Diciembre, 2024

ENFOQUE D-13

ALCOHÓLICOS ANÓNIMOS

¿CUÁLES SON LAS DOCE TRADICIONES Y POR QUÉ SON TAN IMPORTANTES?

EL DISTRITO Y SU MIEMBRO DE COMITÉ DE DISTRITO M.C.D.

Historia del Grupo Fin y Principio de Fort Smith, AR.

La historia de un A.A.

3 er. Paso y 3 era. Tradición en las palabras de un A.A.

Mensaje navideño de Bill W:

Lois y yo nos unimos para enviar a los A.A. de todo el mundo nuestro más cálido afecto en esta época navideña. Estarán de acuerdo en que los A.A. somos unas de las personas más afortunadas del mundo hoy en día. Por la gracia de Dios hemos recibido una oportunidad sin igual de vivir, servir y amar.

Hay cosas que no se pueden comprar con el dinero. Un A.A. tiene amor, amistad, una oportunidad de contribuir y aportar al mundo, un sentimiento de pertenencia y un deseo de crecer en A.A. para no tener que tomar la primera copa.

Al contemplar las luces de Navidad podemos contemplar toda la iluminación que nos han traído los 12 Pasos; cómo ahora somos 'parte' de una comunidad mundial y estamos empezando a sentir la unidad con nosotros a través de nuestras 12 Tradiciones.

"Nunca más tendremos que estar solos, nunca más tendremos que tomar una copa más, al menos hoy.

Extraído de Box 4-5-9 Holiday Issue 1967 Vol. 12 No.6

Volumen 4

www.distrito13arkansas.com

ENFOQUE D-13

EL DISTRITO Y SU MIEMBRO DE COMITÉ DE DISTRITO

DOS TIPOS DE DISTRITOS

Distrito geográfico Es el tipo de distrito más común. La cantidad de grupos en un distrito se determina en función de la cantidad de estos con los que él o la miembro de comité de distrito (MCD) pueda mantenerse en contacto, conocer sus problemas y encontrar formas de contribuir a su crecimiento. Se podrían redefinir los límites de un distrito si la cantidad de grupos aumentara o se redujera significativamente.

Distrito lingüístico Para promover la participación de la mayor cantidad de grupos posible, algunas áreas incorporan distritos lingüísticos dentro de su estructura, los cuales están conformados por grupos que realizan reuniones en idiomas distintos del inglés, como francés, español, polaco, vietnamita y lenguaje de señas americano. En general, tienen un MCD o una persona de enlace bilingüe. Los límites de estos distritos pueden ser distintos de los límites convencionales del distrito geográfico.

SIGNIFICADO DEL PUESTO DE MCD

La función del miembro de comité de distrito, o MCD, es crucial en los servicios generales. Mientras que el RSG es la voz de un grupo, el MCD es la voz de un distrito. Cada distrito necesita a una persona que lo lidere. Los RSG contarán con el MCD para que los guíe en su puesto y en el servicio a sus grupos. También esperarán que el MCD lidere la formación de una agenda de actividades para el distrito. Querrán sentir inspiración y motivación, pero no que les digan qué hacer.

Un MCD que puede dejar de lado sus propias opiniones para oír y apoyar a los RSG del distrito, y, para comprender y desarrollar la conciencia de los grupos del distrito, pone en práctica dos importantes principios de liderazgo en AA: liderar con el ejemplo y servir con humildad.

El MCD conoce las opiniones, deseos y necesidades de los grupos del distrito de diferentes maneras. En muchos distritos se asigna un tiempo en las reuniones para que los RSG informen sobre lo que ocurre en su grupo. De esta manera, el MCD puede oírlos y hacer preguntas y sugerencias (además de hacer un seguimiento para saber si las sugerencias fueron de ayuda).

A su vez, el MCD aprende de los grupos cuando los visita y se comunica directamente con ellos. Allí, el MCD funciona como recurso y no como reemplazo del RSG. En caso de que un grupo no tenga un RSG, el MCD puede abrir un canal de comunicación, lo cual puede estimular el interés del grupo por tener un RSG propio.

Todo lo que el MCD aprenda conformará la conciencia del distrito. Al ser miembro del comité de área, el MCD puede expresar la conciencia del distrito en las asambleas de área de las siguientes maneras:

- Haciendo preguntas y sugerencias acerca de las cuestiones que conciernen al área y proponiendo nuevas ideas, como una nueva manera de llevar el mensaje de recuperación o una posible revisión a algún artículo de literatura de AA.
- Comunicando al delegado la conciencia del distrito sobre cuestiones que se llevarán a la Conferencia de Servicios Generales, de manera que tenga presente la conciencia del distrito.
- Votando a los servidores de confianza del área, incluido el puesto de delegado, y sobre las actividades y los presupuestos del área.

INTEGRANTES DEL COMITÉ DEL DISTRITO

El comité del distrito suele estar conformado por: • los RSG actuales de los grupos que pertenecen al distrito; • el MCD elegido por los RSG del distrito, y, • el MCD suplente elegido por los RSG del distrito. El distrito y su miembro de comité de distrito Cada RSG tiene un voto en las cuestiones del distrito y en las elecciones del distrito. Cada distrito decide si el MCD y su suplente podrán votar o no. Algunos distritos forman comités permanentes o ad hoc para llevar a cabo tareas específicas. (Consulte la definición de "comité ad hoc" en el Glosario de términos). Según el distrito y el tipo de comité, los coordinadores del comité pueden ser elegidos por el distrito o designados por el MCD. La conciencia de grupo determina quién podrá votar y quién no. Muchos comités establecen puestos adicionales para servir en el comité del distrito. Entre ellas se encuentran:

- el tesorero del distrito;
- el secretario del distrito, y,
- los coordinadores del distrito.

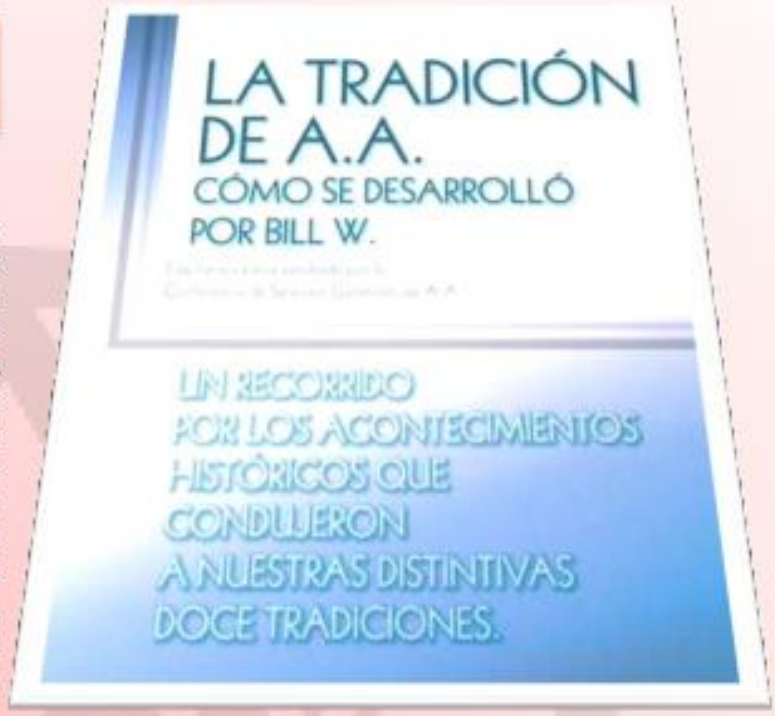
REQUISITOS PARA SER MCD

La experiencia de la Comunidad indica que el MCD debería:

- haber servido en el puesto de RSG;
- tener al menos cuatro o cinco años de sobriedad;
- estar familiarizado, tanto con las Doce Tradiciones como con los Doce Conceptos;
- tener el tiempo y la energía para servir bien al distrito;
- ser capaz de liderar, respetando la conciencia del distrito;
- tener una dirección de correo electrónico u otra manera sencilla de mantener contacto con los RSG y otros miembros, y,
- conocer las páginas web de la OSG y del área.

Extracto del manual de servicio de A.A.

¿CUÁLES SON LAS DOCE TRADICIONES Y POR QUÉ SON TAN IMPORTANTES?



En este programa de crecimiento espiritual diario, encontramos una manera de evitar una muerte tal vez larga, lenta y dolorosa; solos y en nuestra adicción, a medida que progresamos en este programa, a medida que progresamos en este camino espiritual, llegamos a algunas conclusiones naturales sobre la recuperación de un estado de mente y cuerpo aparentemente desesperanzado. Nos dimos cuenta de que vivir libres cada día significaba que teníamos que aprender a practicar el principio de humildad. Nos dimos cuenta de que para que el miembro individual tuviera más posibilidades de sobrevivir a la enfermedad de la adicción al alcohol, tenía que haber una fuerte conexión entre nuestro vital crecimiento espiritual y el propósito principal del grupo al que el individuo se convirtió en miembro.

Cuán agradecidos estábamos al descubrir que los alcohólicos habían vuelto a abrir un camino para que lo siguiéramos. A menudo decimos en broma: **"Los pasos nos proporcionaron una manera de no matarnos. Las Tradiciones nos proporcionaron una manera de no matarnos unos a otros "**. Estas Tradiciones son una progresión natural de los principios que se nos proporcionan en los Doce Pasos. Cuando seguimos a fondo el camino de todos los Pasos y comenzamos a aplicarlos en todas las áreas de nuestra vida, encontramos su aplicación práctica manifestada como las Tradiciones. Los Pasos son una manera para que el alcohólico individual sobreviva a su alcoholismo. Las Tradiciones son una manera para que los grupos dentro de una comunidad de Alcohólicos Anónimos. no se destruyan a sí mismos.

Los Pasos eran una manera de reducir nuestros egos de tal manera que Dios pudiera estar presente en nuestras vidas. La violación de estas Tradiciones es un claro indicador de que nuestros egos están empezando a reafirmarse. Son señales claras de advertencia sobre cómo nuestros respectivos egos pueden quedar atrapados en una trampa. Cuando nuestros egos se hinchan, nuestra sobriedad se vuelve inestable. La forma en que cada tradición aborda estas trampas del ego es un tema demasiado extenso para estas breves palabras y se puede abordar en artículos específicos de cada Tradición. El estudio y la práctica de estos principios nos ayuda a alcanzar la humildad necesaria para seguir el ritmo de la progresión de nuestra enfermedad espiritual. Sin ese crecimiento esencial nuestra enfermedad espiritual comenzó a dominarnos de nuevo, la obsesión regresó y la pérdida de la sobriedad estaba asegurada. Hemos llegado a ver como los Pasos salvan vidas y como las Tradiciones sustentan vidas.

Es importante que comprendamos la gravedad de estas Tradiciones y honremos la forma en que nos fueron otorgadas. Los alcohólicos aprendieron estas lecciones de la manera difícil, a fuerza de experiencia. La pérdida de sobriedad es lo que siguió cuando no siguieron este humilde modo de vida. Antes de que se publicaran las Tradiciones, muchos grupos estaban solos. Operar sin un propósito definido se hizo difícil. Los problemas externos comenzaron a causar estragos en los primeros grupos de A.A. Muchos grupos fracasaron dando como resultado que muchos hombres y mujeres murieran en su alcoholismo. ¿Cuántos alcohólicos más murieron porque no había ningún grupo al que pudieran ir por una solución a la enfermedad fatal del alcoholismo? Las lápidas de innumerables alcohólicos que se embriagaron hasta la muerte conmemoran las lecciones de estas 12 Tradiciones. Nuestra falta de adhesión a estos principios sólo sirve para pisotear sus tumbas y deshonra el sacrificio que hicieron. Nuestra experiencia es que estos principios espirituales no están obsoletos, pero siguen siendo necesarios para la función saludable de un grupo de A.A.

Opinión de Carlos G.
Grupo 16 de Julio "Renovación" North Little Rock, AR.

ENFOQUE D-13

Diciembre, 2024

EXPERIENCIA DE UN MIEMBRO DE ALCOHÓLICOS ANÓNIMOS

Crecí en un ambiente rodeado de alcohólicos, muchos miembros de mi familia padecían esta terrible enfermedad por esta razón mi primer contacto con el alcohol fue a los seis años recuerdo que fue pulque una bebida alcohólica tradicional mexicana que se elabora del maguey, mi primera impresión fue decepcionante no me gusto su sabor para nada.

A los 18 años me mudo a la ciudad de Chicago y fue ahí donde el alcoholismo de una forma rápida y explosiva comenzó a hacer estragos en mi vida, recuerdo que mi primera borrachera fue en un club donde con engaños mis amigos me llevaron a jugar billar, yo nunca había jugado billar y mis amigos organizaron una dinámica donde el que perdía pagaba la ronda de bebidas, casualmente yo nunca perdí un juego esa tarde, terminé embarrachándome ese fue el comienzo de mi carrera alcohólica.

Recuerdo que bajo los efectos del alcohol mis resentimientos, traumas y miedos surgían me atormentaban y de una forma abrupta se apoderaban de mí y tomaban control de mi personalidad sintiendo enojo contra todo y todos esta actitud me llevo a tener muchos problemas especialmente con la ley al grado de completar siete infracciones manejando bajo la influencia del alcohol (DUI) a raíz de esto el juez de una corte me mando a Alcohólicos Anónimos por firmas, en mi último arresto por DUI después de ser puesto en libertad me encontré caminando por las calles solitarias a altas horas de la noche al verme solo y derrotado me hice una sola pregunta : " es esto lo que quiero para mi vida"? y como un rayo la respuesta me llego, ¡Necesito buscar ayuda!

Y fue así como un veinticuatro de junio 1994 dejo de beber, llego al grupo Alborada de Watsonville CA, y mi primera impresión de este grupo no fue tan buena fue desilusionante al ver todos los problemas y controversias que se daban al seno de este grupo. Meses después un compañero me invita a visitar al grupo Fin y Principio de Watsonville CA y en este me sentí cómodo, alegre y aceptado y me converti en conciencia de este grupo me di cuenta de que dentro del programa podía liberarme de mis ataduras, miedos, resentimientos y trabajar con mi propia recuperación

El programa de AA me ha permitido conocerme a mí mismo, despacio y paso a paso yo y toda mi familia hemos disfrutado de mi sobriedad de mi recuperación. sigo trabajando para controlar mi temperamento y poder tener cierta gobernabilidad en mi vida.

¡¡¡Alcohólicos Anónimos ha sido UNA MARAVILLA EN MI VIDA!!!

José Juan Ch. del Grupo Fin y Principio Fort Smith, AR.

Como nace el Grupo Fin y Principio Fort Smith, AR.

A finales del año 2008 y comienzos de 2009 un compañero y yo tuvimos la motivación de abrir un grupo en la ciudad de Fort Smith por nuestra propia necesidad, asistíamos a reuniones en inglés y luego un miembro nos dio la oportunidad de reunirnos en un pequeño cuarto que él ocupaba como oficina, fue un comienzo difícil porque no teníamos el conocimiento y la experiencia. Uno de los primeros obstáculos fue la falta de apoyo y la parte económica ya que laboralmente no andábamos muy bien mi compañero y yo.

Decidimos lanzarnos a visitar a los grupos y pedir apoyo y fue así como en una de esas visitas a los Grupo Tulsa y Renovación los compañero nos ayudaron económicamente y apadrinaron acerca de los pasos a seguir para la apertura de nuestro grupos también recibimos ayuda de la intergrupal anglo del distrito 4 la cual nos facilitó literatura, fue así como un 01 de Marzo de 2009 después de elegir por votación el nombre ya que contábamos con dos propuestas (Alborada y Fin y Principio) quedando como ganador Fin Y Principio celebramos por primera vez una junta cerrada de AA en nuestro propio local la apertura oficial del grupo fue el 09 de Marzo 2009 donde muchos compañeros de varios grupos nos acompañaron una de las primeras dificultades que enfrentamos fue la falta de membrecía pasados los tres años el grupo comenzó a florecer y los nuevos miembros comenzaron a llegar, al principio se nos hizo difícil por el desconocimiento de los procedimientos y tradiciones queríamos integrarnos a la estructura de AA de EEUU y Canadá pero no sabíamos cómo, pero poco a poco la comunidad de AA en Español en Arkansas fue creciendo hasta ser la sede de la primera reunión para formar el distrito y a través de este nos hemos (todos los grupos) incorporado a la estructura de AA en EEUU y Canadá

A ver sido parte del nacimiento del grupo Fin y Principio ha sido una experiencia gratificante en mi vida a pesar de las altas y bajas especialmente para mantener el grupo abierto creo fielmente que un Dios Amoroso se manifiesta y nos protege con su manto sagrado porque siempre hemos salido adelante a pesar de los desafíos.

José Juan Ch. del Grupo Fin y Principio Fort Smith, AR.

ENFOQUE D-13

Diciembre, 2024

Tercer Paso, en las palabras de un Alcohólico Anónimo

"Decidimos poner nuestras voluntades y nuestras vidas al cuidado de Dios, como nosotros lo concebimos."

El tercer paso nos habla de la acción positiva solo así podemos eliminar la obstinación la cual no permite la entrada de Dios en nuestras vidas, cuando llegamos al programa de Alcohólicos Anónimos la mayoría de los alcohólicos llegamos resentidos con Dios por no habernos concedido el milagro de la sobriedad, la autosuficiencia, ego y soberbia hace creer al alcohólico que no depende de nadie y nada, solo de sí mismo y eso nos lleva a tocar un fondo. Al momento de cruzar la puerta de un grupo de Alcohólicos Anónimos y estar dispuesto a trabajar en ese tercer paso con la convicción de quedarnos y empezar a poner nuestras vidas y voluntades al cuidado de Dios y de Alcohólicos Anónimos llegamos a la decisión de confiar en Dios y actuar según su voluntad. Comprenderemos la importancia de este tercer paso ya que con la ayuda de Dios. nos dará la fuerza para poder trabajar con nosotros mismos, para examinar nuestras vidas, hacer las reparaciones necesarias poner en sus manos todos nuestros defectos y lo más importante poder liberarnos de ellos, nos dimos cuenta que Dios era la única dependencia que podíamos tener, sin embargo debemos de estar siempre vigilantes ya que la obstinación puede hacerse presente y cualquier progreso que se haya logrado lo puede estropear, pero si esto sucede debemos levantarnos con más fervor, buscar nuevamente la dependencia de Dios y Alcohólicos Anónimos.

¡Y es así como la constante practica del tercer paso nos devuelve la FE! Que por nuestro alcoholismo y autosuficiencia habíamos perdido.

Opinión de José C.
Grupo Fin y Principio, Fort Smith, AR.

Ahora estoy abierto a aceptar todo lo que la vida me traiga, porque sé que, al vivir según los principios de A.A. de amor, tolerancia, servicio y sobriedad, cada día es una oportunidad de hacer y ser mejor para mí y para los demás.

Anónimo.

Tercera tradición, en las palabras de un Alcohólico Anónimo

"El único requisito para ser miembro de A.A. es querer dejar de beber."

Nuestra tercera tradición es el capítulo de la libertad individual.
Nosotros los alcohólicos hemos sido personas retraídas, algunas veces estuvimos prisioneros de la sociedad o prisioneros de nosotros mismos.
Esta tradición nos dice no importa quien seas llámese doctor vagabundo, sacerdote, drogadicto, empresario etc. tú puedes ser miembro de nuestra sociedad. No podemos impedirte la entrada por muy retorcido o violento que seas, sólo queremos que tengas la misma gran oportunidad de lograr la sobriedad que nosotros hemos encontrado.
La tercera tradición me da la libertad de tomar la decisión si quiero pertenecer a la sociedad de Alcohólicos Anónimos, nadie puede decidir por mí, está es una decisión personal.

La tercera tradición me da la libertad de tomar la decisión si quiero pertenecer a la sociedad de Alcohólicos Anónimos, nadie puede decidir por mí, está es una decisión personal.

Esta es la única sociedad que incluye todo tipo de personalidad concebible y que atraviesa todas las barreras de raza, religión afiliación política e idiomas.

Nosotros los que padecemos del alcoholismo hemos estado resentidos con la religión, la sociedad, la medicina y la ciencia es por lo que no podemos poner reglas para pertenecer a la sociedad de Alcohólicos Anónimos.

Así que eres miembro desde el momento en que tú lo digas.

Opinión de Milton G.
Grupo Serenidad Rogers, AR

ENFOQUE D-13

Diciembre, 2024

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) 707-8146 / (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) 414-8405 / (516) 524-1193 / (479) 650-2487

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

CALENDARIO DE ACTIVIDADES

Plenaria del Área 4
1/4/2025 y 1/5/2025
Russellville, AR.

XIV Aniversario
Grupo Nueva Amistad
1/11/2025
Little Rock, AR.

Plenaria de Distrito 13
1/19/2025
Clarksville, AR.

XXVI Aniversario
Grupo Nuevo Amanecer
1/25/2025 Rogers, AR.

FE

DIOS COMO NOSOTROS LO CONCEBIMOS: EL DILEMA DE LA INCREDULIDAD

Abril de 1961

La frase, "Dios, tal como lo entendemos» es quizás la expresión más importante que podemos hallar en todo nuestro vocabulario de A.A. Dentro de la extensión de estas cinco significativas palabras puede estar incluida cualquier clase y grado de fe, junto con la positiva seguridad de que cada uno de nosotros puede escoger la propia. No menos valiosas para nosotros son esas expresiones suplementarias: "Un Poder Superior" y "Un poder más fuerte que nosotros mismos". Para todos aquellos que niegan, o dudan seriamente en una deidad, estas expresiones enmarcan una puerta abierta sobre cuyos límites el incrédulo puede dar su primer paso fácil hacia una realidad hasta aquí desconocida para él: El reino de la fe.

Como lo ve Bill Pág. 1

PARA SUGERENCIAS O COLABORACIÓNES
Carlos G. (501) 347-9663 / cagz74@sbcglobal.net
Rudy V. (479) 414-8405 / cusuco59@gmail.com