

Después de la tempestad

Buenas noches... ¡Soy un milagro!

"Me impacta ver todas las personas que llegan asustadas a Alcohólicos Anónimos y a los pocos días uno ve que les brilla el ojito, que están hablando más tranquilos, que dicen me estoy comunicando con los demás seres. Ver que se están recuperando. Ver una mujer que llega muerta de miedo y, al poco tiempo, le está ayudando a otros".

Comenta un alcohólico.

El cuerpo agitado y el rostro pálido. Un alma desahogada y un corazón **malagado**. Un "no puedo más", en los ojos y los labios apretados. Me está confundiendo, a la espera de un mensaje claro. Oídos atentos a una palabra clave. Angustias, lágrimas, silencios y malos recuerdos, de gineceo. Y esa diminuta esperanza que, a pesar de los pesares, de un rincón interior, no se marcha.

¡Buenas noches!
"Presentamos un saludo a todas aquellas personas que esta noche han venido a compartir nuestra reunión... Masados en nuestra propia experiencia tenemos un mensaje de esperanza... Han llegado al único lugar del mundo donde el alcoholismo siempre será bienvenido... Ya hemos encontrado la solución... Un programa de vida para volver a recuperar la alegría de vivir... El único requisito es querer dejar de beber..."

UNA SONRISA

Corpos agitados. Almas desahogadas. Corazones **malagados**.

¡Buenas noches!
Una sonrisa. Un apretón de manos. Una mirada amable. Un abrazo.

Sobre una mesa, terminos con tintos. Confitos, en los bolsillos. Humo de cigarrillo. Filtros y libros, debajo del brazo.

En una pared: "¡Hagalo con calma...! Primero lo primero... Viva y deje vivir... Unidad... Recuperación... Encuentro con nosotros mismos, con Dios y con el hermano alcohólico que aún sufre..."

En un pequeño tablero, un recordatorio: Hay tortas, y velitas para apagar. Año de fundación: cumpliendo cincuenta años de vida. ¡De verdad!

Allí, "al pie del cañón", alegres, iluminados, con olor a f, y dispuestos a compartir y a colaborar, hombres y mujeres que están caminando, paquito a paso, llevan 1 mes, 1 año, 10, 30 años... por un mundo de sobriedad.

Y en la atmósfera, rodada por todas partes, esa sensación de cariño, de encuentro con viejos amigos, de que nadie sobra, nadie está fuera, y nada falta, en el recinto. Esa sensación de que cada quien es cada quien. Y afuera se han quedado las máscaras sociales.

¡Buenas noches!

Un encuentro de Alcohólicos Anónimos. Una comunidad que nació el 10 de junio de 1935, en Akron (Ohio). Los Estados Unidos.

Gracias a dos alcohólicos: Bill, corredor de Bolsa, y Bob, médico cirujano. Hoy, presente en 145 países. Y comprometida con un arte de complicada litografía: tener, hijo a hijo, de 24 en 24 horas, las almas desahogadas y los corazones **malagados**.



De la revista Time.

"Sali. Sabía donde era Alcohólicos Anónimos. No fui capaz de entrar de una, sino que me quede en la puerta de una heladería, que quedaba al frente, a ver quien entraba. Yo no veía alcohólicos, sino gente muy compuesta, con una sonrisa. Yo no concebía la felicidad. Yo decía: ¿dónde estarán los alcohólicos?, esos no pueden ser."

Era una puerta de barretos y adentro había un blombo. Yo, muy asustado, salí a la carrera, me metí allá, y lumbe el blombo que le cayó al que estaba coordinando. Con mucho susto, pero me sentí ahi. Muy formales, muy serenos. Me pasaban confites y no los recibía; creía que ahí estaba la trampa.

Esa gente empezó a hablar de mi angustia, de mi soledad, de mi falta de esperanza, de lo que estaba sintiendo. Lo primero que dije fue: yo no peleo más, voy a rendirme y aceptar la ayuda de otros. Esa noche dije que era alcohólico.

Llegue muy mal, en la bancarrota espiritual. Hasta ese momento estaba peleando, como un Quijote, contra los molinos de viento; solo, contra el mundo y contra mí mismo.

El programa me implicó dejar de hacer lo que me gustaba, rigurosa honestidad, buena voluntad. A todo lo que me decían, decía "acepto", aunque pelara. Me implicó muchas cosas dolorosas. Hacerme inventario, verme a mí mismo del tamaño que soy. Quitarme la piel, lavarla, sanforizarla y volverme a poner. Compartir con otros los problemas que había tenido. Aceptar un poder superior. Soltar a pedir perdón y a reparar daños. Dejar de decir mentiras, de engañar y enganarme. Implico aceptar..."

Alcohólico. 31 años

de los alcohólicos del mundo.

FUE UNA VOZ...

"Otra voz muy curiosa, que no me rogaba. Una mujer: 'Te veo triste... De pronto, si quieres cambiar, hay una solución...'."

"Fue un encuentro que, ahora, llamo casual... Yo tratando de tomarme un ron, y él un tinto, una mañana, en un café... El me habló. Fui a la reunión y dije: esto lo miro. No pateaba más..."

"Dios, concédeme la serenidad, para aceptar las cosas que se me puden cambiar. Valor, para cambiar aquellas que puedo, y Subiduría, para renunciar a la diferencia..."

"¡Buenas noches!, me llamo Juana, soy alcohólica... Fue sobre

todo por la gracia de Dios, y con la ayuda de ustedes, que he logrado salir adelante. El trago me estaba acabando. Me decían degenerada. Hice promesas. Fui donde psicóloga. Mi mamá me daba bebida de fruta de aguacate..."

"¡Buenas noches!, me llamo Mario, soy alcohólico... Yo era un pavo real..."

Un corto aplauso y... Por esos "atributos de la sinceridad", desfilan los testimonios de alcohólicos. Sin sabores y alegrías. Dudas y seguridades. Éxitos. Recuerdos. Lucha. Todo se comparte. Son testimonios nacidos del dolor, pintados de esperanza, en los cuales, a ratos, juguetona, una sonrisa, se cuece entre las

lágrimas

LA FILIGRANA

Alcohólicos Anónimos... Filigrana de aceptación. "Aceptamos que somos impotentes ante la bebida... Una incapacidad de manejar la vida lo lleva a beber... El miedo es el núcleo"

Filigrana de fe. "El objetivo final no es dejar de beber, es aprender a vivir. Vamos a cambiar el hoy no bello, por el hoy sí vivo"

Filigrana de perdón, empezando por el perdón a sí mismo. El pasado es libro de consulta y no un pesado memorial de culpas.

Filigrana de libertades, construida de 24 en 24 horas. A partir de la humildad que no es otra cosa que el reconocimiento de la



¿La última copa? 7

GUARO

¿La última copa? 7

GUARO

¿La última copa? 7

GUARO

¿La última copa? 7

GUARO

¿La última copa? 7

GUARO

¿La última copa? 7

GUARO

¿La última copa? 7

GUARO

¿La última copa? 7

GUARO

¿La última copa? 7

GUARO

¿La última copa? 7

GUARO

¿La última copa? 7

GUARO

¿La última copa? 7

GUARO

¿La última copa? 7

GUARO

¿La última copa? 7

GUARO

¿La última copa? 7

GUARO

¿La última copa? 7

GUARO

¿La última copa? 7

GUARO

¿La última copa? 7

GUARO

¿La última copa? 7

GUARO

¿La última copa? 7

GUARO

¿La última copa? 7

GUARO

¿La última copa? 7

GUARO

¿La última copa? 7

GUARO

¿La última copa? 7

GUARO

¿La última copa? 7

GUARO

¿La última copa? 7

GUARO

¿La última copa? 7

GUARO

¿La última copa? 7

GUARO

¿La última copa? 7

GUARO

¿La última copa? 7

GUARO

¿La última copa? 7

GUARO

¿La última copa? 7

GUARO

¿La última copa? 7

GUARO

¿La última copa? 7

GUARO

¿La última copa? 7

GUARO

¿La última copa? 7

GUARO

¿La última copa? 7

GUARO

¿La última copa? 7

GUARO

¿La última copa? 7

GUARO

¿La última copa? 7

GUARO

¿La última copa? 7

GUARO

¿La última copa? 7

GUARO

¿La última copa? 7

GUARO

¿La última copa? 7

GUARO

¿La última copa? 7

GUARO

¿La última copa? 7

GUARO

propia verdad.

Filigrana... Con la mente en un poder superior, que cada quien le pone su nombre, mi señor. Con el apoyo de almas gentiles. Con reuniones de grupo y lecturas. Con inventario personal. Cambio de vida. Integrarse, de nuevo, a las cosas bellas, reparación de daños, ayuda a otros que sufren.

¡Buenas noches! "Solo no pude... La solución no es tapar la botella, sino enunciar a sí mismo. Nuestro problema no es como salir de aquí: decía un letrero en una reunión de A.A. en una catedral de Nueva York... Nuestro problema es como nunca más volver acá..."

ES LA PRIMAVERA

Alcohólicos Anónimos. Filigrana... Para cuerpos agitados, almas desahogadas y corazones **malagados**.

Y tejendo, tejendo... El "no puedo se transforma en 'estoy tan solo', en 'si vieras a quien contaría ayer'. El 'yo perdí' en 'voy a construir'. El 'la empuje' en 'lo mejor está por venir'. El resentimiento en amor."

Y empiezan a surgir de las rutinas hombres y mujeres solitarios y enamorados de la vida. "Uno florece en todos los sentidos... Todo le cambia... Desde la cara... Es como ver que los ciegos ven, que los cojos andan..."

¡Buenas noches!

Yo ya disfruto de un amanecer, de un atardecer, de la son-

risa de mis hijos...

"En mi familia, primero rezaban para que me muriera, ahora rezan para que viva..."

"He tenido problemas, tristezas, penas, dificultades económicas y un éxito inmenso: estar vivo, saber que el objetivo mío es buscar paz interior y que eso soy disfrutando del mundo. Soy un milagro!"

¡Buenas noches!

"¿Usted hombre o mujer... Quedese con nosotros... Los mejores días están por llegar..."

"¿Que hubiera sido de mí...?"

¡Buenas noches, soy un milagro!

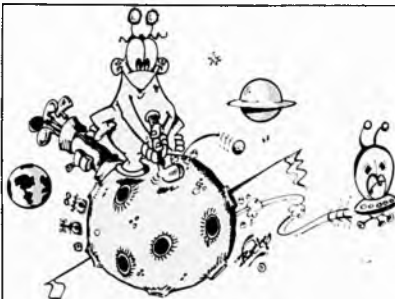
Una tenue luz

"Somos como barcos sin rumbo a la deriva, que se encuentran en mar de tempestades, con truenos, relámpagos, mareas altas. Se sufre mucho, porque se pierde el norte, la brújula, el timón (...). Al principio es la neblina, todo oscuro. Después, se empieza a vislumbrar una luz muy tenue, nuestro norte. A veces uno piensa que es una ilusión óptica, porque le da miedo ser una persona nueva. Tenemos temor a lo desconocido, temor a hacer propia esa luz. Después, se siente bien..."

¡Buenas noches!

Mañana. Las mejores días están por llegar. Último informe.

Un mundo raro



¿Un mundo sin alcohólicos?

Hasta raro.

¿Se puede prevenir el alcoholismo?

Eso es muy difícil. Nos dicen los profesionales que trabajan en la recuperación de alcohólicos y los mismos alcohólicos.

Familias que le mezclan trago a todo evento -sin orientación al respecto- están dándole a sus hijos el mensaje: consuma licor con frecuencia.

Es importante proyectar charlas, cursos, programas de información y literatura sobre alcoholismo en colegios, empresas, y hacer campañas por los medios masivos de comunicación.

Solo se sabe si uno es alcohólico bebiendo... Intente tomarse tres aguardientes, durante tres meses seguidos; después frene: no es capaz de hacerlo, es alcohólico. Dice un alcohólico.

"No puede buscar al futuro alcohólico entre los niños muy inquietos, inestables, descontentos, desadaptados, obsesivos. Y guíarlos para que no lleguen a serlo". Comenta otra alcohólica.

No es cuestión de prohibir el alcohol o dejar de producirlo. Es voluntad de gobierno pa' bajo, de informar y formar sobre los efectos del uso y el abuso del mismo.

¡Haga un año. Piense cuantos tragos se está tomando, a que horas, por que y con que efecto. Intente disminuirlo. Vea que no es capaz y acabará descubriendo que el motivo es uno: la necesidad. Y el efecto uno: se siente mal". Remata un doctor.

Se puede hacer prevención primaria, con población de alto riesgo -hijos de alcohólicos-, en escuelas de barrio por ejemplo: orientándolos sobre el manejo del tiempo libre, con programas de salud mental. Prevención secundaria con quien ya ha desarrollado la enfermedad, para que no se empeore. Y terciaria, con quien ya ha hecho crisis, tratando de rehabilitarlo al máximo, para que no recurra al trago por todo, para que se comunique con la familia, afronte sus problemas en forma diferente, insista el médico.

No es cuestión de prohibir el alcohol o dejar de producirlo. Es voluntad de gobierno pa' bajo, de informar y formar sobre los efectos del uso y el abuso del mismo.

Es importante proyectar charlas, cursos, programas de información y literatura sobre alcoholismo en colegios, empresas, y hacer campañas por los medios masivos de comunicación.

Solo se sabe si uno es alcohólico bebiendo... Intente tomarse tres aguardientes, durante tres meses seguidos; después frene: no es capaz de hacerlo, es alcohólico. Dice un alcohólico.

"No puede buscar al futuro alcohólico entre los niños muy inquietos, inestables, descontentos, desadaptados, obsesivos. Y guíarlos para que no lleguen a serlo". Comenta otra alcohólica.

No es cuestión de prohibir el alcohol o dejar de producirlo. Es voluntad de gobierno pa' bajo, de informar y formar sobre los efectos del uso y el abuso del mismo.

¡Haga un año. Piense cuantos tragos se está tomando, a que horas, por que y con que efecto. Intente disminuirlo. Vea que no es capaz y acabará descubriendo que el motivo es uno: la necesidad. Y el efecto uno: se siente mal". Remata un doctor.

Se puede hacer prevención primaria, con población de alto riesgo -hijos de alcohólicos-, en escuelas de barrio por ejemplo: orientándolos sobre el manejo del tiempo libre, con programas de salud mental. Prevención secundaria con quien ya ha desarrollado la enfermedad, para que no se empeore. Y terciaria, con quien ya ha hecho crisis, tratando de rehabilitarlo al máximo, para que no recurra al trago por todo, para que se comunique con la familia, afronte sus problemas en forma diferente, insista el médico.

No es cuestión de prohibir el alcohol o dejar de producirlo. Es voluntad de gobierno pa' bajo, de informar y formar sobre los efectos del uso y el abuso del mismo.

Es importante proyectar charlas, cursos, programas de información y literatura sobre alcoholismo en colegios, empresas, y hacer campañas por los medios masivos de comunicación.

Solo se sabe si uno es alcohólico bebiendo... Intente tomarse tres aguardientes, durante tres meses seguidos; después frene: no es capaz de hacerlo, es alcohólico. Dice un alcohólico.

"No puede buscar al futuro alcohólico entre los niños muy inquietos, inestables, descontentos, desadaptados, obsesivos. Y guíarlos para que no lleguen a serlo". Comenta otra alcohólica.

No es cuestión de prohibir el alcohol o dejar de producirlo. Es voluntad de gobierno pa' bajo, de informar y formar sobre los efectos del uso y el abuso del mismo.

¡Haga un año. Piense cuantos tragos se está tomando, a que horas, por que y con que efecto. Intente disminuirlo. Vea que no es capaz y acabará descubriendo que el motivo es uno: la necesidad. Y el efecto uno: se siente mal". Remata un doctor.

Se puede hacer prevención primaria, con población de alto riesgo -hijos de alcohólicos-, en escuelas de barrio por ejemplo: orientándolos sobre el manejo del tiempo libre, con programas de salud mental. Prevención secundaria con quien ya ha desarrollado la enfermedad, para que no se empeore. Y terciaria, con quien ya ha hecho crisis, tratando de rehabilitarlo al máximo, para que no recurra al trago por todo, para que se comunique con la familia, afronte sus problemas en forma diferente, insista el médico.

No es cuestión de prohibir el alcohol o dejar de producirlo. Es voluntad de gobierno pa' bajo, de informar y formar sobre los efectos del uso y el abuso del mismo.

Es importante proyectar charlas, cursos, programas de información y literatura sobre alcoholismo en colegios, empresas, y hacer campañas por los medios masivos de comunicación.

Solo se sabe si uno es alcohólico bebiendo... Intente tomarse tres aguardientes, durante tres meses seguidos; después frene: no es capaz de hacerlo, es alcohólico. Dice un alcohólico.

"No puede buscar al futuro alcohólico entre los niños muy inquietos, inestables, descontentos, desadaptados, obsesivos. Y guíarlos para que no lleguen a serlo". Comenta otra alcohólica.

No es cuestión de prohibir el alcohol o dejar de producirlo. Es voluntad de gobierno pa' bajo, de informar y formar sobre los efectos del uso y el abuso del mismo.

¡Haga un año. Piense cuantos tragos se está tomando, a que horas, por que y con que efecto. Intente disminuirlo. Vea que no es capaz y acabará descubriendo que el motivo es uno: la necesidad. Y el efecto uno: se siente mal". Remata un doctor.

Se puede hacer prevención primaria, con población de alto riesgo -hijos de alcohólicos-, en escuelas de barrio por ejemplo: orientándolos sobre el manejo del tiempo libre, con programas de salud mental. Prevención secundaria con quien ya ha desarrollado la enfermedad, para que no se empeore. Y terciaria, con quien ya ha hecho crisis, tratando de rehabilitarlo al máximo, para que no recurra al trago por todo, para que se comunique con la familia, afronte sus problemas en forma diferente, insista el médico.

No es cuestión de prohibir el alcohol o dejar de producirlo. Es voluntad de gobierno pa' bajo, de informar y formar sobre los efectos del uso y el abuso del mismo.

Es importante proyectar charlas, cursos, programas de información y literatura sobre alcoholismo en colegios, empresas, y hacer campañas por los medios masivos de comunicación.

Solo se sabe si uno es alcohólico bebiendo... Intente tomarse tres aguardientes, durante tres meses seguidos; después frene: no es capaz de hacerlo, es alcohólico. Dice un alcohólico.

"No puede buscar al futuro alcohólico entre los niños muy inquietos, inestables, descontentos, desadaptados, obsesivos. Y guíarlos para que no lleguen a serlo". Comenta otra alcohólica.

No es cuestión de prohibir el alcohol o dejar de producirlo. Es voluntad de gobierno pa' bajo, de informar y formar sobre los efectos del uso y el abuso del mismo.

¡Haga un año. Piense cuantos tragos se está tomando, a que horas, por que y con que efecto. Intente disminuirlo. Vea que no es capaz y acabará descubriendo que el motivo es uno: la necesidad. Y el efecto uno: se siente mal". Remata un doctor.

Se puede hacer prevención primaria, con población de alto riesgo -hijos de alcohólicos-, en escuelas de barrio por ejemplo: orientándolos sobre el manejo del tiempo libre, con programas de salud mental. Prevención secundaria con quien ya ha desarrollado la enfermedad, para que no se empeore. Y terciaria, con quien ya ha hecho crisis, tratando de rehabilitarlo al máximo, para que no recurra al trago por todo, para que se comunique con la familia, afronte sus problemas en forma diferente, insista el médico.

No es cuestión de prohibir el alcohol o dejar de producirlo. Es voluntad de gobierno pa' bajo, de informar y formar sobre los efectos del uso y el abuso del mismo.

Es importante proyectar charlas, cursos, programas de información y literatura sobre alcoholismo en colegios, empresas, y hacer campañas por los medios masivos de comunicación.

Solo se sabe si uno es alcohólico bebiendo... Intente tomarse tres aguardientes, durante tres meses seguidos; después frene: no es capaz de hacerlo, es alcohólico. Dice un alcohólico.

"No puede buscar al futuro alcohólico entre los niños muy inquietos, inestables, descontentos, desadaptados, obsesivos. Y guíarlos para que no lleguen a serlo". Comenta otra alcohólica.

No es cuestión de prohibir el alcohol o dejar de producirlo. Es voluntad de gobierno pa' bajo, de informar y formar sobre los efectos del uso