



Año del Crecimiento

EDITORIAL

Al Anon es un programa espiritual que nos invita a crecer. Y nos da las herramientas: ofrece una literatura variada y rica para estudiar y meditar, brinda la milagrosa experiencia sanadora del grupo y propone que ejercitemos nuestros cambios con ayuda del servicio.

A medida que avanzamos en el programa, y nos conocemos mejor a nosotros mismos, vamos cambiando lo que podemos cambiar y nos preparamos para ese encuentro con nuestro Poder Superior que es el despertar espiritual del que habla el Doceavo Paso. Mientras tanto, aplicamos lo que aprendemos, nos maravillamos de cómo todo funciona y está relacionado, y nos sentimos enormemente agradecidos y humildes por este increíble legado.

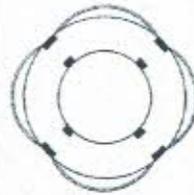
Aunque resulte extraño, ocurre a veces que luego de un tiempo algunos miembros suelen desenvolverse en las reuniones como si fueran "viajeros en tránsito". Como si ya hubiesen superado todas sus incertidumbres, incluso llegan a pretender cuestionar procedimientos y cambiar los temas de las reuniones, porque "están aburridos de lo mismo". Esas personas, que afortunadamente son pocas, se arriesgan a quedar atascadas en un desvío sin salida. Muchas reconocen su error y regresan, dispuestas a volver a empezar: se han dado cuenta a tiempo y pueden iniciar una nueva etapa de recuperación.

La autosuficiencia y la negación son defectos de carácter muy peligrosos. En realidad, la crítica a la hermandad y el poco interés por el programa son una muestra de cómo el alcoholismo puede hacernos perder el sano juicio.

La literatura nos sugiere que seamos obedientes antes que inteligentes (ya que nuestra inteligencia está perturbada por nuestras emociones). Hemos admitido que somos incapaces, hemos pedido ayuda humildemente. Olvidarlo no nos ayudará. Cuidar el precioso legado que hemos recibido, nos salvará.

Nº 317

BOLETÍN Amistad



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

*y
Que empiece
por mí*

Enero - Febrero - Marzo de 2008



RINCÓN DE NUESTRA OSG

Aquí estamos otra vez con ustedes para contarles acerca de nuestra casa y las tareas que se realizaron en estos meses.

A pesar de las vacaciones se siguió trabajando con el nuevo sistema de computación, ajustando varias ideas para aumentar la transparencia y agilidad en nuestra administración.

Todos estamos preparando la 24ª Conferencia con entusiasmo.

Editamos dos libros por sugerencia

del Cté. de Publicaciones y el apoyo de Presupuesto.

Les pedimos que nos apoyen, puesto que es un gran esfuerzo para nosotros como hermandad hacerlo en este momento, pero sabemos que la literatura se agota y es una ayuda que no podemos dejar de tener en nuestra recuperación.

“Mi programa de Al-Anon no es un lujo, es una necesidad.”
(En todas nuestras acciones, pág. 151)

AVISOS IMPORTANTES

Nuestro horario de trabajo vuelve a ser de 11 a 18 hs, pero para la atención al público será de 14 a 17 hs, para mejorar el ordenamiento administrativo. Pedimos como siempre que nos ayuden, haciendo los pedidos con antelación por fax, mail o teléfono. De esta manera, no tendrán que esperar y se pueden preparar las solicitudes de literatura con más cuidado y tiempo. Confirмен dirección postal para asegurar el pedido (si va por correo).

Recuerden que los importes pueden depositarse en las cuentas bancarias mencionadas en la pág. 16 de este Boletín.

Muchas gracias a todos.



Reflexiones



COMPARTIR IDEAS, EXAMINAR OPCIONES, SOLICITAR ORIENTACIÓN ESPIRITUAL Y UTILIZAR LOS CONCEPTOS NOS AYUDA A ADOPTAR DECISIONES QUE NOS SATISEACEN.

Extraído de *Senderos de recuperación*, pág. 246

Amistad
2

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.

El Preámbulo y los principios de Al-Anon

Solemos comenzar la reunión con un texto titulado "Preámbulo sugerido". Muchos lo sabemos de memoria. Sería interesante, alguna vez en la reunión, desmenuzarlo y ver, párrafo por párrafo, cómo se están aplicando las Tradiciones en esos enunciados. Si lo hacen, no dejen de compartirlo con nosotros.

Les transmitimos algunas ideas que encontramos en el primer párrafo:

"Los Grupos de Familia Al-Anon son una hermandad de parientes y amigos de alcohólicos que comparten sus experiencias, su fortaleza y su esperanza con el fin de encontrar solución a su problema común."

En primer lugar, se identifica a Al-Anon como "grupos". No se trata de clínicas, espacios terapéuticos, ramas religiosas, cursos, sólo grupos. Estos grupos constituyen una "hermandad". Aquí está señalada la extensión mundial de la institución, que no tiene dependencia de organismos estatales o privados. (Podemos ver lo que expresan la Segunda Tradición, y el Primer Concepto).

"...de parientes y amigos de alcohólicos." Ahora el Preámbulo nos dice, de acuerdo con las Tradiciones Tercera y Quinta, cuáles son los temas específicos que corresponde tratar en los grupos y quiénes son sus miembros. Esta frase nos ayuda a ver, en relación con la Sexta Tradición, de qué nos ocupamos. (También puede consultarse el folleto *Aquí se habla Al-Anon*)

"...que comparten sus experiencias, fortaleza y esperanza." Queda muy claro en la palabra elegida -**comparten**-

que nadie acude a dar consejos, a prescribir normas, a dirigir a nadie. Asimismo, se destaca la importancia de la acción grupal, y un hecho que a veces se olvida: se comparte desde la experiencia en Al-Anon, o sea que sitúa al miembro que habla en un lugar de humildad y lo circunscribe a su situación personal. También, **compartir fortaleza y esperanza** significaría que en ese momento debemos estar bien, compartir cómo vivimos y superamos una crisis, cómo buscamos ayuda, cómo recibimos y damos esperanza, cómo transmitimos calidez. Nos recuerda que los detalles de los aspectos oscuros de nuestra historia no sirven a los compañeros, y tampoco nos ayudan a nosotros mismos. (En estas afirmaciones podemos ver la presencia de la Quinta, Octava y Duodécima Tradición, especialmente).

"...con el fin de encontrar solución a su problema común." Acá se nos dice claramente que el centro de nuestra acción es "**nuestro problema común**". Y ese problema común es cómo nos ha afectado el alcoholismo de un ser querido. No nos reunimos para tratar ningún otro tipo de problemas. También se deduce que en ese objetivo la acción del grupo funciona no solamente con las lecturas y las sugerencias que compartimos, sino con una dinámica que nos ayuda a contenernos y controlarnos, con respeto, cortesía y disciplina. El grupo ofrece orden y serenidad para todos los que saben que a sus espaldas, en su hogar o trabajo, está el caos, y enseña a escuchar, a pensar, a esperar un turno, y muestra que nadie está solo en esto, y que nadie es más importante. (Véanse las Tradiciones Primera, Tercera, Quinta y Duodécima)



COMITÉ DE CONFERENCIA

La Conferencia de Servicio Nacional, democrática en pensamiento y acción nos asegura que los cambios vendrán únicamente como una respuesta a las necesidades y deseos de Al-Anon como un todo y no de unos cuantos, para que puertas de Al-Anon estén siempre abiertas a todo aquel que necesite ayuda y pueda entrar por ellas libremente y sea bienvenido.

El 19 y 20 de abril se realizará la 24ª Conferencia de Servicio Nacional. Compartiremos dos días de trabajo intenso, en los cuales la plena partici-

pación y cooperación de los concurrentes hará que prevalezca el "espíritu del grupo". Se establecerá un debate profundo y necesario para tomar decisiones, en donde todos tienen la posibilidad de contribuir con su voz y su voto.

Nos encontraremos con la alegría del trabajo por realizar y con la certeza de que el Poder Superior nos guiará en nuestras acciones.

La OSG está disponible para cualquier consulta.

¡BIENVENIDOS!!

Preguntas para una reunión sobre la Esperanza

- ¿Qué Lema o Paso de Al-Anon me ha ayudado a vislumbrar una esperanza?
- ¿He podido ver algo de esperanza en un problema que afronto?
- ¿Estoy reemplazando mis expectativas con un sentido espiritual de esperanza?
- ¿Puedo transmitir a otros miembros mi sentimiento de esperanza?
- ¿Hasta qué punto ha cambiado la esperanza mi modo de ver la vida?

Recuperación individual:

- ¿Cómo me ha ayudado recurrir a la idea de "día tras día" en las situaciones cotidianas y a vivir la vida plenamente?
- "Creía que ella no le importaba a nadie hasta que se dio cuenta de lo contrario..." ¿Cómo has aprendido a aceptar el cariño que otros muestran por ti?

Dentro de Al-Anon, año 1990

Amistad



Reflexiones



LO MÁS IMPORTANTE ES ESTAR DISPUESTOS A PEDIR LA AYUDA QUE NECESITAMOS, DE PERSONA A PERSONA.

4 Extraído de *Cómo ayuda Al-Anon a familiares y amigos de alcohólicos*, pág. 37



COMITÉ DE PRESUPUESTO

Proyecto Pro-Casa Consolidación del proyecto

Queremos recordarles que si bien es cierto que tenemos casa propia, todavía faltan muchos detalles para que el proyecto sea sólido. En Al-Anon la responsabilidad sobre el bienestar de la hermandad es exclusivamente nuestra.

Repartimos lo que recibimos por la Séptima Tradición en tres partes, sea cual fuere la recaudación: una parte al

grupo, otra al distrito, y otra a la OSG. No hay justificación alguna sobre la falta de aportes a estas tres instancias, siempre habrá mucho más que hacer para llevar el mensaje de esperanza a quien lo necesite.

Cuando sentimos que somos honestos con nosotros y con otros aumenta la autoestima, la seguridad y el amor hacia nosotros mismos.

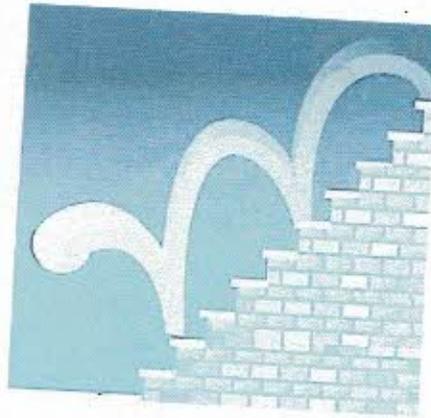
Este es el informe de los aportes recibidos:

| | | | |
|-----------|----------|---------|-------|
| Noviembre | 1.751,00 | Enero | ????? |
| Diciembre | 1.468,00 | Febrero | ????? |

Total desde noviembre de 2007 a febrero de 2008:
\$????????

Total de todo el Proyecto:
\$??????

Que nuestro agradecimiento al programa de Al-Anon se traduzca HOY en generosidad.



Reflexiones



¿PUEDEN CONTAR CONMIGO LOS DEMÁS?

Extraído de *Plan detallado para progresar*, pág. 15



COMITÉ ALATEEN

El Comité Alateen les informa los nuevos cambios de días y hora de las reuniones, a saber:

- Cté. Alateen: los segundos sábados de cada mes: 8 de marzo, 12 de abril, 10 de mayo, 14 de junio, 12 de julio, 9 de agosto, 13 de septiembre, 8 de noviembre, 13 de diciembre. Horario: 11 a 13 hs.

- Reunión con los Padrinos sigue igual, o sea, los primeros sábados cada tres meses: 3 de mayo, 2 de agosto, 1º de noviembre (con paquetito). Horario: 11 a 13 hs.

- Reunión con los Coordinadores Alateen de distritos: segundos sábados cada tres meses: 8 de marzo, 14 de junio, 13 de septiembre, 13 de diciembre (con paquetito). Horario: 11 a 13 hs.

Sean disculpar las molestias que les ocasionen estos nuevos cambios.

Compartiendo el almuerzo: buena ocasión para distender espaldas, brazos y mente. A las 13 horas, poco más poco menos, los presentes se acomodan alrededor de la mesa principal y, al mismo tiempo que degustan el bocado elegido, se genera una charla amena y siempre matizada con comentarios sobre la experiencia en el Programa, ya que no falta quien exponga algún inconveniente en espera de sugerencias. Los que no están físicamente presentes siguen siendo parte de un todo, pues invariablemente se pregunta por quiénes sirven en días diferentes. (Ext. de Guías sugeridas a nivel nacional - "Voluntarios en la OSG")

Entre todos hagamos que nuestra OSG, al igual que el grupo al que

concurrimos, sea el lugar donde el amor, comprensión y fe nos hermana a todos.

En el libro *Esperanza para hijos de alcohólicos* encontramos lo siguiente: Ha aquí algunas cosas que ayudan a que cada día sea un buen día:

- Una actitud positiva
- Tiempo para nosotros mismos
- Tiempo para los otros
- Un programa
- Autodisciplina

"Si vivimos cada día para lo mejor de nuestra habilidad, pronto nos daremos cuenta de que no tenemos tiempo para preocuparnos acerca del futuro o para lamentar el pasado. Pronto estaremos muy ocupados disfrutando la vida." (Ext. de Risga 2004).

Algunas preguntas para que los miembros Alateen puedan debatir en las reuniones como temas:

- ¿Cómo concentrar la atención en mi persona?
- ¿Qué lemas te han ayudado a adquirir una mejor actitud acerca de los problemas?
- ¿Cómo puede ayudarte el programa a evitar la autocompasión?
- ¿Cumplo con mis obligaciones?

Unas preguntas para los miembros Al-Anon:

- ¿Me doy cuenta de que difundir el mensaje de Al-Anon y Alateen es realmente compartir amor?
- ¿Me esfuerzo en aumentar mi conocimiento con todo lo relacionado a Alateen?

¡Hasta la próxima!

Amistad



COMITÉ DE PUBLICACIONES

En estos meses tuvimos pocas reuniones debido a vacaciones, pero aun así por medio de mails nos comunicamos muy asiduamente sobre todo con proyectos e ideas que siempre son anotadas para tiempos más venturosos.

Desde el Comité seguimos intentando atraer a otros miembros para tareas diversas que procuramos sean divertidas e interesantes.

Estamos ayudando en un proyecto de larga data de nuestra Secretaria General por ahora leyendo y seleccionando material sobre cuatro temas específicos.

Sugerimos al Comité de Presupuesto la publicación de un libro. El más factible, por varias razones, resulta *Esperanza para hoy*, en un formato de bolsillo similar a los otros libros de reflexión diaria, *Valor para cambiar* y *Un día a la vez en Alateen*. Además, según la encuesta realizada el año, éste fue uno de los más pedidos por los miembros.

Atendiendo a comentarios y pe-

dididos, se pensó publicar el folleto *Los Doce Conceptos*, *El secreto mejor guardado de Al-Anon*. Descartamos imprimir todo el material faltante, que sin ninguna duda necesitamos, pero debemos atenernos a las prioridades. Al-Anon dice: "Daré tiempo al tiempo" (Pág. 1 de *Valor para cambiar*).

Noticias desde la OSM

Nos enviaron ejemplares de *Grupos de familia en acción*, que reemplaza al tradicional *Grupos de familia Al-Anon*, con actualizaciones y un formato más dinámico.

También las nuevas versiones *Plan detallado para progresar* y el *Manual de Servicio*, con presentación espiralada, lo que pensamos lo hará más económico y ágil para utilizar.

*
Respuesta de la pregunta del Boletín anterior: El libro que tiene diferenciadas las tres fases es *En todas nuestras acciones* (Conciencia, aceptación y acción).

NOS INTERESA TU PARTICIPACIÓN

¡Gracias por compartir tus experiencias!



Hace poco tiempo que concuro a los grupos, pero cuando llegué a mi primera reunión me sentía muy triste y deprimida.

Lo que me impulsó a seguir concurrendo fue la sensación de compañerismo y contención que sentí en el grupo.

Si bien todavía no pude apreciar actitudes muy notables, siento un cambio en mi ánimo y en mi predisposición.

Tengo más fe y esperanza y pienso que toda la literatura me ayudará a cambiar.

Stella Maris
HIJOS ADULTOS 7



EQUIPO ASESOR DE ARCHIVO HISTÓRICO

En el ejemplar de "Al-Anon y Alateen en acción" de febrero/marzo de 1989 dice: "Mantengamos vivo nuestro patrimonio". Cumpliendo este deseo, compartimos lo que se publicó con respecto al logotipo de Al-Anon.

"El logotipo de los Grupos de Familia Al-Anon fue aprobado en la Conferencia de Servicio Mundial de 1968 para identificar cada publicación de literatura Al-Anon. El círculo dentro del triángulo representa una hermandad mundial de amor continuo sin interrupción; el triángulo equilátero representa la necesidad de recuperación, unidad y servicio para un programa sano y equilibrado.

La Oficina de Servicio Mundial Al-Anon utiliza tres logotipos: 1) un medio popular de identificación en convenciones y en asuntos comunes es el logotipo de Al-Anon y Alateen

con las letras AFG en el círculo; 2) la Oficina de Servicio Mundial adoptó el logotipo sin las letras AFG para una rápida identificación de papeles, guías y otros materiales de Al-Anon y Alateen, y puede utilizarse en otras dependencias del servicio Al-Anon para estos propósitos, y 3) las publicaciones de Literatura Aprobada por la Conferencia se identifican por el sello original acompañado de las palabras 'Aprobado por la Conferencia de Servicio Mundial'. Estos símbolos son 'marcas registradas' de Al-Anon ante la Oficina de Patentes de los EE.UU. Su utilización para propósitos ajenos a Al-Anon y Alateen, o cualquier alteración de los mismos, pone en peligro su situación jurídica."

¡Mantengamos vivo nuestro patrimonio!

Mi testimonio



Cuando llegué a Al-Anon lo hice muy mal anímicamente y sin control, en mi mente sólo había una terrible depresión.

Recuerdo que salí de mi casa decidida a terminar definitivamente con mis sufrimientos; estaba desesperada, mis pensamientos no tenían control. Pero algo me dijo que fuera a una iglesia para pedir ayuda, y encontré estos grupos maravillosos y me quedé.

Recuerdo que quería eliminar a mi marido y gracias a Dios que no lo hice, porque hoy me doy cuenta de cuánto amo a mi esposo, y si me faltara no sabría que hacer.

Gracias a Dios que he vuelto a mi sano juicio, porque me guió hacia Al-Anon.

Asisto todas las semanas a los grupos porque allí está mi salvación.

Anónimo



Hacemos un pedido especial a los integrantes de los grupos sin distrito: Pecando de reiterativo, este Comité vuelve a solicitar que los grupos devuelvan completas las fichas que se les mandaron oportunamente.

Esto significó para nuestra Oficina el esfuerzo de muchos voluntarios, tiempo y dinero.

Entre otras cosas, no será posible lograr hacer un Directorio de grupos sin distritos si no tenemos los datos necesarios. Sin la colaboración de ustedes, es decir, de los grupos, podremos llevar a cabo tan loable iniciativa.

Este Comité apela a su buena voluntad, una vez más, y los saluda con amor en el servicio.

Aniversarios

¡¡FELICIDADES!!

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

16 de enero - 25 años
Grupo "Despertar"
Distrito ??????????

*

2 de febrero - 5 años
Distrito Nuevo Camino

*

3 de abril - 30 años
Grupo "Entre Todos"
Distrito Sur - Lanús

*



Reflexiones



ESTOY APRENDIENDO A AGRADECER A DIOS TODAS LAS MAÑANAS POR EL DON QUE ME OTORGA: UN HERMOSO DÍA, INDEPENDIENTEMENTE DEL TIEMPO O LOS PROBLEMAS.

Extraído de *En todas nuestras acciones*, pág. 232



Información Pública

Estamos trabajando en varios proyectos, entre ellos programas radiales, ya que por nuestro anonimato nos es difícil concretar la difusión por TV. Para esto necesitamos gente que colabore.

Encontramos esta lectura sobre la Séptima Tradición referida al servicio y deseamos compartirla con ustedes:

"Existe algo más que pagar el alquiler a la hora de mantener un grupo

de Al-Anon plenamente autosuficiente. La continuidad en el servicio es importante para nuestro bienestar común. Hoy reflexionaré acerca de la contribución que aportó a mi grupo.

"Puedo ayudar a mi grupo en muchas formas. Cuando paso la canasta, doy lo que puedo. También es importante saber que puedo dar mi tiempo y apoyo moral para que el nuestro sea la clase de grupo al que me honro pertenecer." (*Valor para cambiar*, pág. 251)

Antes de Al-Anon



Antes de conocer Al-Anon mi vida tenía tantas idas y vueltas que yo, Jorge, no podía seguir ningún camino en particular. Siempre pensé que los seres humanos éramos como flechas que salen hacia algún lugar, pero en mi caso yo no sabía cuál era ese lugar, así que iba y venía sin ningún sentido.

Hasta que llegué a Al-Anon y con el desarrollo del programa empecé a encontrarle sentido a las cosas, a mi vida de relación.

Con el tiempo, y tratando de aprender un poco más, fui estudiando el programa y conseguí cambiar actitudes que siempre me habían acompañado, de forma natural, en mi vida.

Los cambios que uno va logrando se desarrollan con el tiempo que nos damos a nosotros y a los demás, si así lo quieren.

Una de las cosas más ricas del programa es la aceptación del otro, con o sin cambios. Así como también nuestra forma de crecer es aceptarnos como somos.

La serenidad que logramos es a partir de nosotros mismos.

Al-Anon me dio esperanzas y paz interior para seguir viviendo positivamente y con fuerzas.

Jorge

DISTRITO RÍO DE LA PLATA

Mi reconciliación con Dios



Pensaba que era normal que una persona joven se alcoholizara en una reunión social; creía que aunque en mi familia nadie tomara alcohol eso no significaba que otra persona no pudiera tomar...

Nuestros primeros años juntos no fueron difíciles pues estábamos muy felices por la llegada de nuestro primer hijo y mi esposo sólo se alcoholizaba en las fiestas de Año Nuevo; con el tiempo también eran algunos domingos en casa de su mamá. Allí fue cuando se empezó a notar más su enfermedad y también la mía. Empezaron los reproches, los insultos y las agresiones verbales, sólo de mi parte, él bajaba la cabeza sin decir nada. Siguieron las llegadas tarde algunos viernes, totalmente alcoholizado. Buscamos un segundo hijo por unos años, con la esperanza y el deseo de que una nueva vida trajera con ella la solución al problema del alcoholismo que tenía en casa. Cuando por fin quedé embarazada, mi esposo empezó con su carrera activa de alcoholismo y yo, con mi desequilibrio total. En poco tiempo me convertí en la gritona, conflictiva y la loca del barrio, y mi familia y el alcohólico de mi vida en el culpable y responsable de todos y cada uno de mis males.

Mi vida y la de mis hijos eran un caos, no por culpa de mi esposo sino por la mía, mi desequilibrio era total y su alcoholismo también. En una de las tantas peleas, su agresividad fue mayor; hospital, juzgado y separación hicieron que él llegara a los grupos de AA. Esto vislumbró una luz de esperanza en nuestra familia.

Su constancia en asistir diariamente a los grupos hacía que yo me sintiera mucho más sola que antes. En una discusión porque se iba a su grupo, me dijo muy furioso que prefería estar con sus compañeros de grupo que conmigo. Esas palabras quedaron en mi cabeza y me hicieron dar cuenta de lo mal que estaba y de que también necesitaba ayuda.

Llegué a Al-Anon y allí me dijeron que el alcoholismo es una enfermedad y de lo afectada y equivocaba que estaba. Ya en los grupos igual me seguían molestando las idas constantes de mi esposo a sus reuniones, así que lo expuse y ¿saben lo que me dijo una compañera? Muy dulcemente, que él estaba ocupando su tiempo en su recuperación y me estaba devolviendo mi vida para que yo me ocupara de ella. ¡Cuánta razón tenía!, con la ayuda de Al-Anon sé que soy responsable de mis pensamientos y de mis malas actitudes, que mis defectos de carácter yo ya los tenía, que el alcoholismo los sacó a la luz, que ahora tengo que ocuparme de mí.

Hoy entiendo que la sobriedad de mi esposo no es fácil, que él nos puede dar a mí y a nuestros hijos tranquilidad y calidad en vez de cantidad, en la mayoría de sus días, que yo encontré mi lugar, donde puedo trabajar mis defectos de carácter y donde puedo hablar de mí.

Lo más hermoso de todo es mi reconciliación con Dios y el darme cuenta de que Él siempre estuvo con nosotros, había sido yo la que me había alejado.

Luciana
GRUPO EL SOL 11

Nuestra Conferencia de Servicio Nacional

Comienza marzo y se renueva en todo Al-Anon la puesta a punto de cada músico que interviene con su instrumento al concierto de ideas y proyectos que es la Conferencia.

Desde la OSG hasta el grupo más lejano del país espera la oportunidad, quizá desde hace un año, de exponer en palabras sus sueños y su visión ilusionada de un Al-Anon cada día mejor. Pero, ¿qué me está pasando?, ¿esto es producto de un sueño que espero se convierta en realidad o de una realidad que ante su presencia tan cercana exacerba mi fantasía?

Estamos a punto de realizar nuestra 24ª CSN. Pero, ¿estamos preparados para hacer de ella algo atrayente, compartido, para accionar realmente y que nos sirva para trabajar desde su ritmo con alegría y entusiasmo durante todo el año?

En esto se involucra a todos los miembros, desde el más veterano al más nuevo, a quien le han enseñado en su grupo la importancia y el significado de la Conferencia; cómo se prepara la misma con tiempo y con amor, y todos los beneficios que de ella podemos obtener para que Al-Anon siga brillando con luz propia.

Contamos felizmente con gente preparada para realizar variadas tareas, desde siempre venimos avanzando, respetando puntillosamente con los requisitos mínimos imprescindibles para realizar Conferencias a las que asistían miembros de países hermanos que admiraban nuestro esfuerzo y, a la vez que obtenían ideas nuevas, nos dejaban también sus enseñanzas. Qué orgullo sentíamos como anfitriones, qué grata sensación de haber cumplido con aquellos que en 1966 apoyaron nuestro proyecto.

Hoy, sin querer pensar en utopías, con sólo pensar en el agradecimiento y el amor de siempre, con un nuevo año, una casa propia y tantos nuevos miembros que con capacitación, con amor al servicio, con nueva tecnología que nos facilita todo aquello creativo y renovador (aunque siguiendo nuestros principios que son inamovibles), puedo apelar una vez más al amor que me hacen sentir permanentemente (pues todo ese cariño me lo han demostrado en mis peores momentos), para que se transforme de aquí en más en una participación sin roces, con la experiencia de tantos años de Conferencia, porque sabemos que sólo unidos lo lograremos todo. Ese todo que son los Comités, donde cada integrante expone sus ideas, y del consenso de todas ellas nace el proyecto nuevo; que cada miembro al sentir que su participación es útil es atraído por el servicio.

Seamos humildes, trabajemos hermanados y con un solo propósito; esto nos llevará a la unidad que en este momento tanto disfrutamos. El servicio en Al-Anon significa, para todos los que transitamos este camino, amistad, humildad, generosidad, estrechar lazos.

Sueños inalcanzables que de a poco y entre todos hacemos realidad. Esto es Al-Anon.

Con todo mi amor por Al-Anon y todos sus miembros

Zulema S.



COMITÉ DE SEMINARIOS DE SERVICIO REGIONALES (CSSR)

El día 24 de febrero de 2008 se realizó en Paraná una hermosa reunión para comenzar la preparación del Seminario de la Región Norte, con gran interés de parte de todos. Allí nos damos cuenta cómo quiere trabajar la gente, a pesar de sus dudas e inquietudes.

El día 5 de julio de 9 a 18 hs se

realizará un encuentro en Rafaela con dirección a confirmar muy pronto. Será el único encuentro antes del Seminario. Pedimos encarecidamente a los distritos que envíen temas y lemas para el Seminario, para que luego, junto con la Junta de Administradores (Custodios), se confeccione el temario.

* * *

Nominación del candidato a Custodio Regional

Aprovechando el encuentro de varios distritos de la Región, se llevó a cabo una Asamblea para nominar el candidato para Custodio Regional de la Región Norte. Pese a que asistieron solamente tres distritos, finalmente se hizo de todos modos con la minoría, para que no quedara nuevamente la Región Norte sin Custodio, por tres años más (en total ya serían seis años). Fueron elegidos el titular y el suplente.

NOS INTERESA TU PARTICIPACIÓN

¡Gracias por compartir tus experiencias!



Mi estado anímico era de descreimiento, vencida por la vida, según mi creencia y con total falta de fe. La comprensión y el amor que encontré desde el principio, el apoyo del grupo y la necesidad de mejorar mi vida me impulsó a seguir concurriendo.

Los cambios fueron muchos pero los más importantes para mí fue la serenidad, que derivó en mi reencuentro con la fe y la seguridad en mi misma. Estos cambios fueron posibles con la practica del programa, poniendo una férrea voluntad y realizando servicios.

Frecuentemente toda la literatura me ayuda, Pasos, Lemas y todo lo que leo de Al-Anon.

Elfi K.



Reflexiones



Amistad

LAS ACTITUDES SON CONTAGIOSAS. ¿SON LAS MÍAS DIGNAS DE SER IMITADAS?

Extraído de *Plan detallado para progresar*, pág. 12



Durante el mes de marzo, tres compañeras de la Oficina de Servicio Mundial –la Directora de Servicio a los grupos, un miembro de la Junta de Custodios y la encargada de traducciones– visitarán tres países de Latinoamérica. Comenzarán su itinerario en Costa Rica para luego seguir a Perú y a Uruguay.

El motivo del viaje es reforzar los lazos que nos unen a los miembros

de Al-Anon en el mundo, compartir experiencias de servicio y colaborar con el fortalecimiento de estructuras.

Nuestra OSG estará presente en Uruguay, representando a la Argentina.

La reunión tendrá lugar el día 28 de marzo. Llevamos muchas preguntas de los Comités de la OSG, muchos proyectos para compartir y toda la alegría del encuentro.

¿Cómo llegué a Alateen?



Llegar a Alateen no es un camino fácil; si bien recuerdo, recién luego de un buen tiempo me animé a entrar. "Que voy..., que no voy..., que sé que hay un grupo." Al fin de cuentas, un buen día me decidí a ingresar y hasta hoy es una de las cosas más maravillosas que me pasó en la vida y agradezco todos los días.

En mi caso, yo entré pensando que era capaz de todo, que iba a encontrar respuestas concisas y rápidas con mi familiar alcohólico, pero no fue así; cada respuesta que fui encontrando (y aun ahora, después de dos años sigo en la búsqueda de ellas) me las fui cargando al bolsillo como el oro más preciado, y como si eso fuera poco, a lo largo de estos maravillosos años encontré un grupo increíble de amigos hermosos y madrinas mágicas.

Crecí como nunca en la vida, y tengo la esperanza de seguir creciendo más. Hoy le debo tanto a mi Alateen que nunca llegaré a agradecer todo lo que me dio. Gracias por ayudarme a crecer tanto en esta etapa tan difícil. Gracias por ayudarme a entender la enfermedad del alcoholismo. Gracias a los amigos y personas tan maravillosas que encontré, que me apoyan todos los días. Gracias a mi madre por hacerme llegar hasta aquí. ¡Gracias a Alateen!

Un miembro Alateen

(TESTIMONIO LEÍDO EN LA REUNIÓN ABIERTA DEL 04/11/07, ORGANIZADA POR EL GRUPO ALATEEN "BUENAS COMPAÑÍAS", DISTRITO CAPITAL)

Amistad



Reflexiones



RECORDEMOS QUE QUIEN VA DESPACIO, VA MÁS LEJOS.

Extraído de *Grupos de Familia Al-Anon*, pág. 80



COMITÉ DE PRESUPUESTO

El Comité de Presupuesto agradece por este medio a todos los Grupos, Distritos y miembros que con sus contribuciones hacen que el mensaje de Al-Anon siga llegando a todos los lugares donde alguien lo necesite. Estos aportes corresponden a **noviembre y diciembre de 2007 y enero y febrero de 2008.**

- **Distrito Alte. Brown y Grupos:** Aprendiendo a vivir, Camino de Esperanza, Granito de arena, Lihuen, Luz de Vida, Luz y Esperanza, Nace un nuevo Día, Nueva Esperanza, Sendero de Luz.
- **Distrito Capital y Grupos:** Aceptación y Esperanza, Belgrano, Calidez, Compartir, Luz de Patricios, Madre Admirable, Mediodía, Mensaje, Palermo, Redentor, Santa Cruz, Serenidad, Sólo por Hoy, Unidad, Villa Crespo, Vivencias, Vivir Hoy, Ayuda (Alateen), Buenas Compañías (Alateen), Crecer con amor (Alateen).
- **Distrito Centro Este Entre Ríos y Grupos:** Amanecer, Camino de esperanza, Colón, Despertar Espiritual, La Milagrosa, Paraná, 20 de Enero, 21 de Abril.
- **Distrito Centro Oeste y Grupos:** Alegría de Vivir, Barrio Argentino, Despertar, Hacia Adelante, Ituzaingó, José C. Paz, Luján, Matera, Merlo, Paso del Rey, San Miguel, Villa León.
- **Grupos de Córdoba:** Amanecer, Aurora, Armonía, Carlos Paz, Esperanza, Fe (Padres), Renacer.
- **Grupos del Dist. de la Costa:** Buen Día, Dar y Compartir, Gral. Madariaga.
- **Distrito Gral. Paz y Grupos:** Aceptación, Albariños, Escalada, Esperanza, Génesis, Liniers, Madurez, Revivir, Villa Lugano.
- **Distrito Integración y Grupos:** Alberdi, Amistad, Comprensión, De Corazón, Fortaleza, Puerto.
- **Distrito Noroeste y Grupos:** Billinghamurst, Castex, El Sol, Martín Coronado, Nueva Vida, Villa Tessei.
- **Distrito Norte y Grupos:** Acassuso, Alegría, Beccar, Florecer, Florida, José L. Suárez, Olivos, Olivos (HA), Munro, San Fernando, San Isidro, Villa Ballester.
- **Distrito Nuevo Camino y Grupos:** Cañuelas, Milagros del Siglo XX, Monte Grande, Peldaño, Rayo de Luz, Tristán Suárez.
- **Distrito Rafaela y Grupos:** Amor y Paz, Esperanza, Sendero de Luz, Serenidad, Volver a Empezar.
- **Distrito Río de la Plata y Grupos:** Al-Anon La Plata, Buena Esperanza, Convivencia, Fe, Inmaculada Concepción, Jesús del Buen Pastor, Luz, Paso de la Esperanza, Primavera, San Marcos, Valor para cambiar.
- **Distrito Rosario y Grupos:** Alberdi, Casilda, Centro de Vida, Fuente de Amor, La Florida, Luz del Sur, Ricchieri, San Fco. Solano, San Pedro, Socorro, Viamonte.
- **Distrito Sudoeste y Grupos:** Brisa, Ca-

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.
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 BOLETÍN SE PUEDE FOTOCOPIAR PARCIAL O INTEGRALMENTE.

mino de esperanza, Crecimiento, Despertar en Al-Anon, Esperanza, Luz y Esperanza, Milagros en Al-Anon, Morón, Ramos Mejía, San Justo, Sendero de esperanza, Un Día a la Vez.

- **Distrito Sur y Grupos:** Alte. Brown, Amor y Comprensión, Avellaneda, Centenario, Crecer Madurando, Diamante, Entre Todos, Fe y Esperanza, Itatí, Que Empiece por Mí, Semilla de Esperanza, Valor para Cambiar, Aprender a Vivir (Alateen).
- **Distrito Unidad y Grupos:** Amor y Esperanza, Don Torcuato, El Sol, Encuentro, Escobar, Matheu, Gral. Pacheco, Pablo Nogués, Volver a Vivir.
- **Distrito Villa María y Grupos:** Amor y Fe, Fe y Esperanza, Río Cuarto, Sabiduría, Sendero de Fe.
- **Grupos del distrito en formación Salta/Jujuy:** Catedral, Nueva Vida, Semillas de Amor.
- **Grupos del Interior de Buenos Aires:** Pequeño Milagro (Mercedes), Luz de Esperanza (Trenque Lauquen), Pfo XII (Necochea.)
- **Grupos de Formosa:** Esperanza y Alegría.
- **Grupos de La Rioja:** Santa Rita (Chilecito).
- **Grupo de Mendoza:** Centro.
- **Grupo de Neuquén:** Amor.
- **Grupo de San Luis:** Iluminación.
- **Aportes personales**

Nota: En esta lista aparecen los grupos, distritos y aportes personales que figuran en nuestra contabilidad, dentro de los meses mencionados, ante cualquier duda pueden presentarse en nuestra OSG el tercer viernes de cada mes, día de reunión de nuestro Comité. Además recordamos nuestra Cta. de Ahorro Especial Bco. Nación N° 326946/2, y el nuevo número de nuestra Cta. Cte. 4117-5038-6 del Bco. Galicia. Les rogamos a los miembros que aporten por medio de dicha cuenta que destaquen el origen y el motivo del envío del depósito en forma muy clara por FAX.

Por favor hagan **DEPÓSITOS** en las cuentas, **NO TRANSFERENCIAS.**

También solicitamos que cuando realicen algún aporte a la OSG o pago de literatura por medio de Depósitos Bancarios, nos aclaren inmediatamente a través de fax, e-mail o llamada telefónica, lo siguiente:

- En qué banco fue hecho, Nación o Galicia.
- El importe del depósito.
- A qué grupo y/o distrito pertenece.
- Si es un aporte personal, a OSG, o Pro-Casa, o Aniversario.
- A qué dirección debemos enviarles lo requerido.

Agradecemos esta información para acreditar el dinero que está en los bancos en forma correcta.



**OFICINA SERVICIOS GENERALES AL-ANON
PARA LA REPÚBLICA ARGENTINA**

**Adolfo Alsina 1441 - 1er. p. - Of. 102
1085 - Buenos Aires - Argentina**

Tel. (011) 4382-9311

e-mail: osg@alanon.org.ar

Fax (011) 4382-9229

www.alanon.org.ar