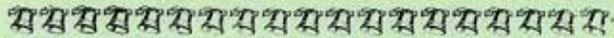


BOX 4|5|9

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

VOL. 18, NO. 1 / EDICION NAVIDEÑA 1984



Queridos amigos:

Les deseamos que estas Navidades estén llenas de toda la felicidad que la sobriedad les pueda traer, un día a la vez.

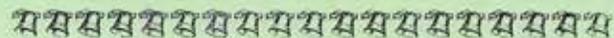
Aprovechamos esta ocasión para reflexionar sobre cómo nuestros queridos co-fundadores, Bill y Dr. Bob, mediante un Poder Superior, hicieron posibles nuestras vidas nuevas. Pase lo que pase — durante los días maravillosos de alegría o las horas tormentosas de aflicción — siempre recibiremos el don de la gracia salvadora.

Para algunos de nosotros, estos días de fiesta son difíciles; sin embargo, en cada momento, nos damos cuenta de que hemos salido de la sombra y miramos hacia la luz. Para muchos de nosotros, nuestra gratitud no se limita a una sola temporada. Todos juntos expresamos este sentimiento de gratitud, ya que comprendemos que ¡juntos podemos hacer lo que no podíamos solos!

Les felicitamos las Navidades; les damos las gracias y nuestro afecto.

De todos nosotros aquí en la G.S.O. . . .

*Susan Cheryl Ann Curtis Lois Elean Lyla
 Jimmie Phyllis John Vincent Frank Betty Helen Bob*



La Reunión de Servicios Mundiales Hace Un Inventario Util

Treinta y ocho delegados de 25 países se reunieron en el Roosevelt Hotel en la ciudad de Nueva York, los días 21-25 de octubre, 1984, para participar en la Octava Reunión de Servicios Mundiales de A.A. Actúan de eslabones en una cadena de A.A. que se extiende a todas partes del mundo, para llevar el mensaje de A.A. a los alcohólicos que aún sufren, dondequiera que estén.

Miembros del personal también asistieron a la Reunión, en calidad de observadores.

El tema, "La Reunión de Servicios Mundiales Hace Su Inventario," resultó ser un foco apropiado para los miembros de la R.S.M., mientras se concentraban durante cinco días en reuniones de comité, presentaciones/discusiones, mesas de trabajo y sesiones de compartimiento. Gordon Patrick, coordinador no alcohólico de la Junta de Servicios Generales, EE.UU./Canadá, abrió la Reunión el domingo por la tarde. John H., de Africa del Sur, en su discurso inaugural, desafió a los miembros de la R.S.M. a que miraran cuidadosamente a los objetivos de la R.S.M. y a las realidades de hoy en día — un desafío que fue aceptado durante los cuatro días siguientes.

A pesar de un programa que les ocupó bastante, la mayoría de los delegados se las arreglaron para visitar los sitios de A.A. notables en el área y para asistir a reuniones de A.A. locales. Una visita a la G.S.O., una excursión a *Stepping Stones* (la casa de Bill y Lois), una sesión de compartimiento con los custodios de la Junta, EE.UU./Canadá, y un banquete/baile en honor de Bill W., organizado por el Intergrupo de Nueva York, fueron momentos memorables para nuestros visitantes internacionales de A.A.

Deseoso de asistir a una reunión de medianoche en Nueva York, Ramnath R., de Trinidad/Tobago, fue acompañado a una, en la cual, con gran asombro suyo, se encontró con una multitud de gente de raro aspecto, vestida de una manera muy curiosa — fue la fiesta de Halloween (de disfraces) del grupo. El próximo día, Ramnath confesó que se había quedado hasta las 2:30 de la mañana. Fue para él una experiencia singular, y lo pasó en grande.



Los siguientes países mandaron representantes a la Reunión de 1984: Argentina, Australia, Africa del Sur, Alemania del Oeste, Bélgica, Brasil, Canadá, Colombia, El Salvador, Escocia, Estados Unidos, Finlandia, Francia, Guatemala, Inglaterra, Irlanda, Islandia, Italia, México, Nueva Zelanda, Noruega, Suecia, Suiza, Trinidad/Tobago, y Uruguay.

Algunos temas se derivaron del inventario riguroso de la Octava Reunión de Servicios Mundiales. Los más notables son: (1) el servicio como privilegio más que honor; (2) retorno a lo básico — la importancia de alcanzar al principiante; (3) la calidad de compartimiento en A.A.; (4) la importancia de la literatura y los materiales audiovisuales de A.A.; (5) la necesidad de animar a los demás países para que desarrollen sus propias estructuras de servicio.

Las agendas de los comités de la R.S.M. estuvieron completamente llenas. He aquí algunas de las recomendaciones formuladas por los miembros trabajadores de los comités:

1. Se celebrará la Novena Reunión de Servicios Mundiales en Guatemala, los días 19-23 de octubre, 1986; el tema será "El Servicio por Medio de la Humildad y el Amor."
2. Se elaborará un librito que destaca el objetivo, la historia y las recomendaciones de la R.S.M.
3. Los países que no tienen comités de centros de tratamiento y de instituciones carcelarias, deben establecerlos, para poder alcanzar más eficazmente a los alcohólicos en instituciones.
4. Se suministrará la traducción simultánea en las sesiones generales, las reuniones de comité y las mesas de trabajo, de la Novena Reunión de Servicios Mundiales.
5. Los grupos de A.A. deben llegar a tener una conciencia más amplia de la necesidad de mantener la R.S.M. económicamente, para mejorar comunicaciones respecto a su importancia.

Los miembros de comité discutieron muchos otros asuntos, por ejemplo: (1) métodos para alcanzar a alcohólicos en comunidades que no tienen grupos o miembros de A.A.; (2) métodos para llevar el mensaje a minorías étnicas dentro de los países; (3) requisitos para participar en la Reunión; (4) la creación de un fondo especial para ayudar a los países que no pueden cubrir los gastos de asistir a la R.S.M. (se llegó a la conclusión de que crear un fondo así sería contraproducente para el principio de automantenimiento de la Reunión).

El jueves, a última hora de la tarde, los miembros de la R.S.M. se reunieron para la sesión de clausura. Los delegados que estaban cumpliendo sus mandatos (para dos Reuniones, o cuatro años) dijeron adiós; expresaron su gratitud por haber servido, y su alegría y tristeza por tener que despedirse. Se podía ver claramente que los días de inventario habían hecho bien a la Reunión

de Servicios Mundiales. Al clausurar la Reunión con la Oración de Serenidad, todos los participantes sintieron la unidad mundial de A.A. Los miembros se tomaron las manos, formando un círculo, y se rezó la oración en todos los idiomas representados en la Reunión.

La Octava Reunión de Servicios Mundiales había concluido, pero los miembros sabían que llevarían el espíritu de la R.S.M. a sus países cuando regresaran. El fin fue también un comienzo para los delegados, que se preparaban para llevar el mensaje de la Reunión a sus países, para que A.A. pudiera seguir alcanzando a los alcohólicos que aún sufren, dondequiera que estén.

Traducción de Literatura A.A. Discutido por la Comisión Iberoamericana

En cumplimiento de la recomendación del Tercer Encuentro Iberoamericano de Servicios Generales, nueve delegados latinoamericanos a la Octava Reunión de Servicios Mundiales se reunieron en sesión como miembros votantes de la Comisión Iberoamericana de Traducciones y Adaptación de la Literatura A.A., aprovechando que la noche del jueves 25 de octubre de 1984, la tenían libre de otras actividades.

Los países representados fueron Argentina, Colombia, El Salvador, Guatemala y México. Los miembros eligieron como coordinador (sin voto) a Vicente M. del personal de la G.S.O., asignado a asuntos de habla hispana.

Entre los puntos tratados y que se acordaron, están los siguientes:

1. El delegado de Colombia, Ivan C., presentó traducciones del Preámbulo de A.A., de los Doce Pasos y de las Doce Tradiciones para ser considerados por la comisión. Este trabajo fue enviado a las diferentes oficinas de servicios generales para su estudio y aprobación.
2. Se llegó al acuerdo de que cualquier país que haga una traducción de un nuevo folleto aprobado por la Conferencia, la envíe a todos los países iberoamericana-

El **Box 4-5-9** es publicado cada dos meses por la Oficina de Servicios Generales de Alcohólicos Anónimos, 468 Park Avenue South, New York, N.Y.

© 1984 Alcoholics Anonymous World Services, Inc.

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

Subscripciones: Individual, U.S. \$1.50 por año; grupo, U.S. \$3.50 por cada diez copias. Cheques: Hacerlos a favor de A.A.W.S., Inc., y deben acompañar el pedido.

nos, así como informar sobre las traducciones que está iniciando.

3. Que se intercambie con las diferentes estructuras de servicio, los precios de venta por unidad de la literatura.

4. Se acordó que el Comité Centroamericano de Literatura, con sede en Costa Rica, sea parte integrante de la Comisión Iberoamericana de Traducciones y Adaptación de la Literatura A.A.

5. Se sugirió que la palabra "Preámbulo" refleja la traducción más adecuada de los que en A.A. acostumbramos a llamar "definición," "introtito," "enunciado," etc. y que se haga conocer de esto a los O.S.Gs. de los países iberoamericanos para su uso si lo consideran adecuado.

En Julio de 1985 los A.As. Viajarán a Montreal Por Tierra, Mar y Aire

Las mismas planificaciones para transportar y alojar a los más de 30,000 A.As. que planean reunirse en Montreal, Que., para la Convención Internacional del Quincuagésimo Aniversario de A.A., los días 4-7 de julio, 1985, presentan complicaciones casi abrumantes. Para empezar: ¿Cómo llegarán todos a la ciudad? ¿Dónde se hospedarán? ¿Cómo circularán por la ciudad?

Muchos de los A.As., provenientes de más de 30 países, viajarán en avión. Otros, que viven más cerca de Montreal, viajarán en coche, en bicicleta o en tren. Mientras crece el entusiasmo, algunos A.As. emprendedores están planeando viajes personalizados: Por ejemplo, un grupo de Long Island, N.Y., está examinando la posibilidad de fletar un avión particular; a un hombre de Wisconsin, le atrae la idea de ir y volver corriendo; y una mujer que vive en Maine se preguntaría si su plan de cubrir la distancia andando les molestaría a los de vanguardia. Hasta la fecha nadie ha mencionado viajar a caballo; pero es una posibilidad.

En septiembre, la G.S.O. envió por correo los formularios de registración y hospedaje, en inglés, español y francés. Muchos A.As. ya han elegido alojarse en unas de las 13,000 habitaciones de hotel contratadas a precio rebajado para los que asistirán a la Convención.

Otros más pueden interesarse en acampar en uno de los 20 campings, que se encuentran situados a una distancia de no más de 25 millas de Montreal y de uno de los tres trenes subterráneos que facilitan transporte rápido y barato al Estadio del Parque Olímpico y al Centro de Convenciones, donde los eventos tendrán lugar. Para más información sobre los sitios de camping, escriba a la G.S.O., Box 459, Grand Central Station, New York, NY 10163.

Pedimos a los que quisieran reservar las "suites de hospitalidad" que llenen la sección apropiada del formulario de registración, o que llamen por teléfono a los hoteles directamente para reservarlos. Para reservar las habitaciones de hotel, es necesario, por supuesto, emplear la sección de alojamiento del formulario de registración.

Por favor, no separe la parte del formulario concierne a hospedaje. El formulario de registración y hospedaje debe ser devuelto completo, ya sea que usted necesite hospedaje o no, a: International Convention, P.O. Box 1985, Station D, Buffalo, NY 14210-1985. Por favor, *no* envíe el depósito para la habitación con su cuota de inscripción. El hotel en el cual va a alojarse, se pondrá en contacto con usted, respecto al depósito.

Cualquiera que sea el modo de transporte que elijan, dondequiera que se alojen, los A.As. gozarán con un compartimiento más amplio que en cualquier Convención anterior. Todas las mesas de trabajo se efectuarán en el Centro de Convenciones. Las reuniones de interés particular y los alkathons se celebrarán en las salas de baile de los siguientes hoteles: Sheraton Centre, Meridien, Bonaventure, Hotel du Parc. Las reuniones maratónicas tendrán lugar en el Hyatt Regency. El viernes y el sábado por la noche, y el domingo por la mañana, nos reuniremos en el Estadio del Parque Olímpico.

Para Anon/Alateau se celebrarán en el Queen Elizabeth Hotel y el Chateau Champlain Hotel.

Además de las disposiciones que tomamos para facilitar la comunicación verbal — en cuatro idiomas, y en señas para los que sufren de impedimentos auditivos — hablaremos el lenguaje del corazón, que asegurarán el compartimiento entre todos los A.As. asistentes, sea cual sea su lengua materna.

Idea para aniversario de oro

El Comité de Información Pública de custodios sugiere que su grupo puede encender una velita — o tal vez 50 velitas — para celebrar el 50º aniversario de A.A. en una reunión cercana a la gran fecha: 10 de junio de 1985.



Calendario de A.A.

X Convención Hispana de California, los días 12, 13 y 14 de abril de 1985, en Santa Clara, California
Dirección: Comité Organizador, 1151 C St., Hollister, CA 95023

Biografía de Bill W. — Perspectiva Nueva Sobre El Hombre y Su Visión

“... Nunca olvidaré el día en que conocí a Bill W. por primera vez. Sobrio desde hacía algunos meses, me entusiasma tanto con la idea de conocer, realmente, al co-fundador, que le expresé, en un torrente de palabras, ... mi gratitud imperecedera ... Cuando acabé agotado, me cogió la mano y me dijo sencillamente, ‘Páselo a los demás.’” —extracto de una carta a la G.S.O.

Por fin la tenemos — la biografía definitiva, aprobada por la Conferencia, de Bill W., que hemos esperado durante mucho tiempo. Apropiadamente, se ha sacado el título, “*Pass It On*” (Páselo a los demás), de un relato que narra un encuentro casual entre Bill y uno de los miles de A.As. cuyas vidas él afectó directamente.

Compuesto de 25 capítulos, “*Pass It On*” (disponible en inglés solamente) describe a Bill no sólo como visionario, sino también como ser humano, un hombre que se esforzaba durante toda su vida sobria por vivir de acuerdo con los principios del programa que co-fundó, y en la formulación del cual tuvo una parte significativa.

“*Pass It On*,” la primera biografía de Bill publicada por A.A., es un libro extenso y fiel, ya que los escritores disponían de los papeles de Bill y de otro material archivado, durante los cinco años de preparación del libro. (Por supuesto las publicaciones de A.A. nunca se atribuyen a sus autores, quienes se mantienen anónimos.)

El plan original, aprobado por la Conferencia de Servicios Generales de 1977, había sido preparar una biografía conjunta de los dos co-fundadores. Al empezar a documentarse para el libro, los investigadores se dieron cuenta de que este plan no sería práctico, y la Conferencia de 1979 aprobó la redacción de dos libros distintos. “*Dr. Bob and the Good Oldtimers*,” primero en publicarse, apareció en 1980.

Bob P., coordinador de Servicios Generales, dice: “Pareció extraño tener una biografía definitiva de uno de los co-fundadores y no del otro. Ahora tenemos las dos, y les digo, ‘*Pass It On*’ me parece un libro muy emocionante.”

Hace notar que Bill W. “fue considerado uno de los diez hombres más importantes del siglo XX.” No obstante, añade él con una sonrisa, “La mecanógrafa que preparó la primera redacción del libro fue movida a decir, ‘Qué lástima que él no hiciera nada de provecho en su vida.’”

Los grupos de A.A. pueden obtener ejemplares de “*Pass It On*” a \$5.50 cada uno. Venta por menor, \$6.50. El libro nuevo está disponible en la G.S.O. y en las oficinas centrales/de intergrupo.

Cuatro Foros Regionales Planeados Para 1985

Los Foros Regionales consolidan los Tres Legados de la Comunidad: Recuperación, Unidad y Servicio. Ofrecen a los representantes de grupo o de área de A.A. y a los individuos en una región particular, una oportunidad singular para compartir sus intereses y preocupaciones con el personal, los custodios y los directores de la G.S.O. y del Grapevine. Por medio de este intercambio de ideas e información, se destaca el propósito común de todos los trabajos de servicio de A.A.

Información sobre cada Foro Regional se enviará por correo, con aproximadamente dos meses de anticipación, a R.S.Gs., miembros de comité de área, delegados y oficinas centrales. En 1985, los Foros de fin de semana que se efectuarán son, en orden cronológico:

- *Región Noreste* — los días 15-17 de febrero, 1985: Radisson Wilmington Hotel, Wilmington, Del.
- *Región Este Central* — los días 3-5 de mayo, 1985: Downtowner Motel, Green Bay, Wis.
- *Región Oeste Central* — los días 13-15 de septiembre, 1985: Holiday Inn, Sheridan, Wyo.
- *Región Suroeste* — los días 6-8 de diciembre, 1985: Dallas/Fort Worth Airport Hilton Hotel, Dallas, Tex.

Para más información, escriba, por favor, a: Regional Forum Coordinator, Box 459, Grand Central Station, New York, NY 10163.

Se Honra a A.A. Como Pionero de los Grupos De Ayuda Propia

A.A. fue honrado recientemente por su contribución al campo del alcoholismo y por haber preparado el terreno para otros grupos de ayuda propia. En nombre de la Comunidad, Joan K. Jackson, Ph.D., custodio no alcohólico, aceptó el premio Declaración de Reconocimiento, 12" x 16" enmarcado, presentado por ALMACA (*Association of Labor-Management Administrators and Consultants on Alcoholism* — Asociación de Administradores de Dirección y Trabajo y Consultores Sobre Alcoholismo).

La Dra. Jackson observa, “Esta es la primera vez, que yo sepa, en que A.A. ha sido honrado no sólo por sus trabajos con alcohólicos, sino también por haber dado ejemplo — en algunos casos un modelo — para otros grupos de ayuda propia, tales como *Overeaters Anonymous* (para los que comen excesivamente), *Gamblers Anonymous* (para los adictos al juego) y *Narcotics Anonymous* (para los drogadictos), por nombrar unos pocos.”

En su Declaración de Reconocimiento, ALMACA "reconoce que los Programas de Ayuda para Empleados deben una gran parte de su éxito a la accesibilidad de grupos locales de A.A. en todas partes, y a la eficacia probada del programa de recuperación de A.A."

Además, la declaración dice, "Durante los casi 50 años desde que la Comunidad de Alcohólicos Anónimos nació sin pretensiones en Akron, Ohio, A.A. ha compartido liberalmente sus conocimientos y experiencia con cualquier persona profesional — o cualquier alcohólico — que lo haya deseado. Este espíritu de cooperación generoso ha contribuido al desarrollo reciente de grupos de ayuda propia parecidos."

Un representante de ALMACA hizo notar que el difunto antiguo custodio (Clase B) de A.A., Edward S., que falleció en junio, poco después de la presentación del honor, había sido antiguo presidente nacional de ALMACA. La dirección que Ed prestó a la organización contribuyó mucho a su desarrollo.

Se Van Finalizando los Directorios

Las áreas ya están devolviendo a la G.S.O. los impresos de computador, que se han revisado a fin de que contengan la información de grupo más reciente, así alimentando nuestro computador con el material que requiere para preparar los directorios de A.A. de 1985.

Los directorios confidenciales, cuidadosamente compilados, son guías útiles a grupos y contactos individuales. Para muchos viajeros de A.A. en ciudades extranjeras, el directorio del área puede ser una cuerda de salvamento.

Entonces, delegados, si ya no han devuelto sus impresos, por favor, recuerden que esta información debe llegar a la G.S.O. no más tarde que el *15 de enero de 1985*. Más temprano, mejor.

Satisfacción del Trabajo Es una Realidad para Director Artístico del GV

"La oportunidad de integrar dos de las fuerzas mayores de mi vida — A.A. y mis aptitudes para el arte y el diseño — es más de lo que hubiera podido esperar," dice Gene A., quien asumió la responsabilidad de redactor artístico del Grapevine el pasado abril.

"Gene es talentoso y es un placer trabajar con él," dice Ann W., la redactora del Grapevine. "Tan bien se adaptó al trabajo, como un veterano del Grapevine desde el comienzo, que, en realidad, nunca pareció que era nuevo."

A propósito de su historia, Gene dice que era el

cuarto de cinco hijos, nacidos y criados en Buffalo, N.Y. Después de haber servido en el ejército estadounidense, vino a Nueva York para estudiar arte y diseño gráfico; luego, creía, "me marcharía." Pero se quedó, y trabajó para varias revistas, para agencias de publicidad y como independiente.

"En algún momento de mi carrera me envicé en la bebida y en los anfetaminas, y mi vida se transformó en locura. En 1975, me puse sobrio en A.A. y, desde entonces, todo ha cambiado. La Comunidad es el centro de mi existencia; me ilumina el camino adecuado."

Lo que más le gusta a Gene de su trabajo de Grapevine es "la oportunidad de utilizar e integrar varias aptitudes e intereses, como ilustración, arte gráfica, conocimiento de los diferentes tipos, y fotografía." Ha viajado a Africa y a las Islas del Caribe y actualmente está ampliando algunas de las diapositivas que sacó mientras viajaba.

Casa Abierta de la G.S.O. Dice a 750 A.As. Que Están en Su Casa

No habría quedado asiento en la G.S.O. durante la Casa Abierta, el 29 de septiembre, si una escuela cercana no hubiera ofrecido sitio adicional. Más de 750 A.As., provenientes de muchas partes de los EE.UU., y algunos de Canadá y México, estuvieron presentes para visitar la Oficina de Servicios Generales, de las 9:00 de la mañana hasta las 3:30 de la tarde.

Las oficinas fueron mostradas a los visitantes — después de que habían tomado una taza de café — empezando con las oficinas del personal del G.S.O., siguiendo al Departamento de Despachos, las oficinas del Grapevine, y los archivos.

Nuestra red de computador — que se va ampliando — interesó bastante a muchos de los visitantes. Todos recibieron paquetes de literatura gratis de la G.S.O. y el Grapevine.

De acuerdo con la costumbre de los últimos años, el Comité de Servicios Generales de Nueva York Sudeste fue anfitrión de un almuerzo, del cual todos disfrutaron. Mientras comían ensaladas, sandwiches y fiambres y tomaban, como siempre, café, los visitantes y el personal se conocieron, reanudaron amistades, y compartieron experiencias, personales y de grupo.

Desde la 1:00 hasta las 3:00, los visitantes se reunieron en el auditorio de la escuela. Bob P., que retiene la responsabilidad del coordinador de Servicios Generales, presentó su sucesor al puesto de gerente general de la G.S.O., John B. Luego, miembros del personal de la G.S.O. y del Grapevine describieron sus cargos, y comunicaron los placeres y problemas de suministrar

servicios a los más de 58,500 grupos inscritos de A.A. en todas partes del mundo.

Para que los miembros del personal no excedieran los tres minutos asignados, la coordinadora de la Casa Abierta tenía una campanilla a su disposición; cuando era necesario, ella sonreía, y la tocaba claramente. Durante la discusión que siguió, los visitantes hicieron muchas preguntas, principalmente referentes a la literatura aprobada por la Conferencia, los servicios para los que sufren de impedimentos auditivos, y la Convención Internacional en Montreal.

Entretanto, unos cien miembros de habla hispana se

reunían y asistían a una presentación informativa en español, sobre los varios servicios y cargos; en esta sesión también había bastante tiempo para preguntas y respuestas.

Se exhibieron dos tiras filmicas: la recién preparada "Su G.S.O. Hoy en Día" y "Huellas en la Jornada" (una historia de A.A.), con narración en inglés o en español.

Mientras se alargaban las sombras de la tarde, los visitantes y el personal se despidieron, hasta la próxima. Como siempre, todos estuvieron de acuerdo de que esta era la mejor Casa Abierta que se había celebrado.

Doce Sugerencias para Pasar las Navidades Sobrio y Alegre

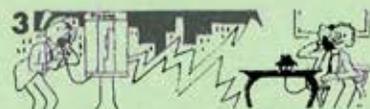
Puede que a muchos miembros de A.A. les parezca lóbrega la idea de pasar las fiestas navideñas sin alcohol. Pero muchos de nosotros hemos pasado sobrios las fiestas más felices de nuestras vidas — algo que nunca habríamos podido imaginar o querer cuando bebíamos. He aquí algunas sugerencias para divertirse grandemente sin una gota de alcohol.



1. *Participe en más actividades de A.A. durante las fiestas.* Planee llevar a algunos principiantes a las reuniones, atender al teléfono en un club u oficina central, dar una plática, ayudar con la limpieza, o visitar el pabellón alcohólico de un hospital.



2. *Sea anfitrión para sus amigos de A.A., especialmente los principiantes.* Si no dispone de un local en donde pueda dar una fiesta formal, invite a alguna persona a un café.



3. *Siempre lleve consigo su lista de teléfonos de A.A.* Si siente un vivo

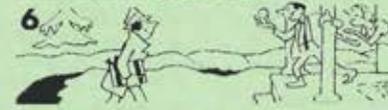
deseo de beber, o le entra pánico — llame inmediatamente a un miembro de A.A.



4. *Infórmese sobre las fiestas, reuniones u otras actividades navideñas especiales planeadas por grupos en su área, y asista a ellas.* Si es tímido, lleve consigo otra persona que es más recién llegada que usted.



5. *Evite cualquier ocasión para beber que le ponga nervioso.* ¿Recuerda lo ingenioso que era para dar excusas cuando bebía? Ahora, haga buen uso de esta aptitud. Ninguna festividad es tan importante como salvarse la vida.



6. *Si tiene que ir a una fiesta en donde hay bebidas alcohólicas y no puede ir acompañado de un A.A., tenga a mano caramelos.*



7. *No piense que tiene que quedarse hasta muy tarde.* Arregle de an-

temano una "cita importante," a la que tenga que acudir.



8. *Vaya a una iglesia o templo.* Cualquiera que sea.



9. *No se quede en casa triste y melancólico.* Lea aquellos libros que siempre ha querido leer, visite un museo, de un paseo, escriba cartas.



10. *No se preocupe ahora por todas esas tentaciones de las fiestas.* Recuerde: "un día a la vez."



11. *Disfrute de la verdadera belleza del amor y de la alegría de la Navidad.* Tal vez no pueda hacer regalos materiales — pero este año puede regalar amor.



12. *"Habiendo obtenido un..."* No hay que explicar aquí el Paso Doce, puesto que ya lo conoce.