

El artículo de Jack Alexander acerca de AA

**Un acontecimiento
importante en la historia
de Alcohólicos Anónimos**

ALCOHÓLICOS ANÓNIMOS® es una comunidad de personas que comparten su mutua experiencia, fortaleza y esperanza para resolver su problema común y ayudar a otros a recuperarse del alcoholismo.

El único requisito para ser miembro de AA es el deseo de dejar la bebida. Para ser miembro de AA no se pagan derechos de admisión ni cuotas; nos mantenemos con nuestras propias contribuciones.

AA 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 objetivo primordial es mantenernos sobrios y ayudar a otros alcohólicos a alcanzar el estado de sobriedad.

© AA Grapevine, Inc.,
reproducido con autorización.

© Alcoholics Anonymous
World Services, Inc., 2018.

Todos los derechos reservados.

Reproducido con permiso especial de
The Saturday Evening Post
© The Curtis Publishing Company, 1941.

Dirección postal:
Box 459, Grand Central Station
New York, NY 10163

www.aa.org

**El artículo de
Jack Alexander acerca de AA**

NOTA

La publicación de «Alcohólicos Anónimos» por Jack Alexander en el número del 1.º de marzo de 1941 de *The Saturday Evening Post* fue un acontecimiento decisivo en la historia de esta Comunidad.

Aunque anteriormente había aparecido otro artículo en una revista nacional, el reportaje del *Post* acerca del puñado de hombres y mujeres que habían logrado su sobriedad por medio de AA contribuyó muchísimo a la ola de interés que dio a conocer a la Comunidad a nivel nacional e internacional.

La crónica del *Post* nos recuerda el desarrollo de AA en un plazo de tiempo relativamente corto. En 1941, aproximadamente 2,000 hombres y mujeres estaban viviendo el programa de AA con éxito. Hoy día, hay más de 2,000,000 de miembros que se reúnen regularmente en más de 61,000 grupos en los Estados Unidos y Canadá y en más de 180 países.

En 1941, Jack Alexander describió el sentimiento de humildad y de servicio que distinguía el programa de AA y a aquellos que lo practicaban en aquel entonces. Desde esa época, Alcohólicos Anónimos ha experimentado un enorme crecimiento. No obstante, la misma conciencia de la necesidad de seguir sirviendo a nuestros compañeros alcohólicos con un espíritu servicial y humilde constituye todavía la piedra angular de nuestra Sociedad.

Con este mismo espíritu volvemos a imprimir este artículo histórico para todos aquellos miembros, nuevos y veteranos, que comparten un interés en los primeros días de Alcohólicos Anónimos.



Recordamos a los lectores que este artículo fue publicado por primera vez en marzo de 1941, época en que AA tenía menos de seis años de existencia. Al leer las referencias a las fechas, a los intervalos de tiempo y al número de miembros de los diversos grupos, este hecho debe tomarse en cuenta.

En las páginas 13 y 14 se describe la ayuda prestada por John D. Rockefeller, Jr. en los primeros días de la Comunidad. Esa ayuda, aunque modesta, fue importante para AA en aquellos días difíciles. Aún más importante, quizá, fue la conclusión de «John D.» de que AA debía pagar sus propias cuentas —conclusión que condujo a la vital y distintiva tradición de automantenimiento de la Comunidad—.

Hoy en día, los servicios mundiales de AA se mantienen completamente mediante las contribuciones de los miembros y grupos de AA y la venta de libros y folletos.

La Oficina de Servicios Generales ahora tiene un local más espacioso; tiene empleados que son miembros de AA, y no alcohólicos —igualmente dedicados—. La Fundación Alcohólica se ha convertido en la Junta de Servicios Generales de Alcohólicos Anónimos, compuesta por 21 o 22 custodios, de los cuales siete no son alcohólicos. Esta sencilla estructura, que ha resultado ser de tanta importancia para el desarrollo de AA, se parece muchísimo a la que Jack Alexander encontró en 1941.

Alcohólicos Anónimos

por JACK ALEXANDER

UNA TARDE, hace algunas semanas, tres hombres se encontraban sentados alrededor de la cama de un paciente alcohólico en el pabellón psicopático del Hospital General de Filadelfia. El hombre en la cama, que era para los otros un completo desconocido, tenía la expresión cansada y ligeramente estúpida que tienen los borrachos mientras se les está aclarando la mente después de una borrachera. Respecto a los visitantes, lo único digno de mencionar, salvo el contraste patente entre su apariencia bien arreglada y la del paciente, era el hecho de que cada uno había pasado repetidas veces por el mismo proceso de desintoxicación. Eran miembros de Alcohólicos Anónimos, un grupo de ex bebedores problema que se ofrecen para ayudar a otros alcohólicos a superar su adicción a la bebida.

El hombre en la cama era mecánico. Sus visitantes habían estudiado en las Universidades de Princeton, Yale y Pennsylvania y eran de profesión, un vendedor, un abogado y un publicista. Hacía menos de un año, uno de ellos había estado en ese mismo pabellón, atado a la cama. Uno de sus compañeros había sido lo que los alcohólicos llaman un frecuentador de sanatorios. Se había trasladado de un lugar a otro, dejando perplejo al personal de las más destacadas instituciones del país para el tratamiento del alcoholismo. El tercero había pasado veinte años —sin ser nunca internado—, haciéndose la vida imposible a sí mismo y amargándoles la vida a su familia y a sus patrones así como a multitud de parientes bien intencionados que tuvieron la temeridad de intervenir.

El aire del pabellón olía fuertemente a paraldehído, un cóctel desagradable que huele a una mezcla de alcohol y éter y que los hospitales a veces utilizan para reducir gradualmente el consumo de alcohol del paciente, y para apaciguar sus nervios inquietos. Los visitantes parecían inconscientes de todo esto y del ambiente lúgubre que impregna aun los más amenos pabellones psiquiátricos. Fumaron y hablaron con el paciente durante unos veinte minutos y luego, dejándole sus tarjetas personales, se marcharon. Si el hombre en la cama tuviera el deseo de volver a ver a alguno de ellos, le dijeron, no tendría que hacer más que llamar por teléfono.

LE DEJARON bien claro que si él verdaderamente quería dejar de beber, ellos no vacilarían en dejar su trabajo o levantarse en medio de la noche para llegar a toda prisa a donde estuviese; pero, que si optaba por no llamarlos, no los vería más. Los miembros de Alcohólicos Anónimos no persiguen ni insisten en proteger a los candidatos reacios, y conocen los trucos curiosos del alcohólico, como los estafadores reformados conocen el arte de estafar.

En esto radica una gran parte de la fuerza distintiva de un movimiento que, en los últimos seis años, ha traído la recuperación a unos 2,000 hombres y mujeres, un gran porcentaje de los cuales habían sido desahuciados por la medicina. Los médicos y los clérigos, trabajando juntos o separadamente, siempre han logrado salvar a unos cuantos alcohólicos. En otros casos muy contados, los bebedores mismos han encontrado sus propios medios para dejar de beber. Pero los progresos que se han hecho en tratar el alcoholismo han sido en general insignificantes, y este sigue siendo uno de los grandes enigmas sin resolver de la salud pública.

El alcohólico, susceptible y receloso por naturaleza, prefiere que se le deje en paz para resolver su problema, y tiene una habilidad muy cómoda para hacer la vista gorda a la tragedia que está causando a la gente más allegada a él. Se aferra desesperadamente a la convicción de que, aunque no consiguió dominar el alcohol en el pasado, en el futuro logrará convertirse en un bebedor con-

trolado. Una de las criaturas más extrañas de la medicina, el alcohólico a menudo es una persona de gran agudeza e inteligencia. Disputa diestramente con los profesionales y los parientes que intentan ayudarlo y siente una satisfacción perversa cuando logra confundirlos en una discusión.

NO HAY ninguna excusa engañosa para beber que los miembros de Alcohólicos Anónimos no hayan oído o, quizá, utilizado ellos mismos. Cuando uno de sus candidatos les cuenta una razón para emborracharse, ellos le responden con media docena de sus propias experiencias. Esto lo desconcierta algo, y se pone a la defensiva. Al mirar lo pulcramente vestidos y afeitados que están, los acusa de ser santurrones que no tienen la menor idea de lo que es luchar con la bebida. Le responden relatando sus propias historias: los tragos dobles de *whisky* o de coñac antes de desayunar; la vaga sensación de malestar que precede a una parranda; el despertarse después de una juerga sin poder rendir cuenta de sus acciones de los últimos días y el obsesionante temor ante la posibilidad de haber atropellado a alguien con su auto.

Le cuentan de las botellas de ginebra de un cuarto de litro escondidas detrás de un retrato o en otros diversos escondrijos desde el sótano hasta el ático; de haber pasado días enteros sentados en un cine para así resistir la tentación de beber; de irse furtivamente de la oficina durante el día para echarse un traguito. Hablan de haber perdido sus trabajos, de robar dinero de los bolsos de sus esposas; de mezclar un poco de pimienta con el *whisky* para darle un sabor picante; de beber sedantes disueltos en agua de quinina o de emborracharse con enjuague bucal o tónico para el cabello; de acostumbrarse a esperar a la entrada de la taberna unos diez minutos antes de que abra. Describen manos tan temblorosas que no podían llevarse una copita a la boca sin derramar todo el contenido; la alternativa ingeniosa de tomar bebidas fuertes en una jarra de las de cerveza que podían estabilizar agarrándola con las dos manos —aunque había el riesgo de romperse un diente—; o de atar una servilleta al vaso, pasarla en un lazo por detrás de la nuca y,

como si fuera una polea, tirar del cabo libre para así levantar el vaso a la boca; manos tan temblorosas que parecía como si estuvieran a punto de soltarse de las muñecas y salir volando por el espacio; el quedarse sentado largas horas sobre las manos para evitarlo.

La narración de estas y otras anécdotas típicas de la carrera del bebedor normalmente logran convencer al alcohólico de que está hablando con hermanos de sangre. Así se tiende un puente de confianza sobre un vacío que había obstaculizado al médico, al pastor, al sacerdote y a los parientes desventurados. Por medio de esta conexión, los «técnicos» de AA le comunican al alcohólico, poco a poco, los detalles de un programa de vida que les ha dado buenos resultados a ellos y que, según creen, puede funcionar para cualquier alcohólico. Consideran como fuera de su órbita únicamente a aquellos que sufren trastornos psíquicos, o que ya tienen daños cerebrales graves causados por el consumo de alcohol. Al mismo tiempo, procuran que el paciente reciba los cuidados médicos que le sean necesarios.

MUCHOS MÉDICOS y miembros del personal de instituciones de todas partes de este país ahora recomiendan AA a sus pacientes. En algunas ciudades, los tribunales y los encargados de libertad vigilada cooperan con el grupo local. En los pabellones psiquiátricos de algunos hospitales municipales se les concede a los trabajadores de AA los mismos privilegios de visita que tienen los miembros del personal. Uno de estos hospitales es el Hospital General de Filadelfia. El doctor John F. Stouffer, jefe de psiquiatría, dice: «los alcohólicos que atendemos aquí son en su mayor parte aquellos que no pueden costearse un tratamiento privado y [el contacto con AA] es, con mucho, lo mejor que les hemos podido ofrecer. Incluso en aquellos que a veces reingresan en el hospital, vemos una transformación profunda de la personalidad. Apenas se los puede reconocer».

La *Revista Médica de Illinois*, en un comentario editorial el pasado mes de diciembre, fue aún más lejos, diciendo: «Es un verdadero milagro el que una persona que ha estado durante años casi

constantemente bajo los efectos del alcohol, y en quien sus amigos han perdido toda confianza, pase una noche entera cuidando a un borracho, administrándole a intervalos determinados una pequeña dosis de alcohol de acuerdo con lo recetado por el médico, sin tomarse él mismo ni una gotita».

Esto se refiere a un aspecto común de las aventuras —a veces fantásticas— a las que se dedican los trabajadores de AA. A menudo supone no solo sentarse al lado del borracho sino también encima de él, visto que el impulso de tirarse por la ventana parece atraer a muchos alcohólicos que están borrachos. Solo un alcohólico puede quedarse sentado sobre el pecho de otro durante horas con la combinación apropiada de disciplina y compasión.

Mientras viajaba recientemente por el Este y Medio Oeste del país, tuve la oportunidad de conocer y hablar con muchos AA, como se llaman a sí mismos, y me parecieron personas extraordinariamente tranquilas y tolerantes. De alguna manera, parecen estar mejor integrados que el grupo promedio de gente no alcohólica. Su transformación, de personas que luchaban con la policía, que bebían alcohol de quemar y, en algunos casos, maltrataban a sus esposas, era asombrosa. También descubrí que en uno de los periódicos más influyentes del país, el redactor local, el asistente del redactor local y un reportero conocido a nivel nacional eran miembros de AA, y que gozaban de la plena confianza de su jefe, el editor.

EN OTRA ciudad, vi a un juez poner en libertad condicional, bajo la custodia de un miembro de AA, a un individuo sentenciado por haber conducido en estado de ebriedad. Esta persona, durante sus días de bebedor, había destrozado varios automóviles y había perdido su licencia. El juez lo conocía, y no dudó en confiar en él. Un ejecutivo brillante de una empresa publicitaria reveló que, hacía dos años, estaba mendigando por las calles y durmiendo en los portales. Tenía un portal predilecto que compartía con otros vagabundos y ahora, cada dos o tres semanas, vuelve allí para hacerles una visita y para asegurarse a sí mismo que no está soñando.

En Akron, como en otros centros industriales, los grupos tienen muchos integrantes de la clase obrera. En el Club Atlético de Cleveland, almorcé con cinco abogados, un contador, un ingeniero, tres vendedores, un agente de seguros, un ejecutivo de compras, un barman, el gerente de una cadena de tiendas, el gerente de un establecimiento comercial, y el representante de una empresa industrial. Eran miembros de un comité central que coordina las labores de nueve grupos locales. Cleveland, con más de 450 miembros, es el más grande de los centros de AA. Los que le siguen en tamaño se encuentran en Chicago, Akron, Filadelfia, Los Ángeles, Washington y Nueva York. En total hay grupos en unas cincuenta ciudades, grandes y pequeñas.

AL HABLAR de su labor, los AA describían el acto de rescatar a los borrachos como un «seguro» para ellos mismos. La experiencia dentro del grupo ha demostrado —decían— que una vez que un bebedor recuperado afloja en esta labor, aumenta la probabilidad de que vuelva a beber. Todos concordaron en que no hay exalcohólicos. Si se es alcohólico —es decir, una persona incapaz de beber normalmente— se sigue siendo alcohólico hasta morir, al igual que el diabético sigue siendo diabético. Lo mejor que puede esperar es detenerlo, utilizando la labor de rescatar a otros alcohólicos como su insulina. Esto, por lo menos, es lo que dicen los AA, y la opinión médica parece apoyarlos. Con pocas excepciones decían que han perdido totalmente el deseo de beber. La mayoría sirve bebidas alcohólicas en sus casas cuando tienen invitados, y siguen acompañando a sus amigos que beben a los bares. Los AA se contentan con refrescos o café.

Uno de ellos, un director de ventas, hace el papel de barman durante la celebración anual que su empresa efectúa en Atlantic City y pasa la noche arrojando a los fiesteros en la cama. Solo unos pocos de aquellos que se recuperan, no pierden la impresión de que en cualquier momento pueden tomarse un trago inconscientemente y lanzarse a una juerga desastrosa. Un AA que es oficinista en una ciudad del Este no se ha echado

una copa desde hace tres años, pero dice que todavía —al acercarse a un bar— tiene que acelerar el paso para evitar la tentación; pero este hombre es una excepción. La única resaca de sus días desenfrenados que aflige a los AA es una pesadilla que se repite. En ella, se encuentran metidos en una borrachera desbocada, tratando desesperadamente de ocultar su condición ante la comunidad. En la mayoría de los casos, incluso este síntoma se desvanece en poco tiempo. Sorprendentemente, se dice que el índice de empleo entre estas personas que antiguamente perdían trabajo tras trabajo a causa de la bebida, es alrededor del 90 por ciento.

Respecto a los bebedores no psicóticos que sinceramente desean dejar de beber, los trabajadores de Alcohólicos Anónimos dicen tener un índice de efectividad de un cien por ciento. El programa no dará resultados, añaden, para aquellos que solamente «quieran querer dejar de beber», o que deseen dejarlo por temor a perder a sus familias o sus trabajos. El deseo eficaz, dicen, tiene que estar basado en un interés propio consciente; el aspirante tiene que desear alejarse de la bebida para así evitar el encarcelamiento o la muerte prematura. Tiene que estar harto de esa sombría soledad que se apodera del bebedor descontrolado y estar dispuesto a empezar a poner en orden su vida desperdiciada.

Ya que es imposible descalificar a todos los casos dudosos, el porcentaje real de recuperación no alcanza al cien por ciento. Según un cálculo estimado de AA, un cincuenta por ciento de los que comienzan se recuperan casi inmediatamente; un veinticuatro por ciento se reponen después de experimentar una o dos recaídas; y los demás permanecen dudosos. Este índice de éxito es muy elevado. No se tienen estadísticas referentes a las curaciones tradicionales médicas y religiosas, pero, al parecer, su eficacia en cuanto a los casos comunes y corrientes no supera un dos o tres por ciento.

Aunque sería demasiado pronto todavía para decir que Alcohólicos Anónimos es la solución definitiva para el alcoholismo, sus éxitos hasta la fecha han sido impresionantes, y está recibiendo un apoyo esperanzador. John D. Rockefeller contribuyó a sufragar los gastos de ponerla en mar-

cha y ha hecho un gran esfuerzo para hacer que otras personas prominentes se interesen en ella.

LA CONTRIBUCIÓN de Rockefeller fue pequeña por deferencia al deseo reiterado de los fundadores de que el movimiento se mantenga en plan voluntario, sin sueldos. No hay organizadores asalariados, ni cuotas; no hay oficiales ni control centralizado. A nivel local, se cubre el alquiler de los salones pasando la cesta en las reuniones. En los pueblos pequeños, no se hace ninguna colecta, ya que las reuniones se hacen en domicilios privados. Una pequeña oficina en el centro de la ciudad de Nueva York sirve solamente como una central para recopilar y distribuir información. No aparece ningún nombre en la puerta, y la correspondencia se dirige anónimamente a un apartado postal. Los únicos ingresos, producidos por la venta del libro que describe la labor, son manejados por la Fundación Alcohólica, una junta compuesta por tres alcohólicos y cuatro no alcohólicos.

En Chicago, veinticinco médicos colaboran estrechamente con Alcohólicos Anónimos, contribuyendo con sus servicios y enviando sus pacientes al grupo, el cual tiene ahora unos 200 miembros. La misma cooperación existe en Cleveland y, en menor grado, en otros centros. Un médico, el doctor W.D. Silkworth, de la ciudad de Nueva York, fue el primero en dar ánimos a la Comunidad. No obstante, muchos doctores mantienen su escepticismo. Es probable que el doctor Foster Kennedy, eminente neurólogo neoyorquino, estuviera dirigiendo sus comentarios a estos médicos al decir en una reunión el año pasado: «El objetivo de los interesados en esta obra encaminada a detener el alcoholismo es alto; el éxito que han tenido es considerable; y soy de la opinión de que los médicos de buena voluntad deben ayudarlos».

La ayuda enérgica de dos médicos de buena voluntad, los doctores A. Wiese Hammer y C. Dudley Saul, ha contribuido grandemente a hacer del grupo de Filadelfia uno de los más eficaces entre los más recientes. El movimiento en esa ciudad tuvo su comienzo de una manera algo improvisada, cuando un hombre de negocios

recuperado en AA, fue trasladado de Nueva York a Filadelfia. Por temor a recaer si no se dedicaba a la labor de rescatar a otros, el recién llegado reunió a tres borrachos y se puso a trabajar con ellos. Logró que dejaran de tomar, y los cuatro empezaron a buscar otros casos. Para el 15 del pasado mes de diciembre, noventa y nueve alcohólicos se habían unido al grupo. De ellos, ochenta y seis se habían abstenido totalmente del alcohol —treinta y nueve desde uno hasta tres meses, diecisiete desde tres hasta seis meses, y veinticinco desde seis hasta diez meses—. Cinco que se unieron al grupo después de haber pertenecido a AA en otras ciudades, llevaban de uno a tres años sin beber.

AL EXTREMO de la escala temporal, Akron, que fue la cuna del movimiento, tiene el récord de abstinencia continua. Según un chequeo reciente, dos miembros se han mantenido sobrios en AA durante cinco años y medio, uno durante cinco años, tres durante cuatro años y medio, uno durante el mismo plazo pero con una recaída, tres durante tres años y medio, siete durante tres años, tres durante tres años con una recaída cada uno, uno durante dos años y medio, y trece durante un año. Anteriormente, la mayoría de los akronenses y filadelfianos no habían podido mantenerse alejados de la bebida por más de unas cuantas semanas.

En el Medio Oeste, la labor se ha hecho casi exclusivamente con aquellos que no han llegado al punto de ser internados. El grupo neoyorquino, que tiene un núcleo parecido, trata adicionalmente de llegar a las personas internadas y ha tenido algunos logros impresionantes. En el verano de 1939, el grupo empezó a trabajar con los alcohólicos confinados en el Hospital Estatal de Rockland, situado en Orangeburg, un enorme sanatorio mental en que se encuentran internados los alcohólicos desahuciados de muchas grandes ciudades. Con el respaldo del doctor R.E. Blaisdell, superintendente médico, se formó un grupo dentro de los muros y se efectuaban reuniones en el salón de recreo. Los AA de Nueva York iban a Orangeburg para dar charlas y, los domingos por la noche, llevaban a los pacientes,

en autobuses del estado, al local del club que el grupo de Manhattan alquila en la parte oeste de la ciudad.

El primero del pasado julio, transcurridos ocho meses, los archivos del hospital indicaban que, de los cincuenta y cuatro pacientes dados de alta bajo la custodia de AA, diecisiete no habían recaído ni una vez, y catorce habían tenido una sola recaída. De los demás, nueve habían vuelto a beber en sus ciudades de residencia, doce habían reingresado en el hospital, y dos más parecían haber desaparecido del mapa. El doctor Blaisdell presentó un informe favorable acerca del trabajo al Ministerio de Salud Mental del Estado, y lo elogió oficialmente en su último informe anual.

Se han obtenido resultados aún mejores en dos instituciones de Nueva Jersey, Greystone y Overbrook, las cuales, debido a su proximidad a suburbios prósperos, atraen a pacientes de una clase social y económica más alta que la de los pacientes de Rockland. De los siete pacientes dados de alta de la institución de Greystone Park en los últimos dos años, cinco se han abstenido de beber por plazos que varían desde uno hasta dos años, según la información de AA. Ocho de los diez dados de alta de Overbrook, se han abstenido por un plazo parecido. Los demás han sufrido una o más recaídas.

LAS AUTORIDADES no están de acuerdo respecto a la cuestión de por qué alguna gente se vuelve alcohólica. Hay pocos que crean que una persona «nazca alcohólica». Dicen que es posible que un individuo nazca con una predisposición hereditaria al alcoholismo, al igual que una persona puede nacer con una susceptibilidad a la tuberculosis. El resto parece depender del ambiente y de la experiencia, aunque una teoría mantiene que algunas personas son alérgicas al alcohol, como lo son al polen aquellos que sufren de la fiebre del heno. El único rasgo que los alcohólicos parecen tener en común es la inmadurez emocional. En relación con esto, se ha observado que un número extraordinariamente grande de alcohólicos pasan sus primeros años de vida como hijos únicos, hijos menores, el único hijo entre hijas o la única hija entre hijos. Muchos han demostrado

de niños una precocidad especial y eran lo que se llama niños mimados.

A menudo, la situación se complica más por un ambiente desequilibrado en el hogar, en el que uno de los padres es extremadamente cruel, el otro muy indulgente. Cualquier combinación de estos factores, más los divorcios, tiende a producir hijos neuróticos mal equipados emocionalmente para enfrentarse con las realidades cotidianas de la vida adulta. En busca de un escape, una persona puede enfrascarse en sus negocios, trabajando doce o quince horas por día, o en algún deporte o actividad artística. Otro puede encontrar lo que le parece un escape agradable en la bebida. Refuerza la opinión que tiene de sí mismo y, temporalmente, borra cualquier sentimiento de inferioridad que pueda tener. De beber poco pasa a beber mucho. Comienza a alejar a sus amigos y a su familia, y sus patrones se hartan. El bebedor acumula resentimientos y siente lástima de sí mismo. Se vale de excusas pueriles para justificar su forma de beber: ha estado trabajando mucho y merece relajarse; le duele la garganta como secuela de la operación de amígdalas que tuvo hace años y un trago le aliviaría el dolor; tiene un dolor de cabeza; su esposa no lo comprende; tiene los nervios de punta; todo el mundo está en contra de él y muchas razones más. Inconscientemente, se convierte en un empedernido fabricante de excusas para sí mismo.

Mientras se dedica a beber, se dice a sí mismo y a todos los demás que se meten en sus asuntos, que realmente puede controlar la bebida si quiere. Para demostrar su fuerza de voluntad, pasa semanas sin echarse ni una gota. Se asegura de visitar su taberna favorita a una hora determinada cada día para beberse ostentosamente un vaso de leche o una gaseosa, sin darse cuenta de que está demostrando una especie de exhibicionismo inmaduro. Con una confianza engañosamente lograda, cambia de rutina, permitiéndose beber una cerveza al día, y esto representa de nuevo el principio del fin. La cerveza lo lleva a consumir más cerveza y luego bebidas fuertes, y así entra en una terrible borrachera. Lo curioso es que, tanto un éxito de negocios como una racha de mala suerte, pueden ser el detonante. El alcohólico no puede aguantar ni la prosperidad, ni la adversidad.

AL SALIR de la neblina alcohólica, la víctima se siente confundida. Sin darse cuenta de ningún cambio, una mera costumbre se ha transformado en una obsesión. Pasado un tiempo, ya no tiene necesidad de excusas para justificar ese funesto primer trago. Solo está consciente de que se siente desbordado por algún malestar o alguna euforia y antes de darse cuenta de lo que le está pasando, se encuentra frente a la barra de un bar con una copa vacía en la mano y una sensación estimulante en la garganta. Alguna peculiaridad mental le ha permitido ocultar de sí mismo los recuerdos de las angustias y los remordimientos producidos por borracheras anteriores. Después de muchas experiencias de este tipo, el alcohólico empieza a darse cuenta de que no se comprende a sí mismo; se pregunta si su fuerza de voluntad, si bien es firme en otras esferas, puede ser impotente ante el alcohol. Puede dar la batalla por perdida y atentar contra su propia vida. O puede buscar ayuda ajena.

Si recurre a Alcohólicos Anónimos, primero se lo convence de que reconozca que el alcohol lo ha vencido y que su vida se ha vuelto ingobernable. Una vez que logra esta condición de humildad intelectual, se le administra una dosis de religión en el sentido más general. Se le pide que crea en un Poder superior a sí mismo o que, por lo menos, mantenga una mente abierta respecto al asunto mientras se sigue aplicando al resto del programa. Cualquier concepto del Poder superior es aceptable. Un escéptico o agnóstico puede optar por el Ser interno, el milagro del crecimiento, un árbol, el asombro que los seres humanos sienten ante el universo físico, la estructura del átomo o la pura infinitud matemática. Sea cual fuera el concepto que se forme, el nuevo tiene que confiar en él y, a su manera, rezar al Poder para que le infunda fortaleza.

Luego hace una especie de inventario moral de sí mismo con la ayuda privada de otra persona —un padrino de AA, un sacerdote o pastor, un psiquiatra o quien quiera—. Si le da algún alivio, puede ponerse de pie en una reunión y recitar una lista de sus errores, pero no está obligado a hacerlo. Devuelve todo lo que pueda haber robado mientras estaba borracho y hace lo necesario para pagar sus viejas deudas y restituir el dinero

que giró con cheques sin fondos; hace reparaciones a la gente que ha maltratado y, en general, endereza su pasado en la medida de lo posible. En las primeras etapas, no es raro que sus padrinos le presten dinero para ayudarlo.

Esta catarsis se considera importante por la compulsión que un sentimiento de culpabilidad puede ejercer en la obsesión alcohólica. Ya que no hay nada que impulse más al alcohólico hacia la botella que los resentimientos personales, el novato también elabora una lista de sus resentimientos y se resuelve a no permitir que estos lo afecten. Llegado a este punto, está listo para empezar a trabajar con otros alcohólicos todavía activos. El proceso de extroversión que esta labor supone, hace que piense menos en sus propios problemas.

Cuantos más bebedores logra encaminar a Alcohólicos Anónimos, mayor llega a ser su responsabilidad ante el grupo. Ahora no se puede emborrachar sin herir a las personas que han demostrado ser sus mejores amigos. Está comenzando a madurar emocionalmente y a dejar de ser uno de los que tienen que apoyarse siempre en los demás. Si ha tenido una formación religiosa ortodoxa, generalmente —pero no siempre—, vuelve a ser practicante.

SIMULTÁNEAMENTE con la transformación del alcohólico va el proceso de adaptar a su familia a su nueva manera de vivir. El cónyuge de una persona alcohólica, así como sus hijos, a menudo se vuelven neuróticos por haber estado expuestos a los excesos del alcoholismo durante largos años. La reeducación de la familia es una parte esencial de un programa suplementario que se ha elaborado.

Alcohólicos Anónimos, que representa una síntesis de ideas antiguas y no un descubrimiento nuevo, debe su existencia a la colaboración de un agente de bolsa neoyorquino y un médico de Akron. Ambos alcohólicos, se conocieron por primera vez hace un poco menos de seis años. Durante treinta y cinco años de beber periódicamente, el doctor Armstrong —para darle al doctor un nombre ficticio— había perdido la mayor parte de su clientela a causa de la bebida. Lo

había probado todo, inclusive el Grupo Oxford, y no había conseguido ninguna mejora. El Día de la Madre del año 1935, entró tambaleándose en casa, como es habitual en los borrachos, llevando una enorme planta en una maceta, la cual colocó en las rodillas de su mujer para después subir la escalera, retirarse a su dormitorio y perder el conocimiento.

En ese mismo momento, yendo y viniendo nerviosamente por el vestíbulo de un hotel de Akron, estaba el agente de bolsa de New York, a quien llamaremos señor Griffith. El señor Griffith estaba en apuros. Con el propósito de lograr el control de una empresa y restablecer sus finanzas personales, había viajado a Akron para entablar una batalla de poderes. Había perdido la lucha. La cuenta del hotel no se había pagado, y estaba casi en la bancarrota. El señor Griffith tenía ganas de beber.

Durante los años que había trabajado en Wall Street, el señor Griffith había tenido un éxito considerable en algunas transacciones y había prosperado; no obstante, debido a una serie de borracheras inoportunas, había perdido sus mejores posibilidades. Cinco meses antes de ir a Akron, había dejado de beber con la ayuda del Grupo Oxford de Nueva York. Fascinado por el problema del alcoholismo, había visitado repetidas veces el hospital de desintoxicación donde había sido paciente, para hablar con los pacientes internados. Aunque no logró ninguna recuperación, descubrió que al trabajar con otros alcohólicos, podía aplacar su deseo de beber.

Al ser un forastero en Akron, el señor Griffith no conocía a ningún borracho con quien luchar. Un directorio de iglesias, colgado en la pared frente al bar, le dio una idea. Llamó a uno de los clérigos cuyo nombre aparecía en la lista y, por medio de él, logró ponerse en contacto con un miembro del Grupo Oxford local. Esta persona era amiga del doctor Armstrong y se las arregló para presentar al médico y al agente de bolsa en una cena. De esta manera, el doctor Armstrong llegó a ser el primer verdadero discípulo del señor Griffith. Al principio era un caso poco seguro. Después de pasar algunas semanas abstemio, viajó al Este para asistir a una convención médica, y volvió borracho a casa. El señor Griffith, que se había quedado en Akron para allanar algunas

dificultades ocasionadas por la lucha de poderes, logró convencerlo nuevamente de intentar la sobriedad. Los traguitos que el médico se echó de la botella que el señor Griffith le ofreció ese día fueron los últimos que se tomó en su vida.

Los litigios entablados por el señor Griffith se alargaron, y se vio obligado a quedarse otros seis meses en Akron. Se instaló en la casa de los Armstrong, y los dos intentaron juntos trabajar con otros alcohólicos. Antes de que Griffith volviera a Nueva York, habían logrado «convertir» a dos más en Akron. Mientras tanto, el señor Griffith y el doctor Armstrong se habían retirado del Grupo Oxford, porque creían que su evangelismo agresivo y algunos otros de sus métodos presentaban obstáculos al trabajo con alcohólicos. Establecieron su propia técnica en base al principio de «tómalo o déjalo» y así la mantuvieron.

Los progresos fueron lentos. Después del regreso del señor Griffith al Este, el doctor Armstrong y su esposa, graduada de la Universidad de Wellesley, convirtieron su casa en un refugio para los alcohólicos y un laboratorio experimental para estudiar el comportamiento de los huéspedes. Uno de ellos que, sin saberlo sus anfitriones, era maníaco depresivo, se volvió violento una noche y fue corriendo por la casa, con un cuchillo. Lograron detenerlo antes de que pudiera herir a nadie. Pasado un año y medio, un total de diez personas había respondido al programa y se estaban manteniendo abstemios. Lo que les quedaba de sus ahorros personales, los Armstrong lo habían dedicado a esta labor. La nueva sobriedad del médico había revitalizado su práctica, pero no hasta un grado que le permitiera sufragar los gastos adicionales. No obstante, los Armstrong siguieron adelante con la labor, sosteniéndola con dinero prestado. El señor Griffith, quien tenía una esposa muy austera, también convirtió su casa de Brooklyn en un refugio, muy parecido al de Akron. La señora Griffith, que era de una antigua familia de Brooklyn, consiguió un empleo en un gran almacén y, en su tiempo libre, cuidaba de los borrachos. Los Griffith también tomaron dinero prestado y de vez en cuando, el señor Griffith lograba ganar algún dinerito en la

Bolsa. Para la primavera de 1939, los Armstrong y los Griffith juntos habían conseguido que unos cien alcohólicos lograran la sobriedad.

LOS BEBEDORES recuperados, en un libro que publicaron en ese entonces, describieron el programa para dejar de beber y relataron sus historias personales. Su título era *Alcohólicos Anónimos*. Fue adoptado como el nombre del movimiento mismo, ya que hasta ese momento, no tenía ninguno. A medida que el libro se iba distribuyendo, el movimiento se difundía a un ritmo acelerado.

Hoy, el doctor Armstrong sigue esforzándose por restablecer su clientela, con gran dificultad. Debido a sus contribuciones al movimiento y al tiempo que dedica a los alcohólicos sin cobrar, sigue teniendo deudas. Al ser un miembro clave del grupo, no le es posible denegar las solicitudes de ayuda que inundan su consultorio.

El señor Griffith tiene dificultades económicas aún mayores. Hace ya dos años que él y su esposa no tienen hogar, en el sentido ordinario de la palabra. De una manera parecida a la de los cristianos primitivos, van de lugar en lugar, alojándose temporalmente en las casas de sus colegas de AA y, a veces, llevando ropa prestada.

Habiéndolo puesto en marcha, los dos iniciadores del movimiento desean pasar a ocupar un lugar menos central y dedicar más tiempo a restablecerse económicamente. Creen que, dada la forma en que el movimiento está fundamentado, puede seguir funcionando y propagándose casi automáticamente. Debido a la ausencia de una jefatura, y al hecho de que no existe ninguna doctrina oficial que se haya de promover, no se preocupan en absoluto de que Alcohólicos Anónimos degenere en un culto.

Al leer las cartas archivadas en la oficina de Nueva York, se puede ver fácilmente que el movimiento se inicia por sí mismo. Muchos han escrito diciendo que dejaron de beber en cuanto leyeron el libro y convirtieron sus casas en lugares de reunión para los grupos locales. Incluso un grupo bastante grande, el de Little Rock, se inició así. Un ingeniero civil de Akron y su esposa, para

manifestar su gratitud por su curación efectuada hace tres años, han estado recibiendo alcohólicos asiduamente en su casa. De treinta y cinco de estos pupilos, treinta y uno se han recuperado.

VEINTE PEREGRINOS de Cleveland, contagiados por la idea en Akron, volvieron a casa para formar su propio grupo. Desde Cleveland, por medios diversos, el movimiento se ha difundido a Chicago, Detroit, St. Louis, Los Ángeles, Indianápolis, Atlanta, San Francisco, Evansville y a otras ciudades. Un periodista alcohólico de Cleveland, afligido de un malestar pulmonar, se trasladó a Houston por motivos de salud. Consiguió un empleo en un diario de Houston y, por medio de una serie de artículos que escribió, inició un grupo de AA que ahora tiene treinta y cinco miembros. Uno de los miembros del grupo de Houston se ha trasladado a Miami y ahora se está esforzando por cazar a unos cuantos de los borrachos de la colonia invernal. Un viajante de comercio de Cleveland ha logrado iniciar un número de grupos pequeños en diversas partes del país. Menos de la mitad de los miembros de AA han visto al señor Griffith y al doctor Armstrong.

A cualquier persona ajena que, como la mayoría de nosotros, se encuentra desconcertada ante las locuras de sus amigos bebedores problema, los resultados que se han conseguido le parecen asombrosos. Esto es cierto especialmente en los casos más serios, algunos de los cuales describimos de forma resumida a continuación, con nombres ficticios.

Sara Martin era producto de la época de F. Scott Fitzgerald, «los años locos». Hija de una familia adinerada, tuvo su primera formación en los mejores internados del Este y luego asistió a una escuela privada de refinamiento social en Francia. Después de su presentación en sociedad, se casó. Pasaba las noches bebiendo y bailando hasta el amanecer. Tenía fama de ser una muchacha que podía aguantar mucho bebiendo. Su esposo tenía un estómago débil y ella acabó hastiada de él. Al poco tiempo se divorciaron. Después de que la fortuna de su padre se perdiera en el crac de 1929, Sara consiguió un trabajo

en Nueva York para ganarse la vida. En 1932, en busca de aventuras, fue a vivir a París y montó un negocio que prosperó. Siguió bebiendo mucho y permanecía borracha más tiempo de lo acostumbrado. Después de una borrachera en 1933, se enteró de que había intentado tirarse por la ventana. Durante otra juerga, logró tirarse o se cayó —no recuerda cuál de los dos— de una ventana del primer piso. Cayó de bruces sobre el pavimento y estuvo hospitalizada durante seis meses mientras le ensalmaban los huesos, le reparaban los dientes y reconstruían sus facciones.

EN 1936, Sara Martin decidió que, si cambiara de ambiente y volviera a los Estados Unidos, podría beber normalmente. Esta fe infantil en los cambios geográficos es una ilusión clásica que engaña a todos los alcohólicos tarde o temprano. Estuvo borracha durante todo el viaje en barco. Nueva York le daba miedo y, para evadirlo, bebía. Se le acabó el dinero y pidió préstamos a sus amigos. Cuando los amigos dejaron de financiarla, empezó a frecuentar los bares de la Tercera Avenida, donde gorroneaba copas a gente desconocida. Hasta este punto, había diagnosticado su problema como una depresión nerviosa. No hasta haberse internado en algunos sanatorios, llegó a darse cuenta, gracias a unas lecturas, de que era alcohólica. Conforme al consejo de un médico, miembro del personal de una de estas instituciones, se puso en contacto con un grupo de Alcohólicos Anónimos. Hoy día tiene otro buen empleo, y pasa muchas noches sentada encima de alguna borracha histérica para evitar que se tire por la ventana. Ahora con algo más de treinta y cinco años, Sara Martin es una mujer atractivamente serena. Los cirujanos de París hicieron un buen trabajo.

El señor Watkins trabaja como expedidor en una fábrica. Lesionado en un accidente de ascensor en 1927, fue dado de baja con sueldo por la compañía, la cual se alegraba de no ser demandada por daños y perjuicios. Sin tener nada que hacer durante una larga convalecencia, Watkins pasaba el tiempo ociosamente en los bares, que en esa época eran clandestinos. Antes había sido un bebedor moderado pero ahora, empezaba

a irse de juergas que duraban meses. Empeñó sus muebles para pagar sus deudas, y su esposa, acompañada de sus tres hijos, lo abandonó. En un plazo de once años, el señor Watkins fue arrestado doce veces y cumplió ocho condenas en un correccional con trabajos forzados. Una vez, cuando le dio un ataque de delirium tremens, hizo correr el rumor de que el condado estaba envenenando el agua para reducir la población del correccional y así ahorrar gastos, lo cual incitó un disturbio en el comedor. En otro arranque de delirium tremens, creyendo que el hombre de la celda de arriba estaba intentando echar plomo fundido sobre él, se cortó las muñecas y la garganta con una navaja. Mientras estaba recuperándose en un hospital de afuera, con 86 puntos de sutura, juró renunciar a la bebida para siempre. Antes de que le quitaran los vendajes estaba nuevamente borracho. Hace dos años un antiguo compañero de copas logró que entrara en Alcohólicos Anónimos y, desde aquel momento no se ha tomado un trago. Su mujer y sus niños se han reunido con él, y su casa tiene muebles nuevos. Empleado de nuevo, Watkins ha pagado la mayor parte de una deuda de \$2,000, incluidas algunas sumas pequeñas que robó cuando estaba bebiendo y está pensando en comprarse un auto nuevo.

A LA EDAD de veintidós años, Tracy, hijo precoz de padres acomodados, era director de crédito de un banco de inversión cuyo nombre ha llegado a ser un símbolo de la fiebre del dinero de los años veinte. Después de la quiebra de la compañía en 1929, consiguió un trabajo de publicidad y ascendió a un puesto en el que cobraba un sueldo de \$23,000 al año. El día en que nació su hijo, Tracy fue despedido de su trabajo. En vez de presentarse en Boston para cerrar un contrato importante de publicidad, se había ido de parranda y había acabado en Chicago, perdiendo así el contrato. Tracy siempre había sido muy bebedor; ahora se convirtió en un borracho vagabundo. Bebía alcohol de quemar y tónico para el cabello, e iba pidiendo limosnas a los policías que —hasta cantidades de diez centavos— siempre estaban dispuestos a manifestar su generosidad. Una

noche de aguanieve, Tracy vendió sus zapatos para comprarse un trago, y se puso un par de galochas que encontró en la entrada de un edificio, llenándolas con papel para conservar el calor.

Comenzó a internarse en sanatorios, con el objetivo principal de abrigarse. En una institución, un médico logró interesarlo en el programa de AA. Como parte de su compromiso, Tracy, católico, hizo una confesión general y volvió a la iglesia que ya hacía mucho tiempo había abandonado. Se desvió unas cuantas veces más pero, después de una recaída en febrero de 1939, Tracy dejó de beber. Desde aquel entonces, ha ido ascendiendo de nuevo en el campo de la publicidad y ahora tiene un puesto donde gana \$18,000 al año.

A Víctor Hugo le habría encantado el señor Brewster, un aventurero de cuerpo musculoso, impávido ante lo más duro que la vida le presentase. Brewster fue leñador, vaquero y, durante la guerra, aviador. Durante la posguerra, empezó a andar siempre con una petaca y, poco tiempo después, se encontró haciendo un recorrido de los sanatorios del país. Durante uno de sus internamientos, después de oír hablar de las curaciones de electrochoque, sobornó al encargado del depósito de cadáveres para que le permitiera visitarlo cada tarde y meditar sobre los cadáveres. Todo fue bien hasta una tarde en que se tropezó con un cadáver que, por alguna casualidad, tenía las facciones torcidas de manera que parecía estar sonriendo. Brewster encontró Alcohólicos Anónimos en diciembre de 1938 y, después de lograr la abstinencia, consiguió un trabajo de vendedor en el que tenía que caminar mucho. En ese tiempo, desarrolló cataratas en los ojos. Le quitaron una, lo cual le hizo posible ver a distancia con la ayuda de cristales gruesos, mientras que el otro ojo le servía para ver objetos más cercanos; mantenía la pupila dilatada con un colirio para no morir atropellado por el tráfico. Luego empezó a padecer de una pierna hinchada. Con estos impedimentos, Brewster recorrió las calles durante seis meses para poder saldar sus cuentas. Hoy, con cincuenta años de edad, y todavía afectado por sus impedimentos físicos, Brewster sigue haciendo sus rondas y tiene un sueldo mensual de unos \$400.

PARA LOS Brewster, los Martin, los Watkins y los Tracy del mundo, así como para todos los demás alcohólicos reformados, hay una agradable camaradería disponible dondequiera que se encuentren. En las ciudades grandes, los AA se reúnen diariamente en sus restaurantes favoritos. Los grupos de Cleveland celebran grandes fiestas en Año Nuevo y otras festividades, en las que los miembros consumen galones de café y refrescos. Los de Chicago efectúan una jornada de puertas abiertas abierta los viernes, sábados y domingos —alternativamente en la parte Norte, Oeste y Sur de la ciudad— a fin de que ningún AA, al sentirse solo, se vea empujado a volver a beber por falta de compañía. Algunos juegan a las cartas y el que gana la partida contribuye con algo para cubrir los gastos. Los demás escuchan la radio, bailan, comen o simplemente hablan unos con otros. A todos los alcohólicos, tanto los borrachos como los sobrios, les encanta charlar. Se cuentan entre las personas que más disfrutan de la sociedad del mundo, lo cual tal vez explique por qué se volvieron alcohólicos.

LOS DOCE PASOS DE ALCOHÓLICOS ANÓNIMOS

1. Admitimos que éramos impotentes ante el alcohol, que nuestras vidas se habían vuelto ingobernables.

2. Llegamos a creer que un Poder superior a nosotros mismos podría devolvernos el sano juicio.

3. Decidimos poner nuestras voluntades y nuestras vidas al cuidado de Dios, *como nosotros lo concebimos*.

4. Sin temor, 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 que nos liberase de nuestros defectos.

8. Hicimos una lista de todas aquellas personas a quienes habíamos ofendido y estuvimos dispuestos a reparar el daño que les causamos.

9. Reparamos directamente a cuantos nos fue posible el daño causado, excepto cuando el hacerlo implicaba perjuicio para ellos o para 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 lo concebimos*, pidiéndole solamente que nos dejase conocer su voluntad para con nosotros y nos diese la fortaleza para cumplirla.

12. Habiendo obtenido un despertar espiritual como resultado de estos pasos, tratamos de llevar este mensaje a otros alcohólicos y de practicar estos principios en todos nuestros asuntos.

LAS DOCE TRADICIONES DE ALCOHÓLICOS ANÓNIMOS

1. Nuestro bienestar común debe tener la preferencia; la recuperación personal depende de la unidad de AA.

2. Para el propósito de nuestro grupo solo existe una autoridad fundamental: un Dios amoroso tal como se exprese en la conciencia de nuestro grupo. Nuestros líderes no son más que servidores de confianza; no gobiernan.

3. El único requisito para ser miembro de AA es querer dejar de beber.

4. Cada grupo debe ser autónomo, excepto en asuntos que afecten a otros grupos o a Alcohólicos Anónimos considerado como un todo.

5. Cada grupo tiene un solo objetivo primordial: llevar el mensaje al alcohólico que aún está sufriendo.

6. Un grupo de AA nunca debe respaldar, financiar o prestar el nombre de AA a ninguna entidad allegada o empresa ajena, para evitar que los problemas de dinero, propiedad y prestigio nos desvíen de nuestro objetivo primordial.

7. Todo grupo de AA debe mantenerse completamente a sí mismo, negándose a recibir contribuciones de afuera.

8. Alcohólicos Anónimos nunca tendrá carácter profesional, pero nuestros centros de servicio pueden emplear trabajadores especiales.

9. AA como tal nunca debe ser organizada; pero podemos crear juntas o comités de servicio que sean directamente responsables ante aquellos a quienes sirven.

10. Alcohólicos Anónimos no tiene 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 el anonimato personal ante la prensa, la radio y el cine.

12. El anonimato es la base espiritual de todas nuestras tradiciones, recordándonos siempre anteponer los principios a las personalidades.

LOS DOCE CONCEPTOS PARA EL SERVICIO MUNDIAL

I. La responsabilidad final y la autoridad fundamental de los servicios mundiales de AA deben siempre residir en la conciencia colectiva de toda nuestra Comunidad.

II. La Conferencia de Servicios Generales se ha convertido, en casi todos los aspectos, en la voz activa y la conciencia efectiva de toda nuestra Comunidad en sus asuntos mundiales.

III. Para asegurar su dirección eficaz, debemos dotar a cada elemento de AA —a la conferencia, a la Junta de Servicios Generales, así como al personal directivo, a los integrantes de sus comités y a los ejecutivos de sus corporaciones— de un *derecho tradicional de decisión*.

IV. Debemos mantener, a todos los niveles de responsabilidad, un *derecho tradicional de participación*, ocupándonos de que a cada clasificación o grupo de nuestros servidores mundiales les sea permitida una representación con voto, en función de la responsabilidad que cada uno tenga que desempeñar.

V. En toda nuestra estructura debe prevalecer un *derecho tradicional de apelación*, asegurándose así que se escuche la opinión de la minoría, y que las peticiones de rectificación de los agravios personales sean consideradas cuidadosamente.

VI. La conferencia reconoce que la iniciativa principal y la responsabilidad activa en la mayoría de los asuntos de servicio mundial deben ser ejercidas, en primer lugar, por los miembros custodios de la conferencia cuando actúan como la Junta de Servicios Generales.

VII. La Carta Constitutiva y los Estatutos de la Junta de Servicios Generales son instrumentos legales, y los custodios están, por consiguiente, totalmente autorizados para administrar y dirigir los asuntos de servicio mundial. La Carta Constitutiva de la Conferencia en sí misma no es un instrumento *legal* sino *tradicional*, en cuya validez —y en las finanzas de AA— se apoya para su plena efectividad.

VIII. Los custodios son los principales planificadores y administradores de los asuntos de política y finanzas en general; tienen una función de supervisión fiduciaria sobre nuestros servicios constantemente activos y constituidos separadamente, ejercida mediante su facultad de elegir a todos los directores de estas entidades.

IX. El buen liderazgo de servicio en todos los niveles es indispensable para nuestro funcionamiento y seguridad en el futuro. El liderazgo inicial del servicio mundial que una vez ejercieron los fundadores tiene necesariamente que ser asumido por los custodios.

X. A cada responsabilidad de servicio debe corresponderle una autoridad de servicio equivalente, y el alcance de tal autoridad debe estar siempre bien definido.

XI. Los custodios deben contar siempre con los mejores comités, directores de las corporaciones de servicio, ejecutivos, miembros del personal y consultores. La composición, cualidades, capacitación introductoria, así como la definición de derechos y funciones serán siempre asuntos prioritarios.

XII. La conferencia cumplirá con el espíritu de la tradición de AA, teniendo especial cuidado de no convertirse nunca en sede de peligrosa riqueza o poder; que contar con fondos suficientes para su funcionamiento, más una reserva adecuada, sea su prudente principio financiero; que ninguno de sus miembros tenga una posición de autoridad desmedida sobre los demás; que se llegue a todas las decisiones importantes por discusión, votación y —siempre que sea posible— por unanimidad sustancial; que ninguna de sus acciones sea personalmente punitiva o una incitación a controversia pública; que nunca se realice ninguna acción de gobierno; y que, como la sociedad a la cual sirve, permanezca siempre democrática en acción y en intención.

PUBLICACIONES DE AA. Aquí hay una lista parcial de publicaciones de AA. Se pueden obtener formularios de pedidos en la Oficina de Servicios Generales de Alcohólicos Anónimos, Box 459, Grand Central Station, New York, NY 10163, USA. Teléfono: (212) 870 34 00.
Sitio web: www.aa.org

LIBROS

ALCOHÓLICOS ANÓNIMOS
DOCE PASOS Y DOCE TRADICIONES
REFLEXIONES DIARIAS
COMO LO VE BILL
NUESTRA GRAN RESPONSABILIDAD
ALCOHÓLICOS ANÓNIMOS LLEGA A SU MAYORÍA DE EDAD
EL DOCTOR BOB Y LOS BUENOS VETERANOS
«TRANSMÍTELO»
VIVIENDO SOBRIO
LLEGAMOS A CREER
AA EN LA CÁRCEL: UN MENSAJE DE ESPERANZA
AA PARA EL ALCOHÓLICO DE EDAD AVANZADA: NUNCA ES DEMASIADO TARDE

FOLLETOS

Experiencia, fortaleza y esperanza:

LAS MUJERES EN AA
LOS JÓVENES EN AA
SER NEGRO EN AA
MIEMBROS DE AA INDÍGENAS
LOS ALCOHÓLICOS LGBTQ EN AA
LA PALABRA «DIOS»: LOS MIEMBROS DE AA AGNÓSTICOS Y ATEOS
AA PARA LOS ALCOHÓLICOS CON PROBLEMAS DE SALUD MENTAL,
Y SUS PADRINOS
ACCESIBILIDAD EN AA: LOS MIEMBROS HABLAN SOBRE SUPERAR LAS
BARRERAS
AA Y LAS FUERZAS ARMADAS
¿SE CREE USTED DIFERENTE?
MUCHAS SENDAS HACIA LA ESPIRITUALIDAD
MUJERES HISPANAS EN AA
CARTA A UN PRESO QUE PUEDE SER ALCOHÓLICO
ES MEJOR QUE ESTAR SENTADO EN UNA CELDA
(Folleto ilustrado para personas bajo custodia)

Acerca de AA:

PREGUNTAS FRECUENTES ACERCA DE AA
¿ES AA PARA MÍ?
¿ES AA PARA USTED?
UN PRINCIPIANTE PREGUNTA...
¿HAY UN ALCOHÓLICO EN SU VIDA?: EL MENSAJE DE ESPERANZA DE AA
ESTO ES AA: UNA INTRODUCCIÓN AL PROGRAMA
DE RECUPERACIÓN DE AA
PREGUNTAS Y RESPUESTAS SOBRE EL APADRINAMIENTO
EL GRUPO DE AA: DONDE TODO EMPIEZA
PROBLEMAS DIFERENTES DEL ALCOHOL
EL MIEMBRO DE AA, LOS MEDICAMENTOS Y OTRAS DROGAS
EL AUTOMANTENIMIENTO: DONDE LA ESPIRITUALIDAD
Y EL DINERO SE RELACIONAN
LA EXPERIENCIA NOS HA ENSEÑADO:
UNA INTRODUCCIÓN A NUESTRAS DOCE TRADICIONES
LOS DOCE PASOS ILUSTRADOS
LOS DOCE CONCEPTOS PARA EL SERVICIO MUNDIAL ILUSTRADOS
LAS DOCE TRADICIONES ILUSTRADAS
CÓMO COOPERAN LOS MIEMBROS DE AA CON LOS PROFESIONALES
AA EN LAS INSTITUCIONES CORRECCIONALES
AA EN LOS ENTORNOS DE TRATAMIENTO
PROGRAMA PUENTE HACIA AA
LA TRADICIÓN DE AA: CÓMO SE DESARROLLÓ
SEAMOS AMABLES CON NUESTROS AMIGOS
EN EL FRENTE DEL ALCOHOLISMO
COMPRENDIENDO EL ANONIMATO

Para profesionales:

AA EN SU COMUNIDAD
BREVE GUÍA A AA
SI USTED ES UN PROFESIONAL... ALCOHÓLICOS ANÓNIMOS
QUIERE TRABAJAR CON USTED
AA COMO RECURSO PARA LOS PROFESIONALES DE LA SALUD
¿HAY UN BEBEDOR PROBLEMA EN EL LUGAR DE TRABAJO?
LOS LÍDERES RELIGIOSOS PREGUNTAN ACERCA DE AA
ENCUESTA DE LOS MIEMBROS DE AA

VIDEOS (disponibles en www.aa.org/es, subtítulados)

VIDEOS DE JÓVENES PARA DESCARGAR
ESPERANZA: ALCOHÓLICOS ANÓNIMOS
UNA NUEVA LIBERTAD

Para profesionales:

VIDEO PARA PROFESIONALES DE LA SALUD
VIDEO PARA PROFESIONALES JURÍDICOS Y DE CORRECCIONALES
VIDEO PARA PROFESIONALES DE SERVICIOS DE EMPLEO
Y RECURSOS HUMANOS

REVISTAS Y BOLETINES

AA GRAPEVINE (mensual, www.aagrapevine.org)
LA VIÑA (bimestral, en español, www.aalavina.org)
ACERCA DE AA (versión digital únicamente, <https://www.aa.org/es/about-aa>)

DECLARACIÓN DE UNIDAD

Debemos hacer esto para el futuro de AA:
poner en primer lugar nuestro bienestar común
y mantener a nuestra Comunidad unida. Porque
de la unidad de AA dependen nuestras vidas
y las vidas de todos los que vendrán.

Yo soy responsable...

cuando cualquiera, dondequiera, extienda
su mano pidiendo ayuda, quiero que la
mano de AA esté siempre allí.

Y de eso, **yo soy responsable.**

