

OFICINA SERVICIOS GENERALES AL-ANON
para la República Argentina

Diag. Roque Saenz Peña 825, 5º piso, Of. 502, T.E. 40-3359
Casilla Correo Central 3246, Bs. As., Rep. Argentina



BOLETIN MENSUAL AL-ANON/ALATEEN

BOLETIN Nº 53

Enero 1983

"EL ORDEN Y SUS COSAS"

toda una aventura.

Algo que sucedió durante una mudanza hace poco nos hizo reflexionar, y brindó la lección de cuán seguros debemos estar de algo, antes de hablar y actuar.

Los Editores

Resulta que, ya en la casa nueva y habiendo desempacado todos los canastos, no se hallaron dos estuches con cubiertos; la angustia que se sintió tras la búsqueda intensa, en el desorden natural de una mudanza, fue inmensa y llevó a reclamos con la empresa.

COMITE ALATEEN

Esta sugirió que se acomodaran las cosas con calma y que, sin duda, las cosas iban a aparecer. En efecto, así sucedió, dejando entre la alegría un sabor amargo, por haber dudado de la seriedad de la empresa.

JUNTA DE PADRINOS

Se reúne los últimos viernes de cada mes, en el local 712 de la OSG, en el horario de 18 a 19.45 hs.; se ruega no llegar después de las 18.45 hs.

Cuando llegamos a Al-Anon, nuestras mentes y actitudes están como en una mudanza; no podemos decidir nada; cambiamos de parecer cada cinco minutos; culpamos a todo lo que nos rodea cuando no encontramos la serenidad que andamos buscando. En fin, un desorden completo.

El día 30 de Diciembre de 1982, se debería haber llevado a cabo la última reunión del año de la Junta de Padrinos. Lamentablemente no sucedió así, puesto que concurrió tan solo una Madrina a última hora.

Les invitamos a la próxima reunión, que se realizará el 28/1/83, en la cual esperamos haya más concurrencia.

Al pasar el tiempo y con la concurrencia al Grupo y práctica del Programa, nos vamos acomodando y encontrando cosas lindas en nosotros mismos, que pensábamos habíamos perdido para siempre.

REFLEXION: "Lo importante es saber convivir, pues vivir, cualquiera vive"

Este "poner orden" durará toda la vida, porque siempre tendremos algo que cambiar.

Grupo San Justo

Con la práctica del Programa resultará

INFORMACION PUBLICA

Actividades del Distrito Oeste: Se siguen colocando Afiches y enviando cartas a profesionales. Salió el Mensaje en Radio El-Mundo el día 15 y 16 de Diciembre/82, para la Convención de A.A.. Se colocaron 44 Afiches en la línea de colectivos N°252, que hace el recorrido: San Martín, Palomar y Carapachay.

RINCON ESPIRITUAL"CARIDAD"

¡Cuántas veces hemos visto escrita esta breve expresión!; generalmente como parte determinante de un grupo o asociación de personas. ¡Cuántas veces la hemos escuchado como expresión de alguna esencia doctrinaria!

Pero ya me pregunto, ¿nos detuvimos a pensar lo que ésto significa?; yo por lo menos, nunca. Me había hecho una idea equivocada; para mí caridad, era dar limosna.

Fue la sabiduría del Programa de Al-Anon la que me aportó conocimiento y, el equipo de mis compañeros, el que abrió mi corazón a la comprensión.

Caridad no es dar lo que te sobra, ni convertirte en un repartidor de limosnas.

Caridad es tender la mano a quien tropieza en el sendero de la vida y cae.

Caridad es compartir el dolor de los demás y brindar el consuelo adecuado.

Caridad es ofrenda de amor cuando hay entrega, y es bálsamo para las heridas que provoca la desamprensión humana.

Decimos que la vida tiene sus etapas bien diferenciadas; en todas ellas somos beneficiarios del gozo de la Caridad, aunque a veces no nos demos cuenta de ello.

¡Cuánta Caridad recibimos de nuestros padres, hermanos, maestros, amigos y la de todos los seres humanos que se comportan como tales!. Y, a tanta Caridad que recibimos y seguiremos recibiendo en los Grupos Al-Anon, qué otra cosa cabe, sino retribuir de la misma forma.

Pobre de aquel, que a lo largo del camino, pasa ante el deprimente espectáculo

de las miserias humanas, sin que su corazón se conmueva y sin tener el deseo de hacer una obra de caridad, porque en el escenario de la vida puede ser el intérprete de la soledad.

Ruego a Dios nos permita experimentar siempre la divina sensación que deja ser caritativo.

Celia G.

INSTITUCIONES

Al iniciar un nuevo año y siguiendo con la costumbre del que acabamos de transitar, haremos un pequeño balance de lo actuado en el mismo; fruto de la colaboración de nuestras voluntarias que, con empeño y una absoluta responsabilidad, hicieron posible que este Comité, al cumplir un año más de vida como frutos cuatro nuevos Grupos Institucionales, y justamente uno en cada Distrito: Capital-en el Hospital Penna; Sur-Hospital Base Fiorito; Oeste-Hospital San-Miguel y Norte-Hospital Gral. Belgrano.

Sumamos con estos nuevos Grupos, 17 Grupos Institucionales, repartidos en Capital Gran Bs. As. y Pcia. de Bs. As.. Como experiencia nueva, en Distrito Capital disponen de un equipo de voluntarias que acuden cuando la institución lo requiere, a realizar la tarea en el Sanatorio Guemes, ya que las Asistentes Sociales del mismo, mantienen un contacto con la Coordinadora del Distrito.

Asimismo, participó este Comité en las Jornadas de Alcoholismo efectuadas en el Hospital Penna, tocando el tema de la familia, recuperación a través de nuestros Grupos y la tarea de los Grupos Institucionales. También participó en una Reunión Sobre Ruedas en el Hospital Cetrángolo, con la participación de varios profesionales.

Este es un detalle de los hechos más salientes de este Comité, que cumple su cometido, gracias a la colaboración de sus voluntarias, y recordamos que nuestras reuniones de los terceros miércoles del mes, quedan momentáneamente suspendidas hasta el mes de Marzo, en que reanudaremos las mismas.

LITERATURA

Se han recibido de la Imprenta 2.000 ejemplares del libro "Viviendo con un Alcohólico con la ayuda de Al-Anon".

SECRETARIA

GRUPOS NUEVOS:

GRUPO ALATEEN AMOR Y FE -PCIA.RIO NEGRO
Colegio Padre José María Brentana;
Calle Juan XXIII y Don Bosco
Cipolletti, C.P. 8332
lunes, miércoles y viernes, 21 a 22.30 hs

GRUPO ESPERANZA - PCIA. SANTA FE
Salón Parroquial
Alejandra, C.P. 3051
viernes, 19 hs.

CAMBIOS:

GRUPO ALATEEN DEL VALLE - D. CAPITAL
Horario de verano: 19 a 20 hs.

RINCON DEL INTERIOR

"Al-Anon....Un Rayo de Luz"

En los momentos más difíciles de mi vida, mi mente volaba a situaciones del pasado que habían sido mucho más felices y, cuando al tiempo, encontré a Al-Anon y me dijeron que lo que sufría mi marido era una enfermedad, en cierta forma llegué a sentir un alivio muy grande, ya que por fin podía asumir una posición más cómoda, sin tener que luchar con molinos de viento.

Pero empezó un camino mucho más difícil que a la vez me dá alegrías y bienestar, como muy pocas otras cosas me las pueden dar. Cuando en una de las reuniones me dijeron que mis actitudes debían ser modificadas, me dolió; yo ya estaba muy habituada a mi papel de martir, y tratar de cambiar todo eso no me gustaba. Quise sin embargo probar, porque a pesar de todo no creía que nada pudiese empeorar mi situación.

¡Y qué sorpresa!, cada prueba resultaba

un nuevo rayo de luz; una nueva esperanza. Cada día voy comprobando que lo único que puede ayudarme para conseguir siempre un poquito más de calma y felicidad es Al-Anon.

Nunca encontré en otro lugar palabras más acertadas ni miradas más comprensivas; al fin había encontrado un lugar donde podía ser YO misma y brindarme de verdad con todos mis sentimientos, recibiendo lo mismo, cada vez que me aboco a una nueva tarea para el Grupo.

En mi hogar también las cosas son diferentes; he aprendido a aceptar a mis semejantes tal cual son, sin pretender cambiar nada en ellos y, por sobre todas las cosas he aprendido a ver lo bueno de mi familiar enfermo alcohólico que, por otra parte, es tá lleno de virtudes que antes no veía o, lo que es peor, no las quería ver, porque eso me dejaba sin armas para seguir sintiendo autocompasión.

Algo más que me ha dado Al-Anon es aprender a sentir de verdad, un deseo de familia que tenía tan adormecido que ya no creía que existiese.

Liliana T.
Grupo Villa Krausse
Pcia. de San Juan

PRIMERA TRADICION: "Nuestro bienestar común debiera tener la preferencia; el progreso individual del mayor número depende de la unión".

Recuerdo que a poco tiempo de ingresar a Al-Anon, concurrí a varios Grupos de mi zona, en la necesidad de tener un máximo de apoyo. En esa recorrida participé de varias reuniones en un Grupo bastante numeroso que, al principio, me hizo sentirme cómoda. Al poco tiempo llegó una persona, no nueva, que absorbió esa primera reunión con sus problemas. De hecho, nadie más pudo exponer el suyo, ni mucho menos tratarla Literatura.

A la salida hubo comentarios de algunos compañeros que se retiraban apesadumbrados por no haber podido llevarse alguna sugerencia para sus propias dudas. En la reunión siguiente, esta misma persona volcó, una vez más, sus problemas, pero en esta o-

oportunidad polemizando con cuanta sugerencia suponía equivocada. Aclaraba situaciones, ampliaba conceptos que ella creía que no se los interpretaba correctamente, así, una y otra vez, hasta llegar a consultar sobre problemas ajenos al alcoholismo.

Esta incómoda situación llevó a algunos compañeros a buscar otros Grupos y desertar de éste. Otras personas, como contagiadas por ese polemizar permanente, hacían lo propio con sus consultas y, al fin, nadie se llevaba nada bueno para sí, ni brindaba experiencia positiva alguna.

En cierta ocasión y accidentalmente, visitó este Grupo una persona que llevaba muchos años de recuperada en Al-Anon. Fue testigo del penoso momento que pasaba el Grupo y, con su serenidad y comprensión, firmemente adquirida, hizo uso de la palabra. Con cordialidad pero con firmeza hizo notar al Grupo que, en varias ocasiones, el tema tratado nada tenía que ver con el que realmente nos reunía: aprender a convivir con un familiar o amigo enfermo alcohólico. De hecho ninguna sugerencia era válida porque carecíamos del problema común: el alcoholismo. Segundo, el entrar a polemizar toda sugerencia recibida no beneficiaba a nadie, ya que la disposición a rebatir todo lo que se exponía evitaba poder escuchar y pensar, dos cosas que maravillosamente se aprenden a practicar en Al-Anon. Tercero, era que el Grupo enfermo comenzaba a desintegrarse; ello era porque sus miembros desunidos eran incapaces de lograr su propio progreso y, como resultado, tampoco un bienestar común.

Esta compañera, con su serenidad, supo detectar dónde estaba el mal. La ignorancia en aplicar nuestra Primera Tradición, llevó a este Grupo al borde de su desaparición, pero la reflexión oportuna y el sincero deseo de mantener la esencia misma de lo que hace a nuestro bienestar, lo salvó. Desde ese día su desarrollo fue normal y cada día eran más los compañeros que allí se reunían.

Olvidé decir que la persona que, inconcientemente, había provocado esta situación, hoy se encuentra en feliz recuperación, y con sus Servicios a Al-Anon es una de las que más Paso Doce cumple, acer-

cando a nuevos compañeros abatidos y fracasados por "nuestros problemas comunes".

Lydia A.

INTERGRUPO

"Responsabilidad del RG y RD"

Tomar uno de estos Servicios es la forma de devolver algo de lo mucho que debemos a Al-Anon.

En algunos Grupos se demuestra poco interés en conocer el informe de su Representante; a éste correspondería la tarea de hacer comprender la importancia de dicho conocimiento de las reuniones a las que asiste, pues es la forma en que el Grupo estará al corriente de tantas novedades que surgen en dichas oportunidades.

El Representante debería estar bien integrado al Grupo, conocer las necesidades del mismo para poder desempeñar bien sus funciones; si es posible, también debería existir un Sub-delegado.

El Servicio compartido es eficaz y muy gratificante. Los Representantes tienen poder de decisión y son responsables ante sus compañeros. En toda oportunidad motivará a los Grupos a que se sientan parte de Al-Anon como un todo.

RINCON DE LECTORES

"La Oración de la Serenidad"

¡Cuántas cosas lindas podemos decir al hablar de una Oración que, por simple que sea, armoniza todo nuestro ser!.

Me despierto con la Oración de la Serenidad y siento una tranquilidad tan grande, que me permite ver y discernir con claridad los problemas que se me presentan cada día.

Las palabras que componen esta Oración son de un mérito tan elevado, que hacen de ella un bálsamo de amor, sosiego y paz
Felisa, Grupo Aceptación

LITERATURA

Se han recibido de la Imprenta 2.000 ejemplares del libro "Viviendo con un Alcohólico con la ayuda de Al-Anon".

SECRETARIA

GRUPOS NUEVOS:

GRUPO ALATEEN AMOR Y FE -PCIA. RIO NEGRO
Colegio Padre José María Brentana;
Calle Juan XXIII y Don Bosco
Cipolletti, C.P. 8332
lunes, miércoles y viernes, 21 a 22.30 hs

GRUPO ESPERANZA - PCIA. SANTA FE
Salón Parroquial
Alejandra, C.P. 3051
viernes, 19 hs.

CAMBIOS:

GRUPO ALATEEN DEL VALLE - D. CAPITAL
Horario de verano: 19 a 20 hs.

RINCON DEL INTERIOR

"Al-Anon....Un Rayo de Luz"

En los momentos más difíciles de mi vida, mi mente volaba a situaciones del pasado que habían sido mucho más felices y, cuando al tiempo, encontré a Al-Anon y me dijeron que lo que sufría mi marido era una enfermedad, en cierta forma llegué a sentir un alivio muy grande, ya que por fin podía asumir una posición más cómoda, sin tener que luchar con molinos de viento.

Pero empezó un camino mucho más difícil que a la vez me dá alegrías y bienestar, como muy pocas otras cosas me las pueden dar. Cuando en una de las reuniones me dijeron que mis actitudes debían ser modificadas, me dolió; yo ya estaba muy habituada a mi papel de martir, y tratar de cambiar todo eso no me gustaba. Quise sin embargo probar, porque a pesar de todo no creía que nada pudiese empeorar mi situación.

¡Y qué sorpresa!, cada prueba resultaba

un nuevo rayo de luz; una nueva esperanza. Cada día voy comprobando que lo único que puede ayudarme para conseguir siempre un poquito más de calma y felicidad es Al-Anon.

Nunca encontré en otro lugar palabras -- más acertadas ni miradas más comprensivas; al fin había encontrado un lugar donde podía ser YO misma y brindarme de verdad con todos mis sentimientos, recibiendo lo mismo, cada vez que me aboco a una nueva tarea para el Grupo.

En mi hogar también las cosas son diferentes; he aprendido a aceptar a mis semejantes tal cual son, sin pretender cambiar nada en ellos y, por sobre todas las cosas he aprendido a ver lo bueno de mi familiar enfermo alcohólico que, por otra parte, está lleno de virtudes que antes no veía o, lo que es peor, no las quería ver, porque eso me dejaba sin armas para seguir sintiendo autocompasión.

Algo más que me ha dado Al-Anon es aprender a sentir de verdad, un deseo de familia que tenía tan adormecido que ya no creía que existiese.

Liliana T.
Grupo Villa Krausse
Pcia. de San Juan

PRIMERA TRADICION: "Nuestro bienestar común debiera tener la preferencia; el progreso individual del mayor número depende de la unión".

Recuerdo que a poco tiempo de ingresar a Al-Anon, concurrí a varios Grupos de mi zona, en la necesidad de tener un máximo de apoyo. En esa recorrida participé de varias reuniones en un Grupo bastante numeroso que, al principio, me hizo sentirme cómoda. Al poco tiempo llegó una persona, no nueva, que absorbió esa primera reunión -- con sus problemas. De hecho, nadie más pudo exponer el suyo, ni mucho menos tratarla Literatura.

A la salida hubo comentarios de algunos compañeros que se retiraban apesadumbrados por no haber podido llevarse alguna sugerencia para sus propias dudas. En la reunión siguiente, esta misma persona volcó, una vez más, sus problemas, pero en esta o-

portunidad polemizando con cuanta sugerencia suponía equivocada. Aclaraba situaciones, ampliaba conceptos que ella creía -- que no se los interpretaba correctamente, y, así, una y otra vez, hasta llegar a -- consultar sobre problemas ajenos al alcoholismo.

Esta incómoda situación llevó a algunos compañeros a buscar otros Grupos y desertar de éste. Otras personas, como contagiadas por ese polemizar permanente, hacían lo propio con sus consultas y, al -- fin, nadie se llevaba nada bueno para sí, ni brindaba experiencia positiva alguna.

En cierta ocasión y accidentalmente, visitó este Grupo una persona que llevaba -- muchos años de recuperada en Al-Anon. Fue testigo del penoso momento que pasaba el Grupo y, con su serenidad y comprensión, -- firmemente adquirida, hizo uso de la palabra. Con cordialidad pero con firmeza hizo notar al Grupo que, en varias ocasiones, el tema tratado nada tenía que ver -- con el que realmente nos reunía: aprender a convivir con un familiar o amigo enfermo alcohólico. De hecho ninguna sugerencia era válida porque carecíamos del problema común: el alcoholismo. Segundo, entrar a polemizar toda sugerencia recibida no beneficiaba a nadie, ya que la disposición a rebatir todo lo que se exponía evitaba poder escuchar y pensar, dos cosas que maravillosamente se aprenden a -- practicar en Al-Anon. Tercero, era que el Grupo enfermo comenzaba a desintegrarse; ello era porque sus miembros desunidos eran incapaces de lograr su propio progreso y, como resultado, tampoco un bienestar común.

Esta compañera, con su serenidad, supo detectar dónde estaba el mal. La ignorancia en aplicar nuestra Primera Tradición, llevó a este Grupo al borde de su desaparición, pero la reflexión oportuna y el -- sincero deseo de mantener la esencia misma de lo que hace a nuestro bienestar, lo salvó. Desde ese día su desarrollo fue -- normal y cada día eran más los compañeros que allí se reunían.

Olvidé decir que la persona que, inconscientemente, había provocado esta situación, hoy se encuentra en feliz recuperación, y con sus Servicios a Al-Anon es una de las que más Paso Doce cumple, acer-

cando a nuevos compañeros abatidos y fracasados por "nuestros problemas comunes".

Lydia A.

INTERGRUPO

"Responsabilidad del RG y RD"

Tomar uno de estos Servicios es la forma de devolver algo de lo mucho que debemos a Al-Anon.

En algunos Grupos se demuestra poco interés en conocer el informe de su Representante; a éste correspondería la tarea de hacer comprender la importancia de dicho conocimiento de las reuniones a las -- que asiste, pues es la forma en que el -- Grupo estará al corriente de tantas novedades que surgen en dichas oportunidades.

El Representante debería estar bien integrado al Grupo, conocer las necesidades del mismo para poder desempeñar bien sus funciones; si es posible, también debería existir un Sub-delegado.

El Servicio compartido es eficaz y muy gratificante. Los Representantes tienen poder de decisión y son responsables ante sus compañeros. En toda oportunidad motivará a los Grupos a que se sientan parte de Al-Anon como un todo.

RINCON DE LECTORES

"La Oración de la Serenidad"

¡Cuántas cosas lindas podemos decir al hablar de una Oración que, por simple que sea, armoniza todo nuestro ser!.

Me despierto con la Oración de la Serenidad y siento una tranquilidad tan grande, que me permite ver y discernir con -- claridad los problemas que se me presentan cada día.

Las palabras que componen esta Oración son de un mérito tan elevado, que hacen de ella un bálsamo de amor, sosiego y paz
Felisa, Grupo Aceptación