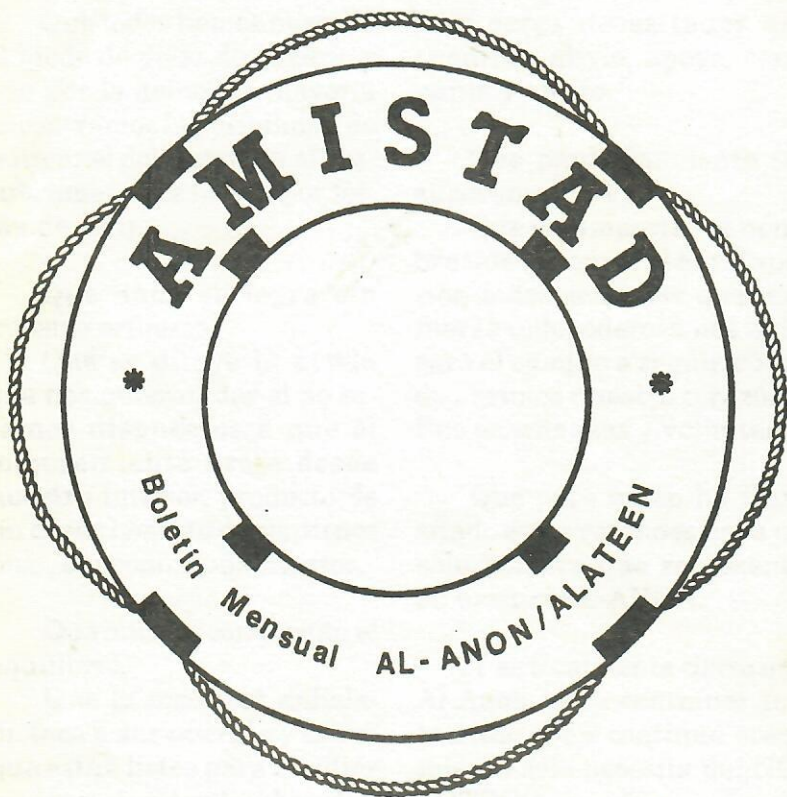


Febrero del 2000

AÑO DE LA COMUNICACION Y LA RENOVACION



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

Es totalmente cierto

Que todos hemos sufrido.

Que todos hemos buscado el modo de dejar de hacerlo y que por lo menos la mayoría encontramos la posibilidad de mitigar el dolor gracias al descubrimiento de una mejor forma de vivir.

Que nada se logra sin nuestro esfuerzo.

Que se diluye la ayuda que nos quieran dar si no estamos dispuestos a que el mejoramiento brote desde nuestro interior, producto de un deseo honesto de sentirnos bien, sin condicionamientos.

Que muchos conquistan el equilibrio.

Que la madurez anhela-toda toca a sus puertas y saben que están listos para auxiliar a otros ejerciendo el padri-

nazgo espiritual, a fin que más seres necesitados encuentren alivio, apoyo, compañía y afecto.

Que paulatinamente recuperamos la FE.

Que sin importar el nombre que le demos al Ser Superior, todos sentimos que una fuerza todopoderosa nos indicará el camino a seguir, cuando abrimos nuestro corazón a Sus enseñanzas y voluntad.

Que para quien ha transitado estas verdades haya un solo nombre que representa su existir: AL-ANON.

Y es totalmente cierto que Al-Anon, para continuar fortalecido y en continuo crecimiento sólo necesita de: NOSOTROS.

**Ayuda
memoria**

**Jornadas de Casa Abierta en su
O.S.G.: último viernes de cada
mes, a las 17 hs.**

**Marzo: Comité de Conferencia y Subcomité de
Admisión, Manual y Temario**

RINCÓN DE NUESTRA OSG

NUESTRO BOLETIN AMISTAD SE ACERCA MAS

¡Y más fácilmente que antes! Tantas veces queremos leer el Boletín Amistad mientras vamos al trabajo o cuando llegamos a casa, en un ratito de descanso o en ese momento en que parece que nuestras fuerzas se están acabando.

A veces queremos compartir en las *Publicadas Alateen* las experiencias de los más jóvenes. Otras, saber qué está pasando en la Hermandad a nivel servicio, cuándo será el próximo Seminario Regional, cómo son los preparativos para la RISGA, o alcanzarle al profesional que nos atiende el mensaje de Al-Anon para la comunidad.

En una palabra, queremos ser parte, compartir, informarnos, saber, llevar el mensaje...

Por eso, para todos los que tenemos estas inquietudes, hay buenas noticias: desde el mes de abril, vamos a poder suscribirnos al "Boletín Amistad", a las "Publicadas Alateen" y al boletín "De Al-Anon a la Comunidad".

¿Dónde lo conseguimos? Podemos recibirlo a través del Distrito de la misma manera que lo hacemos actualmente con la literatura que compramos, o buscarlo en la Oficina de Servicios Generales, o reci-

birlos por correo en nuestro domicilio, de acuerdo con nuestra conveniencia.

¿Cuánto cuesta suscribirse?

Suscripción anual a:

- *Boletín Amistad*: \$10,00
- *Publicadas Alateen* \$ 2,00
- *Boletín Amistad y Publicadas Alateen* \$12,00
- *Boletín Amistad, Publicadas Alateen y boletín De Al-Anon a la Comunidad*: \$12,50

Por \$3 podemos comprar 10 boletines *De Al-Anon a la Comunidad*, destinados a los profesionales, y de paso llevarles nuestro mensaje de esperanza. En caso de querer recibir las suscripciones por correo, el costo adicional es de \$8.

¿Qué hay que hacer para suscribirse? Se están confeccionando planillas para facilitar el sistema de suscripción y a partir de marzo llegará la comunicación a través del Boletín Amistad, de los Delegados y de los Representantes de Grupo, para que sepamos cómo hacerlo.

La compra de literatura constituye un doble aporte, hacia nosotros mismos que nos enriquecemos con su contenido y hacia el mantenimiento de nuestra Hermandad.

¡Suscribámonos a los Boletines de Al-Anon!!!



COMITÉ DE PRESUPUESTO

REFLEXIONES SOBRE EL PRESUPUESTO 1999 APROBADO POR LA CSN

Seguramente tenemos muchas excusas, pero lo cierto es que volvemos a cerrar un año sin haber cumplido con las cifras presupuestadas. Ya en la Conferencia vimos que los números parecían no cerrar y, al concluir el año, la realidad nos lo confirma.

¿Qué vamos a hacer? Nuestros ingresos fueron un 15% menores a lo previsto. De los \$106.500 esperados, sólo ingresaron \$90.681 en el año.

A raíz de ello, los egresos posibles se redujeron, es decir, nuestros proyectos contaron sólo con \$3.925 y la impresión de literatura disminuyó en un 47%. Algunos libros quedaron sin reimprimir, porque en lugar de tener los \$10.600 disponibles, sólo hubo \$3925. En 1999 casi no hicimos recortes de los gastos básicos y usamos \$80.452 de los \$83.500 planeados.

Pese a haber reducido los gastos de los proyectos y de la impresión de literatura, cerramos con un saldo negativo de 2.91%, es decir \$3.099.

¿Qué hacemos los miembros Custodios, encargados de la administración del dinero, con un saldo negativo?

Lo mismo que en nuestros hogares, tocamos los ahorros para cubrir la diferencia. Usamos ahorros, no el fondo de reserva, pero ahorros al fin y, como en nuestras casas, los ahorros también son limitados.

Por este motivo, implementamos para el año 2000 nuevas medidas, que esperamos ayuden a mejorar la situación. Cancelamos el servicio de emergencias médicas y ambulancia en la OSG, contratamos un nuevo contador que cobra menores honorarios y, lamentablemente, no renovamos el contrato de alquiler de una de las oficinas, la de Archivo Histórico.

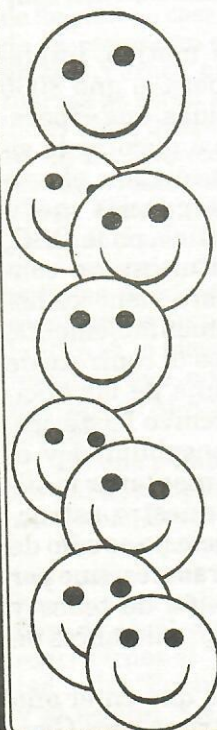
La responsabilidad y el privilegio de mantener lo oficina y toda nuestra estructura de servicio no es sólo de los Administradores, sino por la 7a. Tradición de todos y cada uno de los miembros de Al-Anon.

Deseamos que en el año 2000 los Distritos y los Grupos hagan los aportes necesarios para continuar con el servicio, y que los miembros se acerquen a la oficina para realizar su aporte personal.

Graciela C.

Pronto llegará el mes de la SERVI-RESPUESTA

Pronto todos los miembros de Al-Anon tendremos la oportunidad de hacer un servicio a la hermandad. Porque dar parte de nuestro tiempo es también un servicio... aunque este tiempo sólo sean los diez minutos necesarios para responder unas pocas preguntas. Sólo esto nos pide nuestra oficina, que respondamos unas preguntas...



La idea fue aprobada por nuestra Conferencia en octubre de 1999 y responde a la necesidad de hacer algunos cambios en nuestra hermandad; pero no se pueden hacer cambios sin hacer un exhaustivo inventario de lo que tenemos y de quiénes somos. La Oficina de Servicios Generales busca conocernos para saber cuáles son nuestras necesidades, nuestras inquietudes, nuestros deseos para un mejor Al-Anon en el siglo que comienza y para ello, nos enviará en los próximos meses un cuestionario anónimo y confidencial para que contestemos: "La Servi-respuesta".

Para renovar nuestra hermandad es imprescindible que todos, sin excepción respondamos, porque la respuesta de sólo unos pocos no alcanza: todos tenemos el privilegio y la responsabilidad de participar en el cambio.

¡Donemos diez minutos de nuestro tiempo para Al-Anon!

Reflexiones

**AUN EN AQUELLOS CASOS EN QUE ME PARECE QUE NO HAY
ESPERANZA, EVITARÉ HACER JUICIOS O DAR CONSEJOS.**

Extraído de *The Forum* - Enero 2000



COMITE DE CONFERENCIA

Reunión con los Delegados del día 22 de diciembre de 1999: Se comenzó la reunión con la Oración de la Serenidad. Estuvieron presentes los Delegados de los Distritos: Centro Este de Entre Ríos; Sud Oeste; Río de la Plata; Mercedes: Sur; Centro Oeste; Capital; Unidad: Delegada y Sub Delegada; Rosario: Sub Delegado y la Representante del Distrito Almirante Brown, También participaron miembros de la OSG y del Comité.

Posteriormente se leyó del libro *Valor para Cambiar* el tema Padrinazgo. Varios de los actuales Delegados dejan su servicio en este año y deberían apadrinar a los futuros Delegados, guiándoles dentro del servicio con amor y comprensión.

La Tesorera informó sobre la situación financiera de la Hermandad y las necesidades de nuestra OSG. Recordemos que fue triste y penoso tomar la decisión de dejar el alquiler de una oficina por dicha situación. Pero tenemos Fe y Esperanza que esta situación mejorará en el futuro, comprometiéndose los

Delegados presentes a dar lo mejor de sí para un futuro mejor de la Hermandad.

Se intercambiaron experiencias entre los Delegados acerca del Informe de Conferencia y su recepción en los Distritos y Grupos. El Año de la Renovación y la Comunicación nos ofrece un carisma perfecto para poder crecer espiritualmente y progresar como hermandad y de este modo el Mensaje de Amor de los Grupos de Familia Al-Anon/Alateen pueda darse dentro de la armonía y camaradería que todos deseamos obtener por el bienestar común de cada uno de nosotros. Se cerró la reunión con la Oración de la Serenidad.

XV Conferencia de Servicio Nacional: Además de las mociones publicadas en el Boletín "Amistad" del mes de noviembre 99 se aprobó la siguiente:

El Comité de Conferencia recomienda a la Conferencia apruebe que los grupos que anteriormente pertenecían al Distrito General Sarmiento, pasen a pertenecer nuevamente a su Distrito original Centro Oeste.

Recordatorio

El Comité de Conferencia recuerda a los Delegados que la próxima reunión tendrá lugar el 31 de marzo próximo, a las 16 horas, en estas oficinas; y a las 17, en la reunión de Casa Abierta, la del Comité de Conferencia y Subcomité de Admisión, Manual y Temario.

COMPARTIENDO ACTIVIDADES DEL GRUPO

La conciencia de Grupo es la luz que ilumina el camino en las reuniones de trabajo Al-Anon. He aquí algunas de las opiniones vertidas con respecto a:

INSTRUMENTOS DE TRABAJO

Nuestros Pasos abarcan cualquier conflicto personal. Tanto "debemos anteponer los principios a las personas", como "nuestro bienestar común debería tener la preferencia", constituyen instrumentos usados por los Grupos para adoptar decisiones. Se menciona mucho la presencia del Poder Superior cuando se encaran temas de difícil solución.

DIRECCION DE LA REUNION

Compartir la dirección. Preocupa que una persona o pequeño círculo se apodere de un Grupo mayor. Los Servidores de Comités de algunos Grupos celebran reuniones de trabajo e informan a todos los miembros. Otros realizan la reunión con los miembros a pleno. Algunos indican que convocan elecciones regulares para votar formalmente.

ESTRUCTURA DE LA REUNION

La dimensión del Grupo a menudo determina como se estructura una reunión de trabajo.

Algunas son muy formales con programas prefijados y un

Coordinador designado. Se presentan informes del Representante de Grupo, Secretario y Tesorero. Otras reuniones son debates abiertos dirigidos por quien convoque la reunión y donde casi todas las decisiones se adoptan por consenso. Hay Grupos que son selectivos en cuanto a la participación de miembros en reuniones de trabajo ya que se preocupan por la asistencia de personas no calificadas o de recién llegados que pueden no comprender la importancia del anonimato. Otros creen que es importante que los recién llegados sepan cómo funciona Al-Anon.

CALENDARIO DE REUNIONES

La frecuencia de las reuniones de trabajo varía mucho, desde nunca a semanalmente durante la reunión regular de Al-Anon, o mensualmente antes o inmediatamente después de la reunión regular, o con muy poca frecuencia, cuando la conciencia de Grupo lo dispone.

ASISTENCIA A LAS REUNIONES

Muchos dicen que la asistencia a las reuniones de trabajo es baja, ya que a los miembros les interesa más el aspecto de la recuperación en Al-Anon y no reconocen la importancia de las reuniones de trabajo. Otros dicen que por experiencia, las reunio-

nes de trabajo deberían ser simples y breves. Para fomentar la asistencia, varios Grupos celebran reuniones especiales, con almuerzos y cenas sin ninguna formalidad, transformando la reunión en un acontecimiento social, mientras otros dedican los últimos minutos de sus reuniones regulares a las de trabajo, en las cuales todos pueden participar. Hay quienes dicen que funciona el hecho de que las reuniones sean divertidas, ligeras y atractivas. Demasiada formalidad desalienta a la gente dejando todo en manos de controladores.

TEMAS RUTINARIOS ESPECIALES

Los temas de las reuniones de trabajo van desde los informes del Tesorero, RG, hasta discusio-

nes sobre problemas en los Grupos como "qué hacer con un miembro perturbador". Las discusiones habituales se concentran en el tipo de Literatura que debe comprarse; el apoyo a causas especiales; la utilización de Literatura Aprobada por la Conferencia (LAC) contra literatura que no es de Al-Anon; donaciones; el formato de reuniones regulares; elección de cargos y representantes de Servicio; planificación de acontecimientos especiales, por ejemplo la celebración de un aniversario; los niños y su cuidado durante las reuniones; fumar; la mejor manera de tratar a los recién llegados; etc., etc...

Extraído de *Dentro de Al-Anon*
abril/mayo 1994



Puede salir a la luz



Cuando entré por primera vez a una reunión de Al-Anon mi vida estaba totalmente deshecha; era como sentirme dentro de un gran pozo oscuro sin ver siquiera algo de luz en la boca de salida, pues la neblina que la tapaba era muy densa.

La claridad fue apareciendo de a poco, muy lentamente. Si tengo que reconocerme una virtud es haber tenido paciencia para conmigo misma. Pude así ir viendo las cosas en su justa medida y entender a los demás. Recibí mucha fortaleza y esperanza, aprendí a escuchar, a valorar las cosas buenas que me rodeaban; me sentí muy comprendida por las compañeras que, desde el principio, supieron de mis necesidades y carencias.

Hoy puedo disfrutar plenamente de una reunión, mi mente permanece abierta como toda flor que se abre en primavera. Mi tiempo de vivir mejor ya llegó.

Orquídea B.
Grupo "Primavera" - Distrito Río de La Plata



PRIMERA REUNION IBEROAMERICANA DE SERVICIOS AL-ANON (RIASA)

Cada vez que repaso la carpeta de la RIASA, tengo que destacar lo importante que fue la Reunión Iberoamericana para las estructuras; la visión de los Delegados a la RISGA vieron la necesidad de unirse para compartir experiencias de servicios e intercambiar ideas en una variedad de temas que se expusieron y debatieron. Cada país envió dos temas de su interés que fueron los siguientes:

TEMA 1: ORIGEN, PROPÓSITO Y FUTURO DE LAS REUNIONES IBEROAMERICANAS: Presentado y desarrollado por la Delegada de Brasil. El propósito primordial es la unión, la participación y cooperación entre estructuras, ya que las mismas representan alrededor de 6.000 grupos Al-Anon/Alateen en el mundo.

TEMA 2: RISGA REUNIÓN INTERNACIONAL: Presentado y desarrollado por la Delegada de Argentina. La participación fue fundamental en el fortalecimiento y crecimiento de las estructuras, manteniendo la unidad mundial a través de las Tradiciones, expresando la Conciencia de Grupo más allá del idioma, creencias y modismos.

TEMA 3: MEDIA MODERNA DE COMUNICACIÓN: Presentado y de-

sarrollado por las Delegadas de Brasil y Colombia. Este punto fue intensamente debatido, ya que todos tenían las mismas dificultades, sobre todo con la OSM. Esto dio origen a presentar una moción a la OSM de utilizar correo aéreo, fax o correo electrónico, actualmente lo más efectivo y rápido.

TEMA 4: LITERATURA Y TRADUCCIONES: Presentado y desarrollado por las Delegadas de México y Perú. Las opiniones se centralizaron en las traducciones al español. Se solicitó a la OSM que atienda la necesidad de material en castellano; México contrató un traductor oficial, pero siempre la revisión final la hace la OSM, y las traducciones deben ser en un castellano neutro.

TEMA 5: LITERATURA Y REIMPRESIONES; COSTOS; VENTAS ENTRE PAÍSES: Presentado y desarrollado por las Delegadas de México y Argentina. Este tema fue de mucho interés, dio lugar a preguntas a la Representante de la OSM, ya que había distintas experiencias e inquietudes, acerca de reimpresión por las estructuras, permisos, derechos de autor, que corresponden a la OSM, pero quedó claro que toda pieza nueva la imprime la OSM. Sobre el tema

importación y exportación se recabará información sobre trámites aduaneros, costos y posibilidades.

TEMA 6: DIFUSION DEL MENSAJE EN LA HERMANDAD: Presentado y desarrollado por las Delegadas de Perú y Venezuela. Difundir el Mensaje a la Sociedad es la esencia misma de nuestra existencia, hacer saber quiénes somos, qué hacemos y dónde estamos. El Comité de Información Pública juega un rol importante, llegar a través de los profesionales y los medios de difusión, exponer, difundir y compartir la literatura de Conferencia aprobada. Una campaña tiene que tener un mismo lineamiento, cuidar la imagen, recordando que dar el mensaje es servicio en acción, siendo un puente de amor entre quien lo da y lo recibe.

TEMA 7: ESTRUCTURAS DE LAS OSG, SU ASPECTO LEGAL (ESTATUTOS), SU ASPECTO TRADICIONAL (CONCEPTOS): Presentado y desarrollado por las Delegadas de Costa Rica y Argentina, lo más importante fue seguir los mismos principios, basándose siempre en la estructura de la OSM, siendo un modelo adaptable para mantener la misma organización en lugares tan distintos.

TEMA 8: CAPTACIÓN DE VOLUNTARIOS: Presentado y desarrollado por las Delegadas de España y Venezuela. Nuestras estructuras de servicio se nu-

tren de los voluntarios y ser voluntario lleva al fortalecimiento espiritual, el sentido de pertenencia pone el compromiso en acción, la gratitud y el amor por la hermandad.

TEMA 9: RELACIÓN DE LA OSM CON LA OSG: Presentado y desarrollado por las Delegadas de Brasil y Colombia. Mantener la unidad y la comunicación con la OSM, es importante para la estructura. Esto lo hicieron posible las pioneras Lois W. y Anne C. que compartieron nuestro maravilloso programa en el mundo entero, pero, a pesar de los legados y principios, se vio diferencia en sus estructuras de servicio en algunos países. Esto les trajo problemas y decidieron mantener la estructura original de la OSM que vela por la continuidad del programa ejerciendo el liderazgo mundial.

TEMA 10: COMUNICACIÓN ENTRE PAÍSES: Presentado y desarrollado por las Delegadas de México y Uruguay. "Comunicación" fue la palabra más mencionada por las Delegadas, sentían la necesidad de compartir con otros las experiencias vividas en servicio. El padrinazgo fue la otra palabra y también el compromiso entre los países de ser apadrinado y apadrinar a otros, a fin de que Al-Anon en el mundo siga con su propósito de ayudar a quienes lo necesitan...

Matilde M.

¿ CANASTA DE PREGUNTAS ¿

¿Puede el Distrito funcionar en el mismo lugar y día (con diferente horario) que un Grupo?

Respuesta: Sí, puede. Es autonomía de Grupo.

Desprendimiento con amor



Entre mi esposo y yo no había diferencias, pensábamos igual, actuábamos igual, creía que ese era el verdadero amor; en cambio había perdido la perspectiva entre las personas de él y la mía.

En oportunidades en que mi jefe me reclamaba una explicación por haber faltado al trabajo, me expresaba con sus mismas palabras: "Qué se cree ese señor que le tengo que dar tantas explicaciones". En otras, que lo creyeran una persona "difícil" u "hosca" me daba la excusa perfecta para evitar esas reuniones "insufribles" (como él las llamaba) de la Parroquia o las reuniones vecinales y entonces decía: "No puedo ir, es la hora de la cena, llega mi esposo y él quiere verme en casa"; pasaba por la perfecta mártir a la que todos comprendían.

Pero la mayoría de las veces todas esas actitudes se me venían encima y me sentía ahogada, atada y sin salida, ocupada sólo en pensar con qué humor vendría esa noche o cómo le contaría lo que había pasado ese día. Creía que eso era amor cuando en realidad era una obsesión motivada por el miedo no sólo a la persona alcohólica y sus reacciones, sino miedo a enfrentarme a mí misma; a tener que tomar decisiones y fallar, miedo a opinar y que no fuera lo correcto.

De a poco me voy desprendiendo y me doy cuenta que el amor no destruye, no humilla, no roba nuestra identidad. Desprenderme emocionalmente es desprenderme con amor, permitiéndome ser tal como soy.

Carmen S.
Grupo "Don Torcuato"
Distrito Unidad

COMITE DE SEMINARIOS DE SERVICIOS REGIONALES (CSSR)



SEGUNDO SEMINARIO A REALIZARSE EN LA REGIÓN SUR - MAR DEL PLATA

Los días 15 y 16 de abril, compartiremos la alegría de pertenecer a Al-Anon/Alateen y las experiencias de los miembros interesados en el servicio. Será un motivo para reencontrarnos y fortalecernos en la Comunicación y la Renovación. Todos los miembros de Al-Anon serán bienvenidos y tendrán la oportunidad de compartir experiencias de recuperación y servicio, con miembros de la OSG.

La Región consideró incluir en el temario un tiempo para la Asamblea de Elección del futuro Custodio Regional.

Dicho Seminario se realizará en el Hotel Astro, sito en Simón Bolívar 2373 - Mar del Plata.

Alojamiento y desayuno \$ 10.-

Media pensión \$ 4.-

Pensión completa \$ 7.- (menú fijo)

El Seminario tendrá una inscripción simbólica de \$ 2.-

Los miembros interesados deben comunicarse a estos teléfonos: Mar del Plata (0223-475-4843/7137).

TESTIMONIO



Mi asistencia a los grupos Al-Anon me ofreció tranquilidad y desenvoltura para manejarme en todos los actos de mi vida, frente a mi familia y la sociedad.

El conocimiento y la práctica de la Literatura me brindaron la oportunidad de ayudar a los demás y a mis compañeros.

Por todo esto le doy gracias a mi Ser Superior.

Olga
Distrito Sur

COMITE DE PUBLICACIONES

¿Sabías que...?



En el mes de diciembre recibimos la invitación del Distrito Capital para informarles acerca de diversos temas relacionados con nuestro Comité.

Fue una reunión realmente muy enriquecedora, donde comentamos algunos de los proyectos y actividades que estamos realizando.

Se hizo una reseña de los temas tratados en la RIASA, en especial los relacionados con nuestra literatura.

También se aclararon dudas acerca de cuándo y dónde se puede vender nuestro material de lectura, así como diversas formas de incentivar esa venta, tanto en los grupos como en los Distritos.

Pedimos asimismo una participación activa en el Boletín Amistad, a través del relato de distintas vivencias, tanto personales como en relación con el servicio, ya que el Boletín es de todos y, como tal, es bueno que sea nuestro compromiso.

Las preguntas y las inquietudes fueron muchas y muy variadas; por lo tanto, si otros Distritos quieren compartir esta experiencia, no duden en invitarnos, para que cada vez más miembros de la hermandad puedan acercarse, a través de nuestras publicaciones, al mensaje de vida y esperanza que representa Al-Anon.

Pensamiento

CUANDO REALIZAMOS UN SERVICIO CON PROFUNDO RESPETO Y DEDICACIÓN, SACAMOS A LA LUZ TODO EL AMOR QUE PERMANECÍA GUARDADO.

Anónimo

✉ 1995 - 1999 ✉

Hace cuatro años llegué a esta querida hermandad muy triste, confundida y con temor. Como única compañía traía mi excesiva soledad. Igual que muchos de nosotros, aun sabiendo de Al-Anon, me negaba aturdida a esta gran posibilidad. Con ese rechazo buscaba excusas para seguir atada a esos viejos hábitos de autocompasión y resentimiento que, casi convertidos en siniestros amigos, continuaban estimulando mi omnipotencia.

Llegué y quedé atrapada en los brazos de la calidez que ya había olvidado. Las palabras que escuchaba comenzaron a producir cambios en mi pensar y más tarde en mi sentir. Saber que yo era una persona con mis propios problemas, mis propios defectos, mis virtudes; comprender cuán enferma estaba a causa de ese contagio que invadió a toda mi familia, me indicaron que podía experimentar el desafío de transitar por esos 12 maravillosos Pasos.

Al-Anon me ofreció vivir en lugar de agonizar; me puso de pie para seguir sembrando; no me prometió fórmulas mágicas ni hadas con varitas de luces con colores que cambian todo de la noche a la mañana. Me impulsó para que apueste a la vida, recupere el entusiasmo y me sumerja en la esperanza.

Emprendí esta nueva vida "un día a la vez", entendiendo que esa rosa que no me asombre por su belleza, que esa risa de niño que no me produzca alegría, que ese instante o esa hora que no viva plenamente, no van a volver jamás y habré perdido nuevamente la oportunidad de ser sólo por hoy feliz.

Empecé a sentirme acompañada en cada acto de cada día por la mano de mi Ser Superior, sabiendo que no me abandonará; que puedo llamarlo, buscarlo, pedirle y escucharlo, cada vez que sienta perder mi capacidad de valorar lo maravilloso de existir.

Teresa
Grupo "San Isidro"

Reflexiones

A SU TIEMPO, CON LA AYUDA DE OTROS MIEMBROS DE AL-ANON, MUCHOS DE NOSOTROS NOS SENTIMOS MEJOR PREPARADOS PARA DETERMINAR Y LLEVAR A CABO ACCIONES QUE NUESTRAS CIRCUNSTANCIAS ASÍ LO REQUIERAN.

Extraído de *En todas nuestras acciones*



MESA DE TRABAJO DE HIJOS ADULTOS

INICIANDO JUNTOS EL NUEVO MILENIO

Queremos saludar en este nuevo milenio a nuestros amigos de Al-Anon, Alateen, destacando el crecimiento que tuvo la Mesa de Trabajo de Hijos Adultos, durante el año pasado.

En el mismo se pudo llevar a cabo la Primera Jornada de Servicio Nacional bajo el lema: "INTEGRANDONOS", con la participación de toda la Hermandad. También fueron creadas las "PAUTAS PARA GRUPOS DE HIJOS ADULTOS", las cuales llegaron a todo el país e inclusive a nuestros hermanos de México.

Con mucha alegría les queremos contar que durante el transcurso del año se fueron abriendo grupos nuevos en distintas localidades, llegando a ser alrededor de 20 grupos los que tenemos inscriptos en el Directorio que estamos confeccionando, el cual se encuentra a disposición de quienes lo soliciten.

Queremos aprovechar esta oportunidad para agradecer la gran concurrencia, apoyo y participación con que cuenta la Mesa, lo que ha hecho posible todos los logros mencionados anteriormente.

Nos despedimos de ustedes recordándoles que la Mesa no se toma vacaciones y los invitamos a visitarnos los cuartos sábados de cada mes, o a escribirnos a Avda. Pte. Roque Sáenz Peña 825, 5º piso - Of. 502 (C.P.) 1363 Buenos Aires o enviarnos un e-mail a hijosadultosahotmail.com.

NO ME SIENTO SOLA



Durante mucho tiempo, aún estando en Al-Anon, sentía que estaba sola, pero hoy, mientras estaba sentada disfrutando de un mate sola con mis dos hijos pequeños, me sentía feliz y sin ningún vacío.

Hoy veo la diferencia, tal como lo dice la Oración de la Sereñidad; ese vacío lo llené de Fe. Puedo brindar amor a mis hijos, a mi esposo, a mi misma; puedo disfrutar el día que Dios me regala; puedo brindarme el tiempo que necesito; sonreír, cantar.

Todo se lo debo a mi Ser Superior y a Al-Anon.

Miembro Al-Anon
Grupo Luz y Esperanza



PRIMERAS VIVENCIAS



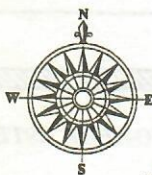
A casi un mes de haber comenzado en Al-Anon me siento muy extraño, estoy como retraído en los recuerdos. Pareciera como si todo comenzara de nuevo, como si en mi interior se estuvieran removiendo mis sentimientos.

¿Será que de una vez por todas me valdré de ellos para poder afrontarlos y no esconderlos?, ¿o será que parte del cambio que me he propuesto significa empezar a vivir un pasado-presente en su justa realidad? Seguramente estoy en la buena senda; la de reconocer en primer lugar al alcoholismo como una enfermedad y comprender que lo que yo haga o deje de hacer no influirá en que el enfermo beba o deje de beber.

Comenzar a asumir solamente mis obligaciones no es un gesto de mezquindad, sino aceptar que toda persona debe hacerse cargo de sus cosas. Como ser humano no puede ser responsable de todas las acciones que una vida de familia presupone; si así lo hiciera estaría cometiendo un gran error que, aparte de perjudicarme, coartaría en los demás la libertad que tienen para equivocarse y aprender de sus faltas.

Eduardo

Grupo San Agustín
Paraná - Entre Ríos



COMITE DEL INTERIOR

¡Hola amigos!

A partir de la Conferencia de Servicio Nacional el Comité del Interior quedó conformado de la siguiente forma:

Coordinadora: Irene C.

Secretaria de Actas: Cristina S.

Colaboradora: Haydeé R.

También nos queremos comunicar con los grupos que no pertenecen a un Distrito, para solicitarles nos escriban para compartir experiencias.

COMITÉ ALATEEN

El Comité Permanente Alateen hace saber a los miembros colaboradores del mismo, su cronograma de reuniones para el año 2000.

Con los Coordinadores de los Distritos:

- 3 de marzo a las 17 horas
- 2 de junio a las 17 horas
- 1 de setiembre a las 17 horas
- 1 de diciembre a las 17 horas

La primera reunión de padrinos en la OSG se realizará el sábado 11 de marzo de 10 a 12 horas.

Los Distritos Unidad, Norte y Río de la Plata, que se ofrecieron a realizar reuniones ambulantes de padrinos, durante el año informarán, a través del Comité Permanente, la fecha de cada una de las tres reuniones del año. Esperamos la mayor concurrencia y participación de todos los convocados para poder cumplir con los proyectos que el Comité tiene fijados para el presente año.

Reflexiones

LA CULMINACIÓN DE LA FELICIDAD ES QUE EL HOMBRE ESTÉ DISPUESTO A SER COMO ES. (*Desiderius Erasmus*)

Extraído de *Valor para cambiar*

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.



**Oficina Servicios Generales AL-ANON
para la República Argentina**

**Avda. Pte. Roque Sáenz Peña
(Diagonal Norte) 825
5º Piso, Of. 502
(1363) Buenos Aires, Argentina
Tel. 4326-3389
Fax (011) 4326-0704
(1000) Casilla Correo Central 3246**