



Tercer Trimestre. Julio 2019.

Experiencia, fortaleza y esperanza.

Paso 7: Humildemente le pedimos que nos liberase de nuestros defectos

de Chris W., Pensilvania

Los Pasos están relacionados con la relación conmigo misma, mientras que las Tradiciones tienen que ver con mi relación con otros. Llegué a esta comprensión por medio de los Pasos 4 (dolor), 5 (regulador de la vergüenza) y 6 (límites) y aquí estoy, con el Paso 7 (servicio). Sí, he dicho «servicio». El Paso 7 trata precisamente del servicio a mí misma. Con la ayuda de mi Poder Superior (PS), me voy liberando de la carga que suponen mis defectos. Quizá pueda ejemplificarlo con un sueño que tuve hace poco:

Mi madre y yo estábamos empezando una caminata por el campo, cuando me di cuenta de que su mochila era demasiado grande para su pequeña estatura. Le dije que no conseguiría llegar hasta el final si no se deshacía de parte de la carga. Le ofrecí ayuda para priorizar lo importante y poder dejar el resto, pero me dijo que no podía separarse de nada de lo que tenía y no quiso hacer un inventario. Me quedé devastada, pero continué sin ella.

Mi PS ya sabe lo que hay en mi mochila (representando mi mente, corazón y alma) y, cuando libere lo que ya no me sirve, podré finalizar mi viaje. Este proceso me permite demostrar valor, confianza en mi PS y fe en mi capacidad para trabajar el programa.

Ahora puedo amar y servir a otros porque soy capaz de escuchar sin juzgar, de empatizar con los compañeros de viaje y de animarlos a confiar en el proceso. Funciona cuando lo trabajas.





Mi «hermano»

de Kimberly B.

Tengo un hermano
de distinta madre
en quien puedo confiar
mejor que nadie.

Pero espera...
aquí dudo
me doy cuenta de que
a través de la fuerza misteriosa
a la que llamamos destino
realmente
es en sus hijos
en quien plenamente confío.

NO HABLES
NO CONFÍES
NO SIENTAS

Estas son las reglas de su casa,
un acuerdo tácito.

Lo mismo sucede en cualquier casa como la suya,
como en la que yo me crié
la energía es familiar,
somos parientes.

Hay miles,
probablemente millones de niños
que sufren de esta manera,
caminando de puntillas sobre minas
de cáscaras de huevos, día tras día.

Los abusadores no son conscientes
de que sus costumbres causan tanto dolor a otros
¿por qué bebemos

fumamos
disparamos?

Ah, claro, para evitar nuestro propio sentimiento
desagradable
(muy en el fondo sabemos que todo es en vano).



Lo que lo hace terriblemente difícil de dejar ir
es que lo hemos agarrado durante tanto tiempo
que lleva en nosotros más de lo que podemos
recordar,
las notas personales de nuestra propia canción.

Elegir curarte verdaderamente
es el camino más difícil de todos,
y no está hecho desde luego
para el débil, dócil o pequeño.

La cuestión es,
puede parecer bastante desalentador
sentir lo que se enterró hace tanto tiempo,
pero si yo pude hacerlo,
tú también puedes,
lo doy por hecho.

El dolor es tan solo un pensamiento,
como todo lo demás en esta vida,
pero si lo dejas dar vueltas
desde tu intestino a tu cabeza
te mantienes en un ciclo continuo
de lucha y conflicto.

Elegir sentirlo en tu corazón
puede parecer una tarea ominosa
Pero ¿en qué se distingue de la picadura de una
abeja?
Tal y como nos acaba de enseñar la joven Jesse,
cuando lo aceptas
y luego lo sueltas,
el dolor se va.

Menuda carga debe ser para ti
una carga pesada, pesada,
el llevar todo ese dolor
en cada camino que andas

Mientras cuidas con amor de tu familia
dándole todo lo que necesitan,
espero que este poema haya tocado tu corazón
y que tengas en cuenta mis palabras.



ComLINE

Experiencia,, fortaleza y esperanza

Aunque quiero a este hermano de distinta madre,
también he pasado mucho tiempo odiándolo,
está casado con mi dulce hermana pequeña,
cuyo nombre resulta que es Lou¹.

Bueno, así funcionan el amor y el odio,
dos amantes desafortunados en una cita perpetua
no pueden vivir el uno sin el otro;
esto te lo digo a ti
hermano de distinta madre.



Referencia al personaje Sweet Lou, de la
película estadounidense *Grind*, quien destaca por
su personalidad seductora.



Liberarme

de DCH

Al trabajar los Pasos y hacer un inventario de mis padres sin culparlos, caí en cuenta de que hubo otras figuras de autoridad en mi vida que me afectaron negativamente. Crecí en un entorno muy religioso y buscado, en el que mi familia estableció las reglas del «todo o nada», propias de la religión organizada.

Una disfunción arraigada

A través de ACA aprendí que al haber internalizado esas creencias religiosas extremas, se arraigó mucho más mi papel de niño mártir/héroe, así como el de padre interior crítico firme y perfeccionista. Mi principal anhelo como expresión máxima de ese papel de mártir era convertirme en una persona religiosa.

No obstante, el hecho de vivir con otros en comunidad activó mi lista de rasgos y toqué fondo cuando me echaron a patadas. Esa experiencia me conectó con ACA y la recuperación.

Trabajar los pasos

El proceso de trabajar los Pasos, especialmente el 4, donde hice un inventario de los mensajes religiosos que recibí en mi infancia, y el 9, donde busqué reparar el daño hecho a otros por medio de mi padre crítico y por reaccionar según los rasgos de mi lista, me ayudó a comprender dónde me encuentro hoy.

Al trabajar los pasos, aprendí que religiosidad y espiritualidad no son lo mismo. Todavía practico la religión de mi infancia, pero con mucha menos rigidez. He dejado ir al Dios que lleva la cuenta de todo y que es distante como mis padres. También he dejado ir mi papel de mártir y he descubierto que mi autoestima es intrínseca a mí.

Hoy, creo que mi Poder Superior es:

- un poder benevolente superior a mí mismo
- quien hace que todo salga bien
- quien no me pone ante situaciones que no puedo gestionar
- quien me ama de forma incondicional y no me abandona.

Hoy, dejo ir las viejas formas que me hicieron dañar a otros y aquellas en las que la religión rígida y organizada me hizo daño. Me perdono a mí mismo y me libero.

*Paz,
DCH*





Establecer límites se hace más fácil

de Carol F., Montana

Hubo un tiempo en el que creí que las Promesas no se harían realidad. No era capaz de establecer límites y no había forma de que se me hiciera más fácil.

Nadie me escuchaba

Le dije a la gente abusiva que me rodeaba que me hablase con respeto y les dije también que dejaran de aprovecharse de mí. Nadie escuchaba mis demandas, a nadie parecía importarle lo que decía ni respetaban mis límites. Nadie cambiaba, hasta que poco a poco me di cuenta de que lo que buscaba era que otros cambiaran.

Definir los límites

Los límites tratan sobre lo que yo haré, no sobre lo que yo quiero que otra persona haga. Tuve que aprender a cambiar a la única persona a la que realmente podía: a mí misma.

Si alguien se dirige a mí sin respeto, le puedo pedir que pare o puedo elegir marcharme. Si alguien me pide dinero, puedo elegir decir «no». Si me piden trabajar en mi día libre, tengo la elección de decir «no», les guste o no mi respuesta.

Mi aprendizaje

También estoy aprendiendo que, cuanto más supero mis traumas del pasado, más me quiero y me acepto a mí misma. Y cuanto más me quiero, más me respeto. Durante la mayor parte de mi vida, parecía llevar un aura que decía «abusa de mí». Al no respetarme a mí misma, tampoco esperaba que otros lo hicieran. Inconscientemente, atraía a la gente abusiva a mi

mundo. Pero, a medida que empecé a respetarme, también comencé a irradiar un aura sana: «Me quiero y me respeto, así que espero que hagas lo mismo conmigo».

Estoy aprendiendo a decir «no» y a alejarme de situaciones abusivas. En una reunión de ACA escuché que no puedes fijar límites y cuidar de tus sentimientos al mismo tiempo.

Ya no siento la necesidad de contentar a la gente. No pasa nada si a alguien no le agrada mi «no». Cuidar de mí misma me sale de forma cada vez más natural.

Cuando tenía diecisiete años, mi hermano pequeño se suicidó y posteriormente transferí toda la culpa de no haberlo protegido y cuidado a mi primer hijo. Me resultó muy difícil establecer límites con él. Ahora tiene veinticuatro años y está pasando por problemas de drogas y alcohol. Fuera de la culpa, le he dado autonomía dejándole dinero y lo he rescatado de las consecuencias de sus acciones.

Al perdonarme a mí misma por no haber podido salvar a mi hermano pequeño, también me he dado cuenta de que me resulta más fácil establecer límites con mi hijo el mayor. Siempre agradeceré a ACA por haberme proporcionado las herramientas para sanar mi culpa y mi auto-odio y por ayudarme a comprender el poder y la libertad de la Promesa 9: «Se nos hará más fácil establecer, en forma sana, nuestros límites personales».





Los delegados votan las propuestas de votación

de Christine B.

Pídeles a setenta hijos adultos, todos delegados de las reuniones o de los intergrupos de todo el mundo, que se sienten tranquilamente y escuchen los informes de los trabajadores del Servicio Internacional de ACA durante tres horas. Dale de comer albóndigas suecas. Luego, a la hora de la siesta, llévalos de nuevo a la misma habitación y déjalos debatir sobre si ACA debería o no contar con una declaración particular de principios. Mira lo que ocurre. Yo estuve allí.

Algunos objetan el idioma. Algunos creen que no necesitamos una declaración de principios, es demasiado «corporativo». Otros sí quieren una declaración de principios, pero no «esa». Otros quieren votar sobre la necesidad de una declaración de principios antes que abordar el tema del idioma. Otros abogan por la creación de un comité. Luego, alguien dice que debería haber una diferencia entre una declaración de principios para la Organización Mundial de Servicio y otra para la fraternidad, es decir, para las propias reuniones.

Y partir de aquí es donde empieza la diversión, ya que intentamos resolver el debate según *Las reglas de orden de Robert*. Básicamente, las reglas requieren una «moción» formal, luego una segunda moción, más tarde un debate y, después, el voto. Incluso si hay una única opinión minoritaria, se invita a esa minoría a que haga una «declaración» sobre su postura. Luego, el presidente pregunta si alguien de la mayoría quiere cambiar su voto en función de lo que expresó la minoría. Con que una sola persona diga que sí, votamos de nuevo. Se decide lo que vote la mayoría.

En este punto la situación se complica bastante, ya que los hijos adultos empiezan a sentirse confusos, críticos o molestos porque alguien no entendió las reglas —todos conocemos estos

comportamientos a la perfección—. Porque —
después de la moción y antes del voto— puede haber

dos «modificaciones amistosas», de las cuales el presidente debe hacer un seguimiento. Cuando todo el mundo está totalmente frustrado porque algunos están hablando sobre la moción, mientras otros lo hacen sobre una de las modificaciones, alguien puede decir «Parar la deliberación».

«Parar la deliberación» significa dejar de hablar y empezar a votar. Antes de votar la moción, tenemos que votar la propuesta «Parar la deliberación». Si se consigue un sí en esta última, luego votamos la modificación amistosa #2 (si la hay). Luego, votamos otro «Parar la deliberación» y después la modificación amistosa #1. Se acepten o no las modificaciones amistosas, al final llegamos a la moción original, modificada o no.

La primera moción sobre crear una declaración de principios nos llevó una hora de debate, sin llegar a votar. Se «pospuso» para que pudiera revisarse el próximo año. Se acordó que todos los grupos de ACA votaran tan solo una de las dos propuestas de votación sobre si la moción debía entrar en la agenda de la Convención Anual de Trabajo, para lo que hacían falta dos tercios de los votos de los miembros. ¡Imaginad si se hubieran tratado las doce propuestas!

¡Pero una derrota no es el final! La Organización Mundial de Servicio (WSO) todavía puede adoptar una declaración de principios. Las mociones formales no son el único modo en el que la WSO actúa. De hecho, esta debe de ser la forma menos efectiva. Cualquier propuesta puede volver a presentarse al año siguiente. Y la Junta puede nombrar a un grupo de trabajo sobre cualquier asunto y en cualquier momento





ComLINE

Luego pasamos a la segunda moción, que trataba sobre adoptar una declaración de diversidad. Tras pasar por lo mismo, se nos acabó el tiempo y la pospusimos para la mañana siguiente. Los delegados al final la aprobaron.

Pero ahora viene lo mejor. Al terminar, nos subimos en autobuses, fuimos a un campamento sueco a jugar a la herradura y al *Frisbee* y escuchamos canciones báquicas.

Comimos anguilas y cangrejos y otros pescados de aspecto curioso. Dejamos el debate atrás y nos volvimos hijos adultos felices que se divirtieron juntos. Suena divertido, ¿no? La verdad es que lo fue.





¿En qué parte del mundo se encuentra ACA?

de Pam M.

En la videoconferencia del Servicio Mundial de ACA de mayo, estuve esperando a que alguien anunciase los números de cuántas reuniones, intergrupos y regiones tenemos. Puede que estuviese jugando al Mahjong en línea cuando lo dijeron o quizá la rotación de los trabajadores de la Junta de la WSO y los presidentes del Comité eliminaron esas cifras.

En cualquier caso, soy la representante de intergrupos elegida para la WSO, así que visité las páginas de ACA para obtener las cifras y poder incluirlas en mi informe escrito. No las encontré y, al ser domingo, no pude llamar a Signal Hill, así que opté por el 'plan C'.

El plan C se convirtió en una labor hercúlea

Tan solo iba a contar las reuniones de las listas de la web. Me pareció algo bastante razonable en ese momento...

Solo hay una región. Está en mi vecindario, así que fue fácil. Tampoco me llevó mucho contar los intergrupos de la lista de búsqueda de intergrupos —figuran 106 grupos—.

Luego fui al enlace «Encuentra una reunión» (*Find a meeting*) y, oye, en unas simpes tres horas (por el medio tuve que dar de comer a mi Basset Hound y a mi gato Tuxedo, dejar que el perro se bañase en el jardín y cenar),

conseguí una lista de reuniones por países.

El deseo de un viajero

Si fuese un viajero, me encantaría encontrar reuniones de países agrupadas por localización geográfica usando, pongamos, continentes. Pero la web listaba los países por nombre —los 195—, incluido el Vaticano (alerta de *spoiler*, no hay reuniones de ACA en el Vaticano).

Así que tuve la oportunidad de intentar pronunciar los nombres de países que nunca había oído o que no sabía en qué continente estaban.

Si vas a viajar, quizá hagas un alto para ir a una reunión o a dos. Puedes encontrar las reuniones en la página web de la WSO de ACA: www.adultchildren.org.

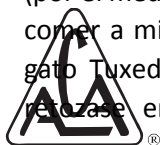
A continuación os dejo los datos que obtuve, lo cual me hace sentir feliz y querida: en mayo de 2019, contamos con 2397 reuniones (2218 presenciales, 30 en línea, 127 telefónicas y 22 por audio en línea), 106 intergrupos y 1 región.

Reuniones registradas por países

Muchas reuniones no están registradas debido al idioma y a limitaciones sobre cómo meter la información de las diferentes direcciones en un formulario de ordenador. Se está solucionando

ahora para poder incluirlas en la lista.

Alemania - 16
Australia - 37
Austria - 3
Bielorrusia - 1
Bélgica - 2
Canadá - 58
China - 3
Colombia - 1
Chipre - 1
República Checa - 7
Dinamarca - 46
Ecuador - 2
Eslovaquia - 4
España - 6
Estados Unidos - 1 570
Estonia - 2
Finlandia - 29
Gana - 1
Grecia - 4
Guatemala - 2
Hungría - 4
India - 5
Irlanda - 8
Islas Vírgenes de los Estados Unidos - 1
Israel - 5
Italia - 14
Japón - 14
Kenia - 3
Latvia - 4
Lituania - 8
Luxemburgo - 1
Malta - 1
México - 13
Mongolia - 1
Omán - 1
Panamá - 4





ComLINE

Países Bajos – 13
Polonia – 15
Portugal – 1
Puerto Rico – 1
Reino Unido – 39
República Dominicana – 1
Rumania – 1
Rusia – 47
Singapur – 2
Sudáfrica – 5
Suecia – 74

Suiza – 3
Tailandia – 3
Turquía – 4
Ucrania – 5
Venezuela – 1
Zambia – 1

Así que, si necesitas designar a un Poder Superior —para tu guía espiritual—, quizá puedas usar el programa mundial de ACA como Poder Superior a ti mismo. Considéralo tu sistema de apoyo a nivel internacional.

Ah, y ya que las reuniones de ACA se dan en todo el mundo, asegúrate de mantener la información de tu reunión actualizada en www.adultchildren.org/meetings

Paso 7

«Humildemente le pedimos a Dios que nos liberase de nuestros defectos»

Paso 8

«Hicimos una lista de todas aquellas personas a quienes habíamos perjudicado y estuvimos dispuestos a reparar el daño que les causamos»

Paso 9

«En cuanto nos fue posible, hicimos enmiendas a estas personas, excepto cuando el hacerlo implicaba perjuicio contra ellos u otros»

Promesa 7

«Aprenderemos a entretenernos y disfrutar de nuestras vidas»

Promesa 8

«Optaremos por amar a personas que se amen y sean responsables por sí mismas»

Promesa 9

«Se nos hará más fácil establecer, en forma sana, nuestros límites personales»





¿A dónde va el dinero?

de Christine B.

Como delegada en la Conferencia Anual de Trabajo (ABC) en Malmö, Suecia, estaba interesada en conocer el informe del último tesorero de la Organización Mundial de Servicio (WSO), Bill D., y a la nueva tesorera, Pat H.

Pensé que la WSO trabajaba desde «oficinas»

¡Aprendí tanto! Primero, pensé que la WSO trabajaba desde «oficinas», con empleados, líneas telefónicas y escritorios con ordenadores. Me explico, un grupo que realizaba el trabajo de la organización para servirnos. Bien, estaba equivocada.

Fue toda una sorpresa aprender sobre nuestros servidores de confianza

La WSO tiene un pequeño almacén desde el que envía la literatura con ayuda de tres trabajadores. Cuando conocí los informes de los servidores de confianza, me sorprendí al saber que todos son voluntarios y que están en lugares remotos.

“

Sé que el trabajo más complicado debe hacerse de manera presencial.

”

Segundo, aprendí que la WSO, con un presupuesto de un millón de dólares aproximadamente, depende en parte de las ventas de la literatura para financiar nuestro trabajo de difusión —incluidos los gastos de hacer funcionar las conferencia anual ABC/AWC, las reuniones de la Junta, la creación de literatura y la actualización que exigen los avances tecnológicos—.

Tal y como informó Bill D., nuestras contribuciones se han incrementado en el último año a 117 000 dólares. La WSO también dedicó 190 000 dólares de los ingresos en literatura a apoyar el trabajo de la fraternidad.

Los miembros preguntaron si usar las ventas de la literatura para financiar el trabajo de la fraternidad afectaba a la autofinanciación de la WSO. Pat H. esclareció: «ACA se autofinancia a través de los donativos de la Tradición 7, junto con la producción y venta de la literatura».

Le preguntaron a Bill D. si la WSO tiene una reserva prudente asignada de tres meses de gastos, lo que serían unos 240 000 dólares.

La WSO está creciendo rápidamente...

Tras hablar con Pat H., nuestra nueva tesorera, me di cuenta de que la WSO está creciendo tan rápido que sus gastos de crecimiento reducen en cierta medida lo que de otro modo serían unos fondos asignados de 240 000 dólares para una reserva prudente.





Como me indicó Pat, «El hecho de que no haya tanto dinero en efectivo para una reserva prudente nos indica lo bien que va ACA». Estamos autofinanciando nuestro crecimiento. No estamos solicitando préstamos ni pidiendo dinero prestado a cambio de nuestros activos. Creo que esto es algo de lo que los miembros deben sentirse orgullosos».

... y también lo están haciendo sus gastos

El gasto de fraternidad más caro es el de la conferencia ABC/AWC. Este evento anual no se autofinancia, pero es capital para unir a la fraternidad de todo el mundo. A medida que esta crece, el evento anual se vuelve cada vez más importante. En la reciente conferencia en Malmö, Suecia, asistieron unos quinientos participantes de más de veinticuatro países. Nuestros miembros de la Junta también se ven en persona dos veces al año.

Las reuniones en persona son vitales para el trabajo que realizamos

Los delegados preguntaron si podíamos ahorrar dinero eliminando las reuniones presenciales. He formado parte de muchas juntas durante mi trayectoria y sé que el trabajo difícil tiene que hacerse en persona. Esas reuniones son vitales para el trabajo que realizamos.

Nuestra Junta se reduce

Los estatutos autorizan veinte miembros, pero solo tenemos diez. Teóricamente, podríamos disminuir el tiempo que dedican nuestros miembros si aumentáramos el tamaño de la Junta. Pero, como Pat H. ha comentado, la necesidad más apremiante es incrementar los miembros del Comité.

La Junta actual de diez miembros es más grande que la de años pasados. Pero, lo que es realmente importante, es que necesitan la ayuda de todos nosotros para poder hacer su trabajo. Nuestros miembros de la Junta son increíblemente trabajadores. Resulta evidente que se toman muy en serio la confianza que la fraternidad deposita en ellos.

Nuestros miembros de la Junta y los presidentes del Comité se dedican plenamente a su tarea

Cuando escuché los informes en la Conferencia Internacional y luego vi la cantidad de talleres que los mismos miembros de la Junta pusieron en marcha, valoré cuánto depende ACA de los pocos miembros de la Junta y presidentes del Comité que se dedican en cuerpo y alma.

“

*No hay un «nosotros» y un «ellos».
Solo existe un «nosotros y nosotros».*

”

Por último, aprendí que no hay un «nosotros» y un «ellos». Solo existe un «nosotros y nosotros». Y hace falta que «todos nosotros» ayudemos económicamente a ACA y contribuyamos a su crecimiento y al de nuestra WSO. ¡Gracias, Junta, por todo el trabajo que realizáis!





ComLINE

Noticias emocionantes de ACA, actualizaciones y acerca de cómo puedes ayudar

DESCARGA GRATUITA DE AUDIOS MP3

La ponencia de cierre en la AWC en abril de 2019 en Malmö, Suecia, de Charlie H.: «Courage Applied» («La valentía puesta en práctica»): <https://shop.adultchildren.org/collections/2019-awc/products/2019-awc-closing-talk>.

PÁGINA WEB DE ACA Y BASE DE DATOS

La base de datos y el Comité de la Página Web tiene un canal en Slack. Si estás interesados en participar, envíad un e-mail a: webservant@adultchildren.org.

Nos juntamos cada dos miércoles a las 13.00 h (hora del este) a través de Telecon. Podemos aprovechar la experiencia en diseño web, especialmente en WordPress.

REGIONES ACA

Greater Western USA Region (Region #2, 661-269-3937, gwuregion@gmail.com, [Regions Website](#)).

Reunión de Junta por videoconferencia, el tercer sábado de cada mes, de 11.00 h a 12.30 h (hora del Pacífico). Teléfono: (605) 472-5354. Código de acceso: 861824#. Se necesitan voluntarios. Llama o envíanos un e-mail.

INTERGRUPOS DE ACA

Los intergrupos se están formando a nivel internacional y están creando redes para facilitar la participación. Consulta el siguiente enlace para ver si hay alguna reunión de intergrupo en tu zona: <https://adultchildren.org/intergroup-listing>.

Recordatorio: el Subcomité de Intergrupos se reúne el cuarto sábado de cada mes, a las 13.30 h (hora del este).

La próxima reunión será el sábado 27/07/2019, de 12.30 a 13.30 h (hora del este). Reunión a través de Zoom: <https://zoom.us/j/878197377>.

LITERATURA DE ACA

Puedes consultar las grandes novedades [aquí](#). Si la literatura es uno de tus fuertes, necesitamos voluntarios editores, revisores, escritores, artistas gráficos, etc. Escribe un e-mail a litchair@acawso.org.

Únete a la videoconferencia mensual con los administradores de la Junta de ACA el [segundo sábado](#).

CONTRIBUCIONES A ACA

¿Te gustaría contribuir económicamente con tu grupo? ¿Te gustaría contribuir de manera anónima? Haz clic [aquí](#) para hacer tu donativo.

¿Prefieres donar tu tiempo realizando algún servicio? Aquí te dejamos muchas de las áreas en las que necesitamos [ayuda](#). En el siguiente enlace encontrarás el formulario de voluntarios que tienes que rellenar y entregar en: <https://acawso.org/service/>.

AUDIOS DE LOS ORADORES DE ACA

[Aquí](#) encontrarás los audios de los oradores de la Convención Anual de ACA desde el 2016 hasta el 2019.

ABC/AWC DE ACA

Se han grabado las sesiones de trabajo de la ABC 2019 en Malmö, Suecia. Puedes encontrar las grabaciones aquí: <https://acawso.org/category/abc--committee/>.





COMLINE DE ACA – TU BOLETÍN CUATRIMESTRAL INTERNACIONAL

SIEMPRE NECESITAMOS: vuestras contribuciones de 250-500 palabras, poemas, trabajos artísticos o fotos. Enviadlos a litstaff@adultchildren.org junto con el [formulario de autorización firmado](#) para que figuren en nuestra publicación electrónica cuatrimestral. Cada publicación trata alguno de los temas de los Pasos, las Tradiciones y las Promesas. ¡Comparte tus experiencias, fortalezas y esperanzas con nosotros!

¡NUEVO!: edición especial de *Comline*: [Addressing-Predatory Behavior](#).

¡NUEVO!: Rusia es el primer país que traduce el boletín *Comline* a otro idioma. Échale un ojo en: <https://adultchildren.ru/lit/wso/comline/2019-q1/>.

E-BOOKS DE ACA DISPONIBLES

La lista aumenta. Puedes consultarla en: <https://shop.adultchildren.org/pages/e-books>.



Consulta todos los calendarios del Comité en: <https://acawso.org/committees-calendar/>

www.adultchildren.org
www.acaspain.org

Traducción realizada por el grupo SP023. No es una traducción aprobada por ACA WSO.

