



## DONDE ENTRA EN JUEGO LA FUERZA DE VOLUNTAD (1/2)



Mayo de 1962

Siempre ha habido mucha confusión sobre este asunto de ejercer la voluntad. Al decir en los Doce Pasos "Admitimos que éramos impotentes ante el alcohol..." afirmamos lo que siempre ha sido un hecho respecto a esta enfermedad - es decir, que un ataque frontal al deseo de beber por medio de la fuerza de voluntad casi nunca tiene éxito.

Esta dura realidad es la premisa en la que debemos comenzar - el reconocimiento de que la locura no se puede dominar por medio de la sola fuerza de voluntad. Bien sabe Dios que los borrachos ya han intentado por todos los medios hacer exactamente esto y generalmente han fracasado. Si cada cleptómano hiciera la promesa solemne de no robar, nadie esperaría muchos resultados. En lo que se refiere a robar, el cleptómano está tan obsesivamente loco como pueda estar. Aunque esta condición obsesiva no está tan generalmente reconocida en el alcohólico, porque beber está socialmente aceptado, es cierto, no obstante, que él está casi igual de loco. Por lo tanto, nuestro Primer Paso se expresa de una manera realista al declarar que somos impotentes para resistir el embrujo del alcohol por nuestros propios medios o nuestra propia voluntad.

Pero incluso el Primer Paso de AA requiere buena disposición - la disposición a admitir que nuestra fuerza de voluntad no nos va a servir en un encuentro frontal. Pero esto es sólo el principio. Todos los demás Doce Pasos de AA requieren tanto buena disposición como fuerza de voluntad. Sin duda tienen que ver con los valores religiosos y morales.

Por ejemplo, debemos tener la buena disposición de hacer un inventario moral. Una vez conseguido esto, debemos armarnos del coraje suficiente para llevarlo a cabo. Podemos llegar a estar dispuestos a creer en la eficacia del Duodécimo Paso de AA - llevar el mensaje a otros. Pero si se nos despierta a las doce de la noche para hacer una visita de Paso Doce - bueno, el hecho de realizar esa visita puede requerir una considerable cantidad de fuerza de voluntad.

Otro ejemplo: al ateo y al agnóstico se les pide especialmente que tengan una mente abierta sobre el tema de Dios. Esto parece exigir un esfuerzo considerable. Si entonces les sugerimos que se dirijan, en meditación y en oración, a cualquier Dios que pueda existir, ellos se dan cuenta de que generalmente esto requiere mucha disciplina, incluso cuando se hace a título de experimento.

Al aplicar la voluntad y la buena disposición a los problemas de la vida en general, el resultado neto termina siendo la liberación del deseo de beber, y así nos evitamos ejercer una gran fuerza de voluntad sobre el problema del alcohol. Es imposible explicar por qué se produce esta liberación en la mayoría de nosotros. Se nos devuelve la cordura, siempre que nos pongamos en condiciones de recibir esta dádiva de recuperación- o, dicho en términos religiosos, nos preparemos a recibir la gracia de Dios que expulsa nuestra obsesión.



## DONDE ENTRA EN JUEGO LA FUERZA DE VOLUNTAD (2/2)



No parece que sea importante la manera en que definamos la gracia de Dios. Si queremos, siempre podemos decir que nos estamos valiendo de un recurso interior escondido o que no se utilizaba. No tenemos necesidad de definir exactamente su procedencia. O podemos creer, como finalmente lo hacemos la mayoría de nosotros, que nos estamos valiendo de los recursos de Dios tal como él existe dentro de nosotros y en el universo en general. Nadie puede pretender saber nada preciso respecto a la existencia de Dios.

Naturalmente, no quiero decir que, respecto al problema del alcohol, nunca haga falta hacer uso de la fuerza de voluntad. Durante mis dos primeros años de sobriedad, me sentí fuertemente tentado a beber en dos o tres ocasiones. Pero, por haber practicado con bastante fidelidad el programa de AA, pude ver claramente las consecuencias de hacerlo en el mismo momento de la tentación. No me encontré cegado por las acostumbradas justificaciones. Había recuperado el sano juicio en lo que se refiere al alcohol. No obstante, tuve que elegir. Pero en tales condiciones, no me resultó difícil hacerlo, Y la elección requería cierto grado de fuerza de voluntad. O la buena disposición para tomar la buena decisión.

Creo que es apropiado y necesario utilizar de esta manera la fuerza de voluntad durante el período en que estamos tratando de liberarnos completamente de nuestro problema. Pero es muy posible lograr una liberación total después de una larga práctica del programa de AA. Lo sé porque yo me he visto sometido a grandes tensiones emocionales desde los comienzos de AA. Desde 1943 hasta 1955 sufrí una depresión nerviosa de la que nunca me recuperé completamente. Durante unos tres años, tenía tendencias suicidas. Pero la liberación del alcohol había sido tan completa que, durante este largo asedio, nunca me vi tentado a recurrir a la bebida.

Así que, según lo veo yo, ésta es la esencia de los principios de AA. Pero estén seguros de que ustedes no tienen que verlo de la misma manera. Hay mucha gente que no está de acuerdo conmigo y, sin embargo, siguen estando sobrios. No obstante, la experiencia de la mayoría de nosotros parece confirmar lo que acabo de decir. Los que tratan de poner en práctica el programa de otra manera, y logran hacerlo con éxito, según mi opinión se mantienen sobrios de la forma más difícil. La ortodoxia de AA, si se puede llamar así, no es sino lo que se desprende de la experiencia de la mayoría de los miembros. ¡ Siempre tienes la posibilidad de elegir!

