

Gratitud—desde las Repúblicas Rusas

En las extensas repúblicas de Rusia, donde A.A. es todavía muy joven, la emoción que se siente al ver crecer los grupos como hongos ha suscitado expresiones de gratitud desde Minsk a Moscú.

Refiriéndose a su grupo que se formó el año pasado, Nikolai R. escribe a la Oficina de Servicios Generales: “Hemos puesto a nuestro grupo el nombre de “Marzo 94” porque en nuestro país la primavera, la época en que todas las criaturas se despiertan y se ponen en actividad, empieza en marzo. A nosotros, nos sucede lo mismo—después de muchos años de borrachera, volvemos a vivir nuestras vidas humanas.”

Nikolai, que llevaba siete meses de sobriedad continua cuando escribió a la G.S.O., añade: “Huelga decir que nunca llegaré a ser perfecto, pero voy cambiando, y mi madre me ha dicho que ve en mí cambios profundos y dramáticos. Lo más importante es que ahora yo sé dónde ir y, para mí, no hay camino de regreso.”

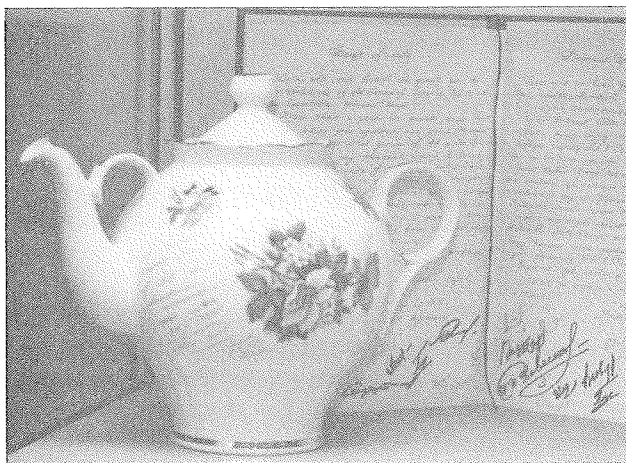
Stanislav K escribe: “En estas fechas, hay siete grupos de A.A. en cuatro de las ciudades de nuestra República de Belarus. Algunos de nosotros ya sabemos lo que podemos hacer para informar a nuestros compatriotas sobre A.A. Facilitamos información a la prensa y a las emisoras

de TV, nos reunimos con miembros del parlamento y con representantes de los gobiernos municipales, y organizamos reuniones en las clínicas narcológicas.

“En Box 4-5-9, hemos leído artículos acerca de la Convención Internacional que tuvo lugar en San Diego en julio de 1995 para conmemorar el 60º aniversario de A.A. Es muy interesante, pero pocos de nosotros de aquí podremos participar en el evento, porque nos resulta muy caro. No obstante, en nuestras almas estaremos unidos con ustedes durante esa celebración, y les enviamos nuestros más calurosos saludos.”

Alexander B, también de Belarus, nos envía “los saludos del Grupo Primer Paso de Minsk.” Mientras estaba en Moscú por razones profesionales, dice, “tuve la oportunidad de ver que el programa de A.A. funciona, y allí les tienen a las Tradiciones el mismo cariño y aprecio que les tienen en Minsk y en las demás ciudades en las que he asistido a reuniones de A.A. En todas partes, me he encontrado en un ambiente de bondad, franqueza e íntima sencillez.”

Mientras estaba de viaje, dice Alexander, el Grupo Primer Paso seguía desarrollándose “tanto en la cantidad de sus miembros como en la calidad del trabajo que se hace. Y esto sucedió debido principalmente a su literatura y a su apoyo, el cual podemos sentir a pesar de las vastas distancias que nos separan.”



En noviembre de 1988, el Grupo de Principiantes de Moscú—primer grupo de A.A. en Rusia—envió a la G.S.O. esta hermosa tetera que ahora se ve expuesta en una vitrina en los Archivos de la G.S.O., con una declaración de aprecio y gratitud (en inglés y en ruso), firmada por los miembros del grupo.

La Gratitud— una forma de recordar

Noviembre es el Mes de Gratitud en A.A. (en Canadá en octubre), una ocasión en la que muchos miembros y entidades de A.A. se paran un momento para considerar las bendiciones de la sobriedad y decir gracias. Se ha dicho que un alcohólico agradecido no beberá, y parece cierto que la gratitud tiene el poder de borrar la desesperación, el miedo y el ensimismamiento—esos estados de ánimo que suelen acompañar al beber. Como dijo recientemente un miembro de la Comunidad, “algunas personas creen que la gratitud es un sentimiento, tal vez algo que va unido a la nube rosada. Pero yo creo que es una perspectiva—una forma de recordar cómo era, y cómo es ahora.”

El **Box 4-5-9** es publicado cada dos meses por la Oficina de Servicios Generales de Alcohólicos Anónimos, 475 Riverside Drive, New York, N.Y.

© 1995 Alcoholics Anonymous World Services, Inc.

Dirección de correo: P.O. Box 459, Grand Central Station
New York, NY 10163

Subscripciones: Individual, U.S. \$3.50 por año; grupo, U.S. \$6.00 diez copias de cada número por año. Cheques: Háganlos a favor de A.A.W.S., Inc., y deben acompañar el pedido.

A continuación aparecen algunas expresiones de gratitud extraídas de la correspondencia que llega a la G.S.O. La primera viene del *Este de Europa*; *Nadya G.* escribe: "Los A.A. de Bulgaria les saludan calurosamente reconociendo que toda la felicidad que conocemos en este momento se debe a su preciada ayuda y la merced de Dios. La literatura que hemos recibido, traducida al búlgaro, es para nosotros tan preciada como un niño recién nacido.... Que Dios les acompañe para siempre, y que sus corazones rebosen del amor de Dios."

Lorne C., de Yorktown, Saskatchewan, Canadá, celebró el pasado mes de diciembre, su 10^a Navidad sobria en A.A.; era la tercera de su padre. Lorne nos escribe: "Mi padre y yo bebíamos. Pasamos buenos ratos, y pasamos malos ratos. Mucha gente me decía que eso no estaba bien, pero yo siempre tenía una réplica seca para ellos. Al recordar todo esto, me doy cuenta de que no teníamos una relación de padre e hijo; lo único que teníamos era una conexión de bebedores.

"En 1984, me uní a A.A. Mi padre seguía bebiendo. Me imagino que yo era una buena muestra de lo que dice el Libro Grande y de la forma de vida de A.A. porque mi padre dejó de beber en noviembre de 1991. Tiene ahora 78 años. Nunca creí que llegaría el día en que mi padre y yo dejáramos de beber, pero no me siento demasiado sorprendido. Dios obra a través de la gente y hace milagros."

De *Jim M., Chicago, Illinois,* vienen el siguiente sucinto mensaje de gratitud: "Esto será sencillo. Tres veces al mes, puedo ir en bicicleta en vez de conducir mi automóvil, y puedo enviar los diez dólares así ahorrados a la G.S.O. para que ustedes los usen de la forma que les parezca apropiada."

John M. antiguo delegado de *St. Laurent, Quebec, Canadá,* escribe: "Uno de los secretos mejor guardados de A.A. es el Plan de Cumpleaños de A.A.—pero no es un secreto para los miembros de un grupo del Area 87. Este grupo, que prefiere ser anónimo, tiene una conciencia de grupo bien informada. Recientemente, votaron por coleccionar, en plan voluntario durante el año, uno, dos, tres o cinco dólares de los miembros del grupo hasta que la cantidad de dólares correspondiera a sus respectivos años de sobriedad. En el día de cumpleaños

del grupo, el dinero que se haya reunido será enviado a la G.S.O. como una contribución de aniversario."

La gratitud puede convertirse en muy diversos tipos de acción, grande y pequeña, individual o colectiva. Por ejemplo, para celebrar la gratitud, algunos grupos efectúan reuniones de tema, enfocadas en la gratitud, o envían una contribución a la entidad de A.A. de su elección, o donan una subscripción al Grapevine a una persona confinada en casa o encarcelada en una prisión. Casi toda acción positiva refleja la gratitud—un grupo puede decidir regalar paquetes para principiantes a los recién llegados y pasar una tarde metiendo en sobres un horario de reuniones, un librito de direcciones con lápiz, un ejemplar de *Viviendo Sobrio* y unos cuantos folletos de A.A. Los miembros individuales pueden invitar a almorzar a sus padrinos (o ahijados) o empezar a efectuar una reunión de Pasos o Tradiciones donde haya una necesidad expresada. O pueden comprometerse personalmente a siempre acoger a los principiantes o a los extraños que se presentan en las reuniones de su grupo base. Parece que la gratitud en acción es siempre una forma de extender la mano a otros. Como escribió Bill W., "Cuando estamos rebosantes de gratitud, el latido de nuestro corazón ha de conducirnos sin duda a un amor expansivo, la más preclara emoción que podamos conocer."

Una antorcha de esperanza para los alcohólicos del norte

Todo comenzó en el año 1992 en el pequeño pueblo rural de Amos, un pueblo con 14,000 habitantes de habla francesa situado en el aislado extremo del noroeste de Quebec. Fernand L., el delegado del área, dice: "Nos llegó una solicitud de ayuda del Centro Comunitario Residencial de Amos, la única institución correccional del área, en la cual están encarcelados todos los canadienses nativos sentenciados por infracciones de la ley. Podemos ver y sentir su sufrimiento, y establecimos un grupo de A.A. con el nombre 'Llevar la Antorcha.' Gracias a unos cuantos miembros perseverantes, el grupo sigue en vigorosa existencia."

Según Fernand, en las áreas remotas del Canadá, el mensaje suele transmitirse de viva voz, compartido por los alcohólicos que han sido familiarizados con el programa mientras estaban confinados en centros correccionales y de tratamiento. "Lo hacemos como lo hacían nuestros cofundadores, Bill W. y el Dr. Bob, hace 60 años," él dice, "un borracho se ofrece para ayudar a otro, forjando así una conexión que sirve, literalmente, para salvar la vida de ambos."

Pero con una diferencia. Mientras que Bill y el Dr. Bob hablaban el mismo idioma, el comunicarse con los alco-

hólicos canadienses nativos plantea algunas dificultades monumentales, explica Fernand. Muchos de los jóvenes hablan francés y inglés, pero la mayoría de la gente más vieja se encuentra aislada por barreras geográficas y lingüísticas. Hablan varios idiomas distintos, desde Algonquí y Cree hasta Inuit y Nukatuk, y cada idioma puede tener diversos dialectos.

“Nos ha resultado eficaz hacer y distribuir casetes de la literatura de A.A. traducida a los varios idiomas y dialectos,” informa Fernand. “Naturalmente, en la mayoría de los casos, un canadiense nativo que puede ser relativamente recién llegado al programa es quien hace las traducciones, y los miembros de habla inglesa y francesa no sabemos si la traducción corresponde fielmente al original; no obstante, confiamos en la suerte y lo dejamos todo en manos de Dios como cada cual Lo concibe y la fuerza expresiva del lenguaje de corazón de A.A.”

En este punto, Fernand comenta que “la espiritualidad de la Comunidad de A.A. atrae a los alcohólicos nativos, pero el reino del espíritu, según ellos lo conciben, supone una íntima conexión con los árboles, con el agua, con la tierra y con toda la naturaleza. Cuando llegan a darse cuenta de que son libres de expresar sus sentimientos a su manera y no a la nuestra, están más dispuestos a confiar en el programa y abrazarlo.”

El grupo de A.A. de Amos ha contribuido a allanar el camino para otro proyecto de alcance más amplio emprendido, en espíritu de compartimiento, por los grupos de A.A. del sur del Canadá, proyecto de “hermanarse” con un grupo del norte que estaba teniendo dificultades. De esta manera, según David W., delegado de Manitoba, lo explicó a *Box 4-5-9* (feb.-marzo de 1995), “el grupo del sur tiene otra posibilidad muy gratificadora de hacer su trabajo de Paso Doce, y el grupo del norte tiene un aliado—miembros de A.A. con quienes hablar, una fuente de oradores, apoyo emocional. La intención no es tirar dinero a los pequeños grupos del norte, sino extenderles nuestra mano y hacerles sentir que son parte del gran organismo de A.A. Hacer esto incluiría llamadas telefónicas, cartas, literatura y probablemente visitas de acá para allá.”

El proyecto, conocido por el nombre de *Cross Canada*, tuvo su origen en la Conferencia de Servicios Generales de 1994, en la que todos los delegados canadienses, junto con el delegado estadounidense de Alaska, se reunieron en una sesión para un intercambio espontáneo de ideas y acabaron por formar un subcomité de la Conferencia. Entre otras cosas, este subcomité ha trabajado en redefinir las vastas regiones en cuestión—Quebec, una parte de Colombia Británica, B.C./Yukon, Labrador/Terranova, Manitoba, Alberta/Territorios Noroestes, y un área de Ontario—desde la frontera del Yukon hasta el Océano Atlántico, a fin de dividir las en zonas más fáciles de tratar. La región en cuestión se extiende sobre cuatro husos horarios, su tamaño es por

lo menos la mitad del de los Estados Unidos y, no obstante, tiene una población de menos de 60,000 personas. “Así que, como se se puede ver,” dice Fernand, “nuestro subcomité *Cross Canada* tiene una cantidad enorme de trabajo que hacer antes de hacer recomendaciones específicas a la Conferencia.”

Mientras tanto, en Amos, una parte integrante del éxito del esfuerzo de A.A. ha sido mantener un diálogo con los funcionarios de los tribunales locales. “Hemos celebrado varias reuniones con ellos para explicarles cómo funciona A.A. y para identificar y, esperamos, solucionar algunos problemas,” dice Fernand. “Te asombraría ver cuántos asisten. Por ejemplo, a una reunión reciente, asistieron un juez provincial (que sirve a las comunidades del norte) algunos policías provinciales de Quebec, un coordinador de libertad condicional, el consejero de un centro de tratamiento, y otros. Además, el Programa de Adictos Nativos al Alcohol y a las Drogas nos está dando un importante apoyo. Dan la bienvenida a A.A.”

Sigue siendo difícil mantenernos en contacto en plan individual con las áreas que a menudo son intransitables en invierno y casi lo son en verano, pero, dice Fernand, “sin duda los tiempos están cambiando. Hace poco tiempo, Michel G. nuestro antiguo delegado, habló por teléfono con Noah, un nativo intuit que vive en el extremo norte de la provincia de Quebec. Noah le pidió que enviara alguna literatura de A.A. y Michel le replicó, ‘Bien,’ y luego le preguntó si deberían enviarla por correo o por trineo de perros. ‘No te preocupes,’ le dijo Noah, ‘mándala por fax.’”

Punto de Vista

“Por respeto al programa”

Desde que se celebraron las primeras reuniones de A.A., los miembros han venido esforzándose por definir el formato apropiado de las reuniones. ¿Se debe leer la literatura de A.A.? ¿Debemos pedirles formalmente a los miembros que limiten sus comentarios a los que tratan del alcohol? ¿Saludamos al orador diciéndole “Hola” al unísono? ¿Debe haber un “descanso para camaradería”? ¿Qué oración debemos rezar? ¿Debemos rezar la oración cogidos de la mano? ¿Cómo debemos terminar la oración?

Al asistir a reuniones en otras ciudades o en otros estados, puede que los miembros digan, “Sus reuniones eran muy diferentes de las que se efectúan en mi grupo base,” y en general lo que esto significa es que las reuniones tienen formatos distintos. Algunos elementos siempre son los mismos, vaya donde vaya; por ejemplo, a multitud de grupos les resulta útil leer el Preámbulo de

A.A. al comienzo de la reunión. Pero no hay regla que dicte la lectura del Preámbulo, ni cualquier otro aspecto de la reunión de A.A. Estas decisiones son asunto de la autonomía de cada grupo y entidad de A.A.

En la Convención Internacional de 1995, celebrada en San Diego, durante la Reunión Grande del domingo por la mañana, un orador fue al podio para leer el Quinto Capítulo del Libro Grande, "Cómo Trabaja." Cuando empezó a leer los Pasos, algunas personas en el auditorio se pusieron a corear estrepitosamente, entonando el número de cada Paso: "¡UNO!, ¡DOS!", etc. Clem T., un miembro de A.A. allí presente, lo describe así: "Yo, y otros muchos miembros, nos sentíamos molestos y airados con el canto, los gritos y la falta de respeto generalizada que se mostraba durante la lectura del comienzo del Quinto Capítulo del Libro Grande. Puede ser que a algunos miembros de A.A.—en particular, a los jóvenes— les parezca divertido comportarse de esa manera. Yo, por mi parte, creo que es apropiado dar voz a la alegría que este programa me ha hecho posible conocer. En la reunión del domingo por la mañana, la música, las canciones, los globos, la cadena de bailarines que iba serpenteando entre las filas, e incluso 'la ola,' todo esto era apropiado—antes de abrir la reunión. Sin embargo, hay ocasiones que piden la quietud y la reflexión, que nos piden que escuchemos. La lectura de extractos del Libro Grande es una de estas ocasiones. He oído a mis compañeros leerlo en voz alta centenares de veces y todavía me gusta escucharlo."

Clem T. tiene alguna familiaridad con este asunto de cantar en coro porque cuando servía como coordinador del Consejo de Alcohólicos Anónimos del Norte de California (NCCAA) la misma cosa ocurrió en su Conferencia de Primavera de 1988, celebrada en Monterey. Clem explica: "Cuando sucedió esto en Monterey hace siete años, yo esperaba que no volviera a repetirse. Pero algunos de nuestros miembros me dijeron que ya se estaba haciendo en otras conferencias. Una persona se sentía especialmente inquieta por la reacción que pudiera producir en los recién llegados; se preocupaba de que les inculcara una falta de respeto a los Pasos, las Tradiciones y a las personas elegidas para hablar. Cuando volví a casa después de la conferencia, me puse a escribir una declaración que explicara por qué no se podría tolerar el canto y los gritos." Tres meses más tarde, en la Conferencia de Verano de NCCAA, al comparar el texto con el redactado por Anne K, la tesorera del consejo, Clem descubrió que ella había escrito una declaración casi idéntica. A continuación aparece la declaración que finalmente se adoptó para uso en todas las Conferencias de NCCAA:

"Es un honor que se nos pida a participar en cualquier forma en estas conferencias. Es especialmente grato ser parte del programa, venir aquí y prestar algún pequeño servicio.

"Por lo tanto, les rogamos que tengan la bondad de escuchar mientras los participantes leen y que refrenen su deseo de participar. Por respeto al Programa y a nuestras Tradiciones, les rogamos que presten su completa atención a los lectores."

Al principio, esta declaración solo se leía en las conferencias en que empezó la costumbre de corear. Clem dice, "me levantaba para interrumpir el coro y decía, 'esta no es la razón por la que estamos aquí.' Alguna gente silbaba y abucheaba, pero otros, en esencia, les decían, 'cállense y escuchen.'" La coordinadora actual de NCCAA, Diane O., decidió que sería útil leer la declaración en todas de reuniones efectuadas durante las conferencias.

"Tenemos que aprender a escuchar," dice Diane, "y no estar siempre hablando. Intervenir y repetir lo que el lector está diciendo es una falta de respeto. Y es molesto para el lector que puede estar nervioso." A Diane le molesta que las interrupciones suelen ocurrir durante las lecturas de "las partes más antiguas y más apreciadas de nuestra literatura." En su propio grupo base, no se lee ninguna declaración parecida a la del NCCAA; si es necesario, el comité directivo trata el asunto en su reunión mensual. "Pero sé que ocurre en otros grupos," dice Diane. "Creo que sucede más a menudo en las reuniones que no tienen un comité directivo o no tienen conexión con la estructura de servicio."

El delegado actual de la Costa Norte de California, Jim M., dice que leer el Quinto Capítulo "no es un deporte de participación. Tal vez empezó a hacerse porque la gente quería sentirse parte de la reunión. Es un honor leer en una reunión de A.A.—y el lector no debe sentirse intimidado por los cánticos." Referente a la declaración del NCCAA, Jim dice, "se hace con amor pero, no obstante, con firmeza. Nadie quiere ser un 'policía' de A.A., pero todos los que participan activamente en nuestro comité de área quieren ver que se trate con respeto a A.A."

Muchos A.A. que tienen experiencia del fenómeno de "ritualización excesiva" al nivel de grupo se sienten preocupados de que las reuniones estén llenas de lecturas innecesarias, anuncios largos, y cosas parecidas. Como dijo recientemente un A.A., "¿qué pasó con 'mantenerlo simple'?" Respecto a la transformación de "sigue viniendo; funciona" en "sigue viniendo, funciona si lo haces funcionar, así que hazlo funcionar, lo mereces," Jim dice, "cuando logré mi sobriedad, se me dio la solución para mantenerme sobrio. Tenía que seguir viniendo. No añadieron que te mantendrías sobrio 'si lo haces funcionar cha-cha-cha.'"

Si su grupo o área tienen experiencia, fortaleza y esperanza que compartir referente a los formatos de las reuniones—problemas y soluciones—les rogamos que nos escriban.

