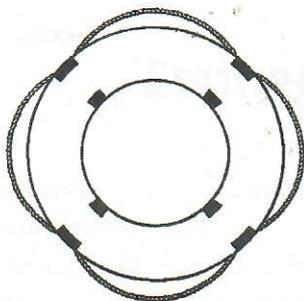


Compravión:

*Año de
Volver a las Bases*



Boletín *Amistad*



AL-ANON / ALATEEN

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

Que empiece por mí

EDITORIAL

Cuando entramos al grupo y vemos las caras sonrientes que nos reciben, nuestro corazón se alegra y las preocupaciones se esfuman.

Es allí donde nos envuelve la serenidad, el valor y la fortaleza para enfrentar el día a día, no importa dónde o cuándo, pero sabemos que nuestro grupo está allí para nosotros.

Sus miembros debemos ser celosos guardianes de lo que ocurra dentro de él; si faltan servidores debemos poner el hombro, si nos faltan recursos debemos hacer un esfuerzo extra, si algo nos incomoda, debemos

hablarlo entre todos para conseguir una solución aceptable.

Este lugar es una parte importante de nuestras vidas y tenemos la obligación de hacer que funcione para nosotros, y para los demás que llegarán. Todos dependemos de él, nadie puede ser indiferente. ¡Qué empiece por mí!

¿Qué hace usted para que «su» grupo esté cada día mejor? ¿Recibe usted allí su cuota diaria de fortaleza y amor? ¿Cómo lo retribuye? ¿Cuida usted a su grupo?



Reflexiones

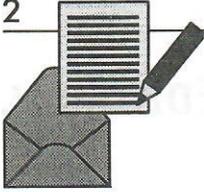


AL-ANON NOS ENSEÑA A SEGUIR ADELANTE. SI HEMOS PERJUDICADO A UNA PERSONA EN EL PASADO, EN EL FUTURO PODREMOS AYUDAR A UNA, DIEZ O QUIZÁS A MILES, PRACTICANDO Y VIVIENDO ACTIVAMENTE EL PROGRAMA DE AL-ANON.

(Extraído de *Los Doce Pasos y las Doce Tradiciones*, pág. 7)

RECORDATORIO

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



RINCÓN DE NUESTRA OSG

Momentos de cambio y renovación; siempre se puede cambiar si estamos dispuestos nos dice el 6° Paso, y Al-Anon está viviendo muchos cambios.

Uno es la Conferencia de Servicio Nacional que, después de 20 años, se realizará el 1 y 2 de abril próximo renovada y por primera vez se realizará el 4° Paso de la Conferencia con la guía de los 12 Conceptos; cambio en los estatutos: 1°) que Al-Anon puede comprar su oficina, 2°) que el próximo Secretario General no será miembro Custodio. Entre otros, se reimprimieron dos nuevos títulos: *Senderos de recuperación* y *En todas nuestras acciones*, con los que estamos haciendo un canje con la OSG de Uruguay por Un día a la vez en Al-Anon, *El dilema del matrimonio* y *Los Doce Conceptos* en folleto.

Cambios con el sistema contable, con un trabajo que está realizando el nuevo contador de la Asociación; cambios en la fecha de los Semina-

rios de Servicios Regionales, que se realizarán en el mes de octubre de cada año en cada región; cambios estructurales y de funcionamiento desde la OSG son los temas en los que estamos trabajando.

Todavía hay mucho por hacer y para eso necesitamos de todos los miembros de Al-Anon; recuerden lo que les informamos en el Boletín anterior sobre el nuevo Manual de Servicio Nacional ¡ya está en la OSG! Una joyita, con una completa información para que todos podamos realizar los servicios de Al-Anon, a un precio especial de \$8.00 para que ningún miembro se quede sin adquirirlo, ya que la OSG pudo subsidiar una parte.

Estamos convencidos de que los cambios hechos en tiempo y forma hacen al crecimiento personal y de la Asociación.

Recordamos el cambio de la OSG a su nuevo domicilio, el 24 de marzo cumple 2 años.

¡Feliz cumpleaños a nuestra OSG!



Reflexiones



LA HOSTILIDAD Y EL DESPRECIO NO PUEDEN CURAR UNA ENFERMEDAD Y CONSTITUYEN UNA ACTITUD IMPROPIA.

(Extraído de *Así que amas a un alcohólico*)



AÑO DE VOLVER A LAS BASES



En el Boletín anterior citamos la Primera Tradición para «Volver a las Bases». Ahora, el Primer Concepto extraído de *Senderos de recuperación* será nuestra guía: «La responsabilidad y autoridad fundamentales de los servicios mundiales de Al-Anon corresponde a los grupos de Al-Anon» (pág. 247).

El Primer Concepto trata de la responsabilidad y autoridades fundamentales, el derecho a tener la última palabra. Los grupos eligen la autoridad fundamental votando de manera sensata a la gente que los representará, manteniendo informados a estos representantes a través de la conciencia de grupo y luego confiando en que cumplirán con su tarea. En Al-Anon la responsabilidad fundamental se ejerce con amor y sabiduría. El grupo es responsable de recibir información, discutir cuestiones de actualidad y transmitir sus decisiones a través de sus representantes. **Una conciencia de grupo informada es básica** (pág. 249). No hay autoridad más que nosotros y la responsabilidad está en nosotros.

La responsabilidad se asume y se pone en acción de muchas maneras:

- Dejando las críticas y quejas de lado.
- Reconfortando a la persona que asiste por primera vez, dándole todo nuestro afecto.
- Cuidando que la programación no sea repetitiva o poco interesante.
- Brindando nuestra opinión y participación en las reuniones de conciencia y de trabajo.
- Escuchando y discutiendo las ideas sin entrar en controversia.
- Respetando a los demás.
- Confiando en que el servidor que

fue elegido hará lo que crea más conveniente.

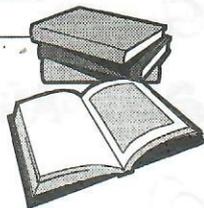
- Recordando que hacer servicio es un voluntariado que ayuda en lo personal, pero no me brinda autoridad frente a otros miembros.
- Sugiriendo mis ideas desde el amor y no desde el autoritarismo.
- Votando las decisiones de grupo, siendo conscientes de lo que estamos haciendo.
- Eligiendo con el corazón lo que creemos mejor para todos y no sólo para mí.
- Los miembros con más años pueden brindar su experiencia a los que concurren desde hace poco, de igual a igual, con un trato paciente.
- Teniendo siempre presente que el Dios de nuestro entendimiento es nuestro único guía y se manifiesta a través de la conciencia de grupo.

Si la decisión que se votó en el grupo no nos gusta, no importa, lo positivo es nuestra participación, no nuestro deseo. Analizando con todo el grupo este Concepto encontraremos muchas formas de ponerlo en práctica. Preguntas para la conciencia, aceptación y acción:

- **¿Celebramos reuniones regulares de asuntos de grupo?**
- **¿Cómo contribuyo a la conciencia de grupo?**
- **¿Participamos en reuniones de Distrito y asambleas? ¿Cómo?**

El Primer Concepto me demuestra dónde está mi responsabilidad. Me corresponde a **mí** asumirla. Nadie asume mi responsabilidad como miembro del grupo o la autoridad de mi grupo en relación con su conducta.

COMITÉ DE PUBLICACIONES



Nos lanzamos a cumplir con el proyecto anual poniendo en acción los primeros pasitos...

Todos los que deseen hacer consultas o mandar experiencias sobre la «difusión y venta de LAC» pueden hacerlo enviando un correo electrónico a la OSG. La autonomía de grupo que señala la Cuarta Tradición nos brinda muchas opciones para realizar este servicio y sería bueno compartirlas para ponerlas en práctica en nuestros grupos.

Para comenzar, podríamos preguntarnos: ¿Hay en nuestro grupo un lugar donde se exhiba la literatura? Si lo hay, ¿se encuentra toda la literatura bien visible? ¿Posee mi grupo los folletos actualizados o continúa leyendo en las reuniones los viejos ejemplares? ¿Cuenta con las nuevas publicaciones que salieron? Pequeñas grandes preguntas que sirven para la conciencia, aceptación y acción.

* * *

Ya se encuentran en la OSG, a disposición de los miembros, los folletos *Alcoholismo*, un carrusel

llamado negación, *Hechos acerca de Alateen* y el señalador *Sólo por hoy en Alateen*.

Con gran placer y satisfacción anunciamos que ya está disponible también el *Manual de Servicio Nacional 2005-2006*, que ha reunido todo lo referente a los procedimientos del servicio desde el grupo hasta la Conferencia de Servicio Nacional, el Compendio de Guías y los Doce Conceptos. Es una herramienta invaluable donde cada servidor encontrará las respuestas a sus dudas.

* * *

Hacer servicio en el Comité de Publicaciones es apasionante para aquella persona que le gusta saborear un buen libro o expresar los sentimientos con el lápiz y el papel, así que el miembro que guste de estos placeres puede colaborar con el Comité realizando, por ejemplo, el editorial del «Boletín Amistad», donde se refleja una expresión espiritual de cualquier tema referido al programa. ¡Colaboren con nosotros!

Los proyectos nos dan entusiasmo, hacen que nos sintamos vivos y con esperanza de cambio.



Reflexiones



UNA VEZ QUE HAYAN TOMADO UNA DECISIÓN, AFÉRRENSE A ELLA.

(Extraído de 3 enfoques de Al-Anon.)



COMITÉ DEL INTERIOR

Este Comité recuerda a los grupos aislados que siempre estamos dispuestos a recibir inquietudes o preguntas acerca de los temas de Al-Anon.

Los grupos aislados son actualmente 52.

También pueden escribir sobre

experiencias en el programa, con qué dificultades se encuentran para hacer servicio y qué resultados obtienen.

Tenemos un integrante nuevo en el servicio de Secretaría.

Estamos aquí para escucharlos.

Un día a la vez



Hoy, un día más sentada en soledad, pienso... recuerdo el pasado con el alcohol, sin Al-Anon, cuántos días de llanto, de dolor, desesperanza, sin sentido, sufriendo, llorando sin saber por qué. Ahora con Al-Anon tengo los mismos problemas, el alcohol activo, pero veo las cosas de otra manera. Hoy puedo darme cuenta cómo sufre el alcohólico y no juzgarlo, puedo compadecerme de su enfermedad.

Aprendí cómo vivir un día a la vez pensando en el futuro, sin llanto, sin miedo, con alegría y, por sobre todas las cosas, ver qué puedo hacer yo. Disfrutando del amor de mis hijos y mi nieta, compartiendo mis problemas con mis hermanos de grupo, haciendo servicio, leyendo literatura que me hace mucho bien, ver cómo funciona mi grupo y mi distrito, cómo puedo aliviar a mis compañeros, o cómo puedo ayudarme yo cada día.

Primero me acompañaron los Pasos, luego las Tradiciones, ahora estoy trabajando los Conceptos. El Cuarto me quedó muy grabado, lo trabajo mucho en mi casa con mis hijos, sé que la participación de ellos es de mucha ayuda. Los amo, es lo más bello que me ha dado la vida, hoy con Al-Anon puedo disfrutarlos.

Mi madrina me ayuda mucho, gracias a que trabajo cerca de su casa puedo disfrutarla todos los días, contarle mis problemas y mis alegrías, así como compartir otro tipo de problemas diarios.

Hoy sé que vivir es un problema de cada día, pero también que puedo enfrentar uno a la vez. Gracias a Al-Anon puedo disfrutar la dicha de estar viva «un día a la vez».

Miembro Distrito Unidad



COMITÉ DE SERVICIO A LA SOCIEDAD

Sillas vacías

Queremos compartir con ustedes la alegría de estar a pocos días de encontrarnos en la XXI CSN (Conferencia de Servicio Nacional), donde uno de los temas a considerar con los Delegados será: «El servicio y la difusión del mensaje».

¡Qué importante que este tema interese a la hermandad, a sus bases, que son nuestra esperanza y futuro de Al-Anon como institución!

Hay una expresión a la que queremos invitarlos a interrogarnos con franqueza, a todo nivel del servicio en Al-Anon: «Quien no avanza, retrocede».

Cuántas veces por miedo, por desinformación, por no tener suficiente tiempo en Al-Anon, nos desalentamos y dejamos de hacer servicio, y esperamos que otros lo hagan.

Estamos hablando de la Información Pública, de las veces que no cooperamos ni con AA ni con nadie, porque no hacemos servicio. Es allí cuando sobran sillas vacías y cuando la hermandad decrece.

Desde este Comité celebramos la aparición del Manual de Servicio, en especial todo lo que se refiere a las relaciones públicas (pág. 105).

También queremos compartir el éxito de la campaña radial, vigente en todo el país desde mediados de febrero pasado.

Mayo es el mes de la Información Pública, comentémoslo en el grupo, hagamos proyectos, pensemos ya en los 40 años de Al-Anon que celebraremos en el 2006 y, por sobre todas las cosas, hagamos un Al-Anon fuerte.

NOS INTERESA TU PARTICIPACIÓN

¡Gracias por compartir tus experiencias!



Ingresé a Al-Anon muy preocupada y amargada, seguí concurriendo porque me encantó el grupo y la forma en que trataban el tema que me había llevado.

Dejé de discutir y perseguir a mis seres queridos concurriendo a los grupos cuanto podía y tratando de entender la filosofía del programa. Leyendo siempre *Un Día a la vez* y *Valor para Cambiar*.

Susana
GRUPO LANÚS

COMITÉ DE NOMINACIONES

Este es un Comité que trabaja silenciosamente para que los miembros de buena voluntad se acerquen a colaborar en todos los ámbitos de nuestra querida OSG; hay muchos Comités que necesitan de

tu ayuda. Encontraremos el camino para trabajar juntos.

Conocer la OSG es valorar lo que es nuestro.

¡Los esperamos!

Descubriendo el programa



El grupo, la literatura, el padrinazgo, la oración y la meditación como hábito, y últimamente, el servicio, son las herramientas que Al-Anon me ofrece y que hoy puedo utilizar para mi recuperación. El secreto es el conjunto en su totalidad.

El primer año fue el año de los descubrimientos, por excelencia. Descubrir los grupos, descubrir los pasos, descubrir lo importante de compartir con otros miembros y comenzar a descubrirme. Luego, al descubrir que hay un futuro para mí, empecé la tarea de ocuparme de mis asuntos; porque en Al-Anon descubrí que yo tenía asuntos de que ocuparme (mi crecimiento personal).

Gracias a mi Poder Superior, que sólo espera que esté dispuesta a recibir su ayuda, recibí las fuerzas necesarias para encarar este cambio de actitud frente a la realidad; y comenzar a cambiar aquello que puedo.

Hoy estoy descubriendo que el servicio es otra herramienta eficaz para mi recuperación. Sólo me resta agradecer a los miembros de los grupos que, al compartir desinteresadamente su experiencia, fortaleza y esperanza, me acompañan día a día en el camino de la recuperación; especialmente a mi padrino y a mi madrina, quienes me ayudan solícitamente a ver con claridad y objetividad la realidad, para poder así recuperar la serenidad.

Pido a Dios que en este camino me siga dando las fuerzas necesarias para estar dispuesta a entregarme a su abiduría

Anónimo



COMITÉ DE CONFERENCIA

El 30 de julio de 2004 el Distrito Mar del Plata, en la reunión celebrada por los Delegados, presentó algunas reflexiones acerca de la Segunda Tradición. Deseamos compartirlas con todos. Pensamos que la Segunda Tradición está relacionada con:

- *Fiel servidor:* Tiene que ver con la responsabilidad y la humanidad. Es parte de la recuperación, que se consigue con la práctica de servicio. Significa, además, escuchar las opiniones diversas.
- *Rotación de servidores:* Es necesaria para que todos tengamos

la oportunidad de ser responsables. Al rotar el servicio, nos queda más claro que todos somos iguales en Al-Anón. Se preguntó: ¿Qué experiencias hay sobre la rotación de servicio?

- *Autoridad:* Creemos que la autoridad existe únicamente en conjunto, es decir que es el grupo en su totalidad el que la tiene. Los servidores del grupo poseen autoridad delegada por el grupo. Él único que nos guía es un Ser Superior en la Conciencia de Grupo.

Continuamos con el resumen de las Mesas de Trabajo de la XIX CSN.

MESA DE TRABAJO F

Tema 1: ¿Proponemos a los miembros nuevos la participación en el servicio?

Fundamento: *Como en los grupos tanto es hacer servicio acomodando las sillas como ser Representante de Grupo (RG), ¿tenemos real conciencia de lo que significa para nuestra recuperación hacer servicio y la importancia de sugerírselo al recién llegado?*

Se debe incentivar desde el principio a los miembros a hacer servicio y explicarles que es parte de la recuperación.

- **¿Cómo los atraemos?** Diciéndoles que el grupo los necesita

y que es muy valiosa su colaboración.

- **¿Qué puedo hacer yo para lograr este objetivo?** Invitar a que se nos acompañe a hacer servicio. Explicar que el servicio es parte del «Triángulo», y éste es integrador. Tratar de mostrar desde el principio la estructura de Al-Anon.

Tema 2: Costo de la literatura y su mantenimiento

Fundamento: *El Distrito Río de la Plata recomienda reconsiderar los costos actuales de nuestra literatura, pues es indispensable tanto en nuestro crecimiento individual como grupal; teniendo en cuenta que además*

Publicadas Alateen

Nº 32 - Abril de 2005

LA PARTICIPACIÓN ES LA CLAVE DE LA ARMONÍA (CUARTO CONCEPTO)

Lamentablemente, no tuvimos la suficiente participación en *Publicadas* como para poder continuar con su publicación.

Como verán al leer esta publicación, la misma se pudo completar gracias al aporte de adultos involucrados en Alateen.

Durante más de un año pedimos a los coordinadores y padrinos Alateen que incentivaran a los miembros a compartir sus experiencias, pero, desafortunadamente, lo que nos hicieron llegar no alcanzó a cubrir la cantidad necesaria para una edición.

Quizá no exista la necesidad de esta publicación; desde el Comité pensamos que sí, en especial para los miembros que se encuentran lejos de la OSG, de un Distrito o de otro grupo Alateen.

Hoy nos duele informar que, tal como lo anticipamos en el *Boletín Amistad* de noviembre/diciembre, ésta es nuestra última *Publicadas*. (SÓLO POR HOY).

Seguiremos enviando, dentro del *Boletín Amistad*, las preguntas para debatir en los grupos.

¿Qué es importante en mi vida? ¿Qué es lo que quiero? ¿Qué necesito? Alateen me ayuda a responder estas preguntas. Para ordenar mis prioridades hoy haré Primero lo primero.

(de *Alateen Un día a la vez*, pag. 13)

Comité Alateen

La transición

Llegué a Alateen en un momento muy especial de mi vida. No sentía que perteneciera a ningún lugar: en el colegio no tenía muchos amigos; me daba miedo decir cualquier cosa; pensaba que me había tocado "la familia equivocada".

Algo hizo que me quedara en el grupo: por única vez sentí que me comprendían y me querían. No tenía miedo de expresar mi bronca y mi dolor por las cosas que me pasaban. Mis compañeros de Alateen comenzaron a ser mis "amigos".

Con el tiempo pude aceptar diferentes responsabilidades dentro del grupo, lo que llamamos "hacer servicio". Empecé preparando el salón para nuestras reuniones y después seguí con todos los demás servicios en el grupo. Con el tiempo pude aceptar convertirme en RG. ¡Quién lo hubiera dicho! Yo, que sentía tanto temor de exponer mi opinión, tenía otra oportunidad diferente para seguir expresándome libremente.

Aprendí mucho acerca de Al-Anon y Alateen asistiendo a las reuniones del Distrito. Me di cuenta de que mi grupo no era el único que existía, que había muchos más, en el Distrito y en todo el país.

Finalmente, me convertí en Delegado de mi Distrito. ¡Tenía solamente 19 años!! Fue muy importante la confianza que mis compañeros depositaron en mí.

Hoy soy un miembro activo en Al-Anon y sirvo en la OSG. Si bien la transición de Alateen me ha costado, creo que es un largo proceso de aprendizaje. Me ayudó mucho seguir en contacto con mis compañeros (muchos también son ahora miembros Al-Anon) y poder vivir este proceso de crecimiento junto a ellos.

Se nos dice a menudo que la recuperación es el viaje, no el destino. Siempre pensé que para hacer servicio tenía que estar 10 puntos. Hoy me permito cuestionar esa creencia. Tal vez esté 10 puntos si hago algún servicio, ¿no?

En el libro *¿Qué es un borracho mamá?* hay una frase que me llegó mucho: "El momento de ser feliz es ahora". Y siempre agrego lo siguiente: "El momento de servir... ¡¡es ahora!!".

¡¡Gracias por permitirme compartir mi experiencia!!!

MAURICIO - Capital

Cuando tenía 15 años conocí un lugar muy cariñoso, ese lugar se llamaba Alateen. Estuve allí hasta los 19 años y me alejé por situaciones laborales. Yo no quería ver ni sentir, me daba miedo ser grande o, mejor dicho, madurar, y no hice la transición para pasar a otra etapa de mi vida.

Cuando volví a Al-Anon seguía negando; luego entré a Hijos Adultos. A los pocos meses de concurrir, encontré que pertenecía a ese grupo de gente como yo. Tuve que crecer de golpe, ya no tenía 19 años sino 23. Ahora me siento mucho mejor con mis compañeros y mi madrina, que me ayudan, junto con la literatura, a dejar los miedos de lado, a crecer y a ser mejor persona.

Hoy tengo 27 años, estoy muy agradecido a Alateen, Al-Anon y A.A.

MAURICIO - Zona Norte

Para trabajar en grupo

- ¿Cómo entender que el alcoholismo es una enfermedad que nos conduce a la aceptación?
- ¿Cómo puede ayudarte el programa a evitar la autocompasión?
- ¿Cómo puede, el aplicar el programa en todos tus asuntos, ayudarte a superar los temores inevitables, que son parte de la adolescencia?
- ¿Qué provoca mis ataques de ira?

¡Feliz cumple!

19-3 - BUENAS COMPAÑÍAS - Capital.

7-4 - LINIERS - Capital.

11-4 - JUNTOS LO LOGRAREMOS - Capital.

30-4 - UNA LUZ EN EL CAMINO - Mar del Plata.

P A D R I N A Z G O

Hace un año que hago el servicio de madrina de Alateen y cada día me siento más agradecida a mi Poder Superior por ayudarme a perder el miedo, ya que este servicio me parecía algo difícil.

En realidad, me da mucha satisfacción ver cómo los chicos se integran, se ayudan mutuamente, comparten sus esperanzas y sus ilusiones llenas de juventud.

ANÓNIMO - San Fernando

Hola, soy Olga, miembro colaborador del grupo Alateen.

Les quiero contar lo que me da hacer este servicio: valor, serenidad, sabiduría y, sobre todo, mucha confianza en mí misma y saber que con la ayuda de mi Poder Superior, todo se puede.

OLGA - San Fernando

En Al-Anon/Alateen aprendí que cada día es un nuevo comienzo.

Aprendí a confiar y que los milagros suceden y los sueños realmente se hacen realidad.

Con el servicio aprendí que nunca estamos solos, que maravillosas sorpresas están simplemente esperando suceder y que todos nuestros sueños y esperanzas están a nuestro alcance.

Si tan solo creemos...

Quiero creer que Alateen es parte de Al-Anon.

Quiero creer en mi compromiso y participación en Alateen.

Quiero creer en el apoyo que puedo brindar a nuestros jóvenes.

No tengo experiencia en el servicio de Alateen... PERO QUIERO CREER QUE LA TENDRÉ.

Todo depende de mí.

SUSANA B. - Delegada asignada al C. A.

de los folletos «Libre de desesperación», «Señalador Al-Anon» y «Tres enfoques», contamos con una extensa literatura, solicitamos su abaratamiento a fin de incentivar su adquisición. Alcohólicos Anónimos vende su literatura a mucho menor precio. ¿Podemos unirnos a ellos para que nos resulte más económica? Se elevarán el tema a los Comités Ejecutivo y de Publicaciones.

Tema 3 y 4: Alateen es organizar el futuro de Al-Anon y multiplicar la apertura de los grupos Alateen.

Fundamento: Tema 3: *En la mayoría de los grupos Al-Anon existe falta de responsabilidad en el apoyo a las madrinas y padrinos y a los grupos Alateen en general.*

No es bueno para los miembros Alateen ni para los padrinos una continuidad mayor de 3 años, pero la falta de servidores a veces obliga a continuar con estas funciones.

Tema 4: *El alcoholismo es una enfermedad de carácter y afectación familiar. Partiendo de este diagnóstico de la OSM y sabiendo todos los miembros de Al-Anon que uno de los conflictos mayores para los familiares y amigos es la negación de la enfermedad en el grupo familiar, es importante que a través de los grupos Alateen vaya eliminándose paulatinamente y progresivamente esta barrera de la enfermedad.*

Resulta muy nocivo no cambiar los padrinos, el grupo puede incluso dejar de funcionar.

¿Cómo podemos cooperar con Alateen? Con la formación de padri-

nos, pese a algunos reparos por todo el tema legal. Intensificando la lectura de literatura Alateen en los grupos Al-Anon. Mayor control a los padrinos, pedir sus antecedentes legales. Si ocurre un delito dentro de Al-Anon, se deberían seguir todos los procedimientos legales como cualquier ciudadano.

Individualmente podemos: Todo orador debería comentar sobre Alateen. Recordar el nombre Al-Anon/Alateen. Recordar que los más chicos están en el medio de la familia. Trabajar la negación de la afectación de nuestros hijos.

Como grupo es posible: Formar padrinos y nombrar dos dispuestos a abrir un grupo Alateen, haya o no chicos. Leer literatura Alateen y folletos como «¿Cómo puedo ayudar a mis hijos?». Compartir reuniones cerradas con Alateen o con oradores Alateen.

Como Distrito: Hacer jornadas Alateen. Incentivar al Comité Alateen del Distrito a hacer que todos los grupos Al-Anon conozcan Alateen. Dar participación a Alateen en cada Seminario de Servicio Regional. Proponer hacer reuniones cerradas en las escuelas, si así lo pidieran.

Desde la OSG: Organizar jornadas nacionales. Estar abiertos a recibir a miembros Alateen en el Comité.

¿Cuál sería la labor de Alateen?

Que sus miembros crezcan y perduren en Al-Anon y así pasar sus experiencias. Alentar el liderazgo entre miembros Alateen. Alateen es también el PRESENTE de Al-Anon.

¿He pensado realizar algún servicio para Alateen? Dejamos esta pregunta abierta para que la conciencia de cada uno responda.



EQUIPO DE SERVICIO A LOS GRUPOS

En el trabajo de **Estructura de Grupo** entregado con el Boletín Amistad anterior se detalla una serie de sugerencias para un buen funcionamiento del grupo. Queremos desarrollarlas y profundizar su tratamiento junto con los Distritos, a través de los Representantes de Distrito y de otros servidores interesados en participar.

Comenzaremos con el tema **Padrinazgo a todo nivel y Rotación de servicios**.

Empezamos preguntándonos: ¿Cómo ayuda el padrinazgo personal, el de servicio y el padrinazgo entre grupos en la Estructura de Grupo? ¿De qué manera influye la ro-

de servicios en la misma?

Les proponemos a todos los Representantes de Distrito, titulares y suplentes, que dediquen un tiempo para preparar algunas posibles respuestas, investigando en nuestra literatura sobre estos temas, como así también recordando experiencias.

Sus inquietudes y aportes no sólo son bienvenidos sino también muy importantes. Por eso los invitamos a compartirlos. La reunión es el **sábado 30 de abril a las 10 de la mañana** en la Oficina de Servicios Generales, Avda. de Mayo 1365 9º piso, Ciudad de Buenos Aires.

Hagamos entre todos el ESG.

NOS INTERESA TU PARTICIPACIÓN

¡Gracias por compartir tus experiencias!



Llegué a Al-Anon muy angustiada, con sentimiento de culpa y con el alma destrozada. Al sentir que iba calmando el dolor con el cariño de mis compañeros de grupo seguí concurriendo.

Aprendí a superar el sentimiento de culpa y a aceptar que el alcoholismo es una enfermedad, separándolo de la persona.

Logré este cambio con la evolución que vi en mis compañeros a través de las reuniones y la lectura de la Literatura Aprobada por Conferencia. La lectura del *Plan Detallado para progresar* me guía para trabajar los aspectos que cuestan aceptar para lograr serenidad.

Ingrid

GRUPO GRATITUD, DTO. ALTE. BROW

COMITÉ ALATEEN



A pedido de las Coordinadoras Alateen de los distritos que asistieron a la reunión trimestral del mes de diciembre, se realizó una reunión extra en el mes de enero con dos temas: literatura Alateen y afiches.

Estamos trabajando con coordinadores y grupos Alateen para ver si es posible contar con un afiche Alateen, para ello pedimos a los miembros Al-Anon/Alateen que nos envíen ideas y posibles formatos para que el Comité pueda seguir con este proyecto.

Se pidió a la OSM el afiche «Rincón» y una planilla para trabajar con el 10° Paso, esperamos el permiso para poder imprimirla, el afiche quedará en espera hasta que se realice uno de muestra.

En el Boletín de AA «El candil», del mes de diciembre, se publicó a pedido de nuestro comité una parte del folleto *Hechos acerca de Alateen*.

Las reuniones de padrinos se realizan con buena participación de los mismos.

Necesitamos que envíen al Comité una copia de avales de padrinos y de las autorizaciones.

Si busco amor y comprensión no tengo que ir muy lejos. El grupo Alateen más cercano tiene todo lo que necesito y más. Es gratis y todo lo que tengo que hacer es pedir ayuda y aceptarla.

(Extraído de *Alateen un día a la vez*, pág. 41)

Mi camino



Queridos amigos en Al-Anon: Cuando mi espíritu decae y se asoman viejos miedos y ansiedades, dudo de mi capacidad para aplicar el programa.

Pero es allí donde mi grupo sale inmediatamente en mi auxilio, haciéndome ver todos los progresos que he logrado, recordándome cómo llegué a Al-Anon hace cinco años.

Entonces pienso en las frases del sabio chino, que en algún lado menciona nuestra literatura: «Si sigues por el mismo camino, posiblemente llegues hacia donde te diriges».

Recuerdo entonces que cambié de camino y sólo tengo que ajustar nuevamente mi nuevo rumbo.

Helga
GRUPO VIVIR, LA RIOJA



COMITÉ DE SEMINARIOS DE SERVICIOS REGIONALES

Una gran oportunidad para compartir experiencias

Un SSR hace a la comunicación y a la unidad entre los miembros Al-Anon de una región.

El Distrito anfitrión pide que participen enviando el Lema para el Seminario y sugieran temas para tratar en conjunto o en Mesas de Trabajo, con la participación de todos.

Cada Seminario realizado ayuda al fortalecimiento de los miembros participantes, de sus grupos y Distritos, y es tierra fértil para el

semillero de nuestros servidores Al-Anon/Alateen, donde compartimos inquietudes con miembros de la OSG.

No hay distancia ni diferencias, todos somos iguales, en la Región Norte, Sur o Centro. Si estamos dispuestos a participar, renovaremos nuestro compromiso con el servicio y fortaleceremos nuestra recuperación.

Vivamos la alegría de pertenecer y nos encontraremos en Tucumán en el mes de octubre, donde todos estamos invitados.



Reflexiones



LA DECISIÓN ESTÁ EN NUESTRAS MANOS, NOSOTROS DECIDIMOS SI SEGUIMOS SIENDO VÍCTIMAS O NO.

(Extraído de *En todas nuestras acciones*, pág. 75)

NOS INTERESA TU PARTICIPACIÓN
¡Gracias por compartir tus experiencias!



Era muy malo el estado anímico con el que llegué a mi primera reunión de Al-Anon.

La esperanza me impulsó a seguir concurriendo al grupo porque los compañeros me enseñaron a razonar los problemas. Pude conseguir cambiar haciendo caso al programa y leyendo toda la literatura posible.

David

GRUPO INDEPENDENCIA

COMITÉ DE ARCHIVO HISTÓRICO



«El tema central de nuestra primera Convención, efectuada el pasado mes de septiembre, se basó en los tres legados de Al-Anon: Recuperación, Unidad y Servicio.

Servicio es quizá el que menos conocemos, ya que no hay literatura en nuestro país que dé un análisis a fondo sobre dicho legado.

Encontramos tal análisis en los Pasos, Lemas y Tradiciones que nos ayudan a recuperarnos y mantenernos unidos, anteponiendo los principios a las personalidades.

Pero si leemos la literatura detenidamente, veremos que la

palabra servicio es mencionada una y otra vez, porque es a través del servicio personal de cada uno de sus miembros que Al-Anon puede seguir floreciendo y brindar el mensaje a personas que sufren las causas del alcoholismo.

Así como la naturaleza y el ser humano necesitan y se benefician con el aire, el sol y la lluvia, Al-Anon necesita del servicio para que nuestro bienestar personal coseche los beneficios.»

Extraído del Boletín Amistad
Febrero 1979

Archivo Histórico les recuerda que necesitamos voluntarios para tippear los trabajos de este Comité... ¿no te gustaría participar? ¡¡Gracias!!

NOS INTERESA TU PARTICIPACIÓN

¡Gracias por compartir tus experiencias!



Llegué a mi primera reunión de Al-Anon en un estado depresivo.

Me impulsó a seguir concurriendo el apoyo espiritual, el amor que me brindaron y el compañerismo que hoy tengo; gracias a ellos me siento mucho mejor y puedo comprender a mi familiar alcohólico.

El cambio en mi actitud más notable es la paz en mi interior, la que no tenía y hoy poseo, tolerancia para con todos. Ese cambio lo logré gracias al grupo, que me supo escuchar y me dio sugerencias para hacerme sentir bien y volver nuevamente a la vida. También le doy gracias a Dios.

Toda la literatura que estoy leyendo me ayuda mucho.

Mary P.
GRUPO RENACER

DELEGADOS INTERNACIONALES



Continuando con nuestro informe, queremos compartir temas destacados de talleres de la RISGA.

Taller: Unidad a través de las 12 Tradiciones

Muchas exposiciones se presentaron como temas problemáticos, pero coincidiendo en que una estructura saludable es la que usa las Tradiciones y los Conceptos en todos sus asuntos, compartiéndose experiencias al respecto.

- **Autoridad y Control:** Cada uno de nosotros tiene una responsabilidad: hablar claro cuando siente que las Tradiciones están siendo violadas. El inventario de grupo permite conservar el diálogo entre los miembros y el razonamiento de las cosas. Es imposible crecer sin cometer errores y no siempre las cosas se resuelven en forma grata. Mantener una mente abierta, preguntar «¿qué pensás?» y escuchar las opiniones del resto mantiene las líneas de la comunicación abiertas.
- **Diversidad:** Nuestra Tradición acerca del anonimato ha permitido que los miembros se sientan bienvenidos y «una parte de», más allá de la diversidad que existe en la hermandad. El anonimato es igualdad y cada miembro es merecedor del mismo y tiene algo para ofrecer. Si ponemos el enfoque sobre por qué estamos aquí -nuestra unidad de propósito-, nos sentiremos cómodos y com-

partiremos nuestros sentimientos abiertamente.

- **Otros grupos de 12 Pasos en Al-Anon:** Trabajar las Tradiciones es una dura tarea, pero se facilita con la práctica. Los grupos saludables son aquellos que leen nuestras Tradiciones en cada reunión. Las soluciones a los problemas pueden encontrarse si nos familiarizamos con estas guías. Cuando se las nombra abiertamente, nos recuerdan a nosotros y a miembros de otros grupos de 12 Pasos que nos visitan y desean hablar con nosotros acerca de sus programas en nuestras reuniones que, aquí, el enfoque es sobre cómo Al-Anon ayuda a familiares y amigos de **alcohólicos**.

Conservar un equilibrio entre recuperación, unidad y servicio es necesario para tener conocimiento acerca de los Conceptos de Servicio. Aplicamos los principios espirituales de nuestro programa para trabajar las relaciones en nuestra estructura. Presentémoslas gradualmente, bien preparadas y mantengámoslas simples.

En conclusión: «Los Pasos nos enseñan como amarnos a nosotros mismos, las Tradiciones nos muestran como amar a los otros y los Conceptos nos muestran como amar al mundo en el cual vivimos». Con esta filosofía, ¿cómo podemos equivocarnos? Seguiremos compartiendo temas tratados en la RIASA, con amor en el Servicio.

COMITÉ DE PRESUPUESTO

El Comité de Presupuesto agradece por este medio a todos los Grupos, Distritos y miembros Al-Anon que con sus contribuciones hacen que el Mensaje de Al-Anon siga llevándose a todos los lugares donde alguien lo necesite. Estos aportes corresponden a **enero y febrero 2005**.

- **Distrito Alte. Brown y Grupos:** Camino de Esperanza, Gratitud, Lihuen, Luz de Vida, Luz y Esperanza, Nace un nuevo día, Sendero de Luz.
- **Distrito Capital y Grupos:** Aceptación y Esperanza, Belgrano, Calidez, Compartir, Conocernos, La Luz de Patricios, Libertad, Madre Admirable, Mediodía, Mensaje, Palermo, Redentor, Santa Cruz, Serenidad, Sólo por Hoy, Villa Crespo, Vida, Vivencias, Vivir Hoy, (Alateen) Buenas Compañías, (Alateen) Juntos lo Lograremos.
- **Distrito Centro Oeste y Grupos:** Barrio Argentino, Despertar, Hacia Adelante, Ituzaingó, Luján, Merlo, (HA) Merlo, San Miguel, Villa León, Volver a Empezar.
- **Distrito Ciudad de Córdoba.**
- **Distrito Centro Este Entre Ríos y Grupos:** 20 de Enero, Catedral, Colón, Nueva vida, Paraná, San Agustín, (Alateen) Amanecer con Esperanza.
- **Distrito Gral. Paz y Grupos:** Escalada, Esperanza, Flores, Floresta, Génesis, Liniers, Madurez, Sagrado Corazón, Villa Lugano.
- **Distrito Integración (Ex Mar del Plata):** Comprensión, Puerto, Independencia, Un Camino de Luz.
- **Distrito Noroeste y Grupos:** Billinghurst, Castex, El Sol, Hurlingham, Villa Tessei.
- **Distrito Norte y Grupos:** Acassuso, Alegría, Beccar, Florida, Luz de Esperanza, Martínez, Munro, Olivos, (HA) Olivos, San Fernando, San Isidro, (Alateen) San Isidro, (HA) San Isidro, Villa Ballester.
- **Distrito Rafaela.**
- **Distrito Río de la Plata y Grupos:** Al-Anon, La Plata, Bernal, Bienvenido, Buena Esperanza, Convivencia, Fe, Inmaculada Concepción, Jesús del Buen Pastor, Luz, Paso de la Esperanza, Pio XII, Primavera, San Marcos, (HA) Aprendiendo a Vivir.
- **Distrito Rosario y Grupos:** Alberdi, Casilda, Fuente de Luz, La Florida, Pompeya, Richieri, San Francisco Solano, San Pedro, Socorro, Viamonte.
- **Distrito Sudoeste y Grupos:** Camino de Esperanza, Claridad, 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, (Alateen), Semillita de

- Esperanza.
- **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, Wilde, (Alateen) Aprender a Vivir.
 - **Grupos del Distrito Tucumán:** Conciencia.
 - **Distrito Unidad y Grupos:** Amistad, Amor y Esperanza, Bancalari, Campana, Despertar a la Vida, Don Torcuato, El Sol, Encuentro, Escobar, Gral. Pacheco, La Cabaña, Matheu, Renacer, Savio, Volver a Vivir, Zárate.
 - **Grupos Interior Pcia. de Buenos Aires:** Pequeño Milagro (Mercedes), Centro y Nuevo Despertar (Bahía Blanca)
 - **Grupos de Formosa:** Esperanza y Alegría, Nuestro Refugio de Paz.
 - **Grupos de Jujuy:** Catedral, Nueva vida.
 - **Grupos de La Rioja:** Vivir.
 - **Grupos de Mendoza:** Centro, Unidad.
 - **Grupos de Neuquén:** Amor.
 - **Grupos de San Juan:** San Juan.
 - **Grupos de Interior de Córdoba:** Carlos Paz Centro (Villa Carlos Paz).
 - **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. Cte. Especial Bco. Nación N° 326946/2**, y el nuevo número de nuestra **Cta. Cte. 4117-5038-6 Bco. Galicia**. Les rogamos a 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. Les comunicamos que es importante que hagan **DEPÓSITOS** en nuestras cuentas, **NO TRANSFERENCIAS**.

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

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

ESTE BOLETIN SE PUEDE FOTOCOPIAR PARCIAL O INTEGRALMENTE.



Secretaría

Aniversarios

¡¡FELICIDADES!!

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

1º de mayo - 5 años
Grupo Al-Anon «Vivir»
La Rioja



Oficina Servicios Generales AL-ANON
para la República Argentina

Avda. de Mayo 1365 - 9º p. - Of. 86 y 88
1084 - Buenos Aires - Argentina

Tel. (011) 4382-9311

Fax (011) 4382-9229

e-mail: osg@alanon.org.ar

www.alanon.org.ar