

BAESP

Boletim Al-Anon do Estado de São Paulo

Junho/2017

Ano 36

nº 131

21ª. CONFRATERNIZAÇÃO ALATEEN - 2017

“TRANSFORMANDO COM ALEGRIA, UMA CAMINHADA INESQUECÍVEL”

A pós um grande período sem Confraternização Alateen, aconteceu, no Recanto Náutico Canalui, em Nazaré Paulista, nos dias 18 e 19 de março, a 21ª Confraternização Alateen. Com 68 inscritos entre membros Alateen e Al-Anon, foi possível viver momentos incríveis de recuperação, estudo, conhecimento, compartilhar, entretenimento e muito despertar espiritual.

A maioria das pessoas chegou de ônibus na sexta-feira, dia 17 de março, por volta das 23h. Fomos recebidos com um delicioso cachorro-quente e encaminhados aos aposentos para nos instalarmos.

No sábado bem cedo, iniciaram-se as atividades com o despertar, o delicioso café da manhã e a calorosa recepção. Foi neste dia

que os participantes puderam conhecer todo o espaço do Recanto, desfrutar das belezas naturais do local e participar efetivamente das atividades preparadas e organizadas pelos padrinhos e madrinhas da Área de São Paulo.

Muitas atividades aconteceram, envolvendo todos os grupos Alateen da Área de São Paulo, com a participação do Grupo Alateen de Brasília, e com o carinho especial e participação das Coordenadoras dos serviços especiais de Divulgação e Literatura da Área de São Paulo. Além das atividades de recuperação e estudo envolvendo diferentes peças da LAC, tivemos o cantinho de exposição e venda de literatura, o espaço “retrô” que lembrou as confraternizações anteriores, e a gincana Alateen que teve como objetivo a descontração

e socialização entre os membros Alateen. Houve também a participação de dois membros de AA que trouxeram a sua história pessoal a fim de es-

clarecer e trazer maior entendimento sobre a doença do alcoolismo.

No sábado à noite, tivemos reuniões fechadas de Al-Anon e de Alateen, sempre muito comovente e portadora de uma grande mensagem de esperança a todos os jovens que dela participam. Após a reunião fechada, um grande momento de descontração com a baladinha “a fantasia”, que propiciou um forte entrosamento entre os membros Al-Anon e Alateen.

A Confraternização Alateen encerrou-se por volta das 16 horas do domingo com a entrega de um troféu simbólico ao Grupo que se destacou na gincana, enfatizando que esse troféu tem a função de propiciar visitas e intercâmbios entre os Grupos Alateen da Área de São Paulo.

O serviço especial Alateen ficou muito feliz com os resultados obtidos na 21ª Confraternização Alateen e agradece imensamente a colaboração e apoio dos Grupos Al-Anon da Área de São Paulo.

Josi
Coordenadora do serviço
especial Alateen



MINHA COMPREENSÃO SOBRE OS DOZE PASSOS NO AL-ANON

(CONTINUAÇÃO DA MATÉRIA EDITADA NO BAESP 130)

Passo Cinco – Admitimos para Deus, para nós mesmos e para outro ser humano, a natureza exata de nossos defeitos

Esta frase, a “natureza exata de nossos defeitos” se repete pelo menos cinco vezes no Passo Cinco, no B-24. Sabemos que todos nós nascemos homens e mulheres; a mulher já vem com um estigma é “mulher”, o sexo frágil. Vejo nisso uma ironia. Os homens são mais fortes (isso é uma afirmação). Eles são mais fortes, daí vem o machismo. Muitos dos nossos defeitos foram colocados nas nossas costas, muitas vezes o nosso defeito é a nossa defesa. Nos nossos dias temos visto diariamente abusos sexuais com as meninas e elas são obrigadas a se calarem, ou se contarem as mães não acreditarão. Faz tempo que é assim. Esse é um dos grandes segredos que muitas de nós temos (somos mulheres) precisamos ser recatadas até no vestir para não provocar os homens. Mas o que tem a ver com o Passo Cinco? Ah, como tem!!! Preciso ser mais fortes que nunca, quando tenho um alcoólico na família. Há que me arriscar a tomar decisões. Falar com Deus, para Ele não vai ser novidade nenhuma. E agora é hora de falar a um outro ser humano – é preciso que ele seja de confiança e que conheça os Passos no Al-Anon. Acho arriscado falar com clérigo ou pastor, ele pode-

rá achar que meu problema é pequeno, frente aos outros que eles conhecem, e ficarei envergonhada. Mas é preciso coragem, afinal confiar é também uma de nossas ferramentas de recuperação. Confiei primeiro em nosso Poder Superior e Ele me indicará essa pessoa. Começarei perdoando a mim mesma, verei que muitos de meus defeitos não me pertencem e não mereço pagar por eles. Volto ao Passo Três e entrego tudo, perdô-me por tudo e sentirei que não é aquela coisa tão ruim que falavam. Ótimo, agora já posso dizer, sou uma lutadora, guerreira, vitoriosa, eu não sabia que tinha tantas virtudes. Pensando bem, quando Jesus foi interrogado por Pilates, Jesus respondeu: “Quem me entregou a ti é mais culpado que tu”.

Passo Seis – Ficamos inteiramente prontos para que Deus removesse todos esses defeitos de caráter.

Ótimo! Descobri que tenho boas qualidades e não só defeitos. Agora o que tenho que fazer? Nada, nada é a resposta. Tenho que ficar pronta, desarmada de raivas, ressentimentos, cheia de aceitação. Meu familiar alcoólico quer beber? Que beba; é o que tenho. Devo cuidar de mim mesma. Posso voltar aos Passos Dois e Três, fazer a Oração da Serenidade e absorver o seu conteúdo; sem a aceitação do Passo Três é impossível o Passo

Seis. Porque muitos de meus defeitos foram colocados em minhas costas, não excluí a obrigação de me livrar deles. Se trabalhar bem todos os Passos anteriores a este, descubro muitas coisas importantes, que não tem à venda nas lojas.

1- O Al-Anon colocou-me no meu devido lugar – tenho dignidade.

2- Reconciliei-me com Deus. Este não me enganava.

3- Reconheci que meu familiar alcoólico é um ser humano doente, e mesmo que pare de beber, nunca será um santo.

Bem, preparo-me para o Passo seguinte; relaxar, descansar, pois a tarefa futura será árdua.

Passo Sete – Humildemente, pedimos a Ele para remover nossas imperfeições

À medida que caminho - pois os Passos nos sugerem uma caminhada - Passo Um.... Passo Dois... e etc...

Se assim o fiz, constato que foi pedido para fazer alguma coisa no Passo Três, depois não mais. Agora sim. Já fui muito humilhada, que não é o caso do Passo Sete. O ato de humilhar é pisar na minha cabeça, no meu nome, chutar o meu traseiro e me tornei como cachorro perdido. Agora é hora de levantar a cabeça, empinar o meu nariz e dizer: eu sou humilde, nada posso, mas o meu Poder Superior tudo pode. Portanto, se Ele está à minha disposição, eu me torno forte. Essa é a grande diferença. Quando Lhe pedi

para remover minhas imperfeições, já me senti aliviada, o medo vai sumindo e vou tomando coragem para os Passos seguintes. Já descobri que tenho defeitos, mas vou apoiar-me em minhas qualidades. Posso dizer que sou vencedora. Conservamos nosso casamento, criamos nossos filhos, ensinamos os nossos princípios, colocamos a estudar; muitas veem seus filhos já formados e agradecidas porque lutamos por eles. Ensinei o caminho da Igreja e o pai deles bebendo... ou simplesmente abster-se. Mantere a cabeça erguida, isto é, não quero morrer na praia. Tenho as ferramentas, os Lemas, a LAC, o Apadrinhamento, o melhor de todos: a reunião no Grupo; de agora em diante lutarei com a nossa lista de meus defeitos.

Passo Oito – Fizemos uma relação de todas as pessoas que tínhamos prejudicado e nos dispusemos a fazer reparações a todas elas.

Este é o enunciado do Passo Oito, e conforme o livro informa que muita gente pula esse Passo e vai já para o Passo Nove. Se alguém

já fez isso, e se eu também já fiz... acho uma covardia parar. Tenho a lista de defeitos, que já descobri se eram meus mesmo ou se mos impuseram. Também fiz a lista das minhas qualidades... que todas nós temos. Neste Passo nos é sugerido fazer uma relação das pessoas que tínhamos prejudicado. A primeira que mais foi prejudicada fui eu mesma... Arregaço as mangas... e mãos à obra. O meu bem-estar vale ouro. Aproveitarei para aumentar a lista de minhas qualidades... É fácil? Não. Claro que não!!! Não vou perder a chama. É a hora da limpeza, jogar fora todo o lixo da mágoa, do ressentimento e dos medos, críticas, julgamentos, raiva segredos e etc... é hora de fazer as pazes comigo, tratar-me bem. Ler bons livros, assistir bons filmes, comprar uma roupa nova, mudar o visual. Bem diz o ditado: “Quem não se enfeita, a si se rejeita”. Vou “viver” em toda a extensão

da palavra. Farei todas as reparações possíveis, até aquelas pessoas que se foram, com o cuidado de não deixar sangrar mais feridas. Há problemas que não tem solução. Oração da Serenidade. Entrarei em contato com o Poder Superior, a cada vitória alcançada a minha lista de qualidades irá crescer; e não esquecerei que meu bem-estar vale ouro, e quando estiver gostando de viver fica mais fácil fazer reparações às outras pessoas, e algumas talvez não precise conversar, apenas tratá-las bem.

Jandira
Membro do Grupo Al-Anon
Santa Bárbara – D.51
(*Continuará no próximo número*)



PRESENTEADO E DIVULGANDO AS PEÇAS DO ALATEEN

O ALATEEN hoje é conhecido em todo o Brasil como parte do AL-ANON. Apesar da diminuição dos Grupos, o importante é estruturar e fortalecer os Grupos presentes, para que continuem ativos e funcionando e acolhendo os jovens e adolescentes. Divulguem essa mensagem: que o jovem deve ser tratado, dentro do Grupo Al-Anon, como qualquer outro familiar de alcoólico à procura de ajuda. Também as peças da LAC indicadas para o Alateen podem ajudar muitos membros que tem filhos que não frequentam o Alateen. Deixo como sugestão algumas peças da LAC para as programações e presentear seus afilhados e filhos; são elas: B-3 Alateen - esperança para filhos de alcoólicos, P-21 Juventude

e pais alcoólicos, M-13 Só por hoje do Alateen (marcador de livro), M-9 Alateen - o que deve e não deve fazer, B-23 Coragem para ser eu mesmo - convivendo com o alcoolismo, e S-20 O Alateen é para você. Vamos explorar essas peças da LAC, renovando nossas forças e esperanças, e fortalecer com nosso carinho e apoio os Grupos Alateen. Vamos nos unir num grande apadrinhamento, nos Distritos e Grupos e fazer florescer o Al-Anon com a abertura de novos Grupos Alateen e mais abertura aos membros Alateen nos Grupos Al-Anon.

Izilda P.
Coordenadora do serviço
especial de Literatura

TRABALHANDO PARA O NOSSO ARQUIVO HISTÓRICO

Foram necessários três encontros para realizar este trabalho, que agora será compartilhado com vocês.

Em **12/04/2017** aconteceu uma reunião com a Coordenadora Sueli B., as colaboradoras Cila M., Regina S. e a funcionária Sueli R., para serem analisadas as fotos da Assembleia de Área de SP/2016, bem como algumas fotos da 21ª Confraternização Alateen/2017, que estavam disponíveis neste dia. Além disso, também foram verificados dois arquivos enviados por Pepe, membro de Alcoólicos Anônimos (AA), e parte significativa destes dois preciosos documentos foi impressa, com a autorização da diretoria do Comitê de Área Al-Anon de São Paulo (CAASP). São eles: **“BOX 4-5-9 Pequena viagem pelo mundo de AA”** e **“Grupo Sapiens - o capítulo 2 da história de AA no Brasil”**. Paramos o nosso trabalho por aqui, pois à tarde estava prevista uma outra reunião.

Em **27/04/2017** a colaboradora Regina S. e eu, estivemos no CAASP, para darmos continuidade ao trabalho de selecionar os trechos de ambos os documentos e, como a colaboradora Cila M. não podia estar presente no escritório neste dia, escolhemos uma forma criativa dela participar “online” de nossas decisões: um celular foi ligado no modo “viva voz”, e assim trabalhamos das 10h00 às 15h00, parando apenas para o intervalo de almoço de 50 minutos.

No documento **“Box 4-5-9 Pequena viagem pelo mundo de AA”** vocês encontrarão os seguintes assuntos: Tributo a Anne S. (esposa de Dr. Bob), Tributo a Dr. Bob, A despedida do Dr. Bob, Tributo a Bill W., Última mensagem de Bill W. e Tributo a Lois W.

No documento: **“Grupo Sapiens - o capítulo 2 da história de AA no Brasil”**, vocês terão a oportunidade de conhecer uma capa histórica, onde constam alguns manuscritos feitos por uma

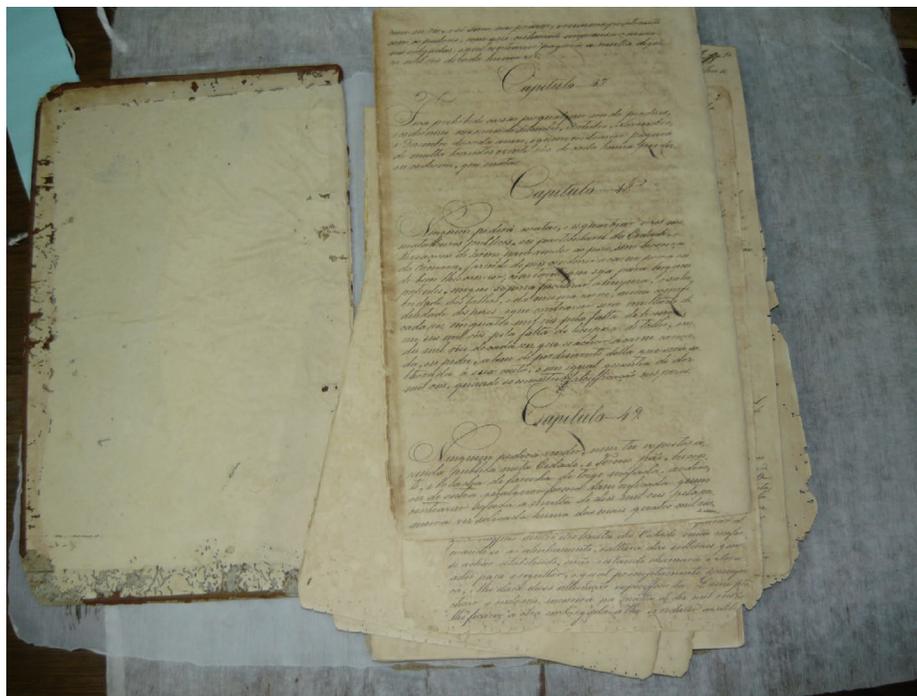
de nossas pioneiras Sonia M., “A primeira semente”, “Grupo Sapiens - o primeiro Grupo de AA em São Paulo”, “Os Grupos formados na Capital, Litoral e Interior, Outros Estados, Outro País, ...e também outras Irmandades de Doze Passos”.

Em **02/05/2017** a colaboradora Regina S. esteve no escritório para finalizar este trabalho em ambos os documentos, ou seja, passar a caneta “destaca texto” de cor amarela em todos os trechos que foram selecionados por nós e considerados importantes e pertinentes, facilitando assim a visualização dos mesmos.

Vocês podem encontrar todo o material acima citado na pasta: **Documentos Históricos do CAASP**, a qual está disponível aos membros Al-Anon e Alateen que se interessarem em conhecê-los. Para isto basta fazer um agendamento com a funcionária Sueli R. ou comigo, após a reunião da Área, até às 15h00.

Não sei descrever a minha alegria ao terminarmos de fazer este trabalho conjunto, praticando o Conceito Quatro “Participação é a chave da harmonia” e o Lema “Juntos podemos fazê-lo” sob a orientação do Poder Superior, que realmente nos norteou e manteve unidas nesta prestação de serviço, para o enriquecimento de nosso Arquivo Histórico.

Iolanda G.
Coordenadora do serviço especial
de Arquivo Histórico



A ÚLTIMA SEMANA DE MARÇO FOI INTENSA...

Apesar de sempre ouvir que não devo criar expectativas, é inevitável quando se trata da participação na Conferência de Serviços Gerais! A ansiedade de reencontrar as Delegadas ou Representantes dos outros estados, a curiosidade de conhecer as Delegadas ou Representantes de Área recém eleitas, a perspectiva de ver e ouvir relatórios do ESGA, compartilhar e participar das atividades... tudo isso se mistura e fervilha dentro de cada participante; não é exclusividade minha, mas sentimento de todas nós. Na segunda-feira 27, após o almoço, todas as participantes estiveram no ESGA e tiveram oportunidade de conhecer ou rever a sede de nossa associação, e de se sentir participante de mais uma etapa do “Planejamento Estratégico”. Mais tarde, jantamos todas juntas no hotel, com cardápio especial de carinho, risadas descontraídas, e boas conversas. Após uma noite de sono e café da manhã tomado: todas a bordo do ônibus, rumo a Atibaia, onde a equipe de apoio nos esperava de verde, com sorrisos e abraços dignos de um acolhimento carinhoso em Al-Anon. Iniciava-se a terça-feira... Instaladas, fomos almoçar e, após entregar os documentos preparados pelas Áreas e ter depositado na urna sugestão do Tema, a Presidente da Junta de Curadores deu início oficialmente à 39ª CSG, com o Tema “LAC – Garantindo nossa recuperação e equilibrando nossa estrutu-

ra”. Os trabalhos desenrolaram-se pelo resto do dia, durante a quarta e a quinta, sempre terminando lá pelas 22h com a leitura da ata dos trabalhos de cada dia. Na quinta à noite, um compartilhar especial e descontraído de peças da LAC “B – alguma coisa” entre as participantes, rendeu boas risadas e também emoções, pois cada uma recebeu um livro que - para espanto da maioria!! - era aquele que estava desejando.

Sexta-feira, 31 de março, todas acordamos já sentindo saudades do que ainda não havia terminado, porque na parte da manhã ainda haveria o Painel tira-dúvidas, o encerramento e a reunião Anual da Junta de Curadores, para a qual todas havíamos sido convidadas. Podemos ser levados a pensar que os dias da Conferência são cheios de oba-oba. Na realidade, para mim aqueles dias, intensos, de março foram um tempo de reflexão, tipo “exame de consciência” ou, melhor dizendo, “inventário” sobre o que a Área que represento, cada Distrito, cada Grupo, está fazendo pelo Al-Anon do Brasil. Várias vezes me lembrei das palavras que um psicólogo proferiu uma vez “pare de culpar a sua mãe/pai pelos seus problemas; isso faz parte do passado: agora adulto, cabe a você tomar as rédeas das situações e resolvê-las para crescer e ser feliz”. De fato, os problemas que temos no nosso Grupo, Distrito ou Área de São Paulo são iguais aos vivenciados nos demais estados,

Brasil a fora... Os “puxões de orelha” ou lembretes – aqueles que eu fico envergonhada de ouvir, justamente por já saber, mas teimar em esquecer – continuam sendo os mesmos: estruturar os Grupos usando as Tradições, fazer a recuperação pessoal e promover a dos outros membros com os Passos, e trabalhar em unidade fazendo o uso constante dos Conceitos. Ah, mas temos situações que nunca aconteceram antes, como a incorporação do uso corriqueiro do WhatsApp para qualquer situação e a insistência em desrespeitar os Direitos Autorais, certo? Fato! E... me ocorreu agora que, apesar de existir um Alateen, - onde os participantes são adolescentes e jovens -, curiosamente são os membros Al-Anon, aqueles “adultos” que insistem no uso do primeiro e se omitem no segundo... e também chegam a pensar que reuniões on-line podem substituir as presenciais... Voltamos na “consciência”, martelando: Passos para a Recuperação, Tradições para a estrutura dos Grupos, Conceitos mantendo a Unidade de serviço. Pensando bem, acho que continuamos facilitando. Não para o alcoólico. Para nós mesmos, familiares. A facilidade da substituição, a preguiça que induz ao descaso pelos instrumentos que temos à mão, testados e aprovados. A falta de criatividade para atualizarmos os instrumentos que conhecemos ou o excesso dela para justificar nossos deslizes que nos afastam do programa que,



rem, e as portas se fecharam... Entretanto, aquelas várias cabeças pensantes, reunidas em sentimento de Unidade, escolhem um Tema para todos os membros refletirem, estudarem e colocarem em prática: “Al-Anon/Alateen – participação, envolvimento e compromisso”, até março de 2018. Um caminho trilhado nos Passos, orientado pelos Conceitos e embasado nas Tradições, Legados que são as nossas ferramentas. Remédios testados e aprovados, à nossa disposição. Neste

cada um de nós, membros e servidores de confiança tem de praticar esses verbos – amar, cuidar, pertencer – para participar com alegria, se envolver com entusiasmo na divulgação, e se dispor e comprometer em prestar serviço, para mantermos o Al-Anon e o Alateen de portas abertas. Abertas para no futuro proporcionar alívio a todos os que ainda sofrem com o alcoolismo de alguém a quem amam e com quem muito se importam. Sem preguiça, com criatividade, mantendo o simples, através de nossos Legados. Eu continuo prestando serviço, visitando, encorajando, lembrando, aprendendo... E você, o que fará?

comprovadamente sabemos que nos recupera. E vem a diluição do programa, e vemos as salas se esvaziarem, os servidores se afasta-

ano, em que sou constantemente lembrada do “Amo, cuidado e pertença ao Al-Anon/Alateen” fico pensando nas possibilidades que

*Josabel
Delegada de Área de SP*

SERVIR COM AMOR

Quando chegamos ao Al-Anon e começamos a prestar serviço, fazemos por gratidão: estamos tão felizes pela ajuda que estamos recebendo, que queremos dar algo em troca. Mas... com o tempo vamos percebendo que aquela prestação de serviço é algo mais que gratidão, mais do que dar de graça o que de graça recebi: para mim é “AMOR”, sim amor à nossa associação. E como podemos demonstrar este amor? Podemos começar a trabalhar com pequenas coisas como, arrumando a sala, recebendo bem o recém-chegado, apadrinhar e mostrar o que o Al-Anon fez por nós. Outra forma de demonstrar este amor é ser um servidor de confiança, sendo um Representante de Grupo, Representante de Distrito, prestando serviço na Área, no Serviço de Informação Al-Anon e no ESGA. Ter amor por nossa associação é ter “RESPONSABILIDADE E PARTICIPAÇÃO”. É muito importante saber que recuperação e serviço an-

dam juntos e formam o “AMOR”. O que nos impede de fazer esta demonstração: o medo de assumir responsabilidade, o medo de errar? E o que recebemos em troca desta demonstração de amor? Afinal eu não vim ao Al-Anon para me tratar dos sintomas por ter convivido com o alcoolismo de um familiar? Recebemos muitas dádivas, vamos aos poucos perdendo nossos medos, vamos nos soltando e crescendo cada vez mais e vemos que não estamos sozinhos em nossa jornada por que: “JUNTOS PODEMOS FAZÊ-LO”.

Hoje como Coordenadora de Área ainda tenho (e vou continuar tendo) medos e defeitos, mas aos poucos vou superando pois meu amor por nossa associação é muito maior.

*Sueli B.
Coordenadora de Área de SP*



SIACAR - Serviço
de Informação
Al-Anon/Alateen
de Campinas e Região
Atendimento: 2ª a 6ª
das 14h00 às 16h00
(0xx19) 3236-4398



SIPALANON - Serviço
de Informação Paulista
de Al-Anon
Atendimento: 2ª a 6ª
das 9h40 às 16h00
(0xx11) 3228-7425

LEMBRETES

- **Em Junho, de 9 a 11**, Encontro de AA com participação de Al-Anon em Catanduva! Uma oportunidade de praticar o Passo Doze!
- **RD: organize o repasse da 39ª CSG** no seu Distrito ou junte-se a outro(s) e marque uma data!
- Estamos preparando o **18º Encontro e Assembleia de Área**, dias **20, 21, 22** de outubro próximo. Prepare-se também. Faça a sua inscrição para participar desta oportunidade de reforçar a sua recuperação, estar em Unidade e reencontrar amigos.
- Conservemos na mente o **Bordão de 2017:**
AL-ANON - AMO, CUIDO E PERTENÇO. E VOCÊ?

Tema da 40ª CSG – 2018

Al-Anon / Alateen - participação, envolvimento e compromisso

O **BAESP** é uma publicação do CAASP – Comitê de Área Al-Anon de São Paulo
Av. Ipiranga, 1.097, 9º andar, conj. 92, Edifício Comendador José Martinelli, São Paulo, SP,
CEP 01039-000 - Telefone/fax (11) 3228-1996

Coordenação e Diagramação: Heloisa C.

Colaboradores: diretoria do Comitê de Área Al-Anon de São Paulo, Delegada, Delegada Suplente,
Coordenadores de serviços especiais, RDs e membros do Al-Anon e Alateen.

Colaborem com nosso jornal

Mandem seus depoimentos, informações ou serviços para heloisacampos@uol.com.br

O SERVIÇO AJUDA NA NOSSA RECUPERAÇÃO