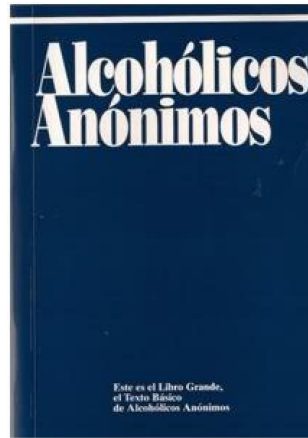


# Libro Alcohólicos Anónimos

## Herramienta eficaz para la Recuperación



### PRÓLOGO PRIMERA EDICIÓN

#### DE QUE NOS RECUPERAMOS?

Éste es el Prólogo tal como apareció en la primera impresión de la primera edición en 1939. Nosotros, los Alcohólicos Anónimos, somos más de un centenar de hombres y mujeres que **nos hemos recuperado de un estado de mente y cuerpo aparentemente incurable.**

#### CUÁL ES EL PROPÓSITO PRINCIPAL DE ESTE LIBRO?

**El propósito principal de este libro es mostrarles a otros alcohólicos precisamente cómo nos hemos recuperado.** Esperamos que estas páginas les resulten tan convincentes que no les sea necesaria más autenticación. Creemos que nuestras experiencias le ayudarán a cada uno a entender mejor al alcohólico. Muchos no comprenden que el alcohólico es una persona muy enferma. Y además, estamos seguros de que nuestro modo de vivir tiene sus ventajas para todos.

#### CUÁL ES EL REQUISITO PARA SER MIEMBRO DE AA?

El único requisito para ser miembro es un deseo sincero de dejar la bebida

## **LA OPINIÓN DEL MÉDICO**

Un eminente doctor, que es el director médico de un hospital conocido nacionalmente y especializado en el tratamiento de adictos al alcohol y a las drogas, dio a Alcohólicos Anónimos la siguiente carta: A fines del año 1934 atendí a un paciente que, a pesar de haber sido un competente hombre de negocios, con mucha aptitud para ganar dinero, era un alcohólico de un tipo que yo había llegado a considerar como irremediable. En el transcurso de su tercer tratamiento adquirió ciertas ideas sobre un posible método de recuperación. Como parte de su rehabilitación, empezó a dar a conocer sus conceptos a otros alcohólicos, inculcándoles la necesidad de que ellos a su vez hicieran lo mismo con otros. Esto ha llegado a ser la base de una agrupación de estos hombres y sus familiares, la cual está creciendo rápidamente.

## **POR QUE BEBIAMOS?**

No nos convencía la explicación de que no podíamos controlar nuestra manera de beber sencillamente porque estábamos:

Desadaptados a la vida.

Porque estábamos en plena fuga de la realidad.

O porque teníamos una franca deficiencia mental.

## **QUE HIZO BILL?**

Más adelante, solicitó permiso para contar su historia a otros pacientes y, con cierta desconfianza, se

lo concedimos. Los casos que hemos observado en todo su transcurso han sido sumamente interesantes y de hecho muchos de ellos han resultado asombrosos. La abnegación, la falta total de un afán de lucro y su espíritu comunitario, son algo realmente inspirador para quien ha trabajado fatigosamente y por mucho tiempo en el terreno del alcoholismo.

## **EN QUE CREEN?**

Creer en ellos mismos, pero mucho más **en el Poder que arranca a los alcohólicos crónicos de las garras de la muerte.**

## **COMO LLEVO EL MENSAJE?**

El mensaje que puede interesar y mantener su interés tiene que ser profundo y de peso. **En casi todos los casos, sus ideales tienen que cimentarse en un poder superior a ellos mismos, si es que han de rehacer sus vidas.**

## **QUE EFECTO PRODUCE EL ALCOHOL?**

Los hombres y las mujeres beben, esencialmente, porque les gusta el efecto que produce el alcohol. La sensación es tan evasiva que, aunque admiten lo dañino, no pueden después de algún tiempo discernir la diferencia entre lo verdadero y lo falso. Les parece que su vida alcohólica es la única normal.

## **QUE NECESITAMOS PARA RECUPERARNOS:**

Están inquietos, irritables y descontentos hasta que no vuelven a experimentar la sensación de tranquilidad y bienestar que inmediatamente les produce apurar unas cuantas copas, copas que ven a otros tomar con impunidad. Después de haber vuelto a sucumbir al deseo imperioso, como les sucede a muchos, pasan por todas las bien conocidas etapas de la borrachera, emergiendo de ésta llenos de remordimientos y con la firme resolución de no volver a beber. Esto se repite una y otra vez y, **a menos que la persona pueda experimentar un cambio psíquico completo, hay muy pocas esperanzas de que se recupere.**

## **LA CLASIFICACIÓN DE LOS ALCOHÓLICOS**

La clasificación de los alcohólicos parece sumamente difícil, y el tratar de hacerla con detalle está fuera de los propósitos de este libro. Existe, por ejemplo:

- El psicópata, mentalmente desequilibrado.
- El que constantemente está diciendo que va a dejar de beber para siempre, siente un arrepentimiento exagerado y hace muchas resoluciones, pero nunca toma una decisión.
- Existe el individuo que no está dispuesto a admitir que no puede beber ni una copa; planea distintas maneras de beber y cambia de marca o de lugar.
- Tenemos el que cree que después de un período de haber estado sin beber, puede hacerlo sin peligro.
- También tenemos el maniaco-depresivo —tal vez éste sea el que menos pueden comprender sus amigos— acerca del cual puede escribirse todo un capítulo
- Luego están los individuos enteramente normales en todos los aspectos, excepto en el que se refiere al efecto que el alcohol produce en ellos. Estos son frecuentemente individuos capaces, inteligentes y amigables.

## **LOS CITADOS QUE SÍNTOMA EN COMÚN TIENEN?**

Todos los citados y muchos otros tienen un síntoma en común; no pueden empezar a beber sin que se presente en ellos el fenómeno del deseo imperioso. Este fenómeno, como lo hemos sugerido, puede ser la manifestación de una alergia que distingue a esta gente de los demás y que la sitúa en un grupo distinto. Nunca ha sido posible erradicarlo con ninguno de los métodos conocidos. **El único método que podemos sugerir es la abstinencia completa.**

## **CUAL ES LA SOLUCIÓN?**

1ra. Historia: Acepto el plan que se expone en este libro

2ra. Historia: Lo convencieron las ideas que encierra este libro.

## Capítulo 1

### **LA HISTORIA DE BILL**

“Aquí yace un granadero de Hampshire quien encontró su muerte bebiendo cerveza fría. Un buen soldado nunca es olvidado sea que muera por mosquete o por jarra de cerveza”.

**Amenazadora advertencia a la que no hice caso.**

### **EN QUE SE CONVIRTIÓ EL ALCOHOL?**

No hay palabras para describir la soledad y desesperación que encontré en ese cenagal de auto conmisericordia; sus arenas movedizas se extendían por todos lados. No pude más. Estaba hundido. **El alcohol era mi amo.**

### **QUE TENÍA EBBY?**

Se abrió la puerta y ahí estaba él, fresco el cutis y radiante. Había algo en sus ojos. Era inexplicablemente diferente. ¿Qué era lo que le había sucedido?

En la mesa, le serví una copa; no la aceptó. Desilusionado pero lleno de curiosidad, me preguntaba qué le habría sucedido al individuo. No era el mismo. “Vamos, ¿De qué se trata?” — le pregunté. Me miró a la cara; con sencillez y sonriendo me contestó: “Tengo la religión”. Me quedé estupefacto. ¡Así es que era eso! El pasado verano un alcohólico chiflado y ahora, sospechaba, un poco más chiflado por la religión.

### **QUE TUVIERON QUE ADMITIR?**

.....mi amigo, sentado frente a mí, manifestó categóricamente que Dios había hecho por él lo que él no había podido hacer por sí mismo. Su voluntad humana había fallado; los médicos lo habían desahuciado; la sociedad estaba lista para encerrarlo. **Como yo, había admitido una completa derrota. Entonces, efectivamente, había sido resucitado de entre los muertos, sacado repentinamente del montón de desperdicios y conducido a un plano de vida mejor de lo que él nunca había conocido.**

## **QUE SUGIRIÓ EBBY?**

Mi amigo sugirió lo que entonces parecía una idea original. Me dijo: **¿Por qué no escoges tu propio concepto de Dios?**” Esto me llegó muy hondo; derritió la montaña de hielo intelectual a cuya sombra había vivido y tiritado muchos años. Por fin me daba la luz del sol. **Sólo se trataba de estar dispuesto a creer en un Poder superior a mí mismo.** Nada más se necesitaba de mí para empezar. Me di cuenta de que el crecimiento podía partir de ese punto. Sobre una base de completa y buena voluntad, podría yo edificar lo que veía en mi amigo.

¿Quería tenerlo? Claro que sí, ¡Lo quería!

## **QUE PIDE BILL A SU PODER SUPERIOR?**

Allí me ofrecí humildemente a Dios, tal como lo concebía entonces, para **que se hiciera en mí su voluntad;** me puse incondicionalmente a su cuidado y bajo su dirección.

Por primera vez admití que por mí mismo no era nada; que sin Él estaba perdido. Sin ningún temor encaré mis pecados y estuve dispuesto a que mi recién encontrado Amigo me los quitara de raíz. Desde entonces no he vuelto a beber ni una sola copa.

Mi compañero de escuela fue a visitarme y lo puse al tanto de mis problemas y mis deficiencias. Hicimos una lista de las personas a quienes había dañado o contra las que tenía resentimientos. Yo expresé mi completa disposición para acercarme a esas personas, admitiendo mis errores. Nunca debería criticarlas. Repararía esos daños lo mejor que pudiese.

## **QUE HACER PARA NACER A ESTA NUEVA VIDA?**

La creencia en el poder de Dios, más la suficiente buena voluntad, honradez y humildad para establecer y mantener el nuevo orden de cosas, eran los requisitos esenciales. Sencillo, pero no fácil; tenía que pagarse un precio. **Significaba la destrucción del egocentrismo.**

En todas las cosas debía acudir al Padre de la Luz que preside sobre todos nosotros.

## **QUE PASA SI NO LLEVO EL MENSAJE?**

Mi amigo había hecho hincapié en la absoluta necesidad de demostrar estos principios en todos los actos de mi vida. Era particularmente imperioso trabajar con otros, tal como él lo había hecho conmigo. La fe sin obras es fe muerta, me dijo ¡Y cuán cierto es, tratándose de alcohólicos! **Porque si un alcohólico deja de perfeccionar y engrandecer su vida espiritual a través del trabajo y del sacrificio por otros, no podrá sobrellevar las pruebas y decaimientos que con certeza vendrán más adelante. Si él no trabajaba era seguro que volvería a beber, y si bebía, seguramente moriría. La fe estaría muerta entonces. Tratándose de nosotros, es precisamente así.**

## Capítulo 2

### **HAY UNA SOLUCIÓN**

#### **QUE HEMOS DESCUBIERTO?**

El hecho tremendo para cada uno de nosotros es que hemos descubierto una solución común. Tenemos una salida en la que podemos estar completamente de acuerdo, y a través de la cual podemos incorporarnos a la acción fraternal y armoniosa. **Ésta es la gran noticia, la buena nueva que este libro lleva a los que padecen del alcoholismo.**

#### **DONDE PRACTICAMOS NUESTROS PRINCIPIOS?**

Creemos que el abstenernos de beber no es más que el principio.

Una demostración más importante de nuestros principios nos espera en nuestros respectivos hogares, ocupaciones y asuntos.

#### **DONDE ESTÁ CENTRADO EL PROBLEMA?**

Por consiguiente, el principal problema del alcohólico está centrado en su mente más que en su cuerpo.

#### **HAY UNA SOLUCIÓN?**

Hay una solución. A casi ninguno de nosotros le gustó el examen de conciencia, la nivelación del orgullo o la confesión de las faltas, que requiere este proceso para su consumación. Pero vimos que era efectivo en otros, y habíamos llegado a reconocer la inutilidad y la futilidad de la vida tal como la habíamos estado llevando. Por consiguiente, cuando se nos acercaron aquellos cuyo problema ya había sido resuelto, lo único que tuvimos que hacer fue tomar el simple juego de instrumentos espirituales que ponían en nuestras manos. Hemos encontrado mucho del cielo y hemos sido lanzados como en un cohete, a la cuarta dimensión de la existencia en la que ni siquiera habíamos soñado.



## **QUE ACEPTAMOS?**

Si tu estado alcohólico es tan grave como era el nuestro, **creemos que no existe ninguna solución a medias. Nosotros estábamos en una situación en que la vida se estaba volviendo imposible y, si pasábamos a la región de la que no se regresa por medio de la ayuda humana, teníamos sólo dos alternativas:**

- Una era la de llegar hasta el amargo fin, borrando la conciencia de nuestra intolerable situación lo mejor que pudiésemos.
- Y la otra, aceptar ayuda espiritual.

## **QUE ESTUVIMOS BUSCANDO?**

Por nuestra parte, nosotros hemos buscado la misma salida con toda la desesperación del hombre que se está ahogando. **Lo que al principio parecía un endeble junquillo ha resultado ser la amante y poderosa mano de Dios. Se nos ha dado una vida nueva o, si se prefiere, “Un plan para vivir” que resulta verdaderamente efectivo.**

## Capítulo 3

### **MÁS ACERCA DEL ALCOHOLISMO CUÁL ES LA GRAN OBSESIÓN?**

La idea de que, de alguna forma, algún día, llegará a controlar su manera de beber y a disfrutar bebiendo, es la gran obsesión de todo bebedor anormal. La persistencia de esta ilusión es sorprendente. Muchos la persiguen hasta las puertas de la locura o de la muerte.

### **QUE TENGO QUE ADMITIR?**

Llegamos a comprender que teníamos que admitir plenamente, en lo más profundo de nuestro ser, que éramos alcohólicos. Éste es el primer paso hacia la recuperación.

Hay que acabar con la ilusión de que somos como la demás gente, o de que pronto lo seremos.

#### **1ra. HISTORIA**

Uno de esos casos es el de un individuo de treinta años .....

#### **2ra. HISTORIA**

Nuestro primer ejemplo es el amigo a quien llamaremos Jim.....

#### **3ra. HISTORIA**

Fred es socio de una bien conocida empresa.....

## Capítulo 4

### **NOSOTROS LOS AGNÓSTICOS**

#### **CUÁL ES EL OBJETIVO PRINCIPAL DEL LIBRO?**

Falta de poder; ese era nuestro dilema. Teníamos que encontrar un poder por el cual pudiéramos vivir, y tenía que ser un Poder superior a nosotros mismos. Obviamente.

¿Pero dónde y cómo íbamos a encontrar ese Poder? Pues bien, eso es exactamente de lo que trata este libro. Su objetivo principal es ayudarte a encontrar un Poder superior a ti mismo que resuelva tu problema. Eso quiere decir que hemos escrito un libro que creemos es espiritual así como también moral. Y quiere decir, desde luego, que vamos a hablar acerca de Dios.

#### **COMO ES EL REINO DEL ESPÍRITU?**

Encontramos que Dios no impone condiciones muy difíciles a quienes le buscan. Para nosotros, **el Reino del Espíritu es amplio, espacioso, siempre inclusivo nunca exclusivo o prohibitivo para aquellos que lo buscan con sinceridad.** Nosotros creemos que está abierto a todos los seres humanos. Por consiguiente, cuando te hablamos de Dios, nos referimos a tu propio concepto de Dios.

#### **A VECES OLVIDO COMO LLEGUE**

Teníamos dificultades en nuestras relaciones interpersonales, no podíamos controlar nuestra naturaleza emocional, éramos presa de la angustia y de la depresión, no encontrábamos un medio de vida, teníamos la sensación de ser inútiles, estábamos llenos de temores, éramos infelices, parecía que no podíamos servirles para nada a los demás.

#### **DONDE ENCONTRAMOS A NUESTRO PODER SUPERIOR?**

Encontramos la gran realidad en lo más profundo de nosotros mismos. En última instancia, solamente allí es donde Él puede ser encontrado. Así sucedió con nosotros.

## Capítulo 5

### **CÓMO FUNCIONA**

#### **QUIENES FRACASAN?**

RARA VEZ hemos visto fracasar a una persona que haya seguido concienzudamente nuestro camino. Los únicos que no se recuperan son los individuos que no pueden, o no quieren entregarse de lleno a este sencillo programa;

#### **COMO ES EL ALCOHOL?**

Recuerda que tratamos con el alcohol: astuto, desconcertante y poderoso. Sin ayuda resulta demasiado para nosotros. Pero, hay Uno que tiene todo el poder — Dios.

¡Ojalá Lo encuentres!

#### **QUE DECIDIMOS?**

Éste es el cómo y el porqué de ello. Ante todo, tuvimos que dejar de “jugar a ser Dios”. No resultaba. Después, decidimos que en lo sucesivo, en este drama de la vida, Dios iba a ser nuestro Director. Él es el Jefe; nosotros somos Sus agentes. Él es el Padre y nosotros Sus hijos. La mayoría de las buenas ideas son sencillas y este concepto fue la piedra clave del nuevo arco triunfal por el que pasamos a la libertad. Cuando asumimos sinceramente esa actitud, toda clase de cosas admirables sucedieron. Teníamos un nuevo Patrón. Siendo Todopoderoso, Él proveía todo lo que necesitábamos si nos manteníamos cerca de Él y desempeñábamos bien Su trabajo.

#### **ORACION TERCER PASO**

“Dios, me ofrezco a Ti para que obres en mí y hagas conmigo Tu voluntad. Líbrame de mi propio encadenamiento para que pueda cumplir mejor con Tu voluntad. Líbrame de mis dificultades y que la victoria sobre ellas sea el testimonio para aquellos a quien yo ayude de Tu Poder, Tu Amor y de la manera que Tú quieres que vivamos. Que siempre haga Tu Voluntad”.

## **QUE ERA EL LICOR?**

El licor que bebíamos no era más que un síntoma; por lo tanto, teníamos que ir a las causas y las condiciones. Consecuentemente, empezamos a hacer un inventario personal. Éste era el Cuarto Paso.

## **EN DONDE DERIVA LA ENFERMEDAD ESPIRITUAL?**

**El resentimiento es el ofensor número uno. Destruye más alcohólicos que cualquier otra cosa. De éste se derivan todas las formas de enfermedad espiritual, ya que nosotros hemos estado no solamente física y mentalmente enfermos, sino también espiritualmente.** Cuando es superado el mal espiritual, nos componemos mental y físicamente.

Cuando tratamos los resentimientos los escribimos en un papel. Hicimos una lista de personas, instituciones o principios con los que estábamos molestos, y nos preguntamos el porqué.

## Capítulo 6

### EN ACCIÓN

#### **SI SALTO EL PASO CINCO QUE SUCEDE?**

**Si saltamos este vital paso, puede ser que no superemos la bebida.** Una y otra vez los recién llegados han tratado de guardarse ciertos hechos de sus vidas. Tratando de evadir esta humillante experiencia, se han acogido a ciertos métodos más fáciles. Casi invariablemente se han emborrachado. Habiendo perseverado con el resto del programa, se preguntan por qué han recaído. Creemos que la razón es que nunca acabaron su limpieza interior. Hicieron bien su inventario, pero se aferraron a algunos de los peores artículos de sus existencias. Solamente creyeron que habían perdido su egoísmo y su temor; solamente creyeron que habían sido humildes. Pero no habían aprendido lo suficiente sobre humildad, intrepidez y sinceridad, en el sentido que creemos necesario, hasta que le contaron a otro toda la historia de su vida.

#### **¿ESTAMOS DISPUESTOS A DAR EL 6to y 7mo PASOS**

¿Estamos ahora dispuestos a dejar que Dios elimine de nosotros todas esas cosas que hemos admitido son inconvenientes? ¿Puede Él, ahora, quitárnoslas todas — todas sin excepción? Si todavía nos aferramos a alguna, de la que no queremos desprendernos, le pedimos a Dios que nos ayude a tener buena voluntad para hacerlo. Cuando estamos dispuestos, decimos algo como esto:

“Creador mío, estoy dispuesto a que tomes todo lo que soy, bueno y malo. Te ruego que elimines de mí cada uno de los defectos de carácter que me obstaculizan en el camino para que logre ser útil a Ti y a mis semejantes. Dame la fortaleza para que al salir de aquí, cumpla con Tu Voluntad. Amen”.

Entonces hemos completado el Séptimo Paso.

## **QUE HACEMOS POR EL MOMENTO?**

Por el momento tratamos de poner en orden nuestras vidas; pero esto no es una finalidad en sí. **Nuestro verdadero propósito es ponernos en condiciones para servir al máximo a Dios y a los que nos rodean.**

## **QUE NECESITAMOS?**

Ahora **necesitamos más acción**, sin la cual encontramos que “la fe sin obras es fe muerta”. **Veamos el Octavo y Noveno Pasos.** Tenemos una lista de personas a las que hemos perjudicado y estamos dispuestos a reparar esos daños.

## **QUE NOS DA EL PASO DIEZ?**

Y hemos cesado de pelearnos con todo y con todos, aun con el alcohol; **porque para entonces se habrá recuperado el sano juicio**. Rara vez nos interesaremos por el licor; si sentimos tentación, nos alejamos como si se tratara de una llama candente. Reaccionamos juiciosa y normalmente, y percibimos que esto ha sucedido automáticamente.

Comprenderemos que nuestra nueva actitud ante el alcohol nos ha sido otorgada sin pensamiento o esfuerzo algunos de nuestra parte. Sencillamente ha llegado. Ahí está el milagro. No estamos ni peleando ni evitando la tentación.

## **QUE SUGIERE EL UNDÉCIMO PASO?**

El Paso Undécimo sugiere la oración y la meditación. No debemos ser tímidos en cuanto a la oración. Hombres mejores que nosotros la emplean constantemente. Funciona, si tenemos la debida actitud y nos empeñamos en usarla.

## Capítulo 7

### **TRABAJANDO CON LOS DEMÁS**

#### **CUAL ES NUESTRA DUODÉCIMA SUGERENCIA?:**

La experiencia práctica demuestra que no hay nada que asegure tanto la inmunidad a la bebida como el trabajo intensivo con otros alcohólicos. **Funciona cuando fallan otras actividades.** Ésta es nuestra duodécima sugerencia: **¡Llevar este mensaje a otros alcohólicos!**

#### **QUE TENGO QUE HACER?**

Graba en la conciencia de cada individuo el hecho de que se puede poner bien a pesar de cualquier otra persona. La única condición es que confíe en Dios y haga una limpieza de su interior.

#### **QUE PASA CUANDO BEBEMOS?**

## Capítulo 8

### **A LAS ESPOSAS**

Pero por cada hombre que bebe hay otras personas implicadas: **La esposa que tiembla de miedo ante la próxima borrachera; la madre y el padre que ven al hijo consumiéndose.** Entre nosotros hay esposas, parientes y amigos cuyo problema ha sido resuelto, así como algunos que todavía no han encontrado una feliz solución. Queremos que las esposas de los Alcohólicos Anónimos se dirijan a las esposas de individuos que beben demasiado.



## Capítulo 9

### **LA FAMILIA DESPUÉS**

#### **TENGO OBLIGACIONES?**

Un desarrollo espiritual que no incluya sus obligaciones con la familia no puede ser tan perfecto como él lo suponía.

#### **QUE SOMOS?**

Ahora, algo acerca de la salud. No es frecuente que un organismo seriamente quemado por el alcohol se recupere de la noche a la mañana, ni que los pensamientos torcidos y la depresión desaparezcan en un abrir y cerrar de ojos. Estamos convencidos de que la manera espiritual de vivir es un poderoso reconstituyente de la salud. Nosotros, **los que nos hemos recuperado de beber en una forma seria , somos milagros de salud mental.** Pero hemos visto transformaciones notables en nuestros organismos: raro es entre nosotros el que conserva señas de disipación.

#### **TENEMOS TRES PEQUEÑOS LEMAS QUE SON PERTINENTES:**

Lo primero es lo primero Vive y deja vivir. Poco a poco se va lejos

#### **CUAL ES LA PRIORIDAD?**

## Capítulo 10

### **A LOS PATRONES**

Todos tuvimos que dar prioridad a nuestra recuperación, porque **sin recuperación habríamos perdido hogar y negocio, todo.**

#### **TENEMOS ENEMIGOS?**

Los enemigos más grandes que tenemos los alcohólicos **son los resentimientos, los celos, la envidia, la frustración y el miedo.**

#### **CUAL ES EL SUBSTITUTO?**

## Capítulo 11

### **UNA VISIÓN PARA TI**

Nosotros hemos demostrado cómo salimos del fondo. Tú dirás: “Sí, estoy dispuesto. Pero, ¿Se me va a condenar a una vida en la que seré un estúpido, aburrido y malhumorado como algunas personas „virtuosas“ que conozco? Sé que tengo que arreglármelas para vivir sin alcohol, pero ¿Cómo voy a hacerlo? ¿Tienen ustedes algún sustituto?” Sí, hay un sustituto y es mucho más que eso. **Es la participación en la comunidad de Alcohólicos Anónimos.** Allí encontrarás la liberación de las inquietudes, del aburrimiento y de la preocupación. Tu imaginación encontrará estímulos. La vida tendrá al fin un significado. Los años más satisfactorios de tu existencia están por delante. Eso encontramos en la comunidad y tú también lo encontrarás.

### **CUAL ES NUESTRA ESPERANZA?**

Nuestra esperanza es que cuando este libro sea lanzado a la marea mundial del alcoholismo, los bebedores derrotados se aprovecharán de él siguiendo sus indicaciones. Estamos seguros de que muchos se pondrán en pie por sí mismos para emprender la marcha.

Ellos se acercarán a más enfermos y, así, podrán surgir comunidades de Alcohólicos Anónimos en cada ciudad y aldea, refugios para quienes tienen que encontrar una solución.

### **LOS TRES LEGADOS DE A.A**

1. Cuando unos cuantos individuos de esa ciudad se hayan descubierto a sí mismos.
2. Y hayan descubierto la alegría de ayudar a otros a encarar la vida de nuevo,
3. No se darán tregua hasta que todos los de dicha población hayan tenido su propia oportunidad para recuperarse, si pueden y quieren hacerlo.

### **CUAL ES LA INTENCION DEL LIBRO?**

Nuestra intención al escribir este libro es que su contenido tenga un carácter de sugerencia. Nos damos cuenta de lo poco que sabemos.

## **QUE LE PIDO A DIOS?**

Pídele a Él, en tu meditación por la mañana, que te inspire lo que puedes hacer ese día por el que todavía está enfermo. Recibirás la respuesta si tus propios asuntos están en orden. Pero, obviamente, no se puede transmitir algo que no se tiene. Ocúpate, pues, de que tu relación con Él ande bien y grandes acontecimientos te sucederán a ti y a infinidad de otros. Ésta es para nosotros la Gran Realidad.

Pídele a Él, en tu meditación por la mañana, que te inspire lo que puedes hacer ese día por el que todavía está enfermo. Recibirás la respuesta si tus propios asuntos están en orden. Pero, obviamente, no se puede transmitir algo que no se tiene. Ocúpate, pues, de que tu relación con Él ande bien y grandes acontecimientos te sucederán a ti y a infinidad de otros. Ésta es para nosotros la Gran Realidad.

**Alcoholics Anonymous, Alcohólicos Anónimos y A.A.**

**son marcas registradas ® de Alcoholics Anonymous World Services, Inc.**

