

LA VOZ DE LA RAZÓN

EDICIÓN 16

MAYO DE 2025

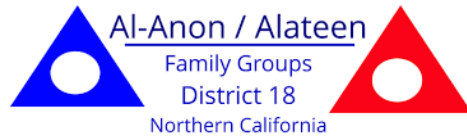
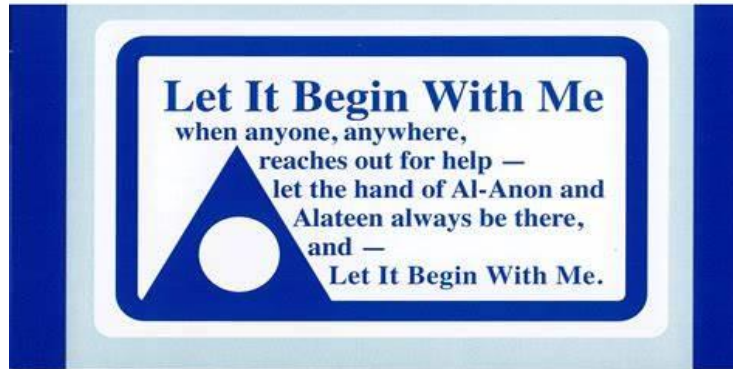


Foto de Teri G. – Bosque Nacional Grand Teton

“Montana es el lugar donde el alma busca la paz.”

Tomé esta foto durante una visita a Montana. Sentía una paz profunda y me tomé un tiempo para reflexionar sobre mi crecimiento personal mientras admiraba el hermoso paisaje. Era un día precioso y me sentí muy conectada con mi Poder Superior.



Comparte tu experiencia, fortaleza y esperanza

Si bien cada edición de La Voz de la Razón destaca un tema central (esta edición se centra en las experiencias de la Conferencia de Primavera de la NCCAA), agradezco cualquier colaboración sobre cualquier tema que se relacione con tu trayectoria personal. Tus historias, reflexiones y perspectivas son invaluable para fomentar la conexión y el apoyo en nuestra comunidad Al-Anon.

Si tienes preguntas, ideas o deseas contribuir a una próxima edición, no dudes en contactarme.

Puedes contactarme, Teri G., en newslettercoordinator@alanonsanjoaquinvalley.org

Juntos, podemos seguir compartiendo nuestra sabiduría y aliento colectivos, una historia a la vez.



En marzo de 2025, el Consejo de Alcohólicos Anónimos del Norte de California (NCCAA) celebró su 76.^a Conferencia Anual de Primavera en el DoubleTree by Hilton de Modesto, California. Este evento reunió a miembros de las comunidades de AA y Al-Anon para un fin de semana de experiencias compartidas, enriquecimiento espiritual y compañerismo. Quiero agradecer de todo corazón a Nancy T y Marcus B por compartir su experiencia en este evento. Fue un evento muy divertido y de gran recuperación.

Cooperación sin afiliación: La sexta tradición de Al-Anon en acción

La Conferencia de Primavera de la NCCAA, celebrada en Modesto en marzo, fue una magnífica oportunidad para ver la Sexta Tradición de Al-Anon en acción: «Nuestros Grupos Familiares nunca deben respaldar, financiar ni prestar nuestro nombre a ninguna empresa externa, para que los problemas de dinero, propiedad y prestigio no nos desvíen de nuestro objetivo espiritual primordial. Aunque somos una entidad independiente, siempre debemos cooperar con Alcohólicos Anónimos». (énfasis añadido). En «Alcanzando la Libertad Personal», se afirma: «Cooperar significa trabajar juntos para nuestro beneficio mutuo. En este espíritu de trabajo en equipo, podemos tener relaciones amorosas y de apoyo, y aun así ejercer nuestra independencia».

En la conferencia, Al-Anon compartió el espacio, vendió boletos para el sorteo de donaciones al precio que elegimos, vendió literatura de Al-Anon, retuvo todos los fondos de los boletos para el sorteo y la venta de literatura, programó reuniones en horarios y con temas de nuestra elección, los miembros de Al-Anon presidieron y fueron los lectores en todas las reuniones, y eligió a nuestro propio orador principal. Dado que AA cubrió todos los gastos de las instalaciones, les transferimos los fondos de la Séptima Tradición en nuestro espíritu de cooperación. También nos aseguramos de no programar reuniones en paralelo con las reuniones o paneles de oradores principales. Al-Anon recibió comentarios muy positivos de los miembros del comité de la conferencia de AA por nuestra participación y entusiasmo.

En la conferencia, Al-Anon compartió el espacio, vendió boletos para el sorteo de donaciones al precio que elegimos, vendió literatura de Al-Anon, retuvo todos los fondos de los boletos para el sorteo y la venta de literatura, programó reuniones en horarios y con temas de nuestra elección, los miembros de Al-Anon presidieron y fueron los lectores en todas las reuniones, y eligió a nuestro propio orador principal. Dado que AA cubrió todos los gastos de las instalaciones, les transferimos los fondos de la Séptima Tradición en nuestro espíritu de cooperación. También nos aseguramos de no programar reuniones en paralelo con las reuniones o paneles de oradores principales. Al-Anon recibió comentarios muy positivos de los miembros del comité de la conferencia de AA por nuestra participación y entusiasmo.

Asistir y servir en un evento como este me reafirma en mi inmensa fortuna por haber encontrado esta forma de vida. Me sentí como en casa y lo pasé genial el fin de semana. Tuve la oportunidad de visitar a viejos amigos y hacer nuevos. Pude leer nuestras Tradiciones desde el podio, además de disfrutar de la diversión de conocer gente mientras vendía boletos y anunciaba los números ganadores. Aprendí más sobre la enfermedad escuchando a oradores de AA y relacionándome con los de Al-Anon. He asistido a muchas conferencias a lo largo de los años y todas me han aportado algo a mi salud y bienestar espiritual. Animo a todos a asistir a los eventos que encuentren y a levantar la mano para servir. ¡Creo que les traerá alegría!

Nancy T

Intenta ser un arcoíris en la nube de alguien.- Maya Angelou

✿ Abrazando el servicio: un camino hacia el crecimiento personal

Decidí ofrecerme como voluntaria para el puesto porque descubrí que una de mis virtudes personales era ser extrovertida y proactiva, como descubrí en el paso 4 con mi padrino. También sentí que mi experiencia a nivel de grupo, como buscadora de oradores para varios grupos a lo largo de los años, fue como un paso previo para participar en el distrito. Le pedí a alguien con mucha experiencia en el distrito que fuera mi padrino de servicio, ya que me resultaba un poco intimidante asistir a las reuniones del distrito como representante de grupo y no conocer todos los procedimientos. Sentí que esto me ha ayudado en mi recuperación de varias maneras; una de ellas fue pedir ayuda a la gente. No puedo asistir a todos los eventos sola ni planificar y prepararme sola. La gente de la confraternidad me lo demostró, y mi padrino de servicio me ayudó a ver que puedo pedir a la gente que forme parte de un comité y, lo más importante, confiar en que pueden hacer su trabajo sin mi interferencia, lo cual es un gran problema en Al-Anon para mí. En los últimos dos años como coordinadora de eventos especiales, he crecido en ese sentido, e incluso cuando siento que las cosas no salen como las planeé, siempre salen bien cuando simplemente me dejo llevar y dejo que Dios actúe. También he aprendido a ver cómo

funcionan todos los aspectos de la NCWSA, la WSO y los distritos, ¡y ahora disfruto ir a las reuniones de distrito!

Marcus B.

Gracias, Nancy T y Marcus B por compartir su recorrido personal para sus reflexiones.

Saliendo, creciendo por dentro

Una de las muchas razones por las que elegí servir a nuestro distrito fue para desafiarme a mí mismo, para salir de mi caparazón y crecer. Pero sobre todo, mi principal motivación fue trabajar en mi programa y mantenerme comprometido con mi recuperación. Asumir el cargo de coordinador del boletín informativo me brindó la oportunidad perfecta para hacerlo. También fue la razón por la que asistí a la 76.^a Conferencia Anual de Primavera de la NCCAA con la participación de Al-Anon, y estoy muy contento de haberlo hecho.

La experiencia fue verdaderamente inspiradora. Conocí gente nueva, reencontré con caras conocidas y amigables, y me inspiró un orador tan sincero. Además, ¡gané una hermosa canasta! Pero más allá de la alegría superficial, la conferencia me brindó algo mucho más profundo: un momento para reflexionar sobre lo lejos que he llegado en mi recuperación. Me recordó que el programa funciona.

Asistí a la conferencia con alguien que no participa en el programa. Estar con ellos me recordó quién era antes de Al-Anon. Al igual que ellos, antes tenía muchas creencias limitantes y era escéptico con respecto a la espiritualidad. No crecí con una base espiritual o religiosa sólida. Aunque mis abuelos iban a la iglesia y hablaban de Dios, para mí, sus acciones no se correspondían con sus palabras.

Como resultado, me desilusioné. Mi familia inmediata no era religiosa, así que nunca pensé que la espiritualidad fuera algo que deseara —o necesitara— en mi vida.

Durante años, busqué un sentido de pertenencia espiritual que no generara conflictos en mi familia. Cada vez que intentaba hablar de estas ideas, se convertía en un debate. La espiritualidad me parecía un encasillamiento en el que no encajaba.

Treinta años después: entré en Al-Anon en 2023, destrozada y desesperada por un cambio. Estaba cansada del dolor, cansada del caos. Sabía que no podía seguir viviendo como antes. A través de las reuniones, escuchando a los miembros, leyendo la literatura y conectando con una madrina que compartió su experiencia, fortaleza y esperanza, me di cuenta de que quería lo que todos ustedes tenían.

Hoy, tengo una relación con el Dios que concibo. Es una relación que sigue creciendo, arraigada en la compasión, la gracia y la aceptación. He aprendido que puedo definir cómo es mi relación

con mi Poder Superior. Y, lo que es igual de importante, he aprendido que no tengo derecho a juzgar la relación de nadie con la suya.

Después de la conferencia, la persona que me acompañó tuvo dificultades con la frecuente mención de "Dios", "el Dios de mi entendimiento" y "Poder Superior" por parte del orador. No me sorprendió. En mi familia, esas palabras —Dios, oración, bendito— son palabras de guerra. Cualquier mención de la fe suele desembocar en una batalla entre ciencia y religión. En ese mundo, creer en algo superior a uno mismo significa ser ingenuo o irracional. Me han ridiculizado por tales creencias y me han hecho sentir insignificante.

Pero en ese momento de incomodidad, tuve una conversación con la persona que significaba todo para mí. Le expliqué que mis creencias simplemente eran diferentes a las suyas; no eran correctas ni incorrectas, solo mías. Y aunque esperaban que cambiara de opinión, me mantuve firme, sabiendo que mi espiritualidad ya no era algo que debiera justificar ni minimizar.

Como dice en El coraje de cambiar página 117:

Muchos de nosotros necesitamos tiempo para asimilar la naturaleza espiritual del programa de Al-Anon. Si tuviéramos que creer en un Poder Superior para participar en Al-Anon, quizá nunca hubiéramos seguido asistiendo a las reuniones. Con el tiempo, muchos llegamos a creer en un Poder Superior porque tenemos la libertad de llegar a nuestra propia comprensión a nuestro propio ritmo. De esa manera, todo lo que aprendamos tendrá significado para nosotros.

Teri G.



❀ Almuerzo de Damas – Merced, 3 de mayo de 2025 ❀

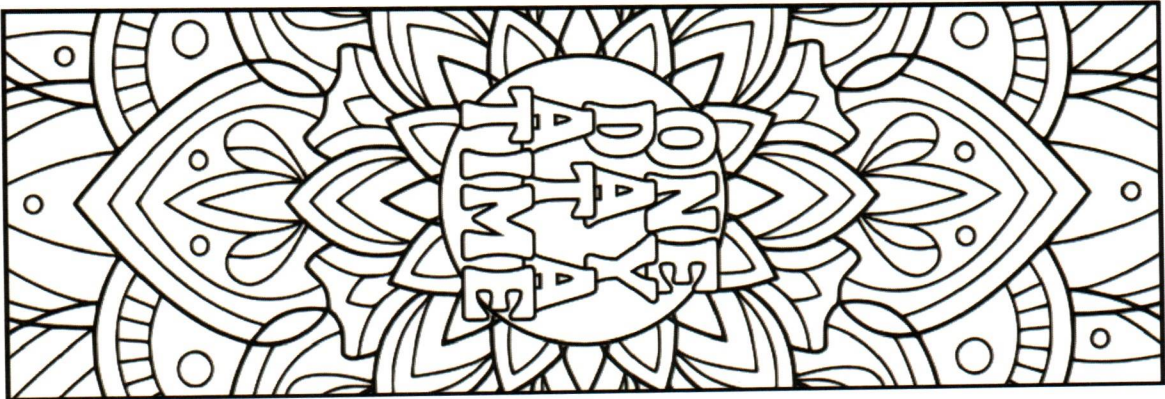
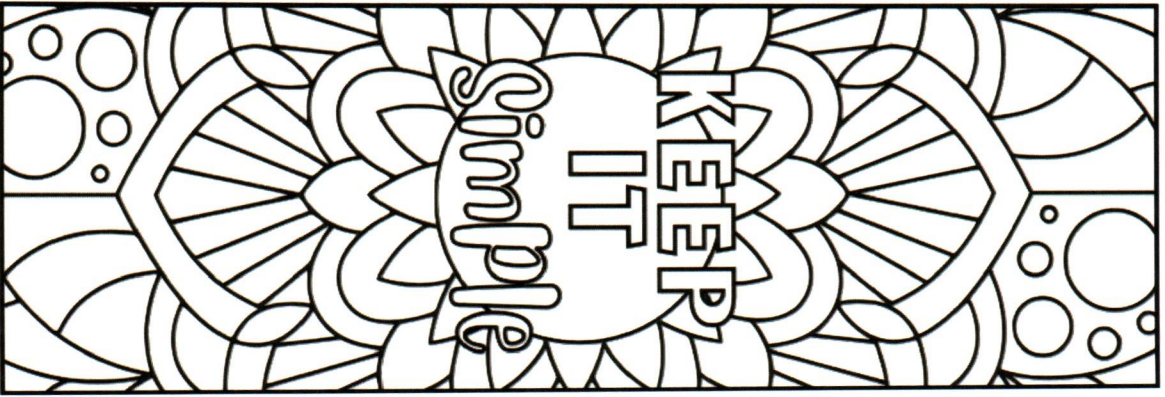
Quisiera expresar mi más sincero agradecimiento a **Antonia M., Carmen A., Patty L., Diana C. y Shawneller B., Amy H y Emma H.** por organizar un maravilloso almuerzo para damas el sábado 3 de mayo de 2025 en Merced, en el restaurante Ravello's. También, gracias a **Erin H.** por la mesa de literatura de Al-Anon. Fue una experiencia verdaderamente encantadora, llena de alegría, conexión y un espíritu de recuperación.

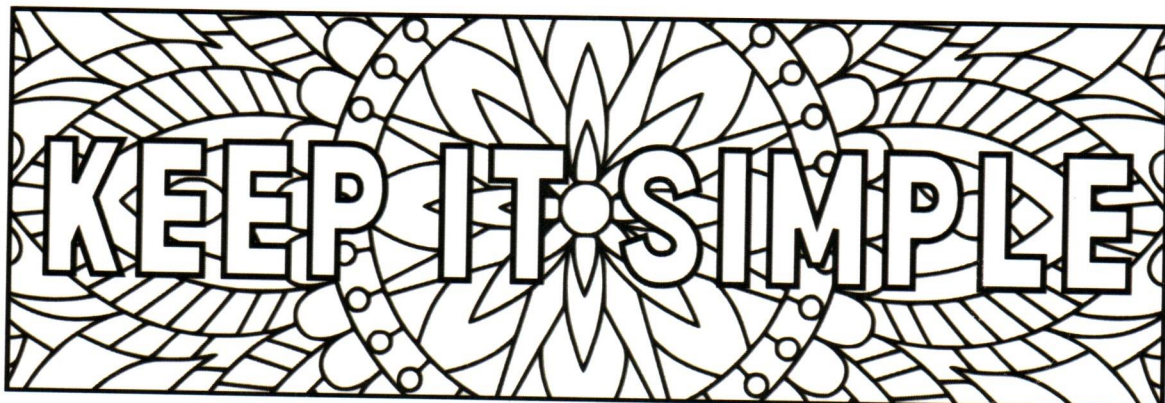
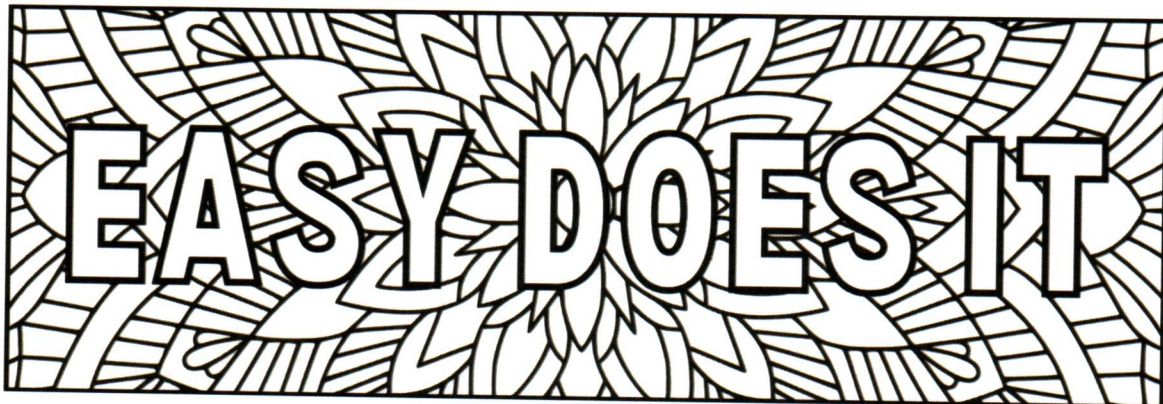
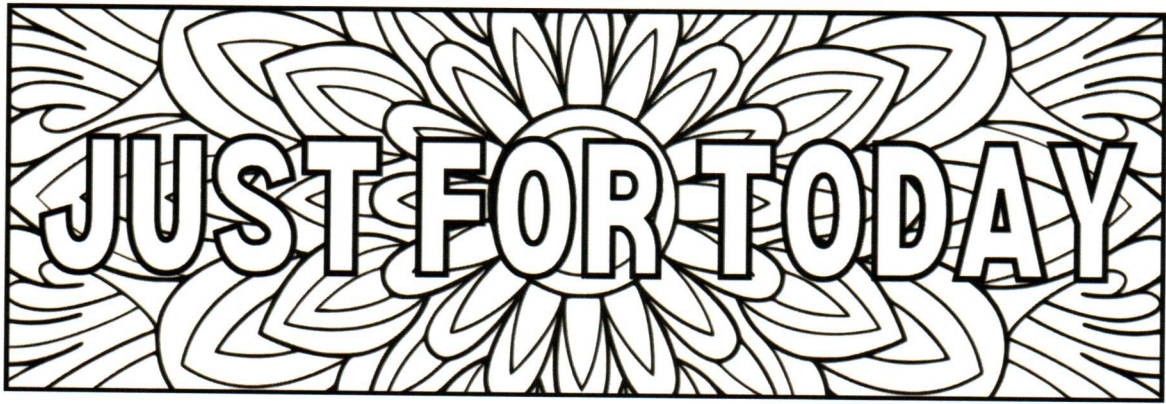
La comida estuvo deliciosa, el ambiente fue cálido y alegre, y la decoración, encantadora, adornada con eslóganes de Al-Anon que nos recordaron a todos nuestra travesía compartida. Un agradecimiento especial a **Antonia M.**, quien proporcionó marcapáginas para colorear (compartidos aquí con su permiso) que le dieron un toque único y personal.

Un total de cincuenta y nueve asistentes nos acompañaron, incluyendo dos Alateens y tres pequeños, llenando el espacio de comunidad y amor. Había catorce hermosas canastas de donaciones, cada una espectacular.

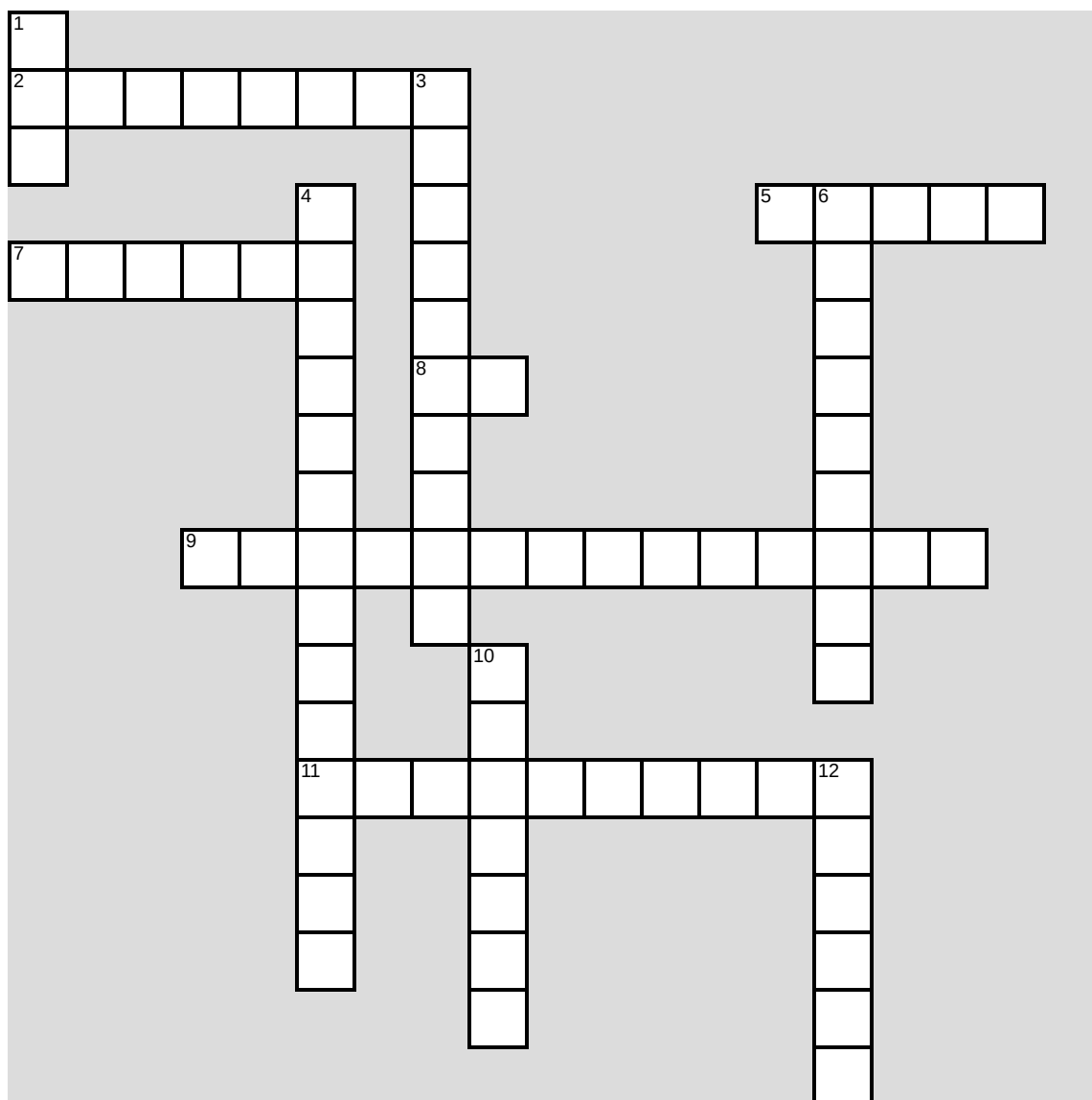
También nos conmovieron profundamente las palabras de dos oradores de Al-Anon y dos de AA, quienes compartieron su experiencia, fortaleza y esperanza. La sala se llenó de una poderosa sensación de recuperación y unidad.

Este fue realmente un evento memorable y ¡espero que tengamos la oportunidad de reunirnos nuevamente el próximo año!





Al-Anon Crossword Puzzle



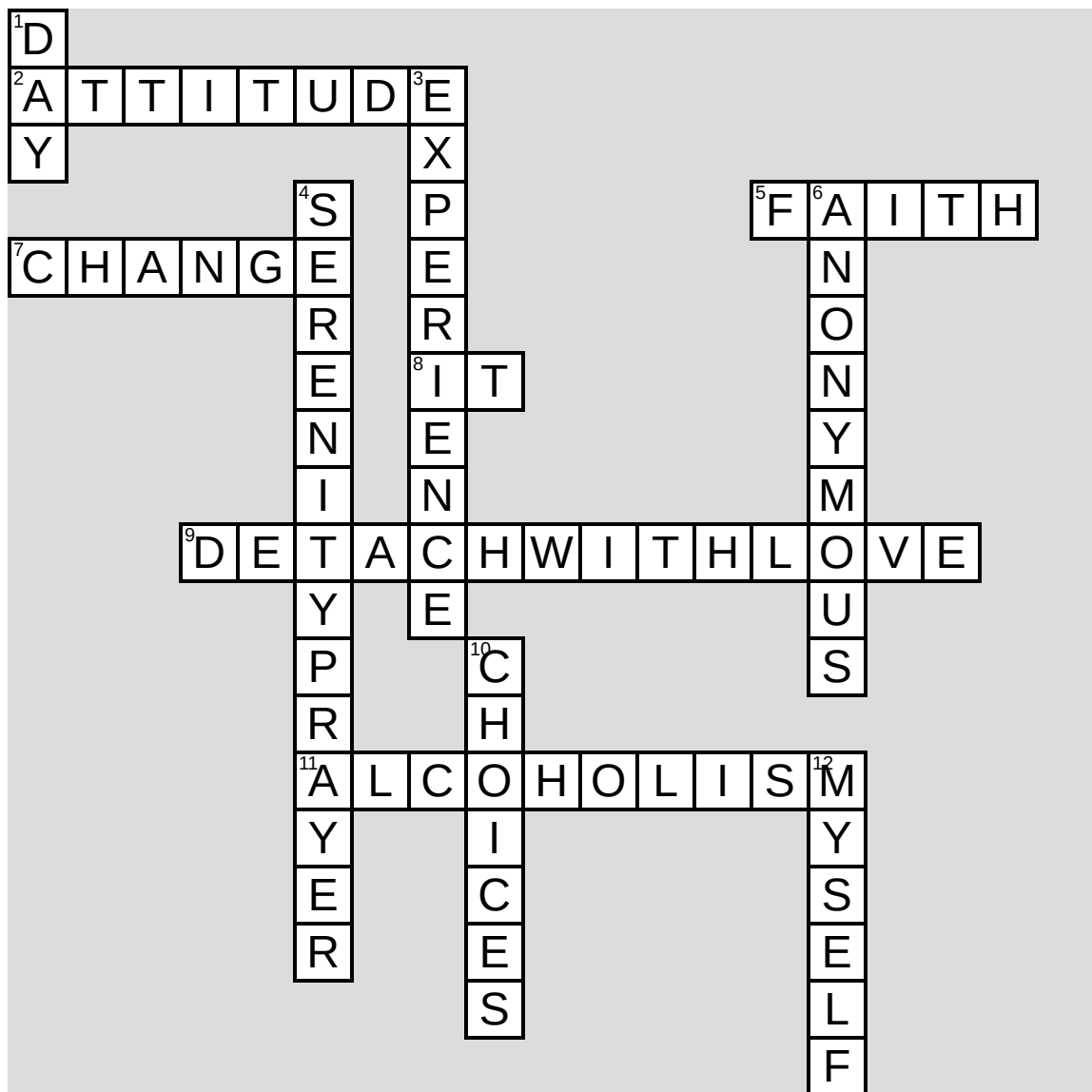
Across

- 2** Famous acronym for what we can change: Ourselves and our _____.
- 5** The 12 steps help build this type of relationship
- 7** Sponsor relationships promote this kind of growth.
- 8** "Let ____ begin with me"
- 9** Tool used to keep serenity and avoid control (3 words)
- 11** Many Al-Anon members are affected by someone's _____

Down

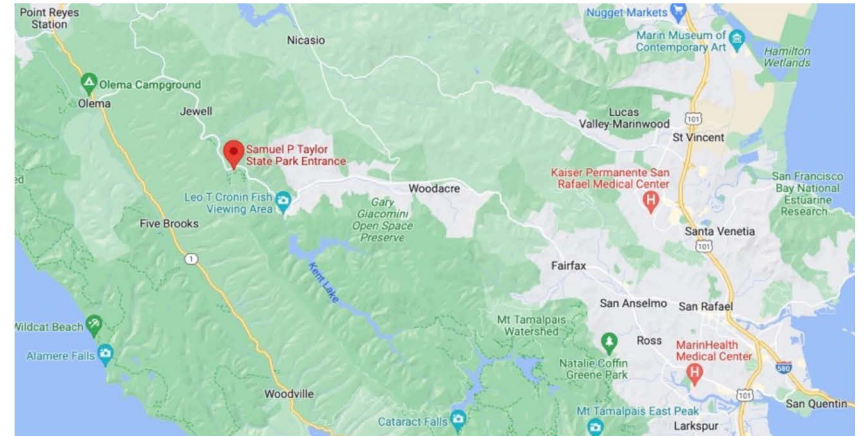
- 1** A key concept in Al-Anon: taking things one ____ at a time.
- 3** We are here to share our _____, strength and hope.
- 4** A meeting often starts with this reading (2 words)
- 6** Al-Anon is a _____ group of(nonprofessional)
- 10** We are not responsible for another person's _____.
- 12** A central concept of Al-Anon: taking care of _____.

Al-Anon Crossword Puzzle



A DAY IN THE REDWOODS

Overcoming Shame Through Community



The Park is located 15 miles/30 minutes west of San Rafael on Sir Francis Drake Boulevard. Look for the “Camp Taylor” entrance.

We have reserved the Redwood Grove Group Picnic Area at Samuel P. Taylor State Park. Parking and bathrooms are nearby.



14th Annual Corte Madera Men's Al-Anon Event

Sponsored by Monday Night Men's AFG, District 11

Saturday May 17, 2025

Samuel P. Taylor State Park
Redwood Grove Group Picnic Area
8889 Sir Francis Drake Boulevard Lagunitas, CA

9:00 AM to Sunset

Setup begins at 8:00 AM

Al-Anon  Family Groups

PROTOCOLS

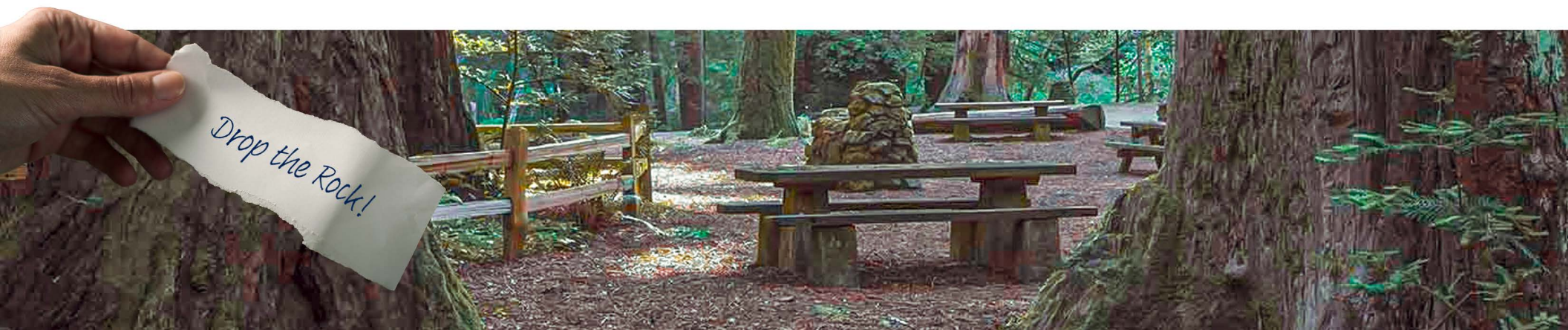
1. Please bring a camp chair or 2 if you can.
2. The Park enjoys a mild climate and is usually cooler than San Rafael. The picnic area is shaded. There is a fire pit. Layered clothing is best. If you can, bring an extra coat and a poncho in case of rain.
3. A light breakfast (coffee, pastries, fruit), lunch, soft drinks, afternoon snacks, and dinner are provided.
4. Speakers will share for up to 20 minutes, followed by member shares. Breakout groups are used to encourage intimacy and closer communications. Each participant chooses which breakout group to be in.
5. Multiple shares on a topic are called loving interchanges. Service Manual page 42 explains: "Experience suggests that more can be accomplished when members share on a single topic during the meeting and as many members as possible have the opportunity to share."
6. Alateen young men are welcome.
7. For more information contact the Committee members:
MarinMensMeetingEvents@gmail.com

Cost: \$40 (park registration fee, breakfast, lunch, dinner, drinks, firewood, and snacks). **Scholarships are available.**

- **PLEASE RSVP** to MarinMensMeetingEvents@gmail.com by 5/10/25
- Payments can be made by check or Venmo
- Make checks payable to: Monday Men AFG

PROGRAM

- 8:00am Check-in, Setup and Breakfast
- 9:00am Welcome and Introductions
- 9:30-9:50 1st Speaker
- 9:50-10:45 Shares and Breakout Groups
- 10:45am Break
- 11:00am Group singing led by Kyle
- 12:00pm - 1:00pm Lunch (vegetarian option available)
- 1:00pm - 2:00pm Free Time
- 2:00pm - 2:45pm Group Improv
- 2:45pm - 3:05pm 2nd Speaker
- 3:05pm - 3:45pm Group Shares
- 3:45pm Break
- 4:00pm Feedback session
- 4:30pm Concluding ritual
- 5:00pm Serenity Prayer and Dinner
- 6:00pm Singing (optional) and fellowship around the campfire
- 8:00pm Cleanup



CERES AFG

Invites you to spend an evening with

STEVE W.

From San Diego, California

**As he shares his
Experience, Strength and Hope
in Al-Anon**

Monday, May 19, 2025

At 6:30 PM

1813 Moffett Road, Ceres

**We will be celebrating Al-Anon birthdays for
April, May and June**

Hope to see you there!!!

If you need more info., please call Greg F. 209 614 4167



The District 18 Public Outreach Committee

INVITES YOU to OUR NEXT MEETING

**WHEN: Saturday, June 14th
11:00 AM - 12:30 PM**

**WHERE: Harvest Presbyterian Church
1813 Moffett Road, Ceres, CA**

Central Valley Intergroup
presents



Saturday, June 14, 2025
12pm—4pm

Harvest Hall

3800 Cornucopia Way, Modesto, CA 95358

Doors Open at Noon

\$2 Suggested Donation

Chili Tasting 1pm—2:15pm

CVI will provide chili toppings and condiments

SPEAKER MEETING AT 2:30PM

Wanda T. with 37 Years

50/50 Raffle

Best Chili Awards:

♦ **People's Choice Award** ♦

For information on how to enter your chili (just bring your chili—no toppings), contact Jessica H., @ 209-756-6650.

Deadline to enter is June 9th





alanonsanjoaquinvalley.org

Zoom Meetings					In-			
Day	Time	Meeting Name	Meeting ID	Password	Day	Time	Meeting Name	Location
Mon	12:00 PM	Hope for Today Downtown	887577339	495117	Tues	12:00 PM	Courage to Change AFG	154 W. Tenth Street , Tracy
Mon	5:30 PM	Woman's topic Meeting	861-5411-8094	861-533	Tues	12:00 PM	PM Coed Step Study	Alano Club 19421 Village Drive, Sonora
Mon	6:30 PM	Mon Night in Recovery	89991040914	serenity	Tues	5:00 PM	Vive y Deja Vivir GFA	Los Banos United Methodist Church, 1031 Iowa Ave, Los Banos
Tues	12:00 PM	Sonora, Coed Topic Meeting	847-0726-8764	20122	Tues	6:00 PM	Changing Attitude AFG (NEWCOMER MEETING)	901 W. Rumble Rd. Modesto
Tues	6:00 PM	Young ADULTs Learning to Live	5779208887	457893	Tues	6:45 PM	Changing Attitude AFG	901 W. Rumble Rd. Modesto
Tues	6:30 PM	Mountain High Serenity	89706220096	serenity	Tues	6:00 PM	Amor Propio	Our Lady of Fatima Church 505 Granger Ave., Modesto
Wed	12:00 PM	Sonora, Coed Topic Meeting	847-0726-8764	20122	Tues	7:00 PM	Sierra AFG	353 E. Donna Dr. Merced (portables behind the church)
Wed	12:30 PM	Daily Reading Into Recovery	88094721390	serenity	Wed	12:00 PM	Let it Begin with Me AFG	3460 Oakdale Rd Suite B (at Sylvan Ave), Modesto
Wed	6:00 PM	Open Hand	892 0653 9123	258880	Wed	5:00 PM	Vive y Deja Vivir GFA	Los Banos United Methodist Church, 1031 Iowa Ave, Los Banos
Thurs	10:00 AM	Thurs AM Turlock AFG	89436700710	586018	Wed	5:45 PM	Path to Serenity AFG	St. Joseph's Catholic Church 1813 Oakdale Rd. St. John Paul II Center, Room 10, Modesto
Thurs	6:30 PM	Happy Joyous & Free	5779208887	457893	Wed	6:00 PM	Empezando A Vivir	St Francis Episcopal Church, 915 E. Main St., Turlock
Sat	9:30 AM	Keep it Simple AFG	5846466683	170773	Wed	6:30 PM	Murphys Parents of Alcoholic Children	First Congregational Church 509 N. Algiers St., Murphy's
Sat	10:00 AM	Sat Morning Easy Does It	8108522609	easy	Wed	7:00 PM	Serenity AFG	Our Fathers House, 1005 I Street, Los Banos
Sat	12:00 PM	Hope-N-AFG	4201729921	472870	Thurs	9:30 AM	GFA Unidad y Esperanza	Manteca Fellowship, 332 E. Yosemite Ave., Ste C, Manteca
Alateen Meetings					Thurs	10:00 AM	Beachwood Fellowship	Summit Church 500 Buena Vista Drive, Merced
Mon	7:00	Do It Daily Alateen	Hutton House, 2004 W Briggsmore Ave, Modesto		Thurs	12:30 PM	Willow Springs AFG	Willow Springs Clubhouse 20522 Willow Springs Drive, Willow Springs
Tues	7:00	Unity Alateen	Central Presbyterian Church, 520 W. 20th Street (patio lounge), Merced		Thurs	1:00 PM	Oakdale AFG	Community United Methodist Church 1480 Poplar St. Oakdale
Wed	5:45PM-7:15PM	Courage to Be Me	St. Joseph's Catholic Church, 1813 Oakdale Rd, Room 8, Modesto		Thurs	5:30 PM	Thurs Women's Meeting AFG	Alano Club 19421 Village Drive, Sonora
In-Person Meetings					Thurs	6:00 PM	Just for Today AFG	Harvest Presbyterian Church, 1813 Moffett Rd, Ceres
Day	Time	Meeting Name	Location		Thurs	8:00 PM	Manteca AFG	332 E. Yosemite Ave Suite C, Manteca
1st Sun	1:30-3:30	D18 Business Meeting - Hybrid	1425 Standiford Ave, Modesto Zoom: 838 4051 8924, Passcode: Serenity		Fri	9:30 AM	Turlock AFG	2101 Geer Road, Suite 120, Turlock
Sun	9:00 AM	A New Path AFG	1425 Standiford Ave, Modesto		Fri	5:30 PM	Sonora AFG	Alano Club 19421 Village Drive, Sonora
Mon	10:00 AM	Stepping Stones AFG	The Gathering Place Church, 11281 Highway 49, Sonora		Fri	6:00 PM	Friends of Lois AFG	St Francis Episcopal Church, 915 E. Main St., Turlock
Mon	12:00 PM	Hope for Today Downtown	First United Methodist Church, 850 16th St. (Library Room), Modesto (Hybrid)		Fri	6:00 PM	Valor para cambiar	St. Joseph's Catholic Church 1813 Oakdale Rd. St. John Paul II Center, Room 10, Modesto
Mon	5:00 PM	Vive y Deja Vivir GFA	Los Banos United Methodist Church, 1031 Iowa Ave, Los Banos		Fri	6:00 PM	Joy of Discovery AFG	Renew Church, 4825 Stoddard Rd, Modesto
Mon	6:00 PM	Oakdale AFG	Community United Methodist Church, 1480 Poplar St. Oakdale		Fri	7:00 PM	Oakdale AFG	Community United Methodist Church 1480 Poplar St. Oakdale
Mon	6:30 PM	Ceres AFG	Harvest Presbyterian Church, 1813 Moffett Rd, Ceres		Sat	10:00 AM	Groveland AFG	11699 Merrell Road/Hwy120, Groveland
Mon	6:30 PM	Murphy's Foothills AFG	Congregational Church 509 N. Algiers St., Murphys		Sat	10:00 AM	Sat Morning Easy Does It	Central Presbyterian Church-Music room 520 W. 20th Street, Merced (Hybrid)
					Sat	4:00 PM	Sat of Serenity, Men's Group	1425 Standiford Ave, Modesto
Link to AI-Anon site for all meetings click HERE								

Link to Al-Anon site for all meetings click [HERE](#)