

Plenitud[®] AA

¡Plenitud está contigo!



Plenitud AA© es una publicación de Central Mexicana de Servicios Generales de Alcohólicos Anónimos, AC.
Contacto: plenitud.digital@plenituda.org.mx
Teléfono: (01 55) 52 64 89 13 extensión 152 Lada sin costo: 01 800 286 79 62

Vivir en plenitud

Cómo cultivar la tolerancia	7
El libro de Joaquín	8
¿Es inútil el dolor?	10
Los locos que tienen la razón	12
Viaje a través de las doce promesas	13
De buen humor	19

Llevando el mensaje

¡Debemos llevar el mensaje a Cuba!	20
Cuba abre sus puertas al mensaje de Alcohólicos Anónimos	23
Alcohólicos Anónimos en Cuba: sueño realizado	27
Cuando cualquiera, donde quiera...	31
Cómo llegó el mensaje a Chupaderos	34
La importancia del mensaje	37
Gratitud a todos los alcohólicos anónimos de México	40
Las peripecias de un Libro Grande	42
Volver a empezar...	44
Amanecer feliz en Panixtlahuaca	50
De buen humor	53

La familia

¿Y la familia?	54
De buen humor	56

Compartimiento

Pregúntale a un alcohólico anónimo si Dios ha muerto	57
Regreso a lo fundamental	61
En el yunque del dolor	64
De buen humor	68

Páginas de la historia

La última charla extensa del Dr. Bob	69
Los inciertos orígenes de la Oración de la Serenidad	78

Alcohólicos Anónimos en México llega a su mayoría de edad	82
La fundación Stepping Stones	90
De buen humor	93
Recuperación	
Un cambio de juicios y actitudes	94
Sólo veinte preguntas	96
¿Cómo disfrutar la vida sin alcohol?	98
Programa de preguntas sorpresa para reuniones de Alcohólicos Anónimos	101
De buen humor	104
La mujer en Alcohólicos Anónimos	
El alcoholismo femenino	105
Todo sea por el béisbol	106
Encontré lo que no estaba buscando	108
La mujer dentro de Alcohólicos Anónimos	110
¿Por qué no se quedan las damas en Alcohólicos Anónimos?	119
Primavera a los 40	121
¿Y tú en qué paso vas?	123
De buen humor	126
Criterios profesionales	
Teoría del resentimiento	127
El perdón, característica humana superior	134
Hijos de alcohólicos	137
Me casé con un alcohólico... ¿qué hacer? (Primera parte)	141
Me casé con un alcohólico... ¿qué hacer? (Segunda parte)	143
Punto de vista sobre el alcoholismo en la mujer	146
De buen humor	152
Servicio	
Falta de interés en los servicios de estructura	153
¡Gracias, Bill!	160
Mientras lavas tu mano izquierda...	162
La recuperación en el servidor	164
Servidores, no senadores	168
De buen humor	170
Los amigos de Alcohólicos Anónimos	
Echemos mano de nuestra riqueza interior	171
La unidad en el servicio	174
De buen humor	176
Sesión de estudio	
Una guía diseñada del Libro Grande (Primera parte)	177
Una guía diseñada del Libro Grande (Segunda parte)	183
Una guía diseñada del Libro Grande (Tercera parte)	189
Una guía diseñada del Libro Grande (Cuarta parte)	194
Una guía diseñada del Libro Grande (Quinta parte)	198
Una guía diseñada del Libro Grande (Sexta parte)	203
Una guía diseñada del Libro Grande (Séptima parte)	209

Una guía diseñada del Libro Grande (Octava parte)	216
Una guía para recuperarse de una recaída (Primera parte)	219
Una guía para recuperarse de una recaída (Segunda parte)	229
Reflexiones	
¿A cuántos hemos ahuyentado?	237
El malestar común	239
Es sencillo aceptar cuando no te queda de otra	241
Fumar... ¿un placer o un problema?	244
Las tradiciones y mi egoísmo	247
Los principios espirituales como yo los entiendo	249
Manos que dan nunca están vacías	252
Mitos en Alcohólicos Anónimos	254
Instituciones	
Nuestro presente es gratitud	257
Un 10 de mayo en las Islas Marías	261
La tribuna es tuya	
De las tinieblas a la luz	263
El demonio de la negación	265
El hombre no vale por lo que tiene sino por lo que sirve	269
Para aquel niño que fui y que aún no ha muerto	271
¿Qué pasa con los recaídos?	273
Tuve que rendirme ante Dios	275
Un pastel para Lupe	277
El espíritu de la séptima tradición	279