

# EL ALCOHOLISMO

Primera cámara nivel A.

## **OBJETIVO:**

DISFRUTAR DE UNA VIDA SOCIAL ACTIVA EN SOBRIEDAD PARA EQUILIBRAR EL CONVIVIR CON DELEITE CONCIENTE.

## **INTRODUCCIÓN:**

Para abril del 2017 según datos de encuesta realizada por medios de comunicación, el 68% de la población bebe demasiado, considerándose la enfermedad más importante del país. Según CEDATOS los ecuatorianos gastan 200.000.000.000 de dólares en alcohol, hay más de 98 empresas importadoras de alcohol; el problema es alarmante en la juventud, que en la actualidad se inicia a los 10 años. En colegios y universidades, el 94% de la población masculina consume alcohol y el 92% de la población femenina. La principal causa de accidentes de tránsito es la embriaguez, superándose la cifra de los 6,000 accidentes anuales de los cuales más del 50% con muerte violenta. Más del 65% de familias encuestadas tienen graves conflictos y problemas con el alcohol reconociendo que tiene por lo menos un familiar que bebe demasiado o ya es alcohólico. Las causas según esta investigación son: la ansiedad, depresión, sentimiento de culpa, desvalorización personal, familiar y social. En Ecuador las leyes no se compadecen con los datos, siendo calificada como una sociedad alcohólica. Según un informe publicado hoy por la Organización Mundial de la Salud (OMS), en 2016 murieron más de 3 millones de personas a consecuencia del consumo nocivo de alcohol, lo que representa 1 de cada 20 muertes. Más de las tres cuartas partes de esas muertes correspondieron a hombres.

¿Qué cerebros esperamos desarrollar en estas condiciones? ¿La tragedia, la desgracia, la degeneración y la decrepitud prematura es lo que anhelamos para nosotros mismos, nuestros hijos, nuestros hogares? ¡Auxilio... qué hacer!

El alcohol es un solvente espectacular, disuelve: familias, matrimonios, amistades, empleos, cuentas bancarias, neuronas. Pero nunca problemas.

Contra los indios todas las armas se usaron con generosidad: el disparo de carabina, el incendio de sus chozas, y luego, en forma más paternal, se empleó la ley y el alcohol.

Alcoholismo es la pérdida de libertad frente al alcohol.

El alcohol provoca el deseo, pero frustra la ejecución.

El alcohol antes de matarte, matará todo lo que amas.

Si no quieres depender de nadie, ¿Por qué vas a depender del alcohol?

El alcoholismo es una enfermedad crónica, incurable, insidiosa, progresiva y mortal.

El alcoholismo es una enfermedad devastadora, potencialmente mortal.

La mejor manera de desintoxicarse es dejar de introducir sustancias tóxicas en el cuerpo y depender de sus propios mecanismos de auto regulación y sanación.

¿Lo estás perdiendo todo y no sabes cómo parar? Busca ayuda, da el primer paso.

## **DESARROLLO:**

### **APRENDER A CONOCER:**

- El alcohol, C<sub>2</sub>H<sub>5</sub>OH, droga de carácter social con restringido uso clínico, producto de desintegración y fermentación de caña de azúcar, u otros.
- Efectos físicos:
- Sistema Nervioso Central: incoordinación sicomotriz, euforia inicial, depresión, hipnosis, deshidratación, degeneración y muerte neuronal.
- Digestivo: acidez, úlcera, cirrosis, etc.
- Función sexual: estimula deseo, dificulta ejecución. Estimula diuresis, deshidratación generalizada, deformación síquica y física (Delirium tremens, psicosis).
- El alcoholismo como entidad: forma de inicio: adolescencia, ebriedad sinónimo de falsa hombría.

Adulto: por presión social, por huir de problemas.

- Caracteres de la entidad: astucia, ubicuidad (estar en todas partes), mal uso de afectos, intelecto, ejerce fascinación.
- Efectos: Destruye sentido ético moral, pérdida de la independencia, fortalece los defectos, daña cuerpos: Físico, vital, astral, mental.

El alcoholismo, es una enfermedad caracterizada, por un conjunto de manifestaciones morbosas, debido a una intoxicación crónica, por efecto del alcohol etílico. El alcohol NO ES COMPATIBLE con la espiritualidad, con la mística, con la meditación, con la alquimia; por ser el resultado de la descomposición de un jugo, (fermentación de azúcares), su vibración es destructiva y degenerativa por naturaleza. Alcohol viene de la palabra árabe ALGOL, que a su vez se identifica con el nombre de una estrella de la constelación de PERSEO. Traducido al español significa DEMONIO. El alcohol tiene el poder de mover en nosotros vibraciones muy bajas, densas y groseras; y, por lo tanto, desinhibe las bajas pasiones. El alcohol elimina el pensamiento lúcido, equilibrado, cuerdo y más bien lo adormece, lo oscurece. Obnubila la conciencia. Es la puerta de paso a males mayores como: violencia, delincuencia, adulterio, drogadicción, promiscuidad sexual, prostitución y cualquier otro vicio que marca la degeneración del ser humano.

La ESCUELA GNÓSTICA, trabaja por la regeneración total del ser humano; por tal razón es natural que se oponga frontalmente a ésta y a las otras drogas.

### **CAUSAS DE LA ADICCIÓN:**

Por herencia: los hijos y nietos de adictos son muy propensos a desarrollarlas.

Por recurrencia: sí en vidas pasadas fue adicto al alcohol, drogas, relaciones sentimentales, etc. en ésta tendrá una fuerte tendencia a serlo a menos que se decida a trabajar sobre sí mismo.

Por costumbre: una familia que consume alcohol, un hogar en el que se realicen diversiones o fiestas con la infaltable presencia del alcohol, es el mejor ejemplo, del cual aprende el niño y el adolescente, luego continúa por cuenta propia y por costumbre con sus amistades personales.

Por pérdida de valores espirituales: es cuando se consume alcohol por inmadurez, inseguridad, miedo, egocentrismo, neurosis, traumas sexuales, imitación, ostentación, problemas económicos. El alcohol se convierte al igual que las otras drogas, en un atajo de ESCAPE.

### **Efectos del alcohol en el cuerpo**

Los efectos del alcohol en el organismo son numerosos y diversos. El alcohol es una potente droga psicoactiva con un número elevado de efectos secundarios que pueden afectar de manera grave a nuestro organismo. La cantidad y las circunstancias del consumo juegan un papel importante al determinar la duración de la intoxicación. Por ejemplo, al consumir alcohol después de una gran comida es menos probable que se produzcan signos visibles de intoxicación que con el estómago vacío. La hidratación también juega un papel importante, especialmente al determinar la duración de las resacas.

### **Mecanismo de acción**

El alcohol tiene un efecto bifásico sobre el cuerpo, es decir, que sus efectos cambian con el tiempo. Inicialmente, produce sensaciones de relajación y alegría, pero el consumo posterior puede llevar a tener visión borrosa y problemas de coordinación. Las membranas celulares son altamente permeables al alcohol, así que una vez que el alcohol está en el torrente sanguíneo, se puede esparcir en casi todos los tejidos del cuerpo.

Tras el consumo excesivo puede aparecer la inconsciencia, y niveles extremos de consumo pueden llevar a un envenenamiento por alcohol y a la muerte (una concentración en la sangre de 0.55% –aprox. 5 gramos de alcohol por litro de sangre– podría matar a la mitad de los afectados por paro cardiorrespiratorio tras afectación bulbar). La muerte también puede ser causada por asfixia, si el vómito –un resultado frecuente de la ingesta excesiva– obstruye la tráquea y el individuo está demasiado ebrio para responder. Una respuesta apropiada de primeros auxilios a una persona inconsciente y ebria es ponerla en posición de recuperación.

Cuando el alcohol llega a la sangre (entre 30 y 90 minutos después de ser ingerido) se produce una disminución de los azúcares presentes en la circulación sanguínea, lo que provoca una sensación de debilidad y agotamiento físico. Lo anterior es debido a que el alcohol acelera la transformación de glucógeno (una sustancia que se encarga de almacenar el azúcar en el hígado) en glucosa y ésta se elimina de forma más rápida.

Otra acción del alcohol es que inhibe a la vasopresina, una hormona sintetizada por el hipotálamo y luego liberada por la neurohipófisis. Esta hormona es la responsable de mantener el balance de los líquidos en el cuerpo, ordenando al riñón que reabsorba agua de la orina. Si la función de la vasopresina falla, el riñón empieza a eliminar más agua de la que ingiere y provoca que el organismo busque el agua en otros órganos. Esto provoca que las meninges (membranas que cubren el cerebro) pierdan agua y por tanto aparezca el dolor de cabeza. El alcohol disminuye los niveles de vitamina B1 del organismo.

### **Fases de la intoxicación etílica**

Tras la ingestión de alcohol se producen a corto plazo una serie de efectos o síntomas, dependientes de la dosis ingerida (aunque afectan otros factores individuales).

1- Fase de euforia y excitación. Tasa de alcoholemia: 0,5 g/L. Locuacidad, euforia, desinhibición, conducta impulsiva.

2- Intoxicación. El organismo no está acostumbrado al alcohol que resiste. Poco a poco se afecta el sistema nervioso al originarse la pérdida en la capacidad de coordinar los movimientos produciendo el desequilibrio y a veces caídas. Si se abusa se puede producir la ataxia locomotriz que es una parálisis propia de los alcohólicos. El alcohol produce efectos depresivos y una aparente sensación de calor al dilatarse los vasos cutáneos, pero lo que ocurre realmente es la pérdida de calor del organismo.

3- Fase hipnótica o de confusión. Tasa de alcoholemia: 2 g/L. Irritabilidad, agitación, somnolencia, cefalea. Disartria, ataxia, disimetría. Náuseas y vómitos.

4- Fase anestésica o de estupor y coma. Tasa de alcoholemia: 3 g/L. Lenguaje incoherente. Disminución marcada del nivel de conciencia (obnubilación y coma) y del tono muscular. Incontinencia de esfínteres. Dificultad respiratoria.

5- Fase bulbar o de muerte. Tasa de alcoholemia: 5 g/L. Shock cardiovascular. Inhibición del centro respiratorio. Paro cardio-respiratorio y muerte.

## **ETAPAS DEL ALCOHOLISMO:**

Iniciación

Intoxicación

Enfermedad

Muerte

**INICIACIÓN:** Bebe por amistad, por compañerismo, se trata de una fiesta o compromiso social ineludible; no cree que el alcohol le pueda producir daño. Se llama también BEBEDOR SOCIAL.

Algunas personas inician este horrible vicio en la edad adolescente, otras en la juventud, otras en la madurez y algunas pocas en la vejez. Muchas son las causas que llevan a las personas al vicio del alcohol. El adolescente que se inicie en este horrible camino lo hace con el propósito de sentirse hecho un hombre completo. Tiene un falso concepto de la hombría, cree que ser hombre significa ser borracho, fumador, fornicario, violento, adúltero, etc. El joven llega al bárbaro vicio del alcohol, seducido por sus amigos o amargado por los sufrimientos. Muchas veces una decepción amorosa, o una situación económica difícil suelen ser motivo básico para iniciarse en el camino fatal del alcoholismo. El hombre maduro que ingresa en este horrible sendero del alcohol lo hace, como siempre, motivado por el resorte de sus propias amarguras: Tal vez la muerte de un ser querido, una decepción amorosa, un divorcio, la pérdida de su trabajo o de su fortuna, etc.

Con las primeras copas el organismo humano se rebela. Al principio el organismo no está todavía intoxicado y es claro que rechaza fuertemente el ingrediente dañino del alcohol –al cual no está acostumbrado–. El vómito, los malestares del estómago después de las grandes borracheras, etc., son síntomas que utiliza el organismo para eliminar el nocivo ingrediente. La lucha del organismo suele ser muy fuerte, pero la voluntad maligna se propone violentarlo y lo consigue.

No hay borracho que no tenga su tragedia moral. El borracho ya intoxicado sabe guardar muy en secreto dicha tragedia. El borracho que está iniciándose en el vicio siempre exterioriza su tragedia, pero cuando comprende que la gente no lo entiende, prefiere callarse.

**INTOXICACIÓN:** Vencidas las defensas del organismo humano viene la intoxicación alcohólica. Al llegar a esta segunda etapa el organismo ya no puede sentirse bien sin el alcohol,

el médico intoxicado por el alcohol ya no puede realizar una operación quirúrgica sin su bebida predilecta; el pulso le tiembla y si la hace le sale muy mala. El comerciante ya no puede negociar sin el alcohol, se siente tímido y nervioso y fracasa. El obrero ya es incapaz de trabajar sin la bebida, se siente sin fuerzas. El alcohol se convierte en una necesidad para el organismo intoxicado. El intoxicado bebe y bebe, estimulado por el resorte secreto de su tragedia moral. Algunos borrachos comen y beben; éstos duran más. Otros no comen para así (dicen ellos) no perder la borrachera, éstos mueren pronto. La comida favorece todo el óbolo digestivo, pero la falta de comida deja de hecho al organismo totalmente indefenso: el resultado es la muerte rápida. El alcohol se le vuelve al individuo una droga útil y necesaria, vital para su existencia. Para el alcohólico, no existe alegría, humor, diversión en cualquier reunión social, sin la presencia del preciado líquido. En la casa del alcohólico, no puede faltar un bar; si es posible repleto de licores y de los elementos que le permitan realizar mezclas. Busca motivos para organizar reuniones y festejos; el primer invitado es el alcohol. El alcohólico que pasa por esta fase, toma una copita diaria, sea al empezar las actividades o al finalizar las mismas. En una reunión social se preocupa que los turnos sean más seguidos y hasta se ofrece para servirlos. Ya empiezan las famosas lagunas mentales.

**ENFERMEDAD:** El alcohólico en esta fase puede adquirir una o más de las siguientes enfermedades:

- Cirrosis. Trastorno degenerativo de órganos.
- Hígado y Páncreas. Las células y tejidos se dañan.
- Intestino Delgado. El alcohol impide la absorción de sustancias útiles como: Tiamina, Ácido Fólico, VB1-VB12, Aminoácidos.
- Corazón. Se produce lesiones en el músculo cardiaco, no bombea normalmente la sangre.
- Glándulas Sexuales. Se produce frigidez prematura, (impotencia).
- Estómago. Gastritis- Inflamación de la mucosa gástrica.
- El alcohol también puede producir inflamación de los miembros. Debilita los huesos por descalcificación, rompiéndose fácilmente. Bloquea el intelecto (inhibe las funciones normales, aflorando sólo los sentidos). Hace que los glóbulos rojos se agrupen y estacionen, al no circular se produce la anemia. Priva de oxígeno a la sangre, lo que produce vejez precoz o prematura.

### **Desarrollo de la enfermedad**

El alcoholismo es una enfermedad -y como tal debe ser tratada- de instauración lenta que requiere una serie de factores desencadenantes previos:

Antecedentes familiares.

Tener diagnosticada una enfermedad psiquiátrica previa.

Normalización del consumo de alcohol en el entorno social del individuo y escasa resistencia a la incitación.

Bajo rendimiento académico y absentismo escolar.

Coexistencia de consumo de otras drogas.

Creencias erróneas sobre las drogas.

En el desarrollo de la enfermedad hay que tener en cuenta dos factores que inciden directamente en la aparición de la misma:

La dosis de alcohol que bebe el individuo: No reviste la misma gravedad consumir dos vasos de vino al día que una botella de destilados.

Las características del patrón de consumo de alcohol: Cuándo, cómo y con quién se bebe.

¿Cuándo podemos decir que una persona tiene problemas o puede ser diagnosticada de la enfermedad del alcoholismo?

El diagnóstico de la enfermedad tiene que ser establecido por un facultativo sanitario (médico de familia, internista, psicólogo clínico o psiquiatra); éste se basará en los siguientes elementos o síntomas para establecerlo:

El paciente consume alcohol frecuentemente con dosis crecientes durante más tiempo del previsto.

Existe un deseo continuo de consumir alcohol - llamado "craving"- e intentos fracasados de abandonar el consumo.

La persona invierte tiempo en actividades que le permiten acceder al consumo.

El beber alcohol determina abandonar o reducir las tareas en los ámbitos laboral, escolar - especialmente en la adolescencia-, familiar y ocio con importantes consecuencias.

El paciente sigue bebiendo alcohol a pesar de que consumir le genera problemas de salud, sociales y personales.

El recurrir en el consumo produce problemas orgánicos que deben ser especialmente supervisados en adolescentes por su impacto a largo plazo.

La persona sigue consumiendo a sabiendas de que ello puede determinar o empeorar problemas de salud, físicos o psicológicos.

Cuando el consumo se mantiene en el tiempo se ha de aumentar la dosis respecto a la previa para conseguir el estado de embriaguez deseado; a este punto se le denomina fenómeno de tolerancia.

El paciente presenta síntomas de abstinencia a alcohol en ausencia de consumo de alcohol.

Estas situaciones no se presentan simultáneamente sino conforme evoluciona la enfermedad; de hecho, la enfermedad puede tardar en instaurarse entre 5 y 20 años en función de los factores mencionados.

El alcoholismo es una enfermedad de instauración lenta que lleva meses y etapas muy claramente marcadas en su desarrollo. Cuanto antes se actúe, más fácil será su solución y tratamiento.

## ETAPAS Y FASES DE LA ENFERMEDAD ALCOHOLICA

Una de las mejores herramientas para detectar el consumo de alcohol mediante un autodiagnóstico muy fácil de comprender, es la famosa tabla del Dr. Jellinek, en ella se menciona que existen 4 etapas de dicha enfermedad y son:

I Etapa Pre-alcohólica

II Etapa Agravante o Prodrómica

### III Etapa Crítica

### IV Etapa Crónica

De estas 4 etapas ya mencionadas nacen 45 fases que indican en qué nivel se encuentra el dependiente, es importante conocer esta herramienta para descubrir el avance de la enfermedad y así generar conciencia de los daños que se producen tanto a nivel personal, familiar hasta obtener consecuencias irreversibles de la salud. A continuación, se describen dichas etapas con sus fases evolutivas.

## I ETAPA PRE-ALCOHÓLICA

Cuando el individuo inicia su carrera alcohólica no sabe ni él mismo, que ya es alcohólico. Según estadísticas de estudios recientes se ha revelado que de mil personas que nacen, siete son alcohólicas con toda seguridad, lo cual reafirma que el ALCOHOLICO NACE. Siguiendo el curso de la observación estadística sabemos que, de cien bebedores corrientes, cinco se tornarán alcohólicos crónicos... y por el estilo iremos considerando otras cifras cuando lo creamos oportuno.

Es la etapa en donde la persona inicia con el consumo de alcohol, se dice que es el primer contacto, es el consumo “ocasional” que sirve de alivio, diversión, descanso, para relajarse, el individuo bebe solo unas cuantas copas, aun no causa molestias de ningún tipo, desafortunadamente el uso constante de alcohol “en donde la persona cree que es normal el consumo” modifica el metabolismo e inicia el aumento de la tolerancia, es decir si antes la persona tomaba 3 copas para sentir alivio, liberar tensión, relajarse y divertirse, con el tiempo 3 copas no le darán el efecto deseado, por lo cual aumentara la cantidad de alcohol, quizás a 4-5 copas para obtener el efecto que anteriormente sentía con 3 copas... Y así sucesivamente, avanzando a las siguientes etapas, desarrollando la enfermedad y la dependencia.

El primer contacto del futuro enfermo con el alcohol es el consumo ocasional de alivio, o sea una afición en que indirectamente se considera a las bebidas embriagantes como una droga tranquilizadora, el aficionado bebe regular cantidad y va a su hogar a descansar tranquilamente sin causar molestias; es un camino cómodo descubierto por él para vivir feliz. Sin embargo, el uso constante del alcohol va modificando el metabolismo químico del organismo y sube la tolerancia para el mismo, o sea, que el bebedor cada día acepta mayores cantidades de licor y siente el mismo efecto que tiempo atrás le hacia una sola copita; en este estado cuando ve a un “borracho” débil, se extraña que él necesite mayor cantidad de licor para llegar a la embriaguez, está convencido que cada día “aprende más a beber”.

## II ETAPA AGRAVANTE O PRODROMICA

Inicio de la carrera alcohólica. En donde inician las fases de la tabla (abarca de la 1 a la 7) es puramente sintomática y son:

**1.- Lagunas mentales** (Recuerdos borrosos o nulos después del consumo, el usuario no recuerda lo que ocurrió y lo que hizo el día anterior). Palimpsestos alcohólicos, después de una borrachera no puede reconstruir exactamente qué es lo que ha sucedido, apareciendo “lagunas mentales” imposibles de reconstruir.

La mayoría de las veces durante estos “palimpsestos” el alcohólico puede cometer actos antisociales e incluso hasta matar a alguien sin darse cuenta; aquello queda olvidado en la más completa amnesia e incluso puede aparentar en el momento de sufrir estas “lagunas” la más completa lucidez y control de sus movimientos psicomotrices.

¿A qué se deben los “palimpsestos”?

El alcohol circula en el torrente sanguíneo y produce una disminución en el oxígeno de la sangre, la cual va al cerebro y esta deficiencia momentánea ataca principalmente la corteza cerebral y la priva de alimentación, principalmente en el lóbulo frontal; ello significa que el funcionamiento consciente sufre una interrupción mientras dura la falta de oxígeno, la cual puede ser de pocos segundos, horas o días según la gravedad del caso. El individuo sigue actuando con aparente normalidad, pero sus movimientos son automáticos y rutinarios, incluso no recuerda tampoco lo que habla, ve, oye o hasta lo que come. Conozco casos de “palimpsestos” cuya duración ha sido de cinco días en blanco.

Cuando los “palimpsestos” son frecuentes y de gran duración, producen deterioros irreparables en el tejido nervioso, lo cual puede comprobarse en la autopsia hecha a personas que fallecen por alcoholismo crónico, cuyo cerebro se encuentra totalmente edematizado (hinchado), la sustancia blanca disgregada y la gris completamente disforme en sus ramificaciones. No solo los “palimpsestos”, producen la muerte de las neuronas, sino también la toxicidad del alcohol absorbido por las células, la fatiga causada por el desvelo, la falta de alimentación adecuada, el uso de barbitúricos, etc.

**2.- Consumo a escondidas o subrepticio:** El alcohólico trata de ocultar al principio de su carrera, ante las demás personas, que él bebe más de lo normal; pero ante el irresistible deseo de beber tiene que hacerlo a escondidas cuando va a alguna fiesta, reunión social, etc. Se da cuenta el alcohólico que, si bebiera descaradamente, las otras personas no lo comprenderían, porque él se siente diferente a los otros, debido a que el alcohol empieza a serle un artículo de primera necesidad. En su fuero interno sabe que todavía no es “borracho descarado”, pero se alarma de la demanda alcohólica que le hace su organismo.

**3.- Preocupación por el alcohol.** El usuario se preocupa de que al lugar que vaya o sea invitado no den alcohol, por lo cual se previene, ya sea llevando reservas en el auto, o tomándose unas cuantas copas antes de llegar a un evento que fue invitado, o solo asiste a las fiestas porque habrá alcohol “gratis”, piensa en lo alegre que estará rodeado de sus amigos ingiriendo licor. También si organiza un evento familiar su mayor preocupación es la compra de grandes cantidades de licor y celebrarlo “dignamente”.

**4.- Consumo ávido.** Es donde la sed por el consumo aumenta más e inicia por cualquier cuestión, si hace calor, si hace frío, si va a celebrar, para relajarse de días estresados, etc. Se le hace imperativo tomar de un solo trago la primera copa servida, corrientemente pide un “strike”, o trago puro al principio, conviniendo que sea de regulares dimensiones para que despierte el calor físico y el termómetro emocional de la alegría y también se sienta estimulado. Después de este consumo ávido puede disminuir el tamaño de los tragos, pero se mantiene con el deseo de ingerir más.

**5.- Sensación de culpabilidad por su comportamiento de bebedor.** Se comienza a dar cuenta vagamente que no es normal su forma de beber y que su vida moral ante sus propios ojos está bajando de precio; observa que surgen los primeros conflictos con la familia y otras actividades más y el resultado problemático de las primeras faltas cometidas, todo ello ahonda en su psiquismo y empieza a sentirse culpable, con pena y molestia interna. Todos estos estados los ahoga con alcohol.

**6.- Evitan toda referencia de alcohol.** No les gusta que les llamen alcohólicos, borrachos o que empleen otras palabras para referirse a tener problemas con la forma en la que beben, todo lo



toman a insulto, sienten que lo atacan, que lo ofenden y por ende actúa con evasión. Si sus familiares o amigos en sus conversaciones cotidianas se refieren a la conducta desordenada de los alcohólicos en general, prefieren no oír dichas conversaciones porque piensan que lo hacen por referirse a él de una manera indirecta. Si se le ataca directamente responde en forma evasiva que él no tiene problemas con la bebida y que se comporta como cualquier bebedor social, con la única finalidad de disfrutar un momento de alegría.

**7.-Aumentan las lagunas mentales.** Ya que el alcohol empieza a deteriorar de manera apreciable el sistema nervioso. La manera de beber es fuerte, pero todavía no es alarmante; el alcohólico disimula bien su afición y la encubre hasta donde le es posible.

En esta fase prodrómica la compulsión aún no se ha desarrollado mucho y es factible que el enfermo pueda ser encausado a través de una campaña preventiva o un tratamiento terapéutico contra el alcoholismo.

El joven que a estas alturas comprende que es alcohólico, entiende que no beberá más porque el alcohol, que para las otras personas es un vehículo de relación social, para él es un veneno, que despierta en su organismo la compulsión física irresistible por ingerirlo y la obsesión mental por seguirlo tomando.

La fase prodrómica puede durar de seis meses a cinco años, según la constitución física y la preparación cultural de su poseedor, las relaciones sociales, la personalidad ética del enfermo contribuyen a que se alargue esta fase, sin embargo, se han visto infinidad de casos en los que el enfermo no pasa por la fase prodrómica sino desde la primera vez que prueba el alcohol entra en la fase crítica directamente; estos casos a que me refiero, indudablemente no ofrecen ninguna defensa física al desarrollo de la enfermedad y entran de lleno al “calvario alcohólico”.

### III ETAPA CRÍTICA

En esta etapa se desarrolla la enfermedad. Inicia con la necesidad de beber más de una copa.

**8.- Pérdida de control en el consumo.** Una vez el alcohólico bebe una pequeña cantidad de alcohol, por ejemplo, “un jaibol”, o un vaso de cerveza, o una copa de vino suave, se despierta en él una apremiante “NECESIDAD” compulsiva de beber, la cual no termina hasta que no está totalmente embriagado.

Esta conducta no es la que desea el bebedor, él solamente necesitaba sentirse alegre con sus amigos o disfrutar del aperitivo. La pérdida de control puede iniciarse no por voluntad del bebedor sino incluso por una invitación inesperada que reciba de un amigo u otra oportunidad no programada por él mismo.

Ya cuando se ha recuperado de la borrachera, no es la pérdida de control por sí misma la que lo hace volver a beber, sino es la susceptibilidad emocional de que hablábamos al principio, el alcohólico empieza a darse cuenta que necesitaba la droga para calmar sus conflictos internos y al tomarla ya no la puede manejar porque se inicia otro nuevo periodo de embriaguez. Se da cuenta con tristeza que su fuerza de voluntad es insuficiente para dominar el alcohol y le entra la duda de si en verdad está dominado por el alcohol, o se debió solamente a un descuido. Aquí empieza una serie interminable de pruebas que siempre terminan en una total embriaguez; el asunto de la fuerza de voluntad adquiere una suma importancia para él y cuando surge alguna tensión emocional bebe una copa abrigando la esperanza de no pasar de allí, pero tarde o temprano se da cuenta que esa sencilla copa es solo el preludio de un nuevo periodo de embriaguez; finalmente se entera que su fuerza de voluntad se ha esfumado como por encanto y

dispone recuperarla, pero haciendo uso del alcohol y se inicia otra cadena para demostrarse a sí mismo que es dueño de su voluntad. El enfermo no se percata que la fuerza de voluntad no la ha perdido para otras cosas de la vida cotidiana, pero para dominar el alcohol definitivamente si y allí está el problema que le seguirá mortificando en lo sucesivo.

**9.-Racionaliza su comportamiento bebedor.** Es decir, todo lo que hace lo convierte en pretextos, suele justificarse en exceso, inician las mentiras y la deshonestidad para encubrir su consumo.

Racionalizar quiere decir convertir los pretextos en razones y todo bebedor trata de encontrar razones para justificar cada una de sus recaídas en el alcohol; al principio le es fácil porque las bebetorias no son muy frecuentes e incluso él mismo llega a creer las razones que tiene; pero al transcurrir del tiempo tiene que inventar mentiras para justificar su conducta de bebedor ante los demás y él se da cuenta que está mintiendo; las personas de su medio social se desconciertan y le creen muchas veces, esto le da seguridad para seguir mintiendo y creer él mismo sus propias mentiras.

**10. Presiones sociales.** Todos los que lo rodean, familiares, amigos, en el trabajo, en la escuela, le llaman la atención por su conducta de consumo. Es evidente que su conducta ya es objeto de recriminaciones en el hogar, recomendaciones de parte de los amigos y advertencias de los jefes o empleadores; ante el acosamiento (presión) que siente del medio social acentúa su racionalización conductual poniendo toda clase de excusas y tratando de sacar a flote su personalidad y reputación.

**11.-Ilusiones de grandeza.** Se empieza a dar cuenta que ya es menos apreciado; sus familiares cuando él dice algo no le creen o ponen en tela de duda lo dicho; sus jefes no lo ascienden de categoría y más bien consideran que el favor le hacen con mantenerlo donde está; sus amigos hablan mal, etc. Todas estas actitudes negativas de los demás lo hacen adoptar un mecanismo compensatorio que consiste en una actitud fanfarrona respecto a sus posibilidades sociales y económicas, así como de la capacidad en su profesión u oficio. Si es un médico cree que no hay quien se iguale en diagnósticos y tratamientos. Si es un carpintero cree hacer los mejores muebles del mundo, etc.

**12.- Conducta agresiva y hostil.** Sus razonamientos lo inducen a pensar que el resultado de su conducta no es culpa de él sino de los demás y ello lo hace alejarse paulatinamente del medio social donde se desenvolvía y a presentar como defensa a su personalidad en peligro una conducta agresiva, como uno de sus últimos cartuchos, conducta parecida a la del tigre cuando ve que es impotente ante sus enemigos. Esta conducta puede ser de desprecio o agresión directa, según sea el tipo de temperamento del alcohólico.

**13. Remordimiento persistente.** Se da cuenta el alcohólico que su conducta ha cambiado ostensiblemente comparándola con el pasado y que su potencial energético, físico y mental va en bancarrota hacia la disipación y el desperdicio; esto naturalmente solo él lo reconoce y le produce un remordimiento persistente, el cual lo hace reflexionar positivamente, haciendo probablemente su último examen de conciencia, porque más tarde esa conciencia, aunque la tenga, no le servirá de nada. Se compara con lo que hacía en el pasado, deduce que algo malo pasa con él, desea frenarlo, sin embargo, no puede.

**14.-Etapas de abstinencia total.** Como ya existe un remordimiento, por el mismo decide detener el consumo, realiza juramentos, deja de beber por un tiempo creyendo que podrá detenerse, sin embargo, esto ocurre de forma pasajera y en un abrir y cerrar de ojos retoma el mismo estilo de

consumo. En el remoto caso que lograra conservar su abstinencia, su vida emocional se convertirá en un infierno, debido a que las tensiones no tienen ningún escape, porque el enfermo usa el mecanismo de la represión y este mecanismo puede originarle trastornos psicósomáticos sustitutos, o sean enfermedades inexplicables, causadas por las tensiones emocionales en su búsqueda incesante de satisfacción psicofísica (represión sin comprensión).

**15.- Modifica su forma de beber.** Se da cuenta que es imposible prescindir del alcohol y empieza a formarse la idea de que su fracaso en la bebida se debe a que no ha usado los licores adecuados y comienza de nuevo a experimentar: del licor blanco al de color, del licor fuerte (45 a 65 grados) a la cerveza o a vino (8 a 20 grados), considerandos como suaves y el resultado después de estos experimentos es que siempre cae en la embriaguez compulsiva.

Después cree que es la hora la culpable de no poder controlarse y dice por ejemplo, que como aperitivo es bueno un traguito, porque al comer desaparece la tentación, que al acostarse es medicinal otro traguito, porque quita el insomnio y calma los nervios y al final de estos nuevos experimentos el resultado es otra borrachera; y así el alcohólico en cuanto más dañado de la mente se encuentre, más pretextos encontrará con el fin de controlar infructuosamente su manera de beber, tratando de lograr con esto asegurarse ante sí mismo de que aún es dueño de su libre albedrío, o sea su voluntad, lo cual, nosotros sabemos, que a estas alturas el alcohólico solo responde a los dictados de su enfermedad.

**16.-Abandono de amistades.** Sus esfuerzos por dominar el hábito del alcohol aumentan su agresividad y no es él quien toma la iniciativa para abandonar a sus amigos, sino son ellos los que casi siempre rehúyen su presencia. El enfermo se hace esta pregunta: ¿Cómo afecta mi manera de beber a mis actividades?

El enfermo se encuentra acosado por sus problemas conyugales, familiares, sociales y del trabajo y descubre que el uso incontrolado que hace de bebidas embriagantes interfiere el curso normal de sus actividades y también se da cuenta que no puede prescindir del alcohol, trata de controlarlo y es probable que lo consiga por algún periodo (fase 14) a veces largo, pero con el transcurrir inexorable del tiempo la enfermedad avanza y llega el momento en que le es imposible controlar el alcohol y tampoco puede alejarse de él, porque sus conflictos emocionales han aumentado en forma alarmante.

**17.- Pérdida de empleo.** El alcohólico ve con evidencia que su manera de beber afecta sus actividades, cuando sus jefes o empleadores casi lo obligan a presentar su renuncia por sus irresponsabilidades en el trabajo; en los casos extremos el enfermo es despedido de su cargo sin consideración alguna. Estas experiencias funestas van creando más sentimientos de minusvalía en la psiquis ansiosa del sujeto, lo cual, como es lógico lo incitan más a la bebida.

**18.-Subordinación completa al alcohol.** Llega el momento de concebir que la vida es imposible sin alcohol, se establece una completa dependencia psicósomática. Ahora le interesa al enfermo contestar a otro tipo de pregunta: ¿Cómo mis actividades afectan a mi bebida?

Es decir, lo contrario de lo que significa “responsabilidad”, al pronunciar cuando se encuentra en la mesa de cantina “lástima que tengo la esclavitud del trabajo, si dispusiera de todo el tiempo para beber...” el alcohólico a través de las demás subfases, van considerando que en realidad su trabajo, estudios, deporte, familia, diversiones, etc., constituyen un estorbo a su placer obligado: el alcohol y poco a poco va entregándose más a él, hasta que se convierte en su esclavo, como lo vamos a ver en la Fase Crónica de esta descripción.

**19.-Apatía hacia actividades sanas del exterior.** Se rehúsan a realizar actividades que no tengan que ver con el alcohol, por ejemplo, se les hace muy aburrido ir a cine con sus hijos, ir a una obra de teatro, prefieren quedarse en casa a consumir alcohol. Pierde el interés, renuncia a las sociedades filantrópicas, culturales, literarias, científicas o religiosas a que pertenece, por considerar que absorben mucho de su tiempo para dedicarse a su diversión principal: el alcohol.

Se dice que la enfermedad alcohólica es: INCURABLE, PROGRESIVA E INSIDIOSA, por las siguientes razones:

Es incurable, porque hasta la fecha no conocemos ningún alcohólico que pueda beber normalmente. Se entiende de que consideramos alcohólico a quien haya alcanzado por lo menos la subfase 8: Pérdida de Control.

Es progresiva, porque hasta la fecha no sabemos de ningún alcohólico que habiendo alcanzado cierta subfase se estacione en ella por su propia voluntad y diga: “de aquí no avanzo” y lo cumpla bebiendo.

Es insidiosa, porque teniendo el enfermo una afinidad orgánica y psíquica por el alcohol, en el momento más inoportuno puede volver a beber aun cuando se haya hecho el propósito firme de no hacerlo; quiere esto decir que el 99.9 de alcohólicos necesitan ayuda externa para tener un alto porcentaje de seguridad en sus buenos propósitos. Hasta que elimine radicalmente este yo-defecto que generalmente viene de vidas pasadas.

**20.- Nueva interpretación en sus relaciones interpersonales.** Nuevas “amistades” de consumo. Antes de ser problema alcohólico conservaba relaciones cordiales y amistosas con toda clase de personas, pero llegado a este punto comienza a discriminar y establece casi un divorcio con la sociedad de personas normales (que no beben); en su afán inconsciente de aislarse va considerando a la gente normal como elemento de choque a la satisfacción de sus tendencias alcohólicas, se siente criticado y amonestado, aunque no sea así, hasta tornarse un individuo hosco y huraño en sus relaciones sociales y laborales; esta subfase es el síntoma inicial de lo que más tarde será un total divorcio con la sociedad. El usuario se relaciona únicamente con personas que consumen.

**21.- Marcada conmiseración de sí mismo.** Conmiseración significa “sentir lastima de sí mismo” y eso le sucede a nuestro enfermo; de tanto sufrir frustraciones y hostilidades del medio ambiente, llega a tanto su estado que llega a considerarse un “desgraciado”, sufre humillaciones en su trabajo, dentro de su círculo social y familiar y de parte de sus amigos, que él aun consideraba sinceros; su estado de salud en la mayoría de los casos es precario, todo ello viene a sumarse de golpe y por eso siente “lastima de sí mismo” y vive en constante lamento que indudablemente lo hace desembocar en el alcohol; se han visto casos de muchos alcohólicos que rompen a llorar amargamente cuando están con sus copas; esto explica que el alcohol libera sus inhibiciones manifestándose en llanto, que en estado de abstinencia no se produciría. También debemos considerar las posibilidades de depresión y suicidio.

**22.- Fugas geográficas.** Es cuando llega el momento en que se siente presionado dentro de su círculo familiar y social, e intenta cambiarse de domicilio, de ciudad o país donde no lo conozcan, creyendo que por dicha situación su vida será otra y podrá dejar de beber recuperando el prestigio perdido, piensa que él debe tomar una medida audaz para resolver de una vez por todas el problema, puede irse de su país natal e incluso triunfar, pero tarde o temprano lo insidioso de su enfermedad lo hará recaer y recuperará su desprestigio que según él había dejado enterrado.

**23.-Cambio en las costumbres familiares.** La familia del alcohólico, que probablemente antes de ser un problema el enfermo, llevaba una vida social activa, ahora se siente retraída y rehúye

las reuniones sociales, debido al bochorno y la vergüenza que sienten de tener un familiar que según ellos es un “vicioso-degenerado”, que, por voluntad propia y gusto particular, se está conduciendo al abismo. Es normal que la familia ya no lo integre a ciertas actividades, debido a su consumo de alcohol, o el mismo usuario se aísla y evita dichas actividades familiares.

Puede suceder el caso contrario, la familia antes pudo llevar una vida retraída, pero “evadiendo” los momentos dolorosos que en el hogar da el alcohólico, prefieren iniciar una vida social activa.

La mejor interpretación de esta sub-fase, sería la siguiente:

La familia del alcohólico sufre el mismo alcoholismo de su enfermo, aun sin beberse un trago, desarrolla los mismos defectos de carácter, los mismos resentimientos y estados de violencia y conmiseración, lo único que les falta para completar el cuadro es el alcohol y algunas veces lo tienen.

El constante estado de martirio y violencia en que mantiene a su familia durante años, puede desencadenar en ellos enfermedades psicosomáticas, verbigracia, la hipertensión, la artritis reumatoidea e incluso la diabetes. Los niños hijos de alcohólicos de por si son irritables, se les desarrolla una neurosis infantil, la cual puede manifestarse por enuresis nocturna (orinarse en la cama), mala conducta en el hogar y la escuela, retraso escolar, agresividad, etc.

La situación del hogar de un alcohólico, aunque haya dejado de beber es muy difícil y lo más probable es que necesite orientación y apoyo psicológico profesional.

**24.-Resentimientos irrazonables.** La “conmiseración de sí mismo” avanza hasta convertirse en resentimiento o sea un estado que yo designo como la cúspide de la enfermedad moral. Resentir, como su etimología lo indica, es volver a vivir las injurias recibidas y en general desencadena una infección espiritual donde los microbios son las emociones reprimidas contra el propio Ser, o conciencia individual. El Ser se encuentra indefenso y puede llegar a destruir todas sus potencialidades totalmente, exhibiendo el individuo afectado un deterioro moral marcado, muchas veces irreparable. A estas alturas hay fuertes complejos arraigados como tumores espirituales malignos y una conciencia derrotista, que lo hace aparecer como un real desecho físico, mental y espiritual.

Ahora tiene envenenada el alma; llena de odio, rencor, resentimientos, envidia y perfidia, no puede perdonar y no quiere tampoco, porque ha empezado a destruirse moralmente y desea inconcientemente alcanzar la máxima destrucción y tocar fondo.

**25.- Protección de abastecimientos.** Su constante preocupación por no encontrarse desprovisto de su dosis necesaria, lo hace esconder provisiones de licor en los lugares menos esperados. Ocultan botellas en lugares estratégicos de casa, donde nadie los encuentre, por si acaso llegaran a necesitar de forma urgente el consumo; y así en el momento que le apremie la compulsión por beber no sufre las consecuencias de la resaca o cruda.

**26.-Descuido de la alimentación.** El consumo constante del alcohol va produciendo una irritación de las paredes gástricas, lo que con el tiempo trae falta de apetito; ahora va a necesitar de un aperitivo para comer bien y con el tiempo, por sus continuas bebetorias va a olvidar sus tiempos reglamentarios de alimentación, o a establecer un desorden en los mismos. Llega el momento en que esta falta de alimentación le puede producir trastornos por carencia de vitaminas o debilidad general, el organismo se va minando iniciando la época de enfermedades graves.

**27.- Primera hospitalización.** Debido al constante consumo de alcohol, el enfermo puede llegar a requerir los auxilios del médico; no es forzoso que el alcohólico sea internado en un hospital o

casa de salud, para eludir esta sub-fase, porque la reclusión hospitalaria puede llevarse a cabo en su propia casa de habitación. El motivo de esta hospitalización puede incluir desde la simple intoxicación hasta la más grave de las enfermedades físicas o mentales desencadenadas por el alcohol. Conforme las recaídas van sucediéndose, las hospitalizaciones o tratamientos médicos particulares se hacen necesarios con mayor regularidad.

**28. Disminución del impulso sexual.** Uno de los primeros síntomas de debilidad orgánica, es la disminución del impulso sexual, el cual se da en una forma completa en el 50% de los casos.

Es oportuno indicar que el alcohol produce una acción destructora sobre las células germinales y en muchos casos se ha producido la esterilidad. Entre los consejos que dan los higienistas, podemos adelantar el siguiente: el día de la boda ni aun las personas no alcohólicas deben excederse en el uso del licor, pues los espermatozoides, son muy susceptibles a la acción del alcohol y no perforan el ovulo los más capaces y sanos, sino lo hacen los más débiles e insanos y de allí, el futuro ser puede traer serias taras hereditarias de origen recesivo.

**29.- Celotipia alcohólica.** La impotencia sexual a veces, o la constante desavenencia en el hogar, predisponen al enfermo a creer que su compañera de vida le está siendo infiel; de allí se desencadenan celos infundados la mayor parte de las veces, los cuales con el tiempo pueden originar serias tragedias pasionales, siendo estas de mayores proporciones si ya existe en la mente del alcohólico alguna crisis alucinatoria de origen psicótico. Los celos se apoderan de su mente como idea obsesiva, bebe más y dificulta más el buen entendimiento entre ambos. Ya sea por impotencia sexual o por la distancia del hogar, el usuario piensa que la pareja está saliendo con alguien más.

**30.- Bebida regular matutina.** Empiezan a beber de forma matutina para aliviar síntomas que produce el alcoholismo. El terrible estado de ansiedad, el malestar físico de la resaca, los calambres y la inseguridad psíquica hacen imposible que el alcohólico empiece el día sin el auxilio de la primera copa al levantarse.

Esta sub-fase, señala el final de la fase crítica y es el preludio de la fase crónica.

La bebida empieza al levantarse (6H00 o 7H00), el enfermo aun trata de no desatender sus obligaciones laborales y con el auxilio de ese trago soporta más o menos hasta las 10H00 u 11H00, allí toma otra dosis de sostenimiento; a las 13H00, antes del almuerzo toma otro poco, durante la tarde a las 17H00 necesita más antes de concluir sus labores, para intensificar la borrachera durante la noche y así seguir con la cadena interminable de tragos.

## ETAPA CRÓNICA

Con la etapa “30” se adquiere la necesidad cada vez más por calmar tensiones, emociones, por lo cual se necesita de forma constante el consumo de alcohol, el alcohol ya no es un lujo ya pasa a ser una gran necesidad para vivir, en esta etapa desemboca al desastre la carrera alcohólica provocando daños irreversibles.

**31.- Embriaguez prolongada.** La ingestión de alcohol es de forma constante a diario, debilita la capacidad física del consumidor, ya no puede mantener nada, ni su empleo, ni las relaciones interpersonales, todo el tiempo está en consumo. Económicamente la mayoría llegan a la quiebra, incluso los que poseen algo de dinero y se ven forzados a implorar la bondad de los amigos y en último caso la caridad pública; la familia ha llegado a tal grado de desesperación, que es muy difícil que los toleren, casi siempre se oyen expresiones de “es la oveja negra” y se resignan a perderlos a través de la larga longitud de las calles; llega la familia con el tiempo a negar todo

parentesco por considerar bochornoso un hermano, tío, padre, hijo, esposo, etc., que haya caído tan bajo.

**32.- Deterioro ético marcado.** Se derrumba su moral, su integridad como persona y sus principales valores. Estas experiencias han derrumbado su moral de tal forma que lo hacen olvidarlo todo y andar por el mundo exhibiendo su miseria, se niega, asimismo, ni él cree lo que es ahora: un real bagazo humano. En sus pocos momentos de lucidez el ego se incorpora para vivir del pasado, de lo que fue, de lo que pudo ser y termina su charla en lo que será, bajo los efectos del alcohol.

En algunos casos ya no le importan los medios para agenciarse de dinero para consumir licor, lo que le interesa es embriagarse, vivir de la fantasía y olvidar el presente. Ya no desea reincorporarse a la vida social, porque todo lo cree perdido; el odio, el rencor, el resentimiento, la envidia y la ira entenebrece su espíritu y lo hacen hundirse más en su flaqueza moral.

**33.- Disminución de las capacidades mentales.** Es decir, por el excesivo consumo del alcohol durante años produce daños en el cerebro, se deteriora la concentración, atención, memoria, juicio y toma de decisiones, el paciente presenta poca lucidez y empieza a decaer cada vez más. Las neuronas a causa de la intoxicación por alcohol mueren por millares y así es como el cerebro del alcohólico se va deteriorando. De aquí para adelante su sistema nervioso en general irá en completa decadencia.

**34.- Psicosis alcohólica.** Desorden mental patológico, no existe ya conexión con la realidad, el pensamiento, la acción o conducta, es caso de atención médica profesional.

Otros factores pueden ser los delirium tremens, demencia, alucinaciones, paranoia alcohólica, psicosis depresiva, psicosis delirante crónica, pseudoparálisis alcohólica, etc.

**35.- Beber con personas socialmente inferiores.** Con el afán de sentirse siempre superior, busca la compañía de personas que han caído totalmente en el fango moral y material; con ellas hace recuerdos de sus buenos tiempos y vive del pasado; se relaciona sin ambages con drogadictos, delincuentes y principalmente alcohólicos que han caído más bajo que él; esta sub-fase puede complicar su alcoholismo contrayendo hábitos peores que el del alcohol y llegando a degeneraciones y perversiones inigualables.

**36.- Consumo de productos industriales.** Esas mismas compañías de que hablamos lo inducen a beber sustancias que no son preparadas y aptas para el consumo humano, sino son productos como el bario o el alcohol metílico. Estas sustancias son más fuertes que los licores autorizados por la ley y desde luego, tienen un grado de toxicidad mortal. Bebe sustancias que tienen alcohol, pero que no son destinadas al consumo oral, tales como lociones, desodorantes, perfumes, enjuague bucal, gel, etc.

El alcohólico que llega a estos extremos ya lo ha abandonado todo y es una escoria social; es casi seguro que quien llega allí no sale vivo, prácticamente es un mundo aparte; ellos mismos se aíslan en los barrios bajos o viven en los barrancos aledaños a las ciudades, casi siempre no tienen nombre y apellido, distinguiéndose únicamente por el sobrenombre, hablan a medias palabras el idioma de las personas normales; prácticamente son libres porque ni la policía los desea para castigarlos, los apresan solo en casos de infracción al orden público o para llevarlos al hospital neuropsiquiátrico; son despreciados por toda la gente en la calle, les niegan hasta el agua, los insultan o apedrean los niños; sus familias se niegan a admitir que son sus parientes; los médicos ya no los reciben en los hospitales para enfermedades corrientes; su clásica figura es desgredada, sucia, barbada, peluda, harapienta, ojos sanguinolentos, piel escamosa ceniza, pies y tobillos

hinchados, paso inseguro y vacilante... y en fin, la vida de este enfermo alcohólico que ha caído en el infierno verde no es más que la autodestrucción humana llevada al extremo más infamante.

**37.-Disminucion de tolerancia al alcohol.** El organismo se va minando y ahora el enfermo se embriaga y llega a la impotencia física y mental con poco alcohol que consuma; hay casos en que bien pasan el día con un octavo de litro, cuando antes probablemente necesitaban dos litros para embriagarse. El organismo sigue... y sigue... minándose hasta terminar en un desecho humano.

**38.-Temores indefinibles.** Su vida psíquica está totalmente enferma y destruida, ahora aparecen fobias (miedos indefinidos) por motivos irreales casi siempre alucinatorios u originados en las ideas delirantes, propias de su delirio de persecución social; sufre sobresaltos, dudas, vive el presente, pasado y futuro al mismo tiempo y le da miedo; cada día que llega piensa que es el último y maldice su existencia y la de todos; se pierde la ética valorativa, desarrollando un odio constante hacia la sociedad y por ello a cada momento cree que la misma lo va a castigar; por todo esto siente miedo a causa de su angustia, culpabilidad y remordimiento.

**39.- Temblores persistentes.** En su camino hacia la muerte física (auto destrucción total), el sistema nervioso del alcohólico depende del veneno que bebe, así es que cuando le falta, lo pide a gritos por medio de los temblores persistentes, los cuales anatómicamente se deben a que los nervios pierden su capa de mielina, aparecen calambres (cortos circuitos nerviosos) y todo este infierno personal no se calma sin el auxilio del alcohol.

**40.-Inhibición-psicomotora.** El funcionamiento del sistema nervioso va decayendo; ya sea por causas emocionales o físicas se van creando centros de irradiación inhibitoria en la corteza cerebral (teoría de Gavrilov); el alcohólico no puede darle cuerda a su reloj, si aún lo tiene, no puede apretar una tuerca o simplemente abotonarse la ropa, porque sus movimientos son incoordinados y su voluntad no es obedecida por los nervios y mucho menos por los músculos, que se encuentran embotados. En esta etapa, aunque el enfermo desearía trabajar no puede, su sistema nervioso no se lo permite.

**41.-La ingesta de alcohol se deriva de un carácter obsesivo.** Se comprende que el alcohol se ha apoderado definitivamente del usuario, el consumo es frecuente, casi imposible de interrumpir, como una gota perenne. Es la etapa donde se expone a humillaciones con tal de conseguir la sustancia, o bien es capaz de robar para obtener su dosis porque su mente obsesiva le martilla que así debe ser. Existen casos que después de la ingesta vomitan porque ya no le cabe y sigue consiguiendo dinero para comprarlo y tomarlo mientras esté despierto, por ende, se obsesionan más y más por tener a la “mano” la botella. La angustia es tan terrible que no le permite un momento conciente.

**42.-Vagos sentimientos religiosos.** El 50% de los casos desarrolla vagas aspiraciones religiosas, cambian de religión o visitan su iglesia con el propósito de encontrar un oasis espiritual a su alma enferma. El uno por mil de los casos, por lo regular, se salvan siguiendo el método religioso por sí solo. Otros han perdido la fe completamente en las religiones e ingresan a otros grupos metafísicos, filosóficos, yoga, espiritismo, etc. En busca de alivio, pero lo más seguro es que no lo encuentran. La enfermedad está demasiado avanzada y necesitarían todo un equipo multi disciplinario profesional y verdaderos anhelos espirituales bien orientados por una fe profunda.

**43.-Todo su sistema racionalista se quebranta.** Llega el momento en que sus razonamientos o pretextos y excusas son objeto de pruebas tan duras con la realidad que el mismo enfermo comprende su triste estado y que se encuentra en un callejón sin salida; finalmente reconoce que



“no sabe por qué bebe”. Hasta aquí todas sus razones para beber han sido descartadas por la misma vida en todos sus aspectos, no le queda casi ninguna duda de lo que es su alcoholismo y se resigna a ella. Su fin está cercano y conscientemente reconoce la verdad: su ruina material de los pocos despojos orgánicos que constituyen su cuerpo físico.

**44.-Hospitalización definitiva.** Si tiene la fortuna de ser aceptado en un hospital, allí pasará sus últimos días. Según las estadísticas médicas, el 8% de alcohólicos fallecen de cirrosis hepática y así irán desarrollando la enfermedad a la que estén más predispuestos, pero al final mueren abandonados de la sociedad y totalmente desprestigiados.

**45.- Pérdida de la vida.** Se espera este final en un hospital, en un manicomio, en la calle por un accidente o muerte agresiva debido a los peligros que vive el alcohólico, también es común ver a pacientes que terminan incluso sus días en prisión, enfermos, solos e ignorados.

**MUERTE:** El alcohólico a estas alturas, se aísla o es aislado de amigos y familiares. Busca tomar con individuos socialmente inferiores. Se pasa en la calle, empieza a dormir fuera de casa. Pasa borracho casi todo el tiempo, no ingiere comida para que le dure la borrachera. Ya no le quieren recibir ni en cárceles, ni en hospitales, ni en iglesias; por lo que tiene que volver a la calle, donde termina su vida, enfermo, sólo, pobre y abandonado.

Toda intoxicación alcohólica concluye con la muerte. La defunción puede venir por úlcera o por hepatitis o cirrosis hepática, o en general por cualquier mal aspecto del hígado, estómago, etc. Clínicamente se ha podido comprobar que lo borrachos que más viven son aquellos que comen mientras beben, y los que menos viven son aquellos que beben y no comen mientras están bebiendo.

La muerte del borracho es muy horrible. En las clínicas y hospitales se ponen muy nerviosos por falta de bebida. Claman, gritan, exigen la botella del alcohol; su desesperación es espantosa. Algunos mueren vomitando sangre, otros con terribles diarreas sanguinolentas, etc.

## **PSICOLOGÍA DEL BORRACHO**

El borracho plenamente intoxicado todo lo gasta en el vicio; cuando ya el intoxicado no tiene que gastar, entonces se vuelve mendigo, ladrón, estafador, o en el mejor de los casos nada más que un simple pedigüeño de alcohol, un mendigo del alcohol. El intoxicado pierde todo concepto del honor, de la dignidad, de la responsabilidad, etc., y solo le interesa una sola cosa en la vida: beber. El alcohol se convierte para el intoxicado en una necesidad vital, fundamental; eso es todo.

Las cosas serias de la vida no tienen ningún valor para el intoxicado alcohólico; él es completamente irresponsable. El intoxicado es inmoral en el más completo sentido de la palabra. La dignidad, el honor, la honradez acrisolada, la responsabilidad moral, la palabra empeñada, la virtud, etc., no tiene absolutamente ninguna importancia para el intoxicado alcohólico. El borracho empedernido se ríe de todas esas cualidades humanas, y hasta se siente infinitamente superior a todos sus semejantes.

## **CAMPAÑA CONTRA EL ALCOHOLISMO**

La verdadera campaña efectiva contra el alcoholismo se realiza explicando con todos sus detalles las cuatro etapas definidas de este vicio horrible. Estas cuatro fases del camino del alcohol: iniciación, intoxicación, enfermedad y muerte, deben de señalarse en el hogar, en la escuela, en la universidad, en las academias, en los templos, en las logías, en los ashrams, en los santuarios, etc. Esa es la mejor manera de hacer campaña efectiva contra el alcoholismo. Las leyes secas prohibiendo la venta de alcohol resultan inútiles porque los borrachos se inventan entonces

astutamente su manera de fabricar bebidas embriagantes en forma clandestina. Esto hace más daño que beneficio a la sociedad. Sólo la comprensión creadora puede salvar a las personas de caer en este horrible y espantoso vicio. El sistema de enseñanza audiovisual es maravilloso para combatir el vicio del alcohol.

**EL HOGAR.** La verdadera educación comienza en el hogar. Los padres de familia que beben, les dan mal ejemplo a sus hijos, conducen a sus hijos al camino fatal del abismo. En los hogares debe enseñarse a los hijos lo que es este horrible vicio, las cuatro fases de este horrendo camino, etc. Este tipo de enseñanza, acompañado del buen ejemplo, es radical para prevenir a las nuevas generaciones contra el vicio del alcohol. Lo que se aprende bien en el hogar, no se olvida jamás.

## **MEDITACIÓN Y EMBRIAGUEZ**

La meditación y la embriaguez son los polos opuestos de una misma fuerza. La meditación es positiva. La embriaguez alcohólica es negativa.

El estudiante gnóstico debe beber el vino de la meditación en la copa sagrada de la concentración. Es necesario mantenernos alejados del aspecto negativo. Es necesario no caer en el aspecto negativo de la mente. El vicio del alcohol pertenece al aspecto negativo de la mente. El borracho se sumerge en los infiernos atómicos de la Naturaleza y se pierde en el abismo. Es mejor beber del vino de la meditación en la copa sagrada de la concentración del pensamiento. Concentremos el pensamiento en nuestro Dios Interior. Meditemos profundamente en Él durante horas enteras.

Así llegaremos al Shamadi, al éxtasis inefable. Entonces podremos conversar con los Dioses y entrar en los grandes misterios de la Naturaleza. Esto es mejor que el Delirium Tremens (éste le permite al borracho penetrar en los infiernos atómicos de la Naturaleza para convivir con los demonios del abismo). Las visiones del Delirium Tremens de los borrachos son verdaderamente reales; eso que ellos ven en sus visiones existe realmente. Ellos ven larvas, demonios y monstruos horribles que realmente tienen existencia en los infiernos atómicos de la Naturaleza Universal. Ellos penetran en las infradimensiones y ven los seres del abismo; seres perversos que viven en los infiernos atómicos de la Naturaleza.

## **LARVAS ALCOHÓLICAS**

Todo ser humano carga una atmósfera atómica, un aura astral, perceptible para los clarividentes. Estas larvas viven en la cuarta dimensión. De paso tenemos que decir que ya la física moderna comienza a admitir las cuatro coordenadas, la cuarta dimensión, la cuarta vertical. El borracho carga en su atmósfera ultrasensible, larvas alcohólicas que lo estimulan en el vicio, que él mismo les dio vida, impulsándolo a beber. Dichas larvas sólo se desintegran con el humo del azufre.

## **OSMOTERAPIA**

Los perfumes combinados con la fuerza mental constituyen un sistema maravilloso de curación. Se pueden curar a los borrachos combinando estos dos elementos sabiamente. Indicación: ¿Tiene Ud. algún ser querido víctima del vicio del alcohol? Cuando éste se encuentre dormido estreche su mano derecha con la de él. Hágale oler un perfume delicioso, un extracto de rosas, y luego con voz muy suave hágale como si estuviese despierto. Aconséjele, explíquele en forma muy detallada lo que es el vicio horrible del alcohol. Recuerde Ud. que cuando el cuerpo duerme, el Ego sale del cuerpo y anda por la quinta dimensión.

Las palabras que Ud. le diga al dormido llegan al tímpano del oído, pasan luego al centro sensorial del cerebro y después se transmiten al Ego aun cuando éste se encuentre muy lejos del cuerpo físico. Al despertar, el Ego vuelve al cuerpo físico y si no recuerda lo que Ud. le dijo,

puede estar seguro de que todo lo dicho ha quedado en el subconsciente de su ser amado. Esas palabras van produciendo su efecto poco a poco y al fin el día llega en que el paciente queda curado del vicio horrible del alcohol.

No hay necesidad de discutir largamente sobre los efectos del alcohol. Su mismo nombre árabe (igual al de la estrella Algol, que representa la Cabeza de Medusa, cortada por Perseo) quiere decir sencillamente: "el Demonio".

Y que sea efectivamente un demonio o maléfico espíritu, cuando se posesiona del ser humano, es evidente y fácilmente demostrable por sus efectos, que van desde la borrachera al delirium tremens y a la locura, consignándose en los descendientes bajo la forma de parálisis y otras taras hereditarias.

Es incuestionable que siendo un producto de desintegración, que se origina también en nuestro organismo, entre los que se eliminan por la piel, tiene, una tendencia vibratoria disgregante, disolvente y destructora, secando nuestros tejidos y destruyendo las células nerviosas, las que gradualmente se hallan substituidas por cartílagos.

Resulta palmario y manifiesto que el alcohol tiende a eliminar la capacidad de pensar independientemente (ya que estimula fatalmente la fantasía), y de juzgar serenamente, así como debilita espantosamente el sentido ético y la libertad individual.

Los dictadores de todos los tiempos, los tiranos, no ignoran jamás que es más fácil gobernar y esclavizar a un pueblo de bebedores que a un pueblo de abstemios.

Es igualmente sabido que en estado de embriaguez se le puede hacer aceptar a uno cualquier sugestión y cumplir actos en contra de su decoro y sentido moral. Es demasiado notoria la influencia del alcohol sobre los crímenes para que haya necesidad de insistir en ello.

El alcohol, horrendo sube del precipicio y cae en el abismo de perdición; es la substancia maligna que caracteriza en forma íntima a los "Mundos Infernos" donde sólo se escuchan baladros, aullidos, silbos, relinchos, chirridos, mugidos, graznidos, maullidos, ladridos, bufares, roncares y crocotares.

El abominable Algol gira incesantemente dentro del círculo vicioso del tiempo.

Se insinúa por doquiera siempre tentador, parece tener el don de la ubicuidad; tan pronto sonrío entre sueños deliciosos en la copa de oro o de plata bajo el techo dorado de fastuoso palacio, como hace cantar al bardo melenudo de la horripilante taberna del bajo mundo.

El maligno Algol es a veces muy fino y diplomático; ¡Vedlo ahí brillando peligrosamente! entre la copa resplandeciente de fino bacará, la mujer amada os la ofrece.

Y dice el poeta que cuando en el mullido y perfumado lecho de caoba, la amada ebria de vino desnudarse pretendía, el ángel de la guarda se salía un momento...

Todos vamos a un fin, todos tenemos nuestro nombre en el ánfora fatal, nunca bebas te digo, licor maldito porque si lo bebes pronto errarás el camino.

Vinillo bien fuerte de Sabina en copas chicas beberás hoy conmigo, aunque en ánfora griega fue el envase, que lo sellé yo mismo, exclama Satanás desde el fondo del abismo...

¿Qué no desgasta el tiempo? Ya fueron inferiores a los abuelos rudos nuestros queridos padres; peores que ellos somos nosotros; y en mustia decadencia entre el licor y la tragedia nos sigue una viciosa descendencia.

Hoy todo ha pasado; esta pobre humanidad llena de tantas amarguras se ha degenerado con el vicio abominable del alcohol.

¿Y quiénes son esos tontos que pretenden negociar con Satán? ¡Escuchad amigos! Con el siniestro Demonio Algol no es posible hacer componendas, arreglos, chanchullos, de ninguna especie. El alcohol es muy traicionero y tarde o temprano nos da la puñalada por la espalda.

Muchas gentes de THELEMÁ (Voluntad) beben tan sólo una que otra copa diaria, chanchullo maravilloso. ¿Verdad? (el alcoholismo es una enfermedad insidiosa, traicionera).

¿Arreglo? ¿Compadrazgo? ¿Pastel? gentes inexpertas de la vida; ciertamente a ellas hablándoles en lenguaje Socrático podríamos decirles que no sólo ignoran, sino además ignoran que ignoran.

Los átomos del enemigo secreto semejantes a microscópicas fracciones de vidrio, con el devenir del tiempo y entre tanta melopea, chalina o ebriedad muy sutil y disimulada, se van incrustando dentro de las células vivas del organismo humano...

Así bien saben los Divinos y los humanos que el Demonio Algol se apodera del humano cuerpo muy astutamente y lentamente, hasta que al fin un día cualquiera nos precipita en el abismo de la borrachera, del vicio y la locura.

Escuchadme muy bien estudiantes gnósticos; a la luz del sol o de la luna, de día o de noche ¡con el Demonio Algol hay que ser radicales! Cualquier compostura, transacción, diplomacia o negociación con ese espíritu maligno está condenada tarde o temprano al fracaso.

Recordad devotos de la senda secreta que el eje fatal de la rueda dolorosa del Samsara está humedecido con alcohol.

Escrito está con palabras de fuego en el libro de todos los misterios que con el alcohol resucitan los Demonios, los Yoes ya muertos, esas abominables criaturas brutales y animalescas que personifican nuestros errores psicológicos.

Como quiera que el licor está relacionado con el Vayú Tatwa (el elemento aire), bebiéndolo caeremos como la pentalfa invertida con la cabeza hacia abajo y las piernas hacia arriba en el abismo de perdición y de lamentos espantosos.

El pozo del abismo del cual sube humo como de un gran horno, huele a alcohol.

Esa mujer del «Apocalipsis» de San Juan vestida de púrpura escarlata, y adornada de oro, de piedras preciosas y de perlas; y que tiene en la mano un cáliz de oro lleno de abominaciones y de la inmundicia de su fornicación, bebe alcohol; esa es la gran ramera cuyo número es 666.

¡Desdichado el guía religioso, el sacerdote, el místico o el profeta que cometa el error de embriagarse con el abominable alcohol!

Está bien trabajar por la salvación de las almas, enseñar la doctrina del Señor, más en verdad os digo: no es justo lanzar huevos podridos contra aquellos que os siguen.

Sacerdotes, anacoretas, místicos, misioneros, que con amor enseñáis al pueblo, ¿por qué lo escandalizáis? ¿Ignoráis acaso que escandalizar a las gentes equivale a faltarles el respeto? ¿a lanzarles tomatazos y huevos podridos?

¿Cuándo vais vosotros a comprender todo esto?

El problema del alcohol es muy grave en la América Latina, siempre hay un pretexto para beber, si estamos tristes bebemos porque estamos tristes, y si estamos alegres bebemos porque estamos alegres.

El vicio del alcohol está demasiado arraigado en el proletariado, en todos los países de la América Latina existen bebidas propias del proletariado. A veces es el fermento del maíz y se le llama chicha, a veces es el fermento de la caña de azúcar y se le llama guarapo, ron, etc. Otras veces el proletariado se emborracha con el Sumo del Maguey, nunca falta una bebida especial para el proletario, en todos los países de América el proletariado tiene sus bebidas regionales.

Cuando al proletariado se le paga con sueldo de hambre, bebe de todas maneras aun cuando no tenga para comer, y si se le paga con buen salario, bebe más todavía, es muy grave el problema del alcohol.

Conocimos el caso de unos cuantos millares de trabajadores que trabajaban en una zona bananera de propiedad de alguna compañía norteamericana, aquellos trabajadores estaban muy bien pagos: ganaban mucho dinero.

Los sábados, día de pago era día de borrachera para ellos, y llenos de orgullo y soberbia hasta quemaban los billetes para cocinar chocolate en la llama.

Hoy en día esos trabajadores están en la miseria, lamentando el dinero mal gastado y suspirando por sus viejos tiempos.

Analizando la cuestión llegamos a la conclusión de que el proletariado tiene un complejo de inferioridad.

Cuando el proletariado tiene dinero quiere vengarse de la sociedad que lo puso en la miseria y lucha contra el complejo de inferioridad, entonces se emborracha y hasta destruye los billetes para arrojárselos en la cara a los burgueses que siempre los han oprimido

En todo esto hay un sentido de venganza contra los amos del capital, una demostración de resentimiento.

El proletario es feliz derrochando dinero en cantinas y casas de prostitución. El proletario está sediento de placeres reprimidos por falta de dinero, cuando el proletario tiene la oportunidad de sacarse el clavo, es decir, de beber, y derrochar, lo hace con el mayor gusto.

Este resentimiento del proletariado sólo puede terminar elevándoles sus salarios, educándolos, reconociéndoles el derecho a vivir como viven los burgueses y los ricos, acabando con la política clasista y discriminadora.

Es urgente crear una sociedad sin clases, necesitamos la sociedad sin clases. Debemos recordar que el proletariado resentido es peligroso, el proletario resentido no solo acaba con la clase alta, sino también con la clase media.

Mejorando el nivel de vida del proletariado, se acaban los resentimientos. Con mucha educación. Hoy por hoy el proletariado está resentido y bebe alcohol teniendo o no teniendo dinero.

Debe iniciarse en toda la América una gigantesca campaña contra el alcohol, esta campaña debe comenzar desde las escuelas de educación básica.

Sólo a base de mucha instrucción y demostraciones sobre los efectos dañosos del alcohol, puede lograrse que las gentes abandonen este nefasto vicio.

La clase proletaria en la América Latina, marcha por el camino de la degeneración alcohólica.

No es prohibiendo el alcohol como las gentes van a dejar de beber, ya en los Estados Unidos se hizo ese experimento con la famosa ley seca, y el resultado fue peor, entonces se bebía de contrabando y los fabricantes clandestinos de bebidas alcohólicas se volvieron millonarios o fueron a parar a la silla eléctrica o a la cárcel.

No hay cosa que más guste que lo prohibido y si se prohíbe el alcohol aumenta el vicio.

Lo más vergonzoso en todo esto, es que en la América Latina existen países gobernados por gobiernos que fabrican y venden alcohol, eso es increíble, pero cierto, cualquier lector viajero podrá comprobarlo.

¿Con qué autoridad moral puede un gobierno meter a la cárcel a un borracho, si el mismo gobierno le ha dado a beber alcohol?

¿Es acaso justo que el gobierno meta a la cárcel a un hombre que el mismo gobierno emborrachó?

¡Parece increíble! Que haya todavía gobiernos fomentando el vicio, conocemos ciertos países donde los gobiernos se sostienen especialmente con la renta del alcohol, en esos países se considera contrabandista al que fabrique alcohol debido a que el gobierno no quiere competidores.

Es vergonzoso que algunos gobiernos estén intensificando la degeneración de los pueblos con la fabricación y venta de las bebidas embriagantes.

El asqueante vicio del alcohol sólo puede terminar a base de mucha educación y comprensión. En todas las escuelas, colegios, universidades, etc., se debe explicar lo que es el vicio del alcohol.

Sólo a base de mucha instrucción y comprensión se puede combatir el vicio abominable del alcohol.

Es necesario explicarle al pueblo lo que es el vicio del alcohol, es necesario enseñar científicamente y con demostraciones para que el pueblo comprenda, la enseñanza debe ser científica, pero muy sencilla para que todos entiendan.

La enseñanza antialcohólica debe iniciarse desde el hogar, desde la escuela y desde las iglesias. Deben crearse institutos antialcohólicos con profesorado que haga intensísima labor popular en hogares y escuelas.

En dichos institutos se prepararían profesores para la campaña antialcohólica. Se debe crear una nueva profesión: la profesión de especialistas antialcohólicos.

Estos profesores serían pagados por los gobiernos en la misma forma en que se pagan todos los docentes. Este es el camino para salvar a la especie humana del abominable vicio del alcohol.

### **¿QUE SON LAS DROGAS?**

Es toda sustancia química, que al ser ingerida provoca en el individuo cambios en su organismo y cambios en su comportamiento. Llegando a convertirse en una necesidad.

### **¿DE DONDE VIENEN LAS DROGAS?**

Por su origen pueden ser **NATURALES** o **ARTIFICIALES**, (elaboradas en laboratorios).

- Drogas naturales: Tabaco, alcohol, opio y sus derivados, cocaína, marihuana.
- Drogas artificiales: Narcóticos, estimulantes, calmantes, sedantes, alucinógenos.

Las drogas, según el país y sus leyes pueden clasificarse en legales e ilegales.

### ¿QUE ES LO QUE HACEN LAS DROGAS?

Al ingresar al organismo lo intoxican, envenenando la sangre, impidiendo el buen funcionamiento del estómago, intestinos, cerebro, pulmones, sistema nervioso, etc. Al intoxicarse la sangre, se produce en el organismo, en el caso de los estimulantes, una reacción del sistema nervioso, superestimándolo, haciendo sentir una falsa fuerza, agilidad, etc., terminada esta función, las sustancias tóxicas e irritantes de la droga, deprimen al sistema nervioso, hundiendo al individuo en la desolación.

### LO QUE DEBES SABER SOBRE EL TABACO

El principio activo del tabaco es la nicotina, que se encuentra concentrado en el cigarrillo y en los ambientes contaminados por los fumadores.

Los efectos físicos del uso del tabaco son inmediatos, aunque los fumadores no se den cuenta. Se irrita la garganta, el apetito disminuye, la respiración se vuelve más difícil.

Si fuman por mucho tiempo los problemas respiratorios se vuelven dramáticos y la nicotina puede causar el cáncer a los pulmones y la garganta. La mujer encinta que fuma corre el riesgo de dar a luz bebés más chicos que el promedio, o muertos al nacer.

Una vez que has empezado a fumar, se hace muy difícil parar; si lo lograste dejar, lo será por poco tiempo.

### LO QUE DEBES SABER SOBRE OTRAS DROGAS

- Los Estimulantes. Son drogas que estimulan el sistema nervioso. Las personas que lo usan se vuelven excitables e irritables y después se deprimen. La cafeína, la anfetamina, la cocaína son los estimulantes más comunes.
- Los Depresivos. Son drogas que deprimen el sistema nervioso. En esta categoría están los barbitúricos, los sedantes, ansiolíticos; producen sueño y su uso prolongado causa dependencia.
- Los Inhalantes. Son introducidos al organismo al respirar por la boca o la nariz, ejemplo: gasolina, aerosol, pegamentos, pinturas, etc. Provocan daño cerebral.

### ¿QUE DICE LA ESCUELA GNÓSTICA?

La Escuela Gnóstica, crea conciencia para que el que aspire a la iniciación espiritual del despertar de la conciencia, no se preste para producir, vender, comercializar, transportar, embodegar o fabricar ningún tipo de droga, legal o ilegal.

### LA TELA ETÉREA

Hemos dicho que los chakras astrales y etéreos están en íntima correspondencia; pero entre ellos e inter penetrándolos de manera difícil de describir hay una cubierta o tela de compacta textura constituida por una capa de átomos físicos ultrerrimos muy comprimidos y bañados por una especial modalidad de energía vital.

La vida divina que normalmente desciende del cuerpo astral al físico, está sintonizada de modo que pasa por la tela con toda facilidad, pero esta tela es infranqueable barrera para las demás modalidades de energía que no pueden utilizar la materia atómica de los planos físico y astral, y así es el instrumento natural para impedir la prematura comunicación entre los planos, que fuera irremediablemente perjudicial.

Dicha tela impide en condiciones normales el claro recuerdo de lo ocurrido durante el sueño, y es la causante de la temporánea inconsciencia que subsigue siempre a la muerte.

Sin la misericordiosa provisión de la tela etérea, el hombre ordinario que nada sabe de estas cosas y está completamente desprevenido contra ellas podría ser en cualquier momento víctima de una entidad astral que lo pusiera bajo la influencia de energías irresistibles; o bien estaría expuesto a la constante obsesión por parte de cualquier entidad astral deseosa de apoderarse de sus vehículos.

Desde luego se comprende que un desperfecto o daño en esta tela ocasionaría un terrible desastre. Muchas maneras hay de estropear la tela, y, por lo tanto, debemos esforzarnos cumplidamente en evitarlos. Puede estropearse por accidente o por algún hábito. Una violenta sacudida del cuerpo astral ocasionada por un terrible pasmo o susto puede desgarrar de parte a parte la tela y enloquecer al individuo. También puede producir el mismo efecto un tremendo arrebató de cólera o cualquier otra violentísima emoción de siniestra índole.

## EFFECTOS DEL ALCOHOL Y NARCÓTICOS

De dos clases son los hábitos viciosos o prácticas nocivas que pueden estropear esta tela protectora: el uso del alcohol y los narcóticos o el empeño en abrir puertas que la naturaleza mantiene cerradas, por medios como los descritos en algunas invocaciones espiritistas negras.

Ciertos alcaloides y bebidas, sobre todo el alcohol y los narcóticos, incluso el tabaco, contienen sustancias que al descomponerse se volatilizan y algunas de ellas pasan del plano físico al astral por conducto de los chakras en dirección opuesta a la normal, de modo que la repetición de esta anomalía deteriora gravemente y al fin destruye la delicada tela protectora.

Este deterioro y destrucción puede ocurrir de dos maneras distintas según el tipo del individuo y la proporción de las sustancias nocivas en su doble etéreo y en su cuerpo astral. En primer lugar, las sustancias volatilizadas queman la tela y con ello abren la puerta a toda clase de bastardas energías y malignas influencias. En segundo lugar, dichas sustancias volatilizadas, al pasar por el átomo físico ultrímo, lo endurecen y embarazan sus pulsaciones de modo que ya no puede vitalizarlo la especial energía que los entreteje, resultando de ello algo así como una osificación de la tela que intercepta las comunicaciones entre uno y otro plano.

Podemos observar en el beodo habitual los efectos de ambas clases de deterioro. Los que dan libre paso a las nocivas influencias se vuelven locos, quedan obsesos o mueren delirantes, aunque son raros los de este tipo. Más frecuente es el deterioro por interceptación, que debilita las facultades y sume al individuo en el grosero sensualismo y la brutalidad, sin el más leve sentimiento de delicadeza y la imposibilidad del propio dominio. Pierde el sentimiento de responsabilidad, y aunque en estado lúcido ame a su mujer e hijos, en cuanto le acometa el ansia de bebida no reparará en gastarse en vino, licores o drogas el dinero que debiera emplear en mantener a la familia, porque se desvaneció el afecto y la noción de responsabilidad.



EFFECTOS DEL TABACO. La segunda clase de deterioro de la tela etérea es muy frecuente en los esclavos del tabaco, y vemos que persisten en su vicio, aunque conozcan perfectamente que molestan a los no fumadores. Prueba del estropeamiento de la tela tenemos en que es el único vicio en que un caballero persiste a pesar de darse cuenta del disgusto que causa a los demás. Claramente se ve que en este caso se han embotado los sentimientos delicados. De tal modo esclaviza este nocivo hábito a los que lo contraen, que no son capaces de vencerlo, y todo instinto de caballerosidad se olvida en tan insensato y horrible egoísmo. Sus perniciosos efectos son evidentes en los cuerpos físico, astral y mental.

Empapa al hombre de partículas sumamente impuras cuyas emanaciones son tan groseramente materiales que hieren el olfato.

Astralmente no sólo introduce impurezas el tabaco, sino que amortigua muchas vibraciones y por esta razón suele decirse que «calma los nervios». Mas el adelanto en ocultismo no requiere que se amortigüen las vibraciones ni que se cargue el cuerpo astral de nauseabundas y ponzoñosas partículas. Por el contrario, necesitamos responder instantáneamente a toda posible longitud de ondas y al propio tiempo dominarnos tan completamente que nuestros deseos sean como caballos regidos por la razón, que nos lleven a donde queramos y no nos arrastren en su desenfreno como hace el pernicioso hábito del tabaco, colocándonos en situaciones donde la naturaleza superior comprende que jamás debiéramos hallarnos. Sus resultados después de la muerte son también de lo más desastroso, porque determinan una especie de osificación o parálisis del cuerpo astral, de suerte que, durante largo tiempo, por semanas y aun meses, permanece el hombre desamparado, estólido, apenas consciente y como preso en una mazmorra sin poder comunicarse con nadie e incapaz de recibir entretanto las influencias superiores. ¿Vale la pena de sufrir todas estas aflicciones por una pitada de tabaco? Es el tabaco muy pernicioso y debe cuidadosamente evitarlo quien verdaderamente anhele disciplinar sus vehículos y adelantar en el Sendero de Santidad.

Según dijimos, las vibraciones sólo pueden pasar de un plano a otro por los subplanos atómicos; pero cuando por el uso del tabaco se aminora su potencia responsiva, afecta también esta aminoración o amortiguamiento a los subplanos segundo y tercero, de suerte que la comunicación entre el astral y el físico por intermedio del doble etéreo sólo puede efectuarse por los subplanos inferiores de cada plano, donde hormigüen las siniestras y malignas influencias cuyas groseras y violentas vibraciones excitan la respuesta.

#### APERTURA DE LAS PUERTAS

Aunque la naturaleza toma exquisitas precauciones para resguardar los chakras, no es su propósito que permanezcan siempre rígidamente cerrados. Hay un normal procedimiento de abrirlos. A caso fuera más propio decir que la naturaleza no se propone abrir los chakras más de lo que está, sino que el ser humano debe auto perfeccionarse de modo que acreciente hasta la plenitud su actividad.

La conciencia del hombre ordinario no es capaz todavía de utilizar la materia atómica del cuerpo físico ni la del astral; y, por lo tanto, en circunstancias normales no puede establecer voluntaria comunicación entre los dos planos. El único medio de lograrlo es purificar ambos vehículos, a través de la meditación diaria y la eliminación del ego, hasta que se vitalice la materia atómica de ellos, de modo que todas las comunicaciones entre uno y otro pasen por su obligado camino. En tal caso, la tela etérea se mantiene en el mayor grado de posición y actividad, y en consecuencia ya no es un obstáculo para la intercomunicación, pero prosigue impidiendo el contacto entre los subplanos inferiores que darían paso a toda ralea de siniestras influencias.

Por este motivo amonestamos siempre a los estudiantes de esoterismo y a todos en general, que esperen a que las facultades psíquicas se actualicen a su debido tiempo como una consecuencia del perfeccionamiento del carácter, a través del trabajo sobre sí mismo y la eliminación del ego, pues según inferimos del estudio de los chakras así ciertamente ha de suceder. Tal es la evolución natural, el único medio seguro, que allega al estudiante todos los beneficios y le evita todos los peligros. Tal es el Sendero que nuestros Maestros hollaron en el pasado y es por lo tanto nuestro actual Sendero.

#### EXPERIENCIA ASTRAL DEL VENERABLE MAESTRO SAMAEL AUN WEOR CON UN AMIGO ALCOHOLICO.

Muy lejos de aquí, de ésta mi querida patria mexicana, viajando por otros caminos, fui llevado por los vientos del destino a esa antigua ciudad Sur Americana que en tiempos precolombinos se llamara “Bacatá” en el típico lenguaje Chibcha.

Ciudad bohemia y taciturna con mentalidad criolla de siglo XIX; humoso poblado en el valle profundo...

Urbe maravillosa de la que cierto poeta dijera: “Gira la ciudad de Bacatá bajo la lluvia como un desnivelado carrusel; la ciudad neurasténica que cubre sus horas con bufandas de nubes”.

Entonces había empezado la primera guerra mundial... ¡Qué tiempos Dios Mío! ¡Qué tiempos! Más vale ahora exclamar con Rubén Darío: “Juventud Divino tesoro que te vas para no volver, cuando quisiera llorar no lloro y a veces lloro sin querer”.

¡Cuánto dolor aún siento al recordar ahora a tantos amigos ya muertos! Los años han pasado...

Esa era la época del brindis del Bohemio y Julio Flores: años en que estuvieron de moda Lope de Vega y Gutiérrez de Cetina.

Esos eran los tiempos del brindis del Bohemio; años en que los caballeros se jugaban hasta la vida por cualquier dama que por la calle pasara...

Alguien me presentó a un amigo de chispeante intelectualidad muy dado a los estudios de tipo metafísico; Roberto era su nombre y si callo su apellido lo hago con el evidente propósito de no herir susceptibilidades.

Vástago ilustre de un representante de su departamento ante la Cámara Nacional de aquel País.

Con la copa de fino bacará en su diestra, ebrio de vino y de pasión, declamando aquel bardo de cabellera alborotada, sobresalía por doquiera ante intelectuales, en tiendas, cantinas y cafés.

Ciertamente era algo digno de admirarse en aquel mancebo, la portentosa erudición que poseía; tan presto comentaba a Juan Montalvo y sus siete tratados como recitaba la marcha triunfal de Rubén Darío...

Sin embargo, había pausas más o menos en su vida borrascosa; a veces parecía arrepentirse y se encerraba largas horas día tras día en la biblioteca nacional.

Muchas veces le aconsejé abandonar para siempre el abominable vicio del alcohol, más de nada sirvieron mis consejas, tarde o temprano regresaba el doncel a sus antiguas andanzas.

Sucedió que una noche cualquiera mientras mi cuerpo físico yacía dormido entre el lecho, tuve una experiencia astral muy interesante:

Con ojos de pavor me vi ante un horrendo precipicio frente al mar; y mirando en las tinieblas abismales observé pequeñas naves ligeras de hinchadas velas acercándose a los acantilados.

Los gritos marinos y el ruido de anclas y remos me permitieron verificar que aquellas pequeñas embarcaciones habían llegado a la tenebrosa orilla.

Y percibí almas perdidas, gentes izquierdas, horripilantes, espantosas, desembarcando amenazantes...

¡Vanas sombras ascendiendo hasta la cumbre donde Roberto y yo nos encontrábamos!

Aterrorizado el mancebo arrojose de cabeza al fondo abismal cayendo como la pentalfa invertida y perdiéndose definitivamente entre las aguas tormentosas.

No puedo negar que yo hice lo mismo más en vez de hundirme entre aquellas aguas del Ponto, floté deliciosamente mientras en el espacio me sonreía una estrella.

Es ostensible que aquella experiencia astral me impresionó vivamente; comprendí el porvenir que le aguardaba a mi amigo.

Pasaron los años y yo continuando mi viaje por el sendero de la vida, me alejé de esa humosa ciudad bohemia...

Mucho más tarde, allende el tiempo y la distancia, viajando por las costas del Mar Caribe, llegué al Puerto de Río del Hacha hoy capital de la Península Guajira. Pueblo de arenosas calles tropicales a la orilla del mar; gentes hospitalarias y caritativas de rostro quemado por el sol...

Jamás he podido olvidar aquellas indias guajiras vestidas con tan hermosas túnicas y gritando por doquier: ¡Carua! ¡Carua! ¡Carua! (Carbón).

¡Piracá! ¡Piracá! ¡Piracá! (Venga aquí) exclamaban las señoras desde la puerta de cada casa con el propósito de comprar el necesario combustible.

“Haita Maya” (Yo te quiero mucho) dice el indio cuando enamora a la India. “Ai macai pupura” contesta ella como diciendo: “Días vienen y días van”.

Existen casos insólitos en la vida, sorpresas tremendas; una de ellas fue para mí el encuentro con aquel bardo que antes conociera en la ciudad de Bacatá.

Vino aquél a mí declamando en plena calle, ebrio de vino —como siempre— y para colmos, en la más espantosa miseria.

Es ostensible que aquella lumbrera del intelecto había degenerado espantosamente con el vicio del alcohol.

Inútiles resultaron todos mis esfuerzos para sacarlo del vicio; cada día andaba de mal en peor.

Se acercaba el año nuevo; por doquiera resonaban los tambores invitando al pueblo a las fiestas, a los bailes que en muchas casas se celebraban, a la Orgía.

Cierto día estando yo sentado bajo la sombra de un árbol en profunda meditación, hube de salir de mi estado extático al escuchar la voz del poeta...

Había llegado Roberto con los pies descalzos, el rostro demacrado y el cuerpo semidesnudo; mi amigo era ahora un mendigo; el YO del alcohol lo había transformado en limosnero.

Mirándome fijamente y extendiendo su mano derecha exclamó: “Dadme una limosna”.

¿Para qué quieres tú la limosna? “Para reunir el dinero que me permita comprar una botella de Ron”.

Lo siento mucho amigo; créame que yo jamás cooperaré para el vicio. Abandone usted el camino de perdición.

Una vez dichas estas palabras aquella sombra se retiró silente y taciturna.

Llegó la noche de año nuevo; aquel bardo de melena alborotada se revolcaba como el cerdo entre el lodo bebiendo y mendigando de orgía en orgía...

Perdido por completo el juicio bajo los efectos asqueantes del alcohol, se metió en una riña; algo dijo y le dijeron y es evidente que le dieron tremenda zurra.

Después intervino la policía con el sano propósito de poner fin a la escurribanda y como es obvio en todos estos casos el bardo fue a parar a la cárcel.

El epílogo de esta tragedia cuyo autor fue naturalmente el YO del alcohol, es realmente macabro y espeluznante pues aquel poeta murió ahorcado; dicen los que lo vieron que al otro día le encontraron colgado del cuello en las mismas rejas del calabozo.

Las pompas fúnebres estuvieron magnificas y mucha gente concurrió al Panteón para dar el último adiós al Bardo. Después de todo esto, muy apesadumbrado hube de continuar mi viaje, alejándome de aquel Puerto marítimo.

Más tarde, me propuse investigar en forma directa al desencarnado amigo en el mundo astral.

Esta clase de experimentos metafísicos se puede realizar proyectando el EIDOLÓN o doble mágico del que tanto nos hablara Paracelso.

Salir de la forma densa ciertamente no me costó trabajo alguno; el experimento resultó maravilloso.

Flotando con el EIDOLÓN en la atmósfera astral del Planeta Tierra, me entré por las puertas gigantescas de un gran edificio.

Me situé al pie de la gradería que conduce a los pisos altos; pude verificar una bifurcación de la escalinata al acercarse a la base.

¡Clamé con gran voz pronunciando el nombre del fallecido! y luego aguardé pacientemente los resultados...

Estos últimos ciertamente no se dejaron esperar mucho; fui sorprendido por un gran tropel de gentes que precipitadamente descendían por uno y otro lado de la derivada escalinata.

Toda aquella mesnada llegóse junto a mí y me rodeó; ¡Roberto, amigo mío! ¿Por qué te suicidaste?

Sabía que todas esas gentes eran Roberto, más no hallaba alguien a quien dirigirme, no encontraba un sujeto responsable, un individuo...

Tenía ante mí a un YO PLURALIZADO, a un montón de Diablos, mi amigo desencarnado no gozaba de un centro permanente de consciencia.

Concluyó el experimento cuando aquella legión de Yoes se retiró ascendiendo por la derivada escalinata. LIBRO: MISTERIO AUREO FLORECER, Cap. 15. Maestro Samael Aun Weor.

## **APRENDER A SER:**

- La práctica de la sobriedad (templanza) como virtud cardinal indispensable para el desarrollo integral, implica moderación de los apetitos como garantía de una vida equilibrada, sana y estimulante. Practicarla requiere acordarse de sí mismo y empezar a auto observarse en sus tendencias para moderarlas
- A la vez observa el entorno, lo disfruta, sin caer víctima de las circunstancias. Utilizar las mismas armas de la entidad del alcoholismo, pero en su contra requiere desarrollo de la creatividad, así: Estar alerta al intelecto, para no creer los pensamientos que surgen de esta entidad, no creer en la presión emocional de los afectos. Utilizar el don de ubicuidad (estar en todas partes) a favor de la sobriedad, ejercer buena voluntad para retirarse antes de situaciones inmanejables.

## **APRENDER A HACER:**

- Seleccionar estado anímico adecuado a la circunstancia. Resuelto a ser feliz conscientemente.
- Observación de sí y del entorno. Cuidar de sí con atención y confrontación de falsos paradigmas sociales. (Prejuicios, machismo, feminismo, etc.) ATENCIÓN no pase de 3 copas pequeñas en una fiesta.
- Cultive actitud optimista, alegre y positiva, practique vivir con gozo sin drogas. El gozo es un estado normal en el ser humano sano.
- PRÁCTICAS: vuelo del colibrí: Disfruto de un grupo y de otro sin quedarse atrapado en ninguno, por cierto, encantador con todos.
- Amague: Más cola que ron, baile, coma, tenga la misma copa y que parezca otra.

Ambiente no manejable, salga sin picarse, sea diplomático, más inteligente que el entorno.

Enfocarse en lo que, si quiere hacer, en lo que le encanta hacer, no en lo que quiere renunciar.

- **TERAPIA COMPLETA:**

- 1. Afecto, amor y comprensión de la familia.
- 2. Tratamiento médico profesional.
- 3. Tratamiento psicológico profesional.
- 4. Asistencia a Alcohólicos Anónimos.
- 5. Fe, confianza en Dios, ayuda espiritual, acercarse a un grupo religioso
- 6. Anhelos espirituales- deseo sincero de cambio.
- 7. Meditación diaria.
- 8. Menos prohibiciones y más propuestas. Céntrate en la abundancia no en la carencia. Enfócate en lo que, si quieres hacer, no en lo que quieres renunciar, eliminar, quitar.
- En conclusión: Los problemas descritos en esta conferencia son incompatibles con el despertar de la consciencia.
- Si usted, querido estudiante, es esclavo de algún producto, natural o artificial, debe saber que las puertas de la iniciación espiritual no se abrirán para dejarlo pasar hasta que no haya abandonado definitivamente dicha esclavitud, si es necesario busque ayuda profesional, pero no descuide su desarrollo espiritual: ¿Qué es más importante: su vicio o su alma?

## **12 pasos del programa de Alcohólicos Anónimos**

Estos "Doce Pasos" son el núcleo del programa de Alcohólicos Anónimos (AA) para la recuperación personal del alcoholismo, y se basan en la experiencia de los primeros miembros de AA, quienes al seguirlos lograron sobriedad. Si bien no son una norma obligatoria, la experiencia indica que los miembros que los siguen con sinceridad y los aplican en su vida cotidiana logran con mayor facilidad alejarse del alcoholismo.

- 1. Admitimos que éramos impotentes ante el alcohol y que nuestras vidas se habían vuelto ingobernables.
- 2. Llegamos a creer que un Poder superior a nosotros mismos podría devolvernos el sano juicio.
- 3. Decidimos poner nuestras voluntades y nuestras vidas al cuidado de Dios, como nosotros lo concebimos.
- 4. Sin miedo hicimos un minucioso inventario moral de nosotros mismos.
- 5. Admitimos ante Dios, ante nosotros mismos y ante otro ser humano la naturaleza exacta de nuestros defectos.
- 6. Estuvimos enteramente dispuestos a dejar que Dios nos liberase de todos estos defectos de carácter.
- 7. Humildemente le pedimos que nos liberase de nuestros defectos.
- 8. Hicimos una lista de todas aquellas personas a quienes habíamos ofendido, y estuvimos dispuestos a reparar el daño que les causamos.
- 9. Reparamos directamente a cuantos nos fue posible el daño causado, excepto cuando el hacerlo implicaba perjuicio para ellos o para otros.
- 10. Continuamos haciendo nuestro inventario personal, y cuando nos equivocábamos lo admitíamos inmediatamente.
- 11. Buscamos a través de la oración y la meditación mejorar nuestro contacto consciente con Dios, como nosotros lo concebimos, pidiéndole solamente que nos dejase conocer su voluntad para con nosotros y nos diese la fortaleza para cumplirla.
- 12. Habiendo obtenido un despertar espiritual como resultado de estos pasos, tratamos de llevar este mensaje a los alcohólicos y practicar estos principios en todos nuestros asuntos.

### **APRENDER A CONVIVIR:**

- Si Ud. Es invitado a una fiesta, disfrute con sus amistades en el ejercicio de lo aprendido, evitando juzgarles.
- Si la presión para alcoholizarse es muy fuerte, casi inmanejable, ¡RETÍRESE PRUDENTEMENTE Y SIN ENOJOS!
- Evite llamar la atención en la retirada de una reunión, cuyo ambiente se está complicando por la mecanicidad social y el licor.

### **APRENDER A EMPRENDER:**

- Practique independencia de decisiones con inteligencia, respetando la independencia ajena.
- Seleccione amistades y emprenda campañas antidrogas.
- Emprenda fiestas, organice paseos con otras alternativas de diversión (dinámicas) sin alcohol.
- Evite involucrarse en negocios y/o trabajos como licorerías, cantinas, fábricas de tabacos.

- Evite obsequiar alcohol.

## **CONCLUSIÓN:**

**SOBRIEDAD CON ECUANIMIDAD GARANTIZA GOZO SOCIAL CONSCIENTE. REQUIERE COMPRENSIÓN, RESOLUCIÓN RADICAL Y FIRMEZA.**

## **EVALUACIÓN:**

¿Cómo podría disfrutar de la vida social evitando alcoholizarse? Diga 3 técnicas

**TAREA:** Traer para la siguiente semana, por escrito, una actividad particular para disfrutar socialmente que permita entretenimiento sin alcohol.

**TEST PARA BEBEDORES.** Para administrárselo uno mismo.

1. ¿Disfrutas bebiendo una copa de vez en cuando?
2. ¿Te consideras un bebedor normal, esto es, que no bebes más que el promedio?
3. ¿Te has despertado alguna mañana después de haber bebido la noche anterior y has encontrado que no recordabas lo que ocurrió parte de la velada?
4. ¿Se preocupan tus familiares o se quejan de la forma en que bebes?
5. ¿Puedes parar de beber sin lucha, después de un par de copas?
6. ¿Te sientes culpable alguna vez por el hecho que bebas como lo haces?
7. ¿Consideran tus amigos y familiares que eres un bebedor normal?
8. ¿Eres siempre capaz de dejar de beber cuando quieres?
9. ¿Has asistido alguna vez a una reunión de alcohólicos anónimos (AA), debido a tu ingestión de alcohol?
10. ¿Has entrado en alguna reyerta o pelea física cuando bebías o habías bebido?
11. ¿Te ha causado la bebida problemas con tu esposa (o marido), padres u otros parientes?
12. ¿Has tratado tu esposa (o marido) u otro familiar tuyo, de buscar la ayuda de alguien a causa de tu bebida?
13. ¿Has perdido alguna amistad como resultado de beber?
14. ¿Te ha causado la bebida complicaciones en el trabajo?
15. ¿Has perdido algún empleo a causa de la bebida?
16. ¿Has descuidado alguna vez tus obligaciones, tu familia o tu trabajo durante dos o más días seguidos debido a tu bebida?
17. ¿Bebes alguna vez por la mañana?
18. ¿Has sentido alguna vez la necesidad de disminuir la bebida que tomas?
19. ¿Ha habido ocasiones en tu vida de adulto en las cuales han considerado necesario dejar completamente el alcohol?
20. ¿Te han dicho alguna vez que tienes complicaciones en el hígado? ¿cirrosis?
21. ¿Has tenido alguna vez delirium tremens?
22. ¿Has oído voces, temblando severamente, o creído que oías o veías cosas imaginarias, después de beber mucho?
23. ¿Has ido alguna vez a ver a alguien para que te ayude con tu bebida?
24. ¿Has ido alguna vez al hospital como resultado de tu bebida?
25. ¿Te ha dicho algún médico que dejaras de beber?
26. ¿Has sido alguna vez un paciente en una clínica para alcohólicos, o en una sala para alcohólicos de un hospital general?
27. ¿Fue la bebida parte del problema que te llevó al hospital o clínica?

28. ¿Has sido alguna vez un paciente de alguna clínica mental, o has ido a ver algún doctor, psicoterapeuta o a un sacerdote para recibir ayuda en un problema emocional?
29. ¿Has sido detenido, aunque solo fuera unas horas, por conducir bajo la influencia del alcohol? ¿Cuántas veces?
30. ¿Has sido arrestado, aunque solo fuera durante unas horas, por conducta desordenada, aparte de conducir bajo la influencia del alcohol? ¿Cuántas veces?
31. ¿Tienen tus padres problemas con el alcohol?
32. ¿Tienen tus hermanos o hermanas problemas con el alcohol?
33. ¿Ha tenido tu marido o esposa problemas con el alcohol alguna vez?
34. ¿Tiene alguno de tus hijos problemas con el alcohol?

La respuesta típica del alcohólico a las preguntas 2, 5, 7 y 8 es no.

La respuesta típica del alcohólico a gran parte de las otras preguntas, será sí.

Todo el que obtiene un resultado de 10 o más respuestas de tipo alcohólico en esta prueba es, muy probablemente, un alcohólico.

Algunas de las respuestas son, indudablemente, pruebas de alcoholismo por sí mismas.