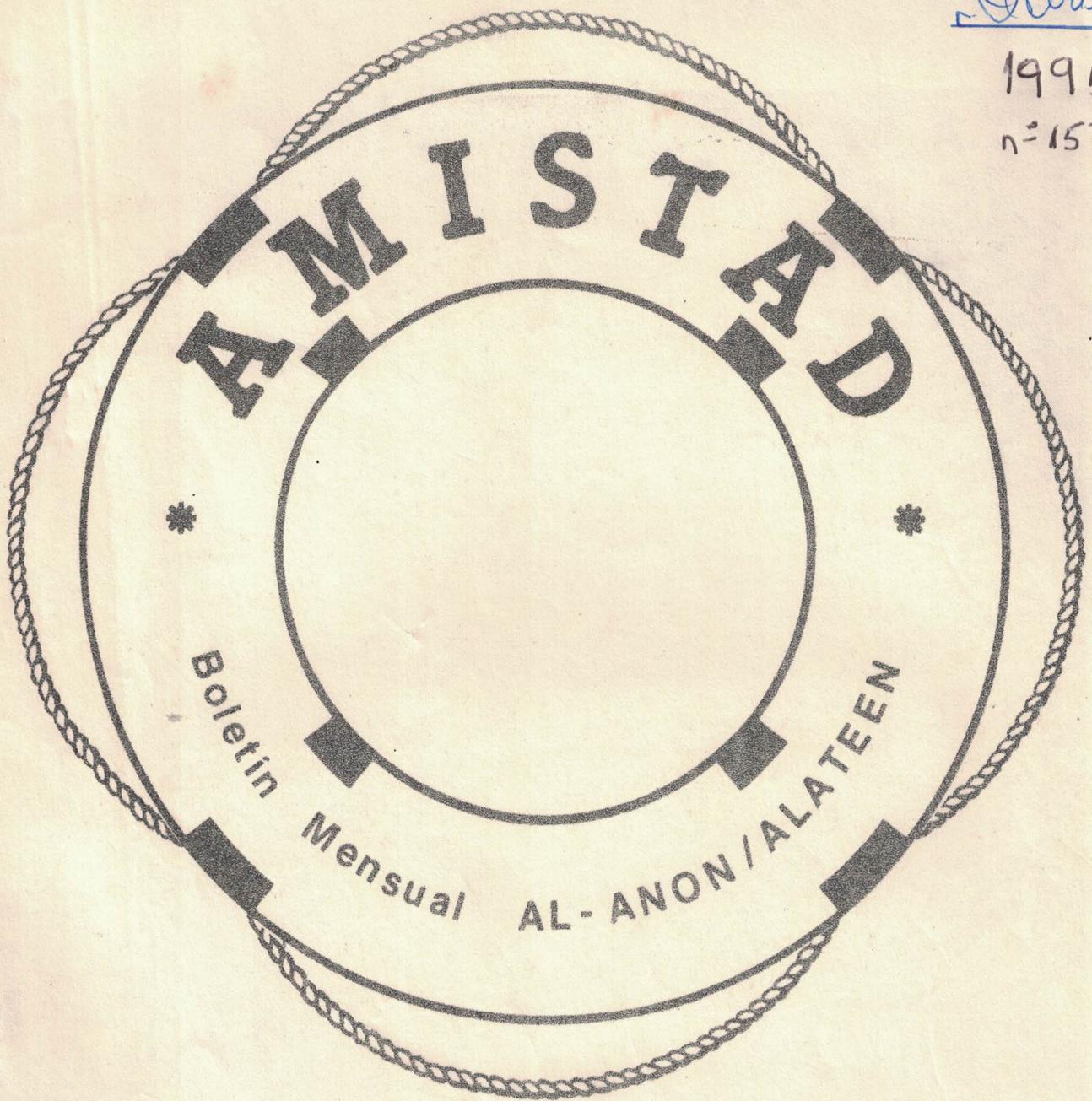


Abril

1991
n=152



De Oficina Servicios Generales AL-ANON
Para la Rep. Argentina



Diag. Roque Saenz Peña 825, 5° Piso, Of. 502, Te. 40-3359
Casilla Correo Central 3246, Bs.As.. República Argentina.

"SOLTAR LAS RIENDAS"

Hace un tiempo me propuse hacer una dieta alimenticia para rebajar de peso. A pesar que sólo se trataba de muy poca diferencia me era imposible lograr mi propósito.

Cansada de estar pendiente de ello, me aboqué a varias tareas que fueron motivándome en el desarrollo de distintas disciplinas y terminaron por ocupar mi mente de manera más variada y gratificante. Debo aclarar que entre ellas no faltaba mi Servicio en Al-Anon.

Después de algunos meses y en forma circunstancial, concurrí a la farmacia en cuya balanza siempre controlaba mi peso. ¡Oh sorpresa!, había alcanzado el peso anhelado.

Reflexioné sobre las veces que nos fijamos una meta o quedamos presos de una inquietud y resulta estéril cuanto hagamos por alcanzarla. Pero cuando dejamos de ser absorbidos por nuestra torpeza en lograrlo, y llenamos nuestro tiempo con otros pensamientos y ocupaciones, casi sin esfuerzo y sin darnos cuenta vemos coronados nuestros deseos.

Aplicar esta experiencia a no presionar al enfermo alcohólico, puede al fin darnos los frutos que ansiamos.

LOS EDITORES

UN HUMILDE HOMENAJE

Con honda tristeza participamos el fallecimiento de DON HECTOR G., fundador de Alcohólicos Anónimos en la República Argentina, acaecido el pasado 5 de Marzo del corriente año.

Quienes lo conocimos extrañaremos su generosidad, humildad y forma de ser tan especial, además del sentido de humor que poseía y su mirada benevolente con ojos danzarines.

Vaya nuestro agradecimiento por todo lo que él hizo y la cooperación que siempre brindó a nuestra Hermandad.

Su memoria perdurará por siempre junto con nuestra gratitud.

Q.E.P.D.



RINCON DE NUESTRA OSG

Continúa el listado de requisitos que señalan las Guías a Seguir para los miembros que llegan o aspiran a ser Administradores (Custodios).

- . Estar capacitado para aceptar juicios críticos y tener la amabilidad para modificar sus propias ideas para alcanzar soluciones cooperativas para el bien de Al-Anon.
- . Asistir a cada una de las reuniones regulares de la Junta, a las del Comité de Guías y de la Conferencia de Servicio Nacional.
- . Tener buena disposición para presidir y Servir en cualquiera de los Comités Permanentes.
- . Estar disponible para la OSG por un mínimo de 24 días a un máximo de 50 días durante el año.
- . Vivir suficientemente cerca de la OSG para asistir prontamente a reuniones convocadas en forma especial.

25° ANIVERSARIO DE AL-ANON EN LA ARGENTINA

¿Cómo agradecemos a Al-Anon por lo recibido?

Tenemos ante nosotros la oportunidad de brindar nuestra colaboración material individual; también los Grupos son lugares de concentración de los aportes para el Aniversario de nuestra Hermandad.

En ellos también se informará a los integrantes la responsabilidad que les cabe como parte activa de Al-Anon.

Este es un llamado a la unidad y la participación. Durante el evento mostraremos a todo interesado el Servicio que prestamos a la sociedad.

COMITE ALATEEN

"Padrinazgo"

En los miembros Al-Anon a veces falta la voluntad de comprometerse a realizar este Servicio con continuidad. Surgen temores de no saber cómo actuar ante determinadas situaciones que se plantean en el Grupo.

Por ejemplo: ¿Qué puede hacer un Padrino cuando nota que los adolescentes no utilizan el Programa para su propia recuperación? Primero, no sentirse impotente ante ello; en estos casos lo mejor que puede hacer es animar al miembro a que hable con otro chico que haya pasado por igual situación. No debe sermonearlo ni imponerle la práctica del Programa. El buen Padrino da libertad y respeto a los adolescentes sobre su crecimiento espiritual, y no se deja tentar por el control, tal como hacíamos antes con nuestro familiar alcohólico.

Este Servicio puede darnos grandes satisfacciones si ponemos nuestro corazón y brindamos todo nuestro amor al hacerlo.

Recordamos a los Distritos que el día de reunión de este Comité es el último viernes de cada mes a las 17 horas. ¡Los esperamos!

COMITE DE ARCHIVOS

La Comisión de Festejos del 25° Aniversario de Al-Anon, delegó en el Comité de Archivos y en el Comité del Boletín "Amistad" la confección del folleto conmemorativo. Este fue presentado para su consideración y aprobación.

Seguimos insistiendo en el deseo de que los miembros Al-Anon se ofrezcan como voluntarios de nuestro Comité. ¡Los esperamos!

COMITE DE CONFERENCIA

ASAMBLEA DE ELECCIONES

La guía para llevar a cabo una buena Asamblea de Elecciones, podremos encontrarla en nuestro Manual de Servicio, ya sea para Coordinadores de la misma, como para los Servidores postulantes a diferentes Servicios.

La Asamblea de Elecciones comienza a germinarse en cada Grupo a través de sus RG, que acuerdan la fecha de la misma y toda información recibida en Distrito, como así las aclaraciones o conocimientos que cada Delegado, RG o Servidor de Grupo puede dar a los asistentes, en varias reuniones.

Recordemos que cuantos más miembros Al-Anon/Alateen entiendan la importancia de los servicios, más vocación estaremos despertando, fortalecida por los beneficios recibidos en nuestra "Recuperación a través del Servicio".

Para concluir consideremos la satisfacción que ofrece la Asamblea de Elecciones: en el momento que los Servidores salientes les den la bienvenida a los Servidores entrantes en cada Servicio, AL-ANON/ALATEEN vibrará en continuo crecimiento.

Desde este rincón nuestro aplauso al cierre de la Asamblea de Elecciones de cada Distrito, y a todos ¡muchas gracias!

REUNION INTERNACIONAL DE SERVICIOS GENERALES AL-ANON - R.I.S.G.A. 1990

"Deja que los Conceptos sean nuestra Guía"

La disertación a cargo de Al-Anon de Argentina hizo mención de la importancia que tienen las minorías, y que éstas deben sentirse con libertad de expresarse si creen que ha sido tomada una decisión que pueda afectar a Al-Anon como un todo.

También se habló que aunque el Séptimo Concepto dice que los Administradores (Custodios) tienen derechos legales, en la Argentina es la Comisión Directiva quien tiene, hasta tanto Inspección General de Justicia dé su visto bueno a los Estatutos presentados por la Hermandad. El día que éstos entren en vigencia, la Junta de Custodios actuará y será responsable ante la ley en asuntos de finanzas. Los Custodios legarán la administración de rutina de nuestra OSG a un Comité Ejecutivo, y de esta manera se pondrá en práctica el Cuarto Concepto que habla de que la participación es la clave de la armonía.

Se hizo referencia a la importancia que se debería dar a la elección de los miembros ya que algunos de ellos serán futuros Delegados para la Conferencia. Del mismo modo los miembros Custodios deberán ser capaces y demostrar cualidades de liderazgo mencionadas en las páginas 8 y 9 de "Los Doce Conceptos de Servicio".

Entre otras cosas, se habló del Derecho de Decisión, de los Comités Permanentes, y de cómo Al-Anon de Argentina vivió en carne propia la sabiduría de la Ira. Garantía de la Carta de la Conferencia: "...suficientes fondos de funcionamiento, incluyendo una amplia reserva, será su principio financiero prudente". Si no hubiera sido por su Fondo de Reserva, Al-Anon de Argentina corría serio riesgo de desaparecer el año pasado, debido a la crisis económica.

Se finalizó diciendo lo provechosas que han resultado las reuniones con Tesoreros de Grupos y Distritos en las que se ha tratado la Séptima Tradición, y que cualquier duda que tengamos acerca de asuntos de Servicio consultemos a los Conceptos, ya que éstos son nuestra Guía.

Alice C.

COMITE DE PRESUPUESTO

Cifras estimadas de Aportes para Abril/91 según Presupuesto 1990/1991

- a) 150 Grupos: \$ 438.660.-
- b) 50 Aportes Personales: \$ 212.980.-

A continuación compartimos un artículo muy interesante del Boletín de la OSM "Dentro de Al-Anon" de Oct.-Nov./1990.

"No tenemos cuotas ni tarifas, pero pasamos la cesta". Como miembros, la mayoría de nosotros se encuentra tan acostumbrado a esta afirmación, que buscamos automáticamente nuestras carteras en cuanto se coloca la cesta sobre la mesa. Sabemos qué hay que hacer y damos lo que podemos. Nadie está obligado a contribuir; tampoco se ejerce presión sobre los miembros, ni se les juzga por la suma que dan.

Sin embargo, el pasar la cesta a nivel de Grupo es sólo el comienzo. En un sentido totalmente real, una vez que se han contado las contribuciones y se han entregado al Tesorero del Grupo, la estructura de Servicio Al-Anon entra en acción. El propósito de tener fondos no es para acumular dinero, sino para cubrir los gastos del Grupo y para la difusión del mensaje Al-Anon en conjunto.

Al-Anon depende de sus propios miembros y Grupos para mantener la Hermandad a todos los niveles. Debido a nuestra naturaleza espiritual y a nuestra Tradición de autosostentamiento, no aceptamos contribuciones externas. El sentido común y la conciencia de Grupo, guían la mayoría de las actividades financieras. La meta espiritual de nuestro Programa crea y encauza nuestra preocupación y cuidado por el trabajo de la estructura de Servicio de Al-Anon.

CANASTA DE PREGUNTAS

Los Grupos Al-Anon ya no reciben los Boletines "Dentro de Al-Anon" y "Al-Anon y Alateen en Acción" que se editan bimestralmente. La OSM los envía únicamente a la OSG. ¿Cómo deben proceder los Grupos interesados en tener ejemplares?, ¿se pueden fotocopiar?.

Respuesta: Los Grupos interesados pueden suscribirse para recibirlos directamente de la OSM. El precio para suscripción anual es el siguiente:

- "Dentro de Al-Anon" (individuales): U\$S 3,00
- " " " (para Grupos) : " 7,00 (esto incluye 10 copias bimestrales).

"Al-Anon y Alateen en Acción" - solamente para los Grupos: 10 copias bimestrales por U\$S 7,00 anuales.

Aquellos Grupos que deseen un ejemplar de tanto en tanto, pueden concurrir a la OSM para retirar el Boletín para sacar una fotocopia y devolverlo inmediatamente. Puede hacer esto si ya que no es Literatura Aprobada por Conferencia (LAC).

COMITE DE LITERATURA

Anticipándonos al Mes Mundial de Información Pública, queremos sugerir a ese Comité igual que a Distritos y Grupos, abstenerse de fotocopiar Afiches, insistiendo que el costo de una fotocopia es superior al precio de los mismos en la OSM.

También recordamos que contamos con un pequeño folleto titulado "¿Está Ud. Viviendo un Severo Problema de Bebida?", donde se puede colocar dirección y horarios del Grupo que es de gran ayuda para entregar a profesionales y personas que llegan por primera vez. Recordamos que este material espera por Uds.; si reducimos el stock existente podemos abocarnos a reimprimir los nuevos Afiches llegados de la OSM, cumplimentar las sugerencias dadas por Al-Anon, de utilizar nuestro material y nuestro gasto en beneficio de la Hermandad.

SECRETARIA

En el Boletín "Amistad" N° 102 del mes de Febrero de 1987 bajo Rincón Secretaría, se formó que todos los Grupos Al-Anon/Alateen Registrados en la OSM tenían asignado un código para su pronta identificación a través de la computadora, y que en caso de correspondencia con la OSM debería ser mencionado en reemplazo de su nombre.

Informamos a continuación, que la OSM ya no registra a todos los Grupos de un país cuenta con su OSC, y por ello no sigue almacenando los códigos que les fueron asignados con anterioridad. Por lo tanto en caso de correspondencia ya no es necesario mencionar el código, y en la nueva Guía de Direcciones no figurarán.

Lo antedicho EXCLUYE a Distritos y Centros de Información pues continúan Registrados y mantienen su código.

COMITE DEL INTERIOR

"Un Paso al Costado"

Es frecuente ver en los Grupos a personas que se ocupan de varios Servicios, Coordinan e intentan que todo gire en torno a sus directivas.

Estos miembros que con la mejor buena voluntad dirigen los Grupos y no dejan hacer los demás, no se dan cuenta del daño que hacen y se hacen.

Si ellos no asisten el Grupo tiende a desaparecer; no aprendieron a delegar, y por tanto a ayudar a otros a crecer. Ellos mismos se ven perjudicados porque no dejan dirigir las vidas y los actos de los otros, y no pueden confiar en los demás. No deberían olvidar que en Al-Anon no hay rango ni autoridad en los Servidores; sólo es Servicio.

Tendríamos que aprender a formar a quienes llegan y a no olvidarnos que el Grupo depende de cada uno de sus integrantes y no de alguien en especial. X

COMITE DE INSTITUCIONES

¿Cuál es el objetivo de un Grupo Institucional?, llevar el Mensaje a familiares de enfermos alcohólicos dentro de una institución.

¿Este mensaje tiene carácter transitorio?: ¡NO!, debemos hacerlo en forma responsable y permanente; no debemos olvidar este principio.

Pero puede ocurrir que la asistencia reiterada de varias personas impongan un cambio, ya que estos miembros necesitan más información y desean crecer. Es allí donde por necesidad el Grupo Institucional extiende su tarea y da lugar a un Grupo regular, pero sin descuidar el Servicio del primero.

El Grupo regular tiene sus Servidores y el Institucional cuenta con su Madrina y P.V.I., y los dos llevan adelante nuestro Mensaje de Esperanza.

COMITE DE INFORMACION PUBLICA

Con la presencia de pocos Coordinadores se retomó la tarea del Comité en el mes de Marzo. Durante la reunión se intercambiaron ideas y sugerencias para celebrar el Mes Mundial de Al-Anon en Mayo próximo, cuando cumplirá su Cuadragésimo Aniversario. Los Distritos han seguido desarrollando su labor en la colocación de Afiches, dando algunas Charlas, distribuyendo gacetillas y colaborando con AA. en Reuniones Públicas.

RINCON DE LA OSM

Continúa: "CONCIENCIA DE GRUPO: LA FORMA EN QUE TRABAJAMOS"

A medida que el tiempo transcurre y los miembros cambian, se sugiere hacer un inventario de Grupo, para que los procedimientos previos y presentes vuelvan a ser evaluados. En otras palabras, la vigencia de la decisión de la conciencia de un Grupo, depende de la voluntad del Grupo. Nada está "fundido en piedra".

Cualquier tema merece la consideración de la conciencia de Grupo; puede ser la aprobación del uso de los fondos del Grupo para enviar al RG a la reunión de Distrito o a la Asamblea de Zona; determinar si el Grupo desea una oración para la clausura y cuál será la oración que debe decirse. Pueden ser guías tales como ¿debería el Grupo tener una niñera?, ¿se anunciarán los eventos de AA. solamente si incluyen la participación de Al-Anon?, ¿debe el Grupo sostener una reunión mensual sobre los Pasos y las Tradiciones?, ¿no debería haber una colecta especial para el Servicio de Información, la Zona, la Asamblea o la OSM?.

La lista es interminable. Siempre que surja una duda todos los miembros tienen el derecho de expresar sus opiniones. Generalmente, todo Grupo señala un procedimiento para escuchar los puntos de vista de sus miembros, para no obstaculizar las reuniones. (Continuará).

Los Editores se reservan el derecho de no publicar textos que no crean convenientes pero se mantendrán en archivo. Las publicaciones van por orden de recepción.

Cuota de Socio mes de
Abril 1991: \$ 40.650.-

SUPLEMENTO ESPIRITUAL"AMISTAD"

Lema "MANTENLO SIMPLE"

El Programa de Al-Anon es simple. Nos proporciona los instrumentos para superar nuestras dificultades un día a la vez. A medida que aceptamos nuestra incapacidad y entregamos nuestra vida y nuestra voluntad a un Poder Superior, gradualmente nos vamos liberando de lo negativo, del desconsuelo, y del pensamiento fragmentado que nos impide vivir una vida serena y armoniosa. Al-Anon da resultado porque es un Programa simple y lo practicamos mejor cuando tenemos presente mantenerlo simple.

La margarita es una flor simple; sin embargo su nombre significa los ojos de Dios. Lo que sugiere que el espíritu sencillo y humilde es el que recibe la guía piadosa de Dios.

Al simplificar nuestra vida, concentrar la atención en nosotros mismos y desentramarnos de complicaciones autoderrotistas, propiciamos la presencia de nuestro Poder Superior. Sin embargo, una mente confundida, crujendo por la fricción de la búsqueda frenética de soluciones dentro del caos, tiende a distorsionar el problema, lo que lo convierte en un pábulo a pensamientos negativos y finalmente usurpa el papel de nuestro Poder Superior.

Mantenerlo simple quiere decir no tratar de pedirle nuevamente las riendas a nuestro Poder Superior; las soltamos y nos dejamos de suposiciones y de estrategias de última hora, de recriminaciones microscópicas sobre nuestros problemas, y de exagerar nuestra calamidad. Significa que permanezcamos anclados en el presente sin alboroto, concentrados en lo diáfano, la serenidad y en dirección correcta y ordenada. Al irse desprendiendo de la confusión, recobramos la paciencia perdida y empezamos a percibir nuestra situación a través de los ojos de nuestro Poder Superior.

"El Coraje de Hoy"

En Al-Anon aprendí a desprenderme del ayer y del mañana. Existen en cada semana días de los cuales no tendríamos que preocuparnos jamás. Dos días que tendrían que estar exentos de temores o pesares.

Uno de ellos es el ayer, con sus errores, sus inquietudes, sus faltas, sus pesares. El ayer se escapó de nuestras manos, se ha ido para siempre. Con todo el oro del mundo no podríamos hacer revivir el día de ayer. No podemos borrar ni uno solo de nuestros actos. No podemos quitar ni una sola palabra de las que hemos pronunciado. El ayer está más.

El otro día que no tendría que preocuparnos es el mañana, con sus adversidades posibles, sus cargas, sus lindas promesas o sus pobres realizaciones. El mañana está fuera de nuestro alcance. Mañana el sol se levantará con todo su esplendor o detrás de una pantalla de nubes, pero se levantará. Hasta el instante no tenemos poder sobre el mañana porque aún está por llegar.

Nos queda un solo día: HOY.

Cualquier persona puede librar un combate en un solo día; es cuando añadimos el peso de estos dos terribles elementos: AYER y MAÑANA.

Son las pruebas del día las que enturbian nuestra mente. La convivencia con un fami

liar querido que tiene problemas con el alcohol, se encadena con nuestro pensar negativo. El ayer nos dejó el dolor y sumamos el temor por mañana. Por eso mis hermanos en Al-Anon, vivamos el día de HOY lo mejor que podamos.

Zoila
Grupo San Miguel Arcángel
San Luis

"¿Sirve la Meditación?"

El Undécimo Paso de nuestro Programa nos explica que, "mediante la oración y la meditación tratamos de mejorar nuestro contacto conciente con Dios, según nuestro propio entendimiento de él.....". Para ahondar aún más esa suprema sugerencia, en el libro "Un Día a la Vez en Al-Anon", día 17 de Octubre, encontramos el cómo.

Con frecuencia este Paso es discutido en las reuniones, argumentando que con el peso de nuestra amargura al iniciarnos en Al-Anon, es imposible llevarlo a la práctica. Sin embargo el libro de referencia comenta que este Paso debería estudiarse desde el comienzo porque ayuda a entender los otros Pasos.

Decidí entonces incorporarlo como medida de higiene para mi espíritu. Además, como no té que mi cerebro mejoraba, decidí averiguar el por qué de este hermoso resultado.

Para no extenderme demasiado, sólo expondré que tanto en Japón como en China, las fábricas antes de hacer funcionar sus máquinas, dedican 15 minutos para que sus obreros mediten; el resultado es que la producción no sólo aumenta sino que los accidentes han disminuido notablemente. Esos 15 minutos son incorporados al sueldo.

La meditación no es superstición, sino una medida científica que cada uno de nosotros debería tener en cuenta para mejorar la presencia de Dios, tan necesaria para llevar a cabo el cambio de nuestras actitudes.

Desde que sigo esta sugerencia de Al-Anon siento que formo parte de los seres humanos. Mi familia y mis amigos detectaron mi seguridad, mi sinceridad y firmeza en mis actitudes. Y yo personalmente aprendí a disfrutar de las cosas pequeñas y de mis logros en los cambios difíciles. Es un ejercicio espiritual que resulta ser una inversión y no un gasto de tiempo.

En otras palabras, alimento mi cuerpo, pero primero mi espíritu.

Un Miembro Al-Anon.

"4 de Marzo de 1891"

En esa fecha nacía LOIS, la benemérita y Cofundadora de nuestra Hermandad Al-Anon. Con este humilde recordatorio va mi reconocimiento a la tan amada compañera.

Su amor me enseñó a ser agradecida y trato de llevar a la práctica esa gratitud a través de este bendito Programa espiritual. Amo el Servicio y deseo seguir el ejemplo de esta líder y sus enseñanzas. ¡Gracias LOIS por tu abnegación!

Leonor A., Grupo Belgrano