

Plenitud[®] AA

¡Plenitud está contigo!



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

Al recién llegado

Palabras de bienvenida	7
Por primera vez	8
Una trampa para tramposos	10
El incrédulo	13
El plan de las 24 horas	21
¡Lagunas mentales!	28
Un despertar espiritual en "La corcholata"	32
Al recién llegado	35

Reflexiones

¿Qué está sucediendo con nuestros grupos?	37
Alcohólicos Anónimos es una terapia de grupo	40
Los diosibonos	42
La depresión	45
¿Ruptura conyugal? Sugerencias	48
Cómo liberarme del egoísmo	51
Los borrachos vistos desde la acera de enfrente	54

Recuperación

Los alcohólicos y el suicidio	60
Mi verdadero fondo de sufrimiento	64
Mi quinto paso	67
El gran día	71

Alcohólicos Anónimos en todas partes

Experiencias de Alcohólicos Anónimos en Cuba	73
La literatura de Alcohólicos Anónimos en Cuba	77
Ahora estoy en paz...	79

Instituciones

Experimentando el cambio	81
Los alcohólicos anónimos pioneros también trabajamos en las instituciones	82
Caminando hacia una nueva vida	85

Dios y el grupo no están jugando a ayudarme	89
Fue necesario perder la libertad para encontrarla	91
Alcohólicos Anónimos en instituciones	93
Los jóvenes en Alcohólicos Anónimos	
Las juntas son el calmante de mi enfermedad	95
Tragedia de nuestros jóvenes alcohólicos	98
Una tragedia que los jóvenes no podemos evitar	104
Los jóvenes en Alcohólicos Anónimos	107
Vivir en plenitud	
Las doce gratitudes	108
Mi amigo me estaba escuchando... (Cómo reparar daños a un difunto)	109
Un yo que busca un tú... para formar un nosotros	117
La materia prima de Alcohólicos Anónimos es el amor	119
El compañero que más se aprecia	121
En acción	123
Compartir es la clave	
¡No lo puedo creer, hasta el diablo me pasó el mensaje!	126
El bribón chofer	130
El moribundo y el recaído	132
Tocar fondo y despertar	135
Las tradiciones	137
Apadrinamiento	
El apadrinamiento es el lenguaje del corazón	141
¿El apadrinamiento un arte en extinción?	142
Mi primera junta	144
Páginas de la historia	
Tres décadas de Alcohólicos Anónimos	148
50 años de tradiciones de Alcohólicos Anónimos en México	153
Cuando Alcohólicos Anónimos llegó a la mayoría de edad en México	157
Convenciones nacionales	161
Entrevista a Robert Smith "Smithy" y su esposa Betty	164
Los alcohólicos y Dios	169
A 46 años de la muerte del Dr. Bob	175
Los grandes amigos de Alcohólicos Anónimos	
Adivina adivinador. Apuesto a que me conoces	177
El escuadrón de la muerte	179
Servidores, artistas anónimos	181
Criterios profesionales	
Causas del alcoholismo (Primera parte)	183
Causas del alcoholismo (Segunda parte)	186
Alcohólicos Anónimos en Navidad	
Quiero ser un niño en Navidad	191
La Oración de la Serenidad, una interpretación personal	194
Navidad en Alcohólicos Anónimos	197
Llevando el mensaje	

El mensajero nocturno	201
El visitante madrugador, una experiencia en los mixes	204
Alcohólicos Anónimos en Chiapas	206
El cerrito y yo	216
Alcohólicos Anónimos en Morelos	217
Vamos a la Convención Nacional	221
La mujer en Alcohólicos Anónimos	
La acción para el cambio	223
Una niña de la familia acomodada	228
La mujer en Alcohólicos Anónimos	231
La tribuna es tuya	
Primer paso puerta hacia la libertad	233
Dios al fin te encuentro	235
El problema de los eruditos	238
Sesión de estudio	
Una guía diseñada del Libro Grande, mi quinto paso	240
Una guía diseñada del Libro Grande, mi sexto y séptimos pasos	243
Una guía diseñada del Libro Grande, mi octavo paso	247
Una guía diseñada del Libro Grande, mi noveno paso	252
Una guía diseñada del Libro Grande, mi décimo paso	257
Una guía diseñada del Libro Grande, mi undécimo paso	260
Una guía diseñada del Libro Grande, mi paso doce	264