

Compendio

Noviembre de 1998

AÑO DE LA COMUNICACION Y LA UNIDAD



Declaración de Al-Anon

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

EDITORIAL

Conciencia, aceptación, acción

Las famosas tres fases de Al-Anon, tan conectadas con lemas tales como: *Piensa, Hazlo con calma, Suelta las riendas, Primero lo primero, Vive y deja vivir*, son un compendio de la sabiduría del programa.

También podríamos pensar que son la síntesis de lo que pedimos en la Oración de la Serenidad, en otro orden: primero sabiduría, mediante la toma de conciencia de una situación donde hay cosas que se pueden cambiar y otras que no; serenidad, mediante la aceptación de esa realidad de la que hemos tomado conciencia, y acción, mediante el valor para cambiar lo que podemos cambiar.

Cuando estas tres fases se aplican al bienestar del grupo, podemos encontrar en ellas una valiosa herramienta para el crecimiento de la Hermandad.

Tomamos conciencia de nuestra realidad como grupo cuando evaluamos su funcionamiento con sinceridad, buscando la sabiduría en el Poder Superior que es la conciencia de

cada grupo; la segunda fase, la aceptación, demanda nuestra serenidad para ver aquello que no está funcionando bien, con el amor, el respeto y la cortesía que todos nos merecemos; aceptamos que somos personas en recuperación, que involuntariamente podemos trasladar nuestros problemas a situaciones grupales y que por ello nuestro grupo necesita de la constante corrección que proporciona la aplicación de las Tradiciones. Nuestra acción grupal se apoya en el valor para cambiar aquellas cosas del grupo que, vistas desde la aplicación de las Tradiciones, necesitan ser modificadas.

Si bien la salud del grupo está ciertamente en Manos más Capaces y Poderosas que las nuestras, de nosotros depende, porque somos parte, que continúe siendo el lugar donde nuestro espíritu se renueva y fortalece en un asombroso programa de recuperación. También como grupo podemos decir: *Que empiece por mí.*

**Ayuda
memoria**

**Jornadas de Casa Abierta
en su O.S.G.:
Todos los últimos viernes del mes.**

RINCÓN DE NUESTRA OSG

Queremos recordarles que permanentemente tratamos de mantener actualizados nuestros registros acerca de los distintos grupos, su ubicación y días de funcionamiento.

A tal efecto, les informamos que, en caso de no tener ninguna comunicación durante el lapso de 2 (dos) años acerca del funcionamien-

to o cambios registrados en alguno de los grupos, no se mencionará el mismo en el Directorio, a fin de evitar dar información equivocada o dudosa a las personas que se acercan a solicitarla.

El mantenernos en contacto redundará en beneficio de todos, y nos permitirá seguir brindando nuestro mensaje de esperanza.

COMPARTIENDO CON USTEDES DE UN EXTREMO AL OTRO DEL MUNDO



Cuando estoy desvelada por la madrugada, me consuela pensar que son las nueve en Australia y que los miembros de Al-Anon de allí estarán diciendo la Oración de la Serenidad.

La sensación de compartir me eleva por encima de mi pequeño mundo y me sitúa en uno de mayor conciencia. Me ayuda a tener un mejor sentido de perspectiva. Mi esposo sirvió en las Fuerzas Aéreas en la oficina meteorológica y recuerdo que su lema era: "SUSTINEO ALAS", yo sostengo las alas. Esto me recuerda la forma en que nosotros actuamos en nuestra Hermandad, nos confortamos unos a otros. Nos ayudamos unos a otros para aprender a reanimarnos. Una vez que empezamos a afrontar los problemas del alcoholismo en la familia, nos vamos liberando, poco a poco, para vivir una vida más auténticamente nuestra, para descubrir nuestra capacidad y para tomar decisiones. Hallamos fortaleza en la relación con nuestro Poder Superior para ir por sendas más vivificantes y de mayores recompensas de las que jamás soñamos. No es una jornada desalentadora sino una travesía circundada por el "amor en una forma especial". No es que el mundo se vuelva color de rosa.

Cometemos errores y sufrimos reveses pero tenemos valor para seguir adelante. Con nuestras reuniones, Pasos, Tradiciones y Conceptos tenemos un manantial de ideas que nos incitan a pensar y que mantienen nuestro pensamiento ocupado y nuestra esperanza infinita.

Fran H.

Extraído de Al-Anon Alateen en Acción - junio/julio 84

JORNADA DE TRABAJO AL-ANON Y ALATEEN DEL DISTRITO NORTE

El 26 de setiembre de 1998 se llevó a cabo la Jornada Al-Anon/Alateen en el Distrito Norte.

Como miembro de Al-Anon, hija adulta, quiero agradecer profundamente a todos los compañeros que pusieron su semilla para que hoy el Distrito se vistiera de fiesta, ya que esta labor se llevó a cabo gracias al esfuerzo, al compromiso, a la responsabilidad y a las ganas de participar.

Luego de realizado el trabajo de las 9 Mesas de trabajo, se leyeron las conclusiones. Las palabras de cierre fueron tan emotivas que no pude esconder mis lágrimas,

mas, lágrimas de alegría y gratitud porque el esfuerzo valió la pena.

Sentí el compañerismo, la unidad, el deber cumplido con absoluta organización y responsabilidad.

Sentí en los cálidos aplausos y besos de despedida la presencia de Dios.

"El cuerpo es uno y tiene muchos miembros. Sin embargo, todos los miembros de ese único cuerpo, siendo muchos, son un solo cuerpo" (de *Valor para Cambiar*).

Silvia L. - Grupo Munro

Amigo, eres miembro Al-Anon si...



- ...aceptas serenamente las cosas que no puedes cambiar.
- ...eres abierto y receptivo con el grupo.
- ...te conduces en todo momento con el ejemplo.
- ...vives el hoy feliz y dejas el ayer sin rencores.
- ...sirves con amor a la hermandad y al hermano abatido.
- ...das sin retaceo lo que has logrado con el programa Al-Anon.

Anónimo, Grupo "Quequén"

Recordatorio

El 25 de noviembre a las 17 horas se reunirá el Comité de Conferencia con los RD de Distritos, en nuestra Oficina.



COMITE DE CONFERENCIA

Muchos se preguntan en los grupos... ¿Qué es la Conferencia de Servicio Nacional?

Según lo establecido en nuestro Manual de Servicio Nacional, la Conferencia hace disponible y efectiva para todo miembro Al-Anon/Alateen la conciencia de grupo.

Es un medio práctico a través del cual la "Conciencia de Grupo" puede expresarse; es la voz de Al-Anon a nivel nacional... Conduce a la unidad y permite que nuestra Hermandad actúe como un todo en asuntos importantes.

En el grupo, el Representante de Grupo, es el enlace directo con la Conferencia, a través del Delegado de su Distrito. Las decisiones que allí se toman sirven como guías para la actividad de nuestra OSG y para todos los Grupos Al-Anon/Alateen del país.

Se efectuó nuestra Decimocuarta Conferencia de Servicio Nacional. Se reunieron los Delegados para el informe con las decisiones que allí tra-

taron y votaron, compartiendo la tarea con el Delegado Suplente y el Representante de Distrito, para informar en sus Distritos a todos los RG del mismo, para que éstos a su vez trasmitan en sus grupos todo lo tratado, abriendo el camino para cuando los grupos reciban la visita del Delegado.

Sabemos que cuando el grupo tiene un RG activo, la voz del grupo llegará a la Conferencia y, a su vez, la voz de ésta llegará al grupo. Tener siempre presente que el servicio del Delegado es de todo el año, no se limita a sólo los tres días que dura la Conferencia.

Un tema que se viene evaluando en las últimas Conferencias es SERVICIOS, hay pocos testimonios del PADRI-NAZGO en los servicios, es un tema que lo debemos tratar más en los Grupos y Distritos.

Si conseguimos transmitir lo que hemos recibido, nuestra Conferencia de Servicio Nacional será un éxito.

Reflexiones

LA AUTODISCIPLINA ES EL PRECIO DE LA LIBERTAD.

Extraído de *The Forum*, octubre de 1979



DETRAS DEL TELON

¿Madrugar es un placer? o ¿al que madruga Dios lo ayuda? o ¿tal vez las dos cosas? No lo sé, pero el último día de nuestra XIV Conferencia de Servicio Nacional me levanté temprano, quería estar con compañeros sin que hubiera demasiadas voces alrededor. Llegué al comedor y me encontré con tres de ellos, uno de cuales era nuestro Secretario General, Alberto S.

Hace tiempo me ronda una idea ¿loca?, tal vez, puede ser, a veces las tengo, en fin, la idea es que en algún horario, quizá fuera de la Conferencia, los pioneros nos cuenten los inicios de Al-Anon en el país.

El hecho fue que empecé preguntándole a Alberto una y otra cosa, mientras se iban agregando más miembros a la ronda del mate. Llegaban charlando pero, al escuchar de qué se trataba se unían a nosotros en silencio.

La voz emocionada de Alberto S. nos transportaba en el tiempo hacia los comienzos de Al-Anon en el país. Nos mantuvo en vilo por largos minutos, personalmente sentí que en aquel tiempo se esta-

ba gestando nuestra recuperación.

En silencio, mentalmente, agradecí a Dios por estar allí, por permitirme servir al lado de estos seres con vocación de servicio.

Los allí presentes creemos que esa parte de nuestra identidad no debe perderse. Era tarde para presentar una moción al respecto, pero muchos de los que pensaban como nosotros sugirieron que en las próximas Conferencias, en algún momento, esos pioneros nos cuenten sobre los comienzos de Al-Anon en Argentina, relatos que luego serán transmitidos a Distritos y Grupos.

Se propusieron ideas para que esta historia quedara grabada, pero como el tiempo es tirano tuvimos que seguir con la misión que nos había reunido allí, la Conferencia, así que quedé con hambre de un poco más de historia, pero como dice uno de nuestros pioneros: "El de Arriba nos va a ayudar" y en algún momento, de alguna manera, tendremos con nosotros ¡nuestras raíces!

Gladys V.

De la mano de mi Ser Superior



Así llegué a Al-Anon. Ese día había dejado un escrito para que mi abogado presentara a la jueza de menores, a fin de entregar la custodia de mi familiar. Tal como dice el Primer Paso, yo no podía afrontar sola el alcoholismo; mi vida se había vuelto ingobernable.

Qué importante fue para mí encontrar en la primera reunión tanto amor y fortaleza en cada uno de mis compañeros. Me tranquilicé al saber que nos reunía el mismo motivo, que no estaba sola, que se respetaba el anonimato y que el programa era netamente espiritual.

En ese mismo momento me fue posible entender las sugerencias, claras y precisas: no pelear, no juzgar; que el alcoholismo es una enfermedad, y que quien la padece necesita nuestra comprensión y cariño. Me invitaron a una reunión abierta de Alcohólicos Anónimos, y allí comprendí cabalmente la necesidad que tenía de asistir (internarme) en los grupos pues, por

desconocimiento, había hecho mucho daño a quien tanto amo: mi hija.

Me llevó un año practicar el desprendimiento espiritual. Lentamente y con el auxilio de mi Madrina comencé a analizar el Cuarto Paso. Los cambios que fui logrando me ayudaron muchísimo a conocerme tal cual era; a ser feliz y vivir dignamente.

El despertar espiritual comenzó casi de la mano con el servicio; cuánto me ayuda a crecer y a ser generosa. Cuando doy el mensaje de Al-Anon siempre pienso que puede haber una madre desesperada necesitando de nuestra hermandad, como lo estuve yo hace cuatro años.

Nuestro cambio de actitud es de inmenso valor para nuestro familiar alcohólico; el mío hace un año y medio que mantiene su sobriedad. Por mi parte, sigo trabajando en mí misma, para no dejar de brindar amor y comprensión a toda mi familia.

Susana
Grupo "San Isidro"

**Los Comités Permanentes
de Cooperación con los Profesionales,
Información Pública e Instituciones invitan a las
Coordinadoras de los Comités de Información
Pública e Instituciones de los Distritos a una
reunión especial en conjunto, a realizarse
el miércoles 2 de diciembre a las 15 hs. en
la Oficina de Servicios Generales.**

¿POR QUÉ SIGO ASISTIENDO AL GRUPO?



Soy hija adulta y a pesar de que papá logró su sobriedad en A.A. desde hace 16 años, yo sigo asistiendo al grupo.

Creía que la vida no tenía sentido, mis compañeras eran la depresión y la soledad; los miedos me acorralaban y paralizaban. No podía crecer, no tenía valor para afrontar cada día; sólo quería convertirme en una lombriz para poder ocultarme y no ver nada.

Pero seguí concurriendo, día tras día, y volví a reencontrarme con mi Poder Superior comprendiendo que nunca me había abandonado. Lentamente aprendí a incorporar el programa de Al-Anon a mi vida; recorrí grupos, cosa que hizo que mi lista de amigos creciera; también

hago servicio, porque es una manera de agradecer a la hermandad la mano que allí encontré.

Ya no tengo miedo a nada ni a nadie, y gracias a mis compañeros pude aprender a volar; mi Madrina se alegra y aplaude cada logro mío. Con toda humildad les digo que aprendí a conocerme, a trabajar en mi interior, a conectarme con mis sentimientos. No es fácil, pero pude, y así recuperaré mi identidad y me siento muy feliz. Feliz de ser la persona que soy.

¡Vuelo! Si pude desplegar mis alas como un pájaro y volar en libertad, ya nadie me detiene. Entré a los grupos buscando un salvavidas... ¡y lo encontré!!

Silvia L.
Grupo "Munro"

UNA SOLA AUTORIDAD: UN DIOS QUE SE MANIFIESTA EN LA CONCIENCIA DE GRUPO

A veces me detengo a mirar, desde afuera, al grupo al que concurro. Es pequeño pero valeroso; hace lo que puede y ha logrado bastante en pocos años; hasta hemos comprado una pizarra para plasmar y recordar lemas y temas. Tenemos nuestros servidores; un RG que nos trae y lleva información del Distrito y hemos organizado reuniones abiertas. Hace poco una compañera fue avalada como oradora. Colaboramos con la Oficina y con el Distrito.

He podido observar la transformación de algunos miembros nuevos; he visto cómo sus rostros de enojo y desesperación han cambiado; cuidan su aspecto, sonríen, son cálidos y amables con otros recién llegados. Puedo imaginarlos llegando a su hogar, rogando porque nunca dejen de tener el maravilloso don de la serenidad.

En el grupo hay personas de diferentes características: mujeres que trabajan y encaran solas el alcoholismo de un hijo; esposas confundidas y hasta angustiadas; hijas resentidas; hombres que no pueden aceptar la enfermedad de su esposa; padres que niegan la crisis de la familia... Pero el problema es el mismo: la necesidad

urgente de algo a lo que aferrarse para sobrevivir, para volver a creer. Y ahí estamos todos, esperando tanto del amor, la serenidad y la espiritualidad de Al-Anon.

La Tradición nos dice que en esa especie de grupo humano deteriorado se encarna el Poder Superior, única autoridad en Al-Anon. Y que sólo allí hay experiencia, fortaleza y esperanza para todos. ¡Qué fuente inagotable de humildad posee Dios! Cómo es posible que permanezca entre nosotros aún cuando muchas veces nos agredimos, nos mostramos impacientes, desconfiados; cuando deseamos ser el centro de atención permanente o también dueños de la verdad...

Y una voz suave dentro de mí dice: "Aunque cada uno de nosotros pase, El no se irá. Pero nos necesita juntos para que lo veamos". Por eso, al mirar al grupo me invade un profundo amor, un gran respeto por lo que cada uno procura, y siento una enorme necesidad de hacer mi parte para que haya armonía, cortesía, comprensión, para que todos nos sintamos parte del hábitat del Poder Superior.

Anónimo

PARA REFLEXIONAR

El único requisito para ser miembro de Al-Anon es tener un familiar o amigo alcohólico; asistimos a los grupos para recuperarnos de los efectos del alcohol. En Al-Anon no hay reglas, pero debemos esforzarnos por seguir las Tradiciones para que la hermandad crezca.

Cuando asisto a una reunión y oigo pedidos reiterados de sugerencias, o largos relatos sobre cosas que nada tienen que ver con el problema del alcoholismo o con nuestros defectos de carácter, me siento entristecida y confundida. Es como si mi espacio, ese lugar que me han ofrecido y que tanto necesito, me fuese arrebatado. Me vuelvo a sentir otra vez no tenida en cuenta y dejada de lado, ya no por el alcohólico, sino ahora por algún miembro que no duda en utilizar ese espacio para tener público y para poder seguir regodeándose en la autocompasión por cosas que pasaron hace muchos años.

A veces me pregunto si estos compañeros que no dudan en

pedir y reclamar su espacio y que por lo general van a varios grupos ocasionando el mismo perjuicio, no se dan cuenta de que pierden su tiempo y se lo hacen perder a otros. Que Al-Anon es un lugar para compartir FORTALEZA, FE y ESPERANZA y no un lugar para repetir una y otra vez los mismos recuerdos dolorosos del pasado.

Me gustaría sugerirles, desde este lugar, que tengan en cuenta que, si bien hacen daño a otros compañeros y grupos (porque la gente se cansa y deja de participar), se hacen más daño a sí mismos al estar atados al pasado y a los recuerdos tristes. Más aun, se autoengañan con frases que pretenden explicar que ya salieron de esa situación. Si hubiesen salido, no las repetirían una y otra vez; es como si estuvieran anclados a recuerdos dolorosos que necesitan contar diez veces por semana.

Vivir atados al pasado es llevar una pesada piedra al cuello.

• *Anónimo*

Recordatorio:

El Comité de Conferencia recuerda que el 18 de diciembre a las 16 horas, tendrá lugar la reunión con los Delegados y Representantes de Distritos en formación, en estas Oficinas.

COMITE DE PUBLICACIONES

¿Sabías que...?



Hoy queremos compartir con ustedes cuáles son las tareas que realiza este Comité y las personas que lo integran.

Formamos un grupo muy entusiasta, en donde todos contribuimos opinando y aportando ideas. El trabajo en equipo nos fortalece, pues si bien lo que yo hago puede fracasar, lo que hacemos nosotros no fracasa. Hay algunas tareas específicas —especialmente en lo referido al Boletín— tales como escritora, correctora o diagramadora, pero siempre se conversa, se cambian ideas, se aportan sugerencias para que cada número, cada publicación, resulten más atractivos, más interesantes, más participativos y lleguen a más miembros deseosos de encontrar en nuestra literatura la palabra apropiada, el

refugio para su problema.

Todo el material que recibimos es leído, contestado y, cuando es posible o adecuado, se publica en el Boletín. Si por algún motivo no es factible hacerlo, el/la colaborador/a reciben una explicación al respecto.

La Secretaria transcribe nuestras reuniones y la Coordinadora, con paciencia y cortesía, las encauza para que ningún tema quede pendiente de resolución.

En nuestro Comité hay empuje, ganas de hacer cosas, alegría, solidaridad y empeño. Una vez más, la “llovizna” de Al-Anon nos va empapando de sentimientos positivos. Una vez más, nuestro Poder Superior nos ayuda a seguir creciendo.

Pensamiento

CUANDO SIENTAS QUE LA PRIMAVERA SALTA A TU ALREDEDOR EN LA ALEGRÍA DE LOS JÓVENES Y EN LA EXPLOSIÓN DE LA NATURALEZA, NO TE QUEDES CON LOS BRAZOS CRUZADOS.

SEGURO QUE HAY ALGUNA COSA EN TU VIDA QUE NECESITA DE UNA “PRIMAVERA” Y TIENE QUE RENACER CON LA FUERZA DEL AMOR.

EL PROGRAMA DE AL-ANON TE LA HARÁ RECONOCER.

Hugo G.

DISTRITO GENERAL PAZ

El Distrito Gral. Paz comunica que el 21 de noviembre de 1998, a las 9 hs se dará comienzo a la Jornada de Servicios Al-Anon/Alateen en la Parroquia de San Carlos, sita en Quintino Bocayuva 144.

¡¡Los esperamos!!



Sexto Aniversario

No recuerdo muy bien el día, pero hace seis años que soy parte integrante de un grupo, y quiero celebrarlo con ustedes, mis amigos, mis pares, mis espejos, porque cada testimonio me ayudó a sentirme más cerca de cada uno; habíamos pasado por lo mismo y me mostraron un pedacito de mí desconocido.

Cada sugerencia que me fue entregada con generosidad, sabiduría y coraje, y que yo traté de llevar conmigo en ambos bolsillos, siempre tocaron algún aspecto de mis emociones y me fueron útiles en mis actitudes para con el enfermo. Porque entonces, en aquel confuso entonces, cuando llegué tan llena de angustia, solamente permanecía sentada escuchando.

Todo lo que decían tenía que ver conmigo, y no sé bien por qué, encontré lentamente, así como una fina llovizna, contención y paz: había llegado a puerto.

Hoy quiero celebrar con ustedes por cuánto me ayudaron a crecer, por cuánta alegría me volvieron; agradecerles a todos y cada uno por las angustias, el humor, las euforias y la felicidad compartidas. Aquí aprendí que me había equivocado, también a reconocer a ese Poder Superior al que ya casi había abandonado.

Poreso hoy celebro estar aquí; celebro saber que mientras exista Al-Anon ya nunca estaré sola. Y que en éste, mi lugar, tendré un espacio para siempre.

Raquel- Grupo Estomba, Capital

Reflexiones

NO ES NECESARIO ABANDONAR EL HOGAR PARA VOLVERSE INDEPENDIENTE.

Extraído de *The Forum* - setiembre de 1992

SECRETARIA

ANIVERSARIO

10/10/98 - 5 años

Grupo Rayito de Luz (Catamarca)



Setiembre - 30 años

Grupo Independencia (Distrito Mar del Plata)



7/10/98 - 25 años

Grupo Alberti (Distrito Mar del Plata)



Para ellos...

¡¡FELICIDADES!!

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



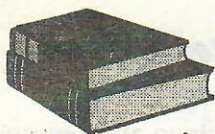
Más que uno mismo



El programa me estimula a examinar mis motivaciones, actitudes y comportamiento. Algunas veces me pregunto: ¿qué significa para mí pertenecer a Al-Anon?, ¿soy simplemente un miembro que concurre al grupo?

Mi conciencia me dice que yo soy más que mi caso personal; también me dice que Al-Anon es más que el grupo al que concurre. Siento que soy parte responsable de todo ello. Si me intereso porque el grupo funcione de la mejor manera posible, si me intereso por el refrigerio, por los gastos, por la coordinación, por el Boletín, por la gente que asiste, por los servicios en general, entonces sabré que participo y pertenezco a esta hermandad.

Un miembro Al-Anon
Prov. de Jujuy



Comité del Archivo Histórico

¿Cuáles son las siglas de Al-Anon más usadas, hasta ahora, en nuestro país?

- RG - Representante de Grupo
- RD - Representante de Distrito
- PVI - Persona Voluntaria de Instituciones
- OSG - Oficina de Servicios Generales
- OSM - Oficina de Servicios Mundiales
- LAC - Literatura aprobada por la Conferencia
- CSM - Conferencia de Servicio Mundial

Extraído de *Boletín Amistad* N° 55 pág. 8, de marzo de 1983

El Comité de Archivo Histórico te espera "con tu hoy" y juntos, con el Poder Superior, lograremos la aceptación que nos llevará a la comprensión, iluminados por la luz de la esperanza.

RECUERDA: "El ayer pertenece a la historia, el mañana pertenece a Dios, sólo el día de hoy es lo que nos pertenece".

Grace S. de Oklahoma del Forum dic. 97/enero 98

Extraído de *Dentro de Al-Anon*, vol. 15, N° 1, febrero-marzo 1992



Reconocimiento a Al-Anon

Triste y abatida, sin fe ni esperanzas, andaba por la vida sumida en el dolor. Gruesos lagrimones surcaban mi rostro, mi vida parecía un barco sin timón.

Y así, a la deriva, casi al borde del abismo, casi, casi perdida, busqué y encontré a Al-Anon.

Supliqué su ayuda, me tendió su mano, me aferré a sus dedos y asida de ellos fui saliendo a flote.

Y el barco de mi vida recuperó su timón: AL-ANON, fuente de sabiduría, fuerza, fe y esperanza.

¡Gracias Señor por haber puesto a Al-Anon en mi camino!

Cecilia

Grupo "21 de Abril"
Villaguay, Entre Ríos



Los ángeles en grupo

Desde que empecé la escuela a los cinco años en un colegio religioso, me contaban que existían seres luminosos que nos cuidaban mientras dormíamos; según decían, eran seres tiernos y regordetes con alas, entre nubecitas blancas y cielo azul.

Fui creciendo y me olvidé de ellos pero gracias a esa orientación espiritual fue germinando en mí la semilla de la fe.

Al tener ya una familia, tomé el camino equivocado de creer en mis propias fuerzas, hasta que éstas empezaron a agotarse a medida que crecían los problemas de alcoholismo. Sumamente perturbada por todo ello fui enfermado cada vez más, incluso físicamente, y debí sobrellevar numerosas intervenciones quirúrgicas. En una de ellas creí morir; miré hacia arriba con la vista nublada y de pronto sentí una fuerte brisa; pensé que ese era el otro mundo con los ángeles batiendo sus alas, pero recobré el conocimiento y me di cuenta que estaba en este.

Mientras tanto mi familia se dirigía sin rumbo a ninguna parte.

Tiempo después, alcé nuevamente los ojos pidiendo luz para tanta tiniebla, y una fuerza especial se apoderó de mí trayéndome a Al-Anon; mi intuición decía que ese era el camino correcto y el único posible.

A pocos meses de pertenecer a esta hermandad, agradezco a mi Ser Superior haberme sacado de las sombras y también esa sorpresa que me tenía preparada. Aquí se siente esa fuerte brisa del amor; esos seres regordetes y tiernos han tomado forma humana y en lugar de alas tienen las manos extendidas. De ahora en adelante esta en mí darles mi mano y abrirles mi corazón para que me acompañen siempre.

Alicia

Grupo Pío XII, Necochea

Reflexiones

**BENDITA ES LA PERSONA QUE PUEDE REÍRSE DE SÍ MISMA.
SIEMPRE ESTARÁ ENTRETENIDA.**

Extraído de *The Forum* - julio de 1980

COMITÉ ALATEEN

En nuestra Mesa Plenaria, realizada el 10/10/98, durante la mañana, se trataron 4 temas muy necesarios para nuestro servicio. Se leyó un cuestionario que próximamente será enviado a los grupos y distritos. Se presentó y entregó el primer número de nuestra gacetilla "Publicadas Alateen", durante el almuerzo del sábado. La misma fue hecha al mejor estilo "canillita", lo cual arrancó aplausos y felicitaciones por parte de los presentes.

Contamos en nuestra mesa con la valiosa colaboración del Delegado del Distrito Río de la Plata, asignado a nuestro Comité ya que es miembro Alateen.

Se acercaron a nuestra mesa Representantes de Grupos del Interior, algunos Delegados y los Representantes de los 2 Distritos en formación: Tucumán y Reconquista.

En todo momento tratamos de responder a sus inquietudes. Se entregó material de servicio a todos los RG y Delegados entrantes, también a aquellos que manifestaron alguna duda. El Delegado del Distrito Mercedes, también asignado a nuestro Comité, nos aportó valiosas ideas que serán tratadas durante el año.

Agradecemos a todos los miembros que se interesaron en el servicio de Alateen y Padrinazgo; esto nos hace sentir que nuestro esfuerzo no fue en vano.

Recordatorio

INFORME DEL COMITE PERMANENTE ALATEEN

El Comité Alateen hace saber que el Encuentro de Padrinos, programado para el sábado 14 de noviembre, de 10 a 12 horas, en la Oficina de Servicios Generales, se pospone para el sábado 12 de diciembre a la misma hora, para que todos podamos participar de la Jornada que el Distrito Capital realizará el 14 de noviembre en el horario de 10 a 19 horas en la Iglesia San Salvador, sita en Crámer 1816.

VIVENCIAS Y MÁS VIVENCIAS



Leía y releía: "El RG es el eslabón principal de esta gran cadena de amor y solidaridad", pero sólo lo pude entender cuando llegué a ser Delegado.

Cuesta tomar conciencia de esto, y más cuando a veces "no es el tiempo de uno", o cuando por comodidad de los grupos, o por complacencia del miembro, tomamos un servicio y nos vemos dentro de él sin la capacidad para llevarlo a cabo.

Solos no podemos, pero lo que sí podemos es: pedir ayuda, soltar las riendas, no cansarse de preguntar, asistir a las reuniones, usar el teléfono y la Literatura, tener un Padrino... y tantos instrumentos más que nos brinda Al-Anon. Y por sobre todo, confiar en un Poder Superior que está ahí, junto a nosotros, que siempre estuvo, que no lo vemos, pero que cuando lo necesitamos nos dice "presente", y al que le debemos dar las gracias por tantas bendiciones.

He cumplido un año en este hermoso servicio y me siento muy feliz de realizarlo. "Lo que cuesta vale" y soy testigo de ello. Mi crecimiento y progreso fueron enormes y como ser humano me siento otro.

Tengo mucho que mejorar, es un trabajo diario; una vida de 50 años no la puedo cambiar en poco tiempo, pero con amor, fe y esperanza estoy en el buen camino.

Francisco

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.

ESTE BOLETIN SE PUEDE FOTOCOPIAR PARCIAL O INTEGRALMENTE.

UNIVENCAS Y MÁS UNIVENCAS

Univencas es el único servicio de atención a las personas con problemas de alcohol y drogas, que ofrece un servicio integral de atención y asesoramiento, tanto a nivel individual como grupal, en el ámbito de la salud.

Univencas es un servicio de atención a las personas con problemas de alcohol y drogas, que ofrece un servicio integral de atención y asesoramiento, tanto a nivel individual como grupal, en el ámbito de la salud.

Univencas es un servicio de atención a las personas con problemas de alcohol y drogas, que ofrece un servicio integral de atención y asesoramiento, tanto a nivel individual como grupal, en el ámbito de la salud.

Univencas es un servicio de atención a las personas con problemas de alcohol y drogas, que ofrece un servicio integral de atención y asesoramiento, tanto a nivel individual como grupal, en el ámbito de la salud.

Univencas es un servicio de atención a las personas con problemas de alcohol y drogas, que ofrece un servicio integral de atención y asesoramiento, tanto a nivel individual como grupal, en el ámbito de la salud.

Univencas es un servicio de atención a las personas con problemas de alcohol y drogas, que ofrece un servicio integral de atención y asesoramiento, tanto a nivel individual como grupal, en el ámbito de la salud.

Univencas es un servicio de atención a las personas con problemas de alcohol y drogas, que ofrece un servicio integral de atención y asesoramiento, tanto a nivel individual como grupal, en el ámbito de la salud.

Univencas es un servicio de atención a las personas con problemas de alcohol y drogas, que ofrece un servicio integral de atención y asesoramiento, tanto a nivel individual como grupal, en el ámbito de la salud.



Oficina Servicios Generales AL-ANON para la República Argentina

**Avda. Pte. Roque Saénz Peña
(Diagonal Norte) 825,
5º Piso, Of. 502
(1363) Buenos Aires, Argentina
Tel. 326-3389
Fax (01) 326-0704
(1000) Casilla Correo Central 3246**