

Año del Crecimiento

EDITORIAL

Un día cualquiera de nuestra vida, llorosos y angustiados, subimos una escalera o abrimos una puerta y entramos. Nunca imaginamos cómo cambiaría todo de allí en adelante, y uno va aprendiendo.

De a poco, lo que era imposible un tiempo antes se hizo realidad, junto a palabras como "soy responsable por mí", "tengo serenidad", "estoy en paz".

Éstas tuvieron para nosotros distintos significados, pero el mundo se abrió y nos ofreció la libertad.

Le pasó a muchas personas que tuvieron el valor de quedarse a escuchar el mensaje que Al-Anon nos tenía reservado, simple y profundo.

Y llegó el tiempo de volcar lo que sabemos y aprendimos, una responsabilidad que no podemos eludir: transmitir.

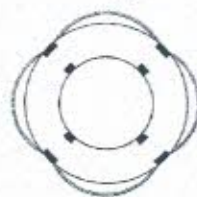
Mejor o peor, como cada uno pueda, por el ámbito donde cada uno transita, lo que hemos recibido al llegar y nos ha mantenido vivos, debemos pasarlo a otros que no saben y necesitan consuelo, a los que vienen después.

Que en estas fiestas abracemos a los que amamos, los que están y los que no, junto a la familia de Al-Anon que llevamos en el corazón.

El Boletín *Amistad* es el medio para comunicarnos entre los miembros de nuestra hermandad. Llegar 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.

Nº 320

BOLETÍN *Amistad*



Octubre - Noviembre - Diciembre de 2008

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



RINCÓN DE NUESTRA OSG

Se realizaron varias reuniones en nuestra sede, nos alegramos del intenso trabajo de los miembros comprometidos con el servicio.

Seguimos trabajando en nuestro nuevo Sistema de Gestión.

Invitamos a todos los que tengan algunas horas libres a hacer servicio en la OSG. Algunas de las tareas en las que se necesitan voluntarios son: contestar el teléfono, traducciones del inglés, hacer trabajos en computación, o ser parte de algún Comité.

Tenemos planes, proyectos y sueños pero necesitamos de todos para hacerlos realidad.

Horario de verano 2008-200

Desde el 15 de diciembre y hasta el 1º de marzo la atención a los miembros para la venta de literatura y aportes será desde las 14 hasta las 17 hs. Pedimos que nos ayuden haciendo con antelación los pedidos por fax, mail o teléfono, de esa manera no tendrán que esperar y se pueden preparar con más cuidado y tiempo; confirmen dirección postal para asegurar el pedido (para lo que se envía por correo).

Recuerden que los importes se pueden depositar en las cuentas:

Cta. Cte. especial Banco Nación N° 326946/2 y Cta. Cte. Banco Galicia N°4117-5038-6.

Les agradecemos a todos la buena disposición.

Como todos los años, los días 24 y 31 de diciembre la OSG permanecerá cerrada por asueto.

Los días 26 y 30 de diciembre por cierre contable del año y balance no se atenderá al público.

Línea 0800

Estamos esperando que Telefónica nos conecte la línea. Les avisaremos cuando así se concrete.

Les recordamos que este número será exclusivo para personas que no nos conozcan.

Rogamos a los miembros Al-Anon que dejen libre ese número para el público.

Un año más se va... Aceptamos los errores, festejamos los éxitos y seguimos adelante todos juntos para volver a empezar.

¡Felicidades!



Reflexiones



Amistad

"SOLTAR LAS RIENDAS" ESTÁ ANTES DE "ENTREGÁRSELAS A DIOS" POR UN MOTIVO. NO PUEDO ESPERAR QUE DIOS HAGA ALGO SI AÚN ME AFERRO A MI PROBLEMA..

Extraído de *Cómo ayuda Al-Anon a familiares y amigos de alcohólicos*,
pág. 76

Maduración

¿Cuántas etapas tienen nuestra maduración y nuestro progreso espiritual en el programa?

Sin duda son muchas, y diferentes para cada uno de nosotros.

Pero es importante poder reconocer que recorremos etapas, que no tiene sentido quedarnos estancados. Entonces volvemos a la literatura con ojos nuevos, la analizamos, emprendemos con los libros de Al Anon un viaje de descubrimiento.

Con el servicio pasa lo mismo. Así como no podemos seguir siempre como el primer día, acudiendo a los grupos con nuestros lamentos y preguntas, sino que necesitamos dejar la

autocompasión y empezar a trabajar con los Pasos, con los Lemas, las Tradiciones y los Conceptos, pero sobre todo con nosotros mismos, no deberíamos quedarnos en el servicio preguntando qué debemos hacer, lamentando la falta de tiempo, o de recursos, o lo que nos parece poco interés y apoyo de otros. En el servicio también necesitamos superar etapas y dar ese paso adelante que es volvernos creativos, intentar cosas nuevas, reunirnos con nuestros compañeros, conversar, discutir y proponer cambios. Debemos expresar nuestras necesidades en el grupo y en el Comité, y debemos escuchar lo que los otros, aquellos que nos escucharon, puedan decirnos.

Al-Anon en el mundo



Repasando el Manual de Servicio encontré la frase que creo es adecuada para ayudarme a estar hoy aquí... la característica primordial de cada miembro es la participación.

Unas veces escuchando y otras hablando, pero siempre receptivos, de todas las experiencias podemos sacar un beneficio y vivir más serenos y ser más felices y al mismo tiempo ayudar a nuestro entorno.

Nos ha tocado vivir con un futuro, o mejor dicho un presente, incierto; pensar obsesivamente en el después, derrochar tiempo, energía y dinero. Sin pensar que se nos escapa el presente, ahora, esta tarde tenemos la gran suerte de estar aquí reunidos, unidos por la causa por la cual estamos aquí...

Lo que sí me acuerdo es que cuando llegué por primera vez me dieron la bienvenida y me hablaron de herramientas. Cómo estaría yo, que visualicé una caja de herramientas con clavos, martillo... ¡oxidados!, tal como debía estar yo de oxidada y anquilosada. Cuando lo recuerdo, veo la caja, pero ahora comienza a parecerse a un arco iris después de la tormenta.

¡Qué hermoso es reconocer que los problemas se hacen pequeños! Gracias.

FEBRERO 2006 "BOLETÍN SERENIDAD"
GRUPOS DE FAMILIA AL-ANON DE ESPAÑA



Una vez finalizado el mes mundial de Instituciones, queremos agradecerles a todos los distritos que han colaborado en este maravilloso servicio, y a los que todavía no lo han hecho esperamos que puedan hacerlo.

Aquí compartimos la experiencia del Distrito Unidad. En el comité del distrito se leyó y repartió a cada uno de los concurrentes el diagrama de Instituciones que fue entregado en la reunión de delegados. El coordinador puso mucho énfasis y les pidió a cada grupo que eligieran un objetivo de los tantos ahí designados y que lo pusieran en práctica. Se logró que tres grupos organizaran una reunión abierta, otro visitó el centro de rehabilitación de menores con problemas con la ley,

y una comisaría de Pablo Nogués, y también se consiguieron nuevos servidores para la Comisaría de la Mujer.

Encontramos esta lectura de labor de Instituciones y deseamos compartirla con ustedes.

"Cierta noche vinieron al centro de detención algunos muchachos del grupo de Alateen de la localidad para conducir una reunión. Fui obligado a asistir, y aparenté frialdad. Pero cuando los muchachos compartieron sus sentimientos me enternecí, me eché a llorar y uno de los muchachos me abrazó. De momento quise zafarme pero sentí tranquilidad en lo más profundo de mí, al saber que alguien se preocupaba verdaderamente por mí."

Alateen, un día a la vez, pág. 320

Temas preferidos

"Primero las cosas más importantes", no sabía que eso más importante era yo, nunca me quise como ahora. Al-Anon me enseñó a quererme, a saber que existo, que tengo derechos, y también deberes, ¡OJO!

A mis compañeros los llevo en el alma, a cada uno de ellos. Ellos ayudaron a esta persona que estaba siempre preocupada. No debo dejar de lado al alcohólico que está en recuperación. Gracias amigos, sus ojos están conmigo, sus palabras, sus abrazos, sus manos que siempre están conmigo, son mi familia, sin duda.

Estela

GRUPO ENCUENTRO, DEL VISO



Reflexiones



LA BONDAD ES EL IDIOMA QUE LOS SORDOS PUEDEN OÍR Y LOS CIEGOS PUEDEN VER.

Extraído de *Al-Anon y Alateen en acción*, agosto-sep. 1989



COMITÉ DE PRESUPUESTO

El Comité agradece a toda la hermandad la comprensión y el apoyo a su tarea. Esto nos hace sentir más responsabilidad hacia los que hoy estamos y los que vendrán. Debemos probar nuevas ideas, tomar iniciativas, tener imaginación para superar los obstáculos.

El apoyo financiero de nuestros grupos es la clave, que todos estemos enterados de cómo se utiliza el dinero y de los beneficios que la hermandad recibe, no sólo monetarios sino también espirituales, es fundamental para que estemos dispuestos a buscar maneras de aumentar los aportes.

En la Argentina fuimos afortunados de haber tenido miembros con visión desde el comienzo, con ese esfuerzo y el aporte de los que siguieron se hizo posible la compra de la sede.

Todo el que se sienta miembro Al-Anon tiene una responsabilidad financiera hacia la hermandad en su conjunto: ser autosuficientes a todo nivel.

Aprender a planificar de un modo sensato, las necesidades primero y los lujos después. También debo ser consciente de cuál es cuál: mi programa no es un lujo, es una necesidad. (Extraído de En todas nuestras acciones, pág. 151)

Brindemos a todos la oportunidad de servir

Escuchamos a menudo dificultades con miembros antiguos que se niegan a dejar el servicio, aun después de realizarlo durante varios años ininterrumpidos.

El respeto y el amor que sentimos hacia ellos muchas veces se transforma en resentimiento cuando estos miembros antiguos no dejan espacio para los que vienen detrás.

Entre todos debemos hacerles comprender que siempre se debe conversar y llegar a una mediación y a un convencimiento para que nadie salga lastimado, y Al-Anon pueda seguir adelante, los nuevos y los antiguos.

Es valiosísimo que estos miembros antiguos puedan transformarse en padrinos activos de los que vienen, brindando apoyo y experiencia para seguir estando en cuerpo y alma, pero no en primera fila, sino silenciosamente, en otro lugar, dando apoyo a las generaciones que nos sucederán.

Anónimo



Reflexiones



Amistad

LA VIDA ES CAMBIO; EL CRECER ES OPCIONAL. ESCOGE SABIAMENTE.
Extraído de *Al-Anon y Alateen en acción*, agosto-sep. 1992



Deseamos compartir algunas sugerencias extraídas de la reunión trimestral con los coordinadores Alateen de distrito, para tener en cuenta el próximo año 2009:

- Ser obedientes voluntariamente en acatar los principios y Guías de Seguridad nos asegura continuidad y unidad en Al-Anon y Alateen. Uno de los puntos de las Guías dice: "Garantizar el acceso al programa Alateen a los adolescentes cuyas edades estén comprendidas entre los 12 y 20 años (Quinta Tradición)". Respetemos las edades.

- En un grupo Al-Anon de un distrito tienen un día en el mes para hablar todo lo relacionado sobre Alateen, pensando qué es una forma de hacer "conocer Alateen".

- En la 16ª Conferencia se aprobó por unanimidad "asignar a los Representantes de grupo a los diferentes Comités del Distrito". Se sugiere incentivar a algún RG a participar en el Comité Alateen de distrito para lograr así mayor participación y poder ir viendo los futuros servidores para Alateen.

- Es importante hacer el servicio en conjunto, estar comunicado con el otro, participar en equipo es fundamental, sin imponer.

- Cuando haya una Reunión pública dentro de un distrito o grupos, que un miembro Al-Anon hable sobre Alateen, ya sea un Padrino o Madrina, un ex Padrino o Madrina, un hijo adulto, el coordinador del comité Alateen del Distrito, o todo orador responsable y comprometido con nuestra hermandad Al-Anon, teniendo presente las "Pautas para informar

sobre Alateen". Lo importante y necesario es que siempre Alateen esté presente.

Participando todos en armonía y unidad lograremos el único propósito de los Grupos de Familia Al-Anon: ayudar a todo aquel que necesite de nuestro mensaje de esperanza y especialmente a los jóvenes brindarles la oportunidad y el conocimiento de que se puede tener un modo de vida sano, alegre y hasta feliz... ¡sin dejar de amar a su ser querido! Comprometernos en la labor de servicio Alateen... ¡ésta es nuestra alegría de servir con responsabilidad!

El Comité Alateen les desea un próspero Nuevo Año y que el Poder Superior nos guíe a trabajar arduamente, pero con calma, de a un día a la vez, con alegría, esperanza y agradecimiento por todo lo que nos brinda este maravilloso programa que tenemos el privilegio de practicar en todas nuestras acciones!

Fechas para agendar en 2009:

Reuniones trimestrales con los Padrinos/Madrinas:

7 de febrero - 2 de mayo - 1º de agosto - 7 de noviembre.

Reuniones trimestrales con los coordinadores de comités Alateen de distrito:

14 de marzo - 13 de junio - 12 de septiembre - 12 de diciembre.

Reunión mensual del Comité Alateen de OSG:

2º sábados de cada mes, de 11 a 13 hs.

Carta de un miembro de Alateen



(Escrita y leída en el 30º aniversario de grupo, con una planta colocada arriba de la mesa)

Creo que se preguntaran por qué hay una planta frente a este panel... En realidad es para leer un discurso dirigido a los miembros de Al-Anon, basado en una alegoría que se me ocurrió.

Quiero remarcar que esta planta simboliza el Grupo Alateen.

Esta planta representa el desarrollo de los grupos Alateen, como éste, que celebra hoy su aniversario No 30. Todos ustedes están aquí porque es el único grupo en toda la zona sur...

Por ejemplo, esta planta fue creciendo porque fue cuidada, no como

los otros grupos Alateen que se fueron cerrando por la falta de compromiso, y yo pido que se asiente el compromiso de crear Madrinas, ya que nosotros vamos a ser los próximos miembros Al-Anon y creo que de nosotros depende la continuidad de estos grupos, sólo pido que se concientizen de eso, aunque esto aparente ser un molesto reclamo. Muchas gracias por venir.

Lucas

RG GRUPO ALATEEN "APRENDER A VIVIR"



Aniversarios

¡¡FELICIDADES!!

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

Octubre - 35 años
Grupo "Despertar"
Moreno



29 de noviembre - 35 años
Grupo "Luján"
Distrito Centro Oeste



Reflexiones



EL PROGRAMA NOS DA A VECES SERENIDAD; A VECES FELICIDAD; A VECES, ALEGRÍA, Y SIEMPRE NOS DA ESPERANZA.

Extraído de *Al-Anon y Alateen en acción*, abril-julio 1994

Amistad



25 Conferencias: Mirando nuestra historia

El año 1981 marca el inicio de la gestación de la Conferencia de Servicio Nacional, que se concreta en 1985.

El real y verdadero significado de esa pequeña, pero prometedora Conferencia que estaba a punto de comenzar era el siguiente: Al-Anon pone en práctica por primera vez la Segunda Tradición. Y desde entonces se ha convertido en la conciencia y la mano que guía el destino de Al-Anon.

Compartamos las visiones de esperanza para el futuro y de gratitud por el pasado crecimiento de Al-Anon en todo el mundo.

Los días 24, 25 y 26 de abril de 2009 se realizará la 25ª Conferencia de Servicio Nacional, que tendrá lugar en la Casa de Nazaret, en la calle Carlos Calvo 3163 de la C. de Buenos Aires.

Invitamos a los Distritos en formación y a los grupos que no forman Distrito a compartir esta importante experiencia. Sería una buena idea que se unieran más de un grupo para enviar un Representante y de esta manera aliviar los gastos.

Es precio estimado es de \$83 por día, por persona, en base de habitación triple con pensión completa, es decir que el total sería de \$166 por persona, dado que ingresamos el viernes por la tarde y nos vamos el domingo alrededor de las 18 hs. Este monto es aproximado, dado que pueden producirse aumentos.

Es importante que traigan sus sábanas y toallas para no pagarlos como adicional, que es de \$8 el juego.

Con respecto a los distritos, el costo total aproximado es de \$390 más el

prorrateo de los pasajes estimado a la fecha en \$90.

En caso de necesitar información adicional, por favor comuníquense con el Comité de Conferencia al mail: c_conferencia@alanon.org.ar

Recordatorios

No olviden preparar la evaluación del año de servicio 2008. No es necesario que este material nos llegue con anticipación, pues se incluirá en el Resumen de la Conferencia. Se pide que presenten sus "Nuevas ideas" e "Inquietudes" con respecto a temas del Plan de Servicio para compartir con todos.

Recuerden que las Reuniones Plenarias se realizarán el día viernes por la tarde y darán comienzo a las 17:45; es recomendable llegar con el tiempo suficiente para la registración y recepción.

Para agendar

Fechas de reuniones para 2009:

- 23/05/09 Reunión de RDs (prorrateada).
- 25/07/09 Reunión de Delegados (prorrateada).
- 26/09/09 Reunión conjunta de RDs y Delegados.

Traigamos a la CSN el espíritu de la democracia establecida en la 5ª Garantía, en la cual toda acción de la Conferencia será democrática en pensamiento y acción.

En nuestro mundo cambiante, quizás se nos pida que consideremos nuevos rumbos. El cambio a menudo es difícil, quizás le temamos, quizás desconfiemos de él. Entonces haremos una pausa y buscaremos la orientación del Dios de nuestro entendimiento.



COMITÉ DE PUBLICACIONES

Este año el Comité de Publicaciones se reunió tres veces con los encargados de literatura de grupos y distritos. Fueron reuniones cortas (debido al poco tiempo disponible) para todo lo que deseábamos compartir. Pero igual se realizaron, y nos enriquecimos con el aporte de todos. Aprendimos cómo se las ingenian algunos para difundir la LAC, para hacerla accesible y promover la lectura. Y también profundizamos en algunos temas, conocimos mejor el material. Interesó mucho la relación entre una buena coordinación de las reuniones, y el respaldo de la LAC. Se ha decidido tener al menos cinco reuniones el año próximo, y al menos una jornada de un día completo.

Encuentro-Taller

La dinámica de taller, con preguntas, pese a la brevedad del tiempo, resultó muy enriquecedora. Se decidió que, de ser posible, se intentaría repetir este tipo de experiencias en los grupos, con las preguntas que utilizamos. Anotamos acá algunas:

- ¿Nos damos cuenta de que la literatura de Al-Anon que utilizamos en

nuestras reuniones es lo que nos conecta con los grupos de todo el mundo?

- ¿Cómo pensamos que lo hace?
- ¿Cómo se organiza la programación de las lecturas del grupo?
- ¿Pensamos que toda la Literatura de Al-Anon es igualmente apropiada para leer en la reunión del grupo?
- ¿Importa la actitud del coordinador hacia la literatura programada?
- ¿Cómo influye una actitud positiva del coordinador hacia los textos que lee? ¿Y una actitud negativa?
- ¿Se lee el *Boletín Amistad* en una reunión de grupo? Esperamos los comentarios y respuestas de todos.

Noticias

Muy pronto estará disponible un folleto nuevo: *Los Doce Conceptos de Al-Anon*. Su mayor atractivo es presentar los Conceptos desde una visión fácil de entender, para poder aplicarlos tanto en el servicio como en nuestra vida diaria. Es una forma de leer y reflexionar sobre un tema que todavía muchos ignoran.

También se editará nuevo material para la difusión de Alateen.

Al-Anon en el mundo

Reunión espiritual de la 11ª Conferencia del Uruguay
Tema: "Los Principios de Al-Anon"

- ¿Me expreso por la unidad o por el control y la manipulación?
- ¿Cómo tengo presente la unidad de Al-Anon cuando expreso mis opiniones?
- ¿Cuál es la relación entre anonimato y confidencialidad?
- ¿Qué repercusiones tiene el anonimato en el Propósito Primordial de Al-Anon?



DELEGADA INTERNACIONAL

Una vez más, los miembros de Al-Anon de habla hispana y portuguesa tendremos el privilegio de reunirnos para compartir nuestras experiencias de servicio en la 5ª Reunión Iberoamericana de Servicios Generales Al-Anon.

¿Qué es la RIASA? (Reunión Iberoamericana de Servicios Generales Al-Anon)

La RIASA nació en 1998 como una propuesta conjunta de los Secretarios Generales de Argentina y de Brasil para que todos los países, con o sin estructura, puedan compartir en nuestro idioma de origen, tanto español como portugués, la experiencia de servicio así como ayudarnos mutuamente a crecer.

¿Dónde y cuándo tendrá lugar la 5ª RIASA 2009?

Por decisión de la 4ª RIASA nos reuniremos, al igual que en 2007, en

Buenos Aires, Argentina, que fue elegida como país anfitrión y organizador del evento.

Para mayor comodidad y planificación ya hemos fijado la fecha para el jueves 8 y viernes 9 de octubre de 2009.

Creemos que es una buena oportunidad para aprender los unos de los otros, especialmente considerando que en el año 2008 escasas estructuras de Sudamérica han concurrido a la RISGA (Reunión Internacional de Servicios Generales Al-Anon) que tuvo lugar en Finlandia.

La 5ª RIASA espera contar con dos miembros de la OSM, de manera de poder tener también la actualización del camino que está siguiendo el servicio a nivel mundial. ¡Deseamos fervorosamente que todos los representantes de Iberoamérica puedan concurrir!

Mi delicia



Por la gracia de Dios, y con motivo que mi hija está en recuperación, me enteré de que tengo emprendido un viaje. Estoy embarcada en un viaje de fe, de peregrinación, hacia mi propia recuperación.

He visto que ando sin atenerme a horario alguno, a ese horario que sigue el tren que llega o parte a la hora señalada.

Mi gran ventura es ver que ando a la hora y al paso que a mí se me antojan.

¿No es fantástico esto? ¡Qué libertad! ¡Gracias a ti, Poder Superior!

¡Gracias Al-Anon!

Vernon D., Filipinas

Al-Anon y Alateen en acción, agosto de 1997



COMITÉ DE COOPERACIÓN CON LOS PROFESIONALES (CCP)

¡¡Tenemos buenas noticias!!

Tuvimos éxito en los Congresos para el área de la salud.

- El día 2 de octubre –durante el 15º Congreso Internacional de Psiquiatría, que se realizó en Buenos Aires– fuimos invitados a organizar y coordinar una Mesa Redonda sobre el tema de Al-Anon, donde un médico y una psicóloga describieron los síntomas que puede presentar una persona que está afectada por el beber de otro. También un miembro compartió su testimonio.

- Los días 22, 23 y 24 de octubre –en el 11º Congreso Argentino de Neurociencia y Salud Mental, en la

Universidad Maimónides– hemos tenido la oportunidad de contactar a los profesionales de la salud y ofrecer material informativo de Al-Anon, reconociendo su progresivo interés en el tema.

La responsabilidad fundamental del Comité de CCP es hacer que surja buena voluntad y facilitar el intercambio de información entre la OSM y los Grupos de Al-Anon y Alateen y entre las organizaciones profesionales, entidades gubernamentales y otros con quien estamos en contacto para llevar el mensaje de esperanza de Al-Anon. (Extraído de "Guía para el Comité para la Cooperación con Profesionales (CCP)")

¿Y por qué me resultó tan fácil confiar en Al-Anon?

Porque los miembros no intentaron venderme soluciones rápidas. Simplemente, compartían sus experiencias con el corazón y me daban esperanzas.

Yo me identificaba con sus historias, por eso no me costó creerles ni comprender lo que decían.

Porque llegué a confiar que había una reunión todos los lunes cerca de mi casa. Aunque un lunes fuera feriado, aunque los compañeros que compartían hubiesen tenido un mal día o hubiese un alerta meteorológico.

Porque pronto comprendí que Al-Anon se basa en 36 principios llamados Pasos, Tradiciones y Conceptos de servicio. Cualquier problema en mi vida personal, en mi grupo, o en la estructura de Al-Anon pueden resolverse a través de dichos principios.

*Discurso de apertura Siri A., Noruega
Reunión Internacional de Servicios Generales de Al-Anon,
EE.UU., octubre de 2006*



COMITÉ DE SEMINARIOS DE SERVICIO REGIONALES (CSSR)

Durante los días 11 y 12 de octubre se realizó en la ciudad de Concepción del Uruguay el 10º Seminario de Servicio Regional organizado por la Región Norte.

Este comité reconoce el esfuerzo enorme que realizó el Distrito anfitrión, contando con la valiosa cooperación de los demás de la región y agradece el aporte económico que el Seminario envió a la OSG, demostrando el gran empeño y dedicación con que se preparó el evento.

Queremos destacar especialmente el trabajo intensivo que se cumplió en muy poco tiempo, agradecemos profundamente a las personas que colaboraron en el cumplimiento del lema "Servir es crecer" y se pudo comprobar una vez más lo que Lois repetía

constantemente: para iniciar un trabajo basta que una persona lo formule, para llevarlo a cabo necesita el apoyo y la dedicación de muchas personas.

Todo fue sencillo pero muy emotivo y el Comité de Seminarios recibió mucha colaboración de la OSG, que se hizo presente con la participación de la Junta de Custodios, los Comités y Distritos que brindaron información y respondieron a todas las inquietudes formuladas.

Esperamos que en los próximos Seminarios sigan participando activamente con las mismas energías que hasta ahora siempre mostraron.

Con un afectuoso saludo de este Comité deseamos a todos nuestros hermanos un feliz año nuevo, deseando seguir encontrándonos.

Décima tradición

La Décima Tradición le dice a Al-Anon "Mantenlo simple". Esta Tradición nos invita a evitar discusiones sobre aspectos de nuestra vida que podrían desviarnos de nuestro objetivo primordial. Hay muchas cuestiones que dividen y que podrían afectar una reunión de modo negativo, como la política y la religión.

En una reunión alguien dijo: piensen acerca de lo que sucedería si no contáramos con esta Tradición y discutiéramos nuestras opiniones individuales sobre el aborto. Mi primera idea fue: "Por cierto que todos pensarían lo mismo que yo". Luego me di cuenta de lo que había ocurrido. Había perdido el centro de atención alejándome de mi objetivo espiritual. Comprendí la sabiduría de este miembro y de esta Tradición; el tomar conciencia de la rapidez con la que había creado una controversia en mi cabeza me devolvió la humildad.

Violar la Décima Tradición podría destruir Al-Anon como un todo, podría poner en tela de juicio nuestro anonimato y nuestra unidad y singularidad de propósito.

The Forum, diciembre de 2003.



EQUIPO ASESOR DE ARCHIVO HISTÓRICO

El Equipo Asesor de Archivo Histórico no quiere finalizar el año sin compartir con ustedes lo realizado en el archivo.

- Boletín Amistad: contábamos con dos ejemplares del primer tomo del Boletín (1978 a 1982) y posteriormente encuadernamos cinco tomos (1983 a 2001) y con el ejemplar del Boletín que estamos leyendo completaremos el 7º tomo de 2000 a 2008 que se encuadernarán a la brevedad.

Hemos iniciado un fichero con los diversos elementos que integran nues-

tro material:

- LAC (Literatura Aprobada por Conferencia)
- Libros de actas, tesorería, festejos, etc.
- Publicaciones: *Dentro de Al-Anon*, *Al-Anon* y *Alateen en acción*, *Al-Anon habla claro* y otras publicaciones en castellano, inglés y portugués.
- Registro de biblioratos.
- Registro de grabaciones y cassettes (Conferencia, testimonios, Convenciones.) Estos dos últimos temas se completarán próximamente.

Informe de los talleres realizados en la Reunión Internacional de Servicios Generales de Al-Anon, EE.UU., 2006

¿Qué es una OSM (Oficina de Servicios Mundial)?

Los miembros de este taller estaban interesados en el funcionamiento de la OSM y realizaron varias preguntas. Una de ellas fue: ¿Cuál es la tarea de la OSM?

Muchos creían que la OSM daba directivas a todas las estructuras y les decía qué hacer. La OSM no es una autoridad. Reúne experiencias de Al-Anon mundialmente y la comparte con todas las otras estructuras.

La OSM está disponible para ayudar y sustentar.



Reflexiones



AYUDAR AL QUE DESCONOCE EL SENDERO QUE UNO YA ATRAVESÓ
SIEMPRE BENEFICIA A AMBOS, AL QUE AYUDA Y AL QUE ES AYUDADO.

Extraído de *Grupos de familia Al-Anon*, pág. 88



A todos los grupos del interior que nos han enviado tan lindas cartas, donde nos cuentan sus logros, muchas gracias.

A los miembros de grupos aislados que participaron de nuestra 23ª Conferencia y se llevaron en sus mochilas nuevas inquietudes, noticias y tareas para poder compartirlas y aplicarlas en sus grupos para fortalecerlos, les agradecemos.

Desde ya que los estamos invitando para la 25ª Conferencia, en el mes de abril del 2009.

También a todos los miembros que juntando sus aportes con gran esfuerzo nos envían lo recaudado, lo cual permite que nuestra Institución siga brindando el mensaje, nuestro agradecimiento.

Haciendo una evaluación de la tarea, a todos nos queda mucho por hacer, contamos con ustedes.

Oro para recordar que debo atender primero las cosas más importantes.
(Extraído de *Un día a la vez en Al-Anon*, pág. 324)

Séptimo Paso

“Humildemente pedimos a Dios que nos librase de nuestras culpas.”

Cuando pude aplicar el Sexto Paso empezaron a ocurrir cosas interesantes. De repente, las personas me empezaron a tratar como yo las había tratado —o maltratado— a ellas. Comportamientos que antes me habían parecido amables y afectuosos, resultaron ser ofensivos y controladores cuando yo era quién los recibía. No me gustaba ver esta parte de mí que era insistente y caprichosa.

Era un comportamiento que ataba de pies y manos a la gente que yo amaba y obstaculizaba su crecimiento.

Cuando me di cuenta de mi error quise cambiar de inmediato, quería que Dios usara en mí su varita mágica.

La sutileza del Séptimo Paso para mí fue que tuve que esperar. Tuve que estar dispuesta a pedirle a Dios el valor para cambiar, lo que exigió humildad. Tuve que aceptar que no tenía el control del momento en que cambiaría. Dios me ayudaría a cambiar en su momento, no en el mío.

Mientras esperaba, aprendí a orar. Mediante la espera y la oración aprendí a ser paciente. En algún lugar del camino abandoné la noción de que era mejor o peor que otras personas. Ya no tenía que estar a cargo ni tampoco desaparecer en un segundo plano. Aprendí a transmitir mi paz, a ponerme cómoda y aceptar una Conciencia de grupo. Para una persona controladora como era yo, éste era un concepto completamente nuevo.

Reflexiones

- ¿Tengo algún defecto que sea beneficioso y perjudicial al mismo tiempo?
- ¿Qué puedo hacer para ser humilde?

Al-Anon y Alateen en acción, vol. 38, año 2005



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 agosto, septiembre y octubre 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, Libertad, Loreto (HA), Luz de Patricios, Mediodía, Mensaje, Redentor, Santa Cruz, Serenidad, Sólo por Hoy, Unidad, Villa Crespo, Vivencias, Vivir Hoy, Ayuda (Alatecn), Buenas Compañías (Alatecn).
- **Distrito Centro Este Entre Ríos y grupos:** Amanecer, 5 de Enero, Gualguay, Despertar Espiritual, Colón, La Milagrosa, Nueva Vida, Paraná, 20 de Enero, Villa Elisa.
- **Distrito Centro Oeste y grupos:** Alegría de Vivir, Barrio Argentino, Crecimiento, Derqui, Despertar, Hacia Adelante, Ituzaingó, José C. Paz, Luján, Merlo, Paso del Rey, San Miguel, Sembrando Esperanza.
- **Distrito Córdoba y grupos:** Amanecer, Aurora, Armonía, Carlos Paz, Esperanza, Fe (Padres), Renacer.
- **Distrito de la Costa y grupos:** Dar y Compartir, Gral. Madariaga.
- **Distrito Gral. Paz y grupos:** Aceptación, Escalada, Flores, Génesis, Liniers, Madurez, Revivir, Valor, Villa Lugano.
- **Distrito Integración y Grupos:** Alberti, Amistad, Comprensión, De Corazón, Esperanza, Fe (Padres), Fortaleza, Independencia, Nueva Esperanza (HA), Puerto, Un camino de luz.
- **Distrito Noroeste y grupos:** Billinghamurst, Castex, El Sol, Martín Coronado, Nueva Vida, Villa Tessei.
- **Distrito Norte y grupos:** Acassuso, Alegría, Beccar, Florecer, Florida, Olivios, Paz, Munro, San Fernando, San Isidro, Villa Ballester.
- **Distrito Nuevo Camino y grupos:** Florecer, Milagros del Siglo XX, Monte Grande, Peldaño, Rayo de Luz, Tristán Suárez.
- **Distrito Rafaela y grupos:** Esperanza, Paz y Amor, Sendero de Luz, Serenidad, Volver a Empezar (Esperanza).
- **Distrito Río de la Plata y grupos:** Al-Anon La Plata, Bernal, Buena Esperanza, Convivencia, Fe, Inmaculada Concepción, Jesús del Buen Pastor, Luz, Paso de la Esperanza, Primavera, San Marcos.
- **Distrito Rosario y grupos:** Alberdi, Casilda, Centro de Vida, Fuente de Amor, La Florida, Ricchieri, San Fco. Solano, San Pedro, Socorro, Viamonte.
- **Distrito Sudoeste y grupos:** Brisa,

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.

Camino a la Esperanza, Crecimiento, Despertar en Al-Anon, Esperanza (Rafael Castillo), Luz y Esperanza, Morón, Ramos Mejía, San Justo, Sendero de Esperanza.

- **Distrito Sur y grupos:** Alte. Brown, Amor y Comprensión, Avellaneda (Noche), Centenario, Crecer Madurando, Diamante, Entre Todos, Fe y Esperanza, Itatí, Renacer (Avell.), Semilla de Esperanza, Valor para Cambiar, Aprender a Vivir (Alateen).
- **Distrito Unidad y grupos:** Amor y Esperanza, Amor y Paz, Don Torcuato, El Sol, Encuentro, Escobar, Matheu, Gral. Pacheco, Pablo Nogués (HA), Volver a Vivir.
- **Distrito Villa María y grupos:** Amor y Fe, Fe y Esperanza, Sabiduría.
- **Distrito Tucumán y grupos:** Acción, Conciencia de grupo, Esperanza.
- **Grupos del distrito en formación Salta/Jujuy:** Catedral, Nueva Vida.
- **Grupos del Interior de Buenos Aires:** Pequeño Milagro (Mercedes), Pfo XII (Necochea), Luz de Esperanza (Trenque Lauquen).
- **Grupo de Chaco:** Resistencia.
- **Grupos de Formosa:** Esperanza y Alegría, Nuestro Refugio de Paz.
- **Grupo de La Pampa:** Esperanza.
- **Grupo de Neuquén:** Amor.
- **Grupo de San Juan:** San Juan.
- **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 Bonos Pro-Fondo de Reserva, 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
1088 - Buenos Aires - Argentina**

Tel. (011) 4382-9311

e-mail: osg@alanon.org.ar

Fax (011) 4382-9229

www.alanon.org.ar

