

# GRATITUD

NUESTRA EXPERIENCIA IMPRESA

*Revista de la Corporación de Servicios Generales de AA*

*República Bolivariana de Venezuela / N° 01, sept - dic 2016 versión digital*

donde  
se  
encuentran  
lo espiritual  
y lo material

ma  
Tradición

- 1 Admitimos que éramos impotentes ante el alcohol: 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 nuestros defectos.
- 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 al 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 dejase 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 el mensaje a los alcohólicos y de practicar estos principios en todos nuestros asuntos.

# 12 Pasos



## ENUNCIADO

*Alcohólicos Anónimos es una comunidad de hombres y mujeres que comparten su mutua experiencia, fortaleza y esperanza para resolver su problema común y ayudar a otros a recuperarse del alcoholismo.*

*El único requisito para ser miembro de A.A. es el deseo de dejar la bebida.*

*Para ser miembro de A.A.*

*no se pagan honorarios ni cuotas;*

*nos mantenemos con nuestras propias contribuciones.*

*A.A. no está afiliada a ninguna secta, religión, partido político, organización o institución alguna;*

*no desea intervenir en controversias;*

*no respalda ni se opone a ninguna causa.*

*Nuestro objetivo primordial es mantenernos sobrios y ayudar a otros alcohólicos a alcanzar el estado de sobriedad.*

Impreso con permiso:  
Copyright AA Grapevine, Inc.

ENUNCIADO

# ÍNDICE

## ► -01 VERSIÓN DIGITAL

Editorial -Pág. 3

El sombrero, donde la espiritualidad y el dinero se pueden mezclar -Pág. 4

Nuestra gratitud y nuestros aportes son vitales para AA -Pág. 5

¿Qué es una reserva prudente? -Pág. 7

Bill nos habla del automantenimiento -Pág. 11

Una carta a los grupos (julio 1954) -Pág. 12

Chequeo Séptima Tradición -Pág. 13

Beneficios de más de 40 años de sobriedad -Pág. 14

Apego a los principios en los grupos -Pág. 17

Tragos robados -Pág. 21

XXXII RAC -Pág. 22

Te necesito -Pág. 24

Gratitud Hoy -Pág. 25

El Plan "ABC" de acción de un Comité de Gratitud -Pág. 26

Cómo llevar la revista a todos los rincones del país -Pág. 27

Sugerencias para desarrollar un artículo -Pág. 29



# VERSIÓN DIGITAL

## GRATITUD

NUESTRA EXPERIENCIA IMPRESA

*Es la revista de Alcohólicos Anónimos de Venezuela, "nuestra experiencia impresa", que sirve además para llevar nuestro mensaje de recuperación a otros lectores más allá de nuestra comunidad.*

Revista Venezolana de Alcohólicos Anónimos. Año XIII, N° 01 versión digital. Propiedad de la Corporación de Servicios Generales de Alcohólicos Anónimos de Venezuela. Depósito Legal 92-0526.

Sede: Oficina de Servicios Generales,  
Av. Universidad, Edificio J.A.,  
Coliseo a Corazón de Jesús, Piso 4, Oficina 42,  
Caracas 1010, Venezuela.

Telefax:

0212-541.8894 y 543.2286

Correo Electrónico:

revistagratitude@gmail.com

Página Web:

www.aanonimos.org.ve

Teléfono de información nacional e

internacional de AA en Venezuela:

0501 SOBRIOS (0501-7627467)

*Agradecemos todos los materiales que se nos envíen, que se suman a las colaboraciones que nos llegan, y que tras ser revisados por el Comité Editorial podrán ser publicados o no, parcialmente o en su totalidad, por razones de espacio y de la necesaria diversidad de cada número. Los artículos que se publican reflejan la manera individual en que cada miembro de AA practica su programa de recuperación y no pretenden ser comunicados oficiales de la política de AA, ni que AA o Gratitud estén de acuerdo con las opiniones expresadas. No publicamos poemas, oraciones o tributos personales, drama, ficción, ni ningún material que no se relacione con AA y su programa de recuperación. La práctica editorial de Gratitud está orientada por los principios de Alcohólicos Anónimos, los Doce Pasos, las Doce Tradiciones y los Doce Conceptos. Recuerda que compartimos experiencias, fortalezas y esperanzas en nuestro proceso de recuperación en el programa de AA.*

Al acercarnos al fin de año es conveniente hacer un balance, un necesario inventario, tal como nos lo indica el programa de AA. Esto es sano tanto para los miembros, los grupos, y para los entes de servicio. En el caso de Gratitud, al evaluar lo realizado en 2016, los objetivos logrados y el contexto en que nos encontramos, podemos afirmar que, pese a la difícil realidad económica que afecta los aportes hacia nuestra estructura de servicio, que requiere del firme apoyo de nuestros miembros, una vez más la revista ha cumplido con la comunidad de Alcohólicos Anónimos de Venezuela.

Ya han sido producidos y distribuidos los tres números impresos ofrecidos para este 2016 y antes sus ojos tienen el cuarto online, una novedad fruto de la realidad. Esta propuesta, una entrega online, nace de la experiencia del 2015, cuando por el elevado y constante incremento de los costos de imprenta, producto del proceso inflacionario, por primera vez en los últimos años no contamos con recursos para producir el cuarto y último número del año y debimos endeudarnos. Esto nos hizo revisar nuestra oferta tradicional, y para mantener la revista y seguir llevando el mensaje de AA, debimos adaptarnos. A la vez, esto nos llevó a producir el primer Boletín Digital para Profesionales y Amigos de AA, que los comités de IP y CCCP pueden distribuir gratuita y electrónicamente entre personas no AA, y que a partir de 2017 debe salir con dos números al año. Tenemos la tarea de seguir desarrollando esta área, y de recuperar las cuatro entregas impresas anuales, lo que sólo será posible aumentando el número de suscripciones, tal como afirmamos en

nuestro informe de julio: “si superamos las 1000 suscripciones en 2016, podremos volver a producir cuatro números impresos en 2017”. Esto no ha sido así, y si bien logramos un importante 70% de nuestras metas, por ahora deberemos seguir con la oferta de los tres números impresos y el cuarto online. ¿Podremos cumplir esa meta en el 2017? La comunidad tiene la palabra.

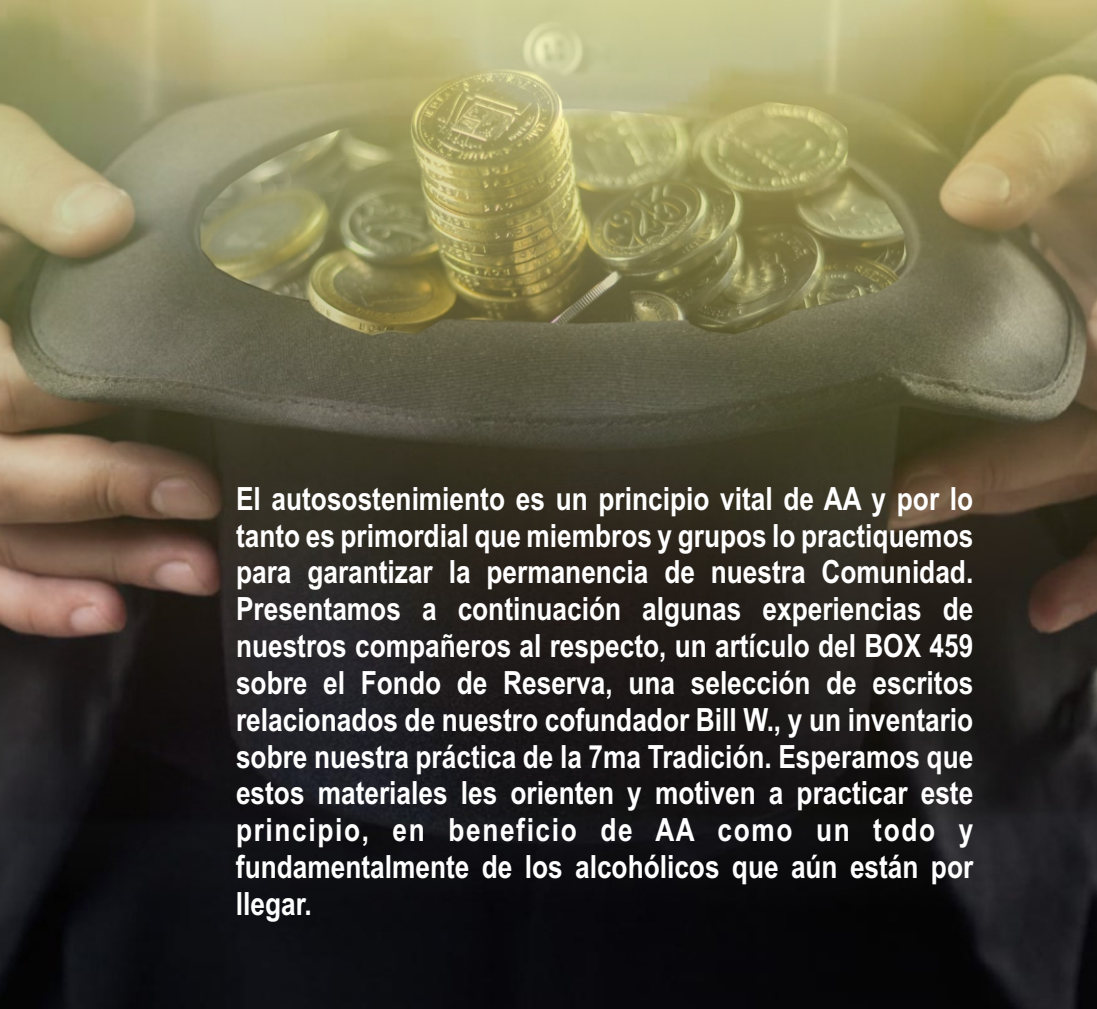
Cuando llegamos a AA nos llamaba la atención una frase usual entonces entre nuestros padrinos: AA es un viaje a la realidad. Y es que al dar el Primer Paso, a medida que nos mantenemos un día a la vez sin beber, remontando el dolor y la soledad que nos llevaron a cruzar la puerta de AA para iniciar nuestro andar de mano del Poder Superior, apartando la maleza de la evasión y la culpa, de justificaciones y autoengaños, de la soberbia y autoconmiseración, y gracias a nuestros inventarios ver la realidad concreta, la nuestra y la del contexto en que nos encontramos, para realmente conocernos a nosotros mismos, e ir desprendiéndonos de los viejos hábitos y defectos de carácter, reparando nuestras faltas, construyendo una nueva vida, con la práctica de los Doce Pasos nos acercamos al “despertar” a otra realidad, la Gran Realidad, de la que nos habla el Texto Básico. AA es un viaje a la realidad, a la realidad concreta material y a la Gran Realidad, profunda y espiritual.

Confiamos en la conciencia colectiva de nuestra comunidad y en su decidido apoyo a la revista y a la estructura de servicio, para así continuar con nuestra tarea: llevar el mensaje de AA que salva vidas. Porque como decía Bill W., nuestra Gratitud debe ir siempre hacia adelante.

*“¿Podremos cumplir esa meta en el 2017?  
La comunidad tiene la palabra”*

# el sombrero

*donde la espiritualidad  
y el dinero se pueden mezclar*



**El autosostenimiento es un principio vital de AA y por lo tanto es primordial que miembros y grupos lo practiquemos para garantizar la permanencia de nuestra Comunidad. Presentamos a continuación algunas experiencias de nuestros compañeros al respecto, un artículo del BOX 459 sobre el Fondo de Reserva, una selección de escritos relacionados de nuestro cofundador Bill W., y un inventario sobre nuestra práctica de la 7ma Tradición. Esperamos que estos materiales les orienten y motiven a practicar este principio, en beneficio de AA como un todo y fundamentalmente de los alcohólicos que aún están por llegar.**



## *nuestra gratitud y nuestros aportes son vitales para AA*

El autosostenimiento y el manejo de una reserva prudente que nos permita funcionar de manera adecuada y eficiente, es uno de los principios fundamentales de AA, que ha garantizado nuestra autonomía y ha mantenido a nuestra comunidad unida y libre de los cruentos conflictos derivados de la ambición por la acumulación de riqueza y poder. Ya en 1947, a doce años del nacimiento de AA, en un escrito de la revista Grapevine Bill W., nos advierte: *“nada hay que tenga más poder para destruir nuestra herencia espiritual que las disputas vanas sobre la propiedad, el dinero, y la autoridad”*. La Séptima y nuestras Tradiciones en general, nos preservan de estos peligros.

La Tradición Siete indica que *“AA debe mantenerse completamente a sí misma negándose a recibir contribuciones ajenas”*, al tiempo que nos responsabiliza a nosotros mismos como comunidad, del mantenimiento material y del funcionamiento de nuestros servicios, bajo la única dependencia de nuestro Poder Superior. “AA es algo más que un conjunto de principios, es una sociedad de alcohólicos en acción. Debemos llevar el Mensaje, pues de no hacerlo, nosotros mismos podemos marchitarnos y aquellos a quienes no se les ha comunicado la verdad, pueden perecer, afirma nuestro Tercer Legado. De aquí que

un servicio de AA es todo aquello que nos ayuda a alcanzar al alcohólico que todavía sufre (...) y no debemos olvidar que estos servicios necesitan contribuciones voluntarias de dinero provenientes de los miembros de la Comunidad”.

Además de las contribuciones de los miembros y grupos que se hacen de forma regular, hay varios planes sugeridos para estimular los aportes a nuestros servicios. Los principales son el **Plan 365** y el **Plan Aniversario**, para miembros y grupos, el primero es un aporte por cada uno de los 365 días del año, y el segundo por cada año de sobriedad en AA. El monto de estos planes se fija en la Reunión Anual de la Conferencia. Hay Aportes Especiales de hasta un máximo de 3.000 unidades tributarias. Los aportes son vitales para el funcionamiento de nuestra Oficina de Servicios Generales, de la que todos somos responsables, que debe ser una prioridad y los primeros aportes que hagamos cada año para apoyar a nuestra estructura.

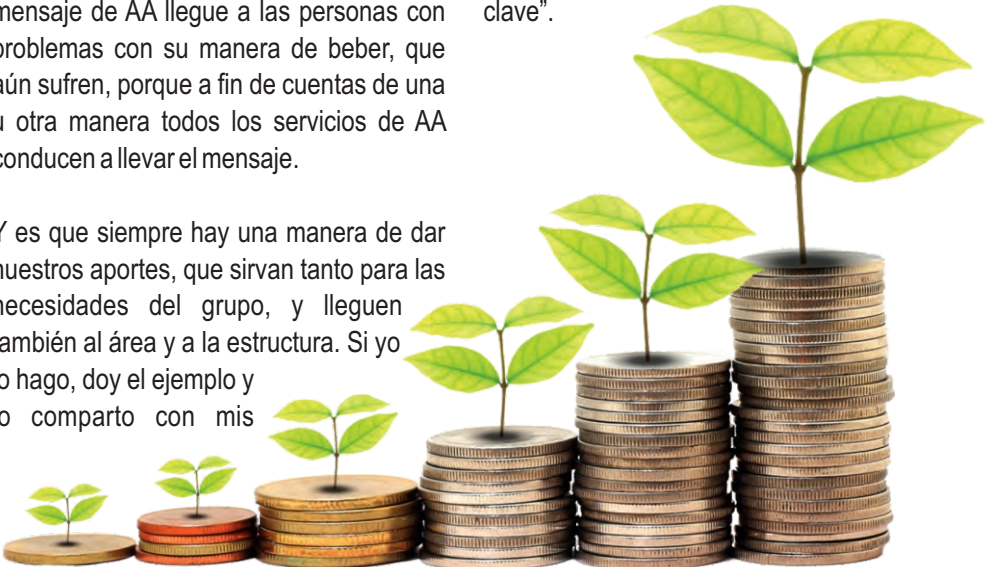
Bill W. nos dice: “al ser generosos cuando se pasa el sombrero, damos una muestra de nuestra gratitud por nuestras bendiciones y una evidencia de que estamos deseosos de compartir lo que hemos encontrado con todos aquellos que todavía sufren”.

Hace más de un año que Prisco Q., me regaló el folleto de Autosostenimiento para que preparara un taller para el Comité del Área Trujillo, luego de lo cual lo guardé porque creía que me lo sabía de memoria. Tras dedicarme por completo a las actividades internas de mi grupo base, volví a un nuevo servicio en el área, y por cuestiones de la Providencia leí otra vez el folleto. De pronto una luz iluminó mi cerebro. “¡Claro! Si aplico el Plan 365 en forma fraccionada (mensual) y se lo entrego al Representante de Servicios Generales, RSG, de mi grupo –en otros grupos el encargado es el propio Tesorero-, para que lo haga llegar a la Oficina de Servicios Generales, la OSG, así se me facilita el ser agradecido y ayudar a que el mensaje de AA llegue a las personas con problemas con su manera de beber, que aún sufren, porque a fin de cuentas de una u otra manera todos los servicios de AA conducen a llevar el mensaje.

Y es que siempre hay una manera de dar nuestros aportes, que sirvan tanto para las necesidades del grupo, y lleguen también al área y a la estructura. Si yo lo hago, doy el ejemplo y lo comparto con mis

compañeras y compañeros, estoy totalmente seguro de que muchos de ellos, alcohólicos anónimos agradecidos, van a hacerlo también. Además uno puede aportar algo más del monto fijado para el Plan 365, ya sea personal o el del grupo, y asimismo con el Plan Aniversario. Quiero compartir con todos los AA, el bienestar que esto me produce.

Si no has leído el folleto de Autosostenimiento léelo, y si ya lo leíste vuelve a leerlo con atención, y te darás cuenta “dónde estamos” y a “dónde queremos llegar”. Y si das el ejemplo y lo compartes en tu grupo, verás que hay un crecimiento cierto, porque “acción es la palabra clave”.





# ¿qué es una reserva prudente?

Tomado del Box 459

No se puede aplicar la palabra “prudente” a los alcohólicos activos. Pero para un grupo de alcohólicos sobrios la palabra cobra un nuevo significado. Conscientes de las muchas dificultades que se pueden presentar en la vida, los miembros de A.A. suelen ser la misma definición de prudencia a la hora de organizar, apoyar y mantener un grupo de A.A.

Ya que se han dado cuenta de lo importante que es el grupo para el mantenimiento de la sobriedad de los miembros individuales, la mayoría de los A.A. están bien dispuestos a dejar de lado las diferencias personales y enfocarse en la supervivencia del grupo a largo plazo. Ya han desaparecido la temeridad autodestructiva y la irresponsabilidad que suele caracterizar el alcoholismo activo y en su lugar aparecen un deseo de estabilidad y una buena disposición de hacer sacrificios para el bien común.

En lo referente al bien común y la supervivencia a largo plazo del grupo, entre las cosas más prudentes que el grupo puede hacer es establecer una reserva económica – los proverbiales ahorros para la época de las vacas flacas- para ayudar al grupo a pasar y superar los tiempos duros. Así, si las contribuciones fluctúan o se presentan gastos inesperados, el grupo se verá fortalecido y en la posibilidad de mantener las puertas abiertas.

Cada grupo tiene sus gastos fijos que hay que cubrir regularmente para mantener el grupo a flote –el alquiler, la literatura, los refrescos y, en algunos casos la póliza de seguros. Estos gastos se pagan con el dinero contribuido en plan regular por los miembros. Pero la mayoría de los grupos tratan de guardar algún dinero para protegerse contra eventualidades, con la intención de acumular una reserva prudente

equivalente a los gastos de operaciones de uno hasta tres meses. Estos fondos contribuyen a asegurar la supervivencia del grupo y a la realización de su objetivo primordial de llevar el mensaje al alcohólico que aún sufre.

El contribuir con dinero nunca ha sido un requisito para ser miembro de A.A., pero siempre ha sido un ingrediente esencial del trabajo del Paso Doce. Como se dice en el folleto “El automantenimiento –donde se mezclan la espiritualidad y el dinero: “El trabajo del Paso Doce es la sangre vivificadora de Alcohólicos Anónimos –por medio del cual se trasmite el mensaje al alcohólico que aún sufre. Si no lo tuviéramos, la Comunidad se marchitaría y se perecería. Y este contacto vital entre un alcohólico y otro, incluso en sus aspectos más sencillos, supone una inversión de tiempo y dinero.”

Esto es cierto a todos los niveles de la estructura de servicios de A.A.: los distritos, las áreas, las oficinas centrales e intergrupales, e incluso la Oficina de Servicios Generales de A.A., no pueden funcionar sin dinero y lo necesitan para cumplir con sus responsabilidades para la Comunidad.

“Un Fondo de Reserva prudente y estable y una buena capacidad para la administración de negocios son tanto espirituales como prácticos”, dice G.G, Custodio Clase A, emérito y antiguo presidente y tesorero de la Junta de Servicios Generales. Como Comunidad no deseamos acumular grandes cantidades de dinero, ni tener tan poco dinero que nos veamos imposibilitados de cumplir nuestras responsabilidades y pagar nuestras cuentas.”No es espiritual ni práctico acumular o gastar más de lo necesario. Tampoco es espiritual y práctico que se nos acabe el dinero”, dice G.. “Como de

costumbre Bill tenía una buena frase para expresar lo que necesitamos. Lo llamaba el sentido común económico”.

Al igual que muchos grupos en los Estados Unidos y Canadá, y de hecho alrededor del mundo, la Junta de Servicios Generales de A.A. tiene una reserva prudente establecida para proporcionar a la Comunidad en caso de emergencia los recursos económicos necesarios. El Fondo de Reserva de la Junta de Servicios Generales se creó en 1954 para asegurar que se seguirán prestando los servicios básicos de la Oficina de Servicios Generales y del “Grapevine” en caso de una reducción imprevista y sustancial de los ingresos regulares de la organización, ya que sean causados por una grave recesión económica, una perturbación dentro de la Comunidad, un cambio en la forma de publicar y distribuir la literatura de A.A., o por cualquier otra razón.

El dinero siempre ha sido un tema de interés para la Comunidad. En los primeros días de Alcohólicos Anónimos habían algunos que soñaban con acumular grandes cantidades de dinero y buscaban conseguirlo para que el milagro de Alcohólicos Anónimos pudiera difundirse lo más rápido posible. Estos pioneros tardaron un rato en darse cuenta sabiamente de que si la Comunidad no fuera completamente automantenida sería posible que se perdiera para siempre. A medida que A.A. iba creciendo y desarrollándose, se podía ver claramente que una de las más seguras formas de mantener la Comunidad en existencia era asegurar que siguiera siendo automantenida y se negara a recibir donaciones de afuera, por urgente que fuera la necesidad y por cariñosa que fuera la propuesta.

En el libro Doce Pasos y Doce Tradiciones, en el ensayo acerca de la Séptima Tradición, aparece el relato de un debate en una reunión en 1948 de la Fundación Alcohólica, la

precursora de la Junta de Servicios Generales de A.A.. Estaba en cuestión un legado a Alcohólicos Anónimos de diez mil dólares. ¿Debía A.A. aceptar el donativo?

“¡Vaya debate que se armó!”, dice el texto. “En ese momento la Fundación se encontraba muy mal de dinero; los grupos no mandaban lo suficiente para el mantenimiento de la Oficina; incluso con añadir los ingresos producidos por el libro, no se alcanzaba para cubrir los gastos. Las reservas se estaban derritiendo como la nieve en primavera. Necesitábamos esos diez mil dólares.”

“Entonces se expresó la oposición. Señalaron que la junta de la Fundación ya sabía de un total de medio millón de dólares legados a A.A. en los testamentos de personas que estaban todavía vivas. Sólo Dios sabría cuánto más dinero se nos habría legado y del cual aún no nos habíamos enterado. Si no nos negábamos a aceptar, absoluta y firmemente, las donaciones ajenas, un día la Fundación llegaría a ser rica.”

“Entonces nuestros custodios escribieron una página brillante en la historia de A.A.. Se manifestaron a favor del principio de que A.A. debe permanecer siempre pobre. De allí en adelante la política financiera de la Fundación sería tener lo justo para cubrir

“*El contribuir con dinero nunca ha sido un requisito para ser miembro de A.A., pero siempre ha sido un ingrediente esencial del trabajo del Paso Doce*”

los gastos de operación, más una reserva prudente. Aunque era difícil hacerlo, la junta oficialmente se negó a aceptar los diez mil dólares y adoptó formalmente la resolución

irrebatible de negarse a recibir todo donativo similar en el futuro. En ese momento, creemos, quedó firme y definitivamente incrustado en la tradición de A.A. el principio de la pobreza corporativa”

La pobreza corporativa refleja más “un estado de ánimo que el saldo de nuestra cuenta bancaria”, comenta G.G. “Todos nosotros conocemos a individuos y organizaciones que gastan dinero que no tienen, que viven por encima de sus posibilidades, ya sea por hacer caso omiso de sus circunstancias económicas reales o por dar por supuesto un mañana rosado... Por eso se puede ser pobre sin poner en práctica la pobreza corporativa... También es posible el caso contrario, que podemos tener una reserva prudente sin caer en la tentación de gastarlo simplemente por que lo tenemos”.


Actualmente el Fondo de Reserva de la Junta de Servicios Generales tiene impuesto por recomendación de la Conferencia un límite equivalente a un año de gastos de operaciones combinadas de A.A. World Services, Ind., El Grapevine de A.A. y el Fondo General de la Junta de Servicios Generales de A.A., Inc. La Oficina de Servicios Generales y el Comité de Finanzas de los custodios constantemente monitorizan el Saldo de Reserva con la intención de asegurar la administración

ordenada de los asuntos económicos de la Comunidad, teniendo siempre presente el objetivo primordial de llevar el mensaje al alcohólico que aún sufre.

Con la autorización otorgada por la junta de custodios, se puede utilizar el Fondo de Reserva para cubrir otros gastos, por ejemplo se utilizó para sufragar los gastos de trasladar, renovar y otros gastos relacionados con la construcción de la Oficina de Servicios Generales y la Oficina del Grapevine y gastos de importantes mejoras tecnológicas. También se ha autorizado su uso para financiar el

desarrollo de La Viña, la revista en español del Grapevine por un determinado período de tiempo.

Ya que se refiera a un grupo, un área o a la Junta de Servicios Generales, el establecer un Fondo de Reserva es un elemento clave del principio de automantenimiento de A.A., elemento que puede tener consecuencias importantes, siendo la más significativa la de asegurar que los servicios de A.A. estarán disponibles a quienes han llegado a contar con ellos para mantener su sobriedad y, de hecho, sostener sus vidas mismas.



*“Un Fondo de Reserva prudente y estable y una buena capacidad para la administración de negocios son tanto espirituales como prácticos”, dice G.G, Custodio Clase A, emérito y antiguo presidente y tesorero de la Junta de Servicios Generales ”*

*“El Fondo de Reserva de la Junta de Servicios Generales se creó en 1954 para asegurar que se seguirán prestando los servicios básicos de la Oficina de Servicios Generales y del “Grapevine” en caso de una reducción imprevista y sustancial de los ingresos regulares de la organización, ya que sean causados por una grave recesión económica, una perturbación dentro de la Comunidad, un cambio en la forma de publicar y distribuir la literatura de A.A., o por cualquier otra razón.”*



# BILL

*nos habla  
del automantenimiento*

Las numerosas actividades de Paso Doce por las que transmitimos nuestro mensaje a los alcohólicos enfermos de todo el mundo son la sangre vivificadora de nuestra aventura de AA. Sin esta actividad vital, pronto nos volveríamos anémicos; literalmente, nos secaríamos y moriríamos. Ahora bien, ¿cómo se encajan los servicios de AA-mundiales, de área y locales- en el cuadro global? ¿Por qué debemos financiarlos? La respuesta es bastante sencilla. Todos y cada uno de los servicios de AA están encaminados a hacernos posible realizar más y mejores trabajos de Paso Doce, ya sea que se trate de un local de reunión de grupo, de una oficina central o intergrupo para mantener nuestra unidad y asegurar nuestra eficacia en todas partes del mundo. Estas agencias de servicio son absolutamente esenciales para nuestro continuo desarrollo, para nuestra supervivencia como Comunidad. Sus gastos son una obligación colectiva, que recae directamente sobre todos nosotros.

*Bill W.*

*Fragmento del artículo "La Tradición de automantenimiento de AA",  
Revista Grapevine, octubre 1967.*



Nuestra experiencia aquí en la Sede de AA durante los quince años (Hoy, cuarenta y siete años) que lleva establecida indica claramente, de hecho lo grita a voces, que la Fundación siempre tiene que disponer de un fondo de reserva prudencial en dinero contante y sonante para cubrir el déficit que a menudo se experimenta y estar preparados ante la eventualidad de una depresión económica o una fuerte inflación, asegurando así nuestros servicios mundiales sean cuales fueran las circunstancias.

Esta no es una mera teoría. Durante sus primeros dos años de operaciones, los gastos de la Sede General se cubrieron con los ingresos provenientes de las ventas de libros y folletos. Luego, en 1941, los grupos empezaron a asumir la responsabilidad de sufragar los gastos de la Oficina de la Sede General, por medio de sus contribuciones voluntarias.

Confío en que todos los grupos se den cuenta de la necesidad de esta acumulación protectora de dinero y, al mismo tiempo, sigan haciendo sus acostumbradas contribuciones voluntarias, con las que cubrimos los gastos actuales de la Oficina de Servicios Generales.

¡Un millón de gracias a todos ustedes!

*Bill W.*  
*El Lenguaje del Corazón, pág.138*

# chequeo Tradición

Entre 1969 y 1971, como parte de una serie de artículos, aparecieron en la revista Grapevine unas preguntas referidas a las tradiciones, que luego fueron publicadas separadamente. A continuación reproducimos solo las relacionadas con la Tradición Siete.

## SÉPTIMA TRADICIÓN:

1. Honestamente, ¿hago todo lo que puedo para ayudar a que AA (mi grupo, mi Área, mi OSG) pueda mantenerse a sí mismo? ¿Podría poner un poco más de dinero en el sombrero en nombre de la persona que todavía no está en condiciones de aportar? ¿Cuán generoso era cuando andaba por los bares?
2. ¿Debería nuestra revista vender espacio para publicidad a empresas con el fin de lograr ganancias y convertirse en una revista más grande, a todo color, con un precio menor?
3. Si la OSG estuviera baja de fondos un año, ¿no sería correcto que el gobierno subsidiara a los grupos de AA en hospitales y cárceles?
4. ¿Es más importante lograr contribuciones fuertes de unas pocas personas, o una contribución menor de la que participen más miembros?
5. ¿Es el informe de un tesorero de grupo un asunto de poca importancia para AA? ¿Qué piensa el tesorero al respecto?
6. ¿Qué tan importante en mi recuperación es sentir respeto hacia mí mismo, en vez de sentirme siempre obligado por haber recibido ayuda?

En las respuestas a estas preguntas está la práctica de nuestra Séptima Tradición, que nos dice que AA debe mantenerse completamente a sí mismo. Es un principio sencillo y claro, práctico y a la vez espiritual, que nos da la libertad y autonomía para cumplir con nuestro propósito: llevar el mensaje de AA y que las puertas de nuestros grupos continúen abiertas en el trascurso del tiempo para todos aquellos que busquen nuestra ayuda.

# BE NE FI CIOS DE MÁS DE 40 AÑOS DE SOBRIEDAD

Wilmer S.

## ¿Por qué llegué a Alcohólicos Anónimos el 18 de septiembre de 1973?

- 1 Llegué a Alcohólicos Anónimos porque mi vida se había vuelto ingobernable
- 2 Porque comencé a ingerir licor a la edad de 17 años en forma compulsiva, como escape a problemas en mi hogar, con un título de Bachiller en mis manos y un promedio de 18 puntos
- 3 Porque las "lagunas mentales" no se hicieron esperar , así como los problemas familiares y hasta policiales
- 4 Porque después de ser orgullo de mi familia como excelente hijo, deportista y estudiante pasé a ser la vergüenza de la misma
- 5 El incremento del consumo durante los últimos 5 años consecutivos de mi alcoholismo activo, que me llevó a ingerir licor de forma alarmante
- 6 Pérdida del sentido, orientación, metas y logros en la vida, a pesar de trabajar desde muy joven. La ruta de mis estudios universitarios se perdió

## ¿Cómo llegué a Alcohólicos Anónimos?

El día 5 de Julio de 1973, asistiendo a un velorio de un amigo, muerto por cirrosis hepática a los 44 años de edad, en el sector " Los Tres Caminos" en la vía hacia Santa Rosa de Agua, un señor de nombre Jesús R., se encontraba pasando el mensaje de Alcohólicos Anónimos a un grupo de aproximadamente cuatro personas, yo escuchaba algo retirado pero atento, y me acerqué, le dije a Jesús: "Compañero esto es conmigo. ¿Qué debo hacer?". Entonces él me dio un volante con las 12 preguntas de AA por las que se puede saber si alguien tiene problemas con su manera de beber, y me dijo: "Ten estas preguntas y las respondes tú mismo, si contestas cuatro preguntas que "Sí" o más, tú mismo te das tu diagnóstico. Si consideras que podemos hacer algo por ti, nosotros nos reunimos al lado de esta casa los miércoles y los sábados a las 7 pm".

Sin duda alguna Dios había tocado a mi puerta y me tendía la mano, tal vez en recompensa por haber ayudado durante la enfermedad a mi amigo de tragos, ya que su familia le dio la espalda por su problema de alcoholismo agudo. Sin embargo esperé algo más de dos meses para asistir a la primera reunión, ya que mi mente alcohólica me decía: "tú no debes dejar de beber así nada más". Y efectivamente durante julio de 1973 consumí licor durante 28 días de los 31 días del mes, sin asistir a la Universidad donde estaba en curso de verano.

El día 18 de septiembre de 1973, me levanté temprano con inmensas ganas de tomar licor desde las 6 de la mañana. Esperé todo el día que llegara un


prestamista para pedirle dinero y salir a tomar licor, la espera fue de 12 largas horas. Pero resulta que dicho prestamista que vivía frente a mi casa no vino, entonces le dije a un amigo que se encontraba conmigo para ir a beber: "Este señor no va a venir, yo estoy demasiado grave. He esperado 12 horas con muchas ganas de tomar, así él llegue no voy a tomar, me voy a la reunión esa de Alcohólicos Anónimos en los Tres Caminos, vía a Santa Rosa, te invito". Efectivamente asistí a este humilde ranchito, me senté en una tabla encima de un adobe, se encontraban los desaparecidos Ramón V., Rafael V.; Américo y mi estimado Jesús R., quien fue mi padrino y me pasó el mensaje. El 18 de Septiembre de 1973, lo considero mi verdadero nacimiento, cuando físicamente nací el 25 de Noviembre de 1951.



## Beneficios:

- Una vida lograda con un balance, a mi parecer muy positivo. Cuando digo una vida lograda me refiero a logros, errores y fracasos.
- Haberle servido a mi país y a mi familia (hijos, padres, hermanos y esposa) con el ejercicio de mi profesión Ingeniero de Petróleo (título que se lo debo a Alcohólicos Anónimos)
- Larga trayectoria de 34 años en la industria Petrolera con especialidad en Perforación de Pozos
- Entender con dificultades durante años que existe Dios y que estamos conectados al Universo y venimos a este mundo con un propósito y este debe ser vivir con bienestar y prestar servicio a quienes te rodean
- No crearme poseedor de la verdad absoluta, que presenta numerosas aristas. Y siempre con la mente abierta para profundizar en el conocimiento tanto terrenal como espiritual
- A la edad de 61 años me mantengo activo en mi profesión ayudando y a veces molestando a mi familia, no he podido eliminar los egos de distinta naturaleza que nos persiguen hasta la muerte y con los que hay que luchar muy duro y con determinación
- Si el Universo me puso en este Planeta, él me ayudará a ser mejor persona, para ayudar a quien pueda y dejarme ayudar a mejorar en todos los sentidos y sobre todo escuchar, algo que me ha costado muchísimos años ya que he sido un charlatán
- Continuar con mi pasión por la lectura, sobre todo en el campo filosófico, político, sociológico y religioso, definitivamente comprender que quien piensa contrario a ti es al primero que se debe escuchar
- Agradecido de la vida y de Alcohólicos Anónimos, por haberme permitido vivir, aún con las dificultades normales, una vida de felicidad, abundancia y progreso y un saludo donde quiera que se encuentren aquellos compañeros que partieron y los que luchan desde todos los rincones del mundo contra este flagelo que es el alcoholismo
- Por último mi secreto para no ingerir licor durante 40 años: haber comprendido que el alcoholismo es una enfermedad incurable, que necesitamos una fe y un poder espiritual, amigos que nos ayuden y sobre todo entender con firmeza que yo no bebo el día de hoy, sólo por 24 horas yo no tomo

Saludos a todos mis compañeros de lucha. Mi gratitud infinita.



# Apego a los principios en los grupos

Bob W.  
Delegado de los Estados Unidos  
Reunión de las Américas, REDELA

Tomé mi última copa el 30 de marzo de 1993. Tras unos días de desintoxicación llegué a mi primera reunión de AA. Este sería el inicio de mi viaje de sobriedad que me ha traído aquí el día de hoy. Ese grupo se reunía regularmente desde 1940 con el único propósito de llevar el mensaje a aquél que aún sufre. Y yo estaba sufriendo. Muchos de nosotros ya no éramos bienvenidos en ninguna parte, debido a nuestro comportamiento alcohólico. Y al llegar a Alcohólicos Anónimos, se nos da una cálida bienvenida y no somos juzgados.

Esta fue mi experiencia. Estaba enfocado en “mis problemas”, no tenía idea que éstos eran a causa de mi alcoholismo. Cuando ya nadie más quería soportar mis quejas, los miembros del grupo me oyeron y me animaron a regresar. Estoy seguro que muchos de ellos tuvieron que esforzarse para no mirar el techo o decirme que me callara y dejara de quejarme. Pero ellos me oyeron con tolerancia, sabían que si no lo hacían lo más probable es que me hubiera ido de AA, como lo había hecho ante todas las situaciones en mi vida.

Ellos estaban apeándose a los principios de AA profundamente entretejidos con la

unidad. Nuestra causa común, ayudar a otros alcohólicos a alcanzar la sobriedad, es lo primero y lo fundamental para un grupo de AA. Sin uno y sin el otro, el grupo y AA como un todo fracasarían. Esos miembros que me dieron la bienvenida, sabían que a pesar de lo difícil que era lidiar conmigo, el grupo me necesitaba, y a otros nuevos, para poder sobrevivir. Y esos miembros necesitaban al grupo para continuar su sobriedad y sobrevivencia personal.

¿Qué significa apegarse a los principios de AA a nivel del grupo? Esto se resume en que el grupo practique las Tradiciones de AA y los otros principios delineados en los Doce Pasos y los Doce Conceptos. Las Tradiciones de AA evolucionaron a partir de prueba y error en los primeros días de nuestra comunidad. Los primeros AA se dieron cuenta de que la única manera en que se podía asegurar el futuro era lidiando con el grandísimo problema de vivir y trabajar juntos. Todos nosotros nos aferramos a la tendencia de buscar dinero, poder y prestigio. Estos son veneno para los alcohólicos y sin dirección para mantener a AA alejado de estos, nos desviaríamos de nuestro propósito primordial. Así se incorporaron en nuestras Tradiciones los principios de unidad, rotación, autonomía, automantenimiento y anonimato, en función de mantenernos enfocados en el objetivo primordial del grupo, llevar el mensaje a los alcohólicos, estableciendo el deseo de dejar de beber como el único requisito para pertenecer, y los sanos

principios de no afiliación a entidades ajenas, el permanecer no profesionales, no prestar el nombre de AA y alejándonos de la controversia pública.

Nuestros Conceptos dan más luz a los principios, tales como el Derecho de Decisión, de Participación y de Apelación, la voz de la minoría. Quizá lo más importante es la igualdad entre todos. No hay ciudadanos de segunda clase en AA. También nos dan guía sobre la comunicación, el liderazgo y la autoridad.

La práctica de los principios de nuestros Doce Pasos debemos incorporarla a nuestro diario vivir y también en nuestros grupos, tales como poner nuestra vida y voluntad al cuidado de Dios, el proceso del inventario, la oración y la meditación. Los principios y las ideas en los Pasos, las Tradiciones y los Conceptos pueden ayudar a que el grupo se mantenga enfocado y le da la mejor oportunidad para llegar al alcohólico que aún sufre.

Es de suma importancia comunicarnos entre nosotros sobre lo que cada uno experimenta y observa en nuestro grupo base. Una de las mejores prácticas es celebrar regularmente reuniones de trabajo estructuradas. Una agenda aceptada por el grupo que promueva la discusión abierta sobre cómo se está llevando a cabo el trabajo de AA es muy saludable, y da orden y consistencia a la reunión de trabajo. Estas reuniones también son importantes para los nuevos miembros que no tengan mucha

***Nuestra causa común,  
ayudar a otros alcohólicos a alcanzar la sobriedad,  
es lo primero y lo fundamental para un grupo de AA***



*se incorporaron*

*en nuestras Tradiciones*

*los principios de unidad, rotación,*

*autonomía, automantenimiento*

*y anonimato, en función*

*de mantenernos enfocados*

*en el objetivo primordial*

*del grupo...”*

experiencia en cómo resolver problemas de forma ordenada y cortés. Las reuniones de trabajo sanas en el grupo proporcionan la oportunidad a todos los miembros de participar e involucrarse en el grupo, lo que algunas veces puede significar la diferencia que los mantiene sobrios y dentro de AA.

Es importante que el grupo participe en los servicios de la estructura de AA, eligiendo a un RSG para estar representado dentro de la comunidad y tenga voz en todos los asuntos de AA. El estar conectado con otros grupos de AA y saber cómo resuelven problemas similares es muy útil. Asimismo, el grupo puede decidir hacer un inventario de sí mismo regularmente para estar seguro de que sigue los principios de AA. El tomar el tiempo para esta actividad es bueno para establecer la camaradería entre los miembros y puede hacer que el grupo esté más cohesionado y sea más fuerte.

Es importante que los grupos se apeguen a los principios de AA, cuidar de no volverse demasiado rígidos y caer en la idea de solo hay una manera de que funcione el grupo. En todos nuestros Conceptos se enfatizan las libertades que dan las Tradiciones a los miembros y a los grupos. No hay penalizaciones por la no conformidad, ningún miembro puede ser expulsado y su calidad de miembro siempre será decisión del individuo.

Muchos de nosotros hemos tenido dudas de cómo aplicar los principios de AA en el grupo por temor al futuro de nuestra comunidad. Particularmente en relación con la unicidad de propósito y la Tercera y

Quinta Tradición. Vemos algunos miembros que se identifican como multiadictos, alcohólicos y adictos o únicamente adictos. Hoy más que nunca se presentan estos problemas en nuestros grupos. Quizá este sea uno de los mejores ejemplos de la necesidad de comunicación del grupo para ayudar a tener una voz unificada sobre cómo enfrentar estos problemas. Informarse sobre esto, investigando en la literatura de AA y un amplio debate llevará al camino correcto en todos los casos. Podemos confiar en la trayectoria del grupo porque, al abordar este enfoque, nos garantizaremos que se está siguiendo la Segunda Tradición y hemos invitado a Dios a que se exprese colectivamente a través del grupo. Confiamos que las decisiones del grupo son la voluntad de Dios. También debemos respetar las decisiones de otros grupos, aunque tengamos la certeza de que están equivocados. Podemos hacer esto porque sabemos lo importante que es su autonomía. La Cuarta Tradición ofrece al grupo de AA mucha amplitud, dándole el privilegio del *derecho a equivocarse*. Este es uno de los milagros continuos de Alcohólicos Anónimos.

Tengo mis ideas personales sobre cómo creo que debe funcionar un grupo, pero sólo soy uno más. Si nos limitamos a nuestras propias ideas, reducimos la posibilidad de mejorar con el aporte de otros. Un grupo de AA estaría limitado en el cumplimiento de su objetivo primordial si lo manejara un solo miembro. La manera en que decida un grupo cumplir los principios de AA debe ser una decisión colectiva de sus miembros. Al permitir que Dios se exprese a través de la consciencia de grupo, abrimos la inclusión de todo principio aplicable en cualquier decisión que tomemos.

Como miembros de un grupo, todos tenemos la responsabilidad de asegurar la práctica de la Segunda Tradición. Esto significa que debemos alentar a otros a participar y cuidarnos de no apoyar los de-

seos personales. A veces es difícil aceptar las decisiones de otros grupos y nos veremos tentados a cuestionar su apego a los principios de AA. Somos una sociedad muy diversa, *gente que en otras circunstancias no se mezclaría*.

Las Tradiciones promueven la inclusión en nuestra comunidad, apoyan la amplia latitud de libertades que permiten que todos los que sufren de alcoholismo puedan elegir ser miembro de nuestra comunidad y ser bienvenidos, sin importar cuáles sean sus otros problemas. Por lo tanto, debemos confiar. El Concepto III nos lo recuerda cuando dice: *«Todo nuestro programa descansa claramente sobre el principio de mutua confianza. Confiamos en Dios, confiamos en AA y confiamos en nosotros mismos»*.

**“ Un grupo de AA estaría limitado en el cumplimiento de su objetivo primordial si lo manejara un solo miembro...”**





## tragos robados

Jacqueline B.

Hola, mi nombre es Jacqueline y soy alcohólica. Mi carrera como bebedora comienza a los 15 años cuando comencé a “robarme” algunos tragos de las cervezas de mi papá, sin imaginar que aquello se convertiría en un gran problema en mi vida. A los tragos de cerveza siguieron los tragos de ron, y luego ya no eran sólo tragos, sino botellas y cigarrillos. Mi padre tenía dos trabajos, uno de mensajero del Seguro Social y el otro de taxista, tenía un “libre” azul. Yo empecé a trabajar a los 17 años como costurera en una fábrica de ropa, y con lo que ganaba tenía para pagarme mis cervezas y cigarrillos. A los 21 años conocí a Hernán, el padre de mis tres hijas. Todos los fines de semana era puro beber caña durísimo. Después Hernán conoció a Alcohólicos Anónimos y dejó de beber. Aunque él me invitó a las reuniones, yo no le hice caso y me quedé pegada bebiendo. Al paso del tiempo, finalmente llegué a AA, al grupo Principal Meridiano, del que soy conciencia. Quiero agradecer a mi padrino Alberto C., y a mis demás compañeros: José P., Luis Felipe, Juan, los dos Alfredos, Haydee, Nelson, Rocio, Ciro, Orlando, y a todas mis compañeras y compañeros de AA que me han ayudado. Hay personas que llegan a AA y no se quedan, y pierden la oportunidad de salvar sus vidas. Ojalá yo me hubiera quedado cuando Hernán me invitó. Pero gracias a Dios llegué y aquí continúo. Quiero dar las gracias a todos. Ya tengo 3 años de sobriedad, sólo por hoy, un día a la vez. Y hoy no bebo ni fumo.

# XXXII Reunión Anual de la Conferencia



7 al 10 de abril de 2016



**el apadrinamiento  
con los distritos:  
visión de futuro de AA**



*El lema elegido para la XXXII Conferencia de los Servicios Generales de Alcohólicos Anónimos de Venezuela, destaca la necesidad de fortalecer los Distritos, engranaje clave en la estructura de AA, así como el apadrinamiento de los nuevos servidores. He aquí la presentación que hiciera el Delegado de Lara de este lema.*

Jesús M.  
Área Lara.

La falta de servidores en nuestros grupos y el ausentismo de líderes en las asambleas de distrito y de área han ocasionado que muchos grupos se queden sin la información vital de nuestros servicios y de las recomendaciones de la Conferencia, por lo cual estos grupos se aíslan de nuestra estructura, debilitando tanto nuestra unidad como nuestro crecimiento. Es necesario que nuestros grupos cuenten con sus Representantes de Servicios Generales, RSG, por medio de los cuales estén vinculados con la estructura y así la información fluya hasta el grupo. De esta manera podemos dar cumplimiento a nuestros planes y objetivos deseados.

Una de las grandes *problemáticas* de nuestra estructura es la falta de servidores en los grupos y centros de servicio, motivo por el cual debemos fortalecer nuestros servicios de base, como los Distritos, a través de un Apadrinamiento que prepare nuevos y mejores servidores que cubran sus necesidades. Queremos crecer como comunidad tanto en la cantidad como en la calidad de servidores dentro de nuestra estructura.

El servicio en AA es la mejor manera de trabajar el egoísmo, tal como lo afirma Bill W. Sin embargo pocos le dan la importancia que tiene el servicio en la recuperación. Se tiene la idea de que los servidores sólo buscan fines protagónicos, objetivos individuales. Pero sobre todo existe falta de interés en participar dentro de los Servicios Generales. Con excepciones en nuestra Conferencia están los delegados que representan a nuestras áreas. En nuestros distritos el promedio de MCD es de un 80 %. En lo que respecta a los RSG de los grupos

esta representación disminuye, fluctuando entre el 40 y el 60% en muchas de nuestras áreas. Hay un evidente déficit.

Debemos procurar que los grupos nombren a su RSG y que su elección sea apegada al folleto El grupo de AA, al folleto del RSG y en los términos que establece el Manual de Servicios. Trabajemos para que los grupos que no tengan RSG lo elijan, y que roten en el tiempo establecido, propiciando con ello la participación de nuevos compañeros, aprovechando a los veteranos como un instrumento para llevar los Talleres de Capacitación y Apadrinamiento, mejorando la calidad de nuestros servidores para un mejor desempeño de su servicio, enfatizando la importancia de trabajar en Unidad como Estructura a través de los Distritos, de manera que se cumplan los objetivos despertando el interés de nuestros servidores y fortaleciendo todos los niveles de Servicio.

La idea es preparar buenos servidores y ponerlos a disposición de los Servicios Generales. Debemos aprovechar los materiales que tenemos de los diferentes talleres para nuestra formación con la guía del Apadrinamiento por parte de los veteranos y exdelegados. Fomentar el estudio del Manual de Servicio para dar crecimiento a los nuevos líderes. Recordemos que la base de nuestra estructura reposa en la dedicación y habilidad de los Representantes de Servicios Generales, los Miembros de Comités de Distrito y los Delegados. Tenemos un gran campo de acción para poder preparar a los líderes que sabemos nos sucederán. La responsabilidad de un líder en Alcohólicos Anónimos es crear más y mejores líderes.



## *te necesito*

Javier R.

Grupo El Páramo. Área Mérida

De un tiempo para acá me he hecho una pregunta: ¿es que se entiende poco el programa de AA, o es que hacemos una mala práctica de él? Es decir, hago el programa que me parece y me da la gana, y no lo sigo tal como está escrito y lo establece nuestra literatura. El programa de AA es la práctica diaria de sus tres legados, de RECUPERACIÓN, UNIDAD Y SERVICIO, una labor para toda la vida, a través de la cual buscamos mejorar y progresar, porque la perfección es sólo de Dios, como yo lo concibo. Así es como yo lo veo.

¿O será que este compañero “recuperado” perfectamente, ya no tiene dificultades en la vida que lleva y no necesita de las reuniones ni de sus compañeros de AA? Por favor te ruego, te suplico que me aclares esto. Dame el secreto. Te felicito y me alegro por ti, pero mucho lamento que, según tú, ya no tengas que asistir a reuniones de AA ¡porque es tanto lo que dejas de ayudarme! Por eso yo vivo el programa de AA mis 24 horas, y si no lo hago no entendería dónde estoy metido, porque necesito la guía y la dirección diaria de mi Poder Superior, y la ayuda de mis apreciados compañeros de AA.

Desde que conocí a AA y admití mi problema con el alcohol, he necesitado de Dios y de mis compañeros de AA para recuperarme. Y siempre, cada día, han estado conmigo. Por eso estoy muy agradecido.

# GRATITUD

NUESTRA EXPERIENCIA IMPRESA

## HOY

*Este próximo 2017 la revista Gratiitud arriba a su 25 Aniversario. Y durante estos 25 años Gratiitud ha realizado su labor de proyectar la imagen y el mensaje de AA, de motivar a los miembros de la comunidad a la práctica del programa de los Doce Pasos y de los restantes 24 principios de AA, de valorar las actividades de Servicio, y el apoyo a los Servicios Generales. Esto es lo que ha hecho Gratiitud. Pero como todo en nuestro programa, lo que nos salva es la práctica de los principios hoy. Y Gratiitud hoy es un importante patrimonio de AA de Venezuela que sigue llevando nuestro mensaje, un mensaje que salva vidas. Por la relevancia que tiene el tema, les presentamos tres notas sobre el servicio de la revista, que esperamos que sean productivas, una es de Grapevine, publicación pionera de USA-Canadá, otra de Plenitud de AA de México, y un artículo que orienta al lector para escribir un artículo con su experiencia.*

# EL PLAN “ABC” DE ACCIÓN DE UN COMITÉ DE GRATITUD (\*)

Tres ejemplos de proyectos que funcionan en forma continua:

## A

El objetivo es que cada grupo tenga al menos dos suscripciones de Gratitud a nombre del grupo.

## B

El Comité motiva a cada grupo a elegir a un representante de la revista. Los Representantes son responsables de:

- ◆ Participar en las actividades del Comité de la revista en el distrito.
- ◆ Dar información sobre la revista en el grupo.
- ◆ Motivar a los miembros a enviar sus colaboraciones a la revista.
- ◆ Informar y motivar a los miembros del grupo a adquirir o renovar sus suscripciones.

## C

El Comité establece un Fondo Especial para recaudar aportes de los miembros y/o de los grupos, para hacer suscripciones de la revista para hacerlas llegar a las prisiones, centros de detención, centros de tratamiento, ambulatorios, residencias de ancianos, bibliotecas y para los miembros confinados en sus hogares, o para profesionales que nos puedan ayudar a transmitir el mensaje de AA.

(\*) Esta es una versión del Plan ABC de la revista Grapevine

*Por su pertinencia acá les compartimos un material de la revista Plenitud de la Estructura de AA de México, nuestros padrinos, en su esfuerzo por llevar el mensaje de AA.*



*Plenitud*



*Gratitud*

## **CÓMO LLEVAR LA REVISTA A TODOS LOS RINCONES DEL PAÍS**

La revista tiene una gran importancia para lograr el objetivo de transmitir el mensaje de Alcohólicos Anónimos a todo aquel que lo necesite, además de mostrar la necesidad de promover en la Comunidad su adquisición como un recurso para informar a los recién llegados. Es importante la labor del Representante de la Revista como portavoz de que la nuestra publicación, una herramienta importante para todo aquel que desea dejar de beber, ya que en sus páginas está reflejada la experiencia, la fortaleza y la esperanza de todos aquellos que se han levantado de las tinieblas del alcoholismo a la luz de un nuevo día sin beber. Basta con un poco de buen espíritu, iniciativa y creatividad para buscar lugares a donde la revista no ha llegado aún y a personas con responsabilidades en sus comunidades. Por ejemplo: las alcaldías y las autoridades municipales, los dispensarios, hospitales, clínicas y farmacias, los médicos y farmacéutas, las iglesias y sus sacerdotes, los líderes indígenas, los medios de comunicación social locales, los locutores, periodistas, las escuelas, sus directores y maestros, psicólogos, psiquiatras, enfermeras, etcétera. Podemos, cada uno de nosotros, comprometernos a regalar una revista, no sólo a las personas, sino dejarla

en los lugares: central de autobuses, sitios de taxis, aeropuertos, casetas de autopistas, oficinas de correos, puertos, trenes, autobuses... Estamos de acuerdo en que podemos ser capaces de llevar la revista a todos los rincones del país. Desafortunadamente, no en todos los grupos o distritos se cuenta con el comité de la revista y eso disminuye la adquisición de nuestras suscripciones en muchos grupos y los alrededores. Esto no sólo pasa en los grupos que se encuentran en las

comunidades rurales; también sucede en las grandes ciudades. Ampliar los horizontes es buscar, en verdad, todos los rincones del país. Es importante que llevemos la revista a nuestros distritos y grupos. Para cumplir con el objetivo, hay que formar líderes que realicen su servicio con entusiasmo, alegría y amor desprendido, ese que cruza las fronteras y que no espera nada a cambio, tan sólo por el placer de convertirse en medio para transmitir el mensaje.

## **ALGUNAS ACCIONES SUGERIDAS**

- Que se haga conciencia de que la revista comunica el mensaje de Alcohólicos Anónimos.
- Que se motive a que todos los servidores que tengan mínimo dos suscripciones, una de ellas sea para obsequiar en consultorios, peluquerías, bibliotecas, etcétera.
- Que en las reuniones de Información Pública, se coloque un stand de la revista o algunos números, con el fin de que el público en general conozca la revista.
- Que se obsequien las revistas en las radiodifusoras, sugiriéndoles a los locutores que lean una experiencia al aire.
- Que los representantes de distrito asistan a los grupos para mostrar o motivar la adquisición de suscripciones y el uso de la revista.
- Que el grupo le obsequie una suscripción al recién llegado.
- Que los grupos regalen revistas en los Centros de Salud, etcétera.

*Quienes quieran compartir su historial o abordar algún aspecto del programa y no tienen experiencia en la escritura pueden encontrar una guía útil en esta colaboración enviada por un compañero, que por razones de espacio resumimos. No es ésta la única forma, cada quien puede hacerlo a su manera o apoyarse en el Comité de Redacción, siempre dentro de los principios de AA.*



# SU GE REN CIAS

*para desarrollar un artículo*

Fernando R.  
Grupo Caribe, Área Vargas

Muchos sentimos ganas de escribir nuestro historial o manifestar una inquietud respecto a algún aspecto del programa de AA. Pero nos paralizamos. No encontramos cómo hacerlo. Este artículo muestra cómo lo aprendí cuando cursé la materia Lengua y Comunicación, además de apoyarme en otros textos y materiales, que a continuación comparto con ustedes. Las etapas para escribir el artículo son:

- 1 Elaboración del plan previo.
- 2 Desarrollo del plan.
- 3 Reajustes continuos
- 4 Hibernación
- 5 Ajuste final

## **ELABORACIÓN DEL PLAN PREVIO**

Damos el nombre de “plan previo” a un párrafo en el que presentamos la idea a desarrollar. Este primer párrafo debe conte-

ner la idea principal, para el desarrollo del artículo. Luego se redactan dos o tres oraciones o frases que argumenten la idea principal. Hay otras ideas que se adicionan al plan para su desarrollo, dependiendo del objetivo del artículo. Por ejemplo, se elaboran interrogantes relacionadas a las ideas argumentativas. Igual se estila colocar ideas de contrastes, o de consejos, ejemplarizantes y aleccionadoras, que sirven para concluir o cerrar la idea desarrollada dentro de un párrafo.

Para comenzar no perdamos tiempo en decidir la mejor manera de comenzar a escribir la idea principal. De seguro tendremos ganas de modificarla a cada momento. Es mejor escribirla como se nos presenta en nuestra imaginación, ya tendremos la oportunidad de pulirla en la etapa de reajustes. Lo primero es descifrar

nuestra motivación y/o necesidad en una oración o frase, y en otra el estado anhelado o deseado. Estas dos serían respectivamente la oración principal y la de cierre. Entre ambas engloban la idea y el objetivo del artículo. Claro está, necesitamos argumentar los “porqués”. Ejemplo: *llegar a AA salvó mi vida. Ahora soy feliz*

**1** Motivación: “llegar a AA salvó mi vida”. (Idea principal)

**2** Estado adquirido: “Ahora soy feliz”. (Idea de cierre)

Procedemos a argumentar y matizar nuestra motivación con oraciones que darán a nuestro párrafo vitalidad, según nuestro objetivo o intención. Con estas expresiones elaboramos nuestra idea de cierre. Me explico: comenzamos a estructurar el plan previo. Ejemplo: “llegar a AA salvó mi vida” (Idea principal). Una idea repetitiva de la idea principal podría ser: “Casi muero”. Una segunda y tercera oración, ideas secundarias, tienen la función de argumentar la idea principal. Ejemplo: “Mi deterioro físico, mental y espiritual progresaba rápidamente”. Una idea contradictoria podría ser: “Aún con una familia bella y un trabajo bien remunerado, mi actitud era de un ser derrotado”. Se podría adicionar una idea contraste: “conozco familiares y compañeros de trabajo quienes en mis mismas condiciones llevan una vida normal”. Para darle mayor vivencia se podría dar un ejemplo de lo sucedido: “Una vez, en el mismo día, me botaron del trabajo y de mi casa”.

La idea aleccionadora puede redactarse como cierre del párrafo del plan previo, pues es en realidad lo que queremos expresar, la sensación a despertar en el lector, el sentimiento que queremos que

perdure, el motivo por el cual deseo compartir mi experiencia: “pero yo no sabía que estaba enfermo, fue en AA donde reconocí mi problema “. “Ahora soy feliz”.

### *DESARROLLO DEL PLAN PREVIO*

La misma operación para el plan previo, la realizamos ahora con cada una de las oraciones que lo conforman, cada una podrá ser un párrafo derivado, conservando siempre la idea final que queremos expresar. Enumeremos las oraciones constitutivas del plan previo:

**1** Llegar a AA salvó mi vida. Casi muero. (idea principal)

**2** Mi deterioro físico, mental y espiritual progresaba rápidamente. (oración argumentativa)

**3** Aún con una familia bella y un trabajo bien remunerado, mi actitud era de un ser derrotado. (oración contradictoria)

**4** Conozco familiares y compañeros de trabajo quienes en mis mismas condiciones llevan una vida normal. (oración de contraste)

**5** Una vez, en el mismo día, me botaron del trabajo y de mi casa. (idea de ejemplo)

**6** Pero yo no sabía que estaba enfermo, fue en AA donde reconocí mi problema. (oración aleccionadora)

**7** Ahora soy feliz (oración aleccionadora y de cierre).

Por razones de espacio efectuaremos ejemplos sólo con las oraciones 1 y 8. El Plan se desarrolla completamente al concluir el total de párrafos derivados de las oraciones:

Llegar a AA salvó mi vida. Casi muero (principal y repetitiva). Ya me había auto desahuciado. (Argumentativa) Mi vida ya no me pertenecía (argumentativa). Muchas personas temían por mi vida

(argumentativa). Yo creía que los alcohólicos morían sólo de cirrosis, pero no contaba con los accidentes y las riñas (contrataste). Una vez choqué y estuve tres días en cama, otra fui herido en una pelea (ejemplo). Y pensar que siempre brindaba por la alegría de vivir (contradictoria). Después supe de la ausencia de mi sano juicio en cada una de mis imprudencias (lección).

Ahora soy feliz. (Principal). Conozco la alegría de vivir (repetitiva). Haber reconocido mi problema me ayudó a alcanzar este estado (argumento). Mi familia ha recobrado su confianza en mí (argumento). Confío en Dios para mantenerme sobrio y seguir disfrutando de mi nueva vida (argumento). AA ha sido una experiencia enriquecedora (contraste). A ti que lees este artículo, si tienes problemas con tu manera de beber, que Alcohólicos Anónimos es una solución. AA sí funciona. Te esperamos (mensaje y cierre).

### *REAJUSTES CONTINUOS*

No debemos impacientarnos si no logramos escribir de inmediato las frases para dar forma a nuestro propósito, en el

plan previo o en su desarrollo. Sólo se requiere dejar fluir nuestro pensamiento e ir plasmando las ideas como vayan llegando, mientras escribimos, o en otro momento en cualquier otro lugar. Así seguimos construyendo nuestra estructura. Podemos ir tachando y corrigiendo. No importa si se nos ocurre replantear la idea o cambiar el tema.

### *LA HIBERNACIÓN*

Guardamos el escrito por un “tiempito” para analizarlo a luz de otras implicaciones que no percibimos inicialmente. A veces este proceso no es deliberado, y nos pueden llegar ideas mejores o diferentes mientras releemos párrafos que antes consideramos perfectos.

### *AJUSTE FINAL*

Cuando retomes tu escrito podrás percibir una sensación diferente a cuando le diste fin a la primera versión. Tal vez pensarás que no te gusta tanto ahora; suele ocurrir. Si es necesario efectuar cambios, hazlos. Si sólo es una idea perfeccionista, no lo toques y envíalo. Ahora debes practicar. Comienza a escribir tu artículo. El resultado te sorprenderá.



# Doce Preguntas que sólo Usted puede contestar

- 1- ¿Ha tratado alguna vez de dejar de beber durante una semana o más, sin haber podido cumplir el plazo? Si  No
- 2- ¿Le fastidian los consejos de otras personas en cuanto a su forma de beber, le gustaría que dejasen de entrometerse en sus asuntos? Si  No
- 3- ¿Ha cambiado de una clase de bebida a otra con objeto de evitar emborracharse? Si  No
- 4- ¿Se ha tenido que tomar algún trago al levantarse por la mañana durante el año pasado? Si  No
- 5- ¿Tiene envidia de las personas que pueden beber sin meterse en líos? Si  No
- 6- ¿Ha tenido algún problema relacionado con la bebida durante el año pasado? Si  No
- 7- ¿Ha causado su forma de beber dificultades en casa? Si  No
- 8- ¿Trata usted de conseguir tragos "extras" en las fiestas, por temor de no tener suficiente? Si  No
- 9- ¿Persiste usted en decir que puede dejar de beber en el momento que quiera, a pesar de que sigue emborrachándose cuando no quiere? Si  No
- 10- ¿Ha faltado a su trabajo o a la escuela a causa de la bebida? Si  No
- 11- ¿Ha tenido "lagunas mentales"? Si  No
- 12- ¿Ha pensado que llevaría una vida mejor si no bebiera? Si  No

---

¿Respondió SÍ a cuatro o más preguntas? De ser así, es probable que tenga un problema con el alcohol. ¿Por qué decimos esto? Porque miles de miembros de A.A. lo han dicho durante muchos años. La dura experiencia les ha enseñado la verdad respecto a sí mismos. Pero repetimos que solamente usted puede decidir si le parece

Para más información: 0501 SOBRIOS  
0501 7627467

¡Alcohólicos Anónimos sí funciona!

- 1 Admitimos que éramos impotentes ante el alcohol: 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 nuestros defectos.
- 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 al 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 dejase 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 el mensaje a los alcohólicos y de practicar estos principios en todos nuestros asuntos.

# 12 Pasos