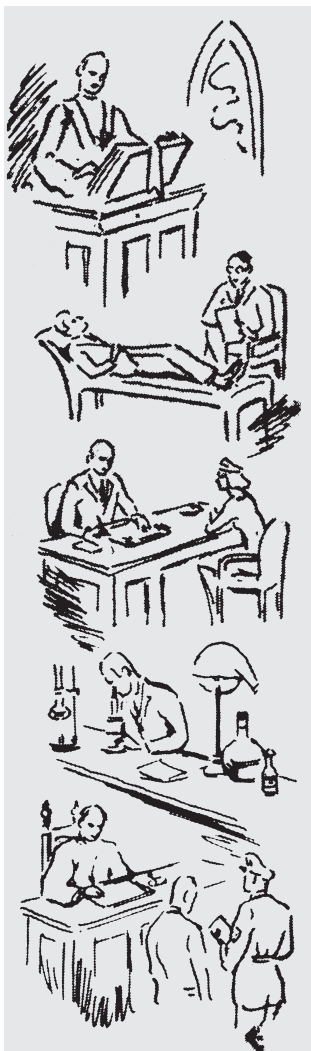


Seamos amistosos con nuestros amigos

Nuestros amigos en el frente del alcoholismo

Por Bill W.



SE DICE que hay 4,500,000¹ alcohólicos en América. Hasta la fecha, A.A. ha ayudado a que casi 250,000² de ellos logren su sobriedad; o sea, uno de cada veinte, o un 5% del total. Este es un comienzo valeroso, lleno de significación y esperanza para aquellos que aún sufren. Pero estas cifras, nos muestran que sólo hemos hecho un módico progreso en este gran problema de salud mundial. Hay millones que están todavía enfermos y otros millones pronto lo estarán.

Estos datos sobre el alcoholismo deben darnos un buen motivo para pensar, y para ser humildes. Sin duda podemos sentirnos agradecidos por toda agencia o método que intenta resolver el problema del alcoholismo—ya se trate de la medicina, la religión, la educación o la investigación. Debemos tener amplitud de mente ante todos esos esfuerzos y ser comprensivos cuando fracasan los malaconsejados. Debemos tener presente que durante años A.A. funcionaba según un método de "pruebas y tanteos." Nosotros como miembros individuales de A. A. podemos y debemos trabajar con aquellos que prometen tener éxito—aunque sólo sea un éxito limitado.

Y no debemos permitir que nuestras particulares convicciones o prejuicios triunfen sobre nuestro buen sentido y buena voluntad. Por ejemplo, muchos de nosotros creemos que el alcoholismo es principalmen-

Notas en la última página

Copyright© 1958 por el A.A. Grapevine
(Número de marzo de 1958)

Traducción copyright © 1995 por el A. A. Grapevine
Reimpreso con permiso

te un problema espiritual. Por lo tanto, tenemos poca paciencia con los bioquímicos que quieren convencernos de que los borrachos beben porque se ven afligidos por un mal metabolismo. Igualmente, somos propensos a enfurecernos al oír a los siquiatras descartar toda cuestión del bien y del mal e insistir que el verdadero problema del alcohólico siempre tiene sus raíces en las obsesiones neuróticas que adquirió inocentemente cuando era niño debido a la inadaptación causada por los errores de sus padres. O al oír a los asistentes sociales decir que las verdaderas causas del alcoholismo residen en defectuosas situaciones sociales, solemos ponernos inquietos y responder "¿A quién le importa cuáles puedan ser las causas? A.A. puede ayudar a reponerse a los borrachos, sin meterse en todos esos detalles."

De forma parecida, algunos A.A. censuramos todas las tentativas terapéuticas, salvo la nuestra. Señalamos ciertas clínicas o comités que han logrado hacer muy



poco; nos quejamos de las inmensas sumas de dinero malgastadas por agencias privadas y agencias del estado. Nos valemos del caso de toda droga experimental que no da buenos resultados para hacer críticas virulentas. Menospreciamos los es-

fuerzos que hacen los hombres y mujeres de la religión para tratar con nosotros los borrachos. Creemos que una sólida educación sobre el alcohol es una buena cosa. Pero al mismo tiempo somos propensos a creer que en este campo A.A.—aunque sea de forma indirecta—está haciendo la mayor parte del trabajo.

Puede que esto parezca ser una confesión de los pecados de A. A. y, hasta cierto punto, lo es. Es también una confesión de que, en alguna u otra ocasión, yo he sostenido algunas de estas miopes opiniones y prejuicios. Pero me apresuro a añadir que todo lo que acabo de decir se aplica mucho más al pasado de A. A. que a la Comunidad de hoy día.

Hoy en día, la gran mayoría de nosotros recibimos de buen grado cualquier nueva luz que se pueda arrojar sobre la aflicción misteriosa y desconcertante del alcohólico. No nos importa mucho la procedencia de estos nuevos y valiosos conocimientos, ya sea que provengan de un tubo de ensayo, del sofá de un siquiatra o de estudios sociológicos reveladores. Nos agrada cualquier tipo de educación que facilite información precisa al público y cambie su acostumbrada actitud para con el borracho. Cada vez más consideramos a todos los que trabajan en el campo del alcoholismo como nuestros compañeros en la marcha desde la oscuridad hacia la luz. Nos damos cuenta de que podemos realizar juntos lo que nunca podríamos lograr separados y en rivalidad.

Preocupado por A.A. y todos sus asuntos, debo confesar que he dedicado poco tiempo a pensar en el problema global del alcoholismo. Pero sí lo puedo vislumbrar, y me gustaría compartir con ustedes lo que vislumbro.

Consideremos los 4,500,000 borrachos que hay en América. ¿En qué situación están ahora? ¿Qué se está haciendo y qué se puede hacer por ellos? ¿Y por la siguiente generación—otros 4,000,000 que aún son niños y adolescentes? Excepto por lo que A.A. pueda hacer, ¿han de ser víctimas también?

Empecemos por el punto más bajo. Nuestras instituciones siquiátricas están inundadas de gente con lesiones cerebrales y gravemente sicopática. Alguno que otro consigue volver a integrarse en la sociedad, pero no muchos. La mayoría ya han llegado a un punto del que no pueden volver atrás. Su mejor esperanza es pasar al otro mundo. Sin embargo, futuras investigaciones sobre su condición pueden ampliar nuestros conocimientos acerca de la prevención para el beneficio de los que se están aproximando al borde del abismo. También se puede encontrar una gran cantidad de alcohólicos en las prisiones. Puede que el alcohol les metiera directamente en los líos por los que están allí, o puede que tuvieran que beber a fin de poder entregarse a sus obsesivas inclinaciones para cometer los crímenes. Aquí se ve una clara necesidad de investigaciones científicas—médicas, siquiátricas y sociales. A.A. no puede hacer esta tarea, pero hay otros que ya han hecho un buen comienzo.

Todas las grandes ciudades tienen sus barrios bajos. Sin duda tiene que haber varios cientos de miles de los llamados borrachos perdidos. Algunos están tan sicóticos y tan trastomados que su único destino es el manicomio. El resto de estos incontables hombres y mujeres suele encontrarse en los cuarteles de la policía, los juzgados, las cárceles y los hospitales. Lo que ellos pagan en sufrimiento es incalculable;

lo que la sociedad paga, únicamente en dinero, es enorme. Multitudes de estas personas, que todavía no son consideradas locas por la ley, se ven condenadas a vagar de un lado a otro sin esperanza. ¿Hay algo que se puede hacer? Es muy probable que sí. Tal vez se les puede trasladar a unas granjas donde en una especie de "cuarentena" pueden hacer suficiente trabajo para mantenerse a sí mismos, mejorar de salud, y ahorrar a sus respectivas ciudades grandes sumas de dinero y grandes molestias. Este y otros experimentos parecidos han empezado a ofrecer mucha más esperanza a los habitantes de los barrios bajos. Los miembros de A.A. están ayudando, pero la mayor parte del trabajo y del dinero tendrá que venir de otros sitios.

Consideremos ahora los millones de alcohólicos que aún no han llegado a las prisiones, los manicomios o los barrios bajos. Se dice que ellos constituyen la gran mayoría. En este momento, A.A. parece ser su mejor esperanza de recuperación. Entonces, ¿por qué no han acudido a nosotros todos esos millones? O, ¿por qué no han tratado de recuperarse por cualquier otro método?

Cualquier miembro de A.A. puede darte una respuesta rápida y precisa "No están listos. No se dan cuenta de lo enfermos que están. Si lo supieran, vendrían en tropel buscando tratamiento, como si tuvieran diabetes o cáncer." Por lo tanto, el problema es cómo exponerles los hechos que les conenzan que están gravemente enfermos.

Más que nada, la solución parece estar en la *educación*—educación en las escuelas, en las facultades de medicina, entre los clérigos y los patrones, en las familias y del público en general. Desde la cuna hasta la tumba el borracho y el posible alcohólico

tendrán que encontrarse en un ambiente de comprensión profunda y auténtica y expuestos a un continuo bombardeo de información: los hechos acerca de su enfermedad, sus síntomas, y su fatídica gravedad. ¿Por qué debe esperar un alcohólico hasta cumplir los 55 años y estar horriblemente destrozado para enterarse de que es una persona muy enferma si, con la apropiada educación, se le podría haber convencido a los 30 o 35 años?

La historia nos ha enseñado que ni el sermonear ni el moralizar ni otros intentos parecidos para reformarlos, sean cuales sean sus diversos méritos, han causado mucha impresión en los alcohólicos en general. Pero en años recientes, la educación objetiva sobre las realidades de la enfermedad ha dado resultados muy prometedores. Ahora vemos llegar a A. A. una gran cantidad de gente joven como consecuencia directa de la más generalizada difusión de información sobre la enfermedad.

Los A. A. hemos hecho bastante trabajo en este aspecto educativo, y algunos amigos fuera de A.A. han hecho aun más. Como consecuencia, en este mismo momento casi medio millón de borrachos en los Estados Unidos están intentando recuperarse—o al menos pensando seriamente en hacerlo—por su propia cuenta, o por medio de algún tratamiento. Tal vez este cálculo es un poco elevado, pero no es ni mucho menos una fantasía. Una buena educación acerca del alcoholismo—y cada vez más amplia y generalizada—tendrá sin duda un gran impacto.

El impacto de la educación no solo se verá reflejado en la cantidad de personas bajo tratamiento, sino aun más en el aspecto preventivo. Esto quiere decir educación objetiva acerca de los hechos,

presentada apropiadamente a los niños y a los adolescentes, en el hogar y en la escuela. Anteriormente, una gran parte de la educación consistía en atacar la inmoralidad de beber en lugar de la enfermedad del alcoholismo.

Los A. A. podemos hablar acerca de este asunto con gran convicción. La mayoría de nuestros hijos se han visto trastornados emocionalmente por nuestro comportamiento alcohólico, y se encuentran claramente "inadaptados." Muchos de ellos ya deberían de haberse convertido en bebedores problema. Pero no han hecho tal cosa. El alcoholismo, o el posible alcoholismo, rara vez se ve entre los hijos de padres que son miembros de A. A. Pero nunca les prohibimos beber, ni les sermoneamos si lo hacen. Simplemente aprenden por lo que ven y por lo que oyen que el alcoholismo es un asunto espantoso y que si beben, tienen una probabilidad entre quince de contraer la enfermedad del alcoholismo. La mayoría de ellos no beben nada en absoluto. Otros beben con moderación. Los demás, después de meterse en algunos líos funestos, son capaces de dejar de beber y lo hacen rápidamente. Esto parece ser la forma más eficaz de educación preventiva.

Por lo tanto, es totalmente posible que muchos de estos métodos y actitudes de A.A. se pueden aplicar a todos los niños.

¿Quién se va a encargar de hacer todo este trabajo educativo? Obviamente, es tanto una tarea para la comunidad como para los especialistas. Individualmente, los A.A. podemos ayudar, pero A.A. como tal no puede, y no debe, intervenir directamente en este campo. Por lo tanto, tenemos que contar con otras agencias, con nuestros amigos de afuera y con su buena disposición de dedicar grandes cantidades de dinero y esfuerzo—los cuales, con

mayor eficacia que nunca, encaminarán al alcohólico al tratamiento y evitarán el desarrollo de la enfermedad en millones de niños predispuestos, quienes, de otra forma, seguirían el camino tan bien conocido por nosotros.

Como el siguiente fragmento de la historia de A.A. demuestra, se han hecho grandes y muy prometedores progresos fuera de A.A., en el campo de la investigación, del tratamiento, de la rehabilitación y



la educación. Dio la casualidad de que yo era testigo de los inicios de los métodos modernos en estas esferas. A continuación les contaré lo que vi:

Tengo vivos recuerdos del Dr. H.W. Haggard del cuerpo docente de la Universidad de Yale. En 1930, cuatro años antes de que yo lograra mi sobriedad, este excelente médico se estaba preguntando de qué sufrían los borrachos. Quería emprender una investigación—al principio un proyecto experimental de laboratorio para determinar si acaso tuvieran una bioquímica peculiar. A algunos de sus colegas, este proyecto les parecía tan risible que el buen doctor no podía conseguir ninguna subvención de la tesorería de Yale. No obstante, el Dr. Haggard se sentía

como un hombre con una misión. Contribuyó a financiar el proyecto con dinero de su propio bolsillo, y pidió a sus amigos que hicieran aportaciones. Logró lanzar la investigación y él y un asociado suyo, el Dr. Henderson, se pusieron a trabajar.

Más tarde, en 1937, el Dr. Anton Carlson, renombrado fisiólogo, y un grupo de científicos interesados formaron un organismo subsidiario llamado el Consejo de Investigaciones Sobre los Problemas del Alcohol. Algunos de los primeros A.A. neoyorquinos asistimos a sus reuniones— a veces para darles ánimo y a veces, confieso, para abuchear. (Los A.A. de esa época creían que tenían un monopolio en el tratamiento de los borrachos.)

En esos días, se integró en el Consejo de Investigaciones una persona muy enérgica, el Dr. E.M. Jellinek. No era doctor en medicina; pero era "doctor" en casi todo lo demás. Aprender todo acerca de los borrachos no era sino un asunto de ponerse al día en sus lecturas atrasadas. Por prodigio de erudición que fuera, no obstante, era un hombre muy popular con nosotros los alcohólicos. Le llamábamos un "alcohólico seco," porque se podía identificar tan fácilmente con nosotros. Incluso su apodo era muy simpático—su padre húngaro le llamaba "Bunky," que en ese idioma significa "rabanillo." El "rabanillo" se puso a trabajar en seguida.

Con el tiempo, Bunky y el Dr. Haggard aunaron sus esfuerzos y en 1940 empezaron a publicar el *Quarterly Journal of Studies on Alcohol* [Revista Trimestral de Estudios sobre el Alcohol], dedicada a publicar artículos que abarcaban todo el campo de estudios e investigaciones acerca del alcohol. Esta empresa resultó en una

estrecha asociación y colaboración entre el Dr. Jellinek y el Dr. Haggard.

En 1943, el Dr. Haggard y Bunky organizaron la Escuela de Yale para Estudios sobre el Alcohol⁸. Se dieron cuenta de que un laboratorio y una revista técnica no podían llegar muy lejos a no ser que se encontrara una audiencia más amplia. Se propuso la idea de que cualquier persona que tuviera algo que ver con los borrachos o con el problema del alcohol debería estar representada en la escuela.

Un grupo curiosamente variado se reunió en las primeras sesiones. Me acuerdo muy bien del venerable Sr. Colvin, el que solía presentarse como candidato para presidente por el Partido Prohibicionista. Al otro extremo de opinión violenta se encontraban algunos representantes de la industria del licor. Entremedias había unos cuantos clérigos, asistentes sociales, jueces, policías, oficiales de libertad condicional, educadores, y una cierta cantidad de nosotros los borrachos. Cada cual tenía su propio interés personal y sus propias convicciones rígidas. Los dos campos opuestos casi no se hablaban. Cada facción quería que nosotros los alcohólicos estuviéramos de acuerdo con ellos. Esto era muy halagador, pero naturalmente nosotros seguimos el rumbo independiente, y no estábamos de acuerdo con casi nadie.

De esta mezcla tan poco prometedora, los Dres. Haggard y Jellinek tuvieron que llegar a conseguir un concierto. Hubo que convencer a los anti-prohibicionistas de que no se podía esconder el problema debajo de la cama; ni tampoco podían los prohibicionistas seguir atemorizando, mostrando un hígado podrido a cada uno de los bebedores. Y nosotros los A.A. teníamos que ver la enormidad del problema

global del alcohol y encarar el hecho de que probablemente no íbamos a hacer que todo el mundo dejara de beber de la noche a la mañana. La escuela contribuyó con los resultados de sus investigaciones, y los demás contribuyeron con lo que tenían, o creían tener, y finalmente Bunky nos hizo ver que teníamos que enfrentarnos juntos a los hechos reales y además hacerlo de una manera amistosa. Fue un toque maestro de diplomacia; fue quizás la primera vez que



se logró abordar, con amplias miras y gran tacto y sensibilidad el problema de alcohol en los Estados Unidos.

En el año siguiente, 1944, hubo dos acontecimientos de la más alta significación. El grupo de Yale abrió una clínica que tendría un gran número de borrachos vivos para servir como sujetos de sus tratamientos experimentales y en quienes basar sus investigaciones. Ray McCarthy, el primer administrador de la clínica, pasó sudores probando el método clínico con el primer grupo de alcohólicos.

Luego se presentó Marty Mann. Como pionera de A. A., se daba cuenta de la necesidad de cambiar las actitudes del público,

que habría que hacer saber a la gente que el alcoholismo era una enfermedad, y que se podría ayudar a los alcohólicos. Ella formuló un plan para crear una organización que realizara un programa vigoroso de educación pública y que estableciera comités compuestos por ciudadanos en todas partes del país. Me sometió su plan. Me sentía entusiasmado, pero creía que sería necesario tener el respaldo de la comunidad científica, así que remitimos el plan a la atención de Bunky, y él vino a reunirse con nosotros. Nos dijo que, a su parecer, el plan era acertado y bien razonado y que había llegado ya la hora propicia, y estaba de acuerdo conmigo en que Marty era la persona más apropiada para hacer el trabajo.

Originalmente financiada por el incansable Dr. Haggard y sus amigos, Marty emprendió su gran labor. Aunque el espacio no me permite hablar en detalle acerca de los magníficos logros de Marty y sus asociados, miembros del actual Consejo Nacional Sobre el Alcoholismo⁴, puedo manifestar mi convicción de que no existe otra agencia que haya hecho más para educar al público, ampliar las posibilidades de hospitalización, o poner en marcha tantos y tan diversos proyectos constructivos. Claro está que el consejo ha pasado por muchos dolores de crecimiento, pero hoy día los resultados del CNA atestiguan su eficacia de forma elocuente.

En 1945, el Dr. Selden Bacon, eminente sociólogo, fue nombrado coordinador de la Comisión Sobre el Alcoholismo de Connecticut, el primer programa sostenido con fondos estatales. Esta primera colaboración se realizó como consecuencia directa del trabajo del Dr. Bacon y el grupo de Yale. Desde entonces, nuestro amigo

Selden ha contribuido con su inmensa energía y su más aguda perspicacia al beneficio de nosotros los alcohólicos.

No cabe duda de que él es una de las mayores autoridades que conocemos en el campo de la sociología.

Me gustaría muchísimo poder mencionar a otros muchos amigos dedicados de esa época pionera y dilatarme sobre sus aportaciones. Otros nuevos amigos les han seguido desde entonces y hoy día son una legión. A todos ellos les expreso la gratitud eterna de Alcohólicos Anónimos.

Sus esfuerzos conjuntos, a menudo suscitados por los A. A., han dado multitud de frutos: Cuatro universidades ahora tienen programas basados en el modelo de Yale. Tres mil hospitales, privados y públicos, han abierto sus puertas a los alcohólicos. Hemos visto un cambio revolucionario en la actitud de la industria hacia sus empleados. Las instituciones carcelarias, la policía y los jueces han cobrado un nuevo ánimo. Numerosos comités de ciudadanos se han puesto a atacar el problema global en sus varias comunidades. Más de treinta estados de los EE.UU. y la mayoría de las provincias de Canadá tienen programas de rehabilitación y tratamiento. Muchos grupos de clérigos se han puesto a educar a sus colegas. Se están haciendo importantes progresos en la investigación y el tratamiento siquiátricos. Los experimentadores trabajan en sus laboratorios con gran optimismo. La Asociación Médica Norteamericana ha reconocido oficialmente el alcoholismo como una enfermedad crónica, y ha establecido un subcomité sobre el alcoholismo. Las facultades de medicina han empezado a incluir cursos sobre el alcoholismo en su plan de estudios. Con el acicate de Bunky, la Organización Mun-

dial de la Salud está llevando todas estas buenas noticias a todas partes del mundo. Se están modernizando los libros de textos de las escuelas. La prensa, la radio y la televisión están emitiendo diariamente toneladas de información con el fin de educar al público en general. Todo esto ha venido ocurriendo durante los veintiocho años que han pasado desde que el Dr. Haggard decidió ponerse a determinar el porqué del carácter alcohólico.

Cada uno de estos pioneros en el campo general dirían generosamente que si no hubiera sido por la prueba concreta de la recuperación en A.A., no podrían haber seguido con sus trabajos. A. A. era la estrella polar de esperanza y ayuda que les mantuvo en ello.

Por lo tanto, trabajemos en cooperación

con todos estos proyectos prometedores para acelerar la recuperación de aquellos millones de personas que aún no han encontrado una solución. Estas diversas obras no tienen necesidad de nuestro aval; sólo necesitan que les echemos una mano cuando, como individuos, podamos hacerlo.

¹Datos de 1958.

²Cálculo aproximado (2014) de miembros de A.A. en todo el mundo: más de dos millones.

³ La Escuela para Estudios sobre el Alcohol ahora está en la Universidad Rutgers, New Brunswick, N.J. Edita la anterior *Revista Trimestral* ahora una publicación mensual titulada *Revista de Estudios Sobre el Alcohol*.

⁴ Después de jubilarse de su puesto como directora ejecutiva, Marty Mann sirvió en el N.C.A. como fundadora-asesora hasta su muerte en 1980.

Hoy día se está poniendo en práctica la sugerencia de Bill. La Junta de Servicios Generales de A.A. tiene un Comité de Cooperación con la Comunidad Profesional; también lo tiene la Conferencia de Servicios Generales. Estos comités le hacen posible a la Comunidad poner en acción la amistad recomendada en todo el continente. El comité de la junta se ofrece para cooperar con agencias gubernamentales y privadas y con gente y organizaciones profesionales en el amplio campo del alcoholismo.

**Distribuido por
A.A. WORLD SERVICES, INC.
P.O. Box 459, Grand Central Station
New York, NY 10163
www.aa.org**