

Formato de reunión “Estudio de Pasos ASA” de Adictos Sexuales Anónimos

Agenda

(Horario Argentina)

- 21:45 El coordinador inicia sesión en Skype como EstudioDePasosASA y acepta a los contactos que confirmen el deseo de recuperarse de la conducta sexual adictiva.
- 21:50 El coordinador agrega llamadas entrantes a la conferencia y a quienes deseen participar de la reunión.
- 22:00 (Puntual) Oración de la Serenidad
- 22:01 Apertura
- 22:03 Los Doce Pasos de ASA
- 22:05 Las Doce Tradiciones de ASA
- 22:07 Silencio
- 22:08 Presentación de los participantes / Bienvenida a recién llegados (si hubiera)
- 22:17 Tema
- 22:18 Compartir
- 23:19 Las Promesas de la recuperación
- 23:21 Anuncios
- 23:22 Horario de la reunión
- 23:24 Cierre de la reunión
- 23:25 Gratitud
- 23:28 Oración de la Unidad
- 23:29 Despedida

Oración de la Serenidad (22:00)

Coordinador: Buenas noches. Por favor, podrían abrir sus micrófonos para abrir la reunión con la Oración de la Serenidad, que empieza con:

(pegar la oración en el chat)

“Oración de la Serenidad

Dios, concédeme la serenidad, para aceptar las cosas que no puedo cambiar, valor para cambiar aquellas que puedo, y sabiduría para reconocer la diferencia”.

Apertura (22:01)

Duración aproximada: 02:30 (mm:ss)

Bienvenidos a la reunión por Skype *Estudio de Pasos ASA de Adictos Sexuales Anónimos*.

Adictos Sexuales Anónimos (ASA) es una Comunidad de hombres y mujeres que comparten mutuamente su experiencia, fortaleza y esperanza para resolver su problema común y ayudar a otros a recuperarse de la adicción sexual".

La membresía a ASA está abierta a todas aquellas personas que comparten el deseo de detener su conducta sexual adictiva.

Para ser miembro de ASA no se pagan honorarios ni cuotas; nos mantenemos con nuestras propias contribuciones.

ASA no está afiliada a ninguna secta, religión, partido político, organización o institución alguna; no desea intervenir en controversias; no respalda ni se opone a ninguna causa.

Nuestro propósito primordial es mantenernos sobrios y ayudar a otros adictos sexuales a alcanzar el estado de sobriedad.

Menores de edad no son permitidos en nuestras reuniones.

Nuestra Comunidad está abierta a mujeres y hombres, sin importar raza, religión, origen étnico, estado civil u ocupación. Aceptamos a miembros de cualquier identidad u orientación sexual, ya sean homosexuales, lesbianas, heterosexuales, bisexuales o transgénero.

Este no es un lugar para conocer parejas sexuales, ni tampoco realizamos terapia de grupo. Tratamos de escuchar respetuosamente lo que otros tienen que decir, y compartir nuestra experiencia de manera apropiada. No damos consejos.

El anonimato es la base del programa de los 12 Pasos. Sólo usamos nuestro nombre. Lo que usted escuche aquí debe ser tratado como confidencial. Por favor, manténgalo dentro de los límites de esta reunión y los confines de su mente.

Esta reunión de estudio de Pasos es una oportunidad para los miembros de compartir cada semana, experiencia, fortaleza y esperanza, mientras caminamos a través de los Doce Pasos de ASA. Esta semana nos estamos enfocando en el _____ Paso.

Les recuerdo silenciar sus micrófonos mientras no sea el momento para compartir.

Los Doce Pasos de Adictos Sexuales Anónimos (22:03)

Coordinador: ¿Podría alguien ofrecerse como voluntario para leer los Doce Pasos de Adictos Sexuales Anónimos, pegados en el chat?

1. Admitimos que éramos impotentes ante nuestro comportamiento sexual adictivo, que nuestras vidas se habían vuelto ingobernables.
2. Llegamos a creer que un Poder Superior a nosotros mismos podía devolvernos el sano juicio.
3. Decidimos poner nuestra voluntad y nuestra vida al cuidado de Dios, tal como lo concebimos.
4. Sin miedo, hicimos un minucioso inventario moral de nosotros mismos.
5. Admitimos ante Dios, ante nosotros mismos, y ante otro ser humano, la naturaleza exacta de nuestros defectos.
6. Estuvimos enteramente dispuestos a dejar que Dios nos liberase de todos estos defectos de carácter.
7. Humildemente le pedimos a Dios que nos liberase de nuestros defectos.

8. Hicimos una lista de todas aquellas personas a quienes habíamos hecho daño y estuvimos dispuestos a repararlo.
9. Reparamos el daño causado directamente a aquellas personas siempre que nos fue posible, excepto cuando el hacerlo implicaba causarles daño a ellos o a otros.
10. Continuamos haciendo nuestro inventario personal y cuando nos equivocábamos lo admitíamos inmediatamente.
11. Buscamos, a través de la oración y la meditación, mejorar nuestro contacto consciente con Dios, como nosotros concebimos a Dios, pidiéndole solamente que nos dejase conocer su voluntad para con nosotros y la fortaleza para cumplirla.
12. Habiendo obtenido un despertar espiritual como el resultado de estos pasos, tratamos de llevar este mensaje a otros adictos sexuales y de practicar estos principios en todos los aspectos de nuestras vidas.

Las Doce Tradiciones de Adictos Sexuales Anónimos (22:05)

Coordinador: ¿Podría alguien ofrecerse como voluntario para leer las Doce Tradiciones de Adictos Sexuales Anónimos, pegadas en el chat?

1. Nuestro bienestar común debe tener prioridad; la recuperación personal depende de la unidad de ASA.
2. Para el propósito de nuestro grupo, sólo existe una autoridad fundamental: un Dios bondadoso tal como pueda manifestarse en nuestra conciencia de grupo. Nuestros líderes no son más que servidores de confianza. No gobiernan.
3. El único requisito para ser miembro de ASA es querer liberarse del comportamiento sexual adictivo.
4. Cada grupo debe ser autónomo, excepto en asuntos que afecten a otros grupos o a ASA considerada en su conjunto.
5. Cada grupo tiene un sólo propósito primordial: llevar el mensaje de recuperación al adicto sexual que aún está sufriendo.
6. Un grupo de ASA nunca debe respaldar, financiar, o prestar el nombre de ASA a ninguna entidad allegada o empresa ajena, para evitar que los problemas de dinero, propiedad y prestigio nos desvíen de nuestro propósito primordial.
7. Todo grupo de ASA debe autofinanciarse a sí mismo, negándose a recibir contribuciones de fuentes externas.
8. ASA nunca tendrá carácter profesional, pero nuestros centros de servicio pueden emplear trabajadores especializados.
9. ASA, como tal, nunca debe ser estructurada como organización, pero podemos crear juntas o comités de servicio que sean directamente responsables ante aquellos a quienes sirven.
10. ASA no tiene ninguna opinión acerca de asuntos ajenos a sus actividades; por consiguiente, su nombre nunca debe mezclarse en polémicas públicas.
11. Nuestra política de relaciones públicas se basa más bien en la atracción que en la promoción; necesitamos mantener siempre nuestro anonimato personal ante la prensa, la radio, la televisión y el cine.
12. El anonimato es la base espiritual de todas nuestras tradiciones, recordándonos siempre anteponer los principios a las personalidades.

Silencio (22:07)

Coordinador: ¿Podríamos hacer un momento de silencio para reflexionar porqué y para qué estamos aquí, así como, para pedir por el adicto que aún no asiste a las reuniones?

Tiempo suficiente para reflexión y meditación: 60 segundos

Coordinador: Gracias.

Presentación de los participantes (22:08)

Coordinador: Ahora corresponde la presentación de los participantes, también conocido como el momento para compartir 24 horas, en el que cada uno de nosotros se presenta sólo por su primer nombre, comparte una corta descripción que sea apropiada, y si lo deseamos, el porqué estamos aquí y como nos sentimos en este momento. El tiempo para cada presentación es de medio minuto aproximadamente.

Cada vez que alguien se presenta, es posible abrir el micrófono para saludarlo por su primer nombre, y luego cerrarlo para escuchar su presentación.

Gracias.

Empezamos con [nombre del participante]. Bienvenido(a) a la reunión. Es tu momento para presentarte.

Gracias por estar en la reunión. ¡Fuerza y adelante!

Tema (22:17)

Coordinador: Ahora nos corresponde tocar el tema para la reunión de esta semana, anunciado en la página web de Reuniones a distancia de Adictos Sexuales Anónimos. En este momento se pegará en el chat el enlace correspondiente:

[Para los martes]

[http://saatalk.info/es/meetings/meeting?xmeeting\[id\]=114](http://saatalk.info/es/meetings/meeting?xmeeting[id]=114)

[Para los viernes]

[http://saatalk.info/es/meetings/meeting?xmeeting\[id\]=108](http://saatalk.info/es/meetings/meeting?xmeeting[id]=108)

Antes del final de la reunión, agendaremos un ejercicio sobre el siguiente Paso en nuestra secuencia regular de reuniones o de cualquier Paso sugerido por un miembro para la próxima semana. Esta semana, estamos enfocándonos en el [número] Paso, como parte de nuestro trabajo a través de los Doce Pasos, con la hoja de trabajo [describir la hoja de trabajo agendada previamente].

Compartir (22:18)

Coordinador: Los miembros comparten su experiencia al trabajar el Paso correspondiente a esta semana. Podemos compartir más de una vez, pero daremos preferencia a quienes aún no han compartido y desean hacerlo. También es posible sólo escuchar.

Podemos compartir lecturas o herramientas que nos han ayudado y podemos consultar al grupo si han tenido experiencias con aspectos específicos del Paso de esta semana, pero no nos interrumpimos y no hacemos comentarios cruzados, lo que significa responder directamente a los comentarios de otra persona

Por favor, no usemos lenguaje ofensivo o descripciones que sean demasiado explícitas.

Por favor, seamos conscientes del tiempo de participación.

¡Por favor, mantengamos nuestro micrófono en silencio mientras no estemos participando!

El tiempo para compartir es de 5 minutos, y el espacio para compartir terminara 10 minutos antes del final de la reunión.

Faltando un minuto para cumplir los 5 minutos, se enviará una alerta en el chat, para indicar que es necesario redondear el compartir.

Por favor, si deseas compartir, abre tu micrófono y te presentas.

La reunión está abierta.

12 minutos antes de terminar la reunión:

Coordinador: Lo siento pero se ha terminado el tiempo para participar. Si necesita hablar con alguien, por favor, permanezca en la llamada o el chat después de la reunión, o solicite el correo electrónico, nombre de usuario de Skype o teléfonos de algunos de los participantes de hoy.

Si alguien desea proponer un Paso o una hoja de trabajo específica para la agenda de la siguiente semana, por favor hacerlo ahora.

Si alguien propone algún Paso en especial, solicitar conciencia de grupo.

Anuncios (23:19)

Compañeros, ¿Hay algún anuncio relacionado a ASA?

Las Promesas de la recuperación (23:21)

Coordinador: ¿Podría alguien ofrecerse como voluntario para leer las Doce Promesas de la recuperación, pegadas en el chat?

1. Vamos a conocer una libertad y una felicidad nuevas.
2. No nos lamentaremos del pasado ni desharemos cerrar la puerta que nos conduce a él.
3. Comprenderemos el significado de la palabra serenidad y conoceremos la paz.
4. Sin importar lo bajo que hayamos llegado, percibiremos cómo nuestra experiencia puede beneficiar a otros.
5. Desaparecerá el sentimiento de inutilidad y lástima por nosotros mismos.
6. Perderemos el interés en cosas egoístas y nos interesaremos por nuestros compañeros.
7. Se desvanecerá la ambición personal.
8. Nuestra actitud y nuestra visión de la vida cambiarán.
9. Perderemos el miedo a la gente.
10. Perderemos el miedo a la inseguridad económica.
11. Intuitivamente sabremos cómo manejar situaciones que antes solían abrumarnos.

12. De pronto, comprenderemos que Dios está haciendo por nosotros lo que no podíamos hacer por nosotros mismos.

¿Acaso prometemos algo extravagante? Sinceramente, creemos que no. Estas promesas están cumpliéndose entre nosotros – a veces, rápidamente, a veces, lentamente – pero siempre se convertirán en realidad si trabajamos para obtenerlas.

Horario de la reunión (23:22)

Coordinador: Les recordamos que este grupo se reúne todos los martes y los viernes a las 22:00 horas de Argentina / 21:00 horas de Miami, con una duración de 1 hora y media.

Para acceder a las hojas de trabajo y para más información, visitar la página de Reuniones a distancia de Adictos Sexuales Anónimos:

[Para los martes]

[http://saatalk.info/es/meetings/meeting?xmeeting\[id\]=114](http://saatalk.info/es/meetings/meeting?xmeeting[id]=114)

[Para los viernes]

[http://saatalk.info/es/meetings/meeting?xmeeting\[id\]=108](http://saatalk.info/es/meetings/meeting?xmeeting[id]=108)

También están disponibles las siguientes reuniones virtuales de Adictos Sexuales Anónimos en español:

“Sobrios por hoy”

Horario: lunes, jueves y sábados a las 22:00 horas de Argentina / 21:00 horas de Miami, con una duración de 1 hora y media.

Usuario Skype: sobrios.por.hoy

“Serena Sobriedad”

Horario: miércoles a las 15:00 horas de Argentina / 14:00 horas de Miami, con una duración de 1 hora y media.

Usuario Skype: serena_sobriedad

“Amanecer Sobrios”

Horario: martes y viernes a las 10:00 horas de Argentina / 9:00 horas de Miami, con una duración de 1 hora.

Usuario Skype: amanecer.sobrios

Cierre de la reunión (23:24)

Coordinador: Las opiniones aquí expresadas son estrictamente de la persona que la compartió. Lo que usted escuchó fue hablado en confidencia y debe ser tratado como confidencial. Por favor, manténgalo dentro de los límites de esta reunión y los confines de su mente.

Cualquier problema que tenga, hay alguien dentro de nosotros que también lo ha tenido. Si usted mantiene una mente abierta, encontrará ayuda. Hablemos unos con otros y razonemos, pero no nos juzguemos ni critiquemos el uno al otro. En vez, permitamos que el entendimiento, amor y paz de este programa crezca en cada uno de nosotros, un día a la vez.

Recuerden de quedarse en la llamada o el chat si tienen alguna pregunta o desean hablar con otros participantes.

Gratitud (23:25)

Coordinador: Es una tradición en este grupo el de compartir nuestra gratitud. Cada uno es libre de compartir algo por lo cual esté agradecido. Compañeros ¿alguien desea expresar gratitud?

Oración de la Unidad (23:28)

Por favor, podrían abrir sus micrófonos para cerrar la reunión con la Oración de la Unidad, que empieza con:

(pegar la oración en el chat)

Pongo mi mano en la tuya y juntos podemos hacer
lo que nosotros nunca podríamos hacer solos.
Ya no existe la sensación de desesperación.
Ya no debemos depender de nuestra
fuerza de voluntad titubeante.
Estamos juntos todos ahora, juntando nuestras manos
para obtener poder y fortaleza mayores que los nuestros
y conforme juntamos nuestras manos,
encontramos amor y comprensión
más allá de lo que nunca hubiéramos podido imaginar.

Despedida (23:29)

Coordinador: ¡¡Muchas gracias a todos y todas por estar y por compartir su experiencia, fortaleza y esperanza!!
El Programa funciona si lo trabajamos ¡¡Y todos nosotros los valemos!!
¡¡Juntos podemos!! ¡¡Sigamos regresando!!
¡¡Muy buenas noches!!
¡¡Fuerza y adelante!!