

# BOX 4|5|9

Noticias de la Oficina de Servicios Generales de A.A.<sup>®</sup>  
Dirección Postal: Box 459, Grand Central Station, New York, NY 10163

VOL. 26, NO. 2/ABRIL-MAYO 1993

## Los A.A. de Indiana vuelven a inventar el *paquete de seis*

Entre los grupos de A.A. en Indianapolis, Indiana, es muy popular dar y recibir los "six packs." Pero este término tiene allí un significado distinto al acostumbrado, o sea el paquete de seis botellas ambarinas de cerveza que se venden en las bodegas. Se refiere a paquetes de libros aprobados por la Conferencia que ya se encuentran en todas las bibliotecas públicas y en muchas instituciones correccionales, escuelas e iglesias.

"Lo que estamos haciendo aquí," dice Mary K.W., miembro del personal del Intergupo de Indianapolis, "demuestra que, con un poco de imaginación y mucho trabajo, cualquier persona puede 'hacer' el cometido de información pública. Lo importante es comunicarse con los grupos. En cuanto se dan cuenta de que hay una necesidad, tienden a responder rápidamente.

Hace más de un año, explica, "mientras íbamos buscando métodos de llevar el mensaje, se nos ocurrió la idea de vender los *paquetes de seis*. Se hace así: Compramos libros a la G.S.O. al por mayor y los ponemos en dos paquetes de seis títulos: uno de seis libros en rústica—*Alcohólicos Anónimos* (el Libro Grande), *Doce Pasos* y *Doce Tradiciones*, *Viviendo Sobrio*, *Llegamos a Creer...*, *Reflexiones Diarias* y *A.A. en Prisiones*—y el otro de seis libros en pasta. Los grupos los compran al precio de costo, de \$19 y \$30, y los distribuyen donde se necesitan con una nota adjunta que dice: 'Les rogamos que acepten estos libros, cortesía de los miembros del Grupo Serenidad de Alcohólicos Anónimos. Nuestra sala de reuniones está ubicada a poca distancia de esta biblioteca, en el 24 de la Calle del Olmo, y allí celebramos reuniones abiertas y cerradas para hombres y mujeres. Los miembros del público serán bienvenidos a nuestras reuniones abiertas que se efectúan los viernes a las 8:00 p.m. Para mayor información, llame al Intergupo de Indianapolis, (317) 632-7864.' "

Se mantienen informados a los grupos sobre las ventas de los paquetes por medio de sus representantes de intergrupo, por el boletín "*Paper II*," y de palabra. Mary K. hace notar que algunos miembros los han comprado para regalarlos como una expresión de



Ranburg Studio—Indianapolis

gratitud por su recuperación, especialmente en sus aniversarios y durante el mes de noviembre, el Mes de Gratitud. Hace poco tiempo, añade, un clérigo, miembro de A.A., muy querido de todos, murió. En vez de enviar flores y frutas, muchos de sus compañeros A.A. enviaron en nombre (sin apellido) suyo los "paquetes de seis" a bibliotecas e iglesias. Las notas adjuntas llevaban alguna variante de las siguientes palabras: "Les regalamos estos libros en honor de un miembro de A.A., amante de los libros, y con la esperanza de que otros encuentren lo que nosotros tenemos."

El mensaje de esperanza ya surte efecto. Mary K. nos cuenta la historia de un hombre que "probó el paquete de seis en su biblioteca y después volvió para probar más. Hoy él y su esposa están sobrios en la Comunidad."

## Reuniones de principiantes ofrecen amor y ayuda de A.A.

"Cuando me arrastré a mi primera reunión de principiantes," dice Kristi M., de San Francisco, "quería volver a sentirme como un ser humano, pero estaba petrificada de miedo, y no sabía cómo dejar de beber. Un hombre allí, con una risa atronadora, me dijo que a él también le había sido difícil, pero después de haberse tomado tres vasos grandes de zumo de naranja, había

---

El **Box 4-5-9** es publicado cada dos meses por la Oficina de Servicios Generales de Alcohólicos Anónimos, 475 Riverside Drive, New York, N.Y.

© 1993 Alcoholics Anonymous World Services, Inc.

**Dirección de correo:** P.O. Box 459, Grand Central Station, New York, NY 10163.

**Subscripciones:** Individual, U.S. \$3.50 por año; grupo, U.S. \$6.00 diez copias de cada número por año. Cheques: Hacerlos a favor de A.A.W.S., Inc., y deben acompañar el pedido.

---

encontrado menos problemático posponer un trago, ya que no le quedaba sitio en el estómago. Había en estos salones un verdadero compartimiento. Los miembros me ofrecieron sus números de teléfono, me dieron una lista de reuniones y algunos folletos de A.A., y me dijeron que nunca más tendría que sentirme sola. Por primera vez desde hace años, me parecía que podía valer la pena vivir una vida sin alcohol."

Desde los primeros días de A.A., hacer el trabajo de Paso Doce con los recién llegados ha sido una parte integrante de la recuperación en A.A. Los pioneros no consideraban conveniente tener a los alcohólicos activos en las reuniones, así que empezaban por secarlos. En Cleveland, según informó Clarence S. en 1940, "Algunos grupos no permiten a un borracho asistir a las reuniones a menos que haya sido hospitalizado, o sin que diez hombres, por lo menos, hayan hablado con él." Dijo que los A.A. tenía un "arreglo fijo" con tres hospitales y dos sanatorios, y que en cualquier momento había "unos 10 ó 15 hospitalizados." (*El Dr. Bob y los Buenos Veteranos*, pág. 276)

El propósito de aquellas "sesiones de asesoramiento", según Clarence, era "preparar al compañero y procurar que tuviera una buena comprensión de los objetivos y los principios de A.A. antes de participar en las reuniones." Dichas sesiones fueron las precursoras de las reuniones de principiantes, a veces llamadas reuniones de "menos de seis meses," como las conocemos hoy.

Ya que cada grupo de A.A. es autónomo, hay diversos formatos. Varían desde las pequeñas sesiones de discusión improvisadas, cada una con un líder diferente, en las que los recién llegados son los que hablan más, hasta las grandes, programadas en una serie, y que tienen un solo líder que da charlas preparadas de antemano acerca de temas específicos de A.A.; por ejemplo, la importancia de no tardar en conseguir un padrino y de formar nuevos hábitos.

Muchos grupos dicen que les ha ayudado la sugerida Guía Para Dirigir las Reuniones de Principiantes, un folleto de ocho páginas que lleva adjuntos en un sobre especial 10 folletos de A.A. especialmente apropiados. También es de ayuda *Viviendo Sobrio*, un librito de 88 páginas, que a menudo sirve como una fuente de ideas para los temas de discusión. Ambos están disponibles en la Oficina de Servicios Generales.

Un grupo de la ciudad de Nueva York efectúa, cada

lunes por la noche, una reunión de principiantes que dura una hora, justo antes de su reunión regular de discusión abierta. Se coordina por un panel rotativo compuesto por tres miembros del grupo. La duración de sobriedad de los miembros componentes varía. Les dan a los recién llegados "paquetes de principiantes," preparados por el grupo, que incluyen los folletos básicos de recuperación, una tarjeta tamaño billetera y un horario de reuniones locales. Unos cuantos grupos incluyen en sus paquetes cuadernillos en blanco para apuntar los números de teléfono y/o en los que aparecen los números de los miembros del grupo que llevan algún tiempo sobrios y que así lo deseen.

En Vancouver, Colombia Británica, nos informa Jack F., las reuniones de principiantes del Grupo Participación, "normalmente son del formato Pasos/discusión. Alternamos entre los tres primeros; después de leer uno, se abre la reunión para su discusión. Unos dos tercios de los presentes son principiantes. Se les anima para que compartan acerca de lo que les está sucediendo en la vida, y para que hagan preguntas referentes a mantenerse sobrios y trabajar en los Pasos. Los que llevan más tiempo en el grupo también participan en la reunión, no para enseñar o instruir, sino simplemente para guiar a los recién llegados hacia un descubrimiento del Paso en cuestión... cada persona comparte en base de su propia experiencia, fortaleza y esperanza."

Especialmente en los grupos grandes, Jack comenta, "puede que los principiantes se pierdan en la muchedumbre—es menos probable que esto ocurra si, en las reuniones regulares, el grupo tiene algunos miembros situados en la entrada para acoger a los que llegan; si celebra reuniones de principiantes; si con frecuencia hace anuncios respecto a dichas reuniones; y si recomienda a los veteranos que 'lleven consigo a un principiante.' Igual que todas las demás formas de hacer el trabajo de Paso Doce, es una excelente manera de mantenernos sobrios a nosotros mismos."

---

## *Servicios de la G.S.O.*

### **El Enlace de Instituciones Correccionales**

Muchos presos sobrios en las prisiones de los EE.UU. y Canadá están poniéndose en contacto con nosotros cada día por medio de cartas. Un gran porcentaje de estas cartas llegan a parar cada semana al despacho de Helen T., quien actualmente sirve como la coordinadora de Instituciones Correccionales en la G.S.O.

Centenares de cartas de presos llegan cada mes, dice Helen. "La mayoría solicitan información sobre A.A.,

así como ayuda para conseguir literatura para un grupo que se reúne en la institución. Algunas veces escriben porque necesitan asistencia para conseguir oradores de afuera para una reunión dentro de la institución. Casi siempre solicitan libros gratis," explica ella.

En este momento hay reuniones de grupos de A.A. en 1,900 instituciones correccionales de los EE.UU. y Canadá, y el número de presos que asisten a las reuniones está creciendo continuamente. El año pasado la G.S.O. envió 8,500 artículos de literatura en español y en inglés por un costo de más de \$8,600. Aunque las peticiones de literatura de los presos se remiten al área en que está situada la institución correccional, Helen dice que nunca rechaza categóricamente una petición de un preso. Siempre envía folletos y un ejemplar en rústica del Libro Grande. "Trato de ser responsable y realista," dice ella. "No obstante, no es realista el pensar que la G.S.O. puede enviar libros gratis a cada preso que nos escribe."

Además de contestar las cartas de los presos, hay una cantidad considerable de correspondencia procedente de profesionales de las instituciones (capellanes, administradores de instituciones correccionales, personal de tratamiento de drogas), que necesitan orientación para, por ejemplo, iniciar un grupo de A.A. en una prisión o que desean información acerca de la Comunidad en general, dice Helen. A diferencia del resto de nosotros, muchos presos asisten, como promedio, a una sola reunión a la semana, explica ella. En algunos casos, debido a determinadas normas de las instituciones, primero se pone a los presos en una lista de espera antes de que puedan asistir a una reunión de A.A. programada dentro de la institución.

Un tema que surge frecuentemente en las cartas de los presos es el de la confusión entre A.A. y otros programas de doce pasos, dice Helen. "Se dedica mucho tiempo a tratar de explicar quiénes somos y lo que somos," añade ella. Por otro lado, ella también recibe numerosos mensajes "muy agradables" de los presos en los que le cuentan de su alivio al llegar a comprender que habían sido encarcelados por crímenes cometidos cuando estaban borrachos. Otros, detenidos por manejar bajo los efectos del alcohol y sometidos a un programa de abuso de sustancias de la institución correccional, escriben a la G.S.O. para obtener más información acerca del alcoholismo.

"Miles de presos simplemente quieren, y necesitan, compartir," dice Helen. Ella nunca contesta a esas cartas sin compartir sobre algún aspecto de la experiencia, fortaleza y esperanza de A.A., pero también les habla del Servicio de Correspondencia de Correccionales, por medio del cual pueden mantener correspondencia con otros miembros de A.A.

Este servicio tiene una "necesidad apremiante de más hombres miembros de A.A. para entablar correspondencia con los presos," dice Helen. En este momento hay una cantidad suficiente de mujeres para

el servicio de correspondencia, pero durante bastante tiempo ha habido una gran escasez de hombres. Cualquiera que desee ofrecerse como voluntario para realizar este necesario servicio debe ponerse en contacto con la G.S.O.; tal vez incluso un grupo de A.A. desearía escribir o compartir cintas de su reunión con algunos presos, siempre que se permitan las cintas en la institución y que el preso tenga algún tipo de magnetofón.

Nadie debe poner en duda que el mensaje de A.A. está arraigando en las instituciones correccionales. Helen dice que constantemente siente su confianza restablecida por la cantidad de presos que le escriben para solicitar ayuda antes de su puesta en libertad. "Es muy gratificador saber cuánta gente nos quiere dar a conocer que van a ser puestos en libertad y se van a reubicar en un área. Tienen un gran deseo de conseguir un contacto de A.A. antes de salir en libertad," dice ella.

"Estoy empezando a ver cada vez más cuántos quieren verdaderamente ponerse en contacto con A.A. tan pronto como son puestos en libertad porque saben que su probabilidad de volver a prisión es mucho más pequeña si se quedan en A.A.," dice ella.

Aunque este despacho de la G.S.O. sirve como un "conducto necesario" para la gran afluencia de peticiones por parte de los presos, solicitudes para información, literatura y contactos antes de la puesta en libertad, no podría hacerse apropiadamente el trabajo "sin la ayuda y la cooperación de los muchos coordinadores de área y de distrito" con quienes ella está frecuentemente en contacto, dice Helen. El trabajo da muchas satisfacciones a cualquiera que haga este tipo de servicio, dice ella, y periódicamente recibe cartas que confirman la eficacia con que se está transmitiendo el mensaje en los correccionales.

Recientemente llegó una de esas cartas de un miembro de Canadá. En 1971, cuando Mike estaba cumpliendo una condena de tres años, fue puesto en contacto con un miembro de A.A. que había estado en la misma institución. El pasado marzo este hombre estaba presente en la celebración del vigésimo aniversario de Mike. "Si hay alguien allí afuera que cree que el trabajo que se hace en las instituciones penitenciarias no funciona, por favor abandone rápidamente esa opinión y asegúrese de que no se disemine," escribe Mike. El era el R.S.G. de su grupo, M.C.D. suplente de su distrito, y todavía "participa en el trabajo de instituciones." Sus dos hijos adolescentes asisten a Alateen y su esposa es miembro de Al-Anon.

Helen dice que "los servicios de la G.S.O. sólo abren la puerta de la recuperación en A.A. La verdadera recuperación para el alcohólico confinado depende totalmente de los comités de instituciones correccionales locales y de ustedes allí afuera quienes extienden la mano de A.A. de amor y servicio para todos aquellos que no pueden venir a nosotros."

## Visita a Lituania: Un sueño hecho realidad

“El verano pasado tuve una experiencia inolvidable en mi vida de sobriedad, cuando me uní a otros nueve miembros de A.A. norteamericanos en un viaje a Lituania, la tierra de la que mis padres salieron hace unos 80 años. Un sueño que nunca me hubiera atrevido a soñar verlo convertido en realidad.”

El viaje fue organizado por miembros de Santa Mónica, California, continúa George P., fundador del Grupo Pradzia de habla inglesa de Chicago, que recientemente celebró su 20º aniversario. “Nuestro objetivo era compartir nuestra experiencia, fortaleza y esperanza con nuestros compañeros A.A. de Lituania, que todavía se está deleitando de su reciente retorno a la soberanía.”

Durante su visita de ocho días, los norteamericanos —que procedían de diversas ciudades entre las que se incluyen Boston, Seattle y Washington D.C.— fueron recibidos calurosamente por todas partes donde fueron. “Recorrimos 2,500 millas aproximadamente,” informa George, “y hablamos con médicos, psiquiatras y otros miembros del personal de varios hospitales y clínicas (institutos narcológicos). Les asombró nuestro concepto del alcoholismo como enfermedad que requiere un tratamiento a largo plazo. En Lituania, a la mayoría de los alcohólicos se les desintoxica y se les envía a casa sin siquiera pensar en ayuda o cuidado psiquiátrico posterior.”

La representación de EE.UU. fue acompañada en su gira por 15 lituanos. George, o “Jurgis” como se le llamaba, señala que “uno retrocede 50 años en el tiempo tan pronto como llega a este país báltico. Las ciudades son muy viejas y todavía tienen un ritmo de vida tranquilo, sin prisas; \$15 representan más del salario de un mes; y muchas cosas que nosotros consideramos necesarias, como el papel higiénico, no existen.”

Mientras estaban en la capital de Vilnius, los norteamericanos asistieron a una reunión del Grupo Ausra (nombre que, traducido aproximadamente, significa “amanecer de un nuevo día”). “Romas O., el miembro con la duración de sobriedad más larga y el abanderado de su país en la Convención Internacional de A.A. de 1990 efectuada en Seattle, celebró su tercer aniversario mientras estábamos allí,” cuenta George. “Cantamos y bailamos en el bosque y disfrutamos de una gran fiesta—¡todos sobrios! Terminamos nuestra visita a Vilnius con la primera Conferencia Lituana. Fue un éxito resonante y en el pasado mes de mayo fue seguida por una segunda y está en camino de convertirse en una tradición”.

Desde que regresó a casa, informa George, “he recibido unas 60 cartas de mis nuevos amigos lituanos. Algunos hablan de sus esfuerzos con el Primer Paso, otros, de haber encontrado el Poder Superior, y todos

están encantados con la traducción al lituano del Libro Grande que se terminó el año pasado. Hace muy poco, tuve noticias de un antiguo paciente de una clínica que visitamos. El escribe, ‘Después de hablar contigo y con algunos de tu grupo, todavía estoy sobrio. Creo que todos ustedes fueron los ángeles caídos del cielo.’ ”

Como alcohólico en recuperación, puedo decir con seguridad que me han llamado muchas cosas, pero ¿un ángel? ¡Sólo en Lituania!

---

## ¿Cuál es la mejor forma de decir ‘Estoy sobrio hoy’?

“Me llamo Mark P. y soy alcohólico. En el Libro Grande y en otra literatura de A.A., veo la palabra ‘recuperado,’ pero en algunas reuniones oigo decir que tal cosa no existe—que lo debido es decir solamente que nos vamos ‘recuperando.’ Dime, por favor, ¿qué es lo correcto?”

En su respuesta a Mark, que vive en Pershing, Indiana, y en las dirigidas a otros A.A., desde Escocia hasta Sudáfrica, los miembros del personal de la Oficina de Servicios Generales hacen notar que los miembros pioneros de A.A. a menudo empleaban la palabra “recuperado.” Empleaban otros términos también: “enderezado,” “librado,” “manteniendo la sobriedad,” para citar unos cuantos. Y al ver a su yerno sufrir recaída tras recaída, el Dr. Bob comentó cortésmente al respecto que nunca había “cuajado.”

En aquellos primeros tiempos, cuando se consideraba como veteranos a aquellos que llevaban seis meses sobrios, los miembros estaban demasiado ocupados tratando de aferrarse a su sobriedad como para preocuparse por la forma apropiada de describir ese estado feliz. Sin embargo, a medida que la Comunidad ha ido desarrollándose, a algunos miembros les gusta decir que son alcohólicos “recuperados,” mientras que otros prefieren decir que se están “recuperando”—para significar en el habla de A.A. que “están manteniéndose sobrios un día a la vez.”

Como Bill W. dice en el Libro Grande (pag. 79) “No estamos curados del alcoholismo. Lo que en realidad tenemos es una suspensión diaria de nuestra sentencia, que depende del mantenimiento de nuestra condición espiritual...” Y en un carta escrita en 1948 (*Como Lo Ve Bill*, pag 16), dijo: “La mayoría de la gente se siente más segura con el plan de 24 horas que con la resolución de no volver a beber nunca. La mayoría ha roto ya demasiadas resoluciones. En realidad es una cuestión de elección personal: cada miembro tiene el privilegio de interpretar el programa según le parezca.”

Al comunicarse con los profesionales del campo del alcoholismo y con otros ajenos a la Comunidad, la G.S.O., por lo general, emplea la palabra “recuperado”

para evitar confusiones. Si no se hiciera así, esta gente a menudo nos haría la pregunta: “¿Qué quieren decir ustedes con la palabra “recuperando” o “en recuperación”?” Si ya hace seis años que José no se ha tomado un trago, ¿por qué sigue esforzándose por lograr la sobriedad?”

No obstante, no hay reglas. Sea que aparezca en forma de sustantivo, verbo, adjetivo, gerundio, lo esencial de la recuperación en A.A. tiene que ver con llevar a cabo nuestro objetivo primordial—“mantenernos sobrios y ayudar a otros alcohólicos a lograr la sobriedad.” Como dice, medio en broma, un miembro “Puedes llamarme un ‘borracho sobrio,’ ‘un alcohólico que se está recuperando,’ o simplemente ‘seco,’ siempre que no me llames tarde para ir a mi reunión de A.A.: Todo lo demás es la espuma del batido.”

---

## Cada vez más A.A. participan en las reuniones por computadora

“...Soy alcohólico. Me llamo Peter. Llevo 10 años sobrio y tengo experiencia con padrinos. El primero ocurrió por casualidad—estaba allí y me dio una gran base. Poco antes de su quinto aniversario se tomó un trago y desde entonces no lo he vuelto a ver, que Dios lo bendiga... Mi siguiente padrino. Hmmm. Era un fracasado y lo despedí. El tercero era mágico. Ya falleció pero siempre estará en mi corazón. Ahora tengo a Joe, que me enseña la alegría de vivir. Esto es lo que he aprendido: Pide orientación a tu Poder Superior, escucha al mundo de A.A. a tu alrededor, y la sobriedad se producirá...”

“¡Hola! Soy Dave, sólo voy a estar un momento. Disfruté de la discusión y por alguna razón me siento cercano a ustedes a través de las ondas electrónicas.”

“¡Adelante, Jean!”

“En un momento. Ahora sólo quiero sentarme tranquilamente y terminar mi café.”

El compartimiento es tan antiguo y tan curativo como el mismo A.A. La forma en que se transmite de un alcohólico a otro es alta tecnología y nueva y está evolucionando tan rápido como uno puede decir Alcohólicos Anónimos. A medida que la Comunidad va creciendo rápidamente, cada vez más miembros están empezando a usar sus computadoras personales para pasar y recibir el mensaje de recuperación de A.A. (Box 4-5-9, agosto-sept. de 1987). Algunos usan sus nombres verdaderos, o apodos tales como “Serenidad,” “Gratitud,” o “Tranquilidad.” Programan “reuniones” instantáneas a través de las redes electrónicas nacionales e internacionales—algunas de ellas están inscritas

en la Oficina de Servicios Generales—o se dejan mensajes o “correo” unos a otros por medio del tablón de anuncios electrónico (BBs).

Don T., de Seattle, Washington, operador de sistemas para tres tabloneros electrónicos (BBs de Recuperación de Seattle-Tacoma-Olympia) dice: “Los tabloneros de anuncios electrónicos son parecidos a una sala comunitaria. Entrás allí, y en todas las puertas hay anuncios de las “reuniones” disponibles, desde A.A. hasta Al-Anon y muchas más. Según los miembros van entrando en la ‘sala,’ se identifican a sí mismos por sus nombres en clave y pueden hacer preguntas y comentarios según se desarrolla la reunión.

“La experiencia es parecida a participar en una reunión regular de A.A.—puede ser tan variada, tan estimulante o tan sosa según sea el caso. Nos reunimos a horas específicas, compartimos sobre cómo eran las cosas antes de alcanzar la sobriedad y sobre cómo son ahora. Algunas veces disfrutamos de momentos de gran enfocamiento y claridad, otras veces nuestra atención se desvía y nos salimos totalmente del tema. No son un sustituto de las reuniones en vivo, pero son de gran ayuda para aquellos de nosotros que necesitan estar en contacto entre una reunión y otra, y especialmente para aquellos que tienen impedimentos auditivos y los que tienen que quedarse en casa—gente con impedimentos físicos, Solitarios de A.A. y las personas de edad avanzada, que pueden tener problemas para asistir a las reuniones regular



Ron A., de la vecina ciudad de Tacoma, es el operador de sistemas local de FidoNet, un sistema de correo electrónico. Todos los participantes y operadores son voluntarios no retribuidos. Se inició en 1984 y ahora tiene capacidad para comunicaciones internacionales, pero por motivos prácticos está limitado a los EE.UU. y Canadá. “Esencialmente,” dice Ron, “hay 30 tabloneros de anuncios en mi área de llamadas local, con cientos de conferencias sobre temas de actualidad con las que podemos conectar, y aproximadamente 15 de ellas están relacionadas con la recuperación en programas de Doce Pasos. Básicamente todo lo que se necesita es una computadora, un modem y un programa para conectar y transmitir.”

Uno de los aspectos de FidoNet, común a la mayoría

