

## ***La sabiduría de la esperanza: Alcohólicos Anónimos***

ELBA NOEMÍ GÓMEZ GÓMEZ, CASIMIRO ARCE ARRIAGA  
Y FRIDA DE LA PAZ AVILA

A lo largo del presente tomo se ha hecho énfasis en la problemática que representa el aumento en la prevalencia de las adicciones a escala mundial. De igual manera, se ha realizado un desglose de los esfuerzos de diferentes sectores —como el académico, gubernamental y el referente a las y los profesionales de la salud— en la comprensión, prevención y tratamiento de las adicciones.

Existen muchos y diversos tipos de tratamientos y programas que buscan apoyar a las personas que padecen una adicción para que logren la sobriedad y una mejora en su calidad de vida. Entre la multiplicidad de opciones terapéuticas, se encuentra la propuesta hecha por la organización no gubernamental de Alcohólicos Anónimos (AA).

El programa de Alcohólicos Anónimos es una de las propuestas de rehabilitación de adicciones con mayor presencia alrededor del mundo. Además de ser la colectividad de autoayuda y ayuda mutua más conocida, extendida y de mayor impacto en la sociedad mexicana (Mercado & Briseño, 2014). Según Georgia Pelegrino, Glenda Pérez, Delia Duconger, María Martínez y Graciela Ramírez (2015), para 2015 AA estaba presente en más de 180 países y contaba con más de 2 millones de miembros; de manera adicional, de acuerdo con la Central Mexicana de Alcohólicos Anónimos A.C. (2019a), en México existen 841 grupos de autoayuda y ayuda mutua, que con base en el programa de los Doce Pasos hacen frente a la compleja problemática de las adicciones.

A pesar de que AA surgió en respuesta a las problemáticas específicas de personas alcohólicas, en la actualidad (tercera década del siglo XXI) su propuesta es utilizada para el tratamiento de otros tipos de adicciones y problemas de índole emocional. De tal forma que se han ido configurando comunidades que adoptan el adjetivo de “anónimos” y que tratan problemáticas tales como la adicción al sexo, la ludopatía, la codependencia y la neurosis (Mercado & Briseño, 2014; López, 2015).

Son varios los recursos que AA utiliza para el tratamiento y rehabilitación en adicciones, entre ellos, destaca el papel de su literatura. Entre las pretensiones de la vasta producción literaria producida por las y los integrantes de la organización, resalta la de divulgar un mensaje de esperanza, sobriedad y bienestar a las personas que sufren “la enfermedad del alcoholismo”, así como a las personas cercanas a ellos y ellas, y la de recuperar las experiencias de consumo, destrucción y recuperación de los miembros de la comunidad, además de enunciar los principales cimientos terapéuticos y espirituales del programa, los cuales sirven para la reflexión y el trabajo cotidiano individual de los miembros del grupo.

Tener una noción de la literatura de AA es imprescindible para entender el alcance y la diversidad de la propuesta de la organización, puesto que permite la comprensión tanto del funcionamiento organizacional como de los principios y fundamentos que rigen la práctica

terapéutica de una colectividad que funge como una de las principales fuerzas para el tratamiento y recuperación de las adicciones en México.

Este capítulo retoma, en primer lugar, los antecedentes históricos de AA, así como los principales fundamentos del programa de los Doce Pasos y características de la terapéutica empleada dentro de los grupos de AA. Posterior a ello, se expone una breve descripción de los principales textos para AA, así como sus aportes para la atención y tratamiento de las adicciones. Este último apartado es resultado de la consulta del acervo de la literatura de AA; así como de una entrevista realizada a Antonio Urueta, un integrante de la comunidad de AA con más de 40 años de sobriedad, quien además de ser “padrino”, se ha especializado en el estudio de la literatura de AA, y se desempeñó como custodio<sup>1</sup> de la Central Mexicana de Servicios Generales de AA durante los años en que se publicó el libro sobre la historia de AA en México, en 1996. Por lo mismo, a lo largo del texto se intercalan viñetas reflexivas, producto de la entrevista aludida.

El presente trabajo busca mostrar la historia de millones de héroes anónimos, los alcohólicos que pertenecen a una agrupación que tiene más de 80 años de existencia y que se han dedicado al entendimiento y atención del complejo problema de las adicciones. La biografía colectiva e individual se encuentra plasmada en una serie de libros, folletos, manuales y revistas que han fungido como conformación identitaria de la propia comunidad y como orientación para otros profesionales, integrantes de la sociedad civil y público en general interesados o afectados por las adicciones y sus concomitantes.

## ANTECEDENTES HISTÓRICOS, FUNDAMENTOS Y PROPUESTA TERAPÉUTICA DE ALCOHÓLICOS ANÓNIMOS

El surgimiento de AA data de 1935, aunque remite sus antecedentes a una conversación que el psicoanalista Carl Jung mantuvo con uno de sus pacientes alcohólicos, Rowland Hazard. Según la historia registrada en la literatura de AA, tras varias recaídas, Jung se declaró impotente en el tratamiento del alcoholismo, y afirmó que ya había hecho todo lo posible desde la ciencia y la medicina. No obstante, puntualizó que Rowland solo podría alcanzar su rehabilitación a través de una experiencia espiritual o religiosa que “transformara su espíritu” (Mercado & Briseño, 2014; López, 2015).

Tal afirmación es considerada como una piedra angular para la fundación de AA, ya que representó el primer eslabón de una serie de interacciones que terminarían por llegar al cofundador de AA, William Griffith Wilson (Bill W.). Además, da una noción acerca de cómo era el tratamiento en las adicciones a principios del siglo XX. De acuerdo con David López (2015), en el contexto norteamericano donde se gestó AA, los tratamientos profesionales dirigidos a adictos, en particular a los alcohólicos, no estaban lo suficientemente desarrollados y se caracterizaban por su inaccesibilidad. Asimismo, aunque los casos más graves se derivaban a instituciones psiquiátricas, las pólizas de seguro no incluían los daños causados por el alcohol y las drogas. Es decir, que la clínica se encontraba con limitaciones significativas, económicas, teóricas y prácticas para el tratamiento y la rehabilitación de las personas que contaban con una adicción.

1. El cargo de custodio es uno de los más importantes dentro la organización de AA; consiste en vigilar que el funcionamiento de la organización vaya acorde con los principios del programa de AA.

En el momento en que se le afirmó la imposibilidad de un tratamiento médico y psiquiátrico, Rowland acudió a los Grupos Oxford, una congregación terapéutica cristiana de corte protestante. Bajo el liderazgo de los pastores luteranos Samuel Shoemaker y Frank Bucean, los Grupos Oxford plantearon un “Método de reconciliación con Dios” para el tratamiento del alcoholismo, que era concebido como un signo de la ausencia de Dios (Mercado & Briseño, 2014). El método se fundaba en cuatro principios éticos de la iglesia protestante: la ética en el trabajo, la preocupación por el prójimo, la reparación del daño causado, y el trabajo en equipo (Villarino, 2005, citado en Mercado & Briseño, 2014); elementos que años después se retomarían en los fundamentos de la terapéutica de AA.

A través de los Grupos Oxford, Rowland, al igual que otro cierto número de adictos, logró su rehabilitación y empezó a transmitir su experiencia a varias personas que también tenían problemas de consumo; entre ellas, se encontraba un conocido de Bill W. llamado Edwin Tacher (Ebby), quien de igual manera había logrado la sobriedad. Ahora bien, Bill W. padecía las consecuencias de severos episodios alcohólicos que lo habían llevado a frecuentes hospitalizaciones y a la ruina tanto económica como social. En tratamiento con el doctor William Silkworth, Bill W. comprendió a su alcoholismo como una enfermedad progresiva y mortal, de la cual, según el dictamen del doctor, tampoco tendría cura (Mercado & Briseño, 2014).

A punto de ser internado en una institución psiquiátrica, Bill W. recibió la visita de Ebby, quien le compartió su experiencia en los Grupos Oxford. Al respecto, Bill W. relata: “Por su afinidad con mi sufrimiento, le era posible comunicarse conmigo en profundidad. Me di cuenta inmediatamente de que yo tendría que pasar por una experiencia parecida a la suya, que era para mí una cuestión de vida o muerte” (Alcohólicos Anónimos, 1995).

Entonces bien, en búsqueda de su sobriedad, Bill W. regresó con el doctor Silkworth y aunque se desintoxicó, padeció de una profunda depresión que, en palabras de Asael Mercado y Pablo Briseño (2014), “Lo llevó a sentirse en el momento más vacío de su vida” (p.14). En su desesperación, exclamó: “Si existe un Dios, ¡que se manifieste!” (Alcohólicos Anónimos, citado en Gutiérrez, 2015), y en ese momento vivió una “experiencia religiosa”, en donde vio una repentina luz blanca que se apoderó de él y le hizo entrar en una sensación de éxtasis indescriptible que lo liberó de su dependencia al alcohol (Mercado & Briseño, 2014).

A partir de esta experiencia de tipo religiosa, Bill W. se apoyó en lo espiritual como camino hacia la sobriedad (Gutiérrez, 2015; Mercado & Briseño, 2014), y empezó a transmitir el mensaje de su recuperación por varias ciudades de los Estados Unidos; hasta que en Akron, Ohio, un pastor le comentó del caso de Robert Smith (Dr. Bob), quien, a pesar de su participación en los Grupos Oxford, no había podido resolver sus problemas de alcoholismo.

Se concertó un encuentro en donde Bill W. relataría al doctor Dr. Bob su experiencia para alcanzar y mantener su sobriedad al tratar de ayudar a otros alcohólicos a permanecer sobrios, y le intentó convencer de que el alcoholismo es una enfermedad mental de las emociones y del cuerpo (Pelegrino, Pérez, Duconger, Martínez & Ramírez, 2015). En tal encuentro, ambos discutieron dos puntos que son base para lo que después se conformaría como la fraternidad de AA: el reconocimiento del alcoholismo como una enfermedad y la importancia de ayudar a otros alcohólicos para poder sostener la recuperación propia.

De acuerdo con Pelegrino et al. (2015), a raíz del encuentro, Bill W. y el Dr. Bob trabajaron inmediatamente con los alcohólicos internados en el Hospital Municipal de Akron, ahí se percataron de que en gran medida, la capacidad de permanecer sobrios se vinculaba con la ayuda y el estímulo que brindaban a los otros alcohólicos. En 1946 fue posible para Bill W. y el Dr. Bob llegar a algunas conclusiones a partir del análisis de las actitudes, funciones

y costumbres de los adictos internalizados, que junto con la propia experiencia, serían las bases y objetivos de AA.

Para 1950 se pudo enunciar y poner en práctica una fórmula útil para el funcionamiento y unidad de la agrupación (Pelegrino et al., 2015). A partir de ello comenzó la expansión de grupos y de sus miembros por todo Estados Unidos y el mundo, demostrando que la sobriedad se podía producir en masa (Gutiérrez, 2015; Pelegrino et al., 2015).

Según Alejandro Gutiérrez (2015), frente al éxito del programa y debido a su rápido crecimiento, se elaboraron los principios básicos de la organización con la finalidad de darle un carácter de legitimidad y credibilidad ante la sociedad, los cuales se ven reflejados en el “Enunciado”:

Alcohólicos Anónimos® es una comunidad de hombres y mujeres que comparten su mutua experiencia, fortaleza y esperanza para resolver su problema común y ayudar a otros a recuperarse del alcoholismo. El único requisito para ser miembro de AA es el deseo de dejar la bebida. Para ser miembro de AA no se pagan honorarios ni cuotas; nos mantenemos con nuestras propias contribuciones. AA no está afiliada a ninguna secta, religión, partido político, organización o institución alguna; no desea intervenir en controversias, no respalda ni se opone a ninguna causa. Nuestro objetivo primordial es mantenernos sobrios y ayudar a otros alcohólicos a alcanzar el estado de sobriedad (Central Mexicana de Alcohólicos Anónimos A.C., 2019b).

Cuatro años después de su fundación, Bill W. publicó *Alcohólicos Anónimos*, “El libro grande” o “El libro azul” de AA, en donde presenta tanto la metodología como el método terapéutico, y se manifiesta que para cumplir su rehabilitación, los miembros han de aceptar un programa de doce pasos y doce tradiciones; posteriormente, en 1951, se publican los Doce Conceptos.

De acuerdo con Gutiérrez (2015) y Pelegrino et al. (2015), en la comunidad de AA los Doce Pasos son los principios que funcionan como base para la recuperación del alcohólico, y su práctica conduce a la obtención de la sobriedad; las Doce Tradiciones, por su parte, abordan temas de “unidad”, que tienen que ver con principios que permiten una buena relación entre miembros y la comunidad exterior; finalmente, los Doce Conceptos se refieren a los principios y al procedimiento de servicio de los alcohólicos. En conjunto, son conocidos como los Tres Legados, considerados como una guía para los valores espirituales (Gutiérrez, 2015).

Los Doce Pasos conciben a la adicción como un síntoma de los defectos de carácter del adicto, los cuales le llevaron al consumo incontrolable, tales como la carencia de control de las emociones y la falta de aceptación de la realidad. En ese aspecto, AA considera que las adicciones evidencian los problemas más profundos del ser humano, y la problemática manifiesta del consumo es solo la punta del iceberg. El programa de recuperación puede ser comprendido en cinco fases básicas:

1. La admisión de la enfermedad del alcoholismo.
2. Catarsis y análisis de la personalidad.
3. Readaptación de las relaciones interpersonales.
4. Dependencia de un “Poder Superior”.
5. Trabajo con otros alcohólicos.

Como ya se mencionó, el programa de los Doce Pasos está influenciado por el método de reconciliación de los Grupos de Oxford, y las experiencias espirituales y religiosas de sus fundadores; además, surge de manera natural del apoyo mutuo y solidario de dos alcohólicos (López, 2015). Por ende, en las cinco fases se puede ver reflejada la experiencia e historia de vida que resultaron clave en el proceso de rehabilitación de los fundadores, y que son sistematizados con el objetivo de poder compartir “la esperanza” de una recuperación a otras personas que también viven algún tipo de adicción. Apoyados a su vez en una modalidad de terapia grupal, el método catártico y el servicio, fundamentados en el autoanálisis, la confesión pública y el amor a otros (Mercado & Briseño, 2014).

La primera fase consiste en la aceptación del alcoholismo como enfermedad, y la incapacidad de control sobre la bebida. La segunda fase comprende el análisis de la personalidad, en donde por medio de la autorreflexión, el adicto puede descubrir las causas que le llevaron al consumo, vinculadas con los siete pecados capitales; el adicto reconoce que pudo haber sido demasiado orgulloso, vanidoso, iracundo, etcétera. Ahora bien, solo a través del reconocimiento y la aceptación de esas “fallas” de carácter, sabrá cuáles son sus limitaciones y sus alcances, y podrá estar en mayor disposición para el cambio. Una vez hecho este paso, se le dará la oportunidad de la catarsis, ya sea con un psiquiatra, un consejero espiritual, en tribuna, o con un miembro experimentado de AA (Alcohólicos Anónimos, s.f.a).

La tercera fase indica que la forma incontrolada de consumo deterioró las relaciones personales del adicto, y ha de hacer un reajuste mediante el resarcimiento de daños que ocasionó a los demás, de forma física y moral. La cuarta fase consiste en la dependencia a un Poder Superior, algo más fuerte que el adicto, tal como él lo entienda, y para finalizar, en la fase cinco, se busca que el alcohólico canalice su energía y dedique el tiempo del consumo a ayudar a otros que están en recuperación (Alcohólicos Anónimos, s.f.a).

Las fases tienen como objetivo último la sobriedad, la cual va más allá del cese del consumo. Para AA, la sobriedad significa: “aprender a vivir en la abstinencia a través de un continuo crecimiento emocional que permita alcanzar la madurez” (Di Pardo, 2009). Esto implica la puesta en práctica de cualidades como la libertad, la honestidad y la humildad.

Ahora bien, disciplinas como la antropología, la sociología y el psicoanálisis se han interesado tanto en la terapéutica como en la forma de organización de estos grupos de autoayuda y ayuda mutua, los cuales se han enriquecido de manera lírica con perspectivas de diferentes marcos teóricos. María Montaña (2014) expone cómo desde el marco psicoanalítico de Winnicott, el acompañamiento de grupos de AA se puede pensar como un ambiente de contención al promover una interacción positiva entre sus miembros, apoyo mutuo, confrontación indirecta de conductas egosintónicas, e idealización de los miembros recuperados; elementos que facilitan el desarrollo de las funciones del yo.

También se ha subrayado cómo los grupos de autoayuda y ayuda mutua funcionan en respuesta social a la desintegración de los sistemas que antes brindaban soporte y apoyo a la población, tales como la familia, la iglesia y la comunidad, así como ante las carencias de servicios para tratamiento y las crisis en instituciones formales. Al no existir instancias que contengan y satisfagan las necesidades de la población, pueden darse movilizaciones colectivas que permitan que las personas que padecen de alguna problemática encuentren ayuda sin la dependencia tanto profesional como burocrática (Rosovsky, 2009). Al respecto, es posible observar cómo los orígenes de asociaciones como AA no se fundamentan en meras casualidades individuales, en casos imposibles aislados, o en este caso, en experiencias espirituales

reveladoras sino en problemáticas sociales que se reflejaban en el padecimiento de miles de personas con un malestar que parecía imposible de atender y que demandaba una solución.

El grupo se comprende como aquella herramienta terapéutica que brinda la contención, comprensión y acompañamiento que no se pudo obtener de otras instancias. Haydée Rosovsky (2009) señala que además de la identificación en el alcoholismo, las y los miembros de AA se identifican en temas vinculados con su clase e identidad social, por lo que encuentran apoyo y aceptación que trasciende al mero consumo.

Este punto adquiere una particular fuerza si se parte de la comprensión de los adictos como sujetos estigmatizados. Al respecto, Gilberto Jiménez (1997) hace énfasis en cómo las organizaciones sociales conformadas por personas estigmatizadas permiten la acción colectiva gracias al común sentimiento de pertenencia, y Campuzano (1996, citado en Mercado & Briseño, 2014) considera que lo que provoca que los grupos de autoayuda logren la acción de cambio tiene que ver con una alteración crítica de la autopercepción, posibilitada por el hecho de compartir un problema común.

Dentro de estos lugares comunes, es que es posible la confesión pública como recurso terapéutico. La confesión pública se deriva del método catártico, comprendido como la cura por la palabra. Los miembros de la organización hablan en primera persona, y exponen sus historias de vida y el historial de su adicción ante los otros. Exteriorizan todo lo que les causa malestar emocional, que a su vez funge también como un “puente de comprensión” a sus problemas emocionales, por medio de las experiencias compartidas (Mercado & Briseño, 2014).

Asimismo, los programas de AA han demostrado su efectividad en la rehabilitación por adicciones. David Best (2016) comenta, con base en una revisión exhaustiva de literatura, que tales efectos pueden deberse a la creación de redes sociales positivas y solidarias, al aumento de autoeficacia en términos de abstinencia y al elemento espiritual que brinda el programa. Sin embargo, menciona que sigue existiendo una disputa entre estos grupos y el saber “profesional”, caracterizada por una desconfianza mutua.

No obstante, López (2015), citando a Moos (2008), afirma que se han identificado elementos terapéuticos compartidos entre los grupos de AA e intervenciones psicoterapéuticas y psicosociales profesionales, tales como: “el apoyo, orientación y estructura; modelos y normas orientados hacia la abstinencia; compromiso con otras actividades gratificantes; adquisición de autoeficacia; y estrategias de afrontamiento”.

Más allá de la desestimación automática, muchas veces fundamentada en el prejuicio, el autor propone admitir que ambas posturas son válidas y tienen el potencial de enriquecerse de forma mutua. Reflexión que es de igual manera compartida por Best (2016), quien además menciona cómo los grupos de ayuda mutua representan un mecanismo para extender el cambio positivo a través de recursos tanto personales como sociales, en especial en los tiempos en donde la demanda de tratamiento en adicciones rebasa la capacidad de atención de las y los profesionales de la salud.

En concordancia con tales posturas, se considera relevante retomar la perspectiva de AA para el estudio, prevención y tratamiento de las adicciones. Como se desglosó a lo largo del capítulo, AA demuestra una larga historia y trayectoria, y debe sus fundamentos tanto a principios espirituales y religiosos como a la sistematización de la experiencia de varias personas que, desde su adicción, elaboraron métodos que pudieran ofrecer un mensaje de esperanza, sobriedad y bienestar a personas que también presentan alguna adicción.

Si bien no se desdeña el “saber especializado”, es fundamental retomar los conocimientos de estos sujetos que desde el propio padecimiento elaboraron un programa que en la actua-

lidad sigue ayudando a miles de personas en la búsqueda de la sobriedad, y que ha devenido en una herramienta fundamental, tanto para los miembros de la comunidad como en el ámbito terapéutico y organizativo. A forma de recuperación de estas propuestas alterativas de la sociedad civil, a continuación se presentan breves reseñas de algunos de los textos más importantes para AA.

## LA LITERATURA EN ALCOHÓLICOS ANÓNIMOS

El éxito de AA se debe a sus valores y formas de tratamiento desde la experiencia de otros que comparten el mismo padecimiento, pero también por el papel que ha desempeñado la literatura, que desde sus comienzos ha servido para difundir el mensaje de AA a más lugares y personas, y establecer los fundamentos del funcionamiento de la organización y de los grupos. Los objetivos principales de la literatura de AA son: “Mantener la pureza del mensaje de AA, para evitar desviaciones, impulsar el crecimiento de AA, por sí mismo” (Antonio Urueta, comunicación personal, 2020).

Ante la vasta producción de literatura, existen algunos libros que se podrían considerar como los más importantes, ya que relatan las bases espirituales para el tratamiento de los miembros, pero también los principios organizacionales y estructurales de la comunidad. Entre ellos se encuentran: *Alcohólicos Anónimos* (“El libro grande” o “El libro azul”); *El lenguaje del corazón*; *Tal como lo ve Bill W. La manera de Vivir de AA*; *el libro Doce Pasos y Doce Tradiciones*; *Alcohólicos Anónimos llega a la mayoría de edad*; *Reflexiones diarias*.

A continuación se presenta una descripción breve de esos libros, su historia y contenidos, con el objetivo de brindar un panorama general de lo que se escribe y reproduce en AA. La trascendencia del contenido y conocimiento de estos libros radica en que son parte de los cimientos ideológicos y funcionales de la comunidad, además de ser herramientas terapéuticas de gran relevancia y utilidad para el individuo en su vida cotidiana.

### El libro *Alcohólicos Anónimos*

El libro *Alcohólicos Anónimos*, que también es conocido como “El libro grande” o “El libro azul” fue el primer libro escrito por Bill W., publicado desde y para la comunidad de AA, y es considerado como el libro más importante para la comunidad de AA a escala mundial (Oficina de Servicios Generales, 2017). Fue gracias a su publicación que “se creó la editorial, se creó la primera Oficina de Servicios Generales en Nueva York. Que fue el principio de todos los demás que surgieron, además, en la misma editorial, le dio origen al nombre de la agrupación” (Antonio Urueta, comunicación personal, 2020).

El libro sentó las bases de lo que ahora es la comunidad de Alcohólicos Anónimos, así como el nombre que llevaría la organización. Este texto también se conoce como *El libro grande*, por tener ediciones en formato de gran tamaño, y en México se le conoce como “El libro azul”, por el color de su portada en la edición en este país. Este libro es un reflejo de la conciencia de la fraternidad de la comunidad de AA y es una de las principales fuentes de esperanza para los miembros de la comunidad, según lo refieren ellos.

El libro azul ofrece una mirada que permite derrumbar las barreras y estigmas sobre el alcoholismo y las personas adictas, al pasar de verlos como personas inútiles y desviadas, a considerar el alcoholismo como una enfermedad. Esto no solo ha transformado el entendimiento del alcoholismo desde lo social sino que les ha aportado a los mismos sujetos que

padecen esta condición la posibilidad de identificar lo que les pasa y saber que deben buscar ayuda, lo que acompañado de los otros valores del programa de AA, les permite lograr una recuperación óptima (Alcohólicos Anónimos Un Camino a la Libertad, 2013).

El libro *Alcohólicos Anónimos* se publicó por primera vez en abril de 1939, tiene cuatro ediciones en inglés y tres ediciones en español (Alcohólicos Anónimos, s.f.a; Oficina de Servicios Generales [OSG], 2017). Hay traducciones a 22 idiomas y es el segundo libro más traducido después de la Biblia (OSG, 2017). Además, fue incluido por la Biblioteca del Congreso de Estados Unidos en su selección: “Libros que dieron forma a ese país”, ya que es un libro capaz de transformar individuos y por lo tanto a la sociedad (Antonio Urueta, comunicación personal, 2020).

A pesar de las diversas ediciones que ha tenido, se ha mantenido en todos los 11 capítulos que se refieren a la parte “teórica”, donde se fundamentan los principios espirituales, postulados en el programa de AA. Lo que cambia entre las ediciones es la actualización de los testimonios personales de las personas en recuperación, con el fin de acercarse a poblaciones más específicas, para demostrar con ellas la utilidad del programa (Alcohólicos Anónimos, s.f.a). En cuanto a las presentaciones del libro *Alcohólicos Anónimos*, está la versión completa, que tiene las historias personales; la versión abreviada, que no tiene las historias personales, y la versión abreviada de bolsillo (OSG, 2017).

La primera edición en inglés, publicada en Nueva York en 1939, contenía el programa espiritual de Alcohólicos Anónimos los Doce Pasos. La segunda edición en inglés escrita en 1955, contemplaba el crecimiento y expansión de la comunidad y buscaba reafirmar la utilidad como un programa que podía funcionar en cualquier parte del mundo. En esta edición se añadieron apéndices como: “La opinión del médico”, y las “Nuevas experiencias”, seleccionadas por Bill W., que buscan aportar al carácter de “universalidad”, mediante testimonios que apelarán a todo tipo de personas (Antonio Urueta, comunicación personal, 2020).

En la tercera edición en inglés, escrita en 1976, se buscó hacer hincapié en el prólogo sobre la creciente presencia de las mujeres como miembros del grupo. Aunque en esta edición el fundador Bill W. ya había muerto, se continuó con la inclusión y renovación de los testimonios, que en esta ocasión buscaban expresar el funcionamiento de AA para unir generaciones, al acercar a los miembros y al programa a las personas jóvenes, pese a los conflictos crecientes por el rechazo de estas a los valores sociales establecidos (OSG, 2017).

En la cuarta edición en inglés, publicada en 2001, como en la tercera edición, el prólogo no solo hace referencia al incremento a escala mundial de los miembros sino a las nuevas dinámicas en las agrupaciones con el uso del Internet, por ejemplo, con la posibilidad de llevar a cabo reuniones en línea o discusiones mundiales en foros, o posteriormente en las redes sociales. Esta cuarta edición busca reafirmar que el programa espiritual funciona para cualquier alcohólico que quiera dejar de beber de manera voluntaria, en cualquier parte del mundo, y generación tras generación, y que el programa se puede adaptar y servirse de las herramientas que sean necesarias para permitir a más personas incluirse. En esta edición se utilizaron testimonios de miembros recientes del grupo (OSG, 2017).

En sus traducciones al español, la primera edición se realizó en la Central de Nueva York en 1986, con base en la tercera edición en inglés de 1976. La primera edición en español no incluyó a las historias personales, salvo una titulada: “La pesadilla del Dr. Bob”; debido a ello, en algunos países como fue el caso de México, se añadieron testimonios de miembros locales.

La segunda edición en español fue impresa en 1990 y es, con exactitud, el mismo contenido que el de la primera: el prólogo, “La opinión de un médico”, los capítulos del 1 al 11, “La pesa-



dilla del Dr. Bob”, y en esta ocasión se incluyeron testimonios de miembros hispanohablantes seleccionados desde Nueva York. Sin embargo, en México esta edición no fue utilizada y se continuó utilizando la versión de 1986 con un suplemento de historias de miembros mexicanos, llamada: “Alcohólicos Anónimos con historias personales”.

La tercera edición impresa en español fue en 2008, en la cual se agregaron 32 testimonios de los miembros de los distintos países hispanohablantes, elegidos desde el Comité General en Nueva York (OSG, 2017). Las distintas ediciones en inglés, español, así como en alemán, tienen su propia historia de producción y distribución (OSG, 2017).

El libro por sí solo comparte los valores y formas básicas del programa en los 11 capítulos base, y solo ha tenido modificaciones en el prólogo y las historias de los miembros, los cuales reflejan el alcance del programa a partir del tiempo, el espacio y los tipos de adicciones. Los testimonios que se han presentado en las diferentes ediciones de *El libro grande* son mensajes de esperanza para los que van llegando a la agrupación, pero también para los miembros antiguos, ya que sirven como ejemplo de la posibilidad y capacidad del programa para alcanzar de manera satisfactoria la sobriedad y una vida más tranquila (Alcohólicos Anónimos. Un Camino a la Libertad, 2013). En resumen, el apartado de los testimonios personales se ha caracterizado por mostrar aspectos determinantes como la efectividad, la universalidad, la intemporalidad y la trascendencia del programa de AA (OSG, 2017).

El libro *Alcohólicos Anónimos* es una herramienta y referencia indispensable para todos los grupos de autoayuda que han surgido después de AA. Es una obra que no solo ha trascendido el espacio y el tiempo sino que ha sido capaz de abordar otro tipo de problemáticas además del alcoholismo, como pueden ser las conductas adictivas relacionadas con trastornos alimenticios, sexuales, afectivos, la ludopatía, entre otros, así como el consumo de todo tipo de sustancias. Existen “cientos de grupos de autoayuda, y todos se basan en los Doce Pasos formulados en el quinto capítulo de este libro” (Antonio Urueta, comunicación personal, 2020).

Para la creación del capítulo cinco, en el que se desarrolla el funcionamiento básico del programa a partir de los Doce Pasos, Bill W. se inspiró en gran medida en los principios del Grupo Oxford, en donde había participado antes de fundar AA, así como en las ideas de William James y del doctor Silkworth. A partir de los seis pasos desarrollados en este programa, Bill W. escribió los Doce Pasos de AA, que para su autor sumaban un valor simbólico por el número, ya que hacen referencia a los doce apóstoles (Alcohólicos Anónimos. Un Camino a la Libertad, 2013).

Según Antonio Urueta (comunicación personal, 2020) la trascendencia e importancia del libro para el tratamiento de las adicciones se debe a su fuerza curativa y espiritual, que ha atraído a diversos aliados desde distintas disciplinas, como la medicina, la psiquiatría, la sociología, la psicología y la religión. Disciplinas que han encontrado la importancia del programa y de la ruta trazada para la sobriedad en este libro. Según la reseña escrita en el sitio web oficial, este libro también ayudó a cambiar la forma en la que se conoce y entiende el alcoholismo, definiéndolo como una enfermedad que requiere de un programa con bases espirituales para lograr y mantener la sobriedad.

Este libro, además de plasmar las bases espirituales del programa que posibilitaron la expansión del mensaje a lo largo del mundo, es considerado por la comunidad de AA como patrimonio de la humanidad por su aporte esperanzador y por su capacidad de rescatar a las personas de las adicciones y crear una comunidad, a través de la recuperación, el servicio y

la unidad (Alcohólicos Anónimos, s.f.a). Este es un libro que trasciende en la vida y experiencia de los miembros, pero también mantiene la unidad y expansión de la comunidad de AA.

### TAL COMO LO VE BILL. LA MANERA DE VIVIR DE ALCOHÓLICOS ANÓNIMOS

*Tal como lo ve Bill* es un libro que contempla los aspectos de la vida de un adicto en rehabilitación, quien presenta altibajos emocionales que no siempre son fáciles de sobrellevar de manera individual ni para quien es suficiente la propia voluntad para atenderlos. Por eso Bill W. concibió este libro como una herramienta de consulta ante cualquier situación emocional que una persona adicta en rehabilitación presente en su diario vivir. Se considera que las personas adictas tienen problemas emocionales, pero una vez que es detectada la emoción, se puede acudir a la literatura y consultar lo descrito sobre ese sentir.

Este libro, a decir de Antonio Urueta, es una fuente para confrontar y nutrirse ante las problemáticas cotidianas; el libro consta de más de 300 temas, como por ejemplo: “la racionalización, la libertad, la meditación, la mente abierta, el miedo, los novatos, las relaciones familiares, el poder superior, los remordimientos, la culpabilidad, la tentación de beber, la tolerancia” (comunicación personal, 2020).

La primera edición de este libro data de 1967 y constituye el punto de vista de Bill W. acerca de la manera de vivir de AA, y del camino hacia el despertar espiritual. Este libro responde a la necesidad de contar con una herramienta de ayuda para afrontar las situaciones emocionales con las que el adicto en recuperación vive y convive de manera cotidiana. La primera edición fue escrita en inglés en el año de 1967, pero fue hasta 1984 cuando el libro estuvo disponible en el idioma español (OSG, 2017).

*Tal como lo ve Bill* es una guía para los miembros la comunidad donde se retoman varios extractos de los principales libros de la literatura de AA, entre los que se encuentran: el texto de *Alcohólicos Anónimos, Doce Pasos y Doce Tradiciones, Alcohólicos Anónimos llega a su mayoría de edad, y Los Doce Conceptos para el Servicio Mundial*, así como de artículos de la revista *Grapevine*, y de correspondencia personal de Bill W.

El libro comienza con un índice sobre las diversas temáticas ordenadas de manera alfabética, lo que facilita el estudio y acceso a las temáticas específicas. Entre los temas que se pueden consultar en este libro se pueden encontrar algunos de los conceptos relacionados con la enfermedad del alcoholismo; también los temas que tiene referencia al funcionamiento del grupo y cuestiones como el servicio o apadrinamiento, pero sobre todo, los aspectos de AA relacionados con los principios espirituales y de desarrollo personal, como la humildad, la felicidad, la fe, la responsabilidad, entre otros.

Además del índice que facilita la consulta de los distintos temas, al ser una herramienta de consulta diaria, el libro consta de escritos cortos, expresados con un lenguaje sencillo, entre iguales:

Pues surge como una guía para todos los miembros de AA, para que en su diario vivir aborden problemas como los que te digo; que si estás pasando por una situación de una crisis emocional, la detectes y vas ahí, y lees todo lo referente al miedo, todo lo referente a la culpa, todo lo referente al resentimiento. ¡A lo que quieras! Son para que tengas una fuente de donde nutrirte para los problemas diarios (Antonio Urueta, comunicación personal, 2020).

Este es un libro que plasma de manera escrita una forma de entendimiento de la enfermedad y de esperanza ante la posibilidad de una vida sobria y feliz, por ello es consultado de forma habitual por muchos de los miembros ante situaciones cotidianas. Al reescribir su obra, Bill W. reitera su mensaje de inspiración y consuelo que convoca a detenerse un momento ante el torbellino emocional que a veces presenta la vida diaria y darse a sí mismo un espacio para meditar y compartir ese sentir con los demás miembros de la comunidad, mostrando que este recorrido espiritual se anda acompañado y con la ayuda del otro. El gesto de Bill W. al hacer este texto es el de la reflexión, a la que invita a cada lector que se acerque a esta y otras obras de AA.

Gracias al valor y los conocimientos descritos en el libro, este puede llegar a ser una herramienta de trascendencia en la experiencia individual y cotidiana, pero también para la comunidad, ya que sus temas se utilizan en el desarrollo de las juntas diarias de muchos grupos. Por ejemplo, según el testimonio del padrino Antonio Urueta: “No hay semana que no veamos un tema de él. Cada semana en un grupo se ve un tema de Bill; hay grupos que funcionan nada más con este, este es un libro todas las sesiones” (comunicación personal, 2020). *Tal como lo ve Bill* es un libro que es una guía para la comunidad de Alcohólicos Anónimos.

#### *DOCE PASOS Y DOCE TRADICIONES*

Este libro, *Doce Pasos y Doce Tradiciones*, fue escrito por Bill W. 10 años después de que se publicara *El libro grande*, y surgió por la inquietud del autor de que hacía falta especificar y ampliar el conocimiento sobre la recuperación del alcoholismo basada en los Doce Pasos, que habían sido plasmados en la obra anterior (Alcoholics Anonymous, 2015):

El libro de los Doce Pasos surge por las dificultades que les estaba ocasionando practicar los pasos, principalmente el cuarto, quinto, sexto y séptimo, y el décimo, de los cuales hablaba muy poco el libro de *Alcohólicos Anónimos*, porque tenemos que tomar en cuenta que cuando se empezó a escribir ese libro, Bill W. tenía tres años sobrio (Antonio Urueta, comunicación personal, 2020).

Este libro surge a partir de la práctica del programa por Bill W., lo que le permitió llegar a una descripción profunda de los doce pasos, después de ponerlos en práctica por más años. Según como lo describe Antonio Urueta, los Doce Pasos fueron escritos aproximadamente 10 años después (1949) de la publicación de *El libro grande*, mientras que las Doce Tradiciones fueron escritas 12 años después de ese libro; sin embargo, fueron fusionados para mayor funcionalidad. Fue hasta 1953, para conmemorar 18 años de la organización, que el libro *Doce Pasos y Doce Tradiciones* fue publicado (Alcoholics Anonymous, 2015).

Los doce pasos del programa de AA son un conjunto de principios espirituales que pueden llegar a ser adoptados como una forma de vida para alcanzar la sobriedad y la transformación del sujeto adicto en una persona íntegra, útil y feliz. Por otra parte, las doce tradiciones se aplican al funcionamiento de la comunidad, resumiendo las herramientas que mantienen la unidad y relación con el exterior (Alcoholics Anonymous, 2015). “Las tradiciones son para sostener a toda la agrupación: cómo relacionarnos entre grupos, cómo relacionarnos como un todo” (Antonio Urueta, comunicación personal, 2020). En el funcionamiento y unidad interna en este libro se pueden encontrar datos como el tipo, forma y tiempo para el nombramiento de los servidores (Antonio Urueta, comunicación personal, 2020), plasmados con

el fin de que el funcionamiento de la comunidad no se viera comprometida con la expansión mundial del programa.

Aunque este libro resulte de utilidad para la vida y el proceso de los miembros, y para el funcionamiento de la comunidad, existen evidencias de personas no alcohólicas que expresan las consecuencias positivas al practicar los doce pasos de AA ante las dificultades de la vida cotidiana, ya que son considerados como un camino que puede guiar a una vida útil y feliz para muchas personas, sean alcohólicas o no (Alcoholics Anonymous, 2015).

Para Antonio Urueta la importancia de los saberes otorgados en este libro es que son: “una forma de vida que le puede funcionar a todo mundo, si nos aplicáramos ¿Sí? Va contra el egoísmo de la gente, el egocentrismo; va contra todas esas situaciones” (comunicación personal, 2020). *Doce Pasos y Doce Tradiciones* es un texto que engloba las bases del programa en doce pasos de AA que generan la esperanza y unidad necesaria para que los miembros puedan encontrar la sobriedad, la comunidad, la organización y la funcionalidad.

### *ALCOHÓLICOS ANÓNIMOS LLEGA A LA MAYORÍA DE EDAD*

*Alcohólicos Anónimos llega a la mayoría de edad* se publicó en 1955, después de la muerte del cofundador de AA, el Dr. Bob, acaecida en 1950. Fue entonces que Bill W. comenzó a confrontarse con su propia mayoría de edad:

Él se dio cuenta de que la agrupación, si no se creaba una estructura de funcionamiento, de acuerdo con nuestros principios de no gobierno, a nuestros principios tradicionales, nuestra organización podría desaparecer. Entonces, se crea una estructura suigéneris en el mundo, porque no hay otra donde los grupos sean los dueños de Alcohólicos Anónimos; donde los miembros son dueños de Alcohólicos Anónimos, y todos los servicios que existen hacia arriba (Urueta, comunicación personal, 2020).

Bill W. al confrontarse con la realidad de su edad y su cercanía con la muerte, vio necesario realizar un texto que otorgara la estructura y funcionamiento del programa a los miembros una vez que él faltara. Este texto fue hecho con el fin de que los grupos pudiesen funcionar bajo los mismos principios y también para que la organización siguiera creciendo una vez que los fundadores faltaran. En este libro se reúnen los primeros 20 años de vida del programa de Alcohólicos Anónimos y describe los tres legados de la comunidad: “El Legado de la Recuperación, basado en *El libro grande*, basado en los Doce Pasos; el Legado de la Unidad, basado en las Doce Tradiciones, y el Legado de Servicio. El Legado de Servicio, basado en el *Manual de servicio* y en los Doce Conceptos para el Servicio Mundial” (Antonio Urueta, comunicación personal, 2020).

El libro, según lo relata en su testimonio Antonio Urueta (comunicación personal, 2020), nace de la necesidad de recopilar los hechos y datos históricos que marcaron la comunidad, desde cómo se conocieron los fundadores, cómo se fueron multiplicando los grupos y miembros, y cómo surgieron los libros más importantes como *El libro grande* o el surgimiento de los Doce Pasos. Está conformado por secciones dependiendo de las temáticas, entre las que se encuentran, por ejemplo, el temor, la ira o la admisión. Tales secciones vienen descritas

en el índice, lo que facilita a los lectores acceder con rapidez al tema que requieran en ese momento.

*Alcohólicos Anónimos llega a la mayoría de edad* otorga a los miembros de la comunidad las riendas del funcionamiento de la comunidad, así como los saberes y principios necesarios para que eso sea posible. Pero también es importante considerar la madurez y sabiduría que Bill W. había alcanzado en esta etapa de su vida, después de un largo camino por la sobriedad espiritual, lo que se vio reflejado en sus reflexiones y sabiduría, plasmados en este libro.

## EL LENGUAJE DEL CORAZÓN

*El lenguaje del corazón* es una selección de artículos de Bill W. publicados en la revista *Grapevine*; los artículos abarcan desde 1944 —que es cuando se funda la revista— hasta 1970, poco antes de la muerte del cofundador de AA. El libro fue publicado en 1988, y por primera vez reunía en un solo texto aquellos artículos que estaban dispersos entre la revista, los folletos y los volantes.

La revista *Grapevine* tuvo sus inicios como un boletín entre los grupos de la ciudad de Nueva York, y fungió como herramienta para que se pudieran entender entre ellos. Con el paso del tiempo y del crecimiento de la comunidad, la revista se afirmó como una herramienta de comunicación entre los miembros y los grupos a nivel mundial, y un medio en el que Bill W. compartía sus ideas y experiencia sobre la creación, la consolidación y el futuro del programa y de la comunidad.

El libro se compone por tres partes que enuncian las etapas del desarrollo de los primeros 35 años de la comunidad de Alcohólicos Anónimos. En la primera parte se encuentra el desarrollo de la estructura que garantiza la unidad y funcionamiento de la organización, descritos en las Doce Tradiciones, entre los que se incluye el papel de los líderes, el manejo del dinero, el anonimato, relaciones públicas y con profesionales, y la autonomía del grupo.

En la segunda parte, se describe cómo fue que tras la muerte del Dr. Bob y la necesidad de Bill W. por mantener el legado de AA, se llegó a otorgar la responsabilidad de los servicios mundiales de AA con la creación de los Servicios Generales, así como resaltar lo que se conoce como el Tercer Legado, que refiere al objetivo primordial de AA, que es llevar el mensaje a la persona que sufre, lo que sintetiza la figura del Servicio.

En la tercera parte, se aborda la llamada “Próxima frontera”, que es lo que se conoce como la sobriedad emocional, que conlleva al despertar espiritual. Describe la importancia de los principios espirituales para pasar de la sobriedad a la sobriedad emocional, lo que representa un cambio profundo en los modos de vida de la persona, con una mayor madurez, equilibrio, disciplina y humildad.

*El lenguaje del corazón* puede llegar a considerarse como un documento histórico sobre el proceso de conformación de Alcohólicos Anónimos, desde la historia de la creación de la estructura organizativa, las doce tradiciones, las etapas de desarrollo, los retos de los fundadores y la solidez de su legado. Además, este es un libro en el que se puede encontrar un compendio de puntos de vista de profesionistas, “que fueron escritos en la revista *Plenitud*, y ahora están aquí, viene sobre elaboración a secas, sobre la personalidad del alcohólico, repercusiones del alcoholismo en la familia, aspectos neuropsiquiátricos del alcoholismo” (Antonio Urueta, comunicación personal, 2020).

## REFLEXIONES DIARIAS

Además de los textos ya descritos también se encuentra el libro de *Reflexiones Diarias*, que es una herramienta utilizada por las agrupaciones en el desarrollo de las juntas diarias.

El libro de reflexiones diarias, como su nombre lo dice, busca plasmar una reflexión por cada día del año, la cual se recomienda que se lea a diario de manera personal, pero también de forma grupal. Según Antonio Urueta, “surge como una manera de invitar a todos los miembros a iniciar el día con una oración de gratitud por la sobriedad, y una reflexión sobre todos los aspectos del programa” (comunicación personal, 2020).

Este libro busca reforzar la meditación y oración, como herramientas para la inspiración de la oración de cada día. Su importancia radica en la trascendencia que puede tener la meditación para el crecimiento de la vida espiritual: “es una herramienta práctica para realizar un momento de meditación y reflexión ya sea al iniciar su día, su junta o ambos, además muchas de las fechas contemplan cuestiones específicas como la navidad, año nuevo, día de la madre o del padre, que pueden llegar a ser complicadas para muchos de los miembros” (Antonio Urueta, comunicación personal, 2020).

Además de estos libros que han sido descritos, que contienen un gran valor espiritual para los miembros, pero también para el funcionamiento y organización de la comunidad, así como documentos históricos de la evolución del programa y sus reflexiones, el padrino Antonio Urueta hizo mención de otros textos que él encuentra trascendentes para la comunidad y los miembros, entre ellos, *Viviendo sobrio*.

## VIVIENDO SOBRIO

Para Antonio Urueta el libro *Viviendo sobrio* es básico para los nuevos miembros, ya que es un libro que describe herramientas y reflexiones prácticas, como qué hacer en las primeras 24 horas de sobriedad, qué hacer con el alcohol que hay en la casa, si está bien juntarse con consumidores, y otro tipo de cuestiones prácticas, además de explicar los axiomas como: “Poco a poco se va lejos”, “Vive y deja vivir”, “Tómalo con calma”, “Vigilando la ira y los resentimientos” (Antonio Urueta, comunicación personal, 2020).

Este libro fue escrito por miembros de Colombia, y después fue aprobado por la Conferencia General en Nueva York. Este libro es un gran apoyo para la orientación de los nuevos miembros, los cuales se pueden encontrar en una situación conflictiva y sin la posibilidad de apoyarse en un padrino o madrina (Antonio Urueta, comunicación personal, 2020).

## TRANSMÍTELO

*Transmítelo* es la biografía de Bill W., fue publicada en 1984 por Alcoholics Anonymous World Services. Este libro recapitula entrevistas y 26 fotografías de la experiencia y labor del fundador de esta comunidad. Para Antonio Urueta, este libro presenta no al fundador sino al ser humano detrás del programa de AA. Este libro relata:

Cómo fue su infancia [de Bill W.], cómo le afectó el divorcio de sus padres, cómo era un tipo inseguro desde niño. Ahí dice Bill por qué fue egocéntrico, por sentimientos de inferioridad, de que en el fondo de su corazón dice que se sentía el [la] último[a] de las

criaturas de Dios; porque ahí habla de la hipersensibilidad que él tuvo desde niño (Urueta, comunicación personal, 2020).

Además de presentar la biografía y forma humana de Bill, desarrolla el impacto de la hipersensibilidad en las personas desde la infancia y cómo es que ciertos eventos de la vida fueron más traumáticos para ellos, por su forma de ser hipersensible:

Por ejemplo, Bill W., se separan sus papás cuando él tenía 10 años, ¿sabes qué pensó él?: “Si me hubieran querido, no se hubieran divorciado”. Luego, “el motivo por el que se divorcian es porque yo no valgo”. Ese es un mecanismo nomás de un ser hipersensible. ¡Nada tenía que ver el divorcio de sus padres con él!, pero él lo asume así (Antonio Urueta, comunicación personal, 2020).

*Trasmítelo* es una biografía que puede llegar a ser un espejo para muchos de sus lectores, en el cual podrán reflejar y entender el dolor, el miedo y otros sentimientos y emociones que se han arrastrado desde la infancia. El libro también es una ventana de esperanza al ayudar a ver que a pesar de reflejarse en la historia de dolor, es posible salir adelante y alcanzar la sobriedad espiritual a partir de la práctica de los principios y valores como los que propone el programa de AA.

#### *LLEGAMOS A CREER*

*Llegamos a creer* es otro de los libros que el padrino Antonio Urueta menciona como aquellos de mayor impacto y trascendencia en su experiencia como miembro de AA. Este libro relata las experiencias espirituales de algunos de los miembros de la comunidad AA. Este es un libro que puede ser de gran utilidad, “para todos los que están batallando, que sepan que hay muchas formas de llegar a la experiencia espiritual, al despertar del espíritu” (Antonio Urueta, comunicación personal, 2020).

Este libro es importante porque enmarca el valor y trascendencia de la espiritualidad para el programa, pero en general para el desarrollo positivo de la vida de las personas.

Además de los libros de la comunidad de Alcohólicos Anónimos, esta agrupación produce otro tipo de materiales literarios que incluye librillos, una revista y folletos, de los cuales existe una extensa lista de títulos.

#### *PLENITUD AA*

*Plenitud AA* es la revista de Alcohólicos Anónimos, surgió primero en inglés con el nombre de *Grapevine*; en sus principios tenía el fin de reunir y compartir de forma impresa y periódica las experticias de los miembros de AA. La revista *Plenitud AA* fue publicada por la Central Mexicana de Servicios Generales de Alcohólicos Anónimos por primera vez en mayo de 1977 y continuó hasta octubre de 2020, con la edición del número 244.

En los distintos números de esta revista se tratan diversas temáticas, como declaraciones oficiales de la agrupación, historia internacional y nacional de los grupos de AA en México; información sobre las bases e ideología de la agrupación; información específica sobre el alcoholismo, sobre las características generales de los sujetos adictos, como la hipersensibilidad o los sentimientos recurrentes como la culpa, el miedo, el abandono, entre otros;

sobre las causas, las consecuencias y las formas de las adicciones; también se habla sobre las recaídas, qué son y cómo enfrentarlas; sobre la literatura, los valores de la comunidad y de las herramientas terapéuticas y espirituales como el servicio, el apadrinamiento, la oración, la meditación; así como las reflexiones y experiencias de los miembros de la comunidad de AA.

Entre las temáticas de esta revista también se puede encontrar contenidos relacionados con el consumo y recuperación en mujeres, en adolescentes o en personas que pertenecen a la comunidad LGBT+ o a otros grupos vulnerables, como los migrantes, así como describir otro tipo de adicciones como la adicción al sexo, a la ludopatía, a las relaciones, a la comida, etcétera.

En la actualidad, además de las diversas experiencias de los miembros, en la revista se comparten textos realizados desde criterios profesionales. Pero por lo general, a decir de palabras de Antonio Urueta: “la mayor parte es una junta impresa de AA” (comunicación personal, 2020). Es decir, que la revista busca materializar de manera impresa la forma y fin de las juntas de la comunidad, y lograr transmitir el mensaje y conocimientos para el entendimiento y recuperación del alcoholismo y otras adicciones, desde la experiencia de otros alcohólicos y adictos en rehabilitación.

La revista llegó a ser tan importante para la comunidad de AA en México que se creó una oficina y editorial propia para su producción. En México, la revista *Plenitud* se maneja por separado de la literatura editada por la Oficina de Servicios Generales (OSG). Sin que esto llegue a fragmentar la unión y alineamiento a los principios generales de la producción de literatura y saberes de la comunidad de AA sino por la magnitud y atención que la producción de la revista requiere (Antonio Urueta, comunicación personal, 2020).

Esta revista, como ya se mencionaba, contiene la estructura e intención de las juntas presenciales de la comunidad, por lo que puede ser útil, por ejemplo, “para muchos solitarios que no pueden estar en un grupo como, por ejemplo, ahorita con la pandemia, pues, se echa su revista y se avienta su junta” (Antonio Urueta, comunicación personal, 2020).

La existencia de la revista *Plenitud* también implica, para sus lectores y para los miembros de la comunidad, una constante motivación para desarrollar su capacidad de escritura relatando su experiencia, la cual puede ser publicada si es enviada y elegida por el comité encargado (Antonio Urueta, comunicación personal, 2020). Desde la revista se fomenta que miembros de los grupos de autoayuda compartan sus testimonios sobre su consumo, su adicción y su camino de recuperación en AA.

La revista *Plenitud* logra expandir el alcance y formas de compartir los testimonios, pero también de recibir los testimonios de más personas, lo que es una de las bases del programa de AA, difundir el mensaje de esperanza y recuperación. Asimismo, al interior de los grupos, en momentos en que las reuniones se vuelvan complicadas, la revista *Plenitud* puede ser una herramienta que sirva de acompañamiento y continuación de su proceso de tratamiento desde otros espacios y tiempos, entre los miembros de la comunidad (Antonio Urueta, comunicación personal, 2020).

## FOLLETOS

Además de los libros, librillos y la revista *Plenitud*, la literatura de AA ofrece a sus lectores una lista de más de 100 folletos que condensan de forma clara y accesible la información y los conocimientos que ha desarrollado AA a miembros y a personas externas de la organización. Antonio Urueta menciona que los folletos son de suma utilidad para los miembros más



recientes, así como para acercarse a quienes no son miembros, o son familiares o personas cercanas a una persona con problemas de adicción (comunicación personal, 2020).

Los temas de los folletos son tan variados y profundos como lo pueden ser las necesidades y realidades de los sujetos que padecen una adicción. Estos folletos, así como la literatura en general, ofrecen recursos espirituales, así como herramientas y conocimientos para transformar su cotidianidad y estilos de vida, pero también estos folletos pueden llegar a tener valor para la investigación académica o profesional, por ejemplo, el folleto: “Un punto de vista sobre AA’, fue desarrollado por un alcohólico anónimo en una universidad, creo que en Oxford, para personas que estaban haciendo una maestría en adicciones. Está lleno de objetividad, el libro” (Antonio Urueta, comunicación personal, 2020). Este folleto fue desarrollado por una persona que además de su experiencia como adicto tenía experiencia profesional, por ello está recomendado para las personas, miembros o no de AA, que trabajen desde el ámbito profesional el estudio de las adicciones y de los grupos y organizaciones de autoayuda.

Los folletos de AA tienen el propósito de sintetizar la información para que pueda ser más accesible, digerible e inmediata de compartir, para que el mensaje y los conocimientos del programa lleguen e impacten a más personas y de una forma más directa, por lo que, a pesar de ser cortos, logran ser concisos y de gran utilidad y trascendencia para la comunidad y sus miembros.

La literatura de AA tiene fundamentos y bases profesionales desde la psicología, la medicina, la sociología, la religión y otras disciplinas: “Esta literatura podría ser considerada como literatura de autoayuda o de superación personal, pero los conocimientos desarrollados se dan sobre todo desde el humanismo, la espiritualidad, el autoconocimiento y la universalidad” (Antonio Urueta, comunicación personal, 2020). Los conocimientos de esta literatura priorizan las experiencias y la importancia de la práctica:

El mensaje es vivo, no es teoría, nada es teoría, todo fue sobre la práctica. Fíjate lo que dice el quinto capítulo sobre los Doce Pasos: “Estos son los pasos que dimos”. Muchos libros de autoayuda te dicen: “Haga esto”, acá te dice: “Esto es lo que hicimos, y que sugerimos como programa de recuperación”. O sea, ya practicaron lo que nos están transmitiendo (Antonio Urueta, comunicación personal, 2020).

El mensaje que se trasmite con esta literatura es la esperanza a través del ejemplo, el servicio y la práctica de los principios del programa de AA que se plasman en los distintos productos editoriales que la componen. No son conocimientos donde se priorice la generación de teoría o de evidencia científica sino que el acento está puesto en la experiencia de los adictos en recuperación que ahora forman parte de AA, en sus testimonios de vida, consumo, adicción y de la sobriedad que han alcanzado y que buscan mantener día con día a través de la práctica cotidiana de los principios del programa.

Así se generó la literatura de AA desde que fuera creada por Bill W., con los testimonios de distintos integrantes de la comunidad que han aportado su experiencia para la reflexión de los otros alcohólicos y adictos que busquen recuperarse. Para Antonio Urueta la literatura de AA: “más que autoayuda, que es autosuficiencia, sería de ayuda mutua” (comunicación personal, 2020), con ello resalta así el descubrimiento de Bill W., quien en su propio proceso de recuperación constató que podía mantener su sobriedad si ayudaba a otros alcohólicos como él.

En palabras de Antonio Urueta, para la creación de los materiales de la literatura de AA se contempla que sirvan tanto para el proceso de los integrantes de la comunidad, como para

trasmitir el mensaje a las personas que no son miembros de Alcohólicos Anónimos (comunicación personal, 2020). Como ya se había mencionado, para los miembros de la comunidad, la literatura es un recurso que se utiliza de manera cotidiana para poder lidiar con los conflictos de la vida diaria, pero también es una de las herramientas y guías principales en el desarrollo de las juntas de los grupos de autoayuda. Asimismo, hay materiales de la literatura que tratan sobre el funcionamiento y la estructura de Alcohólicos Anónimos como organización.

## CONCLUSIÓN

La importancia de la literatura de AA se puede observar a lo largo del recorrido por los diferentes libros, librillos, folletos y la revista *Plenitud*; entre ellos se encuentra como conexión la intención de estructuración y expansión del programa y la comunidad de Alcohólicos Anónimos. Desde el primer libro escrito y publicado por Bill W. se otorgaron las bases y nombre de la comunidad, y en los textos que siguieron, se desarrollaron de manera más profunda las bases y el legado del programa espiritual de AA. Como se desarrolla a lo largo del texto, la literatura de la comunidad de Alcohólicos Anónimos es una de las herramientas con mayor repercusión en el crecimiento y funcionamiento de la organización, además de ser de gran valor espiritual y de desarrollo humano para los integrantes de dicha comunidad.

Estos textos son tan diversos como profundos, y han aportado una solución a través del tiempo, del espacio y de las diferentes manifestaciones de las conductas adictivas, al mostrar un camino efectivo para mejorar la vida de las personas que padecen una adicción y alcanzar la sobriedad espiritual. Por lo que, además de ser una herramienta de gran trascendencia organizativa y espiritual para la comunidad y sus miembros, el programa de AA, desplegado en su literatura, es también un legado para la humanidad. Los diferentes productos editoriales fungen como documentos históricos sobre esta comunidad, pero también como textos en los que se ha plasmado un mensaje de esperanza que ha logrado transformar la vida de miles de personas a lo largo del mundo.

La literatura de AA tiene contenidos de autoconocimiento, de espiritualidad, de prácticas que se llevan a cabo en el marco de la recuperación, como es el servicio, pero también de otros aspectos más específicos como el amor, ya sea en pareja y otras relaciones como la familia. Asimismo, contiene temas que buscan abarcar la mayor cantidad de los aspectos de la vida de un alcohólico o adicto en rehabilitación y de sus seres queridos cercanos; pero también puede tener contenido organizacional para el funcionamiento de los grupos (Antonio Urueta, comunicación personal, 2020), que sirva para mantener la unión y pureza del mensaje de la comunidad, así como el funcionamiento óptimo de los diferentes grupos de autoayuda que conforman la comunidad de AA.

Sobre esto, Antonio Urueta da el ejemplo del caso de México, que es uno de los países con más variaciones en cuanto al funcionamiento de los grupos de autoayuda que trabajan con adicciones y que están inspirados en el programa de AA. En su opinión, no es conveniente soslayar una herramienta que es una extensión del mensaje y capacidad de acompañamiento y contención del programa, que es una guía imprescindible para orientar el camino de recuperación.

Sería contradictorio hablar de la literatura de AA sin retomar la experiencia de algunos de los miembros de la comunidad, ya que esta se basa en la experiencia desde los fundadores hasta los miembros actuales de la comunidad, por ello encontramos pertinente integrar al desarrollo de este texto la experiencia de uno de sus integrantes. Agradecemos la colaboración del padrino Antonio Urueta, quien además de contar con 40 años de sobriedad,

ha sido un participante activo en la organización de Alcohólicos Anónimos en México, ha participado en servicios referentes al compartimiento de la literatura, pero que sobre todo tiene una vasta experiencia como lector y conocedor apasionado de la literatura de AA. En su experiencia se pudo ver reflejada la trascendencia individual y colectiva de los productos editoriales de AA, y mostrar la importancia y eficacia que puede llegar a tener el mensaje del programa y los principios de AA plasmados en la diversa literatura producida desde y para la comunidad de Alcohólicos Anónimos.

La literatura de AA está basada en la experiencia de vida de las personas que decidieron retomar su vida tras el derrotero de dolor y muerte al que la adicción los arrastró. La literatura de AA busca que estos testimonios de recuperación sean un apoyo en el día a día de los alcohólicos, adictos y adictas en rehabilitación, y que el mensaje llegue a la mayor cantidad de personas posible. Existe una frase que resume el objetivo de la literatura de AA, según refiere Antonio Urueta: “Si la tienes, léela; si la lees, vívela; si la vives, compártela” (comunicación personal, 2020). Es importante llevar esos conocimientos al desarrollo de la vida cotidiana y compartirlos pues “uno de los propósitos principales de la comunidad es transmitir el mensaje” (Antonio Urueta, comunicación personal, 2020).

## REFERENCIAS

- Alcohólicos Anónimos. (1995). *El lenguaje del corazón. Los escritos de Bill W. para el Grapevine*. The A.A. Grapevine Inc.
- Alcohólicos Anónimos. (2013, 23 de mayo). Un Camino a la Libertad. Home [página de Facebook]. <https://bit.ly/3hTYpLG>
- Alcohólicos Anónimos. (s.f.a). *Literatura de A.A.* <https://www.aa.org/es/resources/literature>
- Alcohólicos Anónimos. (s.f.b). *Tal como lo ve Bill*. <https://bit.ly/3fBoVVK>
- Alcoholics Anonymous. (2015). *Doce Pasos y Doce Tradiciones* (9a impresión). <https://bit.ly/3wPzSno>
- Best, D. (2016). Why the mechanisms of 12-Step behavior change should matter to clinicians. *Addiction*, Vol.112, 937-945.
- Central Mexicana de Alcohólicos Anónimos AC (2019a). *Directorio de grupos por estado*. <https://n9.cl/y81nj>
- Central Mexicana de Alcohólicos Anónimos AC (2019b). *¿Qué es AA?* <https://n9.cl/ictiq>
- Di Pardo, R. (2009, enero-abril). La sobriedad como bien. *Desacatos*, No.29, 173-178.
- Gutiérrez, A. (2015). El método terapéutico religioso de Alcohólicos Anónimos. *Ciencias Sociales y Religión / Ciências Sociais e Religião*, 17(22), 188-200. <https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/csr/article/view/8669700>
- Jiménez, G (1997, julio-diciembre). Materiales para una teoría de las identidades sociales. *Frontera Norte*, 9(18).
- López, D. (2015). Redescrición del modelo de los Doce Pasos en términos de la teoría de las relaciones objetales. *Aperturas psicoanalíticas*, No.51. <http://www.aperturas.org/articulo.php?articulo=0000922>
- Mercado, A. & Briseño, P. (2014, enero-abril). El “yo” deteriorado: estigma y adicción en la sociedad del consumo. *Espacios Públicos*, 17(39), 137-157.
- Montaño, M. (2014). *Sobre los Alcohólicos Anónimos*. Sociedad Psicoanalítica de México AC. <http://spm.mx/2018/sobre-los-alcoholicos-anonimos/>

- Oficina de Servicios Generales. (2017, 7 de junio). *Nueva línea editorial* [boletín No.285]. Nueva Línea Editorial. [https://www.aamexico.org/assete/boletines/2970/285\\_A2970.pdf](https://www.aamexico.org/assete/boletines/2970/285_A2970.pdf)
- Oficina de Servicios Generales. (2020, 6 de junio). *Edición conmemorativa de “El lenguaje del corazón”* [boletín No.302]. Nueva Línea Editorial. [https://www.aamexico.org/assete/boletines/2970/302\\_A2970.pdf](https://www.aamexico.org/assete/boletines/2970/302_A2970.pdf)
- Pelegrino, G., Pérez, G., Duconger, D., Martínez, M. & Ramírez, G. (2015). Conocimientos generales sobre el grupo de Alcohólicos Anónimos. *Medisan*, 19(8).
- Rosovsky, H. (2009, enero-abril). Alcohólicos Anónimos en México: fragmentación y fortalezas. *Desacatos*, No.29. <https://n9.cl/3xp9r>