

UN MENSAJE DE VIDA

PROLOGO

Este pequeño ensayo no es más que la traducción y síntesis de una serie de experiencias que dan nacimiento al MOVIMIENTO 24 HORAS DE ALCOHÓLICOS ANÓNIMOS o CORRIENTE 24 HORAS, conjunto de entidades terapéuticas con caracteres propios y singulares que practican el programa de ALCOHÓLICOS ANÓNIMOS y las tradiciones.

El idioma empleado es el usual en el seno de los GRUPOS 24 HORAS, puede parecer agresivo, pero no lleva animosidad y de antemano darnos disculpas a las personas no alcohólicas por cualquier referencia involuntaria en su contenido. La idea es tratar de abrirnos camino en el autoengaño del enfermo alcohólico, en su fantasía, planes de pompa y poderío. Lleva pues, el deseo sincero de ayudar a encontrarnos, para seguir caminando juntos en esta dimensión, que como privilegio nos ha tocado vivir SOLO POR HOY.

TRASMITIENDO EL MENSAJE

Este relato no es sino la modesta experiencia de un conjunto de hombres y mujeres que un día llegaron a las gradas de la locura y de la muerte, víctimas de la enfermedad del alcoholismo. No hay en ellas argumentación científica alguna, no trata inclusive de convencer a nadie, es simple y sencillamente un mensaje para aquellas personas que como nosotros ayer, crean tener problemas con su manera de beber y deseen encontrar la solución.

En lo que creemos que ya no puede haber duda, es en la consideración de que el alcoholismo es una enfermedad. Fue dictaminado así por el Consejo Mundial de la Salud reunido en Ginebra, Suiza, en 1956. En la década de los setenta, reacios grupos médicos de nuestro país, llegaron a admitirlo de manera honesta y contundente. No admitirlo así sería un crimen social.

Otra verdad evidente es que la enfermedad del alcoholismo es incurable y que la medicina puede lograr la rehabilitación física, pero nunca arrancar la obsesión por beber a un enfermo alcohólico.

El problema fundamental de nosotros, los enfermos alcohólicos, es nuestra absoluta falta de conciencia de nuestro problema, por eso, esta enfermedad ha sido calificada de irónica y cruel. Es irónica, porque el sujeto que la padece la niega en palabra y acción, porque el autoengaño de este enfermo llega a extremos de brutalidad; ver el problema en el vecino o en el familiar, pero está incapacitado totalmente para ver su propio problema. Un shock emocional o moral es el fenómeno que tiene la virtud de hacer luz en el embotado cerebro del enfermo alcohólico, o bien un persistente temor que en un determinado momento nos haga detectar que estamos acorralados, que hemos agotado todo tipo de resistencia frente al sufrimiento. A esto le llamamos nosotros "fondo". El enfermo ha tocado fondo cuando de alguna manera se han ido diluyendo cada uno de los puntos de autoengaño que han servido para encubrir una personalidad enferma y para enmascarar los síntomas evidentes de esta enfermedad.

ANTES DEL CONTACTO CON LA PRIMERA COPA

Para casi todos los enfermos alcohólicos, desde nuestra más temprana edad tuvimos la sensación de chocar con un mundo hostil y de alguna manera nos sentimos desvalidos, como si no estuviéramos equipados totalmente para enfrentar la vida. Fuimos niños fantasiosos que preferíamos la ensoñación, la fantasía al enfrentamiento cotidiano con la realidad. En algunos casos, niños atormentados, temerosos, inhibidos, tímidos, con un

temor permanente de ser agredidos, lastimados, rencorosos, con una tendencia a generar pronto resentimiento, a sentirnos defraudados en nuestra confianza y en nuestros afectos.

La adolescencia nos sorprendió y acentuó estas características infantiles, claro que ésta realidad desde que la detectamos, la comenzamos a enmascarar para aparentar exactamente lo contrario, hasta convertirnos en expertos falsificadores de nuestra propia vida.

En algunos casos, aún sin beber, nuestra mente era una mente alcohólica y, los varones, tendimos a identificar la ingesta alcohólica con nuestra condición masculina y el deseo de beber fue obsesión permanente, aún antes de probar el alcohol, como si de alguna manera imagináramos que el alcohol iba a diluir nuestros temores e iba a operar en nosotros como una fuerza que cambiara nuestra circunstancia personal, que ya para entonces rechazábamos vehementemente.

Y VINO LA PRIMERA COPA

Para nadie, según nuestra experiencia, fue agradable la primera borrachera. La cruda fue pavorosa; intenso dolor de cabeza, náusea, vómito, y una sensación de ausencia, pero como quiera que sea, para el enfermo se había despertado ya la compulsión, el binomio fatal –compulsión y alergia- y de alguna manera, el alcohol pasó a ser el aliado, el amigo, el refugio de nuestra descompensación.

NUESTRA DESCOMPENSACIÓN

La dimensión mental de la ausencia.

Tal vez la diferencia fundamental entre un bebedor problema y un bebedor normal, estriba en que el bebedor normal (social o fuerte), bebe para gustar de la vida y el bebedor problema bebe para evadirse de ella. La borrachera es una fantasía, una deformación de lo real; en la imaginaria, el borracho acciona, sufre y goza, se olvida de su mediocridad y de la mediocridad del mundo que lo rodea; su profundo sentimiento de inseguridad, de inferioridad y su temor descoyuntado convertido en cobardía, parecen transformarse en los opuestos y así, aparentemente la timidez se convierte en audacia, la inseguridad en ostentosa seguridad y la cobardía en bravuconería. El enfermo alcohólico va limitando la geografía de su vida a una mesa de cantina; en ese breve espacio pretende resolver los problemas del mundo, en ese, su pequeño mundo, se aísla de toda realidad, crea su propio universo teniendo como drama el logro de la aparente euforia de una fiesta total. Para algunos vendrán los cancioneros y el enfermo se sentirá héroe y villano de la canción de moda, otros se volverán parlanchines y sacarán a relucir chistes, generalmente obscenos, ocurrencias, folklor, con tal de producir la carcajada en el histrionismo que va disolviendo la dura realidad o va transformando otra fantasía, la que se trata de ocultar, la de una óptica negativa y torturante que hace que el borracho se autodesprecie, pierda toda estima de su persona y se llegue a ver como un ser repugnante y negativo. ¿Qué grabaciones traumáticas hicieron que se fijara en la mente enferma de alcohólico potencial una visión tan perversamente masoquista de sí mismo, como la que padece este enfermo? ¿De dónde sino, nace ese afán revalidador de carencias con pretensiones tan grotescas como la de querer reafirmar a toda costa, si es hombre, su condición de macho? Y esta fallida pretensión no es, por cierto, un rasgo propio del enfermo perteneciente a capas sociales inferiores, sino que al parecer, es característica distintiva del enfermo alcohólico, cualquiera que sea su condición económica, social y hasta, nos atreveríamos a afirmar, que racial, esto es: las características del enfermo alcohólico son universales.

La enfermedad, nos dicen, es progresiva. Esta progresión hace que al paso del tiempo, se haga cada día menos aceptable su realidad; la locura del alcohol irá dando efecto acumulativo a su autodesprecio, así como irá complicando su realidad circundante con las consecuencias generadas por su vida ingobernable; El deseo de fuga será cada vez más fuerte, paralelo en la inconsciencia, el deseo de autodestruirse, de acabarse, de terminar. Los límites de esta progresión son impredecibles, unos recurrirán a la medicina y se iniciará con esto un doloroso peregrinar a centros antialcohólicos, a hospitales psiquiátricos, y en este dantesco hemisferio, se harán mayores las dosis de autodesprecio, las depresiones se harán más fuertes, y al mismo tiempo, de la manera más inverosímil, el alcohólico encontrará un nuevo refugio a su escapismo: “el sanatorio psiquiátrico”, ya que sabe al iniciar la borrachera que lo máximo que le puede pasar es terminar en el antialcohólico o en el psiquiátrico, que en la generalidad de los casos, le van a proporcionar una nueva dimensión de fuga, los tranquilizantes que al tiempo, lo van familiarizando en la trágica dependencia de otros nuevos modos de evasión.

El hospitalizado es un ausente permanente de la realidad, vive totalmente idiotizado a base de los medicamentos que, lejos de ayudarlo, van agravando su problema, vía crucis interminable que lo llevará al suicidio o al paro cardíaco por sobredosis, en los casos más benignos; fardo terrible para la célula familiar, que por ignorancia, conmiseración o egocentrismo, ha condenado al enfermo alcohólico a una muerte lenta, dolorosa e ineluctable.

Sobre este dolor se erigirá tal vez la industria de explotación perversa, el ser humano convertido en zombie, menguadas las facultades mentales e intelectuales en la nebulosa de la inconsciencia de la pastillomanía, arma para perpetrar el crimen social más abominable, más injusto, en donde se puede uno preguntar, si el enfermo no es culpable, ¡qué criminal sociedad aquella que así lo condena!

Afortunadamente es un mínimo porcentaje el de los enfermos que agonizan en los hospitales psiquiátricos. ¡Que cruel enfermedad aquella en que el sujeto enfermo para ocultar a los demás los síntomas de su sufrimiento, es capaz de pedir que lo lleven a un centro de esta categoría! La mayor parte seguirá bebiendo; unos, parecerá como si se hubieran “amorcillado” (jerga de borrachos) e irán viviendo a “medios chiles” hasta su muerte prematura; otros, en el descenso, en una huida cada vez más lejana, en una caída cada vez más inevitable, cada día será más difícil su convivencia y su permanencia en el seno de la sociedad, pérdida de trabajo, de patrimonio, la disolución del vínculo familiar por abandono, por divorcio, y cada vez será mayor la necesidad de ahogar el sentimiento de culpa, de autodesprecio, de soledad. Sin comprender su tragedia, el incomprendido descende, creando nuevas relaciones, la de gentes iguales que él, la de enfermos como él; al bar de lujo los substituye la cantina, a la cantina la “pulcata” o la piquera, la banquetta, el cubo del zaguán, los sótanos del metro, el baldío, donde se pierde su identificación, donde el apodo sustituye al nombre, donde se olvida el calendario y tal vez, se sienta como una ligera libertad a las espaldas del mundo, muchos hombres deambulan en su propia esfera, ya no hay vergüenza, ya no hay culpa, la enajenación total, hasta la muerte.

Los que no sufren un descenso tan objetivamente drástico, estarán en el autoengaño, retenidos por la complicidad social; unos, luchando en contra del alcohol, con periodos largos o cortos de borrachera seca, con la familia angustiada, temerosa de ser descubierta en su vergüenza, con el sobresalto continuo de que su enfermo en cualquier “buen día”, en una inocente reunión familiar, en el bautizo del hijo del nieto, en el santo de la madre, en el cualquier día de todos los pretextos, su borracho vaya a hacer contacto con la primera copa, porque no falta “el compadre”, el amigo o la propia

señora, o la madre que se acerquen al enfermo y les espeten: “toma, pero nada más una”, “todo se puede hacer con moderación”, y el enfermo tiembla mientras el germen del alcohol cubre su cerebro, nulifica su voluntad y el brazo se estira, la mano se contrae al tomar el vaso y el despertar en un día, en dos, en una semana, etc., será el desenlace de todas las bebetorias. “¿Qué hice, Dios mío?” Insulto al padre, a la madre, el golpear a los hijos, el “chingue a su madre todo el mundo”, explosión de un resentimiento largamente contenido que sale de las entrañas, con la fuerza del odio y del desprecio hacia sí mismo, luego la culpa, la tortura mental y la eterna pregunta: “¿Por qué?” En el seno familiar el reproche, la amenaza, la agresión; a su alrededor la burla, el cuchicheo frívolo. Otros se mantendrán en las entretelas, ciertos de poder económico o político, mayor complicidad, mayor encubrimiento y sin embargo, el sufrimiento es igual, la autolaceración, el autodesprecio, atrás de la máscara del ejecutivo, del triunfador, del político de moda, del “jefe”.

Nadie tanto como el enfermo alcohólico se ha sentido culpable del todo. Efectivamente, se sostiene que el alcohólico se siente culpable hasta de haber nacido; tremenda, esa manera masoquista de lacerarse del enfermo alcohólico, atribuida en parte a un egocentrismo que constituye en sí una forma de locura que pesa sobre sus hombros. En sus días infantiles, muchos se sintieron culpables del sufrimiento de los seres cercanos, por no decir queridos, del enfermo alcohólico; se solidarizaron en el sufrimiento con la madre neurótica, con el padre irresponsable, con las angustias hogareñas, y el drama familiar constituyó su propio drama, culpable de haberse revelado frente a una falta injusta: de ser retobado frente a la agresión de los adultos, culpable del sufrimiento de todos, culpable de sus pensamientos, culpable de sus travesuras normales en los niños, porque él, él precisamente era el árbol torcido, culpable de haber perdido sus canicas; a la agresión seguía la conmiseración y en la concatenación de sus emociones, el peso de la culpa; culpable el adolescente por el instinto que bulle hasta en la masturbación, por el pensamiento erótico que lo persigue a cada momento; culpable de su timidez insoportable al grado de la parálisis; culpable de su temor descoyuntado a grados de cobardía y, a cada uno de sus actos, mayor sentimiento de culpa, hasta la angustia, la depresión, la locura. Los demás, como si lo adivinaran, han encontrado en el enfermo alcohólico el chivo expiatorio y en él se cumplirá el dicho popular: “al perro más flaco se le cargarán más las pulgas”; culpable de haberse casado, culpable de la inarmonía o fracaso de su matrimonio, culpable de ser padre, culpable de no serlo, culpable de sus limitaciones, culpable de su amilanamiento, culpable de su gandallismo, culpable cuando le roban, culpable cuando roba, culpable cuando abusan de él, culpable cuando abusa, culpable cuando lo engañan, culpable cuando engaña, culpable cuando grita, culpable cuando le gritan.

¡Cuántos enfermos por alcoholismo mueren en la ignorancia de su propia enfermedad!
¡Cuántos más son estigmatizados por la ignorancia social, grave tragedia para el ser humano, que no sabe siquiera las causas que lo orillan a beber! El binomio fatal para un enfermo alcohólico es alergia y obsesión, una especial reacción que hace que el enfermo alcohólico, al hacer contacto con el alcohol, desencadene mental, física y emocionalmente, el deseo sutil e intenso de seguir bebiendo, el famoso “ya me piqué”, esa tendencia adormecedora en algunas veces, esa inercia en otras, que hace que el enfermo alcohólico no se pueda levantar de la mesa de cantina después de la primera copa, esa lógica aparente de la locura del alcohólico para justificar el hecho de seguir bebiendo, esa infantil racionalización que lo llena de argumentos mentales y verbales, para seguir en la borrachera, o simple y sencillamente, ese deseo incontrolable y compulsivo de ingerir alcohol.

La resaca alcohólica, o sea la cruda, tal vez sea igual en todo tipo de bebedores, pero el alcohólico con un cierto grado de alcoholismo, tendrá propensión a seguir bebiendo, el abstenerse le genera malestares agudos y otra vez, la sutileza de desear escapar, de no enfrentar la vida; unos irán al trabajo y se sostendrán escamoteando la realidad, surgirán los mil trucos de esa extraña habilidad del enfermo alcohólico para enmascarar su verdadero estado, la conversación ligera, la anécdota, los “improntus”, la superficialidad; en el trasfondo el agravamiento de su inseguridad sintomática, la angustia, la temblorina, y un estado de ausencia, de nebulosidad grisácea, va envolviendo al enfermo alcohólico en una cápsula enajenante, aún en medio de la sociedad, en el trabajo y en hogar. Para los otros, para los que ya han roto el finísimo hilo que los vincula al mundo, la enajenación total, la ausencia definitiva, en el submundo, en los albañales, en las plazuelas de barrio, en el centro mismo de nuestra ciudad, desdibujado el rostro, la sonrisa idiotizante, ajenos al desprecio de la gente, ajenos al asco del transeúnte, solicitando el veinte, tratando de ser simpáticos, disfrazando la tragedia en el cinismo, estirando la mano temblorosa, mostrando el rostro putrefacto, olvidados, marginados, maltratados en la infinita ignorancia de que ese prójimo nuestro que agoniza tambaleante, ese beodo asqueroso que vomita incoherencias, es sólo un enfermo, un ser que necesita ayuda, un ser dolido desde su infancia en los orígenes mismos de la enfermedad.

Es cierto que esta enfermedad no es hereditaria, pero se nace con una extraña predisposición, un fatalismo que hace, que un ser humano tenga que beber tarde o temprano, un ser descompensado desde los primeros años de su vida, inhábil para manejar sus emociones, temeroso de sus semejantes, lastimado, atormentado por la idea de ser descubierto en su debilidad, desarrollando mecanismos de ocultamiento, deseando la evasión, resentido prematuro y dependiente obligado; se dice de un ser egoísta, incapacitado para amar, en permanente fingimiento, para ser aceptado, temiendo ser rechazado, niño al que extrañamente se culpa de todo, al que todo le sale mal, que, pretendiendo quedar bien, queda mal, como si en sus actitudes hubiera perdido la dimensión de lo necesario para ser aceptado, confundido, porque, ¿qué hacer para no ser reprendido? ¿Qué hacer para lograr que sus compañeros de juego lo acepten? ¿Por qué esa sensación de sentirse distinto? De verse distinto y sentir la humillación, y sentir desde pequeño esa horrible sensación de cobardía, intuir su debilidad frente al mundo, sintiéndose desvalido, sin protección alguna, exigiendo a los demás el mayor grado de seguridad y en la adolescencia, opacado, triste, tímido, acomplejado, inhábil para las relaciones interpersonales, máxime las del sexo opuesto: en algunos casos en un permanente y desesperado esfuerzo para sobreponerse a su debilidad, bravuconeando con alardes de valentía, a veces suicidas, en algunos casos la necesidad de una descompensación psíquica lo hará entrar en un mundo de fantasías, el mundo en que vive no le gusta y va inventando su propio mundo, algunos se harán mitómanos, tendrán que adornar la escuálida realidad de lo cotidiano con lo imaginario, aventuras en donde siempre resulta ser el héroe, horas y horas, noches enteras, fugado totalmente de la realidad. Cuando se extravierte esta fantasía, el soñador se convierte en mitómano y como todos sus actos fallidos, vendrá la angustia de ser descubierto, de ser pillado en la mentira, un elemento más que incrementa el temor al rechazo. Es evidente que el mundo interior de ese potencial enfermo alcohólico, el mundo ficticio, es para su manera de ver las cosas, superior al mundo real. ¿Por qué tener que enfrentar la realidad? ¿Por qué enfrentar ese mundo de agresión? Es cierto que el enfermo alcohólico distorsiona la realidad que vive; su naturaleza sensible lo hace resentirse fácilmente con las actitudes de los demás seres humanos; ve en cada uno de ellos a alguien que desea herirlo, molestarlo, humillarlo; a veces actitudes intrascendentes

determinan la gestación de un profundo resentimiento, fijación de grabaciones profundas que no alcanza a digerir, el subconsciente consecuentemente reacciona de manera equivocada y el incremento de la neurosis es síntoma claro de esta etapa prealcohólica; el ser humano desconfiado, asustado, acobardado, viviendo en un mundo atormentado, como “un espía en territorio enemigo”, acosado constantemente, torturado por la idea de estar rodeado de enemigos, con la sensación de estar en desventaja con el mundo. La timidez llevada al grado de la parálisis, va produciendo un mundo de soledad; la incapacidad del enfermo para relacionarse es obvia, las emociones muchas veces extremadas, substituirán sentimientos auténticos y sus relaciones serán emocionales al extremo; posesivos, dependientes, con reacciones de hipersensibilidad, de inconstancia, de volubilidad; en su relación con el sexo opuesto: inseguros, celosos, atormentados, conflictivos, volubles, inauténticos. Infantiloides es la palabra adecuada para alguien que se le olvidó crecer. Más o menos en el periodo adolescente es la etapa en que generalmente este enfermo hace contacto con el alcohol; su primera borrachera seguramente no será del todo agradable y la resaca o cruda será sumamente molesta, con dolores de cabeza, vómitos, pesadez, etc. etc., y aun cuando durante el curso de la bebetoria se le han presentado de manera inoportuna, las ganas de vomitar, lo que sin duda alguna lastimó el exagerado egocentrismo del alcohólico, esa primera copa ha despertado el binomio fatal de obsesión y alergia, es decir, “perro que come huevos”, se produjo ya la sensación de fuga, el efecto desinhibidor del alcohol y su posible manifestación de deseos largamente refrenados, en mayor o menor grado. Aparentemente se rompieron las barreras de la timidez, vino la transformación tantas veces soñada y el mundo de fantasía de una mente alcohólica comenzó a tomar forma; el alcohólico se achispa, comienza a hablar con desparpajo de todo tipo de temas, y en su locura comienza a verse como un ser audaz y simpático. Bravuconea, ríe y vive una sensación de falsa alegría; se ha iniciado ya la carrera de la autodestrucción, se ha conocido ya a un aliado poderoso; en adelante, toda la vida del alcohólico estará antecedida y precedida por el alcohol, en los momentos más importantes, a la hora de las decisiones trascendentes, en la alegría y en la tristeza, en el triunfo y en el fracaso; aditivo imprescindible en nuestra vida social, el que extingue nuestro dolor y sufrimiento y diluye nuestro temor. Es precisamente el miedo, el núcleo fundamental de la enfermedad del alcoholismo. Toda la vida del alcohólico está circundada por el temor, temor a vivir en su exacta dimensión, ya está pues, el contraveneno, para vivir tendrá que beber.

En 1956 el Consejo Mundial de la Salud, dictaminó que el alcoholismo es una enfermedad incurable, progresiva y mortal por necesidad.

Jellinek da una tabla, en que describe las fases del alcoholismo. Lo cierto es que a esa primera borrachera vendrán muchas borracheras, y en este proceso progresivo se presentarán múltiples facetas, largos periodos de inconsciencia total, enclavado en el seno de la sociedad, contando con la complicidad o la indiferencia; el alcohólico vivirá todos los papeles, el ejecutivo triunfador, el profesionista brillante, y atrás de la aparente seriedad de estos personajes, la tensión inaguantable, la inseguridad, la angustia, la desconfianza, el temor permanente, las noches insomnes, todo lo que hay que ahogar con alcohol con el pretexto de una comida de negocios, de una reunión familiar o de un evento social. ¡Qué esfuerzo tan torturante el del enfermo alcohólico, al tratar de integrarse es este tipo de eventos! ¡Cuántos temores atrás de la máscara sonriente, cuántas inseguridades! Hasta que todo queda adormecido. Para que el alcohólico pueda desarrollar su pantomima, sus gracejadas serán festejadas en la misma proporción a la importancia que haya logrado en el mundo en que se desenvuelve. El mismo en sus sentimientos de culpa podrá justificarlos siempre y cuando se sienta triunfador, pero a

las gracejadas inofensivas vendrán los dramas, las escenas de celotipia, de histeria, la cruda moral por los actos ingobernables, por los atentados constantes en contra de la imagen que pretende proyectar, en flashazos de conciencia, el autodesprecio, uno a uno seguirá eslabonando toda una cadena de experiencias alcohólicas, buscando siempre en seres iguales el refugio, la justificación. De alguna manera, el enfermo se da cuenta, de que prácticamente no puede hacer nada si no es con la botella; habrá momentos en que sienta temor de su propia mente, de su manera de reaccionar que lo llevan hacia la degradación y de todas maneras en su vida de interrelación, seguirá inseguro, lleno de temores y de recriminaciones, fundamentalmente temor a ser descubierto en su debilidad, pretendiendo sostener la imagen de seguridad a toda costa. ¡Cuánto resentimiento hacia aquellos que se han asomado o que han podido entrever el mundo de temor en que se debate este personaje! Tal vez venga el matrimonio, como toda experiencia desconocida, y el alcohólico difícilmente podrá disimular su terror, su desconfianza; su único motivo es la reafirmación y en el fondo tal vez, la esperanza de poder cambiar, de poder ser ayudado, aun cuando su confundido cerebro no pueda concretar el tipo de ayuda que necesita. Como en todo vínculo, el alcohólico exigirá en su nueva situación protección y amparo, algunas veces irá animado de los mejores propósitos, deseando encontrar su tabla de salvación, asirse a algo que evite su inevitable caída, su desintegración, pero pronto la esperanza tomará formas frustrantes, el desencanto estará a la vuelta de la esquina y vendrá el conflicto. Las responsabilidades de esta nueva vida son agobiantes para el enfermo, asfixiantes; al no encontrar la seguridad que busca ante sus exigencias de afecto, de sumisión, de admiración, de complicidad para su enfermedad, vendrá la frustración y con ella el drama, la recriminación continua será insoportable para el enfermo y... ¿Otra vez borracho? Y la reacción iracunda del enfermo alcohólico, máxime si cree adivinar en los ojos de la esposa o del esposo algún rasgo de menosprecio... “¿Por qué chingados me casé?” “Pinche vieja” o “Pinche cabrón”. Ya tiene el alcohólico el culpable o la culpable que andaba buscando. En esta relación puede haber muchos supuestos... un infantiloides casado con una infantiloides, dos criaturas jugando a la vida, todo será juego hasta el drama. Una parte madura con su contraparte infantil, el alcohólico o la alcohólica odiará la superioridad de su contraparte, vendrá la rebelión, para unos en una aparente resignación, la esposa asume entonces el papel de esposo y en su doble carácter acepta que su marido es un niño y lo tratará y protegerá como tal; en otros casos la rebelión será manifiesta y constante, se presentará en agresión verbal y física, el enfermo tratando de herir a su contraparte con sus continuos histéricos: -“Pendejo”, “A chingar a su madre”, y al otro día los sentimientos de culpa y a solas, la pregunta de todos los alcohólicos: “¿POR QUÉ?” La incapacidad para reconocer sus errores o ver sus defectos hará que se sienta víctima y su compañera o compañero será un enemigo pero del que no se puede separar por su tendencia a depender como por su inseguridad: “¿Dónde me encuentro a otra?” Y odiando a la dependencia seguirá atado a ella, tratando de retenerla a toda costa, hasta la humillación. El enfermo alcohólico es un ser contaminante, autodestructivo, y así va enfermado la célula familiar; a su frustración personal vendrá la frustración de su cónyuge; a su amargura, la amargura del otro; a su culpa, la culpa de todos, así deambula por el mundo este ser enfermo.

La vida del enfermo alcohólico gira entre el triunfo y el fracaso, estos extremos marcan sus estados de ánimo, euforia y depresión; la progresión de la enfermedad hará que cada día la sensación del fracaso sea más frecuente. En la realidad, lo más seguro serán las pérdidas continuas de trabajo, pero cuando esto no ocurra, la idea de ser fracasado irá dando en el cerebro y cualquiera que sea su situación económica o financiera, ésta será cada vez más fuerte. Esto y todo irá haciendo que se vaya rompiendo el vínculo

comunitario, se vaya agudizando la sensación de soledad y de conmiseración y depresión; la desintegración de este ser humano se está iniciando. Es en esta antesala de la locura definitiva en donde puede haber un flashazo de conciencia, un deseo incipiente pero desesperado de ya no querer beber, de ya no querer ser el mismo; el alcohólico está tocando fondo.

Atrás de esta corteza de negatividad presentimos una parte intocada del enfermo alcohólico, una parte que se encuentra encarcelada, amordazada; una parte profundamente espiritual, una parte de un ser que lucha por manifestarse, por exteriorizarse; que lucha por entregarse. Mucho se ha dicho que el enfermo alcohólico es alguien que añora y busca el paraíso perdido, para otros, definiendo con mayor exactitud esta situación, es un ser que busca desesperadamente a DIOS.

Efectivamente, esta parte intocada del enfermo alcohólico es la parte que lo delata como un ser con profundas manifestaciones de espiritualidad, que nos permite aventurarnos a afirmar que es un ser predestinado para vivir una intensa vida interior, para vivir en un mundo distinto al que le tocó vivir, o para buscar dentro de ese mundo una escala de valores diferente. ¿Qué ha idealizado en su interior? – Un mundo lleno de paz, de amor, de camaradería, de desinterés-. Es probable que en muchas ocasiones el enfermo alcohólico quisiera encontrar autenticidad en el ser humano, afecto, comprensión y desinterés, pero ha encontrado, que en cada ocasión, en que pretende entregarse en un esfuerzo desesperado por trascender el temor de amar y de ser amado, lo han agredido y lo han lastimado. Su naturaleza enfermiza, su naturaleza débil, su naturaleza hipersensible no pudo resistir el embate de indiferencia, de menosprecio o de agresión de un mundo que en su realidad le parece hostil. Por eso se repliega a sí mismo, por eso crea su mundo de fantasía, porque va bloqueando la capacidad para poder descubrir y más aún, manifestar esa parte intocada de su ser que quiere encontrar expresión en el mundo que le tocó vivir.

Agobiado por la vida que le tocó, agobiado por la ingobernabilidad de sus propios actos, acorralado, en plena desesperanza, en el fondo mismo de su sufrimiento, el alcohólico en muchas ocasiones quisiera tener la posibilidad de retrotraer el reloj, de que todo el camino andado pudiera volverse a caminar, despertar diez años antes, quince años antes, en la juventud, en la adolescencia, en la niñez, y volver a empezar, tener la oportunidad de volver a vivir la vida, una vida distinta. Se da cuenta que todo por lo que luchó no valía la pena haber luchado; que toda la seguridad que exigió al mundo para sí, nadie se la pudo dar; que las fantasías de grandes planes de pompa y poderío se le destruyen entre los dedos, no valieron la pena; que el pago por alcanzarlos fue demasiado severo, el alcohólico que está acorralado, que está vencido, comienza a cargar la vida, comienza a sentir que todo ha acabado, que el final está muy cercano; tal vez comienza a desear desesperadamente la muerte; se ha perdido el sentido de vivir, se ha perdido todo interés, se vuelve indiferente, retraído, nada, absolutamente nada merece su atención, todo ha terminado.

Éste es el fondo emocional del enfermo alcohólico. Solamente cuando el enfermo alcohólico toca fondo, se encuentra en disposición de aceptar su realidad.

ALCOHÓLICOS ANÓNIMOS es un conjunto de hombres y mujeres en acción que comparten su mutua experiencia de poder permanecer sin beber. Efectivamente, después de buscar por todos los medios dejar de beber, el enfermo alcohólico encuentra que solamente con la terapia de grupo que se practica en los GRUPOS 24 HORAS DE A.A., puede dejar de beber. El programa de ALCOHÓLICOS ANÓNIMOS nace en Estados Unidos por la experiencia de un bebedor problema llamado Bill W., quien encuentra que en el momento de intercambiar experiencias alcohólicas con otro ser humano, desaparece el deseo por beber. Éste es el inicio del programa de ALCOHÓLICOS

ANÓNIMOS que tiene su fundamento en la comunicación, en el compartimiento de experiencias. De un cúmulo de experiencias de los primeros enfermos alcohólicos, nace el programa de ALCOHÓLICOS ANÓNIMOS que consta de DOCE PASOS y de DOCE TRADICIONES, que son las siguientes:

LOS DOCE PASOS DE A.A.

1. ADMITIMOS QUE ÉRAMOS IMPOTENTES ANTE EL ALCOHOL Y QUE NUESTRAS VIDAS SE HABÍAN VUELTO INGOVERNABLES.
2. LLEGAMOS AL CONVENCIMIENTO DE QUE SÓLO UN PODER SUPERIOR A NOSOTROS MISMOS PODRÍA DEVOLVERNOS EL SANO JUICIO.
3. DECIDIMOS PONER NUESTRA VOLUNTAD Y NUESTRAS VIDAS AL CUIDADO DE DIOS, TAL COMO NOSOTROS LO CONCEBIMOS.
4. SIN NINGÚN TEMOR, HICIMOS UN INVENTARIO MORAL DE NOSOTROS MISMOS.
5. ADMITIMOS ANTE DIOS, ANTE NOSOTROS MISMOS Y ANTE OTRO SER HUMANO LA NATURALEZA EXACTA DE NUESTRAS FALTAS.
6. ESTUVIMOS DISPUESTOS A DEJAR QUE DIOS ELIMINASE TODOS NUESTROS DEFECTOS DE CARÁCTER.
7. HUMILDEMENTE LE PEDIMOS A DIOS QUE NOS LIBRASE 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 QUE LES HABÍAMOS CAUSADO, SALVO EN AQUELLOS CASOS EN QUE EL HACERLO PERJUDICARÍA A ELLOS MISMOS O A OTROS.
10. CONTINUAMOS HACIENDO NUESTRO INVENTARIO PERSONAL Y CUANDO NOS EQUIVOCÁBAMOS LO ADMITÍAMOS INMEDIATAMENTE.
11. BUSCAMOS A TRAVÉS DE LA ORACIÓN Y LA MEDITACIÓN MEJORAR NUESTRO CONTACTO CONSCIENTE CON DIOS TAL COMO LO CONCEBIMOS, PIDIÉNDOLE SOLAMENTE QUE NOS DEJASE CONOCER SU VOLUNTAD PARA CON NOSOTROS Y NOS DIESE LA FORTALEZA PARA ACEPTARLA.
12. HABIENDO EXPERIMENTADO UN DESPERTAR ESPIRITUAL COMO RESULTADO DE ESTOS PASOS, TRATAMOS DE PRACTICAR ESTOS PRINCIPIOS EN TODOS NUESTROS ACTOS.

LAS DOCE TRADICIONES

1. NUESTRO BIENESTAR COMÚN DEBE TENER LA PREFERENCIA; EL RESTABLECIMIENTO PERSONAL DEPENDE DE LA UNIDAD DE A.A.
2. PARA EL PROPÓSITO DE NUESTRO GRUPO SÓLO EXISTE UNA AUTORIDAD FUNDAMENTAL: UN DIOS BONDADOSO QUE SE MANIFIESTA EN LA CONCIENCIA DE NUESTRO GRUPO. NUESTROS LÍDERES NO SON MÁS QUE FIELES SERVIDORES, NO GOBIERNAN.
3. EL ÚNICO REQUISITO PARA SER MIEMBRO DE A.A. ES EL QUERER DEJAR DE BEBER.
4. CADA GRUPO DEBE SER AUTÓNOMO, EXCEPTO EN ASUNTOS QUE AFECTEN A OTROS GRUPOS O A LOS A.A. CONSIDERADOS COMO UN TODO.

5. CADA GRUPO TIENE UN SOLO OBJETIVO: LLEVARLE EL MENSAJE AL ALCOHÓLICO QUE AÚN ESTÁ SUFRIENDO.
6. UN GRUPO DE A.A. NUNCA DEBE RESPALDAR, FINANCIAR O PRESTAR EL NOMBRE DE A.A. A NINGUNA ENTIDAD ALLEGADA O EMPRESA AJENA PARA EVITAR QUE PROBLEMAS DE DINERO, PROPIEDAD Y PRESTIGIO NOS DESVIEN DE NUESTRO OBJETIVO PRIMORDIAL.
7. TODO GRUPO DE A.A. DEBE MANTENERSE A SÍ MISMO, NEGÁNDOSE A RECIBIR CONTRIBUCIONES DE AFUERA.
8. A.A. NUNCA TENDRÁ CARÁCTER PROFESIONAL, PERO NUESTROS CENTROS DE SERVICIOS PUEDEN EMPLEAR TRABAJADORES ESPECIALIZADOS.
9. A.A. COMO TAL, NUNCA DEBE SER ORGANIZADA; PERO PODEMOS CREAR JUNTAS DE SERVICIO O COMITÉS QUE SEAN DIRECTAMENTE RESPONSABLES ANTE AQUELLOS A QUIENES SIRVEN.
10. A.A. 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; DEBEMOS MANTENER SIEMPRE NUESTRO ANONIMATO PERSONAL ANTE LA PRENSA, LA RADIO, LA TELEVISIÓN Y EL CINE.
12. EL ANONIMATO ES LA BASE ESPIRITUAL DE NUESTRAS TRADICIONES RECORDÁNDONOS SIEMPRE QUE DEBEMOS ANTEPONER LOS PRINCIPIOS A LAS PERSONALIDADES.

Tal vez el problema más serio que puede enfrentar un enfermo alcohólico al llegar a un GRUPO 24 HORAS DE A.A., es la admisión del alcoholismo, la aceptación de que efectivamente es un ser enfermo que necesita ayuda, reto brutal para el egocentrismo de alguien que ha perdido todos los niveles de conciencia. El enfermo alcohólico defiende su enfermedad a las gradas de la locura y de la muerte.

MI NOMBRE ES X... Y SOY ALCOHÓLICO. Así comienzan todas las juntas en los GRUPOS 24 HORAS DE A.A., identificación en el anonimato y aceptación; los dos extremos de difícil asimilación para el egocentrismo de este enfermo. Efectivamente, como lo hemos visto, el enfermo alcohólico tiene un exagerado egocentrismo, con diversas manifestaciones y modalidades. Cuando llega a los GRUPOS 24 HORAS DE A.A., lo hace totalmente autoengañado, incapaz de enfrentar su verdad, incapaz de encontrar reflejo en las experiencias que los compañeros veteranos van brindando al iniciado con el afán de que a través del reflejo, pueda descubrir y encontrar las manifestaciones de su propia enfermedad. Aquí estriba la dificultad; una y otra vez, los compañeros pasan a la tribuna, tratarán de dar su experiencia reiterativamente, mientras el iniciado seguirá en su autoengaño. Todos los mecanismos de defensa que en el enfermo alcohólico se encuentran más desarrollados que en cualquier otro ser humano, entrarán en juego, y una y otra vez en plena junta emprenderá la fuga para no enfrentar la realidad; sin embargo la terapia va a fondo y llega el momento en que va penetrando, aún contra todas sus reservas, aún contra toda su voluntad y, de repente, el enfermo alcohólico comienza a sentir algunos síntomas de conciencia, estados de angustia, de iracundia, resentimiento inclusive, comienza de alguna manera, sin percatarse del todo, a hacer conciencia de su enfermedad. Al principio aborda la tribuna por mimetismo, por simple imitación, por quedar bien, por no desentonar, por pena, porque ¿Qué van a pensar si no paso?, porque “no los vaya a lastimar”. En estas expresiones está su terrible

soberbia. También admitirá de dientes para afuera ser un enfermo alcohólico, una y mil veces, pero cada afirmación, aún involuntariamente lo irá lanzando hacia dentro de su persona, hacia una mayor profundidad.

El programa de los GRUPOS 24 HORAS DE A.A. se inicia en su práctica aún con la conciencia nublada, sin tener pleno dominio de ella, se infiltra a niveles subconscientes, simple y sencillamente comienza a surtir sus efectos; el enfermo alcohólico admite una serie de hechos: al principio su historial estaba distorsionado, sin que él pueda distinguir en dónde termina lo real y en dónde comienza la ficción; en una serie de lugares comunes, un anecdotario peliclesco de donjuanismo y de machismo combinados, un querer aprovechar la tribuna para reafirmar su machismo, para defenderse de la idea y sensación de fracaso; de la derrota, y es precisamente lo que tiene que admitir, que es un ser derrotado por la vida, derrotado por el alcohol, porque solamente produciéndose un shock en la conciencia de que se ha llegado y de que se han agotado todos los recursos, es como podrá aceptar la ayuda de otros seres humanos, la práctica de un programa que va todo en contra de su egocentrismo, dirigido a desinflar esa deformante vejiga que es el ego, que va a romper todo, a estrellar, a aniquilar en pedazos, la armadura de egocentrismo con que ha ocultado los síntomas claros de su enfermedad.

Primero la defensa mental, después algo que llama su atención, la sensación de libertad, en las juntas de ambiente de camaradería, la aventura de conocer un mundo distinto que imagina, la fascinación y el hechizo que primitivamente ejerce el grupo en los enfermos alcohólicos; después el descubrimiento de lo que se llama el puente de comprensión de alcohólico a alcohólico, la identificación de un borracho con otro borracho, la identidad con el sufrimiento, el descubrimiento del común denominador, la asechanza, la conciencia de ser víctimas de un peligro; después algo que se asemeja a la tranquilidad, la nube rosa, dicen los veteranos, un estado de inconsciencia bendecida, por el que transita, agarrado y prendido como a una tabla salvadora. Por un tiempo desaparece todo síntoma de sufrimiento, por un tiempo prácticamente se acaba la tensión, por un tiempo sufre definitivamente un cambio brusco, inusitado, increíble, etapa en que el enfermo se convierte en un ser agresivo, etapa en que el tímido parece de repente haber encontrado la verdad y la exterioriza sin temor, aún cuando en el tono de su propia voz esté escondido de alguna manera el temor, como queriendo gritar al mundo que dentro de la condición que acaba de admitir el es enfermo alcohólico y por eso, es superior a los demás, actitud infantil seguramente, todo en él es primígeno, como un bebé que va descubriendo el mundo, así el enfermo alcohólico, va descubriendo el mundo fascinante de A.A. Sus primeros pasos son pasos inseguros, balbuceantes, inciertos; sus arribos a la tribuna lo serán también, como si no entendiera el idioma, como si estuviera aprendiendo a hablar y de hecho, por primera vez en su vida lo está haciendo de verdad en una esfera de honestidad y de buena voluntad, porque no habla para quedar bien, porque no busca que sea aprobada su conducta, porque por primera vez encontrará que busca algo más simple, más sencillo, más humilde, busca algo de bienestar. Este expulsar, esta comunicación en la tribuna del enfermo alcohólico se le llama catarsis, el enfermo va a hablar de todo lo que le va molestando cotidianamente, va trabajando su historial alcohólico, y al vivenciar sus experiencias va despertando en él el sufrimiento de todo su pasado, resentimientos al rojo vivo, iracundia y neurosis, son los componentes imprescindibles de la catarsis. Al hacer el recuento de sus años de actividad, al ir madurando su historial alcohólico y al hablar de lo cotidiano, la impotencia por vivir sin la botella, la impotencia de enfrentarse a un mundo sin ningún equipamiento, la sensación de estar desvalido a la intemperie como si el organismo se encontrara indefenso ante los elementos, la rebelión de los instintos, el temor a la locura

y el descubrimiento de la locura en uno, pérdida de la identidad, lo hacen sentirse como el agujero de una rosca.

El oscuro velo de la inconsciencia se irá rasgando poco a poco y de esta manera, podrá ir descubriendo su verdad en todos los departamentos de su vida. Es como si el tránsito vital del enfermo hubiera estado encubierto con un sinnúmero de velos, de dimensiones, o por qué no, de moradas. El enfermo en recuperación va a caminar por el estrecho y oscuro pasadizo de su propia evolución, cada día más cercano y más lejano de la verdad, la fantasía que deformó cada uno de sus actos, se irá sintetizando, se irá simplificando; es la tribuna un medio de revivir una y mil veces toda la vida pasada, un repasar de hechos, de reacciones emocionales confundidas, un continuo girar del sufrimiento a la alegría, de la “chingonería” a la “pendejez”, de la euforia a la conmiseración, de la exaltación de la autoestima al autodesprecio, es como si estuviera envuelto en pompas de jabón, en esferas de vida que van explotando al paso de su recuperación. Este fenómeno increíble de evolución del ser humano sin menosprecio de ninguna especie, sólo es posible experimentarlo en un estado de suspensión total; ésa es la más grande de las aportaciones que en terapia de grupo y en psicodrama el MOVIMIENTO 24 HORAS DE A.A. está aportando al enfermo por alcoholismo. En su seno logra en muchos casos el aislamiento total del mundo que lo rodea, sumido en el único objetivo de su vida, su propia recuperación, buscar y hurgar dentro de él, sufrir con toda la intensidad en cada una de las experiencias que va reviviendo en la tribuna, de la infancia, adolescencia y adultez, el conflicto de sí mismo expuesto en su desnudez, se acabaron los dones y así, el Señor X, el Señor Abogado, el Señor Doctor, no son más que “pinches” borrachos, tráfugas de la vida en el reencuentro de ellos mismos; descender por fin el camino, el deseo cumplido de poder retrotraer el reloj, de volver a vivir, de poder cambiar, de manera de ser, de pensar y de actuar, he aquí el secreto de la sobriedad. Si el enfermo alcohólico no cambia su manera de ser, pensar y actuar, irremisiblemente volverá a beber, esa promesa del cambio crea un sinnúmero de confusiones. ¿Cómo se ha soñado? ¿Cuál es el cambio que él desearía? Todos los enfermos alcohólicos desean ser supermanes, seres invulnerables, recios, fuertes, desafiantes y así, en el ingenuo intento de revalorar su individualidad hacia estratos superiores, en ese gran kindergarden espiritual, los grupos nuevos con conciencia nueva se asemejan a un conjunto de niños en recreo, peleas verbales, juegos de artificio en la tribuna, a cual más pretendiendo en la dimensión de lo verbal, la proyección de la imagen de “recio”, el objetivo infantil más deseado por el enfermo alcohólico en sus primeros pasos de recuperación. Increíble mundo de este enfermo con una enfermedad incurable, intentando de la noche a la mañana, cambiar toda una vida de apocamiento y de temor en la reciedumbre bravuconera de cada una de sus intervenciones tribunicias. Para el profano que llegara a asomarse casualmente en un GRUPO 24 HORAS DE A.A. en esta fase, pensaría con facilidad que seguimos borrachos y que hemos sustituido la mesa de la cantina por la tribuna de nuestros propios grupos.

El programa opera automáticamente, tiene sus propios tiempos y condiciones, nada tiene que ver con los deseos del enfermo, va abriéndose brecha, va haciendo luz llevando de la mano el alma del alcohólico por pasajes psíquicos increíbles y llega el día en que toda su verborrea no alcanzará para cubrir la verdad que emerge del pantano de lo irreal, para conducirlo a otra dimensión; caídos los postizos, vienen las crisis, el sufrimiento de la recuperación, la verdad dolorida que lo lleva a extremos de conmiseración y depresión continuas. Muchos en este periodo abandonan el grupo, otros se pegarán como lapas y en medio de la desesperación nacerá la frontera de la esperanza; múltiples reacciones de acuerdo a los caracteres individuales de cada enfermo se irán manifestando, el que quiere sobreponerse a su sufrimiento con una

reacción egótica, residuos todavía de la actividad alcohólica; el que quiere fugarse a toda costa y sucede en él el fenómeno increíble que después de ser un descreído total pretende fugarse por el lado místico. Antes de enfrentar la realidad, muchos comienzan a renegar de estar tanto tiempo en el grupo, siendo que otros enfermos por alcoholismo con una hora y media cada tercer día la pueden librar. ¿Para qué conocerse y para qué crecer? Hay quienes gritan en la tribuna, colmo de la cobardía: “¡Déjenme enano!” Duro es en verdad el proceso de crecimiento y así comienza a tener el valor para enfrentar su circunstancia, para enfrentar la vida con todas sus vicisitudes; ése es el mentís más grande de los elaboradores de teorías que afirman y creen haber encontrado la descompensación del alcohólico en la carencia de sustancias químicas, dicha descompensación es más psíquica que de otra índole. En esta etapa, su baluarte de egocentrismo se derrumba hasta sus cimientos, y es cuando ocurre que a la primera gran aceptación de ser un enfermo alcohólico, de que su vida ha llegado a ser ingobernable, surge la más importante de todas, la aceptación de la existencia de un Poder Superior, un DIOS como cada quien lo conciba, y en el cerebro obnubilado del enfermo alcohólico va penetrando una ráfaga de luz clarísima, va penetrando la idea de DIOS, se va haciendo consciente el don de la fe que le es dado en el momento que traspone el umbral de un GRUPO 24 HORAS DE A.A. Éste es el verdadero y real inicio de cambio. Esta idea de DIOS no admite racionalizaciones, está más allá de cualquiera concepción intelectual, está fuera del terreno de la discusión y de la polémica, ha traspuesto las fronteras de las religiones; es una idea sencilla, viva, actuante, una fuerza demoledora que arrasa los sentimientos de culpa, los temores; un principio que está sujeto a evolución, en los escombros de una personalidad devastada; en el aniquilamiento del egocentrismo de cada uno está este algo intocado que mencionamos anteriormente. Esta idea purísima y vivificante que hizo exclamar a Bill W. en su manifestación grandiosa: “¡Con que ése es el DIOS que pregonan!” Éste es el principio de la liberación, el principio de la fe y de su redención, he aquí al verdadero sustituto del alcohol, la fuerza incontrastable del espíritu.

No se equivoquen por esto quienes piensen que los GRUPOS 24 HORAS DE A.A. es un conjunto de hermanas de la caridad arrepentidas, húmedas y frustradas; la fe en estos grupos es una fe mundana hecha para la vida diaria, una fe que nace de la necesidad, porque todo dentro de los GRUPOS 24 HORAS DE A.A. tiene su origen y principio en la necesidad; el enfermo necesita creer de dentro para fuera para poder salvar la vida, para poder esperar que se despeje la bruma del temor, que llegue el día en la larguísima noche de la angustia, que al disturbio emocional lo preceda la tranquilidad, que al deseo permanente de fuga lo sustituya la fortaleza para enfrentar lo cotidiano. Por eso, incesantemente, ante los múltiples deseos que carcomen en impaciencia la vida del enfermo en recuperación, se dice simplemente: “TODO LLEGA”, no va a llegar desde luego la madona idealizada en los sueños eróticos ni la virtuosa para redimirlo, ni el príncipe azul de los sueños color de rosa de la enferma, ni van a realizarse los sueños de pompa y poderío de los cerebros infantiles que sueñan en convertirse en Onassis o Porfirio Rubirosa; lo que va a llegar es algo más grande, lo que un día va a tocar las puertas de confusión del enfermo alcohólico se llama ACEPTACIÓN. Siempre en lo más humilde está lo más grandioso, la aceptación es principio de la buena voluntad para con nosotros, el antídoto del sufrimiento; aquí estriba la diferencia entre el mundo de lo material y lo espiritual, solo comprensible por el ser humano que ha sufrido y que ha tomado conciencia de su sufrimiento. Por aquellos que se niegan a seguir sufriendo y que han concluido que la vida no es un callejón sin salida, ni mucho menos un valle de lágrimas, sino al contrario, un horizonte abierto, lleno de perspectivas, el principio de la edificación del carácter, nace precisamente con la derrota y la aceptación, y es posible

que en este estrado veamos que la felicidad no es más que la otra cara de la moneda del sufrimiento.

Por necesidad vital tenemos que transmitir el mensaje a otro enfermo alcohólico, darle información de cómo le estamos haciendo para dejar de beber, de cómo le estamos haciendo para dejar de sufrir, éste es un acto elemental de vida; para vivir tenemos que dar lo que se nos ha dado, y en este sencillo acto está la trascendencia del egoísmo, el interés por salvar la vida de otro ser humano, un rasgo sencillo de humanidad desde las profundidades del espíritu. No se trata de convencer al nuevo de que crea en DIOS. Éste penetrará en él tarde o temprano; no se trata de hablarle de una vida espiritual que se va viviendo día con día y hora con hora, pero que no se puede describir ni someter a los estrechos límites de concepciones intelectualizadas. Hemos aprendido que el que grita que tiene fe es el que más la necesita, los principios espirituales de los GRUPOS 24 HORAS DE A.A. no necesitan pregón, lo único que promete el programa en estos grupos, es el poder dejar de beber. Cuando el enfermo alcohólico ha conocido el sufrimiento del disturbio emocional, la agonía de la angustia; cuando ha descubierto su necesidad de militar y de recibir ayuda; cuando ha nacido en él el deseo de acudir a otro ser humano para ventilar su sufrimiento, la confianza de que una sugerencia de ese ser humano vendrá a diluir su dolor, porque está consciente de que aquel a quien está acudiendo, no es alguien ajeno al sufrimiento, no es alguien fuera de la debilidad, no es alguien fuerte y perfecto, sino que es igual que él, idéntico a él que vive los mismos temores, que conoce a fondo la angustia, por haberla vivido, que tiene si acaso un poco más de experiencia por haber acumulado algunas 24 horas más o que tiene la buena voluntad para escucharlo y el deseo ferviente por aliviar su dolor, es lo que constituye el milagro del apadrinaje, sin antecedentes, en la forma en que se practica en este movimiento; este elemental y simplísimo acto de conciencia es otro de los grandes principios espirituales de este programa.

El egoísta no conoce el agradecimiento, así como tiene miedo de amar, de demostrar gratitud por considerarlo sinónimo de debilidad, por temor a la frustración, por menosprecio, por indiferencia, sin embargo, cuando este enfermo ha aliviado a otro del sufrimiento del disturbio emocional, penetra en su impermeabilizada inconsciencia un dulce sentimiento de gratitud que habrá de ser cuidado en un acto voluntario con todo esmero, porque constituye como todas las herramientas del programa, luces de conciencia y de cambio, y la gratitud es la herramienta más poderosa en contra de la frustración, es la modalidad del amor hacia los demás, el agradecimiento es un acto de amor.

El cambio del enfermo alcohólico se opera prácticamente desde que llega a un GRUPO 24 HORAS DE A.A., al principio por temor a la terapia, esa terapia tan criticada y tan bendecida que se practica en estas entidades terapéuticas, porque se practica una auténtica catarsis, un vómito sin restricción alguna, a pleno desnudo, sin ninguna forma ni componenda. Si de por sí, el problema del enfermo alcohólico es comunicarse con cierto grado de autenticidad, destruir su autoengaño, su fantasía y confrontar su realidad no es tarea fácil, ni se logra de la noche a la mañana, la fantasía se va a defender consciente o inconscientemente; los mecanismos de defensa entrarán en acción con todo su potencial, incluso en contra de su voluntad por manifestarse con autenticidad. Muchos compañeros lo manifiestan así en la tribuna: “Quiero ser honesto, pero no puedo ser honesto”, y efectivamente, aun cuando al escuchar el enfermo alcohólico siente el impulso de su interior, de abordar la tribuna y ventilar sus actos que lo laceran, que lo lastiman, que lo avergüenzan, ya en el momento de su exposición un mecanismo oculto se lo impide. –Olvido voluntario o involuntario. –Desviación hacia otros objetivos, o simple y sencillamente retención angustiosa, parálisis parcial o total como

serios obstáculos de catarsis auténtica. Si a esto todavía le añadiéramos reglas de urbanidad, de lenguaje, o simple y sencillamente formas, sería imposible el saneamiento real del enfermo alcohólico, por lo que en los GRUPOS 24 HORAS DE A.A. se ha experimentado con un gran alivio. Por cierto, el romper todo tipo de formas y el actuar con una gran libertad en la expresión y de las llamadas palabras fuertes en otros lugares, para el enfermo alcohólico en recuperación dentro de todos los grupos del MOVIMIENTO 24 HORAS DE A.A., son verdaderos descansos, palabras milagrosas que tienen el encanto de darnos tranquilidad, de bajar nuestros niveles de neurosis, de curar nuestro resentimiento, de alejar el odio y aminorar la angustia, de aceptar nuestra realidad. Ante esta verdad, sólo casos de extrema enfermedad que más que una locura abierta lo representa en los GRUPOS 24 HORAS DE A.A. el retorcimiento de la hipocresía, pudieran sancionar esta manera de encontrar la salvación. Se cuenta que en alguna ocasión, el Padre Tomás de Sta. Rosa de Lima, anónimamente se introdujo en el local del viejo GRUPO CONDESA; su objetivo como buen pastor, era invitar a los miembros del grupo a asistir a un acto de Semana Santa, el acto de la resurrección. A su llegada estaba en la tribuna un compañero, que por aquellos tiempos acusaba síntomas graves de neurosis, vociferando en la tribuna su odio a la sociedad, su impotencia por poder amar, su resentimiento a su compañera: “Vieja cabrona, siempre me ha agarrado de su pendejo, me agarró a mí, porque era su último camión”. “Pueblo de hijos de la chingada, hipócritas”, etc., etc. Al bajarse el compañero de la tribuna le dijeron al Padre Tomás que la abordara, a lo que Padre dijo: “No tengo la honestidad que tienen ustedes, por lo que no soy digno de abordar esta tribuna. Venía a invitarlos a asistir al acto de la resurrección y les pido me disculpen; ustedes están viviendo la resurrección de Cristo”. No todos reaccionan igual, recordemos que fueron los fariseos, los doctores de la ley, los hipócritas, los que crucificaron a Cristo.

La terapia es en muchas ocasiones directa, se aprovecha en esto la capacidad que tiene el enfermo alcohólico y creo que el ser humano en general, de poder ver los defectos de los demás más que los propios, la famosa “paja en el ojo ajeno”.

Efectivamente se maneja la terapia con un singular juego de espejos, de tal manera que el experto en señalar los defectos de los demás queda cogido en su propia trampa. En alguna ocasión llegó a uno de nuestros grupos un compañero que se había ausentado de sus juntas de recuperación, situación ésta propicia para echar fuera toda la energía sobrante: el miedo no detectado por beber o por quedarse, la rebelión de los instintos, etc., para sacarla en la tribuna, ahora sí, que a la salud del rezagado.

Así pues, se le sugirió a un nuevo que subiera a la tribuna a “dale”, diciéndole para motivarle (aunque así no es): “Este compañero que acaba de llegar, fue tesorero del grupo y es un avaro brutal”. Esto bastó para que el nuevito subiera a la tribuna con todo el esplendor de su neurosis, y al estar manejando la terapia injuriando al “avaro”, se dio cuenta que el avaro era él.

Es decir, el enfermo alcohólico odia en otros aquello que él tiene y no puede detectar, o bien que detectándolo, no puede cambiar, y mientras esto sucede, los compañeros que están viviendo en este estadio de recuperación, manejarán la terapia directa hasta descubrir los verdaderos motivos que los inducen, o bien cuando compañeros de más tiempo que él, consideran que se está colgando, cayendo en otro autoengaño, el autoengaño del terapeuta, y como todos en un grupo de esta naturaleza saben del terrible daño que nos hace inflar nuestro egocentrismo, no faltará alguien que de buena voluntad se suba a la tribuna y ubique al compañero terapeuta: “Deja de estar chingando, pinche mamón, de estar señalando a los demás, háblanos de ti. Háblanos de tus puterías”, etc., etc. Como podemos apreciar, este estilo no va con los santurriones ni con los hipócritas, pero es ideal para los alcohólicos.

Al recién iniciado se le advierte lo sacramental: “No frecuentes los lugares donde bebías, no hagas ronda con quienes bebías y no faltes a tus juntas”. Acumulare el mayor número de juntas es siempre lo mejor.

El recién llegado, sobre todo cuando llega bien fondeadito, cuando llega de la guerra, en la jerga de los GRUPOS 24 HORAS DE A.A., es decir, cuando ya ha agotado todos los niveles de resistencia frente al sufrimiento, cuando llega bien madreado, pies reventados o hinchados, con cara redonda como de nalga grande, como de luna, para no ser groseros, tenso como cuerda de violín, con la angustia a flor de piel, con delirios de persecución, con todos los miedos del mundo metidos en el cuerpo, con todas las culpas y con todos los ascos, rápidamente hace conciencia cuando menos de lo elemental y comienza a nivel de inhibición a tratar de cambiar sus viejos moldes. A esto lo acompaña el temor de que “lo sienten”, porque no faltará quien se suba a la tribuna para decirle: “Pinche deshonesto, te estás haciendo pendejo”, etc., etc. Por este temor, el nuevo dejará sus conquistas de última hora; por este temor, el nuevo será capaz de tratar de no faltar. Después, con un mínimo de conciencia, vendrá el temor por beber, el pavor de enfrentarse con el más duro de todos los maestros, con el SEÑOR ALCOHOL.

Este cuidado casi primitivo en los GRUPOS 24 HORAS DE A.A. del nuevo, hace posible una gran verdad; en estos grupos pese a la gran afluencia de enfermos alcohólicos a su seno, casi no existen recaídos. El recaído es tratado de manera casi brutal, a nivel verbal obviamente, todos los nuevos y no nuevos van a pasar a tribuna a vomitar su neurosis, su frustración sobre el recaído... Para llegar a A.A., el enfermo debió sufrir un shock, un golpe tan duro y tan definitivo que lo hizo tomar conciencia, de que necesitaba ayuda, o bien, un persistente e intolerable sufrimiento que lo hizo concientizar la cercanía de la locura total o de la muerte, de la desintegración mental y emocional y por último, desgraciada e ineluctablemente, el aniquilamiento físico. Sólo entonces pudimos haber llegado a un grupo; sentimos más que sabemos que para el reincidente sólo una gran conmoción puede hacerle conciencia, pero se dice en los GRUPOS 24 HORAS DE A.A. que la recaída es el más triste de todos los servicios. Si se glorificara en una estúpida cuánto equivocada concepción de la buena voluntad, atrás del reincidente se irían muchos nuevos a beber. Así es que la terapia para estos casos llevada a niveles fuertes, es la más clara y la más natural reacción del instinto de conservación, que se puede calificar de un auténtico acto de legítima defensa: “Alguien tiene que morir, para que yo pueda vivir”.

Efectivamente, este tipo de experiencias hacen que los demás miembros de la conciencia grupal se peguen con todo lo que tienen; no era literatura, era real, somos víctimas de una enfermedad incurable, progresiva y mortal. La conciencia de cada uno de los militantes se aclara, la terapia al recaído fue como siempre, de autocuración, de autoafirmación; la vida fluye en abundancia ante la presencia de la muerte.

El historial se va madurando lentamente y se verá distinto cada vez que lo trabajemos, hasta ir encontrando algo de la verdad del enfermo alcohólico; dentro de él proporcionalmente a este proceso, irá naciendo la confianza en el padrino; en el grupo y la admisión incipiente en la existencia de un Poder Superior; en este proceso, los temores se multiplican y vendrán los jaloneos, el rehuir la confrontación; la verdad comienza a brotar a borbotones mezclada con la mentira, la mitomanía y la fantasía con pedazos de verdad, y a un cierto tiempo, el enfermo alcohólico tendrá la necesidad de elaborar su CUARTO PASO, un intento serio para ordenar su trabajo catártico y su análisis de su propia personalidad. Existen múltiples formas de usar esta poderosísima herramienta de recuperación; lo que sí, que no es nada más útil sino necesaria, al grado de que aquellos que no la llevan al cabo (aunque los hay), pocas posibilidades tienen de supervivencia. Lo sugerible de acuerdo a los viejos militantes es que este examen de

conciencia se realice entre los ocho meses y sin exceder del segundo año, porque de lo contrario, el enfermo alcohólico se amorcillará, pensará que para él no es necesario, y tratará de evadir el realizarlo. En realidad se trata de detectar de manera elemental, casi primaria, un esquema sencillo de los principales defectos de carácter del enfermo en recuperación. Para ello se parte de los instintos naturales descoyuntados, llamados por algunas religiones pecados: EL ORGULLO, LA AVARICIA, LA LUJURIA, LA ENVIDIA, LA GULA, LA IRA Y LA PEREZA.

Nada en los GRUPOS 24 HORAS DE A.A. es conceptual, todo tiene vida, no se trata de golpear nos el pecho para decir: “Soy lujurioso, soy envidioso”, etc. etc. Se trata de un análisis consciente, aunque sencillo, de nuestra vida ingobernable, de lo que nos producía el sufrimiento, de esa exigencia desmesurada de seguridad que nos puso al borde del delito, de las noches insomnes, de la angustia para lograr mayor seguridad en el orden económico, el temor a perder lo que se tiene, el deseo de acumular aún a costillas de nuestro bienestar o el deseo de ganar irracionalmente o el temor de perder lo ganado, el fincar toda nuestra vida en el logro de bienes materiales, de poder y de importancia y hacer girar todo en torno a los bienes materiales, sin importarnos familia, amigos ni nada: ese deseo de poseer que nos llevó a traicionar, engañar, a la deslealtad, a la injuria y que es la AVARICIA, siempre acompañada de esa torturante y amarga sensación a nivel físico, mental y emocional, de desear poseer, lo que tiene y posee nuestro prójimo, de querer minimizarlo y odiarlo por haber logrado lo que nosotros no hemos logrado: LA ENVIDIA. O ese impulso devastador que ha nulificado toda nuestra voluntad, que nos ha hecho llegar a la violación, al estupro, al engaño, al incesto, a la contranatura, a la degradación, que es LA LUJURIA. O bien esa cobarde y viscosa manera de autodestruirnos, destruyendo la personalidad de los demás; ese grito de impotencia inútil y amargo, que nos lleva a intentar a destruir a nuestro prójimo, que es LA INJURIA, y que tanto nos degrada ante nuestros propios ojos hacia el autodesprecio, etc. Analizar nuestras relaciones interpersonales enfermas al grado de dependencia, partiendo de aquellos con quienes hemos convivido en el trayecto de nuestra vida y de quienes hemos dependido, haciéndonos imprescindibles al grado de sentirnos parte de nosotros mismos, como si fuéramos siameses, y odiarlos por necesitarlos y amarlos al propio tiempo y sentir que sin ellos somos incapaces de confrontar la vida, la madre sobreprotectora o posesiva, la esposa-madre, la madre-niña, la esposa-niña, el marido-padre, el compañero-hijo, los hijos a los que hemos impregnado de nuestro miedo, que pretendemos sobreproteger, con los que llevamos relaciones insanas, cuyos actos nos llenan de angustia, de neurosis, de histeria; con nuestros amigos, en quienes apoyamos nuestra debilidad, muletas para el lisiado espiritual, apoyos para el débil emocional, etc., etc. De igual manera nuestros resentimientos, partiendo de aquellos, con quienes hemos estado conviviendo en el pasado y en el presente. Este elemental autoanálisis nos dará una incipiente instrumentación para conocer el origen de parte de nuestro sufrimiento.

Aunque en realidad el enfermo alcohólico sufre y goza en la pura imaginaria, en su fantasía, la mente de este enfermo es susceptible de preocupaciones excesivas, dado su falta de capacidad para captar lo real, su tendencia a distorsionar por el temor a cualquier acontecimiento, incapaz de ubicarse en el presente se llena de temores ante el futuro porque intuye la debilidad de su naturaleza o de su descompensación, su falta de equipamiento para lo adverso, viviendo con un permanente temor al fracaso hacia el sufrimiento, hacia el dolor; el presagio se convierte en verdadera tortura mental, en perturbaciones serias que nulifican su inteligencia, perturban su vida y crean un permanente estado de infelicidad, de zozobra y de angustia. Este disturbio emocional es tratado también con métodos catárticos, se va destruyendo casi el eslabonamiento que

conduce a la depresión. Cada pensamiento del enfermo alcohólico estará fuertemente cargado de emoción, de una imagen perversa que va a taladrar su cerebro de noche y de día, el dolor de una muela lo hará pensar que la infección ha llegado al maxilar, como que la putrefacción está en boca y garganta; esto lo llenará de conmiseración, la conmiseración lo conducirá a la depresión, la depresión a la angustia, la excitación, etc., etc. La catarsis rompe esta vinculación fatal, la ayuda terapéutica de los compañeros ubicará al enfermo a veces con una sola palabra: “¿Por qué suspiras?” –“Por que sufro mucho”. –“Pues muérete, los muertos no sufren”.

Parece precarismo, pero ¡qué eficiente es! Precisamente esa enfermiza manera de distorsionar lo real, esa defectuosa captación de la realidad es la que lleva al enfermo alcohólico a un continuo sufrimiento en todos los departamentos de su vida. Dentro del cúmulo de emociones morbosas está, entre otros, el resentimiento, y no hay nada tan violento que lleve tan frecuentemente a beber al enfermo como esta forma autodestructiva de martirizarse. En realidad, el resentimiento es contra él mismo, por no haber podido ser como él hubiera querido ser, por la intuición de su debilidad y descompensación, por su hipersensibilidad que lo frustra en su pretensión de amar, en todo tipo de relación interpersonal, en la amistad, porque un día, el amigo ideal, el amigo perfecto, hizo una mueca que pareció de burla, o porque lo injurió, o porque simple y sencillamente no accedió a sus exigencias de manipuleo, o se cansó de ser su muleta. Tal vez por esta razón, los “amigos” del enfermo alcohólico, sus comparsas de bebetoria, son personas de menor inteligencia que él, de menor cultura, de menor rango social o intelectual, no admite de igual o igual, o bien “se mete debajo de la montaña, o bien se sube a ella”, la más sincera expresión de afecto el día de hoy, puede convertirse en odio el día de mañana, una tremenda inestabilidad emocional, una constante volubilidad en sus afectos, una falta de consistencia aun cuando aparentemente y por un determinado momento parece hermanarse con su amigo, de día y de noche, por arriba y por abajo, para en un momento dado romper la relación, no un rompimiento transitorio, no un simple encorajinamiento, sino el abandono total y definitivo, a veces hasta el deseo de venganza, pero ese abandono físico no corresponde al terrible sufrimiento mental, la rebelión de todos los instintos, el egocentrismo profundamente herido, la frustración terrible y esa amarga sensación de haber sido defraudado, de haber sido traicionado, de ser víctima.

En materia amorosa es la misma situación, a pesar de que por su inseguridad el enfermo o la enferma no se entregará de todo, será reticente, cabildoso (o cabildosa), desconfiado, celoso, con todos los temores, sobre todo el temor al fracaso en la relación matrimonial, el temor de ser engañado, traicionado, burlado, y la misma historia, el temor de ser víctima. A pesar de que su pareja tenga cualidades estimables desde todos los puntos de vista, él siempre pensará que merece algo mejor, incapaz de tener un criterio definido en cuanto a gustos. El alcohólico es bastante limitado en sus juicios en relación al sexo opuesto, no ve más que la superficie y su gusto, su atracción, están basados en el gusto de los demás, en la información del momento. Hay quien no ha apreciado el atractivo físico de su pareja, sino hasta que alguien se lo hace notar, como si no tuviera percepción propia y definida, fácil a la influencia de las opiniones ajenas y en cada cambio, la frustración, a grados a veces de negar la existencia de la relación, por avergonzarse de su compañera o compañero, o bien al revés, aquellos o aquellas que idealizan de manera exagerada a su pareja, pensar que aquel que le tocó en suerte, es un Tyron Power, tendientes siempre a identificarlos como ideal que han grabado en su subconsciente, se sentirán inferiores en relación a su pareja, como los otros se sentirán superiores, sin poder lograr el justo medio en sus apreciaciones, formando consecuentemente relaciones disparejas y frustrantes; su inseguridad los lleva al

donjuanismo, sobre todo los insatisfechos, los que buscan “algo mejor”, en el afán continuo de reafirmar su propio sexo, conquistadores de pacotilla, fáciles víctimas de otros enfermos o inocentes que se dejaron arrastrar por su fantasía. La mejor pareja del enfermo alcohólico, es aquella que se deja influenciar y manipular, aunque el enfermo quisiera que vivieran de hinojos, admitiéndole todas sus locuras, admirándolo en sus poses, en su impostada personalidad de farsante, así como la alcohólica sueña en ser la heroína de la novela, siempre y cuando no sienta que se le pretende humillar, porque entonces, como el alcohólico, toda su descompensación psíquica generará el terrible amargor del resentimiento.

Cuántas veces el alcohólico ha tratado de ser bueno, víctima de sus sentimientos de culpa o tal vez con un deseo casi auténtico, piensa que lo han agarrado de “pendejo”. Algo acontece que lo revela, sin poder aceptar los incidentes cotidianos siente que esto sólo le pasa a él, por “portarse bien”. Si pretende ser buen hijo, la madre le exige, le reclama, se le chiquea, lo manipula, lo agrede, etc., etc.; sin comprender que es lo que acontece, es simple y sencillamente que el alcohólico se siente víctima; su rebelión contra la madre tirana, egoísta e inmadura será de resentimiento callado, porque cada pensamiento de rechazo será precedido de un sentimiento de culpa, a fin de cuentas desde la infancia escuchó: “MADRE SÓLO HAY UNO”, o su mente infantil e hipersensible recibió a plenitud la frustración de su madre enferma, neurótica la mayor de las veces, quien lo señaló culpable de su sufrimiento: “LAS LÁGRIMAS DE UNA MADRE LAS PAGAN MUY CARAS LOS HIJOS”.

No es que se pretenda afirmar que el alcohólico es producto de una célula familiar enferma, aun cuando esto acontezca con frecuencia, lo importante es subrayar la incapacidad del enfermo para trascender este tipo de problemas y la formación del resentimiento desde la más temprana edad, así las ofensas recibidas desde la niñez imperdonadas, quedarán indelebles para atormentar al enfermo; es como si el mal estuviera en el pensamiento, éste es pues el que hay lavar y ésta es una de las funciones de la catarsis. Por eso muchos extraños o compañeros que en los grupos, la mayor parte tradicionales, simple y sencillamente revocan la fachada, se extrañan de escuchar en los GRUPOS 24 HORAS hablar a un compañero en la tribuna de su madre, a la que por cierto el mexicano chinga de noche y de día, decir: “Pinche vieja manipuladora”, etc., etc.

La función catártica es básicamente de ubicación, al final de cada jornada, el enfermo aceptará que nadie tiene la culpa de su enfermedad, consecuentemente tampoco de su sufrimiento, pero mucho menos él.

El ir descubriendo el enfermo alcohólico su devastadora debilidad, es un proceso nada agradable, unos lo encubrirán con actitudes y vendrán los desplantes injuriosos en la tribuna, como si silbando pudiera alejarse el miedo, ridícula actitud del eterno bravucón de la tribuna, quien pretende ocultar la evidencia de su cobardía, el temor de que descubran su miedo, el clásico injurioso que alza la voz y “mienta madres” a diestro y siniestro, el que pretende actuar imponiéndose a sus propios compañeros de militancia a gritos y sombrerozcos, en algunos casos soslayando la sensación de temor, aun cuando éste llegue al histerismo. Es increíble esta actitud del enfermo alcohólico de pretender encubrir continuamente los síntomas de su enfermedad, como si el canceroso se riera para disimular ante los demás el dolor de su tumor maligno. Ésta es la verdadera dificultad de la recuperación del enfermo alcohólico, el tiro por viaje, querer ocultar su enfermedad, disimular su debilidad, esconder su temor, maquillar su verdad y fingir. Cuando este fingimiento es de supeditación, lo que sucede cuando los que han acumulado mayor número de horas, han externado que la aceptación y disciplina son sinónimos de reciedumbre, y sin tener aún ninguna consistencia, el enfermo comienza a

fingir que “se deja guiar a rajatabla”, el clásico aceptador de la omnipotente voluntad del padrino: “Sí padrino”. –“Dígame padrino.” –“Lo que usted quiera padrino.” Aquellos que blasonan en la tribuna de ese dejarse guiar y de repente empiezan a cargar, se les hace imposible seguir fingiendo y desaparecen de la noche a la mañana del panorama, son los que han jurado fidelidad al padrino y al grupo, los que se desgarraron por su lealtad, los que no eran “desleales y pocas madres”.

La madurez es un proceso vital que no llega con desearlo o pregonarlo, que está hecho de vivencias y de tiempo; un niño no crece por estirarse, en el camino de la madurez tratamos de mantener lo simple, la vida y DIOS nos darán lo demás. El tratar con la más rigurosa de las sinceridades, siempre nos conducirá por el mejor de los caminos.

Cuando centramos el trabajo catártico en nosotros, tendremos oportunidad de realizar un análisis serio sobre nuestra personalidad y nuestros problemas y dificultades. Sabremos tal vez cómo enfrentarlos, pero fundamentalmente ya no pretenderemos escaparnos. Cuando el enfermo deja de fingir, de disimular y de ocultar, está pisando firme el primer peldaño de la recuperación auténtica, y de alguna manera echa a andar un mecanismo que le permitirá evolucionar hacia dentro de él mismo, para encontrar el valor anhelado, la fuerza sencilla, para enfrentarse con el peor de todos los enemigos: con él mismo. Pero la conciencia tendrá que ser limpiada diariamente porque siempre tenderá a nublarse; el autoengaño estará a la vuelta de la esquina, pero vale la pena pensar que el tratar de ser honestos con nosotros mismos y cualquier otro tipo de disimulo, desde la plataforma de lo real se puede encarar cualquier problema, y recordemos que ya no estamos solos, pero que DIOS está con quien lo necesita, nunca con el autosuficiente, el prepotente, el farsante o el fariseo, aun cuando éstas no sean más que formas sutiles de debilidad y de inconsciencia.

La práctica del programa en los GRUPOS 24 HORAS DE A.A. requiere de grandes dosis de valor auténtico, este valor lo encontramos en la humildad, meta al parecer imposible, para la prepotencia y egocentrismo de un enfermo alcohólico que no pide “ni piedad al mundo, ni perdón al cielo”, sin embargo se dice que “EL DOLOR ES LA PIEDRA ANGULAR DEL CRECIMIENTO”. Conforme va despertando la conciencia en ese primer despertar después de la nube rosa, tal vez se desencadene una serie de pequeñas o grandes crisis emocionales que hagan que abandone su prepotencia y acepte la ayuda que le brindan sus compañeros, acepte de corazón adentro que él no supo gobernar su vida y que mucho necesita de la experiencia de los demás. En el proceso de saneamiento, tendrá que admitir ante DIOS y ante otro ser humano, “la naturaleza exacta de sus faltas”; éste es un acto de verdadera humildad, el primero que después en los GRUPOS 24 HORAS DE A.A. se vuelve cotidiano. Este primero será la confesión honesta de lo que al juicio del enfermo, le es más lacerante, los actos de ingobernabilidad que lo llevaron a la pérdida de la autoestima, de su autovaloración y que incrementaron sus sentimientos de culpabilidad, a grados insospechados para la gente común y corriente, incluso para aquellos que convivieron muy de cerca con el enfermo alcohólico, nadie, ningún ser humano que no padezca esta cruel enfermedad, puede imaginar siquiera su sufrimiento interno, la carga terrible de su culpabilidad que lo llevan a extremos de angustia y que inciden en sus deseos de autodestrucción. Es frecuente para los que han convivido con un bebedor problema, ver cómo en el paroxismo de la alegría se decanta en un segundo; el grito de la rebelión, de autoconmiseración, de cómo el bravucón termine histérico y cubierto de llanto, de cómo el rebosante de la “mexicana alegría” pasa a estados de agresión hacia quienes conviven con él y termina impotente llorando su desgracia, atormentado siempre por una culpa que se incrementa día con día, en cada escapada. ¿Cómo huir de sus propios pensamientos, de su imaginación morbosa, de sus visiones vergonzantes? ¿Cómo huir

de sus actos atentatorios, incrementados por la locura del alcohol con nuevos actos? ¿Cómo seguir ocultando, cómo seguir fingiendo, cómo seguir viviendo con esa carga?

Al CUARTO PASO precede precisamente el QUINTO PASO, una gran expulsión, una gran confesión, la más auténtica, la más sincera, el intento más valiente de enfrentarse con él mismo, como si de él y así parece serlo en efecto, dependiera su salvación. De hecho lo ha deseado siempre, tal vez desde la etapa infantil; buscar el padre comprensivo, el hermano bueno, el mejor amigo, pero el temor de ser rechazado, el temor de ser juzgado, el temor de ser agredido, nulificaron sus deseos. Pero llegó el momento, ahí está, frente a él, un ex borracho. En su tiempo él tuvo necesidad de ser escuchado, él no lo va a rechazar, él no lo va a juzgar, haya hecho lo que haya hecho; lo más aberrante, lo más sucio, está allí para escucharlo, para darle toda la comprensión, toda la confianza, y por primera vez, toda la ternura. Desde el inicio de su exposición no será interrumpido, será escuchado pacientemente, si acaso alguna observación pertinente para lograr el mayor efecto sanativo, salvo que su desviación mental llegue al regodeo, a la abundancia en la descripción de actos aberrantes; entonces tal vez y solamente entonces, recibirá una llamada de atención, pero generalmente esto no sucederá, ahí está con él, el perdón, el tiempo no cuenta, el aseo es minucioso; todo lo vergonzante, todos los atentados contra él mismo, todo lo sucio, todo lo que ha callado por largo tiempo, todo lo indigesto, el vómito real, auténtico, la confesión viril, el reconocimiento humilde, valiente, el más auténtico “YO PECADOR”. Ninguna otra confesión ante ningún otro ser humano, sin antecedente ni paralelo de aquella que surge por necesidad vital, tal vez ni siquiera la de un moribundo, será tan real, tan objetiva, tan auténtica, como la de ese ser humano que sabe que ésta es la oportunidad para salvar la vida. Y por fin, el descanso; no hay absolución tan real, tan efectiva, como las palabras que brotan del padrino, como esa oración profunda, a veces ni siquiera expresada, como esa potente apelación a la bondad del Poder Superior: “Ayúdame Señor, a que se aliviane este pendejo”. Ninguna representación más auténtica de la representación de DIOS por un ser humano, que en este purísimo acto del espíritu, tan sencillo, tan real, pero tan profundo, tan único, después el descanso, la tranquilidad anhelada, por fin se ha rasgado el velo, ya no hay temor a la expiación: “TÚ NO ERES CULPABLE”. El perdón, ese perdón que no está en otro sino en él, el perdón que se necesita otorgar cada ser humano a sus debilidades, a su desvío; ese perdón que tanto necesitamos, obstruido siempre por los juicios de una sociedad profundamente fariseica.

Sabe el enfermo ya cuales son sus principales defectos de carácter, ha hecho la primera aceptación válida de su enfermedad y de sus consecuencias, sabe a pura experiencia que solamente un Poder Superior a él, podrá devolverle el sano juicio. Al terminarse su prepotencia, al agrietarse las duras paredes de su egocentrismo, estará cierto que solamente DIOS podrá liberarlo de sus defectos de carácter. Éstos fueron el corolario del CUARTO y QUINTO PASO; ya tiene pues la herramienta primaria para su recuperación, ya no podrá atribuir a causas y circunstancias ajenas al origen de su sufrimiento, ya no podrá disimular ni disfrazar su avaricia; sabrá aunque sea incipientemente, los móviles de su conducta; tal vez la petición más consecuente para este enfermo sería: “No permitas, Señor, que me olvide de lo que soy”. –“No dejes que me vuelva a autoengañar”. –“Dame el valor para enfrentarme conmigo mismo y que se haga tu voluntad, no la mía”. Por eso, la escala de valores del enfermo alcohólico es distinta que la de cualquier persona normal, ya sabe lo que significa la compulsión en la búsqueda de poder y dinero, sabe de su tendencia a disfrazar sus intenciones y a encubrirlas ante los ojos de los demás, y si es posible, de justificarlas ante él mismo. ¡Cuántas equivocaciones a nombre de la buena voluntad!

Sin embargo, estamos frente a un enemigo poderoso y burlón, que tratará de burlar al enfermo alcohólico una y mil veces, y es posible que se caiga en su garlito, que nuevamente el alcohólico (y no hablamos de recaídas), militante real, vuelva a la persecución de la quimera, sobre todo cuando no ha encontrado la seguridad en él y otra vez, la búsqueda infantil en la realización de sus planes de pompa y poderío, la persecución del “DON”, la no-aceptación del ser humano, la necesidad de oropel, la compra de afectos, y otra vez la farsa, la angustia, la tensión, el temor, la asechancia, y si se “apendeja”... la botella. Si no, la rectificación siempre al alcance de su mano, la admisión sincera de nuestro equívoco, de nuestra deshonestidad. En nadie como en el alcohólico se hace tan perfecto el dicho de que “EL TRAMPOSO CAE EN SU PROPIA TRAMPA”. El enfermo alcohólico se trampa a sí mismo, se engaña a sí mismo, se presume a sí mismo, se resiente con él mismo, se odia él mismo, se culpa él mismo, se pone curitas él mismo y se destruye él mismo: “¡Pinche enfermedad!” Por eso, “Señor, líbranos de nuestros defectos de carácter”. “HUMILDEMENTE LE PEDIMOS A DIOS QUE NOS LIBRASE DE NUESTROS DEFECTOS”.

Nada en los GRUPOS 24 HORAS DE A.A. es formal, se rompe el estereotipo. La recuperación será como un proceso natural de necesidad y satisfactores. Los principios del programa de A.A. que se han adoptado, son vivencias reales, no literales.

La conciencia de los errores cometidos como producto sintomático de la enfermedad del alcoholismo hará que el alcohólico deje de buscar culpables y por fin tirará su pesado lastre de culpabilidad, ya pueden, si lo desean, echarle las culpas encima, a fin de cuentas el que siembra vientos... Es evidente que se comienza a operar un cambio en el enfermo alcohólico, que comienza a tener la fortaleza para admitir sus responsabilidades con adultez, entiende el significado auténtico del respeto a los demás seres humanos, principalmente el respeto al sufrimiento de los demás, sabe que no por sufrir él van a dejar de sufrir las personas que lo rodean, y que hay casos, en que a aquellos les es necesario sufrir, y otros frecuentes que hasta les gusta sufrir; a fin de cuentas, si no sufren, ¿qué hacen? El chiste es que él no se conmisere, el chiste es que permanezca al margen de la emoción de los demás. Se van diluyendo todas las zarandajas que a nivel información se ha venido cargando; su pretensión de ser el padre modelo (el Señor de la casa) y todas esas mojigangas han pasado a segundo término porque no son congruentes con su realidad, porque no puede seguir viviendo como impostor, porque las relaciones maduras se hacen con autenticidad, con honestidad, no con poses; no puede atrás de la pretendida autoridad, seguirse escondiendo la celotipia y la inseguridad; no puede seguir toreado ni embanderillado por su pareja que adivina que atrás de fachada de hombre “delicado”, se encuentra un niño asustado e inseguro, un celoso pues, que a de ver amenazada su seguridad matrimonial, a la vuelta de cada esquina, y otra vez el temor de ser “Gutierritos”, el temor a ser víctima y esa sensación tan infantil como aterradora de pensar que se está perdiendo terreno... “Esta pendeja cree que se me cayeron los pantalones”. –“Este infeliz cree que soy la misma pendeja de antes.” –Pura inseguridad, otra vez la reacción de niños asustados, temerosos.

El madurar de esta relación, el actuar con respeto, el entender lo que es la cooperación real en la célula familiar, el respeto mutuo, la madurez de la relación, producto de vivenciar nuestra recuperación, sin racionalismos infantiloides, sin intelectualizaciones sino como producto natural de nuestra evolución, este cambio de actitud mental es la verdadera práctica del OCTAVO Y NOVENO PASOS la auténtica reparación del daño, más allá de toda formalidad hipócrita y pretenciosa.

¡Cuántos temores en relación a nuestros hijos, cuánta exigencia mental, cuánta tortura! Y todo por no querer que sean iguales a nosotros, por no querer que sufran como sufrimos, por no querer que sean débiles como si fuerza y debilidad tuvieran su

correctivo en la voluntad. Tal vez aquí radiquen nuestras tendencias de protección y de rechazo. ¿Cómo puede un niño ser buen padre? ¿Cómo si hace los mismos chiqueos que su menor hijo? ¿Qué tipo de comunicación pretendemos tener con nuestros hijos, si estamos llenos de miedo? ¿Qué podemos transmitirles? POR ESO LO PRIMERO ES LO PRIMERO. NADA PUEDE SER ANTES QUE LA RECUPERACIÓN, y pensar que muchos se van del grupo, porque piensan que el grupo los desintegra. ¿Qué integración puede haber, si no hay conciencia de la enfermedad, si no se tiene cierto el infantilismo como síntoma de la enfermedad? ¿Por qué se revela tanto el alcohólico, por qué la hace tanto de “pedo” para salvar la vida? ¿Por qué querer seguir contaminado, por qué, si se pone malote, si está tenso, angustiado, desea permanecer pegado a las faldas de su viejita? ¿Por qué, si está neurótico, pretende desempeñar el papel de buen padre? ¡Oh, santa inconsciencia del enfermo!

Por eso es tan importante, que el enfermo alcohólico en proceso de recuperación se meta el mayor número de horas posibles a recuperación; escuchar, abordar la tribuna y comenzar a prestar los elementales servicios que le van a permitir que se despierte el interés en su recuperación, en su grupo; cafetería, lavar tazas, servicios sumamente sencillos, pero de efectos profundos, así el ejecutivo de polendas, que siempre ha sido servido, porque ha podido a costa de su propia vida y de su salud mental, comprar su confort, el comodino que no le gusta molestar, ni siquiera en escoger su ropa diaria, el que llega a los GRUPOS 24 HORAS DE A.A. con la nariz fruncida, lleno de autosuficiencia y de soberbia, y mide de acuerdo a su retorcimiento mental, la forma de comprar protección y amistad, el mismo sistema tan socorrido de su actividad alcohólica, la propina anticipada al mesero, la propina anticipada al restaurante a donde va a ir a comer, la compra de voluntades, todo para proteger su increíble debilidad. ¿Cómo hacer entender a este egregio “mazacote”, que es un ser enfermo, que es un pobre ser humano, con una enorme necesidad de ayuda? ¿Cómo a este desconfiado, resentido social de postín, hacerle sentir que el único objetivo de todos los que se le acerquen en un GRUPO 24 HORAS DE A.A., es que salve la vida? Pronto este engreído se dará cuenta, de que está en un mundo distinto al que está acostumbrado a sobornar; nadie le va a pedir chamba, nadie le va a pedir prestado, nadie le va a fijar cuotas especiales, si acaso, lo que buenamente quiera poner en la charola y nadie siquiera se a fijar en lo que ponga, es posible que este pobre infeliz trate de abordar algún servidor para hacerle saber, cuánto puede hacer por el grupo. De alguna manera va a dar el chapazo, va a hablar de sus relaciones, de lo que él puede conseguir, y siempre recibirá la misma respuesta: “Métete a recuperación”. Sería criminal aceptar algo de alguien en estas condiciones; si lo hicieran, nunca se le daría oportunidad a un enfermo de esta naturaleza, de saber que se le ama como ser humano, no por sus títulos ni sus blasones, ni su dinero ni su posición social, pero si por un error alguien le aceptara algo, la conciencia grupal nunca se equivoca y tarde o temprano lo ubicaría, nadie dentro de un GRUPO 24 HORAS DE A.A. tiene fuero, las personalidades se quedan afuera, ésta es la esencia espiritual del anonimato, tan difícil de entender y tan fácil de confundir; no es raro, en alguna entrevista o solicitud de entrevista con los medios de difusión, escuchar al entrevistador manifestar: “¿Por qué el temor a revelar su nombre, por qué se esconden?” En los GRUPOS 24 HORAS DE A.A. se difunden los principios, no las personalidades; se está consciente de que sus miembros son enfermos en recuperación, sin mérito alguno, que salvan la vida gracias a una serie de principios que les fueron legados, experiencias reales de otros ex borrachos. Ningún enfermo alcohólico es autor de nada, ni siquiera puede ufanarse de ser autor de su propia recuperación, es pues el anonimato el más fuerte antídoto contra el egocentrismo del enfermo alcohólico, y cuando hablamos de egocentrismo, no nos referimos a esa

superficial porción psíquica tan explotada por los motivadores, y que seguramente es eficaz para aquellas personas que no presentan como el enfermo alcohólico, desajustes y perturbaciones mentales. La verdadera motivación para un enfermo alcohólico es vital, es de vida, el enfermo alcohólico tendrá que encontrar y encuentra, gracias a la terapia de los GRUPOS 24 HORAS, el verdadero deseo de vivir, el verdadero sentido de la vida, el contentamiento por las cosas simples, ya podrán admirarse y espantarse y criticarlos, los “bons vivants”.

¿Cómo puede ser más importante, seguramente dirán, estar escuchando a un teporocho hablar de su sufrimiento, que estar en una buena mesa, hablando de mujeres y de negocios? ¡Oh, inautenticidad, a cuántos condenas!

Es increíble el extremo de esta enfermedad, la inconciencia brutal. Hay enfermos que no han aceptado quedarse a militar en estos grupos, por no poder renunciar a este tipo de “vida social”. ¿Cómo van a dejar de ir a los buenos restaurantes, a los cabarets de lujo, a la “chorcha” de amigos; en la casa o la oficina de los señores importantes, en donde, entre mullidas alfombras y confortables sillones, algunas veces el alcohólico ha hecho su propio baldío? ¿Cuál es la diferencia de estas reuniones superficiales, donde se habla en anécdota, donde se disfrazan en anécdota los síntomas trágicos de la enfermedad, en donde se esconde la tragedia de este ser humano que deambula ausente, buscando cómplices que le permitan justificar su existencia y así, con toros beodos en contubernio, enmascarar su fuga, ese deseo de huir, de vivir en la periferia, en lo superficial del chiste fácil, de la historia frívola? Aquí se establece una de las muchas paradojas de la contradictoria personalidad de este enfermo, buscar lo ligero, cuando su verdad no es sino la búsqueda de lo profundo, más allá de la entretela del standard. Tal vez prefiera esta superficialidad que el hablar de coches, dinero u otras cosas de la vida cotidiana de todo ser humano. Con razón escuchamos al beodo decir lo que en mesas de cantina suele ser lugar común: “Esta pinche vida sólo es soportable borracho o loco”.

Pero hay que lograr la ubicación, para ir descubriendo la verdad, por eso, ese nuevo en el servicio del café y de las tazas estará en el principio de su aceptación, y tal vez por primera vez ya no tenga el temor de ser rechazado. –“¿Café o té?” –“Con dos de azúcar.” –“Sin azúcar.” –“Gracias.” –“Te echo humildad.” –“Té con dos de manzanilla.” –“¿Quién quiere servicio?” Se alzan las manos –cafetería, tazas, recepción del nuevo, teléfono, etc., etc. El principio de la integración, de la integración consigo mismo que tanto necesitamos los seres humanos, de la integración a la realidad, de la integración a la vida en la más pura sencillez, en la simplicidad, al margen del sentimiento de importancia, en la esencia misma del vivir, del ser; la felicidad al alcance de la mano no condicionada; ¿por qué tener que condicionar la felicidad a un puesto ejecutivo en donde quiera que sea, a la cantidad de dinero que se demuestre tener, al uso del traje de moda o la pestilencia del perfume importado? ¡Oh, humanidad pigmea!

El shock para el de nuevo ingreso es increíble, de repente se despoja de la apariencia, deja de cargar el peso de su importancia, parece que anda encuerado, libre al fin de su propia humanidad; por fin el contacto con lo real, se terminó la búsqueda, está donde debe estar, ojalá y se quede. Muchos llegan a los GRUPOS 24 HORAS DE A.A., es evidentemente un programa de atracción. ¡Ah, como armaron alharaca, muchos de los Alcohólicos Anónimos militantes de los grupos tradicionales cuando los primeros anuncios televisados! ¡Cuánta indignación, y algunos tuvieron que ir a platicar al cantinero la forma, en que un grupo de locos había iniciado un GRUPO DE 24 HORAS, que sesionaba de día y de noche, y que para colmo, sostenía anexo al salón de juntas, un albergue para enfermos que necesitaban un mayor número de horas de terapia! ¡Cuánta injuria y la fantasía del enfermo, esa manera en que el estéril justifica ante los demás su incapacidad de acción, en que el mezquino justifica su incapacidad de desprenderse de

algo! –“¿Quién los sostiene?” Y la injuria a flor de labio, cobarde, sucia, trapera, de la rebaba profunda del que la emite, cargada de toda la amargura, de toda la impotencia, de toda la frustración. –“Reciben subsidios, cobran, etc., etc.” Mientras, el primer GRUPO 24 HORAS se llenaba de enfermos alcohólicos, los patas-gordas, los de los pies reventados, los del baldío, aquellos que nadie aceptaba, porque al fin de cuentas: “Éste es un GRUPO DE ALCOHÓLICOS ANÓNIMOS, no una beneficencia pública.” Ésa era la caridad, la piedad de los recuperados que injuriaban: “¡Llévenlos al GRUPO 24 HORAS, ahí sí aceptan mendigos!” Mientras, en Gómez Palacio No. 142, la vida llegaba, en los delirios de los nuevos, y en la aparente suciedad del que llegaba del baldío, en las facciones perdidas, en la barba crecida y sucia, con los ojos inyectados, con el caminar lento, cansado de cargar todas las culpas y todas las miserias de una humanidad indiferente que lo largaba para no reconocer en él la manifestación de su propio dolor, llegaba al encuentro de sus hermanos, manos temblorosas, recibiendo y dando, en ese reciclaje de vida, de amor: “¿Café o té?”

La información de borracho a borracho, de enfermo a enfermo, de desahuciado a desahuciado; la oración callada: “Ayúdame Señor, a que se quede”. Y el milagro de este rostro perdido, deformado; de repente la sonrisa, todavía idiotizante, de repente la leve luz en las pupilas inyectadas; en el fondo la esperanza abriéndose camino, en la conciencia obnubilada, en medio de la bruma alcohólica, en los recovecos del engaño a lo profundo, esa palabra aparentemente no comprendida, aparentemente no digerida que traspasa todos los umbrales, que llega a fondo, a esa parte intocada, y de repente, ese ser desahuciado, rechazado, toma asiento, ha llegado a su casa, ha llegado al GRUPO 24 HORAS, tal vez al reencuentro con el amigo que siempre anduvo buscando y ahí está, la mano abierta, a veces todavía crispada y temblorosa, porque los que tienen el servicio de la recepción también son nuevos, frescas todavía las experiencias, al rojo vivo, el puente de comprensión real, efectivo, sin disfraz alguno: “Yo me degradé, yo cometí actos incalificables, yo llegué a la aberración”. Y de ese YO pecador tan auténtico viene la identificación en lo más profundo, las almas se hermanan, a veces –“¡La cuchara, la cuchara!”- El ataque epiléptico, el grito desgarrador que pasa a ser tan familiar en los GRUPOS 24 HORAS, el enfermo que comienza a sentir que va a estallar, que va a reventar, y de repente, ahhhh... y –“¡La cuchara!” Para evitar que se muerda la lengua, los ojos en blanco, todo el cuerpo lleno de temblores y convulsiones, y alrededor de él, manos amorosas, manos iguales, desabrochándole el pantalón, la camisa, manos salvadoras, voluntades unidas, sin dramatismos, sin pregones que hagan publicidad de sociedades benefactoras –la pura necesidad de salvar la vida, el puro amor del alcohólico auténtico, sin blasonar, sin cocteles de caridad, en ese infinito acto de amor, en que se rescata y se dignifica la vida, con la más pura de las piedades, dando vida al elemental principio de convivencia humana, -la buena voluntad.

En esta atmósfera se va diluyendo el disturbio emocional, esa preocupación por el deseo, producto de la contaminación que encontró campo fértil en la mente descoyuntada del enfermo, que hace cada 24 horas una heroica y mórbida defensa de su miseria, el deseo del triunfo, de la autorrealización equivocada, los planes de pompa y poderío por sueños de grandeza, la mezquindad aferrada a la humanidad del enfermo que es arrancada a jalones de los brazos de la muerte, el disturbio que va del deseo de importancia y la obtención fantasiosa de bienes materiales, al temor, a la muerte, a la conciencia de lo limitado y lo transitorio de la vida, y la rebelión del instinto ante el presentimiento de la muerte; ese debatirse, ese atormentarse, esa perturbación de locura que atormenta al enfermo en recuperación. –La enfermedad se defiende a las gradas de la locura y de la muerte. –Y el que llegó del baldío después de años de marginación, de la noche a la mañana quiere recuperar la hacienda perdida, aunque esté en mucho menor

grado que el miserable enfermo de importancia, contaminado hasta los tuétanos de la falsedad quimérica, de la ilusión efímera de posesiones de vida social, todo tenso y desconcertado, sintiendo que las sienes estallan, pretende revalidar su complejo de inferioridad, pero ahora ya no se puede fugar, tiritando de inseguridad en el escenario de la importancia fementida, escondiendo lo auténtico, encubriendo su verdad, despreciando al ser humano, rebajándolo para quedarse en la impostura, en el postizo, en el carnaval del “bon vivant”.

La necesidad de ubicarse, para la recuperación es imprescindible, ubicarse en esa categoría tan despreciada, tan vilipendiada, ubicarse por fin como ser humano, ubicar la vida en el contexto sencillo de felicidad y no de importancia, esa sencilla aceptación como simples seres humanos, real, auténtica, diluirá cualquier diferencia, y así, el borracho de casimir inglés y zapatos encharolados, se hará, pese a su disfraz, igual que el pata-gorda del baldío, y en la ubicación que son hombres y mujeres en busca de la salud perdida, uno médico del otro, en esa infinita sabiduría de ser simplemente conductos, sin distinción de ninguna clase, se crea sin ninguna intelectualización, sin ningún diseño, sin ninguna “jalada”, la más auténtica de las democracias. Por eso, no hay jefes, el líder será natural, el que tenga más disposición de servicio, mayor comprensión, mayores dosis de humildad; mientras se encuentra, cualquier mazacote enfermo de importancia, todavía podrá transitoriamente ser el servidor. Como quiera que sea, tendrá la oportunidad de cambiar, de encontrar la humildad y la capacidad de entrega. Si esto no lo concientiza, será desplazado, será rebasado por su conciencia; otro u otros lo sustituirán y él pasará a formar parte de las, gracias a DIOS, exiguas filas en los GRUPOS 24 HORAS de “viejos sangrantes”.

Los servidores saben que cualquier adjetivo con que se les designe, es una muestra de afecto, pero nunca de reconocimiento, así, fundador, guía, etc., no son más que muestras de amor. Hay de aquel que se la crea, así como se defiende el alcoholismo a las gradas de la locura y de la muerte, así también en estos grupos se defiende la condición de alcohólico, y a cierto tiempo no hay mayor agresión que se le pueda hacer a un enfermo alcohólico que decirle que no es alcohólico. Esta aseveración es de increíbles efectos terapéuticos, el alcohólico verdadero defiende esta condición con vehemencia y así, a lo que antes resistió, con posterioridad no nada más lo acepta, sino lo defiende, diferencia ésta que se da en los GRUPOS 24 HORAS DE A.A. el día de hoy. En el pasado nos tocó escuchar a compañeros que habían acumulado años de militancia, obviamente de hora y media de vez en cuando, hablar de la desgracia de ser enfermo alcohólico. Quienes así piensan, tienen el pomo al alcance de la mano, porque obviamente no tienen ni pizca de recuperación, la aceptación plena es la única manera de darse la oportunidad de salvar la vida y de no sufrir por ello. De hecho la aceptación es la exacta dimensión de la ubicación del enfermo, a la larga el golpe más contundente al sufrimiento estéril, al disturbio emocional, a la angustia. Sólo un disturbiado con la cabeza llena de grillos, de fantasías, de excremento, puede llamar a este acto de equilibrio, conformismo, es ciertamente un acto de humildad. El signo de la salud mental se inicia con la ubicación en lo real, no faltará quien por ignorancia o por lenta asimilación fustigue al enfermo tachándolo de mediocre. Cuando se está bien ubicado, se conoce ya de antemano ese increíble juego de los humanos, de tener el dedo para señalar en otros lo que les es propio; ya se sabe que la crítica o la agresión nace de un YO emocional enfermo, impotente, estéril, de esa incapacidad, de esa cobardía de poder verse uno mismo en la proporción en que se tiene esa perversa facilidad para ver la paja en el ojo ajeno, de esa continua agresión que cotidianamente se escucha por doquier, desde lo más inocuo: “Eres muy flaco.” –“¡Cómo has engordado!” -”Te ves desmejorado”, o la injuria enfermiza en torno a un tercero, el compadecimiento falso: “Pobre, con el borracho que

le tocó, y todavía le pega”. ¡Cuánta energía perdida, cuánta fatuidad en ese morboso juego de la injuria cotidiana! ¡Cuánta frustración y en muchas ocasiones, después del golpe de pecho, cuanta humedad de aquella que dice cusca de la otra: “Es una puta –con el perdón de usted.” ¡Ay, humanidad!

Ubicados ya en lo real, el enfermo alcohólico no puede sentirse lastimado con este tipo de agresiones a su alrededor, menos aún con los directos, con los que “hablan mal de él”. Si ya lo aceptó todo, ¿por qué va a sufrir con los estallidos emocionales de otros? Si las críticas son reales, ciertas, las podrá admitir para corregirse, para edificarse y hasta aceptará la ayuda, aún tratándose de normales. Si la crítica no pasa de ser una injuria, sabrá que el mal está en quien la emite, en la frustración, en la iracundia de problemas personales que le son completamente ajenos, ¿por qué pues, no echarle comprensión? A fin de cuentas, no es nada más el enfermo alcohólico el que sufre por sus emociones.

Cuando llega la conciencia del sufrimiento por sus propios actos, cuando el injurioso sufre cada vez que injuria, porque sabe la naturaleza exacta de esta falta, porque tiene conciencia de que es un estarse clavando el estilete, que es un amargarse la vida cada vez que hace referencia negativa en torno de la persona de otro, cuando sabe de lo inútil de su sufrimiento, cuando sabe que es atentatorio a su tranquilidad y su bienestar, tal vez le pida a su Poder Superior que lo libre de ese defecto de carácter, el más corrosivo, autodestructivo; la más cobarde y tortuosa manera de sufrimiento, puesto que al pretender minimizar, opacar o destruir al prójimo, se minimiza ante sus propios ojos, se menosprecia, se autolacera. Ahora que, cuando no hay conciencia, todo es intrascendente, con que no se beba, está bien.

Cuando el perezoso sienta estar renunciando a la vida, que no es posible que el Poder Superior le haya dado a la humanidad para vivir echados, sin darnos oportunidad de accionar, de hacer algo por nosotros mismos, de enfrentar el diario vivir, de correr el riesgo que significa la vida con errores, equivocaciones y hasta sufrimiento; cuando sienta real y efectivamente que no puede seguir siendo un costal de papas, un recipiente muerto que recibe y desecha; cuando detecte que es campo fértil a la depresión, que su paso por la vida no es más que una raya en el agua, obviamente que no se habla de volver a los planes de pompa y poderío, a la búsqueda de la importancia, sino de recobrar el sentimiento de utilidad que nos permite lograr autoestimación, que nos permite vivir con nosotros mismos, que nos da la satisfacción y el agradecimiento por habérsenos dado la vida. Cuando el enfermo tome conciencia de esa constante perturbación erótica, de esa morbosidad que invade su cerebro, de esas horribles pesadillas carnales de todo tipo, de esas visiones expectantes, de incestos y contranaturas que enloquecen al ser humano en todo momento y a toda hora, ¿cómo no desear que se limpie ese pensamiento corrosivo? ¿Cómo no pedirle a DIOS, ser liberados de este sufrimiento? Sólo un inconsciente podrá presumir de este defecto.

En los GRUPOS 24 HORAS DE A.A. hay siempre la oportunidad de trabajar todo esto cotidianamente, a cualquier hora se tiene la oportunidad de descargar, de limpiar nuestra miseria, de rectificar el camino, aún cuando no se llene la formalidad de lo escrito, hay una práctica continua del DECIMO PASO: “CONTINUAMOS HACIENDO NUESTRO INVENTARIO PERSONAL Y CUANDO NOS EQUIVOCÁBAMOS, LO ADMITÍAMOS INMEDIATAMENTE”.

Saben los enfermos alcohólicos en recuperación, que no se pueden descuidar, que debe de tenerse una mente alerta y vigilante sobre cada uno de sus actos, sobre cada uno de sus pensamientos. La neurosis, ese continuo temor, ese miedo descoyuntado que los impulsa o los paraliza, ese origen y motor de toda la conducta del enfermo alcohólico, va a ser vaciado en la tribuna día con día; todo ese malestar que sólo pueden comprender otro enfermo emocional, esa inquietud continua, esa sensación de corrientes

eléctricas que recorren el cuerpo cuando la neurosis hace crisis, ese palpar de sienes y esa explosión de iracundia que se forma cada vez que el alcohólico siente amenazada su seguridad económica, social o emocional, sobre todo la última. Cada vez que ve descubierta su debilidad, cada vez que siente que vuelven a aprisionarlo, cada vez que se ve abrumado por los problemas cotidianos, cada vez que entra en conflicto con su YO interno, con ese nuevo YO que va naciendo en su proceso de recuperación, al que se interpone de continuo el hermano negro, amenazante, cada vez que se revelan sus instintos, su naturaleza entera frente a la terrible y desesperante sensación de impotencia; cuando su compañera en las primeras horas de la mañana le exige cumplimiento de sus obligaciones, aumento de gasto, colegiaturas para los niños, zapatos para la pequeña, luz, teléfono, renta, hipoteca; cuando le hace catarsis de lo caro que está la vida y el enfermo se abruma, su cerebro se obnubila, la angustia le corta la respiración y un grito se detiene en la garganta: “¡Déjenme en paz, ya basta, no me estén chingando!” Pero en vez del estallido, tiene la oportunidad de gritar en su grupo, de echar fuera esa energía negativa, a cualquier hora del día y de la noche, en la madrugada, cuando el descanso natural es interrumpido por ese visitante siempre inoportuno, que es el disturbio emocional; cuando un flashazo lo despierta con la idea clavada, de que alguien está abusando de él, o con el temor de que las cosas no salgan, y a corto plazo, la perspectiva de sufrimiento, o cuando los rescoldos de añejos resentimientos hacen que su subconsciente le haga la mala pasada de explotarle una burbuja y en su violento despertar evoque lo mal que lo trataban su mamá o su tía o su abuela, o la forma en que lo traicionó o abusó su mejor amigo o la vieja que le exige más, y recordar con odio el eterno fin y comienzo de semana: “¿Me das?” O simple y sencillamente la iracundia justificada, difusa, sensación horrible, y así nace la necesidad de la catarsis, la necesidad de ser escuchados por otro ser humano, el acto sagrado del apadrinaje, ninguna prescripción, ninguna norma, la necesidad única y exclusivamente la necesidad, y mientras se llega al grupo, en el momento mismo de sentir el latigazo de la rebeldía, la oración desesperada, inusitada, callada: “Concédeme Señor, serenidad para aceptar las cosas que no puedo cambiar, valor para cambiar las que sí puedo y sabiduría para discernir la diferencia”. Compulsiva, con prisa por la urgente necesidad de recobrar el equilibrio perdido, primero, al tiempo con tranquilidad y sobre todo al reconocer sus limitaciones: “Hágase Señor, tu voluntad y no la mía”.

A veces, en un descuido, los fantasmas atormentadores del ayer, siempre asechantes, harán su aparición, todos los sentimientos de culpa vestirán para derrumbar el muy precario equilibrio emocional del alcohólico; los duendes del mal saldrán con sus tridentes y un segundo será suficiente para que se inicie el tormento, la adrenalina a borbotones, la opresión en el pecho y la oración sincera: “No permitas Señor, que nadie vuelva a sufrir por mi culpa”. -¡Qué mayor arrepentimiento, que mayor acto de contrición que este que nace de un profundo sufrimiento, de un profundo deseo de cambio!- “Señor no permitas que dañe el día de hoy.” Y para quien sabe las consecuencias del pensamiento enfermo, del deseo de la venganza, del deseo del mal para otro ser humano, de la maquinación perversa y ventajosa, de la tensión y angustia que genera la desconfianza, la incertidumbre, la sospecha: “Señor no permitas que piense mal de nadie el día de hoy”. Nada formal, nada mnemotécnico, sino la espontaneidad, la petición, la solicitud humilde para no sufrir, sin pretensión de santidad, sin beatería, sino viril, valiente, sincera, elocuente: “Señor, cuánto te necesito”. Y pasada la tormenta, el agradecimiento hacia el padrino, hacia el grupo y ese deseo, cuando se tiene conciencia plena de que ese agradecimiento perdure, de que no sea nublado el día de mañana, de que ese pequeñísimo pedazo de conciencia no sea borrado, no se anegado por la indiferencia, por el resentimiento, por el desencanto o por

esos estados enajenantes de indiferencia total o por el desgano de la depresión, de la astenia. Por eso la necesidad de refrendar diariamente, de limpiar cada 24 horas nuestra casa, nuestro hogar interno, siempre amenazado por la inundación emocional. Así, el enfermo va mejorando su contacto consciente con DIOS, y cuando, después de la tormenta venga la calma consciente, cuando después del disturbio, venga la serenidad, cuando al respirar hondo cada mañana podamos agradecer al CREADOR el habernos dado la vida, el haber sido alcohólico y el haber padecido y padecer los disturbios emocionales, los estados de angustia; cuando pensemos que ÉL y sólo ÉL nos está devolviendo el sano juicio, habremos aprendido a meditar, a acercarnos a ÉL, estaremos en el camino de desear cada día cumplir mejor su voluntad. Tal vez ya no queremos ser como quisiéramos, sino como ÉL quiera. “BUSCAMOS A TRAVÉS DE LA ORACIÓN Y LA MEDITACIÓN MEJORAR NUESTRO CONTACTO CONSCIENTE CON DIOS TAL Y COMO LO CONCEBIMOS, PIDIÉNDOLE SOLAMENTE QUE NOS DEJASE CONOCER SU VOLUNTAD PARA CON NOSOTROS Y NOS DIESE LA FORTALEZA PARA ACEPTARLA.” (ONCEAVO PASO)

De todas estas experiencias, tal vez venga la conciencia de que nuestro egoísmo es causa y efecto del sufrimiento del enfermo alcohólico, pero ¿qué hacer para trascenderlo? ¿Cómo en un campo yerto puede nacer el deseo de desprenderse de algo, sin esperar nada a cambio? ¿Cómo en un inconsciente tan especial, como este enfermo, puede abrirse paso la idea de generosidad? Precisamente sólo el que conoce la dimensión del dolor, sólo el que ha bajado a los infiernos de la angustia, la ira, el desconsuelo; el que ha adquirido conciencia de lo terrible de su enfermedad, el que ha salido del tormento, de todo ese pensamiento enfermizo que penetra en momentos de ociosidad, de exigencia de mayor seguridad, del temor por algún malestar físico que despierta toda una ola de destrucción a nivel pensamiento, por esa terrible conciencia de la muerte, lo único de lo que no podremos evadirnos. Desde que se nace, se tiene conciencia de que se va a morir, es tal vez lo único cierto y lo único real de la vida, y sin embargo, ¡cuánto hacemos por evadirla, cuánto hacemos por negarla! Los gérmenes neuróticos, el desperdicio de energía continuo, los pensamientos negativos, el maquineísmo, las insatisfacciones permanentes, los deseos siempre insatisfechos de poder y de dinero, la acumulación de miseria tras miseria, la autodestructividad, al fin, nos hace más conscientes y más cercanos de la muerte. Estos pensamientos engendran otros más perversos, más letales esos malestares físicos interminables de todo tipo, la hipocondria. Quienes han conocido este infierno, están dispuestos a todo. ¿Cómo dejar de pensar, cómo calmar esta odiosa y diabólica maquineta que genera pensamiento tras pensamiento, miedo tras miedo? En una desesperación igual; el primer Alcohólico Anónimo del mundo encontró en su retiro, en medio de la desesperación, de la locura y del delirio, que el platicar con otro enfermo alcohólico diluía su deseo por beber. Así el transmitir nuestra experiencia a otro enfermo, el llenar nuestros espacios dando, en vez de pretender recibir, traerán el deseo de descanso. Por eso nace esa enorme necesidad vital de hacer la transmisión del mensaje de A.A., porque de lo contrario, el enfermo degenera y muere, porque es un acto de sanidad, de gratitud, pero que no tiene nada de filantropía, ninguna pretensión que nos pueda erigir en dadores, es simple y sencillamente una necesidad vital como el enfermo necesita suero o transfusiones de sangre, como la insulina para el diabético, como la radiación para el canceroso, o lo hacemos o nos morimos. ¿Cuál es pues, el mérito? Pura conveniencia, conciencia de salvar la vida, deseo de no morir y en perspectiva, una vida útil y feliz, sólo en la acción generosa encontramos la paz.

No es fácil hacerlo en la práctica del programa de A.A., tal vez sea más fácil memorizarlo, racionalizarlo, interpretarlo a nivel conceptual, pero vivenciarlo, experimentarlo real y efectivamente, no es fácil; es algo que no está en nuestra voluntad ni se puede llevar a la práctica mediante tal o cual método, es algo simple y sencillamente que se vive; es la verdadera obra de algo superior en el ser humano, lo único que se requiere es ponerse en disposición, pero ese ponerse en disposición, no nace sino en la conciencia de la necesidad de trascenderse, de ya no seguir viviendo en la limitada geografía de su individualidad, de ya no sufrir, de realmente encontrar el significado de la vida, de elevarse un poco del mundo del sufrimiento, de vivir otra dimensión. ¿Cuál era la búsqueda del enfermo alcohólico a través de las cavernas solitarias de su alcoholismo activo? ¿Qué buscaba ese penitente ser humano en la fuga continua; por qué nunca se adaptó a lo standard? ¿Por qué nunca tuvo el valor común de todo humano para encarar lo cotidiano? ¿Por qué nunca se integró a un grupo social, cualquiera que éste fuera? ¿Por qué su incapacidad de relacionarse, por qué esa evasión continua? Y otra vez la pregunta: “¿Qué buscaba?” ¿Por qué el alcohólico que vagó en las cantinas de Torreón es igual al de la Cuenca? ¿Por qué es igual en su reacción el hombre y la mujer? ¿El extranjero y el nacional? Ciertamente que a nivel superficial decimos que el alcoholismo no respeta sexos, clases sociales, posiciones económicas, nacionalidades, edades, etc., etc., que nos une un denominador común, que es la enfermedad del alcoholismo, el sufrir idéntico, el mundo emocional igual, el mundo psíquico de uno y de otro casi homogéneo, pero totalmente distinto de la persona normal, como si dentro de cada uno de los enfermos alcohólicos tuviera el mismo espíritu, la misma necesidad de buscar algo más allá del standard, la auténtica tranquilidad, un estado de conciencia distinto.

Aquel grupo que se iniciara en la Colonia Condesa en Gómez Palacio No. 142, en cuyo seno tantas vidas se han salvado, hoy derruido por la ambición normal de personas sin problemas de alcoholismo que necesitaron un espacio para hacer algo más rentable para general dinero, que a fin de cuentas es el oficio de muchos, de este pequeño mundo de experiencias del cotidiano experimentar en el mundo emocional por cada uno de los enfermos alcohólicos que ahí salvaron la vida, cuando se comenzó a hacer la transmisión del mensaje en juntas públicas de información abiertas, cuando se trascendió el tabú cobarde de una falsa y malintencionada interpretación del anonimato, cuando la conciencia de este grupo comenzó a ser alimentada por cientos de hombres y mujeres deseosos de encontrar solución para su problema. Vino Villa del Carbón, el primer intento de una entidad terapéutica que permitiera al enfermo por alcoholismo ser sustraído del mundo que lo presionaba, ser reivindicado en lugar y tiempo, del baldío, para recobrar su forma humana perdida por la hinchazón, por los efectos tumefactos del alcohol puro, de la teporocho, del pulque y por qué no, del Don Pedro, del Napoleón, del Balantine's, del Chivas Regal, que para los efectos y consecuencias resulta exactamente lo mismo. Ese primer ensayo de granja nació también de la necesidad del número de enfermos que llegaba al GRUPO CONDESA, ya abarrotado, y era necesario buscar solución al problema de espacio. Por ese entonces no había antecedente alguno sobre este tipo de entidades terapéuticas, absolutamente gratuitas y sostenidas con las contribuciones voluntarias de aquellos que habían logrado conservar algo del vendaval de su alcoholismo. El enfermo en vías de recuperación que iba a la Granja de Villa del Carbón, no iba a trabajar, iba única y exclusivamente a recuperarse, a estar de día y de noche conviviendo con otros enfermos igual que él, intercambiando experiencias, en ayuda mutua para salvar la vida, como si se viajara en una balsa en la resaca de una tormenta que destruyó la embarcación, con la conciencia de hundirse en cualquier momento; todos cuidando de que esto no suceda, de la subsistencia de la balsa depende

la subsistencia personal, así es en los GRUPOS 24 HORAS DE A.A., así lo fue en Villa del Carbón, se tenía un antecedente nada más, la experiencia que se estaba viviendo en el albergue anexo al grupo, en donde pese a todo tipo de especulaciones negativas, a todo tipo de falsías, las cosas marchaban y a pesar de que habían ya llegado las primeras compañeras, no había promiscuidad. Ésta es otra maravilla de los GRUPOS 24 HORAS DE A.A., el sexo no existe, la conciencia de que los amores atolondrados conducen directamente al alcohólico a la botella, es clara; éstos son lujos que el alcohólico en recuperación no puede permitirse, es producto también de un determinado estado de conciencia. Es increíble, pero real, es una de las frustraciones de quienes tanto injuriaron, de las aves de mal agüero, de eternos fariseos, de los sepulcros blancos de las cavernas no saneadas, que siguen siendo propias para moradas de alimañas. El respeto en los GRUPOS 24 HORAS DE A.A. es total, por eso la tribuna, por eso la catarsis, por eso la necesidad de descubrir la naturaleza exacta de nuestras faltas, las motivaciones reales de nuestra conducta, todas nuestras inseguridades; por eso la necesidad del nuevo, el que está viviendo el peligro de perder la vida, el más celoso guardián de la integridad de estos grupos, el verdadero custodio; no se necesitan extraños, no se requieren santones con títulos académicos o nobiliarios que prestigien esta agrupación; la fuerza de la verdad se ha impuesto, el verdadero custodio es aquel ser humano que desea salvar su vida, otra gran mojiganga vino por tierra. Hoy son comunes y corrientes los servicios dentro de un anexo, el principio fue de rebeldía; se tiene el servicio de la cocina, de la sala, de los dormitorios, de los baños, todos son rolados y todos volitivos, aunque siempre existen reglas no escritas –la principal, la primera obligación – ESCUCHAR LAS JUNTAS, CUBRIR LAS GUARDIAS MÁS PESADAS-, así va salvando la vida el anexo, así van salvando la vida todos.

Pero dentro de estas entidades terapéuticas los servicios no son limitativos, sino al contrario, son tantos y tan variados como lo requiera la inquietud de los compañeros que los proponen y los realizan. Efectivamente, dentro de los GRUPOS 24 HORAS DE A.A. no se admite la aportación de ideas, sino de acciones concretas; no se trata de opinar, nadie puede pagar por lo que puede ocurrírsele a cualquier “pendejo” (dicho esto cariñosamente). Por un principio elemental, todo es presentado al guía del GRUPO MATRIZ, quien con base en las experiencias vividas aprueba o desecha dichas propuestas, es pues, la experiencia real, la que marca y norma los servicios en un GRUPO 24 HORAS DE A.A. Actualmente existen 69 Grupos y 9 Granjas dentro del MOVIMIENTO 24 HORAS DE A.A., y uno de los principales servicios que constituyen una de las tradiciones no escritas, perfiladas, como características propias y únicas del MOVIMIENTO 24 HORAS DE A.A., encuadradas dentro del legado de la unidad, es ese fervoroso entusiasmo con el que se asiste a los aniversarios, eventos y festividades de cada uno de estos grupos que forman esta sorprendente organización. Para quien no pertenezca a este movimiento resultará increíble y fantástico el ver cómo se desplazan camiones de compañeros de Juárez y Torreón, para asistir a una junta pública de información, que es como los miembros de esta sociedad celebran sus acontecimientos, y la identificación plena existe entre los militantes, sean éstos de Juárez, de Torreón, de Veracruz, de Tuxtepec, de Orizaba, de Colorines, etc. Existe una perfecta compenetración de la problemática de cada grupo y hasta del estado emocional de los compañeros más señalados. ¿Qué es lo que motiva esta práctica? Formalmente uno de los legados de ALCOHÓLICOS ANÓNIMOS habla de la práctica de la unidad, pero esta conjunción de voluntades traspasa los límites de lo formal, tiene su origen como todo en los GRUPOS 24 HORAS DE A.A., en la necesidad, necesidad de reencuentro, necesidad de estar unidos. En cada uno de los rostros de los asistentes es palpable el entusiasmo que va formando una maravillosa atmósfera que por momentos

trasladan al profano de estas reuniones a un mundo ideal, que rompiendo la forma de lo tradicional se eleva por encima de un mundo convulso y en punto y aparte, crea una dimensión de igualdad y de fraternidad, de amistad y de un profundo gozo casi extático en donde priva la comprensión, el amor y el disfrute, y claro, que hay razón para ello. Cada uno de estos hombres y mujeres fueron desahuciados por la ciencia médica, fueron condenados y excluidos por la sociedad, fueron rescatados de los albañales, fueron reivindicados en el umbral del hospital psiquiátrico, fueron ausentes en el mundo de los normales, son ahora actores en el juego vital de una existencia nueva; cada uno estuvo en el paredón de fusilamiento y hay conciencia de que les fue otorgado el perdón. En cada uno de ellos se realiza el milagro del renacimiento, del volver a nacer; fueron granos de trigo que tuvieron que morir a una vida de sufrimiento, que tuvieron que morir en su egocentrismo, para renacer fuera de su individualidad; que tuvieron que sufrir lo indecible para comprender que la vida es de un compartimiento incesante, que ellos no pueden vivir para sí sino para los demás y que si en cada ser humano existiera la idea de tomar en cuenta a su prójimo, si cada ser humano olvidara su sufrimiento y su dolor, para tratar de aliviar el sufrimiento y el dolor del prójimo, lograría la trascendencia de sí mismo, y la humanidad doliente dejaría de serlo, como la de este enfermo tan doliente que tuvo que aprender que para nacer habría que romper un mundo. La miseria no existe en estos convivios de camaradería, y no es que los militantes sean poseedores de grandes fortunas, situación ésta que carece de importancia en esta comunidad, dado que cada día se comprueba que quien más tiene es el que menos se desprende. Tal vez, porque más quiere, aunque a veces el que más quiere es aquel que menos tiene. Los festejantes, cualquiera que sea su situación económica y social, van a dar todo para recibir con agradecimiento, con afecto, a sus visitantes; muestras ejemplares de hospitalidad, de esa hospitalidad que priva en la provincia mexicana, de esa cortesía finísima, de ese afecto franco y abierto. Reunidos ahí, hombres y mujeres de distintas latitudes contagian en el respeto y fervor a los asistentes, personas no alcohólicas, quienes con un gran interés escuchan la información que los condenados de ayer pueden referir en regocijo por esa virtual conciencia de haber salvado la vida y de deberlo al Poder Superior y a sus compañeros de militancia. Ésta es la explicación de esta gran afluencia de militantes a los eventos de sus compañeros. Si ya lo habían perdido todo, como lo manifiestan, si se había perdido patrimonio, trabajo, familia, sano juicio, y si se era real y efectivamente un desahuciado, alguien le da la oportunidad de volver a vivir, ¿no se es un ser privilegiado? Y existiendo plena conciencia de esto, se reconocería que cualquier disfrute logrado después de esta muerte se lo debe uno a alguien, que esta redención es producto del amor de todos, ésta es la unidad del MOVIMIENTO 24 HORAS DE A.A., conciencia de vida y gratitud.

Estos festejos son verdaderamente apoteósicos dentro de la sencillez. Podemos decir que participa todo el pueblo: danzas típicas, bailes regionales y, por supuesto, una suculenta cena y un gran baile. Los vecinos del lugar, expectantes, presencian estos actos maravillosos. ¿Quién pudo advertir que ayer estos rostros sonrientes estaban invadidos de conmisericordia, de amargura y de desconsuelo? ¿Quién pudiera adivinar que en la radiante sonrisa de algún compañero se escondía hace poco el espectro del baldío? He aquí la atracción que ejercen en cada comunidad estos GRUPOS 24 HORAS DE A.A.

La asistencia a estos convivios implica al mismo tiempo un cierto grado de recuperación. El enfermo alcohólico tiene que vencer la inercia de lo cotidiano, de lo rutinario, su tendencia al confort y al ostracismo, al que lo obliga su naturaleza indolente; habrá de concientizar que es el único responsable de su vida, nadie va a asumir la responsabilidad que sólo a él corresponde, y así, este almácigo de cobardías

tendrá que tener el más elemental de los valores para encarar a las personas que lo rodean, madre tirana, en casos de compañeros con mamitis, casos dramáticos, afortunadamente aislados en estos grupos; de enfermos adultos que siguen bajo la férrea y tiránica autoridad materna, enfermos que jamás pudieron romper el cascarón a los que no les fue cortado a tiempo el cordón umbilical, tratados como niños eternamente, víctimas cómodas del egoísmo y frustración de una madre dominante, absorbente, quien no se va a parar en pintas para chantajear a su niño verijón: “Cuando eras chico estabas pegado a mis faldas, pero nada más crecen y se olvidan de uno”. “Primero conociste madre.” Eras más cariñoso cuando bebías.” “Podrás estar alto como una torre, pero recuerda que soy tu madre y mientras viva tendrás que obedecerme.” Y ahí está el enfermo lleno de sentimientos de culpa, sintiéndose el más ingrato de los hijos, pensando en que su “mamacita” se puede enfermar, cuando es ella la que ya hizo la finta de soponcio, o bien su compañera, la esposa que ve con pavor la posibilidad de crecimiento de su niño (de más de 35 años por supuesto) y víctima de todas las inseguridades, al ver amenazada la precaria seguridad de su asociación conyugal, reacciona negativamente. ¡Qué tormento para el asustado enfermo el tener que pedirle permiso a “mamá” para ausentarse los fines de semana! “¿Cómo la voy a dejar sola?” “¿Y mis hijos?” Y todos los temores a cuestras; con estos pensamientos no parece tener ninguna posibilidad en la disputa familiar, de hecho, su unión con su compañera ha sido desde el inicio una lucha de supremacía, el enfermo ha perdido terreno desde el inicio, lo ha tratado de encubrir con poses de reto y de agresión, a veces hasta la física. ¡Qué manera tiene el enfermo alcohólico de pretender el autoengaño, de esconder profundamente su verdad, su terrible dependencia emocional! Y estamos hablando de los casos más benignos, sus noches insomnes previas al enfrentamiento. Tal vez el padrino, si el enfermo se conduce con honestidad, pueda ayudarlo en algo, haciéndole conciencia de los orígenes de su reacción al autoengaño, haciéndole sentir la necesidad de crecer en este delicadísimo momento en que el enfermo puede huir, sentirse presionado; en ese mundo de autoridades, padrino o esposa, grupo o esposa; la confusión y la angustia y la rebelión de los instintos, otra vez sándwich, lo ha sido siempre, entre madre y esposa, entre familia y esposa. Solamente el alcohol fue su liberador, todo lo oprimió, todo lo hizo víctima, todo lo presionó y ahora nuevamente el padrino tendrá que obrar con sumo criterio en este estira y afloja en el que el nuevo se puede ir a beber. Muchos pensarán, sin conocer a fondo la personalidad psíquica del alcohólico, que bien se le podía dejar, que ¿qué mal hace, quedándose con su mujercita? Para lo que saben, si el alcohólico no crece, puede beber y que una sesión es una sucesión de sesiones, que se puede convertir en complicidad y que a fin de cuentas, si el “debutante” se va a ir por esto, se va a ir de todas maneras, y el drama del enfermo, el conflicto interno: “¿Cómo se lo digo?” “¿Cómo le digo que no vamos a ir a ver a la suegra? ¿Que no la voy a llevar al cine, que no la voy a llevar al teatro, que la voy a dejar sola?” Y la conmisericordia a flor de piel: “Pobrecita”. Y el esfuerzo heroico, la maña para plantear, a fin de cuentas un descompensado, toda su vida ha sido un mañoso, los trucos para si se puede evadir el enfrentamiento. En algunos casos, cuando “ella” es una niña, habrá que darle un juguete para que se entretenga; cuando se trata de alguien “tan parecida a mamá”, habrá que buscar la forma y el intento titubeante del primer acto de valor, por fin: “Me voy a un servicio”. Y el ataque sorpresivo da resultado, la primera vez. En algunas ocasiones la actitud podrá sostenerse y si no hay el crecimiento de la contraparte, y no puede haberlo si no hay crecimiento de la contraparte, y no puede haberlo si no hay crecimiento en el enfermo, si no hay solidez que respalde el nuevo molde, a cierto tiempo el enfermo alcohólico empezará a ceder,

habrá quienes, como en el “pedo”, se amocillen en su relación, ésta nunca será genuina ni auténtica, pero en fin, cuando menos no se chupa.

A veces hasta el enfrentamiento con los hijos previamente echados a caminar, movidos por la madre emocionalmente, llegarán hasta la histeria. Difícil es en verdad ese inicio de crecimiento, oportunidad de crecer o de estancarse, de cambiar o de estancarse, de cambiar o de permanecer. Si el alcohólico se da la oportunidad de crecer todos crecerán con él, la relación será adulta, sana, equilibrada, siempre será lo mismo, ya podrá disfrazar su falta de crecimiento y en ocasiones hasta asegurar que su INTEGRACIÓN es producto de su crecimiento. Difícil y complejo este cotidiano engañarse del enfermo y más cuando se cree que se tiene como criterio, pero lo cierto es que en términos generales, todos los miembros del MOVIMIENTO 24 HORAS DE A.A. andan involucrados en esta fascinante aventura de los convivios.

Las iniciativas para el servicio son múltiples: juntas de información, relaciones públicas, etc., etc. Todo es recuperación y aquel soberbio, incapaz de pedir algo, aquel que se paralizaba ante el sólo hecho de pensar, que tenía que solicitar algo de otro ser humano, máxime cuando éste estaba en una situación de superioridad, en un determinado momento apoyado en la fuerza grupal podía solicitar para su grupo alguna oportunidad de servicio, salón para la celebración de algún acontecimiento, petición para la transmisión del mensaje en la radio, en la prensa, petición para las juntas, etc., y esta oportunidad dada al enfermo alcohólico, permitirá que en un determinado momento pueda manejar sus relaciones interpersonales, sobre todo con el nacimiento del MOVIMIENTO 24 HORAS DE A.A., en donde nadie quería hacer absolutamente nada, en donde todos se dejaban caer. El día de hoy, todo servicio es oportunidad de recuperación, y muchos enfermos confiesan que en el servicio se les despertaron muchas de sus dormidas habilidades y vocaciones.

En el GRUPO 24 HORAS CONDESA existe un gran entusiasmo para asistir a todo tipo de eventos y hay formas para todo tipo de economía, y todos se ayudan para asistir a estos eventos. De manera imperceptible se va manifestando la solidaridad de unos con otros, la convivencia y la camaradería, y con ello, la reconstrucción del sentido comunitario deteriorado.

La transmisión del mensaje se hace en todos los niveles y en todas las formas; cualquier oportunidad es aprovechada por estos hombres y mujeres en busca de la oportunidad de transmitir su experiencia personal y humana, la misma que les fue dada y a través de la cual salvaron la vida, de lo contrario, el enfermo “degenera y muere”. Es importante el reciclaje espiritual, el mensaje transmitido de persona a persona, en donde sea y como sea. Esta práctica que fue en los inicios de ALCOHÓLICOS ANÓNIMOS una maravillosa forma de salvar la vida, sigue vigente y en la actualidad es recomendada para el disturbio emocional, para las crisis de angustia, para toda tortura del egoísmo morboso del enfermo alcohólico. La transmisión del mensaje en juntas públicas de información es buscada con avidez, así como en la convocatoria a los medios de comunicación, tal vez porque se confirma a cada momento que la información oportuna es a veces la diferencia entre la vida y la muerte. ¿Cómo llegan? Cada caso es distinto, representa la más insólita de las experiencias, afluyen en todas partes, de todos los estratos sociales, el que llega del baldío, el que lo lleva su compañera, un familiar, el que vio el spot de la televisión, el que asistió a una junta de aniversario, etc., etc. Los más difíciles, los más autoengañados, son los que aparentemente conservan una determinada posición en el llamado mundo de afuera, son los más difíciles. Tiempo hubo en que existía la equivocación de considerar que tal vez estas personas no habían tocado fondo, son tal vez los más dañados; aquellos cuyo egocentrismo, cuyo autoengaño llega al grado tal de locura, que nadie les puede ayudar. Es increíble como

se cumple esa misteriosa ley de la vida, que en la ilusión de escalar los peldaños sociales, económicos y políticos, se va labrando el dramatismo de una profunda soledad. Pocos pueden ayudar al soberbio; terrible el de la importancia, es como si se fuera perdiendo la humanidad. El banquero aquel era un niño, hombre de unos 50 años, director de una institución bancaria importante; nadie podía imaginarse que jamás tuvo la oportunidad de crecer, el dramatismo de su soledad en una palaciega residencia o en el confort de su oficina ejecutiva. En esta mascarada pocas oportunidades había para hacer conciencia de la enfermedad, como pocas posibilidades hay para este tipo de enfermos. Tal vez un día se pueda comprender la sencilla verdad de que el alcoholismo es un problema de salud y no de vergüenza, tal vez algún día, el doliente ser humano, víctima de esta enfermedad que se amuralla en su importancia atrás del escritorio ejecutivo, tenga oportunidad de llegar a los GRUPOS 24 HORAS DE A.A. ¡Triste y cruel realidad, la de estos infelices a los que pretenden proteger aquellos que los rodean, víctimas de su propio egocentrismo! ¿Cómo va a admitir la madre que su hijo, el médico talentoso, el ingeniero importante, tan brillante él, sea un pobre enfermo alcohólico que necesita ayuda? ¿Cómo lo va a reconocer la esposa? ¿Cómo permitir que se rompa su ilusión? ¿Cómo dejar al descubierto que ese prominente ejecutivo apesta a podrido en el lecho conyugal, vomita compulsivamente su miseria, pateo las paredes en sus días de histeria; la viola y la ultraja en su locura alcohólica? Pero a fin de cuentas, todavía la acompaña en los eventos sociales y se retratan juntos en las notas sociales de periódicos de mayor circulación, los del jet-set, los de “todo mundo estuvo presente”, los de los cocteles de caridad, y así, este enfermo carga su importancia, su miseria y el egocentrismo de los demás, tal vez por eso se ha dicho que es más fácil que “un camello pase por el ojo de una aguja”.

El egoísmo es sin duda alguna el origen de todos los males de la humanidad, pero su manifestación en el enfermo alcohólico es tan insoportable que tiene que ser ahogada en el alcohol. Efectivamente, la mayor parte de los seres humanos hemos tenido en mayor o menor grado que ser víctimas de nuestro egoísmo, ese deseo de sojuzgar, de apoderarnos de otro ser humano; esa necesidad de manipular, esa exigencia hacia los demás, de mayor atención, protección y satisfacción de nuestros caprichos; esa continua frustración porque los demás no curan nuestro malestar; esa incesante insatisfacción que amarga nuestra existencia; ese sufrimiento por no poder gozar la vida como otros lo hacen, excesivamente preocupados por nosotros mismos; esa amargura callada y ese resentimiento en contra de los seres que decimos más querer, porque aún plegándose ellos a nuestros caprichos, esta complacencia resulta insuficiente para saciar nuestra desmesurada exigencia. Así, la madre sufre porque nunca está satisfecha con las atenciones del hijo, porque cree que el hecho de parir le da derecho omnímodo sobre sus hijos, la hacen su dueña absoluta, exige sumisión y agradecimiento total, quisiera apoderarse sin restricción alguna de la persona de sus hijos, dominar absoluta y totalmente su vida y tal vez revalidar con ellos la exigencia no satisfecha por su marido. ¡Qué calvario para esta pobre mujer! Cuando el hijo la desobedece, cuando el hijo “se le casa”, cuando “se lo roban”, y se entabla la competencia entre madre y esposa por la posesión del hijo, cuando quiere meterse en la vida del hijo casado para seguir dictando sus órdenes, cuando por insatisfecha quisiera apoderarse de la cónyuge o del cónyuge, según el caso. Este sentimiento morboso hará que nazca el chantaje consciente o inconsciente; será capaz de enfermarse, llorará sola su amargura, se quejará de ingratitud, etc., etc. La esposa egoísta es obviamente una mujer inmadura, llena de inseguridad que, o bien no cree merecer lo que le tocó en suerte, o bien piensa que merecía algo mejor, pero su inseguridad la llevó a aceptar lo que encontró y de ahí la frustración. A pesar de que en realidad es una persona que siente que no merece nada,

tiene pretensiones de reina y exige del marido la satisfacción de todos sus caprichos, pero que cuando le toca BARCO, cónyuge complaciente, capaz de lavarle hasta la ropa interior, le cae gordo y lo rechaza. A veces está más contenta, si le toca un barbaján, dado que esto satisface su sado-masochismo. En el mejor de los casos la egoísta mustia es la aparentemente estoica, siempre dispuesta al sacrificio, que esconde su soberbia en el papel de víctima, o la “vare-madre”, cuyo compañero le importa un bledo, siempre y cuando satisfaga sus caprichos y exigencias, generalmente infantiles; es la que busca un proveedor, sabe en el fondo que es una gente inmadura que no tuvo oportunidad de crecer; una niña que juega al matrimonio como si estuviera a la comidita, generalmente inconforme con su papel de mujer, odia el ser ama de casa, odia el ser madre, está dispuesta a todo con tal de evadir su condición de esposa.

No es distinto el egoísmo de los hombres, en donde encontramos al novio sojuzgador y caprichoso, al manipulador, al chantajista y básicamente al insatisfecho que siente que merece algo mejor, que desprecia a su compañera y revalida con ella sus carencias, sojuzgándola, oprimiéndola, agrediéndola porque él se cree superior, está lleno de este sentimiento que revalida su complejo de inferioridad; es él exigente, pendiente de todo, tratando de corregir a cada momento a su compañera, confundido en su propia inseguridad; sufre pensando que aquel ser que desprecia pueda meter la pata, cuando come, cuando habla, cuando lo acompaña a reuniones, etc. El sojuzgador que adopta la pose de encomendero como si le hubiera hecho un favor a su cónyuge al haberse casado con ella, que marca normas y pautas de conducta, actúa como en encomienda, como amo y señor de su hacienda y de su esclava; el egoísta niño que fue prácticamente violado por su compañera en prenupciales y cuando se dio cuenta, estaba ya comprometido, casado, porque ya venía el producto, un niño jugando al Señor de la casa, que no sabe qué papel adoptar, finalmente, con un instinto sexual descoyuntado, caprichoso, veleidoso, inseguro, celoso, vive para hacer caprichos a su cónyuge; su incapacidad para adaptarse a la vida matrimonial lo hará siempre sentirse víctima y actuará como tal, siempre quejándose, siempre echando culpas a las espaldas de su prójimo e irá de fracaso en fracaso. En los alcohólicos cualquiera de estas modalidades tendrá que ser ahogada en alcohol, de alguna manera el enfermo percibe su infelicidad, no soporta este infierno, intuye su realidad, su mezquindad, se odia por ello, escapa de esta prisión, quisiera ser distinto, y al no poder cambiar, busca la fuga, diluir este autodesprecio, escapar de esa tortura mental de sentirse mezquino, inseguro, celoso; esa emoción que corroe y quema sus entrañas; se hace insoportable y tendrá que beber hasta enajenarse, hasta olvidarse de lo que es, hasta aturdirse, enloquecerse si es preciso, todo, menos vivir en él mismo.

Aquel que no crece, aquel que no cambia su manera de ser, pensar y actuar, irremisiblemente está condenado a volver a beber. El programa que se practica en los GRUPOS 24 HORAS DE A.A., está diseñado para desinflar el ego, para trascender el egoísmo, para adquirir un grado de madurez que permita al enfermo enfrentar lo cotidiano, un grado de conciencia que le permita verse y hacer de su vida una constante edificación, un constante reencuentro, un constante liberarse, y solamente dando, solamente aportando algo en la plena conciencia de que es un muerto en vida, podrá agradecer, podrá vivir en aceptación. el infante conoce primero el cuerpo de los demás antes que su propio cuerpo, así el alcohólico en recuperación, conoce primero los defectos de los demás antes que sus propios defectos, la persona de los demás antes que su propia persona. La llegada de la conciencia estará acompañada del suficiente valor para que este enfermo pueda enfrentar su realidad personal, y de aquí, el crecimiento, desenzolvar todos los conductos, allanar todos los caminos, en esa labor persistente de cada 24 horas de tejer y destejer sensaciones de avance y de retraso, la prisa no vale,

solamente persistir. La tarea parece abrumadora, el secreto está en vivir un día nada más. Como todas las fórmulas de A.A., como todos sus principios son compendios de una gran sabiduría, toda una vida y todas las experiencias están contenidas en 24 horas, es síntesis de tiempo y de espacio y así, cuando el borracho pregunta: “¿Qué tiempo voy a estar aquí?”, la respuesta no se deja esperar: “SÓLO POR HOY”. Si algo le resulta intolerable al enfermo, la respuesta es contundente: “SÓLO POR HOY”. Si algo lo llena de euforia, la respuesta será la misma: “SÓLO POR HOY”. A la larga, hasta el pensamiento quedará constreñido en este tiempo, nadie puede ser dueño del mañana, nadie puede cambiar el ayer, ¿por qué pues, cargar el lastre de los días agotados, si todo murió con ellos? Cuando se llegue a comprender la falacia del disturbio emocional, cuando nos damos cuenta que la generalidad de las veces nos hemos atormentado inútilmente; que las cosas no fueron tan malas como las esperábamos, que nos hemos torturado, martirizado, agonizado de la manera más estéril, cuando llegamos a saber que el alcohólico no puede vivir de los presagios, entonces nos acostumbraremos a vivir en el SÓLO POR HOY, hoy nada más. Este recorrido y esta conclusión encuadran el principio del DOCEAVO PASO: “HABIENDO EXPERIMENTADO UN DESPERTAR ESPIRITUAL COMO RESULTADO DE ESTOS PASOS, TRATAMOS DE LLEVAR ESTE MENSAJE A LOS ALCOHÓLICOS Y DE PRACTICAR ESTOS PRINCIPIOS EN TODOS NUESTROS ACTOS”.

¿Cómo es posible que siendo las características del enfermo alcohólico tan profundamente egoístas logre adaptarse en un GRUPO 24 HORAS DE A.A. sin chocar con otros enfermos como él, con características similares? La llegada de un alcohólico a un GRUPO 24 HORAS DE A.A. es llena de desconfianza, de temores; sin embargo, el alcohólico ha desarrollado una serie de mecanismos que le han permitido sobrevivir con su descompensación en un mundo hostil: llega con todas las derrotas a cuestas y al principio utilizará su vieja táctica de tantear el terreno, como si tanteara a un medio desconocido y oscuro, con sumo cuidado, con recelo, con mucha cautela, así iniciará su militancia; la comprensión de sus compañeros, la enorme tolerancia de estos grupos lo harán sentirse cada vez mejor, pronto estará en la tribuna diciendo cómo es, vendrán las catarsis anecdóticas y al sentir cierto grado de complacencia, su viejo camarada, el autoengaño, lo hará sentir que los demás son más “pendejos” que él, sin embargo, pronto se dará cuenta que está en un mundo distinto y algo raro, y sentirá cada vez que injuria a sus compañeros, de alguna manera se le detiene: no encontrará eco ni coro a sus críticas, nadie festinará su injuria y en un determinado momento, será hasta balconeado (exhibido). En los grupos maduros, pronto reconocerá que está en un mundo complejo, el único lugar en donde sus “pretendidas opiniones” no cuentan, y ese ambiente de extraordinaria libertad, lo es al mismo tiempo de respeto; la ubicación vendrá por sí sola, no es más que un mazacote, después la nube rosa, la crisis, el disturbio emocional, la nada, todo este proceso lo va ubicando, no es más que un alcohólico más. Esporádicamente los embates de egocentrismo lo harán volver a autoengañarse, si el grupo es maduro, se irá en banda, batirá al aire, peleará con molinos de viento y tendrá chance de ver su locura, o bien, vivir enquistado en ella, en su ficción, como si estuviera en bolsa de polietileno, viviendo en la propia dimensión de su mentira. Aquellos de los síndromes de recuperados famosos que parecen siempre extasiados con su pretendida sobriedad, en la célula familiar el temor a beber los hará seguir la sugerencia a rajatabla: “DEJA TODO Y SÁLVATE”. Y aún en la más terrible de las confusiones, la buena voluntad es la protección más sólida y más fuerte, y no pasará nada. No puede pasar nada al que, confundido por su buena voluntad, en la conciencia de todo el sufrimiento, desea dejar de ser a toda costa el director de orquesta y de repente cede los bártulos, en el hogar y en el trabajo; aquel que ha vivido cargando

su importancia, sobre todo en aquellos tiempos del nacimiento del PRIMER GRUPO 24 HORAS DE A.A., en donde todo parecía ser drástico, en donde se caminaba al borde mismo del extremo y en donde se escuchaba repetitivamente: “DEJA TODO Y SÁLVATE”. Y la derrota total; después el extremo que es generalmente la nube rosa, estado irreal con un alto grado de desconcierto. Viene la realidad que no es, por cierto, más benigna, el reconocimiento de la locura y en la confusión de sentimientos hasta el agradecimiento a aquellos, con los que se ha convivido, conmiseración, sentimientos de culpa mezclados con tenues rayos de gratitud, temor con valor, entremezclándose y en las emociones al rojo vivo, la necesidad de respetar la conciencia de que si no se puede con su carga, no puede pretenderse cargar con la carga de los demás; si no se supo gobernar su vida, no se puede pretender gobernar la vida de los demás, detectar el disturbio emocional, descubrir que entre más carga se echa uno a cuestras, mientras más problemas absorba, se multiplicarán los disturbios, que como mosquitos atormentarán la cabeza del enfermo. Conocida esta tortura surgirá como necesidad salvadora el “VIVE Y DEJA VIVIR”, y un principio hecho a fuerza de experiencias, irá consolidando en la madurez la preservación de la tranquilidad del enfermo. El descubrimiento de la cooperación como concreción de la buena voluntad se hará una realidad tangible, y en vez de imponer su criterio, en vez de hacer su capricho, tendrá que dar paso a un rasgo vital de humildad, tendrá que aprender a ceder y al darse cuenta de que ha llegado al mundo de la sinrazón; al ubicarse en la dimensión de su propia realidad, tendrá que admitir que el BIENESTAR COMÚN TIENE LA PREFERENCIA, y lo más profundo que se vive a cada paso dentro de un GRUPO 24 HORAS DE A.A., la necesidad de todos y cada uno de nuestros compañeros, la necesidad de la unión con los demás, de esta humildad, y de esta unidad depende nuestra vida. Ésta ha sido nuestra experiencia real, vivida, éste es el principio: PRIMERA TRADICIÓN: “NUESTRO BIENESTAR COMÚN DEBE TENER LA PREFERENCIA; EL RESTABLECIMIENTO PERSONAL DEPENDE LA UNIDAD DE A.A.”.

La primera luz de conciencia hará que el enfermo alcohólico vea con claridad meridiana, que la convivencia en un GRUPO 24 HORAS DE A.A., es tal vez su última oportunidad de adaptarse, y más adelante podrá darse cuenta que es también su última oportunidad de crecimiento, que no puede seguir viviendo como un niño o niña caprichosa, porque a fin de cuentas, él y solamente él, es responsable de su vida; ni el padrino ni ningún otro compañeros puede responsabilizarse por la vida de nadie, se acabó papito, mamita, etc., etc. La buena voluntad de los demás para con él deberá consistir en darle tratamiento de adulto, no puede ser que se le siga tratando como niño consentido o como retrasado mental; tiene que descubrir que el Poder Superior en cada uno de los seres humanos ha puesto algunos dones para poder no nada más sobrevivir, sino para poder vivir de la mejor forma posible, con satisfacción y contentamiento, que el temor y su consecuencia: el egoísmo bloquea la mente del alcohólico hasta hacerla no nada más inútil, sino perversamente desviada. Ya no es posible vivir a estas alturas con exigencias hacia los demás o pretendiendo circunstancias ideales como condición para salvar la vida. La aceptación es la fórmula más eficiente para lograr un equilibrio razonable y un cierto grado de contentamiento; no podemos seguir revelados por todo y por nada contra el dueño de la empresa en donde prestamos nuestros servicios, contra nuestro jefe inmediato, en contra de nuestros compañeros de trabajo, en contra de nuestros familiares, en contra de nuestros hijos, en contra del responsable del anexo, envidiando e injuriando a nuestras compañeritas, en caso de ser mujer, o a nuestros compañeros. Nadie tiene derecho a sufrir por “pendejadas”, si al paso de las 24 horas, tiempo razonable para lograr este elemental cambio, no se ha podido lograr, tal vez nunca lleguemos a saber que somos de los que ya no pudimos recuperarnos, los clásicos

hijos del QUINTO CAPÍTULO; ya no fue posible que llegara la luz, así el próximo berrinche lo haremos en la cantina si somos realmente alcohólicos, o en un intento de suicidio o en la histeria continua, si somos simplemente neuróticos. El reconocimiento humilde de esta incapacidad de adaptación que hay en nosotros, el detectar nuestra rebeldía y nuestra exigencia, es cuando menos el principio de un sincero y honesto deseo de cambio, no podemos seguir viviendo pensando en que siempre tenemos la razón, no podemos exigirle a nuestro padrino complicidad, apapacho, -¡flaco favor nos haría-. El padrino deberá de sacar valor para ser honesto, para no dejarse llevar por su conmisericordia o por ese manido deseo de quedar bien con su ahijado; la verdad que nos hace libres es a partir de nosotros: “El único que debe de estar bien, soy yo”. -“Para estarlo necesito ser honesto, si mi honestidad pone mal a otros, es problema de crecimiento de los demás.”- Cuando el que ha acumulado algunas 24 horas comienza a condescender, a temer lastimar a su ahijado o ahijada, debe tener la mente alerta, porque se comienza a debilitar y puede darse el caso de que, si bien en un principio y generalmente el ahijado depende del padrino, se revierta la relación y con el tiempo el padrino depende del ahijado; un descuido en ese proceso nos lleva a la desintegración.

La vida de un Alcohólico Anónimos del MOVIMIENTO 24 HORAS DE A.A. es una reconstrucción diaria de su carácter, de su buena voluntad, de comprensión, de aceptación, que se inicia desde la primera hora, cuando al amanecer tenemos la necesidad de recordar que “HEMOS PUESTO NUESTRA VIDA Y NUESTRA VOLUNTAD AL CUIDADO DE UN PODER SUPERIOR, UN DIOS BONDADOSO, COMO CADA QUIEN LO CONCIBE”. ¡Cuánto sufrimiento podemos ahorrar con sólo tratar de hacer conciencia de la práctica de este principio! ¡Qué privilegio poder tener ocasión de corroborar lo inútil de nuestro sufrimiento, de nuestra tortura mental, después de no haber dormido toda la noche, atosigado por el disturbio emocional, por una deuda que se desea pagar pero que no se puede pagar, sin encontrar el argumento adecuado, tratando de ver cómo se evade la responsabilidad, deseando huir, con el egocentrismo aullando, con temor a la catarsis de los acreedores (porque eso es lo que únicamente sucederá a fin de cuentas)! ¿Por qué ni esto podemos tener presente en estos momentos? Y llega el día de la cita con nuestros acreedores para descubrir con asombro que con cordialidad son capaces de comprender nuestros problemas. En este caso especial se reúnen varios ingredientes, después de todos los disturbios emocionales la honestidad de que uno no puede con el problema, el deseo de que se haga la voluntad de DIOS, el enfrentar el problema a veces con la mente en blanco, con la sola oración: “HÁGASE TU VOLUNTAD Y NO LA MÍA”, y por último, la sinceridad de nuestro planteamiento y el milagro se hace, es legítimo que todos los seres humanos tengamos deseos de obtener mejores condiciones de salario, de vivienda, de vestido, etc., etc., y tal vez, si lo pedimos con honradez, una vez que la mente se encuentre más o menos equilibrada (pues no nos referimos a deseos descoyuntados), el Poder Superior podrá darnos lo que necesitamos; pero si deseamos la mejoría por venganza, o simple y sencillamente para demostrar que somos “chingones”, tendremos que experimentar la verdad de que el Poder Superior no cumple caprichos de “pendejos”, mucho menos, si nuestros deseos llevan implícita la idea de perjudicar a otro ser humano, aun cuando éste pudiera parecer culpable ante nuestros ojos. Nosotros no podemos ser jueces de nadie, incluyéndonos a nosotros mismos, no hay mayor sufrimiento que el del fariseo. Que uno sufra por sus fallas es morboso e idiota, pero sufrir por las fallas de otro, se necesita un grado supino de “pendejez”. Por eso, la literatura de A.A. habla de que los principios de nuestro programa son inflexibles para nosotros y benignos para los demás. ¡Qué descanso, dejar de ser el director de orquesta, entrar en el mundo de la cooperación más que en el de la manipulación, a fin de cuentas, porque siempre nos

queremos salir con la nuestra! ¿Por qué esa cruel actitud de no poder admitir nuestras equivocaciones o la posibilidad de equivocarnos? ¿Contra quién competimos? ¿Qué tratamos de demostrar? La esencia de la derrota, siendo repetitivos, ES PONER NUESTRA VIDA EN MANOS DE UN PODER SUPERIOR. ¿Por qué esa exigencia hacia nosotros mismos? ¿Por qué la pretensión de seguir siendo los dioses de nuestro propio universo? Ciertamente que a veces al pretender escuchar las sugerencias de los demás, lo único que deseamos es fortalecer nuestro punto de vista e incapaces como somos de aceptar de buena voluntad opiniones que vayan en contra de nuestros deseos; esta pretendida fortaleza es el claro signo de nuestra debilidad. Entre ceder todo y no ceder nada, lo sugerible es encontrar el justo medio. Ciertamente que sabe decir que no y en última instancia defender lo que creemos justo, es definitivamente un rasgo de buena voluntad que hay que intentar siempre con la ayuda de DIOS, pero el reconocer nuestros errores es un acto de humildad. Por eso: “DAME SEÑOR SERENIDAD PARA ACEPTAR LAS COSAS QUE NO PUEDO CAMBIAR, VALOR PARA CAMBIAR LAS QUE PUEDO Y SABIDURÍA PARA DISCERNIR LA DIFERENCIA”.

Tal vez deberíamos de agregar: “DAME EL VALOR PARA RECONOCER CUANDO HE FALLADO, CUANDO ME HE EQUIVOCADO”, y en alegría de poder hacerlo. La verdad es que siempre que apelemos al Poder Superior, siempre que tratemos de actuar de acuerdo a su voluntad, estaremos totalmente protegidos, así, si cedemos todo, confiados en que ésta es una voluntad, para los demás seremos “pendejos”, pero el no sufrir es el termómetro exacto de que ésta era su voluntad. Lo fundamental es que siempre veremos su protección, y recordemos que nuestro DIOS es, a fin de cuentas, el DIOS de los débiles, el fuerte bien puede ser su propio DIOS... y pagar por ello.

Dentro de las posiciones curiosas de nuestra falta de conciencia y obviamente de recuperación, están las siguientes preguntas con las respectivas contestaciones. Un compañero de dos años, deseoso de darse importancia frente a su padrino, le dice: “Padrino, fíjate que yo no creo, ¿por qué?” El padrino, dándose cuenta que se trata de un pobre infeliz que es capaz de sufrir, con tal de darse importancia, simplemente le contesta: “Porque estás tronado, métete a recuperación”. A veces, condescendiendo le dice: “Ponte en disposición, trata”. Y el ahijado responde: “Es que no quiero tratar”. Y el padrino tal vez le dirá: “¡Pues entonces, ‘chíngate’ y sigue sufriendo”.

Dos son los elementos de convencimiento, alcohol y sufrimiento; no hay razón ni lógica, la fe es una necesidad.

Parece increíble que enfermos cuya característica fundamental es haber perdido el sentido comunitario y a los que seguramente muchos eruditos calificarían como resentidos sociales, puedan adaptarse a una comunidad en convivencia con seres similares.

En un principio, la defensa de la enfermedad hace que se rechace toda posibilidad de identificación. Si a algo le huye el enfermo alcohólico es a enfrentarse con la verdad, con la verdad que intuye que está en él, la verdad de la cual ha estado huyendo cotidianamente, la verdad de su propia persona y de su circunstancia. Todos los mecanismos de autodefensa de su mente enferma se alertarán sucesivamente para evitar la confrontación fatal, su propia confrontación; tratará de menospreciar a sus compañeros de viaje, de disimular los inevitables movimientos de conciencia, las extrañas sensaciones que recorren su cuerpo y mente, ya que en una junta de Alcohólicos Anónimos se viven todas las emociones: la ira, la conmiseración, la emoción amorosa, la ternura, el rechazo, el resentimiento, etc., todo vivido al mismo tiempo; un violento despertar del mundo emocional se vierte de manera precipitada en el mundo físico, mental y emocional del enfermo. De alguna manera, cada 24 horas se va haciendo conciencia de su propia enfermedad. Este despertar, este descubrimiento de

nosotros mismos se hace en el descubrimiento de los demás; alguien en la tribuna se va despojando lenta y dolorosamente de todos sus encubiertos, uno a uno van cayendo los velos del autoengaño, a veces entraña hilaridad de los compañeros, ante el silencio respetuoso en los momentos de autenticidad y así, ante un público expectante y emocionalmente involucrado, se lleva a cabo el ritual de una continua comunión, el desgarramiento de nuestros ropajes (p. 81)edar al desnudo alma con alma. En cada confesión alguien va expresando en la tribuna cada una de sus faltas, y al descubierto cien confesores lo escuchan sin juzgarlo, compenetrados en la expresión que es su propia expresión, en la falta que es su propia falta, en la historia que es su propia historia, en el dolor que es su propio dolor, en el instinto que es su propio instinto, en la aberración que es su propia aberración, y así, el puente de comprensión es un reencuentro con uno mismo, uno se descubre en el descubrimiento de los demás, se coincide y se identifica y el semejante es exactamente eso, sin ninguna metáfora, identidad plena; desaparece la individualidad, el YO es el TÚ, y el TÚ es el YO, somos uno solo, aquél soy YO, el grupo soy YO y YO soy el grupo. Por eso no hay adaptación, hay reencuentro, descubrimiento, identidad, mundo que se descubre en la intuición, en el presentimiento, durante las primeras 24 horas. Así surge la luna de miel con Alcohólicos Anónimos, esa romántica aventura de la nube rosa, después ese mundo ideal se realiza, se realiza en el alcohólico, su interno se identifica con lo externo y esta profundidad de movimientos, esta profunda identificación de almas y de espíritus, da vida y realidad a una sociedad igualitaria, única forma de que surta efectos la terapia, única forma de participación real y efectiva en esta comunión colectiva y en este reconocimiento de nuestras profundas debilidades, en este denominador común que nos acerca y nos confunde. No puede haber jerarquías, nadie es más que nadie, en el instante en que desaparece el temor, la desconfianza; en el instante en que confía un ser humano su vida a otro ser humano como en los partos dolorosos; de la rebelión de todos los instintos surge la luz del agradecimiento y con ella, el afecto, la necesidad de confiar en alguien estableciendo una cadena de agradecimientos, y dentro de todos, los que han tenido mayor necesidad militancia y mayor oportunidad y consecuentemente mayor disposición, son reconocidos en el término exacto de la palabra como los guías del grupo, el que se ocupa de que todo vaya bien, espiritualmente un símbolo que todos pueden ver, menos él mismo. Por eso en estos grupos **SUS GUÍAS SON FIELES SERVIDORES Y NO PUEDEN GOBERNAR**. El gobernar es un acto impositivo, un acto de autoridad, el servir es un acto de amor, un acto de humildad; el que gobierna lo hace basado en su propia fuerza, el que sirve sirve en su debilidad, el que gobierna emplea la prepotencia, su fuerza basada en su egocentrismo, en la creencia de que es el mejor, en algunos casos el **TODOPODEROSO**. El que sirve tiene conciencia plena de su debilidad y de sus limitaciones, de su enfermedad y de sus desviaciones; sirve, no por haber superado nada, sino por necesitar alivianarse, por la necesidad de olvidarse de él mismo, por trascender la tortura mental, el disturbio emocional, su egoísmo y su mezquindad; sirve por necesidad de servir con el temor de equivocarse, con la humildad y la posibilidad de la duda que le hace preguntar y que le hace pedir al Poder Superior que lo guíe y que lo haga su conducto; está consciente de que la confianza de sus compañeros depositada en él es un acto del más puro amor, nacido de una enorme necesidad de fe, de creer. El como ellos han exclamado de continuo: “¡Cuánto te necesitamos, Señor!” Y en esa convergencia de necesidad de alimentar el espíritu, sabe que es un simple conducto, un transmisor de buena voluntad, un transmisor de comprensión, un transmisor de amor que se recicla en el momento en que da, y dando, recibe, en el efímero instante en que se trasciende lo mundano para pisar los umbrales

de una dimensión inalcanzable, pero tan cercana, tan sentida, que llega a estremecernos y que nos llena de gratitud, de fe y de agradecimiento a los demás.

Todos los militantes de un GRUPO 24 HORAS DE A.A. han tenido la oportunidad de presenciar el milagro de esa transformación que va sufriendo el enfermo alcohólico durante su proceso de recuperación, la desintoxicación física, la dilución de la neurosis, la forma en que se va limpiando el pensamiento, la forma en que se va enderezando lo torcido, y esa mutación que sufre el enfermo de lo negativo a lo positivo, de lo sucio a lo limpio, y al mismo tiempo que las manos escurridas de sudor, inseguras, temblorosas, epilépticas, angustiosas, muertas, van reviviendo, van transmitiendo esperanza, confianza, fe, amor.

Todos han tenido oportunidad de presenciar la confianza y la fe con la evolución de su propio grupo, cuando como consecuencia de ella y de la comunión diaria, va superando las luchas egocéntricas, para tener un solo objetivo en lo individual: salvar la vida, y en lo colectivo, con la conciencia de que de ella se depende, conservar la vida, conscientes todos de lo que es la enfermedad emocional, conscientes de que hubo momentos en que estuvimos sentados en un barril de pólvora en donde todos pudimos haber volado, y conscientes de que nuestra vida depende de ese todo, como la vida del todo de nosotros. Cuando ha pasado la etapa primitiva de locura y de aberración que vive cada grupo, los grupos entrarán en la madurez y seguramente cada uno de los sobrevivientes dará gracias a DIOS, porque ante el milagro evidente no habrá duda de que un Poder Superior se manifiesta en la conciencia de nuestros grupos, que un DIOS bondadoso dirige nuestra recuperación y protege nuestra comunidad. Lo que conduce a la madurez, es la experiencia, las experiencias de nuestros grupos han sido riesgosas y han costado vidas, la madurez no es algo de lo cual podemos ufanarnos, sino es algo que agradecemos profundamente, porque de alguna manera, se nos permitió sobrevivir a la experiencia. Cuando vemos que grupos nuevos persisten en vivir en la batalla de la lucha por el poder, cuando el deseo de manipulación y de hegemonía hace que un demente, alcohólico seco, pretenda imponer su voluntad a los demás como síntoma claro de su falta de recuperación y de su locura, cuando una camarilla se erige en gobernantes sabemos que están jugando peligrosamente con sus vidas, y que la factura llegará tarde o temprano; sabemos que es un estado de inconsciencia total, para fortuna de aquellos que transitan este estado mental que pasa de largo la confianza, el afecto, la fe, para seguir víctimas obviamente de la enfermedad y sin culpa alguna, en este estado demencial, de querer tripular la vida de todos, en lo individual como en lo grupal; son hijos del caos y no son culpables, nacieron así, totalmente taponados, fácilmente identificables, porque la enajenación como el retorcimiento no se pueden ocultar, descomponen las facciones del enfermo, tuercen la mirada que trasluce ese estado de perversión mental, que nos hace a veces hijos del caos. Qué frase tan llena de piedad la de aquel prójimo nuestro que al ser crucificado, exclamaba: “¡Perdónalos Señor, que no saben lo que hacen!” ¿Qué loco, qué enajenado, tiene conciencia de lo que hace?

Todos los alcohólicos somos renuentes y más bien, incapaces de pertenecer a algo, somos solitarios en medio de la sociedad; temerosos de ser rechazados, señalados, juzgados, hemos sido marginados sociales por voluntad propia, aún cuando nuestro autoengaño nos haya llevado a formar parte de clubes en alguna ocasión de nuestra vida, nunca pudimos pertenecer en serio; hábiles evasores de la comunidad nos llenamos de habilidades para el disimulo y el camuflaje, al grado en algunos casos, que aún los seres más cercanos al enfermo alcohólico pudieron percibir su terrible desintegración, su soledad, su misantropía. Al llegar a un GRUPO 24 HORAS DE A.A., el temor y la desconfianza son diluidos por la obsequiosidad de los militantes, el más auténtico rasgo de humanidad –como que nace de la necesidad de conservar la vida-. El

enfermo alcohólico militante, necesita al recién llegado tanto como el oxígeno que respira, es vital para él, que el nuevo se quede, constituye la sangre renovadora, el motivo y la razón de su existencia, de lo contrario, degenera y se muere.

Frente a esta mutua necesidad, ¿qué formalidad puede existir? ¿Quién puede atreverse a exigirle a algún borracho, renuente, rebelde, tráfuga social, que llene algún requisito? Por eso, la única condición para pertenecer a un GRUPO 24 HORAS DE A.A. es el deseo de dejar la bebida, y a veces, ni este requisito se puede cumplir; no importa pues, cuán mucho o poco se haya bebido, la promesa es a futuro, tener el deseo de dejar de beber. La condición de alcohólico es reconocimiento propio, un acto unilateral de conciencia y de honradez; nadie puede decirle a otro ser humano, si tiene o no problemas con su manera de beber. Es para el enfermo alcohólico la última oportunidad de ser honesto, es un milagro en la bruma mental, en el cerebro alcoholizado, embotado, un relámpago interno de conciencia. En los GRUPOS 24 HORAS DE A.A. principalmente, se ven llegar enfermos en completo estado de ebriedad, otros con años de vivir en el baldío, en apariencia totalmente enajenados, brutalmente inconscientes, y se les ha dado la información haciendo a un lado cualquier prejuicio, y de alguna manera, la información penetra al fondo de los niveles de conciencia, se abre paso entre los escombros y telarañas, con que la locura ha ido cubriendo los conductos de expresión de nuestro YO espiritual. Algo dentro del enfermo alcohólico se mueve, despierta y el teporocho asiduo visitante de nuestros grupos, se queda. Curiosa paradoja es, que el que tiene menos posibilidades de quedarse, es el que aparentemente llega como mejor a nuestros grupos, ahora sabemos que es el más autoengañado; el que vive más en el papel que representa que en su realidad de ser humano; el que vive más el papel de gerente que el de simple ser humano. Es increíble cómo llegamos a renunciar a esta categoría, para vivir en la falsía del título, del cargo, etc. Tal es nuestro autoengaño y confusión; tal vez para el resto de la humanidad que no confronta problemas con el alcohol, puedan vivir en este absurdo juego, pero el enfermo alcohólico, cuya falla principal es el rechazo hacia su condición de ser humano, hacia su circunstancia personal y cuyas motivaciones son el temor y la inseguridad, pretender atrincherarse en los viejos machotes es seguir llevando la pesada carga de su sentimiento de importancia, de su inautenticidad y ay como militante del MOVIMIENTO 24 HORAS DE A.A. y practicante del programa de ALCOHÓLICOS ANÓNIMOS, vivir en el peligro de volver a beber, lo que en estos grupos de terapia intensiva significa la muerte, y no en sentido metafórico, sino en los términos más reales. Precisamente la renuncia a la personalidad (que al parecer en griego significa máscara), constituye una de las bases fundamentales de nuestra recuperación, dado que sería ruin ver llegar a un pobre enfermo alcohólico en peligro de muerte, con ese olor a podrido, tan conocido por los bebedores problema, con la mirada inconfundible que sintetiza frustración, conmiseración, desesperanza, angustia, esa mirada perdida, ausente, con la pupila a media asta, cuando no se le aplicaron gotas, vidriosa y enrojecida, de imposible disimulo y recibirlo no como un enfermo alcohólico, de igual a igual, sino con su título o con el "DON" por delante, ya que este hecho constituiría una brutal discriminación, un intento de exclusión, que no daría oportunidad a la comunicación honesta, sincera que permite el tan mencionado puente de comprensión de alcohólico a alcohólico. El mensaje no puede tener efectos, si se realiza a través de un plan de superioridad, de prepotencia, de suficiencia; es necesario que sea como es, de igual a igual, de débil a débil, de enfermo a enfermo, la voz más pura del sufrimiento, la comunicación auténtica que viene de adentro; el deseo indeclinable de que aquel que solicita ayuda, la reciba; la elocuencia de un acto de piedad en donde los papeles se revierten al grado de que el que aparentemente da, es el mayormente gratificado, ingrediente de anonimato

imprescindible en la recuperación del enfermo alcohólico, sin el ropaje absurdo y desgastado que se utilizó en el papel de actor de la comedia humana. Sería pues aberrante, cruel y hasta criminal que se negara el derecho y la categoría de enfermo a alguien, por más cuidadoso que pudiera ser el maquillaje, y no nos referimos al descorrido maquillaje de las compañeras, de rímel corrido y de mal pintarrajeado rostro que traen en esa forma lo auténtico de su dolor, sino al maquillaje de afectación y disimulo que pretende en el “DON”, ser un factor más de ocultamiento de nuestra enfermedad. Por todo esto, es imprescindible repetirnos la necesidad que tenemos de dejar afuera “nuestra personalidad”, la necesidad que tenemos, ya con un poco de conciencia, de exigir el derecho de ser considerados como un alcohólico más. No hay nada más perverso ni más cruel que compañeros con cierto grado de conciencia, aprovechándose del daño causado por el alcohol a los cerebros de otros semejantes a él, los hagan víctimas de la horrible burla de colocarlos en plan de SEÑOR. Negarle a un hermano el más elemental de los afectos, de las piedades, de las consideraciones, para mofarse endilgándole la triste mascarada de su personalidad, es tanto como negarle el oxígeno de libertad, al que todos tenemos derecho cuando vivimos en una atmósfera en que somos aceptados, necesitados y amados, porque tenemos la inmensa categoría de seres humanos. Pero la perversión no tiene límites, cuando un padrino ve personalidad en su ahijado, tristísima condición del más despreciable y vil de nuestros egoísmos, sólo dispensado pro el deterioro mental que nos ocasiona nuestra enfermedad.

Ésta es la esencia de la igualdad entre nosotros y obviamente de nuestra más pura y auténtica democracia; los servidores de estos grupos tratan de actuar en un plano de madurez para equilibrar e interpretar la expresión real de la conciencia de su grupo, conscientes de que nuestra militancia más que constituir una adaptación, constituye una identificación, juego de espejos en el que encontramos semejanza auténtica con nuestros compañeros, al grado de descubrimos en los demás y encontrarnos en cada uno de los miembros de la conciencia de nuestro grupo. Ver que esa verdad evidente traspasa los límites grupales y regionales, dado que el borracho del Norte es igual al del Sur, y el extranjero idéntico al nacional, si el alcohólico en su universalidad psíquica (fenómeno extraño pero real) es uno con el otro, uno con el grupo y todo el MOVIMIENTO 24 HORAS DE A.A. es por la práctica de otra tradición no escrita, que es el intercambio de experiencias casi cotidiano que se realiza con diversos motivos en el calendario festivo de este dinámico movimiento, que desplaza semanalmente de un lugar a otro a varios centenares (sin exageración) de miembros de Torreón a la Cuenca, de la Cuenca a Juárez, así como alejados y casi perdidos puntos de nuestra provincia a los que nos hace asistir esa búsqueda de nosotros mismos, ese reencuentro con nuestra identidad, de uno u otro lado, en una permanente identificación en donde tal parece que nada es extraño entre unos y otros, nada es secreto, nada es distante, nada es formal, sino aquí está manifiesta la más auténtica de las unidades, el más auténtico de los afectos, en donde no existen sonrisas falsas, comedimientos y formalidades innecesarios, fantochadas fuera de lugar, disimulos que esconden expresiones verdaderas porque unos a otros se conocen a profundidad, en las reconditeces abismales, reducto de su miseria y sufrimiento, no hay nada que cobijar, nada que encubrir, conciencia de debilidad, reconocimiento de enfermedad, comprensión de enfermo a enfermo. Irónico sería que estos seres tan débiles se erigieron en jueces unos de otros, ¿quién pararía este aquellarre, este pandemonium? Un enfermo juzgando a otro enfermo, este fariseísmo concebible sólo en los disimulos, en las descompensaciones psíquicas, dudosos lujos y extrañas satisfacciones de personas normales, pero no de enfermos alcohólicos, militantes del MOVIMIENTO 24 HORAS DE A.A. que aceptan y casi a la vista de los demás disfrutan su anormalidad, el no pertenecer a esa “constante estandarizada” que

constituye la media luna del mundo normal. Existe pues, una comunión permanente y necesaria entre los miembros de este movimiento, que han encontrado que el amor verdadero significa respeto, y mantienen inalienables sus derechos humanos a la libertad (hasta para beber), para vivir, para creer, para nacer, para sufrir, en donde se tiene clara la endeble diferencia que separa la conmiseración de la piedad real, el egoísmo en su modalidad de deseo de apropiarse de la personalidad de otro ser humano, de nulificarlo o bien, de nulificarse, para “gozar” la cómoda situación en este extremo de dejar vivir a otro por nosotros. Cuando se sabe que el resentimiento nace de esa exigencia de protección, de afecto hacia los demás, y que consecuentemente nadie tiene el derecho de transgredir la esfera de la libertad que como concesión y gracia del Poder Superior es otorgada a todos los seres humanos, triste sería que en una sociedad tan igual hubiera determinado tipo de jerarquías, primitivismo cuya práctica no podía hacerse en estas entidades terapéuticas, mundo genial de la sinrazón que conforma en la unidad la independencia; somos iguales, idénticos, somos uno, y sin embargo somos independientes. Cada uno es un universo, se concibe la vida, no como estancos, ni en tiempos congelados, ni en grupos escleróticos y momificados, sino en permanente evolución de horizontes abiertos, en libertad plena y en estos esquemas vitales, de lo individual a lo colectivo, sabemos que cada grupo es autónomo.

Es cierto que la libertad que practican estos grupos llega al extremo, manifestación de conciencia y realismo, que se tiene libertad hasta para beber, pero obviamente nadie tiene el derecho de atentar contra el bienestar común, de perturbar las juntas o de atentar lisa y llanamente contra el buen funcionamiento grupal, contra el bienestar común; tiempos hay de infantilismo en nuestros grupos, de luchas por el poder, de defensas tortuosas de nuestra enfermedad en que la rebelión de los instintos nos hace estar contra todo y contra todos, en que quisiéramos dirigir los destinos de nuestro grupo para vivir en un ambiente de complicidad, para erigirnos en reyes de lo absurdo y volver a ser monarcas del capricho, últimos alientos de las profundidades cavernosas de nuestras almas enfermas, como volver al carnaval, a la fiesta de la mascarada y en medio, erigir nuestro trono de “rey momo”, el “rey de los babeantes”. Pero todo este deseo va desapareciendo cuando entramos a una evolución constante, a la que tenemos derecho como seres humanos, en donde encontramos que la tranquilidad, que el equilibrio emocional es a través de ver en cada uno de nuestros semejantes un igual y nunca en la loca perspectiva de superioridad, disfraz insolente del pobre concepto que tenemos de nosotros mismos, despiste a nuestra pequeñez. Lo único que nos preserva de nosotros mismos, de nuestro fariseísmo, autoengaño, es la buena voluntad para con nosotros mismos principalmente y para los demás como efecto de lo primero. Efectivamente, cuán equivocados estamos en nuestra interpretación de que la buena voluntad es para otro, siendo que como todo, dentro del programa de ALCOHÓLICOS ANÓNIMOS tiene su principio y fin en nosotros mismos, por lo tanto, la buena voluntad es casi en exclusiva para nosotros; si aceptamos a algún compañero, de esos que tienen la enorme virtud de erizarnos, de hacernos sentir la sensación de puerco espín, pero por dentro, y de quien pensamos que al aceptarlo le estamos echando buena voluntad; si lo vemos con objetividad nos estamos echando buena voluntad a nosotros, si pensamos que le estamos echando tolerancia nos estamos echando tolerancia a nosotros, porque quienes sufren y se ponen malotes ante la presencia del singular personaje somos nosotros y no él, quien sufre con la marginación somos nosotros y no él, independientemente de esa tentación disturbadora, de estar pendientes si con nuestra actitud de rechazo tenemos la satisfacción que da el morboso placer de ver, que aquél a quien marginamos se ponga malote y la consecuente frustración de ver, que el otro “cabrón” ni se da por enterado. Solamente esta categoría de enfermos puede sentir placer porque un semejante sufra.

Ésta fue la característica de los años turbulentos de bebedor problema, recordemos por gusto una de nuestras más comunes y enfermizas escenas de histeria, cuando en TÚ por TÚ, en disputa hogareña, recibimos la agresión de nuestra compañera y tratamos de repelerla.

Ella: “Ya es el colmo, ¡otra vez borracho! ¡Ni siquiera me das completo el gasto!”

Él (al borde de la histeria): “Pinche vieja, es la primera vez que no te doy completo el gasto, y eso, porque a mediados de semana te di para tus zapatos!”

Ella: “¡No es cierto, lo que pasa, es que tú eres un irresponsable!”

Él: “Eres una pinche tapia, no tienes cinco centavos de comprensión, me tienes hasta la madre!”

Ella (riéndose): “Si no te gusta, ni modo, chiquito!”

Él: “Pues, chingas a tu madre, vieja pendeja!” (Ya fuera de sí y a punto de la agresión física).

Es pues un viejo molde manifestado en múltiples ocasiones, esos atormentadores deseos de pretender lograr satisfacción en la venganza infantil de ver sufrir a nuestros semejantes. El descubrimiento de esta morbosa forma de proceder evidente en algunos casos, sutil en otras, nos ha llevado a la conciencia de que el respeto no es más que un acto de plena autodefensa. Hemos tenido que respetar a nuestra compañera cuando ha tendido deseos de sufrir, para mover de manera inconsciente nuestra conmiseración, para tomarse una pequeña revancha de nuestras actitudes, o en esa aparente estoicidad, a través de la cual se disfraza la soberbia; hemos tenido que reconocer que si bien no nos es dado cambiarnos a nosotros mismos, menos aún podremos cambiar a los demás. A fuerza de experiencias dolorosas, personalmente hemos aprendido a decidir pensando en el bienestar común, recobrando de esta manera algo del sentimiento comunitario roto, así hemos descubierto el auténtico significado del sentido común, hemos tenido que evolucionar desde la concepción color rosa de que todos los seres humanos son buenos, hasta la equilibrada, de medir a través nuestro la capacidad para el bien y para el mal que está implícita en nuestra naturaleza humana, y hemos encontrado, que la aceptación indiscriminada es una forma de egoísmo espiritual; tuvimos que aprender a decir que NO a esa primera copa, conscientes de que significa la muerte, situación casi imposible para débiles de carácter como nosotros, cuya más grande preocupación es la de querer quedar bien con todo el mundo. Hemos sido con la ayuda de DIOS, firmes en esa elemental determinación, hemos visto cómo a la debilidad venía la fuerza de una negativa que afirmaba nuestra condición de Alcohólicos Anónimos, la fortalecía en el deseo de vivir; hemos tenido que comprender que el ceder complacientemente en los caprichos de compañeros de menor tiempo podía significar para ellos la muerte, como para nosotros un momentáneo pero peligroso desequilibrio. De hecho, el respeto nació de la conciencia de este hecho, si bromeábamos con el nuevo, lo podíamos confundir, negarle la posibilidad de encontrar la diferencia entre el grupo y la cantina, hubo pues que respetarnos en ese ámbito, tratando cada 24 horas de cambiar nuestra tendencia enfermiza de agredir a nuestros compañeros con la burla y el menosprecio que entraña la injuria camuflajeada de broma inocente. No podía despertarse la confianza mutua y la fe en un mundo distinto, ni podíamos aspirar a la madurez si seguíamos comportándonos como niños. Cuando algún precepto espiritual habla de hacernos como niños, se refiere a la limpieza de alma, a la ausencia de reservas mentales, de maquiñismo, de temores, de perversiones; se habla de la expresión clara, llana y transparente, de ninguna manera se refiere a esa injuriosa costumbre de agresión minimizando a otro ser humano a nombre de una incierta camaradería, con la broma baja y traperera, la animosidad de exhibir los defectos de los demás, arraigada y degradante costumbre originada obviamente en nuestro retorcimiento mental. El respeto

a otro ser humano como sinónimo de nuestro autodesprecio y nuestra autoestima, marca el límite de nuestra libertad e independencia; somos autónomos y libres en tanto no afectemos a los demás, así también nuestros grupos son autónomos, salvo “EN ASUNTOS QUE AFECTEN A OTROS GRUPOS O A LOS A.A. CONSIDERADOS COMO UN TODO (CUARTA TRADICIÓN)”.

El único objetivo real de nuestra vida, ya en A.A., lo constituye el permanecer sobrios; para lograrlo tratamos de conservar nuestro equilibrio emocional, tratamos de enfrentar nuestras responsabilidades, tratamos de descubrir y cultivar las cualidades y dones que nos han sido dados por el CREADOR encontrando en nosotros el equipamiento necesario para vivir en una constante evolución, en un constante progreso, reedificándonos en todas nuestras áreas cada 24 horas, a veces en ese tejer y destejer, en ese avanzar y retroceder, a pesar de los errores pasados, pagando en algunos casos añejas facturas de nuestra vida ingobernable, siempre con la ayuda de DIOS. Si permanecemos, sentiremos que lentamente vamos avanzando, o cuando menos confirmaremos que estamos en el camino. Hemos aprendido de nuestras experiencias y de las experiencias de los demás, hemos valorado, lo que significa vivir en un mundo de desinterés, de limpieza, exento de competencias, de dudas, de sospechas, de temores, de envidias, superior a veces a la propia célula familiar, un remanso de paz y de tranquilidad que queremos preservar de nosotros mismos y de todas las tentaciones que nuestros gérmenes neuróticos pudieran llegar a perturbar. Sabemos que cada quien concibe y tiene aún dentro de este mundo ideal su propio mundo, que hay quien en la gloria puede hacer su propio infierno. Quienes han conocido el sufrimiento de su desmedida ambición, la tortura de habitar un mundo en descomposición, consecuencia de una corrompida visión interior; quienes han conocido el vértigo de caminar al borde del precipicio, en la mera cuerda floja; quienes saben de su tremenda debilidad, su maquineísmo, su exigencia de seguridad; quienes han experimentado todos los caminos a los que conllevan las torceduras de su propia alma enferma; quienes realmente han sentido el deseo de cambiar y de preservar lo único limpio y noble que han llegado a conocer, como seres privilegiados, como una verdadera bendición de DIOS, como un don dado gratuitamente, sin mérito alguno, sabe, que tal vez su mayor y único don sea el de conocer el sufrimiento de otro borracho, otra alma doliente que se desintegra en las miasmas de la sociedad, otro marginado que muere en el colmo de toda ironía, ignorante en su prepotencia, en su locura “inteligente” de creer que, por serlo, se basta a sí mismo; en el doliente enajenado del baldío, donde quiera que se le ubique, ya que todos los borrachos llevamos nuestro propio baldío interior que se manifiesta en la marginación del ser humano que se muere y se desintegra en la cochera abandonada; en el predio olvidado o en medio de su importancia, escenario muelle pero enajenante de su disfrazado baldío. La información elemental, la transmisión del mensaje, marca en muchos casos la diferencia entre la vida y la muerte, frase repetitiva que encierra todas las verdades; el que vio el mensaje en la televisión, el que fue a una junta de aniversario, el que asistió al Auditorio nacional, el que fue llevado en un acto de caridad, ¡cuántas historias, cuántos milagros!

En poco tiempo se van desvaneciendo las huellas de la intoxicación etílica, la transformación física se va operando: rostros tumefactos, de aparente gordura, redondos, como de luna, miradas tristes y extraviadas, ausentes, que reflejan el temor, la angustia de esa sensación de ser perseguidos y de haberse terminado todos los caminos, de haberse agotado todos los recursos; miradas llenas de desconfianza, de incertidumbre, van volviendo a su normalidad. En muchos casos es sorprendente ver tras la sucia y enmarañada barba que esconde en apariencia rasgos de una edad indefinida, al desaparecer este velo, encontrar rostros jóvenes, prematuramente

envejecidos, escondidos en la intensidad degradante de un tiempo breve pero abismal, que los días sin huella hicieron su efecto multiplicador y fueron desfigurando y perdiéndose los rasgos auténticos en la deformación inequívoca de esta enfermedad, conocidos por todos: la nariz del borracho, la piel reventada, amoratada, ennegrecida por la intoxicación. Este levísimo cambio físico es el principio de una mutación constante que cada 24 horas de manera casi imperceptible se va operando en la mente, en la conciencia, en el alma de este enfermo que lleva a cuevas tal vez la más terrible de las enfermedades. Nadie podrá ayudar a este enfermo, ni la medicina ni la religión, solamente otro borracho, alguien que le va a hacer su regalo de sufrimiento, alguien, a través del cual descubrirse y encontrarse. La sinceridad de la transmisión del mensaje, su sencillez casi impersonal, sin ánimo de convencimiento, porque en este ritual de transmisión, es un diálogo de conciencia a conciencia fuera de todo intelecto, de toda racionalidad; es un algo que va abriendo las entrañas hasta ubicarse en el lugar preciso, en donde su estallido va a provocar la luz, va a provocar el flashazo de conciencia, va a derrumbar la edificación de autoengaño y soberbia, va a rasgar mascaradas de ocultamiento; no hay convencimiento, no hay triunfo vindicativo de nadie, no existe la polémica, hay de por medio una necesidad. El enfermo en recuperación necesita revitalizarse, requiere transmitir vida, para generar vida de lo contrario, degenera y muere; debe romper su cárcel de egoísmo, trascender su individualidad, hablar contodos sus YO internos y de manera sencilla para que el que recibe la información sienta la fuerza de la verdad, para que nazca la identidad, el puente de comprensión de enfermo a enfermo. ¿qué otro objetivo podría tener un grupo de A.A., qué otro objetivo puede perseguir un GRUPO 24 HORAS DE A.A.? Grupos de auténtico servicio, del más puro desinterés o del más vital, donde se hace posible cada 24 horas el renacimiento del ser humano, en donde existe una abierta y manifiesta alegría, producida por esa energía salvadora, esa conjugación de positividad que hace que cada uno de sus militantes tenga una sola y única finalidad, no llevarse esa primera copa a la boca, y dejar de sufrir, trascender su propio miedo, su angustia, a veces irredenta, su inseguridad; vivir con la conciencia de su debilidad, haciendo uso de toda su buena voluntad, con la fuerza de la fe, trascendiendo el disturbio emocional, su inconformidad inveterada, su rebelión frente a la vida, frente a lo cotidiano; su hipocondria, su tendencia a exagerar a veces las niñerías hasta convertirlas en tragedias y en algunas ocasiones, permanecer indiferente frente a hechos y acontecimientos que suelen afectarlo de manera más real. Por eso la necesidad de hacer uso de esa vital herramienta de transmitir a otro ser humano su experiencia. ¿Qué objetivo más limpio, más ilícito, más claro, más sencillo, más humilde, que el deseo de seguir viviendo, que el querer salvar la vida, que el querer que otro se salve? La tremenda fuerza de esa positividad inunda a cada uno de estos grupos, nadie de sus militantes pretende ser dador, ni siquiera ser experto aunque lo sea; a veces en el servicio de recepción están compañeros de reciente ingreso. En estos grupos se considera que alguien tiene posibilidades de quedarse y comienza a contar, cuando pasa del sexto mes de militancia intensiva, promedio de seis horas diarias. Ya sabemos que cualquier persona normal estupefacta, hará la consabida pregunta: ¿A qué horas trabajan?” La respuesta más sencilla en nuestros grupos es: “¿A qué horas chupaban?” ¡Cuánto tiempo emplea un borracho en embriagarse, cuántas horas vacías y perdidas en los sórdidos espectantes turgios, en donde las almas ausentes, perturbadas, locas, huyen de la realidad de la vida.

Así pues, lo primero es lo primero, no se puede dar responsabilidades al irresponsable, no es posible de la noche a la mañana cambiar toda una vida de frustración o por el solo hecho de tener algunos meses de militancia, dedicarse a recobrar la hacienda perdida, por lo que durante algún muy buen tiempo la asistencia a las juntas deberá ser tratando

de acumular el mayor número de horas posibles; estos comités de recepción, por llamarles de alguna manera, no tienen pretensión alguna de grandes conocimientos sobre el alcoholismo, sino simple y sencillamente la experiencia cotidiana del borracho, lo más sobresaliente del historial alcohólico. Hay quienes escuchan con atención (aunque ésta sea solamente aparente), pero hay, no faltan los analíticos, los que llegan con pretensiones intelectualoides, los que pretenden la polémica a toda costa y entonces escuchamos réplicas hasta grotescas.

El transmisor: “¿Por qué no haces la prueba, por qué no te quedas con nosotros?”

El candidato: “Porque soy más capaz. Porque me han tratado los mejores médicos, verdaderas eminencias; porque no creo (de manera despreciativa), que ustedes puedan ayudarme.”

El transmisor: “Aquí te aceptamos como eres, ya no finjas.”

A veces esto basta, pero en otras ocasiones hay una impermeabilización total, imposible de penetrar, inconciencia pura, demencial. Casos verdaderamente dramáticos como el del “culto” aquel, que le dijo al transmisor: “Me he metido a estudiar psicología a fondo, conozco a Freud casi a la profundidad, he asistido a todo tipo de conferencias, he estudiado a fondo las teorías psicológicas en boga, creo que mi problema fundamental era la relación con mi madre; sin embargo, la estoy dominando, conozco la manera de funcionar de estos grupos.”

El transmisor: “¿Y por qué no has dejado de chupar?”

El candidato: “Bueno, en eso tienes razón.”

El transmisor: “Échate una juntita.”

El candidato: “Me tengo que ir, si no, mi mamá se enoja.”

La edad del candidato era de 50 años. Infantilismo puro, dramatismo al rojo de algunos casos de esta enfermedad. A veces, el diálogo no es tan amable y la experiencia nos ha enseñado que los mejores candidatos son aquellos cuyo ego está centrado en su machismo; los que no se asustan del idioma directo sino que los tienta, los atrae, los reta, y así, en cierta ocasión presenciamos una manera singular de transmisión en un restaurante al candidato, maestro mecánico, por cierto.

El transmisor: “¿Maestro, cómo le va?”

El candidato: “Don fulano, qué gusto.”

El transmisor: “¿Siéntese maestro, gusta usted cenar con nosotros?”

El candidato: “Gracias, muy amable.”

El transmisor: “Un día de esos lo voy a invitar a un lugar de ambiente. Pero no, a lo mejor se me raja.”

El candidato: “Lléveme, lléveme a donde sea.”

El transmisor: “Lo voy a llevar a un Grupo de A.A., en donde yo estoy.”

El candidato: “¿A poco hay por aquí lugares de esos?”

El transmisor: “No se haga, maestro, está detrás de su taller, pero mejor no, porque ahí llegan los que ya perdieron todo, como yo, que perdí mi casa, mi familia, a usted le consta, mi trabajo.”

El candidato: “Bueno, pero pues para evitar perderlo.”

El transmisor: “Se me hace que no es para usted, maestro. Es que, para estar ahí se necesitan huevos. Si se anima, las 24 horas del día está abierto, lo espero mañana como a las seis.”

Y llegó...

Ningún grupo ha sido tan calumniado, tan injuriado, por personas que por su ignorancia han pretendido lanzar denuos en contra de estas entidades terapéuticas, echando a volar la fantasía en versiones descabelladas e infantiles: “Los sostiene el Gobierno”. “Aceptan donativos”. “Y hasta la CIA”. La respuesta: TRABAJO. La verdad es potente,

nada puede detener esta fuerza milagrosa que salva vidas cada 24 horas, este maravilloso milagro que vive y palpita en 69 grupos y 9 granjas. La elocuencia de los hechos es la única y más elocuente verdad, miles de enfermos por alcoholismo salvados gracias a estos Grupos 24 Horas.

En cumplimiento de este objetivo único, como principio y fin de este movimiento, se ha utilizado y se ha convocado la participación de los medios de difusión, prensa, radio y televisión; su concurso frente a la alharaca y parloteo de algunos pocos asustados y momificados grupos tradicionales fue contundente; muchos enfermos por alcoholismo han tenido oportunidad de salvar la vida mediante la información transmitida por estos medios. Los tabúes que erigieron el miedo y la cobardía vinieron por tierra, individualmente nadie se ha dado publicidad personal, se promueven los principios, se cuida escrupulosamente el anonimato y se cumple la Tradición QUINTA: “CADA GRUPO TIENE UN SOLO OBJETIVO: LLEVARLE EL MENSAJE AL ALCOHÓLICO QUE AÚN ESTÁ SUFRIENDO”.

Regla general y como tal, con excepciones, la de que aquellos compañeros que inician los trabajos de un Grupo 24 Horas, salgan y dejen su lugar a los identificables con la conciencia grupal. La primera de estas experiencias sucedió en el Grupo 24 Horas Condesa; los primeros militantes, los que tuvieron la idea de abrir y abrieron el Grupo 24 Horas, tuvieron que salir, quedándose el grupo prácticamente en manos de compañeros nuevos en donde el que más tiempo tenía era de año y medio. En materia de funcionamiento de este tipo de entidades terapéuticas, no había ninguna experiencia, no había ningún antecedente; así es que los servidores que se hicieron cargo de este grupo formaban parte de una conciencia de reciente ingreso, entre los seis meses y un año máximo, unos en plena nube rosa, otros en la enajenación total, en donde la vida limita perspectivas, para centrarnos en un mundo envuelto en terapia; militantes todos ellos de 24 Horas, de día y de noche, sumergidos en la recuperación y los que han vivido por necesidad esta condición, saben, que en una situación de esta naturaleza se pierden de hecho las circunstancias externas, se vive una aparente enajenación equiparable a un gran “viaje”; todo se reduce a la terapia, todo se circunscribe a la comunicación terapéutica, de día y de noche el pensamiento es invadido por movimientos terapéuticos, la cadena humana se escalona con breves diferencias. El que tenía año y medio estaba entrando en conciencia, despertar de cuerpo y mente a una realidad siempre escamoteada, leves visos de percepción interior que adivina un mundo de paz y armonía, contrapuesto a un mundo exterior visto a ese tiempo amenazante y sombrío; debilidad que se descubre como circunstancia personal, que enfrenta un mundo de agresión y de violencia; sensaciones de una energía poco conocida que parece salir por los mismos poros de la piel; incendio permanente de cuerpo y alma estado de “dinamo” en que se encuentra este ser humano que traspola las fronteras de la inconsciencia para contactar ambivalentemente el mundo de lo ideal y el mundo de lo real; leves líneas separan tal vez este especial estado de la locura total, la santidad y la genialidad. La consecuencia es temor, angustia en grado sumo que se dispara como fuegos pirotécnicos, estallando simultáneamente en la mente torturante del enfermo; ideas que van y vienen, zozobra e incertidumbre, máxime en aquéllos entonces de los primeros tiempos, en que nadie estaba para dar una experiencia vivida, real y efectivamente. El de un año viviendo en nube rosa, en esa euforia dinámica y potente en donde no se conoce cansancio ni agotamiento, noches enteras en terapia intensiva, maratones de doce horas, pero una cosa estaba clara: la plena conciencia de que se estaba en una balsa en donde se podía hacer todo, menos hundirla. Había terapia, tal vez injuria en la tribuna, catarsis fuerte, drama psíquico que produce el estado de tranquilidad momentánea tan anhelado, tan deseado como tan buscado; compulsión en

la transmisión del mensaje, deseos de desprendimiento y una extraña sensación de responsabilidad exenta de exhibicionismo; todos unidos ante el peligro, ante la amenaza, ante la seducción, como si en un año supiera que si no lo detenían los que venían detrás de él podían resbalar y caer al vacío, y los de un año y medio tenían la sensación que solamente deteniendo al de mayor tiempo evitando su caída, evitaban la propia; juego de equilibrio perfecto, sostenido sólo por una naciente fe. En esta necesidad se genera la más auténtico del ser humano, se despierta un extraño apego al grupo y sus principios; defender la camiseta se convierte en un acto de espiritualidad, tan fuerte que linda con el fanatismo. Hay un objetivo común, único, terriblemente valedero: salvar la vida, máxime cuando como consecuencia de esta recuperación a rajatabla, aquél que se iba del grupo, se moría. Y fueron los primeros muertos los que dieron vida a una actitud radical y firme, inflexible y aparentemente injusta que se tradujo y se traduce en ocasiones en una aparente intolerancia con el reincidente. Esta posición nacida obviamente del temor, toma forma y se revitaliza con la desaparición por muerte de aquellos primeros recaídos que abonaron con su muerte la vida de los que se quedaron. ¿Cómo con esa sensación de peligro no iba a erigirse una heroica defensa de aquello que se comenzaba a practicar y por lo cual, sin lugar a dudas, se estaba permaneciendo sin beber? Ya no era cosa de dudar, ya no era cosa de analizar ante los ojos de estos primeros militantes; estaba contundente y brutal el resultado de salirse del programa y del grupo. La mayor parte de los primeros reincidentes fueron por amores atolondrados uno, el otro porque no pudo, no supo o no quiso resistir el habitual chantaje en la exigencia de su compañera, otro porque su “mamacita” como toda mater familia, posesiva y manipuladora de nuestro miedo, lo sacó del anexo para que se fuera a mantener a sus hijos. Las primeras catorce víctimas, aquellas que prestaron el más triste de todos los servicios, el servicio de la recaída, marcaron pauta y tradición. En estos grupos cuando menos, sus militantes no se podían ni se pueden dar el lujo de amorcitos atolondrados y así, el alcohólico descoyuntado, lujurioso que llega a estos grupos con el instinto descoyuntado, pronto toma conciencia plena de que en estos grupos no hay sexo, aprende el respeto absoluto a sus compañeras de militancia, de igual a igual, de TÚ a TÚ, en la confianza plena de un enfermo a otro enfermo; los dos con todos los instintos a flor de piel, en confesión de sus debilidades, en el terreno mental de la recuperación, hombro con hombro. Por eso, pese a todas las calumnias, estos grupos son antecedentes único en su género, de que fuera de lo habitual en sociedades en donde se llevan convivencias similares, los casos por transgresión de estos principios que nunca fueron escritos, asimilados a fuerza de experiencias. Este tipo de casos son casi nulos, y quien se ha dejado llevar por esa fuerza arrasadora y demencial de su propio instinto lo ha pagado con la vida. Verdad esta que suena a exageración y que tiene su base en esa peculiar inmadurez del enfermo alcohólico, en que se enamora como adolescente. En muchas ocasiones, aquellos que han acumulado ya bastantes 24 horas se han llegado a preguntar si no ha habido excesos en ese renglón, pero obviamente nadie ha estado dispuesto conscientemente a correr el riesgo de demostrar lo contrario. Por otra parte, ¿quién va a pretender adulterar y pervertir un mundo de paz?, ¿quién va a querer prolongar el infierno de sus excesos en el mundo de afuera al único limpio, claro y transparente que ha podido encontrar? El respeto pues, es la base de la recuperación en convivencia de hombres y mujeres con un problema común, peligro común y anhelo común.

El integrante del MOVIMIENTO 24 HORAS DE A.A., desde el inicio del primer grupo ha nutrido su orgullo en mantener intocados los principios y tradiciones de ALCOHÓLICOS ANÓNIMOS, y en un lugar de terapia intensiva es imposible que algún compañero quisiera hacer el papel de Judas vendiendo la integridad del

movimiento, del grupo en su caso, a una empresa distinta, siendo que a contrario de otros enfermos, militantes de otros grupos, el arquetipo del nacido en los GRUPOS 24 HORAS, es un poco el de situarse en una escala más elevada que los demás mortales, pero tratándose de su grupo, esta pretensión se acentúa. Sabe este enfermo, al principio por egocentrismo, que es dueño de su propio grupo y que ningún extraño tiene derecho a decirle cómo es, es decir, dictarle norma alguna (¡ay de él!). Este derecho está reservado a los que han sabido sentarse, solamente el que se siente a escuchar su verdad tiene derecho a ser escuchado. La naturaleza del enfermo alcohólico es desconfiada y por saberse descompensado desarrolla una gran habilidad, una gran viveza, sobre todo el recién llegado es como una antena lista para detectar lo que cree adivinar en cada pregunta que surge en sus primeras 24 horas: “¿Quién sostiene a estos cabrones?” “A mí no me la pegan”, etc., etc., reacio como es a todo tipo de autoridad o disciplina, a acatar órdenes o a someterse a cualquier dictado, amante de la libertad, a la que ha buscado en todos sus escapes, rompiendo todos los moldes y todas las formas, indomable ante la sociedad, ante el matrimonio, ante la familia, ante la religión, ante la moral, ante el trabajo. ¿Cómo podía aceptar vivir en esa libertad que ha buscado, promesa y realidad de un GRUPO 24 HORAS, si éste no fuera manejado por él mismo? Los alcohólicos que llegan a estos grupos son de los llamados entrones, exhibicionistas, ostentosos, bravucones, de esos que “el hambre los tira, el orgullo los levanta”, egotes, “cabrones”. Si no es a través de la buena voluntad, si no es a través de la experiencia más pura, si no es a través de la atracción, si se hubiera quedado. Por otra parte, a través de la militancia se va recobrando la autoestima, ésta va íntimamente relacionada a la valoración del grupo y programa. ¿Cómo pues alguien iba a apoyar causas extrañas, a aceptar hegemonías que contradecían una manera de ser que se consolidaba y se fortalecía en el crecimiento de la recuperación dentro de estos grupos? Hay pues claridad en el único objetivo que persiguen los enfermos dentro de estos grupos: DEJAR DE BEBER y un progreso constante en el curso de la recuperación. Como acierto se han abierto granjas, pero toda actividad no tiene más que un solo fin: MANTENERSE EN ESTADO DE SOBRIEDAD, conservar intactas y purísimas nuestras tradiciones, jamás ha habido una disputa por dinero. En el GRUPO MATRIZ hay conciencia de que las luchas por el poder son producto de infantilismo y falta de madurez, el camino recorrido está nutrido en sus inicios cuando menos, de este tipo de experiencias, de hecho, los primeros GRUPOS 24 HORAS nacieron de pretensiones de liderato, de compañeros inquietos por esta problemática interior, dado que ahora sabemos diferenciar de otras sociedades, cuáles son nuestros verdaderos móviles; éstos están en el trasfondo de nuestros instintos que generan deseos de poder, de importancia o de complicidad inclusive. “¡Qué a toda madre, tener mi propio grupo para que apapache mis instintos descoyuntados, del cual me convierto en ídolo!” Los que han pensado así han terminado bebiendo. La canalización de estas inquietudes trajo como consecuencia la apertura de los primeros GRUPOS 24 HORAS, y la falta de recuperación de sus servidores, las experiencias que se pueden corroborar con facilidad, se fueron los primeros, se fueron los segundos y la consolidación se presentó en la tercera generación, con honrosas excepciones. Otra vez la experiencia hacía ver que la búsqueda del poder dentro de los grupos es síntoma de locura. Así toma forma en la más pura experiencia nuestra SEXTA TRADICIÓN: “UN GRUPO DE A.A. NUNCA DEBE RESPALDAR, FINANCIAR O PRESTAR EL NOMBRE DE A.A. A NINGUNA ENTIDAD ALLEGADA O EMPRESA AJENA PARA EVITAR QUE PROBLEMAS DE DINERO, PROPIEDAD Y PRESTIGIO NOS DESVIÉN DE NUESTRO OBJETIVO PRIMORDIAL”.

En el historial de cada enfermo alcohólico hay esa búsqueda incansable, esa insatisfacción permanente, esa sensación de inutilidad que antecedieron y precedieron cada borrachera; querer escapar de la intrascendencia, de lo estandarizado, de lo cotidiano, de una sociedad aprisionada en formas; desear huir de la hipocresía, de la falsedad, de la inautenticidad, de todo lo que el alcohólico ve a su alrededor como reflejo y exteriorización de su alma enferma, donde reina la desolación y el caos, choque continuo con la vida tratando de echar abajo los muros que lo aprisionaron, sensación de opresión y pequeñez, indiferencia ante todo, actitud real de dar la espalda a la propia vida, pasar de largo frente a todo tipo de acontecimientos; incrédulo y burlón, el beodo transita, sabedor de que su vida carece de contenido y se mueve en la geografía de lo intrascendente, desencanto, frustración y deseos de libertad: no encontrar nada en la profesión, en el oficio, en el hogar y el papel que aparentemente le correspondió desempeñar en la farsa humana. Búsqueda incesante de reconocimiento, de reflectores, como aquellos insectos que, atraídos por la luz, encuentran la muerte. Esta morbosa manera de desprecio hacia todo genera autodesprecio, esa manía de empequeñecer todo, genera empequeñecimiento, y así, el enfermo que en su locura se cree y se sueña hecho para las grandes cosas, limita su escenario de acción a la ilusión que le proporciona la botella; exigidor permanente hacia los demás y hacia la vida, poca satisfacción encuentra en la realidad de sus caprichos, un deseo engendra otro deseo, una necesidad engendra muchas necesidades, y la voracidad en cuanto a exigencias egoístas del enfermo alcohólico, no tiene límite ni satisfacción. El egoísmo, esa caprichosa y lacerante actitud de exigencia y manipulación, ha generado vacío y caos a nuestro alrededor; hombres de alma mezquina, insatisfechos, que caen en estados continuos de melancolía, apatía, depresión, angustia y en el paroxismo de la rebelión, de histeria.

Al término de cada junta en los Grupos 24 Horas, se pasa una charola en donde cada quien aporta lo que puede y lo quiere, contribución absolutamente voluntaria. Para el sostenimiento de los albergues las cuotas son absolutamente voluntarias también, da el que puede, la contribución es una contribución espiritual, un rasgo simbólico de desprendimiento: “DAR A OTROS LO QUE NOS HA SIDO DADO” –principio de responsabilidad-, nadie más que el alcohólico tendrá responsabilidades frente a su comunidad. Si en la conciencia de que su grupo le está salvando la vida, y eso es el principio de todo, no es capaz de generar el deseo de sostenerlo, todo estará perdido. Por otra parte, en los GRUPOS 24 HORAS DE A.A. siempre se recibe más que se da, así como en el apadrinaje se gratifica más el padrino que el ahijado en el juego de dar y recibir, se enriquece desde el punto de vista espiritual tanto el que tiene la necesidad (que siempre es por necesidad, el dar) de desprenderse de algo, que el que tiene la necesidad de recibir, actos ambos de verdadera humildad; el que da sabe que el desprendimiento al único que le beneficia, es a él mismo y a nadie más, ninguna actitud meritoria a los ojos de los demás, ningún reconocimiento y obviamente ningún derecho, el que da como un privilegio, por eso en estos grupos se dice textualmente: “Te echo humildad, para que me recibas de buena voluntad mi séptima”, “Te echo humildad para servirte un café”. Tal parece, que el que da ruega que se le reciba, como símbolo que contiene la necesidad de sentirse útil, la gracia de trascender su indiferencia de concursar en la vitalidad de la vida, de sentir que se forma parte de algo, que se pertenece, que se está en él con toda la categoría, con toda la dignidad, sin ninguna prebenda, ninguna concesión, sino hermanados, el que da y el que recibe; se acabaron las compras de las conciencias, la necesidad de sobornar para ser aceptado, la exigencia de ser admirado, la prepotencia por ser dador, ninguna prerrogativa, al contrario, en todos hay la sensación de que se os hace el favor de recibir algo, se da por afecto, por amor, por auténtica amistad, oxígeno imprescindible para nuestra vida espiritual,

trascendencia del campo estéril, yermo, en la fertilidad de la vida, viene la transformación, y viene el cambio, la apertura de horizontes, la alegría de vivir. Para muchos será cursi, término desconocido para almas secas, incapaces de percibir con la necesidad y fuerza de percepción que tiene el enfermo alcohólico. Este principio rompe las cadenas del YO junto, del YO amantísimo que ha venido escondiendo durante toda su vida el enfermo alcohólico, enmudeciendo su voz, callando sus latidos, inhibiendo su necesidad de expresión. Al romper las ataduras, este YO se manifiesta a plenitud, sin temor a crítica, sin el viejo temor de que alguien se aproveche de él, un YO cuyo único deseo es la satisfacción de su enorme necesidad de amor, la satisfacción de esa necesidad tantas veces frustrada, de pertenecer a un mundo sostenido por el afecto, por el desinterés, en donde el lobo se transforma en cordero, sin temor alguno; el mundo insólito, el mundo de la redención, de la revalidación del ser humano, mundo de reivindicaciones donde termina la farsa y comienza la autenticidad, dimensión envuelta en el espíritu, esencia de una nueva manera de ser, de pensar y actuar, y el enfermo se levanta de su interminable postración para tomar la mano temblorosa, ansiosa del otro que, como él, busca redimir su sufrimiento, busca cobijar sus frustraciones, busca curar sus heridas, busca la oportunidad de nacer nuevamente, sencilla pureza de un acto, y al hacerse cotidiano parece perder la dimensión exacta de su fuerza y belleza.

Mundo de locos, mundo increíble, formidable, alucinante, dominado por el amor, presidido por la amistad, mundo de niños (en la convulsión de la hora actual), mundo de paz infinita, de tranquilidad, de desinterés. Por fin, ese vacío, ese sentimiento de inutilidad sufre la transformación, se hace vida purísima, manantial inagotable, desesperada intención de vivir que nos lleva a dar la mano a un agónico para transmitirle nuestro propio deseo de vida, para darle el aliento, la esperanza, a veces aquella que nosotros mismos necesitamos, esencia de la SÉPTIMA TRADICIÓN. La transmisión del mensaje es la prístina experiencia que da nacimiento al programa A.A. Un enfermo alcohólico interno en un sanatorio, descubre que al comentar sus experiencias alcohólicas con otro enfermo alcohólico se diluía la obsesión por beber; nace así la comunicación salvadora, la eminente necesidad del enfermo alcohólico de intercambiar experiencias con otro ser humano que confronta un problema similar; descubrirse descubriendo en otro ser humano las características de su propia enfermedad, sensación de conducir en las tinieblas del cerebro alcohólico, la luz que ilumina la conciencia, palabra preñada de buena voluntad, de la emoción que lleva la conciencia en el deseo de salvar una vida humana, humildad al levantar el telón de la miseria. Lo que ofrece un ex borracho a un borracho en actividad es su propia vida, es como si de repente se cambiaran las reglas del juego, se trastocara el idioma habitual, presidido por el egocentrismo, para dar cabida el lenguaje de una autoengaño cotidiano y en medio de los escombros la derruida fachada del egocentrismo, palabra fiel, valiente, sencilla, clara, el enfermo que muestra a otro enfermo sus heridas aún no cicatrizadas, sus llagas en proceso de curación llevándolo, conduciéndolo hacia sus propias llagas, hacia sus propias heridas, en ese primer viaje, buscando una pequeña rendija para hacer luz en la adormecida conciencia; primer acto de buena voluntad, en donde el que escucha, todavía con la conciencia obnubilada, en la indefinición de su necesidad por dejar de beber, fija, aunque no en su totalidad, su perdida atención en un punto aún distante de su conciencia: PODER DEJAR DE BEBER. Frente a él, la fuerza de la verdad, el poder de la sinceridad, del amor que hace el milagro; ninguna palabra que haga referencia a este acto sublime, nada que alerte o despierte las autodefensas del enfermo, simple y sencillamente el historial, tal cual, sencillo, la comunicación que va a servir de puente de comprensión, de enlace que va a derrumbar la desconfianza, el prejuicio, el temor, la duda, la incertidumbre; cómo se empezó a beber, cómo se

desencadenó la obsesión, el famosos “ya me piqué”, el deterioro de las relaciones interpersonales, el sufrimiento, las crudas, el vómito, la soledad, la angustia, los delirios, los sudores, todo es descrito magistralmente por aquel que lo ha vivido; cada palabra abre brecha, da confianza, surge la comunión, la identificación, la oportunidad, “no deseches lo que no conoces”, “échate una juntita”, “tómame un cafecito”, “un tecito”, el aplauso de bienvenida, la información del coordinador, las catarsis de los compañeros y sin saber qué ni cómo, la esperanza de que regrese, “aquí te esperamos”, “a la hora que tú quieras”, “el grupo está abierto las 24 horas del día”, y “ahí está el nuevo”, “se está quedando”, “viene locote”, “ya comenzó a hablar de sus chingoneras”, y al tiempo “ya se está pasando este cabrón”, “ubíqueno”, “que hable de él”, “me llamo X y soy alcohólico”, y balbuceante, medrosa, la catarsis, el vómito, en el paréntesis todavía del autoengaño, mezclado fracaso y “chingonería”, ego en la derrota, deseo de agradar, de ser aceptado, miedo en la presunción, los “Juan Camaney”, los que de todas ganaron todas, pero la luz va ganando terreno y un día inopinadamente, el acto vergonzoso, la vida ingobernable, la luz se va haciendo, la salvación va llegando, SÓLO POR HOY, “no te vimos ayer”, “no faltes a tus juntas”, cafetería, tazas, guardias, apadrinaje, transmisión del mensaje, juntas públicas de información, la integración, el deseo de pertenecer, el nacimiento de la sensación de utilidad, lentamente en medio de la tormenta emocional la promesa del mar calmo, de algo de paz, se va haciendo real.

¿Qué tiempo? ¡No importa el tiempo! En estos grupos no hay plazos, no hay metas, no hay promesas falsas; la recuperación se vive, se realiza cada 24 horas; la tranquilidad, la fe, la alegría, son al principio pequeños espacios, paréntesis en la rebelión plena de los instintos, sosiego instantáneo en el disturbio emocional, y vienen los servicios y la asistencia a los aniversarios; para el anexo, el servicio para su grupo: cocina, baños, sala, lavado de ropa, responsabilidad elemental para consigo mismo, búsqueda y encuentro de la personalidad perdida, de la utilidad, de los motivos para vivir; la buena voluntad hace que todos quieran hacer algo para su propia recuperación, teléfonos, redacción de volantes, diseño de posters, todo se hace y se logra por los mismos enfermos en recuperación. El día de hoy nadie ni por un momento concibe y menos alimenta la idea de obtener algún lucro o pago por sus servicios, la participación de todos en su comunidad, en cualquier servicio que realice, es en realidad una contribución voluntaria que como todas las cosas del programa va edificando carácter y dignidad; nunca más el enfermo volverá a sentirse trebejo, cada uno de los servicios que preste le harán caminar hacia la autoestima, hacia la valoración justa de su propia persona. Es cierto que no todos llegaron sin trabajo al grupo, es cierto que actualmente los más conservan aún alguna posibilidad chica o grande (no tiene importancia) de sobrevivencia, hasta es posible que guardaran alguna situación aparentemente decorosa en la sociedad, pero a los ojos de cada borracho su persona despreciable por más que la disfrace, dado que la mascarada puede tal vez engañar a los demás, pero nunca al propio alcohólico. Efectivamente, cada alcohólico por frustración de vida ha sufrido un profundo autodesprecio, ha vivido un enorme sentimiento de inutilidad, aún en épocas de “bonanza y triunfo”, una ansiedad sintiendo el vacío y la desolación a cada momento y así, cada borracho lleva dentro de sí el desencanto de la futilidad, sólo la buena voluntad en el servicio desinteresado puede llegar a reevaluar esta condición interna del enfermo. Por otra parte, ¿qué hacer con el tremendo ahorro de energía? consecuencia de abandonar la vida ingobernable, las luchas internas, etc., etc. En los GRUPOS 24 HORAS se ha encontrado que ese cúmulo de energía debe ser canalizado de la mejor forma, para evitar que vague sin tino ni destino en la calenturienta mente del enfermo convertida en disturbio emocional, en angustia y posteriormente en depresión.

La positividad que conduce a la autoestima solamente es posible con actos positivos, nadie en el GRUPO 24 HORAS se atrevería a cobrar algún servicio, esto iría en contra de la buena voluntad, en contra de la dignidad, y rompería la frágil edificación de la autovaloración y reivindicación que ante sí mismo se va gestando en las largas jornadas de recuperación, por lo que en los servicios de estas entidades terapéuticas está abolido el profesionalismo de cualquier índole, la participación es una verdadera concesión, una dádiva, un regalo, como se especifica claramente en la petición del enfermo: “Te echo humildad para llevarte a tu casa”, “Te echo humildad, para que me regales el servicio de tazas”, “Te regalo el servicio de cafetería”, etc., etc.

Muchas veces nos hemos preguntado por qué el alcohólico se revela contra todo tipo de organización y de forma. Muchos hemos sentido la necesidad de romper todas las formas existentes en la sociedad, muy en el fondo las despreciamos profundamente y jamás pudimos adaptarnos a ninguna de ellas. Cada uno ha manifestado en la tribuna esas sensaciones de opresión, de tensión, que llegaron a originar el tratar de vivir en ese mundo presidido por las formas, la rebelión contra la autoridad materna, sobre todo la de aquella madre egoísta, manipuladora que fue robando la libertad de niñez, juventud, adolescencia y, ¡oh tragedia!, hasta los años que corresponden irónicamente a la madurez. Cualquier forma de chantaje, de extorsión emocional, es utilizada por este tipo de madres que van apoderándose y se apoderan total y absolutamente del hijo o hijos, aquéllas que exprimen su derecho de parimiento, para sojuzgar o pretender hacerlo, para tener la hipoteca de por vida del ser concebido, para ser honestos, en un acto de lujuria, de descuido, en muy excepcionales casos de auténtica reflexión de la familia que al ver la debilidad del enfermo alcohólico encarna la rebatanga de su libertad –“te portas bien porque viene el tío”, “no vayas a ensuciarte al comer”, “no vayas a hacer una de las tuyas, porque me las pagas”- y todos los fingimientos a los que fuimos sometidos por la necesidad de otros, de obtener sobre nosotros triunfos vindicativos, evidentemente, que hablamos de células familiares enfermas o cuando menos inmaduras. Hemos comprobado que el medio ambiente incrementó, pero no fue la causa fundamental de la rebelión del enfermo alcohólico, sino ese algo inexplicable que nos llevó a escapar, buscando la libertad. Mal principio terapéutico sería caer en una sociedad organizada, formal, llena de prohibiciones y jerarquías; la única organización a la que un enfermo alcohólico logra adaptarse es aquella presidida por la desorganización; no hay jefes, no hay órdenes, no hay prohibiciones, y así cae sobre el propio enfermo la responsabilidad única de salvar su vida; no más consejos nacidos en la conmiseración, no más súplicas conmiseras, no más reproches fariseicos, no más comparaciones humillantes, no más tutelajes oprobiosos y denigrantes, no más la consabida frase lastimera: “Hijo, ¿por qué bebes?” NO más el sufrimiento nacido del egocentrismo herido: “¿Qué no te da vergüenza?” O bien de la frustración sempiterna de la esposa que aspiró en sus sueños melodramáticos casarse con el príncipe azul y verse convertida en esposa de un borracho, ya no el pagador de todas las facturas, frustración de esposa, madre e hijos, el culpable de todas las culpas; ya no el pretexto que justifica los deseos de sufrimiento de todos los que lo rodean, sino el ser humano que comienza por primera vez a sentir la inmensa responsabilidad de serlo, la libertad plena de salvar la vida –“Las cantinas están abiertas”, “A mí me dijeron: no lo hagas por mamita, ni por papacito, ni por esposita, ni por hijitos, hazlo por ti”-, y el cuestionamiento interno todavía entre brumas, en la mediana enajenación de la intoxicación etílica –“QUIERO VIVIR”, “Si quieres, puedes seguir chupando”, “Si quieres, puedes seguir sufriendo”, “Aquí hay libertad hasta para morirse”-, una y otra frase repiquetean el cerebro adormecido, la conciencia largo tiempo obnubilada y desde el principio esa sensación de libertad; el enfermo tiene frente a así su primera decisión, VIVIR O MORIR, DEJAR DE BEBER O SEGUIR

BEBIENDO, nadie más que él es responsable de su vida; CREER O NO CREER, pasar de largo frente a lo evidente, negar la elocuencia de los hechos, solamente aquéllos con perturbaciones y daños mayores, los terriblemente engañados por su propia mascarada, los que no quisieron y no pudieron aceptar el más humilde, el más grande de todos los dones, la oportunidad de vivir, la más elemental de las humildades, la de admitir el primer acto de valor, la confrontación de la verdad de su enfermedad. Los que se quedan, los que inician su militancia, son definitivamente los únicos responsables de su vida; no hay doctores, no hay sabihondos, hay otro borracho que le da su experiencia, la experiencia de 24 horas más, como le hizo para trascenderse en el instante de la debilidad, de ofuscación del disturbio, y ese acudirá a otro de mayor tiempo y así sucesivamente; no hay por tanto jerarquías establecidas, hay respeto al que tiene mayor tiempo siempre y cuando esté metido en el grupo, y esta regla individual priva también en lo colectivo –un grupo nuevo es apadrinado por un grupo de mayor tiempo y así sucesivamente-. Los servicios no se planean, se hacen; no hay pues, necesidad de organismos especiales que burocraticen y atrofien la iniciativa personal; los de mayor tiempo si acaso, evitarán que se hagan o se repitan las locuras, los planes distorsionados o que se genere “egocentrismo de servicio”, el viejo germen del sentimiento de importancia disfrazado. El único objetivo real es permanecer sobrios, todo lo demás son caminos para lograrlo; en el servicio se encuentra la generosidad, la humildad, se satisface una necesidad, se establece una auténtica cooperación; nadie manda a nadie, es invitación de participación, necesidad vital que se comunica y que destapa los conductos ensolvados del espíritu, vida espiritual que se comparte en todo momento, actos de amor y de piedad que se hacen cotidianos, y sin embargo, indeleble la idea de la amistad, de gratitud, de afecto; las chapas desaparecen, la oportunidad de servir es para todos, solamente el afecto y la gratitud van ubicando el lugar de cada compañero en el sentir de la conciencia; nadie es más que nadie, tal vez que haya alguien que gane mayores afectos, que tenga mayor entrega, aquel cuyo tiempo realmente haya sido vivido, obviamente por necesidad, en la experiencia grupal; todo es buena voluntad, ésta es la verdadera organización en la desorganización.

Conforme nuestro crecimiento avanza, van desapareciendo los miedos y los prejuicios. Efectivamente, los primeros militantes del GRUPO 24 HORAS vivían ese proceso de descontaminación, ese temor permanente, tanto a quedarse como a irse; ese periodo de indefinición tripulado por luchas internas y sin embargo de reacciones extremas en la defensa de su nueva camiseta. Todo alrededor es asechanza, cada uno de sus antiguos amigos, “comparsas de bebetoria”, asociados por extraños, eran enemigos potenciales de su sobriedad, máxime en esa época en que la enfermedad del alcoholismo no era aceptada como tal, ni por la ciencia médica mexicana, ni por una sociedad desinformada e ignorante en esta área. La terapia que se ha hecho habitual para ser sustraídos del antiguo medio ambiente, las experiencias vividas en esas primeras 24 horas, dieron contenido y realidad a la terapia; los primeros recaídos fueron los primeros muertos, el presagio se hizo experiencia y el primer síntoma de conciencia se hizo claro, “miedo de volver a beber”; las actitudes se radicalizaron y se hicieron extremas, éstas fueron las bases iniciales del celoso cumplimiento de la DÉCIMA TRADICIÓN del programa de A.A. Nunca, el MOVIMIENTO 24 HORAS DE A.A. ha apoyado o combatido causa ajena que el objetivo por el cual fue creado. Los militantes de esa época sabemos que todo ha sido obra del Poder Superior, inclusive el extremo y la radicalización de las actitudes iniciales, cada uno de los militantes de los GRUPOS 24 HORAS es sumamente celoso de su autonomía y su privacidad, nadie que no sea un militante del propio movimiento tiene derecho a decir cómo es, nada que no sea dentro del programa para un objetivo común que es ALCANZAR LA SOBRIEDAD es permitido, ni siquiera

discutido; ninguna idea extraña perturba el pensamiento purísimo de la buena voluntad; todo se interrelaciona con un propósito común, con un objetivo auténticamente comunitario; no hay cabida para más, no lo permiten las propias características de la personalidad del enfermo alcohólico, quien no acepta los falsos sacerdotes, quien solamente cree en aquello que por verlo le permite suponer su fidelidad y apego a principios, que tal vez nunca haya leído pero en los cuales ha creído. Ciertamente, el MOVIMIENTO 24 HORAS DE A.A. rompió la tradicional y monótona costumbre de utilizar la tribuna para conferenciar sobre doctas interpretaciones de la literatura de ALCOHÓLICOS ANÓNIMOS; verdaderos torneos de egocentrismo que servían de parapeto y simulaban la verdadera enfermedad, ese hervidero de gérmenes neuróticos que afloran con la catarsis escueta, cruda, recia; ese vómito incontenible sujeto por el disimulo del truco sobre el que se sostiene la comunicación cotidiana, retahíla de frases sin contenido, sin verdad; sonidos disparados al aire, sin ningún sentido, a no ser el de la agresión disfrazada, solapada, mordaz, hipócrita: “¡Cómo has engordado!”, “¡Qué flaca estás!”, y la injuria, crítica en la que se asesina la personalidad del prójimo, la justificación, la autodefensa: “¿Qué vas?”, “¿Yo soy igual que ella?” En fin, cada frase entraña agresión y autojustificación valiente, autocrítica, constituyen los principios del análisis de la personalidad, objetivo básico del uso de la tribuna, catarsis y análisis de la personalidad; necesarísimo y casi imprescindible también el apadrinaje a través de la tribuna o de la coordinación que evita los profundos baches y la vuelta al autoengaño. Muchas veces en la exposición de actos aberrantes, de mal juicio, que atentaron contra integridad, dignidad y respeto personales, pretende circunscribirse al trabajo de la tribuna provocando de esta manera nuevamente el ocultamiento de la realidad, tal pareciera que el haber expulsado lo aparentemente más desagradable sirve de mampara para el ocultamiento de situaciones tal vez más graves. El permanente deseo de encubrirse, ensaraparse en la jerga de ALCOHÓLICOS ANÓNIMOS, se hace patente en cada momento de la militancia, el disimulo de la dependencia, principalmente la de la compañera, para no pasar por mandilón, situación que deteriora el ego macho del varón militante, es una de las tendencias casi generalizadas cayéndose en continuos estados de autoengaño. Épocas hubo en que los compañeros no llevaban a sus compañeras a los festejos para evitar que se les dijera mandilones, el manido truco del avestruz que esconde la cabeza y descubre las asentaderas. El enfermo piensa que efectivamente no es dependiente, porque ante él mismo encubre su problema con actitudes simuladas, el peligro del “terapeuta” es que soslaya y pasa de largo muchos de los conflictos de su personalidad enferma; difícil es de por sí lograr una luz más o menos regular sobre los problemas ocultos y camuflajeados que confrontamos. Muchos, sin haber detectado la dependencia paterna o materna, no podrán como consecuencia detectar la dependencia de su compañera o compañero. El paso del tiempo nos hace padrinos y padrinos de padrinos, y cada día se evade más la naturaleza exacta de nuestra problemática emocional, pero invariablemente se presentarán una serie de problemas que pretenderán ser trascendidos exclusivamente con expulsión emocional, es decir, con la catarsis que sirve de analgésico momentáneo pero no definitivo, mientras no se extraigan los raigones profundos de nuestras broncas; los vicios de la tribuna son innumerables, y hay quienes con el pretexto de trabajar la molestia provocada por su dependencia, suben a la tribuna a echarse la culpabilidad encima, y así escuchamos un repaso continuo, verdadero rosario de mea culpa, como en las largas letanías de “perdónalo Señor” o “perdóname Señor”, golpes de pecho que no implican saneamiento alguno. No hay diferencia entre una herida física y una herida emocional, y dicen en relación a las llagas físicas, que “comezón es sanazón”, si no existe en el trabajo de tribuna la comezón, no puede haber sanazón; así alguien va a trabajar la dependencia de

su compañera: “Cuando la conocí era una niña inocente, yo iba completamente borracho y desde el principio mi mente negativa y lujuriosa pensó en la violación, la seduje, la hice mi víctima, etc., etc.” El compañero se baja de la tribuna, sintiéndose el más culpable de los hombres y ha incrementado así considerablemente la dependencia que pretendió trabajar. O bien el reverso de la medalla: “Vieja cabrona, yo era su último camión”, etc. La misma, nada más revolcada, el garrote de la ira presente; en una, sentimiento de culpabilidad incrementado y en la otra, resentimiento. La tribuna funciona cuando se trata de ser objetivo y se inicia la catarsis con la molestia del momento. En el primer caso, el compañero estaba malote porque su padrino le sugirió que estuviera el menor tiempo posible en su casa, y en el segundo estaba malote, porque su compañera le pidió el gasto. Tan fácil sería decir que su malestar obedece a la sugerencia de su padrino y en el segundo caso a su avaricia. La enmarañada selva de nuestras emociones y la maleza de nuestros autoengaños impiden ver con objetividad aquello que origina nuestro malestar. Compañeros hay que acusan a su compañera de ser culpables de desavenencias familiares, las injurian en la tribuna y se rebelan contra sus actitudes, y en el análisis real del historial, en sus actos para el grupo mismo, son compañeros que no son capaces “de darle agua al gallo de la pasión de Cristo”, que no son buenos ni para ellos mismos, que son verdaderos miserables, ése es su problema, eso es la causa de su conflicto en la célula familiar, su avaricia.

Por toda esa enorme necesidad se abolieron dentro de nuestros grupos las exposiciones literarias. La frase más socorrida en estas entidades terapéuticas es: “HÁBLAME DE TI”, se evita así el evadir nuestra responsabilidad vital, el cargar las culpas a otros; se acabaron los culpables, ni siquiera el enfermo alcohólico es culpable de su enfermedad, absolución real y honesta, repelada hasta por el egocentrismo del propio enfermo, y no falta un retrasado que suba a la tribuna a decir: “Yo creo que sí soy culpable”. Hasta que se descubre que al enfermo alcohólico le ha sido quitada la potestad del juicio, está invalidado para juzgar a otro ser humano, porque para colmo sufre por los pecados de otro, y se da cuenta que esta invalidación es valedera para con él mismo. ¿Cómo puede juzgarse un enfermo? Se necesitaría seguir padeciendo la locura sadomasoquista para caer en estos garlitos. Por cierto que enfermos emocionales, no alcohólicos, de la misma manera que el enfermo alcohólico defiende su enfermedad con el mismo esquema defiende la suya, y así se escucha decir a manera de insulto de un enfermo a otro: “No cabe duda que eres una anormal”. Con esto se comprueba que el ver la paja en el ojo ajeno no es privativo del enfermo alcohólico. Esta actitud acusa una fuerte tendencia a la evasión o al ocultamiento del pobre concepto que muchos seres humanos tienen de sí mismos. Éste y no otro es el origen de la injuria, a la que tan proclives son los enfermos alcohólicos.

En el argot terapéutico se dice: “No seas metiche”, “tú a lo tuyo”, y esto que es a nivel individual se hace manifiesto en tratándose de los grupos, principios éstos de práctica continua que facilitan incluso sin proponérselo pero viviéndolo de el no prestar nuestro nombre para causas ajenas.

En los primeros tiempos del MOVIMIENTO 24 HORAS DE A.A., aparecía esa terrible energía que se va despertando en el enfermo alcohólico, aunada al deseo de vivir y manifiesta por constituir un acto de legítima defensa. Se manifestaba a nivel disturbio el deseo de que la enfermedad del alcoholismo dejara de ser un estigma de cargar sobre sus espaldas el enfermo, aquél al que todos negaban esa categoría, a la que obviamente tiene legítimo derecho. Esta inquietud motivó el deseo de utilizar los medios modernos y masivos de comunicación para hacer la transmisión del mensaje. Y cundió el pánico, surgieron las frases apostrofantes, el parloteo nuevamente. Solo el temor, núcleo fundamental de esta enfermedad, justifica esa tendencia del enfermo alcohólico, de

chachalaquear en injurias, en agresiones verbales con las que oculta su esterilidad y su miseria, otra defensa más de la enfermedad, la ignorancia oculta en la palabrería: “Violadores de tradiciones”, “Se está violando el anonimato”, “Qué cruel enfermedad”, puro bla, bla, bla, pirotecnias verbales, flatulencias por todo y de todo; nada más falso, jamás se dio publicación a alguien, siempre se difundieron los principios, limpiamente se transmitió el mensaje y seguía la alharaca, la injuria cobarde que disfraza la impotencia, mezquindad y miseria del ser humano. ¿Quién paga las campañas publicitarias? Y cosas por el estilo. Mientras se perdía el tiempo por aquellos infelices, el GRUPO MATRIZ estaba a reventar y nacía el CUAUHTÉMOC, y nacía el HÉROES y el ensayo de granja de Villa del Carbón y la Granja de Acultzingo. La vida entraba a torrente y la conmiseración se trocó en alegría, en ganas de vivir y los GRUPOS 24 HORAS rompieron la complicidad solapadora del egoísmo del enfermo alcohólico; las puertas abiertas de par en par, la transmisión del mensaje a la luz del día, oportunidad de vida para el teporocho, para el ejecutivo alcohólico enloquecido por su ambición de poder y de dinero, el “caballero” y el pelado en el denominador común, en el sufrimiento, en el descubrimiento de ser almas gemelas, en su verdad confesada en recíproca. Vinieron las grandes fiestas y la integración a la sociedad, comenzó a hacerse evidente el cambio real y efectivo de lo negativo a lo positivo, la dilusión de la propia locura, la llegada de la sobriedad, el descubrimiento del camino hacia la madurez y así, el militante de estas entidades terapéuticas descubre en lo íntimo de su conciencia lo que fue la locura del alcohol y en su nueva vida, plena de satisfacciones, caen para siempre los escenarios fermentados de su actividad alcohólica; se esfuma la ilusión perversa, el bar, la cantina y el cabaret son alumbrados en su exacta dimensión, trasfondo de mundo de miseria, de locura, de oprobio, de humillación, mamparas falsas donde se esconde la miseria humana, donde se arrastra la doliente humanidad, donde vomita la sociedad, donde llegaron los tráfugas en complicidad con las sombras de la noche, en la sordidez de la media luz, del bar de lujo; confundido con todos el alcohólico vaga llevando con su sonrisa idiotizante la ausencia permanente de la vida, marginado voluntario, encuentra por fin en el ambiente de estos grupos, que ya no es necesaria la fuga, que la vida vale la pena ser vivida, y que a fin de cuentas es un don, en esa rebotante alegría de vivir, admiración de propios y extraños. En ese increíble cambio de manera de ser, pensar y actuar, está el verdadero atractivo de los GRUPOS 24 HORAS DE A.A.; no es de ninguna manera nido de santurrones, relegados; tampoco es como lo pueden suponer algunos, un nuevo autoengaño, es simplemente la conciencia de su enfermedad. Ya no se puede permitir el lujo de la angustia, de la tensión, de la ansiedad; cualquiera puede dejar de beber, pero no cualquiera puede dejar de sufrir; el término del sufrimiento se inicia con la conciencia en él mismo, sólo el que vislumbra lo que es la auténtica tranquilidad, puede llegar a desearla; sólo el que vislumbra lo que es la alegría de vivir puede llegar a quererla, pero sobre todas las cosas, el afecto, el amor de un ser humano a otro ser humano, es lo que realmente hace posible el cambio y fundamentalmente la fe, una fe auténtica, viva, recia, experimentada una y mil veces, casi imposible de ser descrita, posesión de quien la prueba, rara vez comentada, pero todos los miembros de este movimiento la han podido experimentar como se experimenta el milagro cotidiano en cada uno de los departamentos de su vida. No faltará quien diga: “Dejaron la muleta del alcohol y ahora tienen la muleta de Dios”. Solamente para aquel que ha sufrido y ha probado todo, para el que ha conocido el infierno, para aquel que ha agotado su límite de resistencia frente al sufrimiento; para quien ha padecido la soledad, la angustia, la depresión a grado de muerte, para quien ha sentido que le estallan las vísceras, para quien ha agonizado, para el atormentado por los disturbios emocionales, para el desahuciado, para el rechazado, para el que ha tocado fondo, es esta vida; a quien le

hayan condonado la muerte, no correrá el riesgo de vivir desesperadamente. Así, estos hombres y mujeres viven cada 24 horas, como si fuera el último día de su existencia, y solamente un estúpido invertiría su último tiempo de vida en lamentarse, en culparse, en resolver problemas ajenos, en injuriar; así, estos enfermos prefieren emplearlo en vivir. Cada día la conciencia de que al alcoholismo es una enfermedad se hace más palpable, en cada una de las juntas públicas de información, convocadas por diversos motivos, aniversarios de compañeros, aniversarios de grupos, la asistencia es cada vez más numerosa, de un gran respeto, de una gran solidaridad. No existiría este fenómeno si no hubiera un cambio real en la personalidad del alcohólico, si no cada uno de estos grupos se hubiera ganado la aceptación y el respeto de sus respectivas comunidades. Es evidente de esta manera que no es nada más transmisión del mensaje como mera información dada de un enfermo a otro, sino el cambio operado y palpable en todas las esferas del desarrollo del ser humano, en donde se hace patente la conducta de cada uno de estos enfermos. Ya no más huidas a las responsabilidades, el enfermo equipado a través de la práctica del programa de A.A., decide enfrentar la vida, sabe ya de sus limitaciones, pero conoce cuáles son sus cualidades; ha salido del fango, de la negatividad, se ha ido eliminando el temor y provisto precisamente de esta fe viva: tendrá la fortaleza para enfrentar al mundo. Aquel que temió tanto a sus congéneres, a quien le fue imposible sostener sus relaciones interpersonales sin llenarse de temor, de iracundia y resentimiento; aquel que vivió siempre temeroso de ser agredido y victimado; aquel que empleó la falsa actitud de prepotencia como autodefensa, muro de contención frente a un mundo enajenado que amenazaba aniquilarlo, pasa a ser un paciente observador de la comedia humana y en su caracterización de actor vive con interés la experiencia y la oportunidad de evolucionar y dedicarse a la edificación de su propia vida, relaciones interpersonales, trabajo, etc., etc. Dejó de ser la vida una carga, es ahora una experiencia, tal vez y en apariencia se le vea tan débil como antes, porque ha dejado de estar en guardia permanente contra los demás; tal vez se le vea indefenso pero su interior, que es lo que cuenta, está equilibrado, sin temores, ya no vivir en el impulso de la reacción emocional, sino en la observación y en la reflexión de sus actos. La sensación que inicia este estado es alarmante en muchas ocasiones, tal parecería que la mente está en blanco, que la inteligencia se ha agotado por esa confusión de identificar la inteligencia con el disturbio emocional, con el acelere, sinónimo de tensión y angustia, de ansiedad, el equilibrio del sistema neurovegetativo produce una sensación de lentitud e la reacción. Es posible que inclusive la agresión verbal sea pasada de largo por aquel que no siente reacción alguna, aunque es obvio que este estado no es ni total ni permanente, sino que es interrumpido por ráfagas de energía neurótica, sobre todo cuando en derredor del enfermo, signo contemporáneo al parecer, nadie acepta un plan de cooperación mediante exhortaciones comprensivas, dado que otros seres humanos atormentados también por sus emociones no reaccionan sino con lo que se conoce con el nombre de “regaño”, “llamada de atención”. Es aquí en donde el enfermo debe aplicarse la regla de “no tomarse tan en serio”, y aprender a actuar en esa pantomima cotidiana del género humano; lo fundamental es saber desempeñar el papel que nos toca vivir día a día en este vasto escenario que es el mundo.

Aquel que ha visto como privilegio el milagro cotidiano, sabe que nada se realiza sino es con la voluntad del Poder Superior; que las cosas salen siempre como tienen que salir; que todo está hecho hasta la rebelión de nuestros propios instintos. Consciente de esta mecánica, generalmente se presentan de manera muy obvia las opciones para actuar, aceptar o rebelarse, tolerar o neurotizarse, confiar o atormentarse, pero de lo que ya se está consciente es que trabajo, negocio, familia, todo, va a proporcionar una serie de experiencias que cuando van acompañadas de aparentes dificultades darán

oportunidad al enfermo de obtener un mayor crecimiento, una mayor consistencia de llenarse de fortaleza y de esperar la realización de la voluntad del Poder Superior. El sufrimiento es consecuencia del no saber esperar el desenlace final de la experiencia, todos los disturbios emocionales se generan en el preámbulo, por eso, en el mundo se les da el nombre de preocupaciones, ocuparse anticipadamente de las cosas o llenarse de ansiedad cuando ya no se puede hacer nada por modificarlas, como el joven escolapio que presenta su examen y manifiesta preocupación y ansiedad por no saber el resultado. Ya hizo lo que tenía que hacer, ya puso lo que tenía que poner, ya pasó el hecho en sí de su preocupación, ya nada está en sus manos, ya nada puede modificar el resultado final, ¿por qué pues, la preocupación? Este sencillo esquema trasladado a la vida cotidiana, nos llevará a ver cuán estéril ha sido nuestro sufrimiento, cuánta energía gastada y cuánto masoquismo existe en nuestra naturaleza para atormentarnos de manera tan cruel, sin objeto alguno. Claro que muchos seres humanos han de pensar que si no existe la preocupación (la más morbosa forma de atormentarse), la vida no tendría sentido. Dejémoslos pues que sufran, cada quien tiene el derecho de sufrir, el enfermo alcohólico la necesidad de ser respetuoso del sufrimiento de los demás, dado que su problema consistió en que sufría por los demás; si la madre sufre por su frustración, su egoísmo, no por eso va a sufrir el enfermo; si la compañera o el compañero tienen deseos de sufrir por su resentimiento o porque necesitan sufrir como alimento cotidiano de vida. ¿Por qué el enfermo que se puede ir a chupar, va a involucrarse en su sufrimiento?

Por fin, ciudadanos del mundo en la concepción que la vida es más de aportación y cooperación que de confrontación, y el descubrimiento, de que ésta es siempre con uno mismo, verdad evidente cuyo desconocimiento nos llevó a una loca carrera contra nuestra propia sombra, contra nosotros mismos, contra el mundo. Hemos aprendido a ceder, después obviamente de una evolución constante en los intrincados vericuetos de nuestra conciencia, hasta descubrir al verdadero culpable de nuestro sufrimiento, el “EGO” que nos hacía rebelarnos continuamente a niveles neuróticos, por vernos siempre como seres “faltos de carácter”.

De alguna manera hemos intuido todo el tiempo nuestra debilidad, diversas motivaciones desembocaron en una endebles atormentadora; el temor de ser rechazado, “el temor al ridículo”, el temor a quedar mal, el temor a la crítica; todas las barreras mentales que a lo largo de nuestra vida han llegado a aprisionar nuestra voluntad y han conformado la soberbia de un ego descomunal, nido ideal para la timidez, el complejo de inferioridad, etc. La contrapartida ha sido lo que se conoce con el nombre de reacciones neuróticas, el consabido “no me sé dejar”, y tratando de ocultar nuestra primera reacción tomamos la actitud de agresión. Nada hay que llegue a erizar a un enfermo alcohólico como el sentir que alguien está abusando de él, como el saberse impotente para lograr de alguna manera, hacerse obedecer y al mismo tiempo tener el temor tener el temor de lastimar al abusador. Cierto es que va a venir el estallido, una explosión en la desesperada: “¿Cómo decirle a mamá que no puede ir de vacaciones con nosotros? Cuando el alcohólico va con su compañera y requiere cierto tipo de privacidad. “Cómo decirle a la compañera que mamita nos quiere acompañar?” Conflictos verdaderamente infantiles pero muy comunes en la vida del enfermo alcohólico. La actitud contraria, pero con el mismo origen es el “aferramiento”, necesidad de obtener siempre un triunfo vindicativo, necesidad de salirse siempre con la suya, de demostrarse a uno mismo que tiene la razón y que tiene carácter, el justo medio entre los extremos es producto de una evolución constante, máxime cuando en muchas ocasiones la recuperación del enfermo alcohólico tiene movimientos pendulares, actitudes que tocan los dos extremos indistintamente, aunque seguramente de estos dos

extremos, el primero, es decir, el de ceder siempre, es el más doloroso, porque conduce irremediabilmente al autodesprecio, al temor constante de enfrentar la vida, a la sensación de cobardía. Es una actitud infantil de una mente que no pudo trascender experiencias traumáticas en los días infantiles, temores a ser castigados o maltratados por otros más fuertes, más grandes o por la autoridad paterna o materna. Al principio de la recuperación, el enfermo pondrá todos su esfuerzo en pretender cambiar esta manera de ser que definitivamente odia, sin lograr más que muy pequeños resultados hasta tomar conciencia de que no se trata de enfrentar la nueva idea de ser con la vieja, el nuevo YO con el YO viejo, que no se trata de luchar, sino de dejarse llevar en la corriente de la fuerza terapéutica que hará posible la evolución para permitirle ver con objetividad las cosas, dejar desempeñar el papel de niño asustado o de niño caprichoso, y concientizar que está habitando ya el mundo de los adultos, en donde no es posible seguir viviendo a trompones, de esto nacerá el sentido de cooperación, irá desapareciendo el temor al ser humano; es posible que incluso nazca un sentimiento de comprensión que nada tiene que ver con la conmiseración, y tal vez hasta tengamos el privilegio de ver cuántos niños viven disfrazados de adultos en un mundo que siempre nos atemorizó. Sólo la aplicación del programa podrá diluir nuestros temores; va desapareciendo la idea de “arrebatar” el maquineísmo perverso, que era adelantarnos siempre por temor a obtener menos de lo que creemos nos debe tocar. Aprendemos en la experiencia que la buena voluntad engendra buena voluntad, pero sobre todas las cosas sentimos la protección del Poder Superior, sabemos que como enfermos tenemos que evitar el tormento que entraña la culpa, que desactivar los gérmenes neuróticos que nos llenaron de importancia, nublaron y confundieron nuestra razón, nos llenaron de miedo y nos hicieron beber; las ilusiones de los planes de pompa y poderío en la experiencia del ayer explotaron ante nuestros propios ojos, dejándonos en un estado de desolación, de frustración tal, que apenas si tuvimos el valor con la bendición de DIOS, para llegar a nuestro grupo de ALCOHÓLICOS ANÓNIMOS. Nos ubicamos en relación a la problemática de nuestros defectos de carácter, instintos descoyuntados que trajeron consecuencias fatales y las facturas que en mucho tiempo no hemos podido liquidar; hemos sabido lo que es el sentimiento de culpa, la angustia, el asco por nosotros mismos; hemos comprobado una y otra vez que la dudosa sensación de placer fue en realidad una modalidad del sufrimiento, ya no tenemos que demostrarnos nada, ni tampoco tenemos nada que reafirmar, buscamos en esto no la santidad, inhibición hipócrita que desatará la locura fantasiosa de nuestra mente; la madurez a la que aspiramos y logramos es un cambio realista, concordante con la vida que nos toca vivir en este mundo.

El principio del camino hacia la madurez tiene su origen en nuestras primeras 24 horas de militancia; nunca antes el enfermo alcohólico se pudo adaptar a ningún núcleo o sociedad; su inventerada costumbre de conflicto o su terrible soberbia lo hacían rechazar en la sensación de no ser aceptado; todo tipo de convivencia, el temor inveterado, lo hacía pretender imponerse, o bien sufrir la rebelión callada, impotente, cobarde, injuriosa de su misantropía egocéntrica, proclive a esgrimir chapas y a revestirse de una gran personalidad para obtener respeto, el que como ser humano no creía poder encontrar, confronta la primera gran muestra de humildad, la de ser aceptado como simple ser humano, la personalidad se queda en el dintel de la puerta de cada GRUPO 24 HORAS, y así, simple y sencillamente como identificación, se inicia la familiaridad y camaradería que da origen a la confianza mutua. Somos recibidos por nuestro primer nombre, se cae el USTED, forma arcaica y grosera que enmascara una falsa idea de respeto que obstaculiza la comunicación de TÚ a TÚ, de prójimo a prójimo, de hermano a hermano, en la atmósfera que no admite distingos, diferencia de ninguna índole; en el

diálogo íntimo, en la comunicación exacta; junto con la “personalidad “ se quedan también “las grandes ideas” que dentro de nuestros grupos se conocen como disturbios emocionales, deseos de sobresalir, de llamar la atención, pero el tantas veces llamado cambio de idioma surte los efectos y después de los tres meses, en que el nuevo ha expresado toda su locura, sus inconformidades, sus rebeldías, sus “filosofías” y en donde cada uno hemos vivido la experiencia, hemos tenido la falsa impresión de estar frente a un auditorio de fácil sometimiento que nos escucha pacientemente, hasta con admiración. Lo vemos en nuestra locura, miradas comprensivas efectivamente, miradas expectantes que observan la entrada del nuevo en esa atmósfera extraña que se forma en un GRUPO 24 HORAS DE A.A. Todo es permitido al nuevo, diga lo que diga con tal de que hable, con tal de que exteriorice su locura, y así se edifica en palabras el triunfador que siempre quiso ser, surge la anécdota y la historia fantasiosa, verdadera novela, la expresión de la locura pura en la fantasía quimérica del enfermo. No hay diferencia en principio con la mesa de cantina, “yo hice, yo dije”, y todo, lo que soñó realizar, comienza a ser tema de tribuna; con mucha cautela los miembros de más tiempo hablan de su historial para lograr la ubicación del nuevo, en algunas ocasiones, alguna indicación directa del coordinador. De algo raro, de algo nuevo y extraño, comienza a percatarse el nuevo en su enajenación: “¿Por qué todos los demás hablan de fracasos?” “¿Por qué todos hablan de miedos, de cobardías y derrotas?” “¿De qué se trata, pues?” Y en el colmo del autoengaño: “¿A dónde vine a caer?” “Éstos están locos.” Se ha mencionado y descrito lo que es el anonimato, base de nuestra recuperación, esencia espiritual de nuestro programa, la renuncia a nuestras propias ideas y a nuestro deseo de imposición, el respeto y consideración a las ideas de los demás, el abandono a nuestra pretendida personalidad, principios que logran la identificación con nosotros mismos, la revalidación con la humanidad, lugar, en donde no hay exigencias, en donde no se nos pide ser triunfadores, en donde no es válido el pedigree al que tan apegados son ciertos seres humanos, aun cuando está hecho para los perros. “Soy hijo de Don Fulano de tal”. “Mi tío es Don Perengano de tal.” “Mi abuelo fue”... etc., etc. Dicen, que a los caballos viejos sólo les queda el “pedo” y el relincho, puros recuerdos, puras vergüenzas, pero en fin, así hemos vivido, en la pura pacotilla. Aquí en este extraño mundo, en un GRUPO 24 HORAS DE A.A., no necesitamos ser triunfadores, ni inteligentes, sino tal pareciera que es al revés, que hemos entrado a un mundo atravesado donde se nos ama por ser fracasados, se nos quiere por ser débiles; ya no cargar más el disfraz, la pesada armadura que tanto trabajo nos llevó portar, ya no más máscaras, ya no más fingimientos, ya no más mentiras, ya no más vergüenzas. YO pecador auténtico, definitivo; la humanidad en todo su esplendor, en la necesidad irrenunciable, unos de otros en el cumplimiento de una vieja sentencia, vilipendiada, humillada, olvidada, despreciada y muchas veces maldecida: AMAOS LOS UNOS A LOS OTROS.

Nada en el MOVIMIENTO 24 HORAS DE A.A. ha sido planeado, ningún ser humano puede atribuirse el mérito de haber proyectado lo que es el día de hoy el MOVIMIENTO 24 HORAS, ni siquiera el acontecimiento próximo al primer día de inauguración del primer GRUPO 24 HORAS DE A.A., el GRUPO CONDESA. Todo se ha ido viviendo como nueva experiencia, hora a hora y día a día; no hubo antecedente alguno ni modelo para ser copiado o imitado, simple y sencillamente las cosas acontecieron, nadie pensó en la creación de los albergues que tantas críticas suscitaron, pero un grupo que funciona las 24 horas del día da oportunidad de llegar a todo tipo de enfermos alcohólicos y así, los que ya habían perdido familia y trabajo, definitiva o parcialmente por circunstancias comunes en la vida del bebedor problema, al tener la oportunidad de estar a buen cobijo de los elementos, comenzaron a quedarse en Gómez

Palacio 142, así como también aquellos, cuya necesidad como todos los militantes de este movimiento, era el estar el mayor número de horas en recuperación. Así, la casa de Gómez Palacio fue el único hogar para los irredentos, convivencia obligada, necesaria, que fue destruyendo diques de diferentes apariencias, que fue encontrando igualdad y semejanza, que fue haciendo de todos uno, y cuando llegaba el cansancio, factor casi desconocido en personas que apenas dejan de beber, cuya necesidad de comunicación es casi brutal, cuyo gusto por el desvelo es casi común, cuya pasión por el diálogo es casi general, tenían que pasar el tiempo y llenar los espacios, sin necesidad de la primera copa, y cuando esa rara avis de sueño llegaba a asomar su rostro, haciendo víctima a alguno de los noctámbulos que formaban la incipiente conciencia de esta primera entidad terapéutica, única en el mundo, simple y sencillamente se arrinconaban en alguno de los cuartos, otros les tocaba catre que alguien había llevado y que era de todos. De la necesidad nace el primer albergue del MOVIMIENTO 24 HORAS DE A.A., y llegaron las primeras mujeres y las primeras anexadas, los augurios de las mentes enfermas, visitantes injuriosos de otros grupos que vomitaban sus temores ante la recién llegada conciencia y ante una rara y tal vez precaria seguridad y fe de los primeros servidores. La terapia candente, neurosis pura, reafirmación dado que lo único que podía darse era la palabra, ninguna experiencia vivida en este ámbito, ningún ejemplo al cual recurrir, ninguna referencia, era como caminar al borde del precipicio, en plena oscuridad, sostenidos por el vértigo de no caer y una muy incipiente fe, que por serlo, tenía mayor fuerza verbal; creer única y exclusivamente lo que se dice por escucharlo, pero desear con toda la fuerza que resulte cierto, prometer a los demás lo que se desea para sí mismo, descubrir a los ojos de los demás un mundo, que apenas se concibe, pero desear intensamente que se haga realidad, con esa fuerza en plena lucha egocéntrica, sin ninguna recuperación, pero con toda la recuperación; dado que no había punto de referencia, la única recuperación real era la que se estaba viviendo, aunque vista en perspectiva resultara que no era ninguna. Así nacen los primeros GRUPOS 24 HORAS DE A.A. y el primer intento de Granja de Villa del Carbón, consolidada en la experiencia de la Granja de Acultzingo, Ver. Los primeros eran, como se dice en términos terapéuticos, un ciego guiando a otro ciego, con la diferencia que el ciego que guía, es un ciego que cree ver, así el padrino de aquel entonces, era ya “DE VIVENCIA”, aunque no hubiera acumulado más de un año o año y medio, y a veces menos. El GRUPO 24 HORAS MATRIZ, esa experiencia que se consolida al paso del tiempo, la GRANJA DE VILLA DEL CARBÓN, es un ensayo que sirve de referencia a la GRANJA DE ACULTZINGO, VER., pero tal vez ni siquiera sea un antecedente de lo que el día de hoy es esta entidad terapéutica. Desde el principio fueron para personas que necesitaban ser sustraídos de su medio ambiente y que además, aceptaron voluntariamente hacerlo, ensayo de vida comunitaria, real, sumersión total en la recuperación, lugar, en donde, si no se pone en juego la herramienta del programa desde los primeros días, hace imposible la militancia. Del respeto mutuo, absoluto y total, nace la convivencia; es la misma sensación del símil de la barca, de que siga flotando, depende la vida; consecuentemente se puede hacer todo, menos hundirla; equilibrio exacto de vida, instinto de supervivencia que se afianza en principios, tradiciones, tal vez todavía no escritas que van naciendo en su vivencia, mientras se multiplican las fuentes de vida y las oportunidades para cada uno de LOS ENFERMOS ALCOHÓLICOS, QUE CONCIENTIZANDO SU PROBLEMA, DESEEN DEJAR DE BEBER, DESEEN DEJAR DE SUFRIR, DESEEN EL REENCUENTRO CON ELLOS MISMOS, CON SUS SEMEJANTES Y CON DIOS.