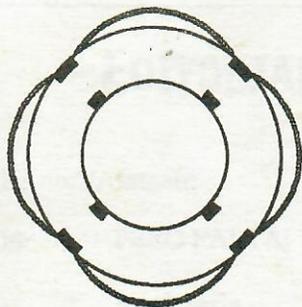


*Año de
Volver a las Bases*



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

Muchas veces nos preguntamos por qué no surgen los servidores, en qué fallamos, qué podemos hacer, cómo podemos incentivarlos.

No es al azar que se haya elegido este año como el de «Volver a las bases». Creemos que es importante y necesario fomentar **primero lo más importante**. Una buena estructura de un grupo sano lo sería.

¿Somos realmente conscientes de la responsabilidad que deberíamos tener todos los miembros? ¿Es el servicio la parte sólida de nuestra recuperación?

Los propósitos por los cuales nuestra Asociación fue formada son: **alentar, ayudar y SERVIR** a familiares y amigos de alcohólicos.

Con el servicio crecemos, demostramos la gratitud hacia el programa que nos salvó la vida y ayudamos a otros que nos necesiten. Pero... ¿cómo lo hacemos?

En Al-Anon/Alateen:

TENEMOS:	PERO FALTA:
Literatura	Analizarla y profundizarla
Información	Dedicarnos a ella
Opiniones	Compromiso y colaboración
Servicios	Servidores
Amor	Entregarlo

En un Boletín Amistad del año 2001 dice que para hacer Servicio sólo hacen falta tres cosas:

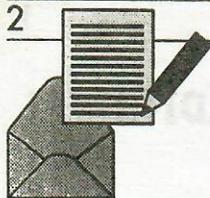
- Oportunidad
- Voluntad
- Tiempo

Para nuestro propio inventario de servicio, **¡brindamos sinceramente estas tres cosas!**

(Extractado de un trabajo presentado por el Distrito Sur en la XXI CSN)

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

Damos a conocer la actual composición de la Junta de Administradores (Custodios) y Coordinadores de los Comités.

Irene C.:	Miembro Administrador (Custodio). Coordinadora de la Junta de Administradores (Custodios).
Cristina S.:	Miembro Administrador (Custodio). Sub-Coordinadora de la Junta de Custodios. Coordinadora del Comité Ejecutivo.
Juan José R.:	Miembro Administrador (Custodio). Tesorero. Coordinador del Comité de Presupuesto,
Elsa B.:	Miembro Administrador (Custodio). Coordinadora del Comité de Guías.
Margarita R.:	Miembro Administrador (Custodio). Coordinadora del Comité de Nominaciones.
Norma S.:	Miembro Administrador (Custodio). Comité de Servicio a la Sociedad.
Mora D.:	Miembro Administrador (Custodio). Coordinadora del Subcomité de Manual, Temario y Admisión.
Mauricio R.:	Miembro Administrador (Custodio). Delegado Internacional.
Gladys M.:	Miembro Administrador (Custodio). Comité de Servicio a la Sociedad.
Juan Carlos C.:	Miembro Administrador (Custodio). Coordinador del Comité de Servicio a la Sociedad.
Julio F.:	Miembro Administrador (Custodio). Custodio Regional Región Centro.
Ana María V.:	Miembro Administrador (Custodio). Custodio Regional Región Norte.
María Elena J.R.:	Miembro Administrador (Custodio). Custodio Regional Región Sur.

COORDINADORES DE LOS COMITÉS

Comité Alateen	Gladys V.
Comité de Conferencia	Graciela C.
Comité de Guías	Elsa B.
Comité del Interior	Haydée M.
Comité de Nominaciones	Margarita R.
Comité de Publicaciones (Coord. Interina)	Cristina S.
Comité de SSR (Coord. Interina)	Elsa B.
Comité de Servicio a la Sociedad	Juan Carlos C.
Equipo de Servicio a los Grupos	Lía D.
Equipo Asesor Archivo Histórico	Laila Ch.
Delegados Internacionales	Haydée R. y Mauricio R.

SECRETARIO GENERAL

La OSG necesita cubrir el cargo de SECRETARIO/A GENERAL (vacante desde el 2003). A los miembros interesados y que reúnan los siguientes requisitos:

- Edad: hasta 65 años.
- Manejo fluido de PC.
- Experiencia con personal a cargo y liderazgo.
- Amplio conocimiento del Programa de Al-Anon (Pasos, Tradiciones y Conceptos).
- Idioma Inglés (aconsejable).
- Dedicación Full Time.
- Aptitud para las relaciones públicas.
- Conocimientos contables.

solicitamos envíen su Curriculum Vitae con sueldo pretendido, únicamente por sobre cerrado, dirigido a la OSG COMITE EJECUTIVO, hasta el 15 de julio de 2005.

Se ruega NO ENVIAR POR E-MAIL.

DIRECTORIO NACIONAL

El Comité Ejecutivo les informa con gran alegría que está a disposición de todos los miembros el Directorio Nacional a un costo de \$1. Junto con este Boletín; todos los grupos Alanon/Alateen y los Distritos reciben un ejemplar sin cargo.

NOS INTERESA TU PARTICIPACIÓN

¡Gracias por compartir tus experiencias!



Asistí a mi primera reunión muy confundido pero con esperanza. Seguí concurriendo porque el tema me toca muy de cerca.

El cambio que noto es que me cuido, que me quiero un poco más. Me concentro en mis defectos y actitudes para sentirme a gusto conmigo mismo.

Valor para Cambiar me ayuda con más frecuencia.

Ignacio

GRUPO CATEDRAL



AÑO DE VOLVER A LAS BASES



El enunciado de la Segunda Tradición dice: *Existe sólo una auto-ridad fundamental para regir los propósitos del grupo: un Dios bondadoso que se manifiesta en la conciencia de cada grupo. Nuestros dirigentes son tan sólo fieles servidores y no gobiernan* (pág. 143 del libro *Senderos de Recuperación*).

Esta Tradición nos lleva inmediatamente a pensar en reuniones de conciencia y trabajo. Aquí es donde se pone en práctica más que en ningún otro momento esta Tradición. Nuestra recuperación se activa cuando nos animamos a participar en estas reuniones que parecen ser tan aburridas y molestas. Ponemos en práctica humildad, tolerancia, respeto, confianza, unidad... pero, ¿sabemos qué son las reuniones de conciencia?

En dichas reuniones se pueden expresar disconformidades, molestias o malos momentos pasados como miembros y siempre con respecto al grupo, no hacia una persona en particular o un servicio en especial. También puede uno expresar satisfacciones y alegrías con respecto al logro del grupo y su crecimiento, la pág. 143 del libro de *Senderos de Recuperación* nos dice: «Podemos participar a través de un desacuerdo honesto con integridad y flexibilidad pese a que las cosas no sean como las queremos. Para

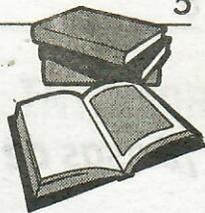
algunos de nosotros es la primera experiencia de una solución positiva de conflictos en nuestras vidas». Las reuniones de conciencia serían, entonces, una manera de parar y ver cómo estamos como grupo, sin decidir ni votar, sólo hablar.

En las reuniones de trabajo se acciona lo que la conciencia manifiesta y desea cambiar. Votamos, decidimos y los servidores exponen sus inquietudes. Surge la responsabilidad y el compromiso. La pág. 145 de *Senderos de Recuperación* expone: «Cuando todos hacemos lo que nos corresponde, nadie se gasta. Cuando compartimos las decisiones, todos participamos en las soluciones logradas. (...) ayudar a adoptar decisiones y elevar la voz cuando creemos que se están violando nuestras Tradiciones». El grupo no puede permanecer sano y unido sin pasar por los procesos de discusión, manteniendo una conciencia de grupo informada, consultando LAC y votando en forma responsable.

Preguntas para reflexión (pág. 150 de *Senderos de Recuperación*)

- ¿Contribuyo a la solidez de mi grupo? ¿Cómo?
- ¿Qué puedo hacer si un miembro empieza a dominar un grupo?
- ¿Soy honesto conmigo mismo y con otros?

COMITÉ DE PUBLICACIONES



La reunión plenaria del Comité de Publicaciones fue de mucha ayuda. Compartimos muchas ideas y experiencias que tienen que ver con la LAC y sus distintos servicios. Algunas de las conclusiones fueron:

- El año de Volver a las Bases nos lleva a dedicar más tiempo a LAC y menos a la hora de sugerencias.
- Los grupos pueden realizar reuniones cerradas donde sólo se haga lectura (sin hora de sugerencias) con temas específicos. Pueden ser una vez por mes.
- Muchos grupos no trabajan con los Pasos, así que puede dedicarse una porción del tiempo de reunión a leerlos, de a uno por vez y en forma continua.
- El Coordinador de programa debería trabajar en equipo con el Encargado de Literatura, para poder realizar una programación interesante a los miembros, organizada y más completa.
- Recordar que la lectura del Boletín junto con la difusión y venta de LAC son proyectos de este año de Volver a las Bases.

Seguimos deseosos de compartir estas ideas personalmente. Recibimos las invitaciones para visitarlos por medio del correo electrónico de la OSG.

A raíz de varias preguntas de miembros Alateen acerca de la literatura, recomendamos leer muy atentamente la Guía "Por qué debemos usar Literatura Aprobada por Conferencia". En esta Guía están las respuestas a sus preguntas y se encuentra a disposición de los miembros en la OSG en forma gratuita.

Hemos reimpresso los siguientes folletos: "¿Es Al-Anon para usted?", "¿Es Alateen para ti?" y "Alcoholismo contagio familiar".

Antes de despedirnos compartimos que el folleto «Algunas respuestas» que figura en el Agrupado para Hijos Adultos, fue reemplazado por el folleto «¿Es Alateen para ti?» y en el Agrupado para Cónyuges el folleto «Veinte preguntas» fue reemplazado por el folleto «Es Al-Anon para usted».

Tenemos muchas ganas de compartir el crecimiento y la fortaleza que nos brinda este servicio, junto a todo aquel que desee cambiar.

Los esperamos los 2° y 4° martes de cada mes.

¡Brisas de Otoño!



Mientras miraba caer las hojas amarillentas de los árboles, mostrando que habían cumplido su misión de mantener el follaje en todo su esplendor, recordé que era otoño, donde se produce el cambio de estación y lo relacioné con mi Cuarto Paso en Al-Anon, que me proporciona las herramientas para el cambio.

Fui reemplazando desesperanza por fe, adquirí confianza en mí misma, dejé de sentirme culpable haciendo un examen de conciencia, equilibrando mis emociones, reconociendo mis cualidades y también mis errores, viéndome en el espejo que me muestra el programa de Al-Anon, que me fue haciendo ver qué cosas debía cambiar y a prestar atención en otras y que actitudes de otros no me afecten.

El Cuarto Paso me dio la oportunidad de descubrir mi bienestar y mi fortaleza espiritual, siento el calor interior que me da el grupo y gozo con la fresca brisa del otoño, donde el cambio de estación también tiene su belleza, a pesar de las hojas caídas.

Matilde

NOS INTERESA TU PARTICIPACIÓN

¡Gracias por compartir tus experiencias!



Llegué por primera vez muy angustiada, mi vida se había vuelto ingobernable y mi mente estaba llena de malos pensamientos.

Seguí concurriendo por el cariño y comprensión que me dio el grupo, ya no me sentía más sola con mi dolor; Al-Anon me mostró el camino.

Mi cambio más notable es la serenidad, porque aprendí a soltar las riendas y entregárselas al Ser Superior.

Pude lograr este cambio viviendo un día a la vez, aplicando los Pasos, si se presenta un problema lo acerco a Él para que se haga Su voluntad y no la mía.

Leo mucho porque toda la literatura de Al-Anon me ayuda a crecer.

Elisa

GRUPO QUEQUÉN



COMITÉ DEL INTERIOR

A nuestros hermanos diseminados por todo el país:

Sabemos que muchos de ustedes realizan esfuerzos denodados para llevar el mensaje de Al-Anon. Nosotros, desde este Buenos Aires convulsionado, donde todo pasa a gran velocidad, quizás no podemos medir cómo se trabaja para llevar el mensaje donde las distancias son enormes, al igual que los tiempos.

Nos gustaría de todos ustedes una pequeña misiva donde podamos saber, si reciben información suficiente, aumentar nuestro nivel de comunicación. Necesitamos conocerlos, actualmente tenemos varios

medios que agilizan ese contacto.

Tenemos una lista de 154 grupos sin Distrito y apenas 54 registrados, no sabemos si aquellos están funcionando o no. Por lo tanto, pensamos que sería muy importante recibir una pequeña comunicación para saber si el mensaje de Al-Anon llega a esos lejanos lugares de nuestro país.

"El padrinazgo es una amistad constituida por dos miembros que están aprendiendo entre sí, dos personas aprendiendo una nueva manera de vivir - un día a la vez."

Pág. 226 *Valor para Cambiar*.

¡Hola querido Boletín, hola querida hemandad!



Cuanto hace que no me comunico con ustedes ... dos años, tres quizás, lo último creo que fue cuando saqué a colación el origen de mi viejo libro *Un día a la vez*.

Hoy quiero contarles que hace un año y meses tuve una «descompensación cardíaca», mi corazón me recordaba que estaba llegando a los 60, y que Al-Anon nos dice que para estar en armonía con el contexto, debo empezar por mí, no fue un momento muy grato; ¡pero qué revelación fue encontrar en el Programa toda la serenidad, la resignación a cuatro días de internación y mi obediencia a las sugerencias del médico!

Les cuento que cuando decidieron mi internación, lo único que pedí fue mi viejo libro *Un día a la vez*, y este querido amigo en su página 30, del día 30 de enero, me decía entre otras cosas, volver al 1er. Paso y «que aprenda a dejar las cosas en manos de Dios».

Créanme que en este último año he podido reconocer fehacientemente la presencia del *Dios bondadoso*, del que nos hablan en cada reunión, en el beso o el abrazo de amigos de Al-Anon o no, que se preocuparon y se preocupan por mi salud. Gracias Al-Anon/Alateen por existir, gracias hermanos servidores que todos los días ponen su granito de arena para seguir creciendo.

Aldo N.

PEQUEÑO MILAGRO, MERCEDES



COMITÉ DE CONFERENCIA

MOCIONES DE LA VIGÉSIMOPRIMERA CONFERENCIA

- 1) Los Distritos Centro Oeste, Sudoeste y Gral. Paz recomiendan a la XXI Conferencia dé su aval para la formación de un grupo de trabajo para confeccionar una Guía de Tesorería para los Distritos, grupos y otros eventos. Aprobada por mayoría, 21 afirmativos, 1 anulado.
- 2) La Mesa Plenaria del Comité Alateen recomienda a la Conferencia que la figura del padrino Alateen sea un servicio más en cada grupo Al-Anon (Artículo 2 de la Guía "La responsabilidad de Al-Anon hacia Alateen"). Aprobada por mayoría, 21 afirmativos, 7 negativos, 2 abstenciones.
- 3) La Junta de Custodios recomienda a la Conferencia la aprobación tradicional del Sr. Juan Carlos C. como miembro Custodio en su primer período. Aprobada por mayoría, 27 afirmativos, 3 negativos.
- 4) La Junta de Custodios recomienda a la Conferencia la aprobación tradicional de la Sra. Gladys M. como miembro Custodio en su primer período. Aprobada por mayoría, 24 afirmativos, 3 negativos, 1 abstención, 2 anulados.
- 5) La Junta de Custodios recomienda a la Conferencia la aprobación tradicional del Sr. Julio F. para miembro Custodio de la Región Centro, en su primer período, elegido en la
- Asamblea de Elecciones. Aprobada por mayoría, 23 afirmativos, 4 negativos, 2 abstenciones, 1 anulado.
- 6) El Comité de Presupuesto recomienda a la Conferencia la aprobación del Presupuesto para el año 2005. Aprobado por mayoría, 29 afirmativos, 1 negativo.
- 7) El Distrito en formación Unidos lo lograremos solicita a la Conferencia que sea aprobado como Distrito permanente, al cumplir la mayoría de los requisitos de las Guías del Manual. Aprobado por mayoría, 28 afirmativos, 2 negativos.
- 8) La Junta de Custodios recomienda a la Conferencia que el Comité de Archivo Histórico pase a ser un Equipo Asesor, a prueba por tres años. Aprobado por mayoría, 26 afirmativos, 3 negativos, 1 anulado.
- 9) El Comité de Conferencia recomienda a la Conferencia la aprobación del Manual de Servicio Nacional. Aprobada por unanimidad.
- 10) El Comité de Conferencia recomienda a la Conferencia la aprobación del voto vía e-mail, para elegir los temas enviados por los Distritos, que serán tratados en la Conferencia. Aprobado por mayoría, 29 afirmativos, 1 negativo.
- 11) El Comité de Conferencia reco-

mienda que la duración de la próxima Conferencia en abril 2006 sea de dos días. Aprobada por mayoría, 29 afirmativos, 1 negativo.

12) El Distrito Rosario recomienda a la Conferencia que los Distritos envíen a la Conferencia dos temas: uno referido a Al-Anon como un to-

do y otro a Alateen específicamente. Denegada, 7 afirmativos, 19 negativos, 2 abstenciones, 2 anulados.

13) El Comité Alateen recomienda a la Conferencia que apruebe las Guías para la formación del Comité Alateen de Distrito. Aprobada por unanimidad.

¿Por qué una reunión espiritual en nuestra conferencia?



Nuestra CSN es una reunión de Servicio. ¿Entonces, por qué una reunión espiritual, y por qué sobre el amor?

Es sabido que nosotros intentamos ir camino a la madurez, difícil de conseguir; también que la mayoría de nosotros lo hacemos con muchos temores, reacciones no equilibradas y hasta aspiraciones falsas, y que nos resulta muy difícil combatir todos esos sentimientos que nos perjudican en nuestro diario vivir. Esto puede empezar a cambiar con un poco de desarrollo espiritual.

Por ese motivo, nuestro Programa es fundamentado en el amor, Primero amor a uno mismo, amor a Dios, amor a los demás, o sea que teniendo Amor ofrecemos amor, y expresamos amor apropiado a cada relación de la vida.

He aquí por qué una reunión espiritual y por qué sobre el Amor en nuestra CSN. Es una actitud madura y con ella podremos llegar a una conciencia de decisión adecuada.

Karry Ch.

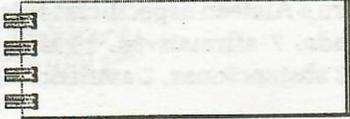


Reflexiones



EL MANTENER EL ANONIMATO PERSONAL A NIVEL PÚBLICO NOS GARANTIZA QUE NINGUNA PERSONA REPRESENTA A AL-ANON.

(Extraído de *Senderos de Recuperación*, pág. 225)



EQUIPO DE SERVICIO A LOS GRUPOS

El día 30 de abril se realizó la reunión del ESG con la presencia de nueve RD y otros servidores de Distrito, y tuvimos la oportunidad de trabajar sobre la estructura de grupo. Algunos Distritos nos acercaron su colaboración en forma escrita lo cual ayudó a tener una mayor participación.

En esta reunión, se puso el acento en cómo ayuda el Padrinazgo a todo nivel y la rotación de servidores a la estructura de grupo. A continuación detallamos algunas ideas:

- La importancia de crear conciencia de qué grupo queremos tener. Nosotros hacemos nuestro grupo; mediante la participación, la colaboración activa y el servicio construimos el buen funcionamiento de grupo.
- Una buena estructura de grupo ¿implica sólo tener todos los servidores? ...No siempre. Es

necesario que los servidores hagan su servicio con responsabilidad, que estén comprometidos, que haya rotación en los servicios y que los nuevos estén apadrinados.

- ¿Cómo se logra adecuar una estructura de grupo "ideal" a la realidad de nuestros grupos? Sabiendo primero "Que empiece por mí", incentivando a los demás a hacer servicio y dar el ejemplo de mi propio compromiso con el grupo.
- ¿Cómo nos comunicamos? ¿De qué forma llega la información a los grupos? ¿Somos claros y cálidos al hablar de la necesidad de tener una buena estructura de grupo? ¿Respetamos la opinión de los demás?

Hagamos entre todos el ESG.



Reflexiones



ESCUCHAMOS DECIR: "TENGO DERECHO A HACER LO QUE QUIERA", SIN RECORDAR QUE ESA ES SU DECISIÓN SIEMPRE Y CUANDO NO AFECTE A OTROS. UNA VEZ ESCUCHÉ ESTA IDEA EXPRESADA POR UN MIEMBRO AL-ANON DE LA MANERA SIGUIENTE: "EL DERECHO DE TU PUÑO TERMINA DONDE COMIENZA MI NARIZ".

COMITÉ ALATEEN



En la XXI Conferencia de Servicio Nacional, el Comité Alateen entregó a los Delegados una planilla sobre "Cómo formar un grupo Alateen". Sugerimos a los distritos que hagan fotocopias color y se las entreguen a los grupos Al-Anon y Alateen.

La Conferencia aprobó una moción para que la figura del Padrino de Alateen forme parte de la estructura de los grupos Al-Anon.

En la Mesa Plenaria se desarrolló un tema sobre la responsabilidad en la rotación de los servicios Alateen. Tomamos las preguntas del resumen de la Conferencia Mundial del año 2003 y las enviamos para que puedan debatirlas:

* Los Grupos de Familia Al-Anon ¿son un recurso para toda la familia?

* Los miembros Al-Anon ¿están dispuestos a abrazar los servicios y el programa Alateen?

* ¿Cuáles son los asuntos urgentes que debemos tratar hoy?

* Si tomáramos decisiones basándonos en las discusiones de hoy... ¿qué necesitan ustedes de su OSG para ayudarlos a llevar a cabo estas decisiones en sus Distritos?

Se aprobó la Guía para la formación del Comité Alateen en los Distritos, esperamos que sea de ayuda para

la organización de los mismos.

El 7 de mayo pasado se realizó la reunión de Padrinos en la OSG, se debatieron los siguientes temas: falta de compromiso en los servicios Alateen, avales, autorizaciones, transición, oradores Alateen. La próxima reunión se realizará el 6 de agosto de 2005.

Como lamentablemente no contamos con Publicadas, y ya que los miembros Alateen desean recibir las preguntas para analizar en sus reuniones, se las enviaremos en este, nuestro espacio del Boletín:

- ¿Espero que una sola persona satisfaga mi necesidad de afecto?

- ¿El amor a nosotros mismos llega antes de que seamos capaces de reconocer y aceptar el amor que los demás tienen para ofrecernos? ¿Por qué sí y por qué no?

- ¿Cuál es tu publicación favorita?

- ¿Tienen nuestros libros y folletos exhibidos en sus reuniones? ¿Por qué sí y por qué no?

"Hoy me concentraré en mi propia conducta. Si pudiera mejorarse, le pediré ayuda a un Poder Superior a mí "Si no cambiamos nuestro rumbo, probablemente lleguemos a donde nos dirigimos."
de Valor para Cambiar, pag. 17.



COMITÉ DE SEMINARIOS DE SERVICIOS REGIONALES

Una gran oportunidad para compartir experiencias

Cada año nos preparamos para celebrar un Seminario. Esta vez el privilegio es de la Región Norte y el Distrito Tucumán será el anfitrión. Seguramente ya estarán viviendo un clima de fiesta, trabajando en la organización con el servicio compartido entre los miembros, realizando reuniones de trabajo y encuentros, preparándose para vivir la alegría que nos da el servicio.

Un Seminario es una gran reunión de servicio, donde todos los miembros de Al-Anon pueden participar, compartiendo sus experiencias con los miembros de la OSG, Administradores Custodios, Custodios Regionales, Delegados, Representantes de Distritos, Representantes de grupos, donde la Región toda es convocada a exponer sus in-

quietudes y sus necesidades, analizando y desarrollando temas enviados por los distritos.

Los invitamos a prepararse para el 8 y 9 de octubre, donde nos reencontraremos y compartiremos la fortaleza y el valor de ser miembro de Al-Anon.

También en la misma fecha y aprovechando el Seminario, aunque no forma parte del mismo, se realizará la **Asamblea de Elecciones de la Región** donde se elige el candidato a Custodio Regional, que será avalado por la Conferencia del año 2006 y aprobado por la Junta de Custodios, donde los que son propuestos tienen la maravillosa oportunidad de seguir creciendo y fortaleciendo su recuperación en este servicio.

NOS INTERESA TU PARTICIPACIÓN

¡Gracias por compartir tus experiencias!



Llegué absolutamente triste. Sabía que existía Al-Anon, pero durante años fui incapaz de buscar ayuda. Enseguida me sentí comprendida por todos. Se hablaba un mismo idioma y todos entendían que el alcohólico que tanto mal nos hacía, no era malo.

Me ayudó a cambiar el Lema "Primero lo primero", no plantear discusiones en cualquier momento, sino guardar energías para los momentos justos. Lo logré con mucha asistencia a los grupos y leyendo a fondo la literatura.

El *Plan detallado para progresar* y *Valor para Cambiar* son mis aliados insustituibles.

Marta

GRUPO FLORECER

EQUIPO ASESOR DE ARCHIVO HISTÓRICO



El Comité de Archivo Histórico comunica a sus hermanos de Al-Anon/Alateen que en la XXI Conferencia de Servicio Nacional, se aprobó la moción por la cual el Comité de Archivo Histórico pasó a ser Equipo Asesor.

Sentimos la necesidad de decirles que seguiremos intentando cumplir con el objetivo del Archivo

Histórico: informar con claridad y honestidad, estrictamente de acuerdo con los datos enviados oportunamente por los grupos al iniciar sus actividades y como siempre, seguiremos necesitando voluntarios que nos ayuden a continuar con todas nuestras actividades.

Muchas gracias y esperamos que nos visiten.

NOS INTERESA TU PARTICIPACIÓN *¡Gracias por compartir tus experiencias!*



Me costó traspasar la puerta del grupo, pero me decidí. Buscaba una solución para la manera de beber de otra persona. Encontré sabiduría en su programa. Aprendí a separar el alcohol de la persona y otras actitudes en mi vida. Mi cambio más notable fue el de dejar al alcohólico en libertad de elegir cómo desea vivir, no sentirme culpable por su alcoholismo y ocuparme de mí. Con la Oración de la Serenidad, pidiendo al Poder Superior serenidad, valor y sabiduría. logré este cambio tan importante.

En general toda la literatura me ayuda, busco cada día lo que necesito en ese momento.

Amelia
GRUPO AMANECER



Reflexiones



NO PODEMOS SEGUIR HACIENDO SIEMPRE LO MISMO Y ESPERAR RESULTADOS DIFERENTES. LA RECUPERACIÓN ES UN VIAJE NO UN DESTINO.

(Extraído de *Senderos de Recuperación*, pág. 71)

¡¡Cuando un servicio llega a su fin!!



El tiempo pasa a una velocidad increíble, me parece ayer cuando comencé el servicio de Custodio, luego el de Tesorera y el de Delegada Internacional.

Nunca imaginé aquella tarde de verano de hace 14 años, cuando entré desesperada y vencida a aquel grupo, el camino que iba a recorrer en el servicio.

Mi vida fue siempre una suma de desafíos, los primeros en la inconsciencia de la locura e inestabilidad en la que vivía, pero estos últimos los realicé consciente de que sabía lo que tenía que hacer y la responsabilidad que los mismos me exigían.

Pero nada fue fácil, comienzo el servicio de Tesorera y el país se pone "patas para arriba". ¡Buen comienzo! Tendría que escribir un libro con mi compañera de andanzas de todas las cosas que nos pasaron, como haber visto pasar "piñas" y otras cosas por arriba de nuestras cabezas, encontramos rodeadas por marchas y contramarchas, hasta pienso que estamos en las fotos de algún turista cuando cruzábamos en tal caos la Plaza de Mayo. Lo patético es que ellos tomaban fotos alegremente y nosotros temblábamos por el temor de estar en semejante desbarajuste.

Luego, como delegada internacional, me comentaron: "es simple, participás de reuniones como en nuestra Conferencia, sólo que se debate en inglés". En la primera reunión toda la plana mayor de la OSM, quería saber que era la RIASA (Reunión Iberoamericana de Servicio Al-Anon) y para que nos reuniáramos. Junto con mi compañera y las otras delegadas nos mirábamos, ya que el debate era muy fuerte y... yo hubiera salido corriendo. ¡Como verán otro buen comienzo!. Hoy, mientras escribo estas pequeñas historias, esbozo una sonrisa. Todo esto que les cuento, es sólo para decirles que, a pesar de todo, el servicio me hizo vivir una vida diferente, dejé de vivir pendiente del otro y me propuse crecer yo, me ocupé del servicio, no sé si lo habré hecho bien, sólo sé que puse todo mi empeño, que amo el servicio y que sueño con volver a las bases llevando todo lo que viví y recibiendo todo lo que me puedan dar.

He cosechado muchos amigos aquí, en el interior y en el exterior, he aprendido muchas cosas, todas ellas están en mi corazón, junto con dos personas que fueron de gran importancia en mis servicios y que decidieron partir, pero sé que allí donde estén me siguen acompañando.

Quiero agradecer desde la persona que me guió en el servicio en el grupo, a aquellos que me dieron sus domingos para ir como delegada a la CSN, a los Custodios y a todos los miembros de la OSG que me ayudaron; de todos me llevo algo para hacer de la vida, mi vida, el placer de vivirla.

Quedaré a disposición de cualquier miembro, Grupo o Distrito que quiera saber algo sobre el servicio que tuve el placer de realizar.

Con amor en el servicio,

Haydée R.

"Si la única oración que uno dijera en toda su vida fuera 'gracias', sería suficiente."
(pág. 340 de Valor para Cambiar)

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 llegando a todos los lugares donde alguien lo necesite. Estos aportes corresponden a **marzo y abril 2005**.

- **Distrito Alte. Brown y Grupos:** Luz y Esperanza, Nace un nuevo día, Sendero de Luz.
- **Distrito Capital y Grupos:** Aceptación y Esperanza, Belgrano, Compartir, La Luz de Patricios, Libertad, Mediodía, Mensaje, Redentor, Santa Cruz, Serenidad, Unidad, Villa Crespo, Vivencias, Vivir Hoy, Calidez, Conocernos, (Alateen) Ayuda, (Alateen) Buenas Compañías.
- **Distrito Centro Oeste y Grupos:** Barrio Argentino, Despertar, Esperanza, Hacia Adelante, Ituzaingó, Luján, Matera, Merlo, Paso del Rey, San Miguel, Villa León, Volver a Empezar, (HA) Merlo.
- **Distrito Ciudad de Córdoba.**
- **Distrito Centro Este Entre Ríos y Grupos:** 20 de Enero, Colón, Despertar Espiritual, Nueva vida, Paraná, San Agustín, Ubacay, Villa Elisa, (Alateen) Amanecer con Esperanza.
- **Distrito de la Costa.**
- **Distrito Gral. Paz y Grupos:** Escalada, Esperanza, Flores, Génesis, Liniers, Madurez, Sagrado Corazón (Alateen) Liniers.
- **Distrito Integración (Ex Mar del Plata) y Grupos:** Puerto, Indendencia, Un camino de luz, Nueva Esperanza.
- **Distrito Noroeste y Grupos:** Billinghurst, Castex, El Sol, Hurlingham, Nuevo Horizonte, Villa Tessei, Martín Coronado.
- **Distrito Norte y Grupos:** Alegría, Beccar, Florecer, Florida, Luz de Esperanza, Martínez, Munro, Olivos, San Fernando, San Isidro, Villa Ballester, (HA) Olivos.
- **Distrito Nuevo Camino y Grupos:** Cañuelas, Milagros del Siglo XX, Monte Grande, Peldaño, Rayo de Luz, Tristán Suárez, (Alateen) Comprensión y Serenidad.
- **Distrito Rafaela y Grupos:** Esperanza, Paz y Amor, Sendero de Luz, Serenidad, Volver a Empezar.
- **Distrito Reconquista.**
- **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, Primavera, San Marcos.
- **Distrito Rosario y Grupos:** Alberdi, Casilda, Fuente de Amor, Fuente de Luz, La Florida, Nueva Esperanza, Pompeya, Richieri, San Francisco Solano, San Pedro, Socorro, Viamonte.

- **Distrito Sudoeste y Grupos:** Camino de Esperanza, Claridad, Despertar en Al-Anon, Luz y Esperanza, Milagros en Al-Anon, Ramos Mejía, San Justo, Sendero de Esperanza, Un Día a la Vez.
- **Distrito Sur y Grupos:** Alte. Brown, Amor y Comprensión, Avellaneda, Centenario, Crecer Madurando, Diamante, Entre Todos, Fe y Esperanza, Itatí, Luján, Que Empiece por mí, Semilla de Esperanza, Valor para Cambiar, (Alateen) Aprender a Vivir.
- **Distrito Tucumán y Grupos:** Esperanza.
- **Distrito Unidos lo Lograremos y Grupos:** Esperanza, Nueva Senda, Volver a Empezar, (Alateen) Amanecer.
- **Distrito Unidad y Grupos:** Amistad, Amor y Esperanza, Bancalari, Despertar a la Vida, Don Torcuato, Encuentro, Escobar, Gral. Pacheco, La Cabaña, Renacer, Volver a Vivir, Vivencias.
- **Distrito Villa María.**
- **Grupos Interior Pcia. de Buenos Aires:** Pequeño Milagro (Mercedes), Pío XII (Necochea).
- **Grupos de Catamarca:** Luz de Esperanza (Santa María).
- **Grupos de Córdoba:** Río Cuarto (Río Cuarto).
- **Grupos de Corrientes:** Reencuentro (Goya).
- **Grupos de Jujuy:** Valor y Esperanza (Humahuaca).
- **Grupos de La Rioja:** Vivir (La Rioja).
- **Grupos de Mendoza:** Centro, Unidad.
- **Grupos de San Juan:** San Juan.
- **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.

29 de abril - 30 años
Grupo Al-Anon «Buena Esperanza»
Distrito Río de la Plata

6 de mayo - 1 año
Grupo Al-Anon «Buen Día»
Distrito de la Costa

19 de junio - 10 años
Grupo Al-Anon «Conciencia»
La Banda, Santiago del Estero



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