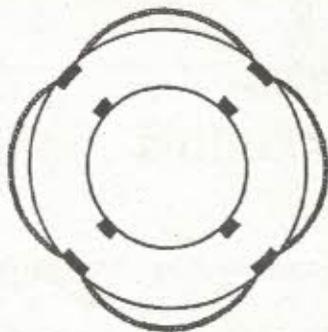


Año del Liderazgo



Boletín **Amistad**



AL-ANON / ALATEEN

*Cuando alguien, dondequiera que sea, pida ayuda,
que nunca falte allí la mano de Al-Anon y Alateen, y*

Que empiece por mí

Nº 290

Abril - Mayo de 2003

EDITORIAL

Entre los maravillosos valores resaltados en Al-Anon, el de la Libertad de opinión ocupa un lugar preponderante. El Cuarto Concepto nos invita a pensar que cada miembro Al-Anon/Alateen es una parte valiosa de la Hermandad, pero no más que una parte.

El principio de la delegación de autoridad que se practica en todos nuestros Servicios va llevando la opinión de cada uno de los miembros a la sumatoria final de decisión compartida.

Es grandioso comprobar que nuestro sistema de Rotación de servicios, de Conciencia de grupo, de Respeto por las minorías, de Con-

fianza en los Servidores, asegura el logro de la Armonía.

Esa participación que nos habla de decir Presente con voz y voto en los estadios del debate, también nos habla de la importancia y el nivel de igualdad de cada opinión, como parte proporcional del escenario final. De esta manera, se mantiene el principio de que ninguna función tiene autoridad absoluta sobre otra.

Sintámonos responsables de la Participación de cada Grupo, de cada miembro Al-Anon/Alateen en el camino de las decisiones, y aseguremos así la vigencia de la Armonía, que algunos sólo conocimos después de nuestra llegada al Programa.



Reflexiones



SI HAGO UN ESFUERZO, PUEDO EXPRESARME SIN RESPONSABILIZAR A LOS DEMÁS DE MI ESTADO DE ÁNIMO, Y PUEDO DECIR LA VERDAD SIN SER CRUEL NI INDISCRETO.

Extraído de *Viviendo con un alcohólico sobrio*

RECORDATORIO

El Boletín *Amistad* es el medio para comunicarnos entre los miembros de nuestra Hermandad. Llega a todos los rincones donde se tiende la mano de Al-Anon y Alateen. Recordemos programar su lectura en las reuniones y colaborar en su difusión.



RINCÓN DE NUESTRA OSG

Desde la Oficina de Servicios Generales queremos compartir con todos los miembros de la hermandad la concreción de una inquietud que teníamos desde hace mucho: la mudanza de la OSG. Esto era algo que la hermandad venía pidiendo, pero que no era fácil hacer debido a los muchos requisitos que, dado el tipo de institución que conformamos, resultaban difíciles de cumplir.

Afortunadamente, guiados por el Poder Superior, y aprovechando las circunstancias del país que hicieron que esas condiciones cambiaran, pudimos concretar la mudanza a las nuevas oficinas, sitas en la Avenida de Mayo 1365, 9º piso, Of. 86 y 88, Ciudad Autónoma de Buenos Aires.

No vamos a referirnos a la sustancial diferencia en el monto del alquiler (es un tema que dejaremos al Comité de Presupuesto), pero sí a

la enorme colaboración de los miembros, que con alegría y entusiasmo ayudaron a embalar todo lo acumulado a través de 31 años, y que pusieron su esfuerzo personal en el traslado –incluidos los muebles– a las nuevas oficinas, colaborando así a que el costo de la mudanza fuera menor y demostrando, una vez más, que Al-Anon es de todos.

Desde ya, a todos ellos, nuestro más profundo agradecimiento, que nos compromete a seguir sirviendo desde este lugar con todo nuestro amor y compromiso.

Nuevamente, nuestro agradecimiento por la colaboración prestada, con la que esperamos seguir contando para poder concretar entre todos los muchos proyectos que contribuirán a ampliar la posibilidad de transmitir el mensaje a todo aquel que lo necesite.

Mis caras nuevas

Quiero agradecer a todas esas compañeras nuevas... Las llamo nuevas porque cuando llegué a mi grupo madre ellas no estaban, empezaron después...

Por tener siempre una sugerencia para darme cuando la necesito, por entenderme cuando estoy mal, porque siempre me están esperando con una sonrisa.

Agradezco haberlas conocido y que me conozcan y, por sobre todas las cosas sé que puedo contar con ellas como ellas pueden, en todo momento, contar conmigo.



Marta
GRUPO EL SOL

JUNTA DE CUSTODIOS

La Junta de Administradores Custodios informa a la hermandad que al Secretario General de la Oficina de Servicios Generales (OSG), el Sr. Alberto S., le llegó su tan merecida jubilación, por lo tanto no contamos por ahora con esa figura en nuestro organigrama. Se estudiarán nuevas posibilidades, así como también el perfil de lo que la Oficina necesita al respecto. El Secretario General ha sido Custodio Permanente, integrante del Comité Ejecutivo y miembro ex officio de todos los Comités Permanentes. El Comité Ejecutivo llevará a cabo la administración de la OSG junto a las dos secretarías.

Debido al fallecimiento de la

Sra. Rosalía F., miembro Custodio, Delegada Internacional, Coordinadora del Comité de Nominaciones y Custodio asignada al Comité Permanente Alateen, estamos trabajando en la búsqueda de nuevos servidores. También queremos compartir que la Junta de Custodios nombró al Sr. Mauricio R., miembro Custodio, como Delegado Internacional, que acompañará a la Sra. Haydée R., actual Delegada Internacional.

Como verán, Al-Anon está en un profundo cambio; serán tiempos de transición y reorganización; seguiremos trabajando con los voluntarios y necesitamos el apoyo de toda la hermandad, ya que a Al-Anon lo hacemos entre todos.

✉ ESPERANZA ✉

EXAMINA tu corazón tratando de descubrir tus verdaderos sentimientos.
SUELTA las riendas de los problemas ajenos y podrás luchar mejor con los tuyos.

PRUEBA de buscar lo positivo en todo lo que veas y hagas.

ENTIENDE, todo pasa tarde o temprano, lo bueno y lo malo.

RECUERDA, la mejor manera de vivir es "un día a la vez".

APRENDE la importancia del silencio.

NO TEMAS al fracaso, comienza de nuevo cada vez que caigas.

ZARANDEA aquellos pensamientos que en el pasado te derrumbaban.

ADOPTA el programa que Al-Anon te ofrece y volverás a tener control de tu propia vida.

Teresa

GRUPO SAN ISIDRO



Los 12 Conceptos



Cuarto Concepto

LA PARTICIPACIÓN ES LA CLAVE DE LA ARMONÍA.

- * ¿Consideramos valiosa la participación de todo miembro Al-Anon/Alateen en las decisiones?
- * ¿Por qué mejoro mi persona cuando tengo la disposición a escuchar todas las opiniones?
- * ¿Puedo relacionar el término participación con la idea de que cada voto y cada voz de la Hermandad suma para el resultado final?
- * Si tengo eso en claro, ¿aliento a obtener la unanimidad en la mayor parte de las votaciones?
- * ¿Damos tiempo suficiente en los debates, hasta que la mayor parte de los presentes pueda expresar sus ideas?
- * Cuando delegamos un Servicio, ¿participamos en la responsabilidad de que se cumpla para beneficio de todos?

Quinto Concepto

LOS DERECHO DE APELACIÓN Y PETICIÓN PROTEGEN A LAS MINORÍAS Y GARANTIZAN QUE ÉSTAS SERÁN ESCUCHADAS.

- * ¿Tengo la claridad de ideas para expresar un pensamiento diferente cuando soy minoría?
- * En nuestras reuniones de conciencia de grupo, ¿escuchamos apelaciones de la minoría sin prejuizar?
- * Si coordino una reunión de trabajo, ¿doy el mismo tiempo de exposición a aquellos que no comparten mi idea?
- * ¿Siento libertad de opinar en los debates dentro del grupo o Distrito?
- * ¿Puedo defender una idea con argumentos sólidos y sin ofender a otras personas?
- * ¿Qué ventajas trae a nuestra Hermandad la aplicación de los derechos de Apelación y de Petición?



Reflexiones



HACER PLANES ESTÁ BIEN, PERO LOS RESULTADOS ESTÁN FUERA DE MI ALCANCE.

Extraído de Alateen - Un día a la vez



COMITÉ DE SERVICIO A LA SOCIEDAD

El Comité está en proceso de reorganización con nuevos voluntarios informándose sobre los temas y servicios que hacen a su función.

A raíz de la renuncia de su Coordinadora y de las Coordinadoras de Servicio, la Coordinadora de la Junta asumió la coordinación del Comité, por decisión de la Junta de Custodios.

Con la conciencia de la importancia que tiene este Comité en la información al público y la transmisión del mensaje de Al-Anon a los profesionales e instituciones, se está trabajando con mucho entusiasmo en varios proyectos. Pronto saldrá un nuevo CD con la nueva dirección y teléfonos de la OSG y se está concretando la realización de un nuevo

afiche que será una herramienta más para difundir el mensaje de Al-Anon/Alateen en todo el país.

Algunos miembros del Comité participaron en el Seminario de la Región Sur, compartiendo distintos temas e inquietudes con la Región, como la preparación de oradores en aspectos como no tener temor de llevar el mensaje, ya que Al-Anon no es secreto, el anonimato es personal.

Otro proyecto es poder contar con un video de difusión; se trabajó durante dos años, pero hasta ahora no podemos realizarlo debido a la difícil situación económica del país. Necesitamos del aporte de todos para concretarlo, ya que será una inversión para Al-Anon en la transmisión del mensaje.

NOS INTERESA TU PARTICIPACIÓN

¡Gracias por compartir tus experiencias!



A mi primera reunión de Al-Anon llegué con un estado de ánimo deplorable, llena de angustia, ira, rabia, todo junto. Seguí concurriendo por los cambios que obtuve y también por los cambios que tuvo el alcohólico. Comencé a "vivir", cosa que antes no hacía, vivía por y para el alcohólico.

Mi cambio más notable es mi relación con mi pareja, es decir mi carácter hacia y para con él. También mis actitudes con mi hijo. Todo esto lo logré concurriendo a los grupos, leyendo literatura y conversando mucho con el alcohólico.

La literatura que me ayuda con más frecuencia es *Un día a la vez*, la *Oración de la Serenidad* y el *Sólo por hoy*.

María Luján
GRUPO LINIERS



COMITÉ ALATEEN

IMPORTANTE: El Comité Permanente Alateen se reunirá desde el mes de mayo los 1^{er}s jueves de cada mes a las 18 hs. para su reunión de trabajo.

La reunión con los Coordinadores de Distrito se siguen realizando trimestralmente. La próxima será el viernes 6 de junio a las 17 hs. en la OSG.

¿Qué forma tiene su triángulo?



Son numerosas las consultas que se le hacen a la Oficina de Servicio Mundial respecto al uso del símbolo o logo de Al-Anon/Alateen. La mayoría de los miembros de Al-Anon reconocen el logo de Al-Anon, constituido por un círculo dentro de un triángulo.

Viene de tradición decir que los lados del triángulo representan nuestros tres legados: **Recuperación** (a través de los Doce Pasos), **Unidad** (a través de las Doce Tradiciones) y **Servicio** (a través de los Doce Conceptos de Servicio). Una de las preguntas más frecuentes es: "¿Qué lado representa qué?". Ningún estudio de los Archivos de la OSM revela la existencia de una designación "oficial" para ninguno de los lados del triángulo.

Muchas personas representan los tres legados como una banqueta de tres patas, pues no puede sostenerse si carece de una de ellas. Un miembro de nuestra oficina expresa que su parecer es que la "base" de nuestro programa es nuestra recuperación, a través de los Pasos; otros afirman que nuestra base la constituye el servicio.

Nos cabe concebir que el triángulo (que es equilátero por ser iguales sus lados) puede erguirse sobre cualquiera de sus tres costados. Tal vez cada uno de nosotros necesitemos asegurarnos de que nuestros "lados" son iguales.

Una Zona le preguntaba a sus miembros: "¿Qué forma tiene su triángulo?".

Extraído de la revista *The Forum*, Setiembre 1998



Reflexiones



CUANDO DEJAMOS DE VIVIR NUESTRAS PROPIAS VIDAS PORQUE ESTAMOS DEMASIADO PREOCUPADOS POR LAS VIDAS DE OTROS, NUESTRO COMPORTAMIENTO ESTÁ MOTIVADO POR EL MIEDO.

Extraído de *Cómo ayuda Al-Anon a familiares y amigos de los alcohólicos*



COMITÉ DE PUBLICACIONES

Ya se encuentra disponible un nuevo Agrupado, especial para Recién Llegados, que trae los folletos: *Información para el recién llegado*, *Alcoholismo*, *contagio familiar*, *¿Es Al-Anon para usted* y el señalador "Sólo por hoy" *Alateen*. El mismo tiene un valor de \$3,60 e incluye, como siempre dos piezas gratuitas. En el Bole­tín de este mes se incluirá el nuevo afiche con los cinco Agrupados para que los Encargados de Literatura puedan ponerlo a disposición de sus respectivos grupos y Distritos. Asimismo, se ha incluido el folleto *20 preguntas que se escuchan a menudo en*

el Agrupado para Cónyuges, por considerar que aclara muchas dudas que se presentan en la problemática de la vida familiar

También les informamos que a partir de este número contaremos con una sección del Encargado de Literatura, donde se volcarán las experiencias que irán aportando. Comenzamos con un trabajo realizado por el Distrito Norte. Invitamos a todos a participar!

Veo mi recuperación como un modo de vida saludable que puedo compartir alegremente con otros.
(De Valor para cambiar)

* * *

El Rincón del Encargado de Literatura



En octubre de 2002 se realizó en el Distrito Norte un Taller del Encargado de Literatura. Transcribimos algunas de las pautas que trabajamos en esta ocasión.

Todo grupo debiera contar con un Encargado de Literatura

1. *¿Para ser Encargado de Literatura tengo que conocer con detalle la totalidad de las piezas existentes en Al-Anon?* No. Hay muchos elementos que nos ayudan a esta tarea: a) Catálogo; b) Lista de precios; c) Estar en contacto con el Coordinador de Programación; d) En *Cómo ayuda Al-Anon a familiares y amigos de alcohólicos* hay una buena descripción de piezas de literatura (pág. 130).

2. *¿El Encargado de Literatura sólo se dedica a vender?* No. Es también la

persona que emplea todos los medios posibles de difusión de la literatura.

3. *¿Es importante mantener actualizada la literatura que se lee en los grupos?* Sí. Se hacen revisiones, cambios o modificaciones de acuerdo con la OSM periódicamente. En los grupos es preferible trabajar con las últimas versiones dejando para uso personal las antiguas.

4. *¿De qué manera se beneficia un grupo al contar con un Encargado de Literatura?* a) Principalmente como punto de referencia de los miembros que saben así a quién dirigirse para obtener asesoramiento acerca de que comprar. Es de suma importancia guiar al miembro nuevo para que vaya de a poco conociendo nuestro programa. (continuará)



COMITÉ DE CONFERENCIA

Recordamos a los Distritos que la recepción de los Lemas, Temas, Mociones e Informes de los Distritos para la próxima Conferencia de Servicio Nacional, será a fines del mes de mayo para que puedan ser incluidos dentro de la carpeta de la Conferencia a entregar a los Delegados. Los informes abarcan el período noviembre 2002 hasta fines de abril 2003. Posteriormente se utilizará el mismo formulario para el informe correspondiente a los meses de mayo, junio, julio, agosto, setiembre y octubre, que serán entregados en Conferencia.

También informamos a la hermandad que los costos para nuestra próxima CSN serán de \$140 por Distrito. Cabe señalar que los gastos de la anterior fueron de \$2.787, quedando el resto para gastos de la OSG. La dirección donde se celebrará la próxima CSN es: Religiosas de María Inmaculada, 3 de Febrero 1081, Ramos Mejía.

Los invitamos a la próxima reunión de los Delegados, el 31 de mayo, en las nuevas oficinas de la hermandad.

Mesa de Trabajo B

Tema 7) ¿Somos conscientes de la responsabilidad que tenemos al elegir Servidores?

Tomamos conciencia de esta responsabilidad una vez que salimos del Grupo; es todo un proceso ir adquiriendo conciencia de este tema; cuando comenzamos a hacer servicio en

el Distrito cambia la visión que teníamos en el grupo. Es fundamental no ejercer presión al elegir servidores para que acepten, de lo contrario alejamos a los miembros. No elegir por simpatía sino por cualidades. "No podemos dar lo que no tenemos". Proporcionar conocimientos y ver la disposición para efectuar servicio.

Acompañar al servidor al delegar autoridad y hacerle comprender que no está solo en su servicio, sino que siempre se hace con el apoyo de los que delegaron la autoridad. Ejercer el padrinazgo con el acompañamiento y la confianza como fieles servidores.

En consecuencia, elegir servidores que sepan trabajar en equipo, ejerzan liderazgo y conocimiento para desempeñar sus labores, además de una buena recuperación. Se privilegia al miembro en el fortalecimiento de su recuperación y en ser continuador de llevar el Mensaje de Al-Anon. Otorgar confianza para hacer servicio es también una forma de hacer servicio.

Compartir las responsabilidades del servicio, tomándolo como parte de la propia recuperación, es una forma de sentirse integrante de la gran familia que es Al-Anon.

Un buen líder ayuda a perder los miedos y permite que otro haga servicio. Por comodidad se deja hacer y así no se permite tener su propia experiencia y la oportunidad de participar del trabajo en equipo en el servicio.

Tema 9) La comprensión más profunda y amplia del principio del Anonimato, base fundamental de todas nuestras Tradiciones.

Publicadas Alateen

Nº 21 - Mayo de 2003

Recordemos algunos puntos de
las guías Alateen

5) MIEMBROS AL-ANON COLABORADORES EN EL GRUPO ALATEEN.

El grupo Al-Anon paralelo al Grupo Alateen avalaría a dos de sus miembros para sustituir al Padrino Alateen cuando:

5.1. Uno de los Padrinos deba concurrir a la reunión de conciencia o de trabajo del Grupo Al-Anon paralelo.

5.2. Cuando uno de los dos Padrinos esté ausente por motivos personales.

5.3. Cuando el Grupo Alateen no cuente con los dos Padrinos avalados plenamente, podrá funcionar provisoriamente con un Padrino que haya terminado su servicio y el Colaborador avalado por el Grupo Al-Anon paralelo, hasta tanto éste complete los avales. Luego se incorporará un segundo colaborador, avalado por el grupo paralelo, el cual también iniciara su preparación para llegar a ser avalado como Padrino.

NOTA: Dado que el Grupo Alateen debe funcionar con dos Padrinos o un Padrino y un Colaborador, de no cumplirse este requisito la reunión se efectuará conjuntamente con la reunión Al-Anon y ésta deberá adaptarse a las necesidades de los miembros Alateen.

(Extraído de las guías Alateen 2001)

ENCUENTRO ALATEEN ORGANIZADO POR EL DISTRITO SUR

Se realizará el sábado 14 de junio a las 13:30 hs. en O'Higgins 1433, Lanús, Pcia. de Bs. As. No sólo compartiremos experiencias y temas de servicios en Alateen sino también paquetito.

¡NO PODÉS FALTAR!

¿Cuál es la Tradición?

- ¿En cuál Tradición se habla de la igualdad de derechos?
- ¿Que Tradición nos dice que no damos ayuda económica?
- Hay una Tradición que pide a los miembros llenar un requisito y explica qué es un Grupo Alateen. ¿Podrías decir cuál es?
- Los principios son más importantes que el YO individual y en Alateen encontramos a muchas personas con opiniones diferentes a las nuestras. ¿Qué Tradición nos aclara esto?
- Una Tradición menciona a aquellos miembros que son profesionales, pero no asisten a las reuniones como tales ni como expertos en el campo del alcoholismo. ¿De cuál Tradición se trata?
- Alateen no tiene presidentes que dicten leyes ni tesoreros que obliguen a pagar cuotas, ni directores que nos expulsen por no practicar el programa. Esta Tradición establece la ausencia de autoridades. ¿Cuál es?



Podes trabajarlo con: *Esperanza para hijos, los Doce Pasos y las Doce Tradiciones u otra L.A.C.*



**¡TRABAJALO
EN
EL
GRUPO!**



Respuesta del n° anterior:
ACEPTACION - ALATEEN - AMOR - ANONIMATO - AYUDA -
ESPERANZA - FE - GRUPO - PADRINO - PASOS - SERENIDAD -
SERVICIO.

“Solo por hoy seré feliz”



Hola, soy Rubén. En mi infancia creía que la vida era dulce y tierna pero a medida que iba creciendo, mi pensamiento fue cambiando.

Los sucesos en mi hogar pasaban de pacíficos a caóticos, la vida se había convertido amarga y dura. Crecer era tortura, estaba siempre preocupado por las cuentas a pagar, por lo que les pasaba a los demás. Aparentaba lo que no era para agradar. No quería crecer por miedo a lo que me iba a convertir.

La vida no es tan dura ni tan tierna, ni amarga ni dulce. Esto lo aprendí gracias a la asidua concurrencia a los grupos Alateen y Al-Anon. Al participar y escuchar a mis compañeros de grupo estoy mucho mejor de lo que me pude haber imaginado.

**Rubén Darío – Gr. “Sencillamente aprendiendo hoy”
Avellaneda – Pcia. de Bs.As. Distrito Sur**



Hola, soy Luisina. Tengo 16 años y voy al grupo Puerto de Mar del Plata. Les quiero contar lo que me dio Alateen: me enseñó a tener valor, serenidad y sabiduría para afrontar todos mis problemas.

Una cosa que me gusto mucho fueron los Seminarios de Servicios porque aprendí cosas que realmente no entendía; a parte, cada vez que concurrí, me lleve algo nuevo.

Bueno hay tanto para contar pero otro día se los cuento. Hasta la próxima.

**Luisina – Gr. “Puerto”
Mar del Plata – Distrito de la Costa**

Aunque un grupo sea totalmente nuevo, la Literatura es el
NOSOTROS, los Pasos son el YO.

¿SABÉS A QUÉ REGIÓN PERTENECE TU GRUPO?



REGIÓN NORTE (16 Provincias):
Jujuy, Salta, Formosa, Chaco, Santiago del Estero, Tucumán, Catamarca, La Rioja, Córdoba, Santa Fe, Corrientes, Misiones, Entre Ríos, San Luis, San Juan y Mendoza.

REGIÓN CENTRO: Capital Federal y Gran Buenos Aires.

REGIÓN SUR (7 Provincias):
Buenos Aires, La Pampa, Neuquén, Río Negro, Chubut, Santa Cruz y Tierra del Fuego.

Cumpleaños



30 de abril - UNA LUZ EN MI CAMINO - Mar del Plata

02 de mayo - CAMINANDO JUNTOS - Capital Federal

18 de mayo - ALATEEN SALTA - Salta

28 de mayo - APRENDIENDO A CRECER - Don Torcuato

02 de junio - LA PAZ - Merlo

08 de junio - EL MEJOR CAMINO QUE ENCONTRE - M. del Plata

10 de junio - COMPRENSION Y SERENIDAD - Ezeiza

12 de junio - OLIVOS - Olivos

28 de junio - SEMILLITA DE AMOR - Catamarca

El 12 y 13 de abril se llevó a cabo el Seminario de Servicio Regional 2003. En esta oportunidad estuvo organizado por la Región Sur y Villa Gesell fue el distrito anfitrión.

Alateen estuvo presente con el tema "La responsabilidad de Al-Anon sobre Alateen".

Es muy importante señalar la asistencia de padrinos, madrinas y miembros Alateen, quienes participaron a través de sus testimonios.

Como crecimiento personal es la práctica de la humildad. Los títulos, antigüedad o experiencia en el servicio deberían quedar fuera del grupo.

Responsabilidad, no autoritarismo: no deberíamos utilizar la experiencia como factor de autoritarismo. La experiencia nos da autoridad para sugerir o aclarar dudas, pero no nos da derecho a influir sobre los otros o actuar como caudillos, imponiendo nuestra voluntad.

Tema 10) ¿Practicamos la Séptima Tradición en toda su magnitud?

La Séptima Tradición es necesaria para poder cumplir con nuestro objetivo primordial: ayudar a los familiares de los alcohólicos. Podemos practicarla de varias maneras: aportes en dinero, tiempo para el servicio, materiales, etc. Incentivando el servicio tenemos mayor número de miembros a los que les explica el porqué de esta Tradición. En consecuencia, los aportes se garantizan. La práctica de esta Tradición es una actitud. Implica la toma de conciencia y práctica de las anteriores seis. Informar las necesidades de Al-Anon/Alateen y la responsabilidad de aportar, no sólo dinero sino en otras formas. Al iniciarse la OSM, Lois comentó que vendían las estampillas de las cartas recibidas para juntar dinero.

La Séptima Tradición es Gratitude. Muchos pueden hacerlo y no lo hacen. Considerar el aspecto espiritual,

ya que sirve para seguir funcionando y dar el Mensaje.

Ser claros al explicar dónde van los aportes y que nos mantenemos con nuestras propias contribuciones.

Tema 11) ¿Cómo podemos mejorar el Servicio de Oradores?

El mejor mensaje está en nuestra recuperación. Reconocer los Talleres de Oradores como un espacio de intercambio de experiencias y capacitación de Oradores, no como examinador de miembros.

En lugar de ahondar en la anécdota, contar los beneficios del Programa y cómo obró en nuestra recuperación. Mensaje de esperanza. Quien se siente mal quiere que le digan cómo sentirse mejor. Explicar someramente la estructura de Al-Anon, contenido del Programa y la historia de la recuperación. Reconocer con gratitud y cooperar con AA, ya que nuestro Programa está basado en sus Doce Pasos, pero aclarar que las relaciones públicas competen a Al-Anon. No permitir que oradores no avalados cuenten su historia, ya que se puede ocasionar daños al miembro nuevo, a la hermandad y a A.A. Un orador mal capacitado puede herir con sus palabras.

Observar la afinidad de los miembros para los distintos Servicios: charlas en reuniones abiertas, contacto con los profesionales, colegios, etc.

Estudiar las Guías para ver qué se espera de un Orador.

RECORDATORIO

El Comité de Conferencia recuerda que la próxima reunión de Delegados se realizará el 31 de mayo. De 10 a 13 hs. participarán distintos Comités y de 14 a 17, los Delegados. Se llevará a cabo en la Oficina de Servicios Generales.

Mi camino en Al-Anon



Recuerdo que cuando luchaba por mantener mi postura, no sólo no escuchaba nuevas propuestas e ideas, sino que tampoco avanzaba. Mi recuperación decaía constantemente porque mi criterio era muy cerrado.

A partir de conocer a mi Poder Superior desde una nueva perspectiva, comencé a sentir un gran deseo de recuperar los valores perdidos, como el amor, la humildad, la serenidad y todo aquello que me libera de tanta presión. No obstante, mi Poder Superior día a día me va proveyendo, a través del programa de Al-Anon, de aquello que necesito para poder seguir creciendo. Por lo tanto, cada vez que otro ser humano dice lo que piensa, lo que siente, lo que necesita, más allá de no estar de acuerdo con él, recuerdo que no todos pensamos y sentimos igual. Que somos seres individuales y, por eso mismo, las diferencias van a existir siempre. Aunque está en mí respetar lo que el otro concibe.

A partir de esa nueva postura que Al-Anon me ayuda a conocer, puedo amar a ese ser humano como yo y unirme a él para poder seguir creciendo juntos. Entre todos, cordialmente, podemos armar un vínculo afectivo y productivo que nos ayude a avanzar en nuestra recuperación personal e individual.

Stella I.

GRUPO LUZ Y ESPERANZA, GONZÁLEZ CATÁN

NOS INTERESA TU PARTICIPACIÓN

¡Gracias por compartir tus experiencias!



Llegué a Al-Anon sin fe ni esperanza, aturdida, sin saber que hacer o que decir, estaba muy mal.

Seguí concurriendo porque al principio lo tomé como una ayuda hacia el otro y con el tiempo entendí que era para mí.

Son muchos los cambios que hice, pero el más importante es la comprensión hacia los demás. Esto lo logré muy lentamente, aplicando los Lemas primero, los Pasos después y por último me aferré al Primer Paso porque no quería tener una vida ingobernable.

Utilizo toda la literatura pero el folleto "Historia de Lois" es el que más me clarificó el Programa de Al-Anon.

Francisca

GRUPO ARMONÍA, LA CUMBRE

Unidos lo lograremos



Al relatar una historia vivida o transmitida por alguien, el comienzo es casi siempre el mismo: "En una época hace tantos años..." o "Cuando comenzó...". Pero hoy, desde el optimismo y la esperanza que me brindó Al-Anon y consciente de que "hoy es el primer día del resto de mi vida", siento la necesidad de compartir con mis queridos hermanos de este maravilloso programa, mi verdadero estado de ánimo. La alegría y mi inquebrantable fe en el Dios que guía mi vida, hacen correr amorosamente los años vividos entre estas queridas oficinas, donde hoy tengo la dicha de hacer la última guardia telefónica y que me permite, con nostalgia pero sin tristeza, despedirme de este lugar donde se gestó la estructura de Al-Anon y donde cada uno de los voluntarios que asistimos durante tantos años, hemos aportado lo que cada cual tenía para dar, en capacidad, en proyectos, en ideas, pero que, sin excepción, hemos dejado el amor y la gratitud hecho servicio.

Todos tenemos una gran tarea para realizar, y es la de llevar ese amor, esa gratitud y ese servicio a un nuevo lugar, pero esta vez con una experiencia adquirida a través de aciertos y errores, pero que, como el Programa nos dice, sólo son escalones para ascender a una nueva vida, donde el ayer sólo nos sirva para aprovechar las experiencias positivas, donde el mañana será el resultado de nuestras actitudes de hoy, ese hoy que depende de nosotros el saber aprovechar.

Nuestro Poder Superior nos da una nueva oportunidad para que, renovados espiritualmente, pongamos en acción la frase que nos recuerda *Valor para cambiar* en la pág. 316: "Aunque nadie pueda volver atrás, a un nuevo comienzo, cualquiera puede comenzar ahora y lograr un nuevo final".

Con amor

Zulema S.



Reflexiones



PUERTAS ABIERTAS

EL CONOCIMIENTO Y PRÁCTICA DEL PROGRAMA DE AL-ANON FORMAN PARTE DE UN PRECIOSO MANOJO DE LLAVES QUE NOS ABREN LAS PUERTAS HACIA EL EJERCICIO DE UNA LIBERTAD MÁS PLENA. "EL MILAGRO SE HIZO EN MÍ." LAS PUERTAS SIGUEN ALLÍ, LA RESPONSABILIDAD DE ABRIRLA QUEDA EN TUS MANOS.

Grupo *Volver a vivir*, Distrito Córdoba



COMITÉ DE PRESUPUESTO

Agradecemos a los Grupos, Distritos y miembros que han contribuido con la Séptima Tradición en los meses de febrero y marzo.

Debido a la mudanza realizada en marzo hemos tenido problemas con la computadora que emite el listado, por lo tanto nos vemos obligados a no enviar los nombres de grupos y distritos que aportan; les rogamos tengan a bien disculpar este inconveniente. En el próximo Boletín los incluiremos.

También recordamos nuestra Cuenta Corriente Especial Banco

Nación N° 326946/2. Pedimos a los miembros que aporten a través de dicha cuenta que destaquen el origen y el motivo del envío del depósito en forma muy clara por fax.

Les informamos que estamos haciendo una presentación en dicho banco para que el impuesto por transferencia en los depósitos no les sea descontado a los miembros que hacen su aporte.

A todos muchas gracias y recuerden que este Comité está a su disposición.

Ideas para el Representante de Grupo (RG) para llevar las noticias al grupo

- ✓ Tome nota de las reuniones de Distrito o Asamblea.
- ✓ Solicite al grupo un tiempo para presentar su informe; sea breve y entusiasta, focalice las necesidades del grupo.
- ✓ Tenga a mano los teléfonos del Representante de Distrito, Delegado, Coordinadores de servicios y Comités.

Como Representante de Grupo usted:

- es el eslabón que lo lleva a la Conferencia de Servicio Nacional
- elige al Representante de Distrito
- elige al Delegado a la Conferencia

En el servicio:

- % divida la responsabilidad
- × multiplique la comunicación
- + sume la concientización
- reste sus intereses personales

= igual a buen funcionamiento de grupo

- Grupo + Grupo = Distrito
- Distrito + Distrito = Asamblea
- Asamblea + Asamblea = Conferencia de Servicio Nacional



COMITÉ DE SEMINARIOS DE SERVICIO REGIONALES (CSSR)

Ecós del 5º Seminario de Servicio Regional (Villa Gesell)

Convocados por la Región Sur, el Distrito de la Costa recibió en Villa Gesell a más de cien miembros que participamos en estas dos jornadas a puro servicio y para compartir experiencias.

Se desarrollaron todos los temas del amplio temario presentados por la Región y los Comités permanentes, con participación de los Miembros Custodios.

El tema expuesto por Mar del Plata incluyó una teatralización de Alateen, muy aplaudida, donde afloraba la "negación" como eje central.

La Coordinadora de Archivo Histórico entregó Boletines *Amistad* a los participantes que concurrían por primera vez.

Dedicamos un tiempo prudencial a la Tesorería en su aspecto tradicional y legal, con muchas inquietudes y preguntas sobre la Séptima Tradición.

Algunos compañeros compartieron sus inquietudes por la falta de servidores y se llevaron ideas para implementar en sus grupos.

(Continuará)

Dar y recibir



Cuando comencé a transitar el Programa había algo que no podía entender, eran dos palabras, "dar" y "recibir". Empiezo a hacer servicios: servir el café, coordinar, recibir compañeras nuevas, etc. De pronto me encuentro con un tesoro enorme, todo lo había recibido de mis compañeras al confiar en mí y permitir que pudiera realizar esos servicios. Comienzo a comprender qué significaba "recibir", pero aún me quedaba por entender la otra palabra, "dar".

¿Cómo podía repartir tanta riqueza de amor? Le pedí a mi Ser Superior que me diera la suficiente inteligencia para poder ser su guía, sabía que debía hacerlo con calma.

Un día llega al grupo un padrino de Alateen y comienza a pasar el mensaje; inmediatamente escucho mi voz interior que me dice: ¡esto es lo que necesitás dar! Hoy soy madrina de un grupo Alateen y comprendo que la palabra "dar" está llena de amor, y la palabra "recibir" es la recompensa que obtengo cada vez que me encuentro con mis queridos compañeros de Alateen.

Marta

GRUPO SAN ISIDRO

3ª Reunión Zonal de Grupos del Noroeste

Esta Reunión se realizó los días 12 y 13 de abril, en Santiago del Estero, y resultó la más concurrida hasta la fecha, ya que estuvieron representados 18 grupos.

Contamos además con la invaluable presencia, que mucho agradecemos, de dos Miembros Custodios, que nos aportaron toda su experiencia.

Nos visitaron miembros de Salta (un grupo nuevo) y Jujuy; otro grupo llegó desde Humahuaca; dos desde La Rioja (uno nuevo de Hijos Adultos); grupos de Tucumán, con un grupo Alateen, y por supuesto los grupos de Santiago del Estero (Capital, La Banda y Ojo de Agua) por cuenta de quienes corrió toda la organización (sin una falla), la puesta en marcha y la atención cálida y cordial que

nos brindaron durante dos días.

Se examinaron numerosos temas, todos en profundidad; se habló mucho de Tradiciones, difusión, cooperación con AA; se recordó la necesidad de nuestras contribuciones a Oficina; se vendió literatura, y mucho más. Fue arduo el trabajo de los grupos santiagueños, pero grande la retribución por los logros obtenidos: seriedad de los temas, indudable crecimiento de los grupos, confraternidad, numeroso intercambio de experiencias.

Nos despedimos hasta el 2004, siendo hasta hoy JUJUY el candidato a próximo anfitrión. Como siempre, nuestro Poder Superior nos acompañó en estas jornadas. Nuestro recuerdo y amor de siempre.

Distrito Tucumán

Mi paso por Al-Anon



Hace mucho tiempo que tengo ganas de contarles mi paso por Al-Anon. Llevo ya tiempo en el grupo recuperándome, mi intención siempre es contarles que soy Representante de Grupo (RG) del Grupo La Cabaña de Pablo Nogués, Distrito Norte. Quizás esto sirva para que otras compañeras de la hermandad quieran imitarme, porque este servicio me satisface y me hace muy feliz.

En este grupo se lee toda la literatura, personalmente tengo mis libros de cabecera, para decirlo de alguna manera. Son los que me ayudaron, porque además yo aprendí a leer en el grupo ayudada por alguna compañera.

Gracias a todos, porque de no haber sido por ustedes no hubiera alcanzado la felicidad que hoy tengo. Hasta pronto,

Tina



COMITÉ DE ARCHIVO HISTÓRICO

El 27 de enero de 2003 tuvimos la satisfacción de recibir en nuestro Archivo la visita de la Delegada del Distrito Gral. Paz, que se interiorizó acerca de los distintos aspectos de nuestro trabajo. Investigó sobre qué archivamos, cómo lo hacemos y dónde, expresando sus deseos de organizar el Archivo Histórico en su Distrito.

¡Bravo por ello! Y felicitaciones, pues así vemos concretado el objetivo formulado hace tiempo: que cada Distrito y grupo cuente con su propio archivo.

El 15 de febrero, respondiendo a la invitación del Distrito Gral. Paz, concurrimos a su reunión mensual. En ella detallamos los aspectos principales de nuestro accionar: historia del Archivo Histórico en la Argentina, qué material se archivó y el

porqué de guardar y preservarlo, que constituye nuestro legado a las generaciones futuras.

En los días 12 y 13 de abril se realizó el V Seminario de Servicio Regional, en Villa Gesell. Respondiendo a la invitación recibida, se hizo presente nuestra Coordinadora, informando acerca de los aspectos principales de la actividad del Comité de Archivo Histórico de la OSG. Con gran satisfacción destacó la participación de los presentes que se interesaron en lo expuesto, formulando preguntas sobre lo tratado.

Queremos destacar que el Comité fue recibido siempre con mucho afecto y consideramos sumamente positivas las participaciones y visitas, repitiendo a los Distritos y Grupos, que, si nos invitan, con gusto nos haremos presentes.

NOS INTERESA TU PARTICIPACIÓN

¡Gracias por compartir tus experiencias!



A mi primera reunión de Al-Anon llegué con una confusión total y con mi vida en ruinas. Seguí concurriendo porque es algo especial, me da fortaleza, me enseña a conocerme y a comprender al alcohólico y a no atacarlo tanto; es mi alimento espiritual.

El cambio más notable que experimenté es no controlar tanto la vida de los demás, sino ocuparme de mí misma. Lo logré gracias a los Lemas, también al Primer Paso y a los compañeros del grupo con sus sugerencias.

La literatura que más me ayuda es *Valor para cambiar* y el *Sólo por hoy*.

Lidia

GRUPO SEMILLA DE ESPERANZA

25 motivos para agradecer



- POR sentirme guiado por el Ser Superior para encontrar Al-Anon.
 - POR conocer un programa espiritual y voluntad para practicarlo.
 - POR hallar la fortaleza necesaria y enfrentar los desafíos.
 - POR llegar a ofrecer el camino, la amistad, la esperanza y la ayuda al recién llegado.
 - POR conseguir los medios y practicarlos con el enfermo alcohólico.
 - POR confiar los pensamientos y sentimientos a mi Dios.
 - POR haber descubierto la voluntad al aceptar el tercer Paso.
 - POR la aceptación y comprensión de todos los servidores.
 - POR evitar las cargas de aquello que podía abrumarme.
 - POR intentar hacer agradable el día de hoy.
 - POR buscar el tiempo y usarlo con seriedad.
 - POR guardar una lista de reflexiones para valorizar la vida.
 - POR conocer los límites de mi libertad.
 - POR aprender el primer Paso, la primera Tradición y el primer Concepto.
 - POR saber que las preguntas son fáciles, lo difícil es madurar la respuesta.
 - POR seguir eliminando las cosas que perjudican mi vida y mi mente.
 - POR conocer fehacientemente el único propósito de Al-Anon.
 - POR el intercambio que me permitió encontrar similitudes y aceptar diferencias.
 - POR haber visitado hogares con sus puertas abiertas.
 - POR vivir en paz conmigo mismo e intentar tener una mente receptiva.
 - POR estar junto a todos con la práctica del Undécimo Paso.
 - POR conocer las Tradiciones y estar ligado al bienestar común.
 - POR el estímulo recibido que me exhorta a seguir.
 - POR aprender a expresarme, dentro y fuera de los grupos.
 - PORQUE mi Poder Superior, mi familia, mis amigos, mis hermanos de fe, Al-Anon y su gente siguen siendo el medio para ser cada día una mejor persona.
- Gracias,

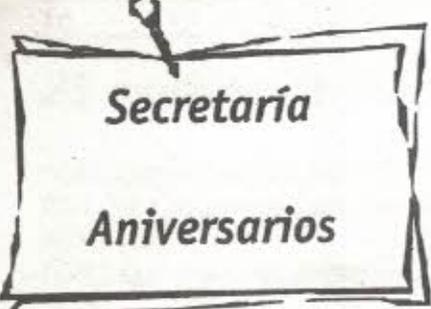
José G. de G.

GRUPO AL-ANON "POMPEYA" - DISTRITO ROSARIO

LOS EDITORES SE RESERVAN EL DERECHO DE NO PUBLICAR TEXTOS QUE NO CREEN CONVENIENTES PERO SE MANTENDRAN EN ARCHIVO.
 LAS PUBLICACIONES VAN POR ORDEN DE RECEPCION.

Las colaboraciones presentan los puntos de vista y la opinión de sus autores a título personal y no son atribuibles a Al-Anon como un todo.

ESTE BOLETIN SE PUEDE FOTOCOPIAR PARCIAL O INTEGRALMENTE.



Secretaría

Aniversarios

¡¡FELICIDADES!!

Recordamos que los aniversarios que se publican son el 1º y de 5 en 5 años.

15 de abril - 30 años

Grupo Al-Anon "Merlo" - Distrito Centro Oeste

*

26 de mayo - 25 años

Grupo Al-Anon "Villa León" - Distrito Centro Oeste

*



**Oficina Servicios Generales AL-ANON
para la República Argentina**

Avda. de Mayo 1365 - 9º p. - Of. 86 y 88

1084 - Buenos Aires - Argentina

Tel. (011) 4382-9311

Fax (011) 4382-9229

e-mail: osg@alanon.org.ar

ofservgen@sinectis.com.ar

www.alanon.org.ar