualquier otro contexto ajeno a AA, no implica lo contrario.



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 (SA, p. 2).

Al definir la sobriedad no hablamos en nombre de aquellos que no pertenecen a SA. Tan solo 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* (SA, pp. 193-194).

Aprobada por la Asamblea General de Delegados en febrero de 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.

La adenda a la Declaración de Principios fue aprobada por la Asamblea General de Delegados en julio de 2016.



*Yo soy responsable.
Cuando cualquiera, dondequiera,
busque o pida ayuda,
quiero que la mano amiga de Sexólicos
Anónimos siempre esté ahí.
Y por esto: yo soy responsable.*

Si crees que puedes tener problemas con el sexo o la adicción a la lujuria, te invitamos a unirte a nosotros en una reunión de SA. Busca Sexólicos Anónimos en tu directorio local, llama al teléfono gratuito de la Oficina Internacional de SA (dentro de EE. UU.) al número +1 866-424-8777 o visita la web www.sa.org. Existen reuniones online y telefónicas.

Es posible pedir ejemplares adicionales de este folleto y una lista de publicaciones a:

SAICO
P.O. Box 3565
Brentwood, TN 37024-3565
EE.UU.
Teléfono: +1 615-370-6062
E-mail: saico@sa.org
Sitio web: www.sa.org

Copyright © 2012 Sexaholics Anonymous.
Todos los derechos reservados
Título original: «So, you are leaving prison?»
Traducción al español: septiembre 2026
Reimpreso con permiso del autor