

ENFOQUE D-13

ALCOHÓLICOS ANÓNIMOS



Volumen 8

Diciembre 2025

www.distrito13arkansas.com

Historia del Grupo Catarsis, Clarksville, AR

**UN PASO
VITAL HACIA
EL SERVICIO
Y LA
RECUPERACIÓN
POR MEDIO DEL
APADRINAMIENTO**

Séptimo paso en las palabras de un A.A.

**SOBRIEDAD
EMOCIONAL**

Séptima tradición en las palabras de un A.A.



UN PASO VITAL HACIA EL SERVICIO Y LA RECUPERACIÓN POR MEDIO DEL APADRINAMIENTO

Los 91 delegados a la Conferencia de Servicios Generales escucharon la pregunta: ¿Cuántos de ustedes llegaron al servicio de A.A. con la ayuda de un padrino? Todos los 91 delegados levantaron la mano.

Al H., antiguo custodio de Saskatoon, Saskatchewan, Canadá, tiene vivos recuerdos de ese momento en 1978: “Apadrinamos como hemos sido apadrinados,” dice. “Me llevaron a mi primera reunión de servicios apenas tres meses después de lograr mi sobriedad y he participado activamente desde entonces en el servicio.” Como otros muchos miembros de A.A., ya en el comienzo de su experiencia de A.A., Al asimiló el milagro del trabajo de Paso Doce: el compartir el mensaje de A.A. nos ayuda a mantenernos sobrios. Gracias al apadrinamiento atento, Al descubrió las diversas formas en que esta ayuda individual y personal se podría ampliar en la Comunidad para abarcar una variedad cada vez más grande de trabajos de Paso Doce: desde participar activamente en el grupo base hasta servir en el intergrupo local u oficina central, en comités de instituciones y, finalmente en el “servicio general”. Este término comprende las múltiples actividades que hacen los RSG, los comités de área, los delegados, los custodios y los miembros del personal de la OSG dentro de la estructura de la Conferencia. afectan a A.A. en su totalidad y son de una importancia crucial para nuestra unidad y supervivencia.

Al hace notar que “muchos miembros de A.A.—y no solamente los principiantes—no están suficientemente informados sobre A.A. y cómo funciona.” Cree que “Dios nos sonrió cuando nos condujo a la Comunidad. La mano de A.A. estaba allí para nosotros y, según lo veo yo, si queremos que esté allí para nuestros hijos, tenemos que participar activamente en el servicio y ayudar al principiante a hacer lo mismo. Francamente, no sabría cómo apadrinar a una persona que no participa en el servicio. Admiro mucho al Dr. Bob que dijo que, si no adquirimos el espíritu de servicio, perderemos el más preciado regalo que A.A. nos puede ofrecer: la posibilidad de dar nuestra sobriedad a otros y así mantenerla.”

Al, que viaja centenares de millas para asistir a reuniones de servicio, se acuerda de visitar un nuevo grupo hace unos pocos años, acompañado de su ahijado. Se había encargado a una recién llegada de 18 años la tarea de cortar los pepinillos en rodajas; al ver a Al, la joven compañera le pidió que le ayudara; el ahijado la llevó aparte y le dijo que estaba hablando con un custodio. Ella replicó impertérrita, “hay que cortar los pepinillos.” Al los cortó.

David A., antiguo custodio, de Dallas, Texas, dice que “todos a los que yo he apadrinado han acabado participando en servicio. No es obligatorio, le digo al recién llegado, pero es más que una mera sugerencia. Les digo también que los Doce Pasos son solamente la tercera parte de nuestro legado; también tenemos las Doce Tradiciones y los Doce Conceptos para el Servicio Mundial. Es un programa de 36 puntos.” Además, les sugiere que lean el Libro Grande (“te vas a encontrar a ti mismo”) y A.A. llega su mayoría de edad (vas a tener tanto amor para con A.A. que no te irás nunca, querrás quedarte y desarrollarte.”) “Me inició en el servicio un antiguo delegado que quería asistir a la Cena de Bill W. en 1967,” David nos cuenta.

“El mismo Bill firmó mi ejemplar de Como lo ve Bill. Conocí a gente que participaba en el servicio y seguía volviendo a hacerlo una y otra vez. Serví como RSG, MCD, delegado, coordinador de área, RGv de área, y de lo que fuera. Y en cada uno de estos puestos serví también como suplente, antes de ser custodio general de los EE. UU. Y ahora participo aún más activamente que al principio. Asisto a las conferencias estatales, organizo reuniones sobre las Tradiciones y los Conceptos y, por supuesto, me esfuerzo por interesar a los recién llegados en el servicio en cada oportunidad que se me presente.

George D., antiguo custodio, de Tiburón, California, comenta: “Cuando llegué a A.A. tuve muchas recaídas. Finalmente, después de lograr dejar de beber, mi padrino y otros veteranos me dijeron que yo era el tipo de borracho que tendría que ser activo para poder mantenerse sobrio. Hice caso de lo que me dijeron y he seguido haciéndolo los últimos 26 años. El servicio forma parte de mí.”

Durante los 11 primeros años, dice George, “participaba activamente en todos los aspectos del servicio, con excepción de los servicios generales, porque me parecía que yo no encajaría entre los servidores de ese tipo. Mi amigo más íntimo de A.A. participaba activamente en los servicios generales, pero yo creía que esto no era sino una excentricidad—en todo lo demás era un hombre simpático y cosmopolita. Finalmente, me arrastró con él a algunos eventos y acabé sirviendo como delegado en 1975. Una vez, cuando estaba hablando con Bob H., que en aquel entonces estaba a punto de jubilarse del puesto de gerente de la OSG, puse en duda mis propios motivos para hacer el trabajo de servicio: ¿lo hacía por amor a A.A. o porque quería recibir el reconocimiento y la aprobación? Bob, como respuesta, me citó unas palabras de Bernard Smith, antiguo custodio no alcohólico y presidente de la Junta de Servicios Generales que dijo refiriéndose a Bill W. ‘Nunca en la historia ha hecho tantas grandes cosas un hombre con motivos tan dudosos.’ Con la ayuda de Bob, me di cuenta de que, si esperara a ser ‘puro’ antes de hacer nada, tendría que esperar toda la vida.” George es de la opinión de que el trabajo de servicio general puede que no sea para todos. “En vez de presionarlos para hacerlo,” sugiere, “creo que debemos guiarlos con nuestro ejemplo. Tenemos que tratarnos, unos a otros, en el servicio con la misma sensibilidad que aportamos a la recuperación.”

**Extracto de Material de servicio de la Oficina de Servicios
Generales
SM F-110SP**

LA PROXIMA FRONTERA: SOBRIEDAD EMOCIONAL

En este artículo queda resumida la esencia de una carta que Bill escribió a un amigo íntimo que también sufría de depresiones molestas. (enero de 1958)

Creo que muchos de los veteranos que han puesto a dura y venturosa prueba nuestra "curación alcohólica," todavía se encuentran faltos de sobriedad emocional. Tal vez se verán en la vanguardia del próximo progreso importante en Alcohólicos Anónimos - el desarrollo de más madurez y equilibrio verdaderos (es decir, humildad) en nuestras relaciones con nosotros mismos, con nuestros compañeros y con Dios. Estos deseos adolescentes de aprobación incondicional, seguridad total, y amor perfecto que tantos de nosotros tenemos, deseos completamente apropiados a la edad de 17 años, nos crean una forma de vida imposible de vivir a la edad de 47 o 57 años.

Desde que Alcohólico Anónimo empezó, yo he sufrido tremendos golpes en todas estas esferas debido a no haber madurado emocional y espiritualmente. Dios mío, qué penoso es seguir exigiendo lo imposible y qué sumamente penoso es descubrir, finalmente, que desde el principio habíamos puesto el carro delante del caballo. Luego nos viene la angustia final al ver lo tremendamente equivocados que habíamos estado, y lo incapaces que aún somos, no obstante, de escapar de ese tiovivo emocional.

Cómo traducir una apropiada convicción mental en un apropiado resultado emocional y así en una vida tranquila, feliz y agradable - bueno, esto no es únicamente un problema de los neuróticos, es un problema que la vida misma nos presenta a todos los que hemos llegado a tener una sincera disposición a aferrarnos a los principios apropiados en todos nuestros asuntos.

Aun cuando nos esforzamos por aferrarnos, puede que la paz y la alegría sigan eludiéndonos. Y este es el punto al que hemos llegado tantos veteranos de Alcohólicos Anónimos. Y es un punto literalmente infernal. ¿Cómo se puede armonizar nuestro inconsciente - de donde surgen todavía tantos de nuestros temores, obsesiones y falsas aspiraciones - con lo que realmente creemos, sabemos y queremos? Nuestra principal tarea es cómo convencer a nuestro mudo, rabioso y oculto "Sr. Hyde".

Recientemente he llegado a creer que esto se puede conseguir. Lo creo así porque he visto a muchos compañeros, gente como tú y yo, que andaban tanto tiempo perdidos en las tinieblas, empezar a obtener resultados. El pasado otoño, la depresión, sin tener ninguna causa racional, casi me llevó a la ruina. Empecé a temerme que fuera a pasar otro largo periodo crónico. Teniendo en cuenta las angustias que he pasado con las depresiones, no era una perspectiva muy prometedora.

Seguía preguntándome a mí mismo, "¿Por qué los Doce Pasos no sirven para liberarme de la depresión?" Hora tras hora, tenía la mirada fija en la Oración de San Francisco: Es mejor consolar que ser consolado." Aquí tenía la fórmula. ¿Porqué no funcionaba?

De repente, me di cuenta de lo que había de malo. Mi defecto principal y característico siempre había sido el de la dependencia - de una dependencia casi absoluta - de otra gente o de las circunstancias. Siempre había contado con que me proporcionaran el prestigio, la seguridad, y cosas similares.

Al no conseguir estas cosas tal y como las quería y conforme con mis sueños perfeccionistas, yo había luchado por tenerlas. Y cuando me vino la derrota, me sobrevino la depresión.

No tenía la menor posibilidad de convertir el amor altruista de San Francisco en una feliz y practicable manera de vivir hasta que no se extirparan esas dependencias funestas y casi absolutas.

Por haber hecho en los años pasados algunos pequeños progresos en plan espiritual, vi revelado como nunca, lo absolutas que eran esas dependencias espantosas. Reforzado por la gracia que podía encontrar en la oración, me encontré obligado a valerme de toda la voluntad y fuerza de las que disponía para extirpar esas defectuosas dependencias emocionales de otra gente, de Alcohólicos Anónimos - para decir verdad, de cualquier circunstancia o cualquier cosa. Únicamente al lograrlo, sería libre de amar como San Francisco. Llegué a darme cuenta de que las satisfacciones emocionales e instintivas nos vienen como dividendos de sentir el amor, ofrecer el amor, y expresar un amor apropiado para cada relación de nuestra vida.

Claro estaba que no podría aprovechar el amor de Dios mientras no pudiera devolvérselo a Él, amando a mis prójimos como Él quería que yo hiciera. Y esto no lo podría hacer mientras siguiera siendo víctima de falsas dependencias.

Porque mi dependencia significaba exigencia - una exigencia de apoderarme de la gente y de las condiciones que me rodeaban y de controlarlas.

Extracto del libro
Lenguaje del corazón

RESEÑA DEL GRUPO CATARSIS, CLARKSVILLE, AR.

En el año del 2012 Graciela B. y Jesús C. radicados en Clarksville, Ar. asisten a las reuniones del grupo Aquí me quedo la vecina ciudad de Russellville, AR, para después hacerse conciencia de dicho grupo. En junio de ese mismo año invitan a un servidor asistir a dichas reuniones para formar parte también del grupo Aquí me quedo. Por algún tiempo militamos en dicho grupo. Un buen día la compañera Graciela, externa la idea de abrir un grupo en Clarksville al fin ya éramos tres compañeros. Un poco temerosos, el compañero Adrián y yo decidimos apoyar dicha idea. Asistimos a una junta del Distrito 13 para informarnos y pedir apoyo para la apertura del grupo. Y es así como un 26 de mayo del año 2013 en la ciudad de Clarksville, Arkansas, se abre el grupo Catarsis, congreo miembros de conciencia y sesionando toda la semana

Paradójicamente el grupo Gratitude de la ciudad de Hot Springs cierra sus puertas y decide apoyar al nuevo grupo con el mobiliario y algún material didáctico.

Por cuestiones laborales los compañeros Jesús y Graciela cambian de residencia y previo a esto se integra al grupo el compañero Elio y después el compañero Gabriel. Cabe hacer mención que con apoyo del Distrito se logra registrar el grupo en las oficinas centrales de AA. A lo largo de tener las puertas abiertas se han integrado nuevos miembros y a también se han ido. Actualmente somos seis miembros de conciencia y algunos compañeros que nos visitan periódicamente.

Para la junta de apertura se cuenta con la presencia de la mayoría de los grupos del estado y del Grupo Renovación de Tulsa, Ok. Gracias a un Poder Superior y la constancia de los compañeros se ha mantenido abierto el grupo y pasar el mensaje de Alcohólicos Anónimos.

Ramón
Grupo Catarsis, Clarksville, AR

Séptimo Paso, en las palabras de un A.A.

“Humildemente le pedimos que nos liberara de nuestros defectos.”

Uno de los grandes desafíos con los cuales nos enfrentamos al intentar dar este paso es la falta de humildad para pedir ayuda, humildad para admitir nuestras faltas e imperfecciones dejar el orgullo y autosuficiencia a un lado y pedirle a Dios que nos libere de nuestros faltas defectos de carácter los cuales nos han causado tanto daño, es sumamente importante haber establecido un contacto consciente con Dios conocerle y esforzarnos por mantener esa relación para pedirle a Él que nos libere de nuestros propio encadenamiento y así poder hacer su voluntad

Cuando estamos listos a dar este paso decimos algo como:

“Creador mío, estoy dispuesto a que tomes todo lo que soy, bueno y malo. Te ruego que elimines de mi cada uno de los defectos de carácter que me obstaculizan en el camino para que logre ser útil a Ti y a mis semejantes”.

Rudy V.

Grupo Fin y Principio, Fort Smith, AR



SÉPTIMA TRADICIÓN

¿Alcohólicos que se sostienen así mismos?
¿Quién ha oído semejante cosa?



Séptima Tradición, en las palabras de un A.A.

“Cada grupo de A.A. debe mantenerse completamente a sí mismo, negándose a recibir contribuciones de afuera.”

Es sugerido que los grupos se autofinancien con las aportaciones voluntarias de sus miembros para cubrir sus gastos (alquiler, café, literatura, contribuciones a entidades de servicio, etc.), manteniendo su independencia y evitando influencias externas, asegurando así su integridad y unidad. Los grupos no deberían de depender de donaciones externas ni de miembros que no participan activamente como miembros de A.A. para así evitar controversias y voluntades mal intencionadas hacia nuestra comunidad. Las contribuciones aparte de que nos sirve para mantener nuestro grupo abierto para esperar al borracho que todavía anda sufriendo (como yo fui producto de esta séptima tradición porque el grupo estuvo abierto cuando yo lo necesité) es también para ayudar a pasar el mensaje y a través de nuestras contribuciones al distrito, área, OSG y otras entidades de servicio, que tal vez nosotros no vamos a ver cómo se usa el dinero y quien se va a recuperar con ese dinero, muchas veces solo queremos ver recuperado al borracho que llega a nuestro grupo, pero muchas veces es solo para agrandar nuestro ego, contribuir en la séptima sin saber a quién va a ayudar es espiritualidad.

Los miembros contribuyen según sus posibilidades, ya sea en efectivo o a través de métodos digitales y algunas veces miembros deben de aportar por lo miembros que no tiene forma de dar aportaciones en ese momento y eso es parte de la espiritualidad del programa.

Cuando participas en la Séptima Tradición te da sentido de pertenencia, te crea felicidad si lo das de corazón, sabes que estas contribuyendo para algo que a ti te ayudo a salir de las tinieblas y además esto se retribuirá con sobriedad, sano juicio, bienestar familiar, salud y tal vez económicamente.

Es sugerido que todo grupo y entidad de servicio mantenga una reserva prudencial para en caso de emergencias, la reserva prudencial es el dinero que se mantiene separado de la séptima regular por si las contribuciones bajan y no se puede pagar los servicios básicos (renta, luz, agua, gas, etc.) de dicha entidad de servicio para que siga funcionando y el monto de dinero depende de las necesidades y tamaño de la entidad de servicio.

La Séptima Tradición va ligada al Séptimo Paso porque es uno de nuestros defectos de carácter (avaricia) que debemos de trabajar dentro de nuestro programa de recuperación, y liberarnos de los miedos de escasez a través de tener fe en Dios como nosotros lo concebimos. También va ligado con el Séptimo Concepto de servicio donde los custodios (parte legal de A.A.) hacen el presupuesto de nuestro dinero basado en los diferentes servicios que ofrece A.A., pero si no es aprobado por la conferencia de servicios generales (delegados de las áreas, la parte tradicional de A.A.) el presupuesto no es aprobado y es así como se mantiene nivelado el poder del dinero en A.A.

Carlos G.

Grupo 16 de Julio Renovación, North Little Rock, AR.

En un baile...

-Negra, bailamos?

-No!!

-Por que?

-Por 4 razones:

1) Usted esta borracho:

2) Esto es un velorio;

3) El "Ave Maria" no se baila;

4) No soy "Negra", soy el sacerdote!



GRUPOS DE ALCOHÓLICOS ANÓNIMOS EN ESPAÑOL DE ARKANSAS

GRUPO 16 DE JULIO

"RENOVACION"

4720 Camp Robinson Rd. Suite C

North Little Rock, AR 72118

Miércoles a Lunes

7:00 p.m. - 9:00 p.m.

(501) 563-0700 / (501) 952-5034 / (501) 413-3284

(501) 838-4322 / (501) 347-9663

GRUPO NUEVA AMISTAD

6602 Baseline Rd. Suite A

Little Rock, AR 72209

Lunes a Domingo

7:00 p.m. - 9:00 p.m.

(501) 213-9666 / (501) 478-8630

(501) 336-1291

GRUPO NUEVO AMANECER

1803 S. 8th St. Suite 2

Rogers, AR 72756

Lunes a Domingo

7:00 p.m. - 8:30 p.m.

(479) 270-8039 / (479) 721-1623 / (479) 276-0104

GRUPO SERENIDAD

2505 N. 17TH St. Suite 403

Rogers, AR 72756

Lunes a Domingo

8:00 p.m. - 9:30 p.m.

(479) 270-9370 / (479) 295-6923 / (479) 899-7993

GRUPO FE Y ESPERANZA

402 S Thompson St. suite 5B

Springdale, AR 72764

Lunes a Domingo

7:30 p.m. - 9:00 p.m.

(479) 770-3140 / (479) 790-7295

GRUPO FIN Y PRINCIPIO

1121 North S St. Fort Smith, AR 72904

Lunes - Sábado 7:00 p.m. - 8:30 p.m.

Domingo 10:00 a.m. - 11:30 a.m.

(479) 403-9892

GRUPO AQUÍ ME QUEDO

1019 S Arkansas Av.

Russellville, AR 72904

Viernes - Sábado 7:00 p.m. - 9:00 p.m.

Domingo 4:00 p.m. - 6:00 p.m.

(479) 477-2719 / (479) 280-8734

GRUPO CATARSIS

207 E. Main St. Clarksville, AR 72830

Viernes y Sábado 7:00 p.m. - 9:00 p.m.

Domingo 6:00 p.m. - 8:00 p.m.

(479) 647-1817 / (479) 774-3230

GRUPO MI ULTIMA

OPORTUNIDAD

2000 Central Ave. Hot Springs, AR 71901

Lunes - Miércoles - Viernes

7:00 p.m. - 9:00 p.m.

(501) 412-6720 / (501) 276-9338

(501) 681-0856

GRUPO FELIZ AMANECER

3816 E Highland Dr. Jonesboro, AR 72941

Martes - Jueves

7:00 p.m. - 9:00 p.m.

(870) 243-7484

GRUPO BUNKER

105 E Alpine U24 (Segunda planta)

Siloam Springs, AR 72209

Martes - Jueves - Domingo

7:30 p.m. - 9:00 p.m.

(479) 320-9098

GRUPO 12-12 EN ACCION

6602 Baseline Rd. Suite D

Little Rock, AR 72209

Lunes a Domingo

7:00 p.m. - 9:00 p.m.

(501) 707-8146

GRUPO UN DIA A LA VEZ

1000 Holcomb St.

Springdale, AR 72764

Lunes a Domingo

7:00 p.m. - 9:00 p.m.

(479) 685-5999

GRUPO UNA LUZ DE ESPERANZA

1500 Main St. Van Buren, AR 72956

2 do. Piso

Lunes a Sabado

7:00 p.m. - 8:30 p.m.

(479) 522-0150 / (408) 509-2293



**Fotografía del Primer Encuentro Hispano de
Alcohólicos Anónimos en Arkansas**

PARA SUGERENCIAS O COLABORACIONES

Carlos G. (501) 347-9663 / cagz74@sbcglobal.net

Rudy V. (479) 414-8405 / cusuco59@gmail.com