

UN DIA A LA VEZ

Desde hace años, los miembros han pedido que se confeccione una versión del libro UN DIA A LA VEZ en un formato ampliado, y ya pronto estará disponible. "Algunos de nosotros ya somos mayores y, por consiguiente, la letra de imprenta pequeña se nos va haciendo más difícil de leer", admitió un miembro de Iowa, E.U.A. Hubo otros que señalaron la necesidad de un impreso en letra más grande para los impedidos de la vista.

Los resultados de una encuesta que se acostumbra a hacer a la hermandad, alentó la OSM a considerar el ensanchamiento del estante de libros y las alternativas de la hermandad. La versión en tamaño de bolsillo seguirá imprimiéndose.

Estén pendientes de los anuncios y las hojas de pedidos pertenecientes a su grupo, puesto que la nueva versión estará disponible pronto al precio de US\$7,50 por ejemplar.

UN DIA
A LA VEZ
EN
AL-ANON

UN DIA
A LA VEZ
EN
AL-ANON

IMPORTANTE

Favor de anunciarle a su grupo lo siguiente:

- Los resultados de la encuesta a los grupos están disponibles en la OSM.
- El libro titulado UN DIA A LA VEZ aparecerá pronto en letra de imprenta más grande.
- Nuevo formulario de pedido de traducciones que registra 27 idiomas está disponible.
- La CSM de 1988 se celebrará del 25 al 30 de abril.
- El Comité de Guías ofrece sugerencias a los grupos de hijos adultos.

Nuevos años y comienzos

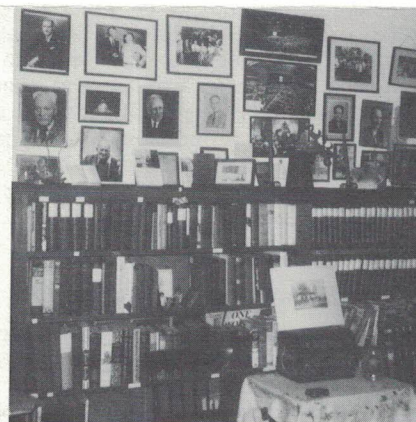
Una fecha memorable en 1988 ha de ser el 97 cumpleaños de nuestra cofundadora, Lois W., el 4 de marzo. La extraordinaria longevidad de Lois W. le da un novedoso significado a la palabra comienzos, si se toma en cuenta el hecho de que este mismo año Al-Anon cumplirá sólo 37 años. Un sencillo cálculo muestra que Lois comenzó su labór como fiel servidora a una edad en su vida cuando la mayoría de la gente que trabaja se jubila. En cambio, ella y Ann B. agruparon su energía y comenzaron una nueva labor vitalicia de difundir el mensaje de recuperación para familiares de alcohólicos.

Durante los años que han transcurrido, la afiliación de Al-Anon ha crecido de 50 a 28.600 grupos. La correspondencia que antes podía tramitarse desde un escritorio en Stepping Stones, el hogar de Lois y Bill W., ahora fluye profusamente a través de nuestras oficinas y equipos modernos en reconocimiento del valor de este mensaje para todas las generaciones afectadas por el beber de otra persona. Tanto

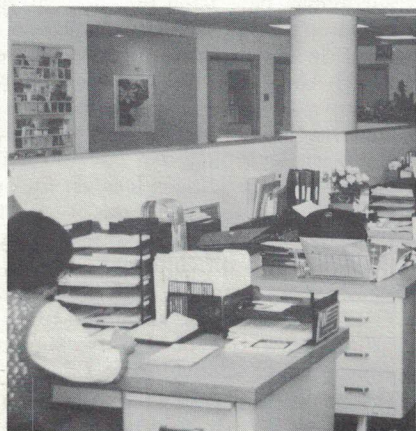
la juventud en Alateen como los miembros más maduros en Al-Anon pueden esperar un don especial.

"¿No les parece que es conmovedor saber que el pabellón de Al-Anon es lo suficientemente amplio para refugiar a todos los que han sufrido semejante experiencia?", escribió Lois una vez. "Cada miembro puede unirse a otro miembro en su gratitud hacia Al-Anon y con devoción al practicar sus principios... Nuestra angustiosa experiencia de vivir con un alcohólico nos ha conferido el privilegio de poder ayudar a otros... Somos pocos los agradecidos. ¡Aprovechemos este gran privilegio!"

¡Feliz cumpleaños a Lois, y un feliz aniversario a los grupos Al-Anon y Alateen. Para todos nosotros, el don de Lois fue su buena voluntad de pasar de unos a otros el espíritu de Al-Anon. Podemos estar agradecidos de unirnos a ella en un nuevo año al "forjar una interminable cadena de manos unidas en amor y gratitud."



Lugar donde Lois trabaja



Cómo es hoy la OSM.

El Servicio Mundial por dentro

La Conferencia

Del 25 al 30 de abril, la Conferencia de Servicio Mundial se guiará por las Garantías Generales, con su tema, LA CONFERENCIA DE SERVICIO MUNDIAL-DEMOCRATICA EN PENSAMIENTO Y ACCION. La selección de un tema no es un cometido sencillo. El año pasado, 79 temas fueron sugeridos por miembros de la Conferencia con aportaciones del Comité de Admisiones, Agenda y Manual. Nuestras Garantías abogan lo siguiente: "En todos los procedimientos de la Conferencia de Servicio Mundial de Al-Anon deberá observarse el espíritu de las Tradiciones... y al igual que la hermandad de los Grupos de Familia Al-Anon a los que sirve, deberá permanecer siempre democrática en pensamiento y acción".

Con estos pensamientos en mente, se convocarán 67 Delegados que se reunirán con los miembros de la Junta de la OSM, presidentes de comités y Administradores en el Hotel Sheraton & Towers, en Stamford, Connecticut, para una vez más renovar el compromiso de mantener a Al-Anon unificado mediante la voz de la Conferencia. Este año los antiguos Administradores (Custodios) volverán a ser invitados a la cena anual de la OSM que se celebrará antes del comienzo de la Conferencia, y aguardamos con anticipación ver a todos aquéllos que tengan la oportunidad de asistir.

Su Delegado les mantendrá al corriente de los temas de la agenda, que se tratarán en la CSM de 1988, por medio de los boletines, Asambleas de Zona y reuniones del Comité de Servicio Mundial. Expresen sus inquietudes a su Delegado a fin de que éstas sean expuestas al pleno de la Conferencia para deliberación, a través de la vía que proporcionan las opiniones individuales para que sean oídas. De este modo, lograremos todos contribuir para que Al-Anon siga progresando.

Información Pública (I.P.)

¿Ha empezado ya su grupo a hacer planes para la celebración del 37º cumpleaños de Al-Anon?

Busquen en este número de DENTRO DE AL-ANON el Calendario adjunto, con ideas sobre el Aniversario para el mes de mayo. Este calendario tiene una sugerencia para cada día, que tal vez les interese ensayar. Algunos grupos ya están planeando sus proyectos de I.P. a nivel de Distrito con el propósito de diseminar el mensaje de Al-Anon a un auditorio más amplio. En algunas Asambleas ya se está realizando la labor. Los Coordinadores de Información Pública se han comunicado con estaciones de radio y televisión y han enviado materiales sobre Al-Anon y Alateen a periódicos locales. En otras Zonas, se han programado reuniones abiertas y se están preparando nuevas listas de reuniones para aquéllos en contacto con miembros de familias en dificultades.

Al-Anon marcha adelante y estamos planeando una GRAN celebración. ¿Por qué usted y los miembros de su grupo, Distrito y Zona no se suman a nosotros? Según lo expuso un Coordinador de I.P., ¡El medio para hacer esto una realidad, depende de mí!

Cooperación con los Profesionales (CCP)

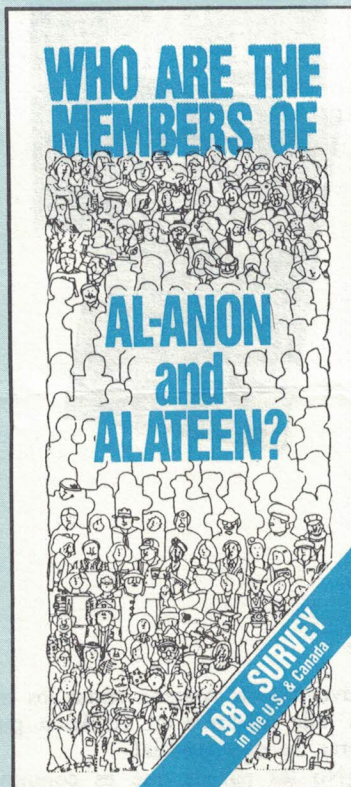
Las respuestas a la encuesta de la afiliación en 1987, efectuada en Estados Unidos y Canadá, ya han sido tabuladas y los resultados resumidos en nuestro nuevo volante (S-29) titulado, *¿Quiénes son los miembros de Al-Anon y Alateen?* Los hallazgos de esta segunda encuesta actualizan datos previos de 1984 y reflejan la imagen de nuestra hermandad. Las estadísticas son utilizadas por la Oficina de Servicio Mundial para responder a los requisitos de nuestros miembros y para comunicarse con la comunidad profesional y el público en general. Los miembros, grupos, Distritos, Intergrupos y las Zonas pueden también utilizar la información de la encuesta en sus propios esfuerzos para cooperar con los profesionales, y para realizar la labor del servicio de Instituciones y de información pública en sus respectivas comunidades.

Los miembros encontrarán de gran interés los resultados y comparaciones entre la información de 1984 y 1987. Se notarán cambios en las respuestas a las preguntas siguientes: ¿Qué edad tiene? ¿Cuánto tiempo lleva en el programa? ¿Tiene un Padrino o Madrina? ¿Cuán frecuentemente asiste a reuniones? ¿Quiénes son los alcohólicos en su vida? ¿Cómo se enteró de nuestro programa? Cerciorense de analizar bien este ejemplar de la encuesta que llegará a ustedes junto con el número de abril/mayo de DENTRO DE AL-ANON.

Coordinación Internacional

Si conocen a alguien que le sea más fácil leer en danés, holandés, finlandés o flamenco, nuestro nuevo formulario de pedido de traducciones de publicaciones de LAC enumera ahora material en 27 idiomas. La mayoría de nosotros puede identificar la necesidad de un recién llegado y procurar que alguien (un Padrino, Madrina o un miembro del grupo) le traduzca las ideas de Al-Anon mientras que la mayoría estuviera hablando en inglés. Hemos preguntado cosas como lo que significa "Vive y deja vivir" cuando se tiene que lidiar con un adolescente alcohólico, o cómo se hace para "Soltar las riendas y entregárselas a Dios" cuando usted no está seguro de que Dios existe.

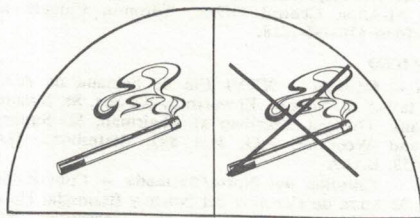
La Traducción de las ideas de Al-Anon se hace de muchas formas. Todos necesitamos ayuda, especialmente aquéllos que no saben leer en inglés. Desde hace años, el material de Al-Anon ha estado disponible en francés, español, alemán y portugués. Este año hemos añadido traducciones en checoslovaco, ruso y húngaro. Hace años, se añadió material en japonés, coreano y malayo/indonés. Los que hablan esos idiomas y otros cuya lengua natal es el chino, árabe, sueco, noruego, hebreo o el griego pueden ser introducidos en Al-Anon por medio de una o dos de las traducciones, pero al igual que todos nosotros, precisarán la ayuda y el apoyo de un miembro dispuesto a compartir su experiencia, fortaleza y esperanza. Tal vez ustedes deseen hacerlo de una manera especial y escriben solicitando el formulario de pedido de traducciones y haciendo saber a su grupo qué traducciones hay. Sería grato poder leer el material en su propio idioma.



REFLECTOR DE GRUPO



Donde se fuma...



Los resentimientos se manifiestan de distintas formas; algunos se elevan como el humo. Aparentemente los miembros de Al-Anon y Alateen están divididos respecto a qué medidas adoptar para resolver lo que pueda constituir un problema en su grupo; también, los miembros que fuman durante las reuniones. He aquí algunas de las formas en que los grupos han afrontado esta cuestión:

- empezamos "una reunión de no fumadores" y con el tiempo aumentó nuestra concurrencia
- pedimos a nuestros fumadores que se abstuvieran de fumar por una hora.
- designamos una sección en la que está prohibido fumar
- una vez iniciada la reunión, rogamos

a los que fuman que salgan del recinto si desean fumar

- llevamos a cabo una reunión de inventario de grupo y como resultado convenimos en pedir a los fumadores que acataran la opinión mayoritaria de tener una reunión libre de humo.

Un miembro escribió a la Junta de Administradores (Custodios) solicitando que se "prohiba fumar en las reuniones de Al-Anon". Sin embargo, en su respuesta, Myrna H., la directora ejecutiva de la Oficina de Servicio Mundial señaló que, "Esto no compete a la Junta. La OSM es juiciosa respecto a los deseos de la hermandad; no dirige sus acciones. Como lo afirma la Cuarta Tradición, 'cada grupo debiera ser autónomo' y puede decidir sus asuntos internos según lo crea conveniente".

Algunos miembros escribieron que no consideran su hábito de fumar o el fumar de otros, como un tema apropiado en Al-Anon. Opinan que basta con que los no fumadores expresen sus necesidades, pero que permitan a los demás tener sus propias alternativas. Varios de los que escribieron indicaron que les tomaba tiempo y crecimiento en el programa el llegar a conclusiones. Casi todos los remitentes dijeron que podían compartir su opinión en los grupos sin sentir rencor o ira. En estos casos, la acción del grupo recibió la aceptación de todos. La serenidad, parece, puede apagar muchos fuegos.

Cómo ponerle nombre a un grupo de hijos adultos en Al-Anon

El Comité de Guías está encargado de la interpretación de asuntos que afectan a las Doce Tradiciones de Al-Anon y Alateen. Tras una entusiasta consulta en su reunión de octubre, surgió el consenso de instar a todos los grupos de hijos adultos para que se inscriban en la Oficina de Servicio Mundial y para que eviten el uso de iniciales tales como ACA, ACOA y COA.

La deliberación fue promovida por un análisis de la encuesta de una estadística de los grupos Al-Anon inscritos, lo cual fue llevado a cabo por el Comité Alateen y presentado ante la Conferencia de Servicio Mundial de 1987. En el cuestionario de la encuesta se preguntaba a nuestros miembros si aprobaban el nombre, "grupo de hijos adultos". Aunque muchos otros nombres tales como Aladult, AD-Anon y Adulto víctima de padres alcohólicos fueron sugeridos, el 80 por ciento de nuestros miembros estableció que el nombre "Grupo de hijos adultos en Al-Anon" encajaba perfectamente. Sin embargo, hubo 36 peticiones individuales en las que se sugería evitar el uso de iniciales. Si bien se citaron muchas razones al respecto, la más básica fue porque hay varias organizaciones externas y grupos de ayuda propia que han sido formados por hijos

adultos y son conocidos principalmente por sus iniciales.

Los miembros del Comité de Guías convinieron asimismo en que el uso del nombre completo diferenciaría a un grupo Al-Anon de otros grupos y ayudaría a evitar la apariencia de afiliación, salvaguardando así nuestra Sexta Tradición.

Independientemente de cómo los grupos envíen sus solicitudes de inscripción a la OSM, todo grupo actualmente inscrito será registrado con el nombre completo deletreado, además de la palabra "Al-Anon". Se exhorta asimismo a los Servicios de Información a que escriban el nombre completo al referirse a grupos de hijos adultos. Mediante la colaboración conjunta podemos contribuir a disminuir en algo la confusión que existe entre los muchos grupos para hijos adultos que brotan por todas partes.

Para la mayoría de los recién llegados a nuestra hermandad, el uso de iniciales es meramente un término descriptivo abreviado, sin que haya ningún conocimiento o intención de afiliación. Pero para los que llevamos ya bastante tiempo en la hermandad, el nombre "Al-Anon" ha llegado a significar nada menos que la salvación, y haremos todo lo que sea menester por proteger este valioso legado.

Vida del Personal

Bill S.

Sólo de conversar con Bill, es difícil creer que este hombre apuesto, aplomado y elocuente, de más de 6 pies de estatura, con la cabellera canosa ondeada y con una sonrisa persistente que realza sus facciones agudas, se considere tímido, pero así es.

De hecho, recuerda que el alcohol, que desempeñó un papel de creciente importancia en su temprana vida matrimonial, le ayudó a disipar gran parte de esa timidez. Llegó al matrimonio inconsciente de la existencia del alcoholismo, aunque luego descubrió que su padre había quedado afectado por el alcoholismo de su abuelo. En todo caso, Bill tuvo una niñez feliz. Como hijo único, sus padres lo mimaron mucho y sólo tiene recuerdos felices de su niñez.

Tras diplomarse en ingeniería eléctrica, Bill se incorporó a la Fuerza Aérea y se radicó en Nueva York septentrional, donde conoció a la que sería su esposa. Se casaron en 1960 y ambos eran bebedores sociales entusiastas. Bill observa que a él no le molestaba que su esposa bebiera más que él; al contrario, esto le impresionaba.

Los cocteles eran ya un ritual de todas las noches, aumentaron de una o dos copas hasta excederse a tres o seis copas. Ambos se emborachaban. Finalmente, Bill decidió que habría que acortar la bebida y su esposa asintió. El paró pero ella no.

Bill se tornó rencoroso; vio la incapacidad de ella para controlar su forma de beber como falta de voluntad. Como no había comunicación entre ellos su resentimiento aumentó. Bill siempre estaba disgustado y desquitándose con sus hijos. Por fin, él le sugirió a ella que fuese a A.A., y eventualmente así lo hizo.

Bill no sabía de Al-Anon. Asistió a reuniones abiertas de A.A., pero pronto la recuperación de su esposa empezó a intimidarlo. Entonces, en lugar del alcohol, A.A. se convirtió en el enemigo. Cuando finalmente él descubrió a Al-Anon, se sosegó y se sintió como en casa. Aunque él era el único hombre en el grupo, reconoció que estaba entre gente que comprendía. La represa reventó; habló, se desahogó, y así empezó su propia recuperación.

La labor de servicio, aunque fuese en etapa rudimentaria, existía en su Distrito y Bill empezó casi de inmediato. Presidió reuniones y sirvió como tesorero; por viajes de negocio concurrió a reuniones en otras Zonas, y quedó admirado por la gran uniformidad del programa. Aprendió acerca de los RG, RD y demás cuestiones

(continúa en la página 4)

Bill S.

(viene de la página 3)

básicas de servicio devorando la lectura de los manuales de servicio que estaban sepultados en la caja de publicaciones, y logrando convencer a otros miembros a que se convirtieran en RG ("No soy una persona que acostumbra a unirse a otros", admite él). Todavía no había un RD, pero celebraron una reunión de Distrito siguiendo estrictamente las reglas y lo hicieron de lo mejor.

A estas alturas, el matrimonio de Bill se había desintegrado y él y su esposa se habían separado. Fue elegido RD y, como se sugiere, escribió a la OSM solicitando información. Recibió respuesta del Delegado, que visitó el Distrito y explicó la estructura de servicio en detalle. El Distrito se volvió muy activo, y el propio compromiso de Bill al servicio aumentó.

En su primera Asamblea, Bill quedó abrumado por la intensidad emocional al igual que confuso por todas las abreviaturas y siglas, pero sabía que estaba sucediendo algo importante. En su próxima Asamblea, fue elegido Delegado Alterno. Este cargo le proporcionó a él una gran capacitación, indica él, y "me envié con la labor de servicio".

La esposa de Bill le pidió el divorcio, y amigablemente acordaron en que ella se quedaría con la casa y la custodia de los muchachos. Sin embargo, el menor, que ahora tiene 16 años, resultó ser demasiado para ella, y súbitamente Bill se vio convertido en padre soltero con cuatro hijos. Seguidamente después de esto, se le pidió que hiciera les veces de Delegado. Aunque él opinaba que no estaba lo suficientemente capacitado, se le dijo que sólo se precisaba que estuviera dispuesto. La elección fue muy reñida, pero Bill fue electo Delegado por Nueva York (N) en 1982.

Bill recuerda haber quedado atónito

durante su primera Conferencia de Servicio Mundial; después preocupado e incluso disgustado durante su segunda CSM (tan disgustado, recuerda, que durante el verano de 1983 se las pasó despachando cartas de quejas); y por fin henchido de placer durante la tercera CSM. Aprendió que los Delegados no son "autómatas", que su voz se oye. Al finalizar su término, permaneció activo dentro de su Zona. Aunque Bill tuvo que declinar una invitación para postularse de Administrador (Custodio) Regional, más tarde asintió a poner su nombre para el cargo de Administrador sin límite geográfico. En 1986 fue aprobado por la Junta, y aún le divierte el hecho de ser miembro de una entidad a la que tanto mortificó en la CSM de 1983. Es asimismo miembro del Comité de Coordinación Internacional y Presidente del Comité de Instituciones. Ambos cargos enaltecen su compromiso de servir al igual que el de su propia recuperación.

"No estoy agradecido de haberme casado con una alcohólica", dice Bill, "pero tampoco fue lo peor. No puedo culpar a mi esposa por todo, ya que yo también fui partícipe de los problemas. Sigo siendo una persona vehemente, pero Al-Anon, especialmente el servicio en Al-Anon, me ha dado los instrumentos y el valor para cambiar mi actitud. Confío en mi Poder Superior y, si ha de resultar, resultará. Para mí, la recuperación es servicio, y da buen resultado".

Se encuentran disponibles formularios de registración para el Seminario de Servicio Regional que se efectuará en Halifax, Nueva Escocia, los días 10, 11 y 12 de junio. Las reservaciones se harán de acuerdo al orden de llegada. Si usted está interesado en asistir, escriba a la OSM.

Sexta Tradición: Nuestros grupos, como tales, jamás debieran apoyar, financiar, ni prestar su nombre a ninguna empresa extraña, para evitar que problemas de dinero, propiedad o prestigio nos desvíen de nuestro objetivo espiritual, que es el primordial. Aun siendo una entidad separada, deberíamos cooperar con Alcohólicos Anónimos.

SERENA T

¿Has leído esto?
¿La Sexta Tradición?
¡Sencillamente lee esto!



¡Jamás cooperé con mi esposo alcohólico!
¿Por qué he de cooperar con el grupo de A.A. en su totalidad?



Calendario de Al-Anon y Alateen

FEBRERO

26-28 — Canadá — XXXVIII Conferencia Regional Anual de A.A. en Ontario. Participación de Al-Anon/Alateen. Hotel Toronto Harbour Castle Westin y Hotel The Royal Oaks en Toronto, Canadá. Llaman a: Al-Anon Central Office, Toronto, Canadá al teléfono 416-486-1818.

MARZO

2-6 — Georgia — XXVI Fin de Semana de A.A. en la isla St. Simons. Epworth-by-the-Sea, St. Simons Island, Georgia. Escriban a: Chairman, St. Simons Island Weekend, P.O. Box 892, Statesboro, GA 30458, E.U.A.

4-6 — Carolina del Norte/Bermuda — Convención de Al-Anon de Carolina del Norte y Bermuda. Holiday Inn-Airport I-40 & NC 68, Greensboro, NC 27409. Escriban a: NC/Bermuda Convention, P.O. Box 1742, Statesville, NC 28677, E.U.A.

4-6 — Utah — XXI Reunión Anual P.R.A.A.S.A. en Utah. Participación de Al-Anon. Hotel Salt Lake City Hilton, 150 W. 500 So., Salt Lake City, UT 84101. Escriban a: Chris A., 4699 Holly Lane, Salt Lake City, UT 84117, E.U.A.

11-13 — Texas — Tercera Reunión Anual de antiguos miembros de Al-Anon y Alateen. Participación de A.A. (nuevos y antiguos miembros bienvenidos). Hotel Sheraton, IH 40 W. Amarillo, TX. Escriban a: Chairman, P.O. Box 3893, Amarillo, TX 79116, E.U.A.

18-20 — California — Cuarta Convención Anual de Al-Anon/A.A. Holiday Inn, Victorville, CA. Escriban a: Chairperson, 16779 Sycamore Road, Hesperia, CA 92345, E.U.A.

25-27 — California — Primera Convención Anual de A.A. en Palm Springs. Participación de Al-Anon/Alateen. Palm Springs Convention Center. Escriban a: 1st Annual Palm Springs Convention, Box 3003, Palm Desert, CA 92261-3003, o llamen a Tom T. al teléfono 619-346-7392.

31-2 abril — BRASIL — Séptima Convención Nacional de Al-Anon. Escriban a: Pontifícia Universidade Católica-PUC, rua Imaculada Conceição, 1155 Prado Velho-Curitiba, Paraná, o llamen al teléfono 041-246-3102.

ABRIL

8-10 — California — Duodécima Convención Anual de los Grupos de Familia Al-Anon en California meridional. Hilton Towers, Anaheim, CA. Escriban a: Paul S., 13026 Cordary, Hawthorne, CA 90250, E.U.A.

8-10 — Massachusetts — Duodécima Convención Anual de Al-Anon en Massachusetts. Participación de A.A. Hotel Tara Hyannis, Hyannis, MA. Escriban a: A.F.G. Convention, 56 Bay State Rd., No. Quincy, MA 02171, E.U.A.

8-10 — Mississippi — Convención Anual de Al-Anon en Mississippi para 1988. Biloxi Resort Motor Inn, Biloxi, MS. Llaman a: Public Information Chairmen, Ellyn K., al 601-467-9251 o a Janet S. al 601-467-0603.

15-17 — New Jersey — XXIV Convención de Servicios Generales en New Jersey meridional. Participación de A.A./Al-Anon. Hotel Flanders, Boardwalk at 11th St., Ocean City, NJ 08226. Escriban a: 24th Annual So. NJ Convention, P.O. Box 179, Sicklerville, NJ 08081, E.U.A.

DENTRO DE Al-Anon

Publicado cada dos meses por Al-Anon Family Group Headquarters, Inc., 1372 Broadway, Nueva York, NY 10018, E.U.A.

Dirección para correspondencia: P.O. Box 862, Midtown Station, Nueva York, NY 10018-0862.

Números telefónicos gratis para información sobre grupos:

En E.U.A. — 800-344-2666

En Nueva York — 800-245-4656

En Canadá — 800-443-4525.

© Al-Anon Family Group Headquarters, Inc., 1988. Suscripciones anuales: Estados Unidos, Canadá, México y Puerto Rico: Individuales, US\$2.00. Para los grupos, 10 copias bimestrales, US\$6.00. Para el resto de los países: individuales, US\$3.00. Para los grupos, 10 copias bimestrales, US\$7.00.