



AUTONOMÍA Y ACATAMIENTO VOLUNTARIO

Al-Anon nació por necesidad, para aliviar la pesada carga emocional debido a la convivencia con un enfermo alcohólico. A la vez, los servicios nacieron como gratitud, y representan la posibilidad de llevar el mensaje a otros que lo necesitan y de compartir nuestros logros de recuperación.

Este boletín especial de Autonomía de grupo y Acatamiento voluntario nace por una necesidad expresada a través de una moción en la 25ª CSN, y la Junta de Custodios vislumbró la oportunidad de materializarla en una publicación, para que los miembros y grupos deseosos de resolver sus asuntos puedan hacerlo dentro del marco de las Tradiciones.

El camino de la vida es ancho y breve, pero el de la espiritualidad es angosto y mucho más extenso. Son las Tradiciones las que nos ayudan a nosotros y a los grupos a ceñirnos en la senda espiritual que nos lleva hacia la libertad interior.

Ponemos a disposición de nuestros grupos y miembros un valioso material para poder desarrollar estos temas, recopilado de resúmenes de Conferencias de Servicio de nuestro país y de otras estructuras, así como aportes de distritos y de miembros, basados en la experiencia grupal o personal. Agradecemos a todos por su colaboración y esperamos que sea de mucha utilidad.

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.

Nº 326 NÚMERO EXTRAORDINARIO

Abril - Mayo - Junio de 2010



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

Autonomía

Tema presentado por la Junta de Administradores (Custodios) en la 24ª Conferencia de Servicio Nacional

Cuarta Tradición: CADA GRUPO DEBIERA SER AUTÓNOMO, EXCEPTO EN ASUNTOS QUE AFECTEN A OTROS GRUPOS O A AL-ANON O AA EN SU TOTALIDAD.

Siempre se ha dado por sentado que las Tradiciones son nuestras guías a seguir para que nuestros grupos y distritos se mantengan saludables y florecientes a través de los años.

Nos ocuparemos en este espacio de reflexionar sobre el significado de “autonomía”, así como del acatamiento voluntario, fuertemente ligados entre sí.

Analizaremos la Cuarta Tradición y veremos qué otras Tradiciones ponen límites a la a veces mal entendida autonomía de grupos y distritos que con su accionar afectan a Al-Anon como un todo.

Preguntas: Reflexionemos sobre la Cuarta Tradición. Libertad con responsabilidad.

- ¿Qué es acatamiento voluntario?
- ¿Le tocó vivir alguna experiencia sobre autonomía en su grupo o distrito?
- ¿Fue una experiencia valiosa? ¿No fue buena? ¿Lo resolvieron entre todos?

Según las Tradiciones Quinta, Séptima y Undécima, ¿hasta dónde es posible la autonomía del grupo o distrito? Y en las demás, piense en acciones concretas o hechos vividos con respecto a la autonomía y acatamiento voluntario.

Bibliografía: *Los Doce Pasos y las Doce Tradiciones de Al-Anon* (libro y folleto); *Senderos de recuperación*;

Grupos de Familia Al-Anon.

En este espacio se debatieron dos puntos que siempre traen controversia: acatamiento voluntario y autonomía (Cuarta Tradición).

Nuestras Tradiciones son las guías para un buen funcionamiento de un grupo y de todo equipo de trabajo dentro de Al-Anon.

Qué mejor que nuestra literatura para darnos una visión clara de estos temas: en *Un día a la vez en Al-Anon*, pág. 305, se dice que “Al-Anon es una sociedad igualitaria que se mantiene unida por algo llamado ‘acatamiento a lo inexigible’ (acatamiento voluntario)”. O mejor aún, “reconociendo que los principios son más importantes que las personas y aceptando voluntariamente un programa” (*Grupos de familia Al-Anon*, pág. 64). El tema se completa con preguntas como: ¿Por qué existen las Tradiciones? ¿Las usamos? ¿Qué significa “sin imposición”?

También se habló sobre la Cuarta Tradición y cómo las demás Tradiciones la limitan en su autonomía.

Los principios fundamentales de Al-Anon están contenidos dentro de nuestras Tradiciones y nos dan una idea clara de lo que podemos y no podemos hacer (el bienestar común, la libertad, la unión, el anonimato, la igualdad y muchas más). A veces se vulneran y la conclusión es que el grupo no decide “si van a cumplir con las Tradiciones” sino “cómo las van a cumplir”.

(Extraído de la *Carpeta y Resumen de la 24ª CSN*)

Autonomía y Acatamiento voluntario

La autonomía de los grupos, que no debe confundirse con independencia, es lo que permite que éstos conformen su identidad, siempre y cuando esa identidad vaya tomando forma a la luz de los principios de Al-Anon.

Basándose en el derecho de ser autónomo, cada grupo puede decidir cómo manejarse (dinámica de las reuniones, utilización de sus fondos, relación con las autoridades del sitio de funcionamiento, calendario de reuniones abiertas, orador a invitar, etc.). En una palabra, todo lo que pueda servir para el crecimiento y bienestar de sus miembros, en tanto y en cuanto no afectan negativamente a Al-Anon como un todo.

ACATAMIENTO: Aceptación voluntaria de una norma o autoridad.

VOLUNTARIO: Que se hace por espontánea voluntad y no por obligación o deber.

Si reflexionamos sobre estas dos palabras comprendere-

mos algo más sobre el acatamiento voluntario.

Honrar una idea o una forma de comportamiento sin estar obligado por nada ni por nadie.

Personalmente pensé que en la hermandad de Al-Anon siempre debemos estar dispuestos al respeto y a una autodisciplina que nos haga más fácil vivir, evitando el caos en nuestra propia vida.

AUTONOMÍA: libertad de gobernarse por sus propias leyes.

Aunque no son normas estrictas, las Tradiciones deben seguirse. En Al-

Anon somos una cadena donde todos los eslabones dependen de la aceptación del otro. Y todos somos iguales.

Pero una cierta autonomía es necesaria para poder funcionar. Siempre que lo compartamos, que lo hablemos, que lo comuniquemos, y sobre todo que no pasemos unos sobre otros.

Cristina S. y Haydée M.



Reflexiones



¿PIENSO SÓLO EN MÍ Y SOY EGOÍSTA EN NOMBRE DE LA AUTONOMÍA O ME OCUPO VERDADERAMENTE DE MÍ MISMO PIDIENDO LA ORIENTACIÓN DE MI PODER SUPERIOR?

Extraído de *Senderos de recuperación*, pág. 172

¿Respetamos nuestra estructura?

Tema presentado en la 22ª Conferencia de Servicio de España

¿Qué es para mí la estructura de Al-Anon?

Es su soporte, el armazón que le da cuerpo. Es su esqueleto, formado por miembros servidores que procuran con empeño y voluntad sustentar la hermandad y mantenerla sana con la guía sabia e imprescindible de Tradiciones y Conceptos. Es la expresión de la Unidad.

Hablamos mucho de la Unidad de Al-Anon. A veces, utilizando argumentos equivocados, se la ha llegado a cuestionar, cuando ante alguna situación planteada en el desarrollo de un servicio ha habido disparidad de opiniones. **Eso no es desunión.** Somos personas diferentes, con puntos de vista diferentes. La desunión se crea cuando se intenta hacer prevalecer una opinión personal por encima del criterio establecido en nuestras Tradiciones.

Podemos tener nuestras propias ideas, pero cuando libremente pasamos a ser miembros de Al-Anon, **aceptamos voluntariamente su estructura.**

Es la no aceptación de la estructura de Al-Anon lo que crea desunión.

¿Apoyamos y respetamos a la OSG? ¿O, al igual que las Tradiciones, las usamos cuando nos conviene?

Muchos miembros no apoyan ni respetan a la OSG. La mayoría tiende más:

- A usarla cuando le conviene.
- A interpretar sus indicaciones, ajustándolas a su conveniencia.
- A prescindir de ella ante una respuesta no deseada.
- A caer en la tentación de idear nuevas guías “a la medida”, cuando no

nos agradan las ya establecidas.

Se trata de una cuestión de responsabilidad individual, de coherencia con el seguimiento de un programa elegido libremente, y que libremente debemos acatar.

Lali

* * *

El día que asistí a la primera reunión de un grupo Al-Anon me sentía desilusionada y sin sonrisa. Llevaba un cuaderno y un bolígrafo para anotar lo que tenía que hacer para resolver de una vez el problema de mi vida. Aquella reunión resultó ser algo distinto a lo que yo esperaba. No había recetas ni una solución inmediata, no había ningún experto que marcara las pautas a seguir. Nadie mandaba.

Nunca me ha gustado que nadie me mande pero al mismo tiempo tampoco nunca había querido ser responsable y necesitaba una autoridad que decidiera por mí. Al-Anon fue una sorpresa.

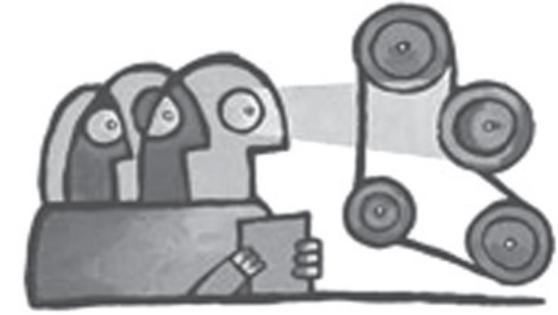
Por una parte significaba **libertad y autonomía** para decidir por mí misma si quería formar parte de la hermandad y cito las palabras de Lois: “Al-Anon [...] se mantiene unido mediante una comprensión bondadosa entre sus miembros. Hay unidad en Al-Anon gracias a la voluntad de sus miembros de obedecer lo que no se puede imponer”.

Por otra parte, Al-Anon significa **Compromiso y responsabilidad** tanto conmigo misma como con la hermandad. Como dice nuestro Manual, nuestra Novena Tradición estipula que, aunque Al-Anon, como tal, ha de permanecer sin organizarse, si nos

sugiere que una estructura ordenada y unos procedimientos lógicos, harán posible que Al-Anon transmita su mensaje con la máxima efectividad.

Una estructura basada en las Tradiciones y los Conceptos que nos presentan medios prácticos y saludables para tomar decisiones que involucren a otros; principios como la **responsabilidad, la autoridad delegada, la espiritualidad, el liderazgo, la participación, el equilibrio, el anonimato.**

La estructura es necesaria como los



cimientos de una casa, si no, se caería.

En un grupo es necesario un orden y personas que hagan servicio.

Begonia

¿Qué es autonomía del grupo?

Los grupos de Al-Anon pueden llevar la autonomía del grupo como mejor les parezca, siempre y cuando no afecten a otros grupos de Al-Anon o AA.

Sin embargo, deben cuidar el anonimato de sus miembros, también que no haya murmuraciones ni chismes inútiles. Los recién llegados deben ser recibidos de la mejor manera, ofreciéndoles todo nuestro apoyo y amor. Que nuestro salón esté armonioso y limpio para todos .

Son libres de organizarse como grupo, sin salirse de las Tradiciones, que son la principal herramienta para su buen funcionamiento, leyendo la literatura aprobada por Conferencia.

¿Qué es acatamiento del grupo?

El acatamiento del grupo significa que Al-Anon se mantiene con la contribución voluntaria de sus miembros, según la Tradición que expresa que los grupos jamás deberían apoyar, financiar o prestar su nombre a ninguna empresa extraña para evitar problemas de dinero.

¿Qué es acatamiento voluntario?

El acatamiento voluntario se cumple respetando, siguiendo las Tradiciones y poniéndolas en práctica en el grupo.

Colaboraciones del GRUPO “VOLVER A VIVIR”, de Pablo Nogués y de *Graciela*, GRUPO “MONTE GRANDE”



Reflexiones



CUANDO DEJO DE LADO LA *ILUSIÓN* DEL CONTROL Y HAGO QUE EMPIECE POR MÍ, ADQUIERO MI PODER *VERDADERO*.

Extraído de *Esperanza para hoy*, pág. 212

Autónomos, y sin embargo unidos

Presentación de Italia en la RISGA de 1994

A primera vista, los principios de autonomía y unidad parecen ser contradictorios. Pero éste es otro de los milagros de Al-Anon. La fortaleza de Al-Anon se funda en estos principios: autónomos, y sin embargo unidos.

Me gustaría comenzar con la Cuarta Tradición como un común denominador. La autonomía puede ser interpretada como que cada grupo puede llevar sus reuniones de la manera que quieren, usar la literatura que deseen y que más les convenga. Pero no, es una mala interpretación.

La autonomía de la que nos habla la Cuarta Tradición está limitada a lo que es bueno para la hermandad en un todo. El daño que se hace a ésta cuando un grupo se aparta de las Tradiciones es enorme. Nuestra Primera Tradición dice que el progreso individual del mayor número depende de la unión de los miembros de Al-Anon.

Y esto nos lleva a la segunda parte del título: “y sin embargo unidos”. Las Tradiciones nos aseguran que nuestro programa y los principios no cambien o se diluyan a medida que

los transmitimos. Si nosotros, como miembros de Al-Anon hoy no nos aferramos a los Pasos, las Tradiciones y los Conceptos, Al-Anon no será lo que es en el futuro.

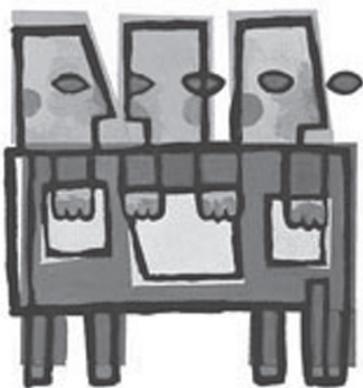
El poder del concepto espiritual “Autónomos, y sin embargo unidos” tiene el efecto de salvaguardar a la hermandad de perder su identidad con el

correr del tiempo y de permitirle que continúe con su propósito primordial de llegar con su mensaje a los millones de personas que aún necesitan la ayuda de Al-Anon pero que no conocen su existencia.

Creo que la autonomía depende de la Conciencia de Grupo que se expresa libremente y sigue los Pasos, y nos une en el

servicio con los otros grupos, distritos, Conferencia de Servicio Mundial y todas las demás ramas de servicio que nos permiten seguir unidos.

Estos principios que se aplican en Al-Anon siguen asombrándome a medida que recorro el milagroso camino de la recuperación con sorpresa, gratitud, motivación y –espero– responsabilidad. Con la ayuda del Poder Superior y cada uno de ustedes.



Reflexiones



¿TODAVÍA ME IMPORTA LO SUFICIENTE HACER CAMBIOS EN MI VIDA?

Extraído de *Plan detallado para progresar*, pág. 50

Autonomía

Extraído del Resumen de la 23ª CSN. Mesa N° 4. Presentado por los distritos Río de la Plata y Centro Oeste

¿Se beneficia Al-Anon cuando no se interpreta el espíritu de nuestras Tradiciones?

Hay grupos que tergiversan el principio de autonomía y no concurren al distrito. El distrito debería acercarse y agotar todas las posibilidades para que se acerquen y participen.

No hay autonomía si no hay acatamiento voluntario. No es un programa para inteligentes sino para obedientes.

La autonomía no lleva a quedarnos solos. Si compartimos la responsabilidad por el bienestar de Al-Anon po-

demo estar seguros de que Al-Anon estará siempre al lado de quien necesite ayuda.

La Cuarta Tradición nos advierte sobre la necesidad de asegurarnos de que las decisiones de nuestro grupo no afecten de modo negativo a otros grupos o presenten un cuadro desfavorable de Al-Anon en general.

Cada grupo es autónomo pero debería respetar las ramas de servicio. Cuando esto no sucede, vemos que nuestra participación disminuye y con el tiempo se ve amenazada nuestra recuperación.

La clave es “voluntariamente”



Cuando llegué a Al-Anon, mis compañeros y compañeras me sugirieron mis primeros pasos en el grupo; también tomé sus experiencias y las hice más para emplearlas en mi vida diaria, muchas veces sin pleno convencimiento de que todo eso funcionaría bien para mí también. Como me lo propusieron mis compañeros en mis primeros días en Al-Anon, acaté todo voluntariamente. Fui logrando esto a través del tiempo, luego de comprobar que el programa de Al-Anon y, muchas veces, las sugerencias recibidas (y acatadas por propia voluntad, a pesar de algunas resistencias iniciales) sirvieron para avanzar paso a paso en mi recuperación y vivir cada día un poco mejor.

Hoy me doy cuenta de que, en mi caso, el acatamiento voluntario ha sido el principio del camino a la aceptación.

Haydeé M.



Reflexiones



PERDONAMOS CUANDO RECONOCEMOS NUESTRA HUMANIDAD COMÚN CON TODOS, AUN CON LA PERSONA A LA QUE NOS SENTIMOS CON MÁS DERECHO A CONDENAR.

Extraído de *Cómo ayuda Al-Anon a familiares y amigos de alcohólicos*, pág. 88



La autonomía no significa estar incomunicado

una variedad de eventos locales que atrae a miembros de otros grupos de nuestra localidad y tenemos un RG que representa nuestra voz y voto en las reuniones del distrito.

Otro miembro de Al-Anon refutó el juicio que emití en cuanto a “sólido”: “¡Pero su Representante de Grupo no asiste a las reuniones de distrito en nuestra localidad! Le respondí: “¡Dije que éramos sólidos, no ‘perfectos!’”.

Ideas sobre comunicación surgieron de nuevo después de otra reunión en que hablábamos sobre un evento de Al-Anon que estaba por celebrarse. “Nunca oímos hablar sobre este asunto en el otro grupo al que asisto”.

Cuando le expliqué que al grupo al que pertenezco recibe información por medio de nuestra suscripción al boletín de la localidad, ella replicó: “Creo que el correo se le está entregando a nuestra anterior secretaria, quien ya no concurre”.

Nuestro grupo evita tener ese problema por medio del alquiler de un apartado postal como nuestra dirección de correo permanente. Recibimos la correspondencia de la localidad, estatal y de la Oficina de Servicio Mundial en un solo lugar, sin que tenga que ver el cambio de los servidores de grupo.

Estar comunicados por medio de la información y del servicio es un beneficio para Al-Anon como un todo.

(Extraído de *Al-Anon y Alateen en acción*, pasajes traducidos de *The Forum*, marzo-abril 2009)

Interpretación de la autonomía en los grupos Al-Anon/Alateen

Los grupos son autónomos, eligen su lugar de reuniones, sus horarios, su orden de trabajo interno, sus representantes y su coordinación, pero dependen de la Literatura, del contribuir para que la hermandad siga manteniéndose con sus propios recursos y fundamentalmente para ser conocidos como Al-Anon ante la comunidad y reconocidos a través de sus Distritos y su OSG, vínculo éste que los relaciona con la hermandad madre de los Estados Unidos y el mundo.

* * *

Entendemos por autonomía la facultad de gobernarse por leyes propias; en Al-Anon nuestro progreso depende del cumplimiento de nuestras Guías y Tradiciones. Siendo responsables y trabajando unidos para nuestro bien y el de toda la comunidad, nuestro mensaje seguirá llegando a toda persona que lo necesite.

Tener presente que ser autónomo no es ser “independiente”. La autonomía a veces es mal entendida o interpretada; todos somos responsables de mantener la unidad, de contribuir al sostenimiento de la hermandad, económicamente o en servicios, tomar conciencia de que lo único gratuito es el Mensaje.

Sabemos que Al-Anon comienza

en los grupos, por eso la importancia de la iniciación de los mismos con pautas concretas y actuando como grupos estables, vinculados con los distritos y la OSG, fundamentalmente para ser reconocidos como Al-Anon en la comunidad.

Al-Anon es un programa de autoayuda, de autosuperación, se nutre de la amistad y del interés de sus miembros en practicar y estudiar a fondo los principios de Al-Anon; así vamos consiguiendo ser verdaderos “autónomos unidos” por gratitud y compromiso con la hermandad.

Estamos unidos por una meta común; poniendo en práctica el Programa conseguimos una autonomía basada en las guías de Al-Anon, cuyo fin es transmitir el mensaje.

Para mantener la unidad, cuando surge algún problema debemos expresarlo y tratar de conseguir una “conciencia de grupo” amplia. Debe escucharse toda opinión; es importante que todos nos expresemos de corazón y escuchar sin ideas preconcebidas. Así, la decisión final es lo mejor para la hermandad; lo contrario nos quita seriedad y retrasa nuestro crecimiento.

(Extraído del Resumen de la Reunión Internacional de Servicios Generales

Al-Anon (RISGA) 1994



Reflexiones



CUANDO NO SIGO LAS SUGERENCIAS DEL PROGRAMA, ME PARECE QUE ME LASTIMO Y QUE LASTIMO A LOS DEMÁS.

Extraído de *Esperanza para hoy*, pág. 55

¿Qué es autonomía de grupo?

Es la libertad que tenemos para elegir nombre, lugar, horarios de funcionamiento, fechas, horarios y celebraciones de charlas abiertas y cerradas y elegir quiénes serán los servidores.

Decidimos libremente la manera de interrelacionarnos con otros grupos, con el distrito y nuestra OSG.

Acordamos sin interferencias cómo será la comunicación con el mundo exterior, hacia dónde se dirigirán nuestras acciones públicas: escuelas, hospitales, comisarías y autoridades locales.

También es la capacidad para solventar los propios gastos y el destino que daremos a la Séptima Tradición.

Es la manera peculiar de coordinar cada reunión, si lee un solo miembro o si leen varios, evitando rutinas que lo estanquen, revitalizando la forma de las reuniones. Es la manera en que cada miembro, mediante la conciencia de grupo, da su bienvenida y contención al recién llegado.

El grupo no recibe órdenes ni directivas externas. Decide qué tratamiento y resolución dar a sus problemas cotidianos. Es lo que nos permite saber cuándo las **sugerencias** deben estar antes de las **novedades**. Establecemos qué es una prioridad y cuál no. Analizamos los propios aciertos y



errores. Alentamos la creatividad para crecer y mejorar. Aprendemos a respetar las decisiones grupales, aunque no las

compartamos todos y siempre.

Entendemos que hay múltiples aspectos en una idea y que podemos equivocarnos mirando un solo aspecto.

En nuestras reuniones respetamos los principios y Pasos y el límite de esa libertad es que no interfiera con otros grupos. El accionar grupal no debe generar consecuencias a terceros, allí es donde aparecen en escena la responsabilidad y la tolerancia de la diversidad.

Por otra parte, el acatamiento voluntario es la decisión que toma cada miembro y cada grupo de someterse a la acción intergrupal, a los Pasos, las Tradiciones, Conceptos y Guías encaminados a la propia y común recuperación.

Nadie impone nada a nadie. Nadie dice a otro lo que tiene que hacer ni cómo actuar. Nadie juzga. Nadie critica. Lo que conduce al mayor desarrollo, vida y elevación de cada grupo está en la esencia de cada miembro, a medida que se recupera. Cada miembro es necesario y ninguno puede excluir a otro. Por eso el grupo se acepta

a sí mismo voluntariamente. No somos perfectos, pero nos queremos como somos.

Es lo que nos lleva finalmente al servicio, en agradecimiento a lo recibido, como acción desinteresada y constante de los demás miembros.

La Cuarta Tradición asegura el respeto a la individualidad y que los principios en los cuales se basa la recuperación están disponibles para todos.

Para reforzar el criterio de hasta dónde llega esa **autonomía** leímos las páginas 95 y 184 del Manual de Servicio, destacamos el hecho de que las autoridades no están autorizadas para cerrar un grupo o tomar accio-

nes punitivas porque desapruében la forma en que un grupo practica el programa, y donde sostiene que la Conferencia no puede ni debe castigar públicamente y/o demandar a un transgresor, ya que eso la colocaría en la posición de violar una Tradición en defensa de otra.

También se hizo la siguiente reflexión respecto a las palabras “ladrillo”, “pared” y “edificio”: el edificio, para serlo, necesita de las paredes, y la pared no puede serlo si no cuenta con ladrillos. Todas las piezas **unidas** permiten la vida de pie del edificio. Mantener cada grupo unido fortalece a Al-Anon.

GRUPO LUZ Y ESPERANZA, Claypole

Reflexiones sobre acatamiento voluntario y autonomía

Durante una reunión de trabajo, el grupo trató los temas, con la lectura de *Grupos de Familia*, p. 64 y de *Senderos de Recuperación*, págs. 161 y 212.

Acatamiento voluntario

Las Tradiciones son orientación, “aplican una serie de principios a la enfermedad, hablan de Unidad, vínculos de comprensión, que los miembros se someten voluntariamente, nadie los obliga a nada”.

Los miembros aceptan los principios, aceptando voluntariamente el programa. La voluntad se basa en la confianza. El programa es de aceptación y compromiso. Se acepta por confianza. Aceptar es estar de acuerdo.

Autonomía de grupo

Podemos hacer cosas diferentes de otros grupos (el orden de la reunión, la forma de coordinar, reparto de literatura y que cada miembro lea, servir té o café). En lo que estamos todos de acuerdo es en respetar los principios.

Los grupos Alateen también tienen autonomía de grupo.

Sin autonomía a nivel de grupo todas las reuniones resultarían iguales.

Autonomía es vigilar la armonía con otros y es una pericia vital.

GRUPO “LA LUZ DE PATRICIOS”

Un delicado equilibrio

Autonomía de grupo

Es libertad envuelta en el límite expreso de no caer en excesos o libertinaje. La libertad asumida y respetada como tal lleva implícita la responsabilidad de arbitrar todos los medios posibles, visibles, seguros y sanos para poder conservarla en su estado puro.

La libertad representa unión y no aislamiento, porque el proyecto a desarrollar en libertad es común a un grupo, es respeto mutuo y respeto por la razón que nos hizo comprender el valor de ser libres para defender los principios a los que no nos “atamos” sino que respetamos.

La autonomía de los grupos respeta la individualidad de las personas. Nos une bajo el techo de grupo de familia, un problema común que cada uno de nosotros sufre de una manera distinta al otro.

La literatura aprobada nos da la guía a seguir ante las distintas situaciones, pero no nos obliga a actuar de una u otra manera. Eso hace que en la generalidad en que está enfrentado el problema todos encontremos la respuesta justa a nuestra circunstancia personal.

Algunos grupos otorgan un tiempo o un número limitado para su espacio destinado a las sugerencias, algunos hacen uso de la campanilla, otros de un reloj de arena. Algunos conceden este espacio sólo a recién llegados o a compañeros con muy poco tiempo de asistencia.

Todos y cada uno de los grupos son libres y autónomos, en la misma forma y medida. Esto se manifiesta eligiendo a sus representantes ante el

distrito y haciéndose responsables de encontrar y buscar una solución ante una posible tendencia de los servidores de imponer su voluntad a los principios de todos.



Acatamiento voluntario

En forma voluntaria llegamos a Al-Anon.

En forma voluntaria adoptamos los Doce Pasos para nuestra recuperación.

En forma voluntaria adoptamos las Doce Tradiciones que hacen que permanezcamos unidos en el grupo y en unidad todos los grupos. Y en forma voluntaria nos ofrecemos a prestar servicios y respetar los Conceptos. Así desempeñamos nuestros servicios en la práctica del acatamiento voluntario que nos infunde el Tercer Concepto cuando dice: Confiamos en Al-Anon y confiamos unos en otros, esto nos predispone a confiar en nuestros dirigentes de servicio.

En el Duodécimo Concepto, y a través de nuestras experiencias en las reuniones, llegamos a conocer el valor de cada miembro del grupo y descubrimos que podemos depender totalmente de los que están presentes.

El acatamiento voluntario surge del equilibrio entre: Libertad, Responsabilidad y Servicio.

Autoridad delegada, autoridad fundamental de nuestra estructura

Saber cuándo ceder y cuándo reclamar nuestros derechos. En el Décimo Concepto encontramos la aplicación de la Segunda Tradición. Las relaciones son armoniosas cuando todos tenemos claro cuál es exactamente nuestra responsabilidad y el margen aceptable para nuestras iniciativas individuales.

Aceptamos voluntariamente un servicio y nos esforzamos por lograr los

mejores resultados del mismo, del cual se beneficiará nuestro grupo y nosotros mismos, nuestro distrito y Al-Anon en general, pero asimismo reconocemos el derecho de otros servidores de no sentir o actuar de la misma manera que nosotros. Por eso voluntariamente no superponemos tareas que pertenezcan a otro comité. Como fieles servidores, acatamos voluntariamente los Doce Conceptos de servicio.

Stella Maris

GRUPO “LUZ DE VIDA”, Burzaco

A la manera de Al-Anon



Todos los males de un grupo derivan de un mal funcionamiento. No se le puede decir al otro lo que debe hacer pero se puede informar con respecto a la importancia del acatamiento voluntario.

Podría hacerse un paralelo entre “se espera que los grupos acaten voluntariamente” y “espero tu compromiso”.

El funcionamiento del grupo ligado estrechamente a las Tradiciones no se estira como un elástico. Hay una forma de hacer las cosas en Al-Anon, una forma de transitar el programa que nos hace únicos. Al-Anon no se adapta a sus miembros, los miembros se

adaptan a Al-Anon.

Si quiero pertenecer a Al-Anon debo acatar voluntariamente su forma; como miembro debo saber que el no aceptar esa forma trae consecuencias negativas para mí y para el grupo a corto y largo plazo.

Y no debo temer expresarme de esta manera, ya que es el camino correcto; no debo temer que algún miembro se sienta identificado o juzgado ya que Al-Anon tiene las puertas abiertas, pero no todos se quedarán.

Ser respetuosos de Al-Anon es ser respetuosos de nosotros mismos.

David



Reflexiones



CREO QUE DIOS ME GUÍA A TRAVÉS DE LOS SENTIMIENTOS. PERO TAMBIÉN DEBO PERMANECER CONSCIENTE DE LO QUE PIENSO. MIS PENSAMIENTOS PUEDEN CREAR MI REALIDAD. TOMAR CONCIENCIA DE LO QUE DIGO DESPIERTA MI CONCIENCIA SOBRE LOS MEDIOS POSIBLES A TRAVÉS DE LOS CUALES OTROS PUEDEN OÍRME.

Extraído de *En todas nuestras acciones*, pág. 154



Autonomía de grupo y Acatamiento Voluntario

Se trata de dos ideas complementarias, dos caras de una misma moneda, una única realidad nacida de una mirada objetiva que registra el hecho de que **no apartarse de las bases** ha mantenido viva (es decir capaz de dar apoyo al familiar o amigo del alcohólico) a la comunidad Al-Anon, a lo largo de toda su historia transformadora.

• En cuanto a su AUTONOMÍA, cada grupo, si va a constituirse y mantenerse sano, es responsable de su propio y regular funcionamiento: desde fijar lugar, horarios y modalidad de desarrollo de las reuniones, hasta cubrir los servicios internos y en la comunidad local, entre otros, con la independencia suficiente, según el espíritu de las Tradiciones, como para garantizar el logro de estos objetivos.

¿Y cómo es posible que cada grupo se mantenga **autónomo** sin desvirtuar el mensaje de Al-Anon, sin desviarse de su filosofía de vida, sin perder de vista el objetivo primordial reflejado en los Pasos, Tradiciones, Conceptos, Lemas?

En este sentido, una herramienta especial son las reuniones de Conciencia de Grupo, en las cuales se pueden incluir estos temas centrales de autonomía y acatamiento, para desarrollar, analizar, clarificar o cuestionar su vigencia en el propio grupo.

Otra valiosa herramienta está siempre al alcance de la mano en las reuniones habituales, en las que estos dos temas se pueden reflejar y fortalecer en las sugerencias, en los comentarios de la LAC, en el acto repetido de compartir cada miembro el propio camino de recuperación.

• Respecto del ACATAMIENTO VOLUNTARIO, esta **voluntad** de acatar, aceptar, aplicar... implica por un lado nuestra libre adhesión al programa Al-Anon, en este caso especialmente a las Tradiciones, y al mismo tiempo abarca también nuestra relación con la OSM, OSG, con el distrito, con otros grupos y con AA.

Precisamente esta relación nos brinda la oportunidad de ejercer, como grupo, un sano equilibrio entre una **autonomía** practicada responsablemente y el **acatamiento** verdaderamente voluntario a un programa que señala rumbos sin imposición externa alguna.

Y por fin, sin duda vale recordar una y otra vez el peso que tiene cada intento, cada esfuerzo (colectivo o particular) para traer a primer plano éstas u otras cuestiones referidas al CUIDADO de los grupos, como depositarios que siempre han sido de la sabiduría de Al-Anon.

GRUPO OLIVOS

¿Qué significa acatamiento voluntario?



El acatamiento voluntario es algo que conocemos como una parte importante del programa de Al-Anon, pero que no nos animamos a tratar, quizás para no subordinar nuestra idea de libertad, lograda al comienzo de nuestra recuperación.

La Cuarta Tradición nos habla de libertad, responsabilidad y obediencia, tres palabras clave que nos permiten interpretar la clara definición que hace sobre el tema del acatamiento voluntario.

Quizás nuestra confusión al resistir esta parte de la Tradición esté impulsada por el recuerdo inconsciente de la experiencia vivida con una enfermedad en la que cada sugerencia recibida nos llegaba como una orden terminante, hiriendo nuestra ya afectada sensibilidad.

¿No sería un buen tema a tratar en los grupos, para que compartiendo ideas logremos aclarar un tema que podría llegar a enturbiar las relaciones entre algunos miembros?

Zulema S.



Reflexiones



ACATAMIENTO VOLUNTARIO SON LOS 12 PASOS, LAS 12 TRADICIONES Y LOS 12 CONCEPTOS. ES AQUELLO QUE NO ME EXIGE NADIE Y QUE DECIDO YO ACEPTANDO EL PROGRAMA PARA DECIRME A MÍ Y NO AL OTRO.

ACEPTAR EL PROGRAMA Y ELEGIR DEJAR DE SER LA PERSONA QUE ERA (HUMILDAD).

LA AUTONOMÍA EMPIEZA POR ACEPTAR ORDEN Y NO ÓRDENES, QUE EN AL-ANON NO EXISTEN, Y OBEDECER VOLUNTARIAMENTE PASOS Y TRADICIONES, RAZONANDO CUÁNTO ME CONVIENE CUMPLIRLOS PARA LOGRAR UNA MEJOR CALIDAD DE VIDA.

Extraído de Resumen de la 24ª CSN, Tema "Autonomía" de la Junta de Custodios

Elegir con libertad y respeto

Siempre escuché que en Al-Anon todo era sugerido, nada era impuesto. Por eso acato las Tradiciones, ya que por medio de ellas no sólo podemos resolver problemas del grupo sino también nuestros problemas personales.

Gracias a la autonomía, cada grupo puede elegir cómo funciona, siempre que se respeten los Pasos y las Tradiciones y no se perjudique a Al-Anon en un todo.

Betty

GRUPO VILLA CRESPO

¿Cómo aplico la Autonomía?

Leyendo la Cuarta Tradición, tomo la parte que se refiere al significado de libertad. Ésta no me da el derecho de actuar como quiero, sin pensar en el perjuicio que pueda ocasionar a los demás. La responsabilidad es otro de los pilares de esta autonomía.

En el servicio, por ejemplo, con humildad, llevándolo en forma apropiada, ya que también contribuye al bien de Al-Anon en un todo; es necesario ser flexibles, ordenados, corteses, respetuosos, siempre al amparo de las Tradiciones.

La autonomía es amplia y profunda, también la aplicamos a nuestro diario vivir; la uno al acatamiento voluntario que hacemos a nuestro programa, con los Lemas, Pasos, Tradiciones y Conceptos, con la guía de un Poder Superior que nos lleva en este camino extenso pero hermoso de nuestra recuperación.

Silvia H.

GRUPO SAN JUSTO



Reflexiones



NUESTROS DIRIGENTES ESTÁN SOMETIDOS A LA VOLUNTAD DE MUCHOS, A LA VOLUNTAD DEL GRUPO. SU TRABAJO ES SERVIR, NO DOMINAR; CONCRETAR LAS DECISIONES DEL GRUPO, NO ADOPTAR DECISIONES POR SÍ MISMOS.

Extraído de *Cómo ayuda Al-Anon a familiares y amigos de alcohólicos*, pág. 111

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.



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

**Adolfo Alsina 1441 - 1er. p. - Of. 102
1088 - Buenos Aires - Argentina**

0800-333-0784

Tel. (011) 4382-9311

Fax (011) 4382-9229

e-mail: osg@alanon.org.ar

www.alanon.org.ar