

## Introducción

*Un día a la vez en Al-Anon*, el cuarto libro y el primero de lectura diaria de Al-Anon, se publicó en septiembre de 1968. Compilado por la Coordinadora del Comité de Publicaciones con el aporte de muchos otros miembros, su formato de una página por día ofrecía aplicaciones prácticas de los principios espirituales de Al-Anon. *Un día a la vez* se convirtió con rapidez en uno de los libros más queridos de nuestra hermandad.

La enfermedad familiar del alcoholismo es tan desafiante hoy como lo era entonces, y los principios que ayudaron a nuestros miembros pioneros siguen siendo relevantes. Sin embargo, mucho ha cambiado desde 1968. En esa época, la mayoría de los miembros de Al-Anon eran esposas de maridos alcohólicos. Algunas actitudes y costumbres prevalentes en aquel tiempo pueden parecer anticuadas o excluyentes para los estándares actuales. Por lo tanto, puede ser útil considerar este libro en el contexto de su época y, como decimos en Al-Anon, «toma lo que quieras y deja el resto».

Los relatos compartidos en este libro a menudo se reforzaron con citas. Debido a que existía muy poca literatura de Al-Anon en aquellos tiempos, también se utilizaron fuentes externas. Las citas fueron seleccionadas por su coherencia con los principios de Al-Anon, y no implicaban ningún patrocinio del autor ni del volumen citado. Al-Anon siempre ha sido un programa espiritual para personas de cualquier creencia religiosa o no creyentes.

Ya en 1978, la Conferencia de Servicio Mundial expresó su preocupación de que, al introducir cambios a *Un día a la vez en Al-Anon*, cada alteración podría alejarnos aún más de la sabiduría colectiva de nuestros primeros miembros. A través de los años, la Conferencia ha aprobado, en cambio, libros de lectura diaria adicionales que reflejan el crecimiento de nuestra hermandad.

Los Doce Pasos de Al-Anon nos estimulan a comprender mejor quiénes hemos sido, para poder convertirnos en quiénes queremos ser. Deseamos que, al leer estas páginas, las palabras de nuestros primeros miembros nos ayuden a comprender mejor quiénes fuimos, quiénes somos y quiénes podemos ser.