



## BIENVENIDOS

Hoy con el ejemplar que tienes en tus manos del número cero, que esperamos estés ojeando, nace nuestra revista de la Asociación de Alcohólicos Rehabilitados, que nuestros fundadores tuvieron el acierto de titular "ANCLAJE".

Cuando arribamos al abrigo del puerto de nuestra Asociación Anclaje, que desde ya consideramos nuestra segunda casa y conocimos a las personas que la habitaban. Desde el primer instante que aceptamos nuestra condición de enfermos alcohólicos nuestra existencia nos parecía absurda, inútil, vacía, aburrida y nos sentíamos infelices y necesitados de nuevos objetivos. No éramos felices, no nos sentíamos felices, ni siquiera viendo como con nuestra abstinencia estábamos físicamente más estables y saludables. Esas personas que ya habitaban "Nuestra Casa" se convirtieron automáticamente en nuestra segunda familia e incluso a día de hoy, en muchas ocasiones, superan con su ayuda incondicional a nuestros parientes naturales, haciendo que vivamos una vida mucho más ordenada, feliz y provechosa, rescatándonos de nuestro rumbo a la deriva.

En las siguientes semanas, vamos identificando a nuestros compañeros, aceptando su ayuda, confiando nuestras vivencias pasadas, presentes y anhelos de futuro, vamos gestionando con cautela nuestros nuevos caminos y descubriendo los cambios en nuestras propias nuevas vivencia, viendo con

## *Anclaje número 0, febrero 2018*

ilusión como no solo somos capaces de vivir en absoluta abstinencia si no que observamos nuestro deseo de no acercarnos a nuestro falso "mejor amigo" el alcohol, no nos apetece y no lo necesitamos para nada, y en ese momento es cuando realmente empezamos a ser felices y libres.

Nuestros días han dejado de ser largos, ansiosos e inciertos, ahora disfrutamos nuestros nuevos días pacíficamente, con largos paseos por nuestros deliciosos parques admirando las fragancias de la flores de nuestra adorada Sevilla, realizando actividades cada vez más productivas y divertidas, nos entretenemos con alegría viendo jugar a los niños, a nuestros hijos, sobrinos y nietos. Vemos disimuladamente como sonríen confiados nuestros familiares, padres, madres, esposas e hijos y observamos como nuestros compañeros y quizás amigos trabajan más tranquilos, sin la ansiedad que les producía nuestros a veces lamentables comportamientos, aunque aún nos quede un poco de tristeza cuando recordamos cuanto le hemos hecho sufrir...

Amigos, compañeros y enfermos alcohólicos en general, esta humilde revista nace alentada por nuestro presidente don Rafael Cueto, con la ilusión de ser ese amable patio de vecinos, donde vayamos informándonos del transcurrir de nuestros días, ilusiones, necesidades así como para compartir todo aquello que podemos ofrecer a este increíble grupo de seres humanos, que con total humildad, acepta con alegría su complicada vida y por supuesto la ayuda de todos. Ya solo queda darnos las gracias mutuamente, desde la libertad de todos nosotros, por la atención que sabemos estáis prestando y pidiros directamente y sin tapujos la colaboración a todos para que la vida de esta recién nacida publicación sea larga y este preñada de éxito. El éxito de la revista ANCLAJE será el éxito de todos nosotros. Gracias, muchas gracias.

Alfonso González Gaitán



"EL VIAJE DEFINITIVO"

"Algo se muere en el alma,  
Cuando un amigo se va..."

A pesar de que últimamente andaba pachucho, no lo queríamos creer, él que desde hace muchos años, se había convertido en el padre de muchos de nosotros, en la nueva vida que habíamos empezado; algunos por propia iniciativa, pero la mayor parte de nosotros, yo por ejemplo, ayudados y empujados por las personas que más nos quieren, esposas, hijos, padres y hermanos, se nos ha ido, él nos ha dejado y ha iniciado su último viaje, aunque no por su propia voluntad.

Se que ya muchos estáis pensando en nuestro querido presidente Don Rafael Cueto Rodríguez y por desgracia lleváis razón. Nuestro querido amigo Rafael era omnipresente en su humilde despacho de la ASOCIACIÓN DE ALCOHÓLICOS REHABILITADOS "ANCLAJE". En los últimos tiempos, cuando llegaba el martes a la terapia, su puerta no estaba abierta de par en par como era habitual, ¡parecía que algo faltaba en nuestra casa!. Él siempre estaba allí, siempre tenía para todos un buen consejo, una sonrisa y en raras ocasiones

una pequeña reprimenda seguida de un animador abrazo.

Ahora mi corazón tanto como mi memoria evoca el primer lamento por su marcha y por eso quiero dar mis condolencias a su apenada familia, esposa, hijas e hijos, en especial al compañero Rafalito. Ellos han tenido una gran generosidad con nosotros y han esperado a las últimas semanas, en las que la enfermedad ha hecho presa, para disfrutar de su rica compañía, pues nuestro querido presidente, como los grandes hombres ha muerto al pie del cañón y con las botas puestas.

Gracias amigo por tu inestimable ayuda, cariño y dedicación que nos has dedicado a todos tus compañeros enfermos, Dios con su eterna sabiduría y misericordia te habrá recibido alegremente, como tu has sido durante tu larga vida. Nuestros amigos que iniciaron la marcha antes que tú, lo habrán hecho con una ovación atronadora como las de tu Estadio Sánchez Pizjuán en las tardes de gloria de tu Sevilla C.F.

Para terminar dedicaré una sentida oración por quien por lo menos de momento será tu sucesor, Pepe Coto. Amigo suerte, vista y al toro, tu amigo Rafael te ha dejado una difícil misión, tú sabes que cuentas con mi ayuda incondicional. Rafael por favor tu que ya estas al lado del altísimo, ruega por nosotros.

Alcubillas (Ciudad Real) 19 de Agosto  
2.017

Fdo.: ALFONSO GONZÁLEZ GAITAN

"El Guerrero sin Fronteras"

EL VIAJE DEFINITIVO

Y yo me iré  
Y se quedaran los pájaros cantando.  
Y se quedara mi huerto, con su verde árbol,  
Y con su pozo blanco...

Juan R. Jiménez.

## SÍ SE PUEDE

Uno de los principios que he tratado de transmitir a mis alumnos en la Facultad de Comunicación, y en charlas sobre el tema en diferentes foros, es que lo importante de la comunicación es el receptor. Ciertamente que el emisor es también importante porque de él depende el mensaje, y por lo tanto igualmente el mensaje lo es, pero todo va encaminado hacia el receptor. Si a este no le llega, o le llega mal el mensaje por muy bueno que sea y por muy bien que lo haya expuesto el emisor, no habremos cubierto el objetivo. De ahí que todo deba ir encaminado al receptor, al que recibe el mensaje objeto del esfuerzo del emisor y del trabajo del mismo.

Y usted, lector, se puede preguntar: “¿Y a qué viene todo esto?...” Pues a confesarle que estas líneas van dirigidas a un receptor que desconozco. Cuando escribo en periódicos o revistas, cuando hablo en la radio (dejo lo digital al margen), sé el perfil del lector o del oyente según sea el Medio por el que envío mi mensaje. Ahora lo único que sé es que va dirigido a un público heterogéneo, variado, con algunos problemas -¿quién no los tiene?- en mayor o en menor grado, problemas en vía de solución o en momentos críticos. Bueno, pues para todos tengo un mismo mensaje. Lo he oído en muchos estadios de fútbol: “Sí se puede”. Son gritos enardecidos que tratan de animar, de transmitir eso, que: “Sí se puede”.

Se puede, claro que se puede. Pero como lo importante del mensaje, según escribía en las primeras líneas, es el receptor, del receptor depende el que el mensaje, de este modesto emisor, se cumpla, sabiendo que poder se puede, que “sí se puede”, entre otras razones porque muchas historias lo demuestran, porque muchos partidos se han ganado. Por eso yo creo que se puede, pero lo importante es que lo crea el receptor de este mensaje.

Según me cuenta su impulsor, ésta revista nace con el deseo de cohesionar, de animar, de acercar... Muy cerca de donde él vive me he encontrado escrito en una pared esta frase: “Lo mejor es lo que viene”. Creo que ya le dijo don Quijote a Sancho algo parecido, basándose en que las cosas estaban muy mal, por eso “lo mejor es lo que viene”. Vamos a creerlo. Pero sobre todo, vamos a creernos que: ¡Sí se puede! Porque es verdad: ¡Sí se puede!

Ricardo Ríos

Don Ricardo Ríos, desde hoy se ha convertido en un buen amigo y colaborador de nuestra humilde revista ANCLAJE, lo hace sólo con la primera petición de nuestro compañero Alfonso González Gaitán, con el que ha mantenido una buena amistad desde su adolescencia cuando aun correteaban entre las mesas de las clases del colegio. Su trayectoria profesional ha sido muy brillante, ha prestado sus servicios en diferentes periódicos andaluces, llegando incluso a redactor Jefe del Diario ABC de Sevilla, también ha sido colaborador cadenas radiofónicas SER Y COPE. En la actualidad es Presidente de la Asociación Progreso y Comunicación y Socio de honor Asociación de la Prensa de Sevilla.

## COLABORACIONES E HISTORIAS NUESTRAS

*¿PORQUE HE RECAIDO?* Era a finales de diciembre del año 2000, cuando por primera vez entré en ANCLAJE, tras más de veinte años de ser alcohólico y tras muchos consejos de mi esposa y amiga, le hice caso. Estaba totalmente derrotado por el alcohol y no entendía la vida sin él, pero decidí intentarlo. Ya después de unos meses de separación, sólo y hundido no me quedaba otra solución. Al entrar por primera vez y pasar por las visitas correspondientes del médico y la psicóloga, salí bastante animado con ganas de empezar con el tratamiento. En la primera reunión de terapia, encontré a personas como yo, que hablaban de los mismos problemas que tenían, eso me daba confianza, integrándome con el paso del tiempo en el grupo, pues con sus comentarios, preocupaciones, consejos y momentos que vivieron cuando consumían alcohol me hicieron ver, que ellos eran como yo, dándome cuenta realmente de que era un enfermo alcohólico. Tras quince años de una vida sin alcohol y sin saber los motivos ni razones, empecé a beber de nuevo ¿QUÉ PASO? No lo sé. En septiembre de 2017 y con dos años jugando con la bebida, me veo de nuevo en Anclaje, lugar donde por primera vez me enseñaron, que si hay vida sin alcohol. Mi sensación al entrar, fue de que

estaba en lugar correcto, tenía ganas de empezar de nuevo y acabar de una vez con este demonio que es el alcohol. Gracias a los integrantes de esta asociación tanto los que estaban por primera vez como los que están ahora me acogieron con mucho agrado, simpatía y cariño, dándome mucha confianza en mi nueva recuperación, pues en esta enfermedad, si se tiene que tener en cuenta las recaídas. Y, mi pregunta es: ¿PORQUÉ HE RECAIDO? A medida que pasa el tiempo y más de cuatro meses de terapias, lo tengo claro ¡OLVIDE LO QUE ME ENSEÑARON! Desde la primera sección de terapia hasta hoy, no dejo de recordar lo que me enseñaron hace diecisiete años: “EL ALCOHOLISMO ES UNA ENFERMEDAD Y YO SOY UN ENFERMO ALCOHOLICO”. Cada día estoy más feliz de haberle hecho caso a mi esposa, pues no dejaba de insistir en volver de nuevo a este lugar. Lugar donde me siento muy bien acogido, con ganas de aprender y “RECORDAR LO OLVIDADO”. Lugar donde de nuevo sientes la amabilidad de las personas que asistimos y el agrado e interés de las que las componen por que vuelva a recuperarme que tras terapia y terapia están llevándome de nuevo a “VIVIR SIN ALCOHOL” ¡MUCHÍSIMAS GRACIAS A TODOS ELLOS! Un saludo de Paco Osuna.

## Entrevista a Raisa Fernández Aranda

Por Fernando Manchón.

-Raisa, cuéntame tu biografía.

-Me llamo Raisa Fernández Aranda, tengo 25 años, nací el 31 de mayo del 1992 en Sevilla y estudié la carrera de Trabajo Social, el grado, en la Universidad Pablo de Olavide durante 4 años y cuando terminé hice un Master en Adicciones por la Universidad de Valencia.

Mientras estudiaba lo compaginé con el trabajo en una empresa de Seguros y cuando terminé me surgió este trabajo y estoy aquí desde entonces.

-¿Cuánto tiempo llevas?

-3 años voy a hacer en el 2018.

-¿Quién te eligió?

-Vi un anuncio donde se ofertaba esta plaza en la página web del Colegio de Trabajadores Sociales y entregué mi currículum en mano en diciembre, aunque hasta julio no me llamaron. Y en julio tuve la entrevista con Rafael Cueto que era nuestro presidente, y empecé a trabajar a los dos días de esa entrevista.

-¿Entonces estás colegiada en el Colegio de Trabajadores Sociales de Sevilla?

-Sí, desde hace 3 o 4 años, desde que terminé la carrera me colegié. Veo que es importante porque a través de éste te enteras de todas las ofertas de empleo, si hay algún cambio de ley o alguna modificación, te informan a través del Colegio.

-¿El papel que tú desempeñas aquí tú lo consideras importante?

-Es importantísimo, porque yo soy la primera persona que valora a los usuarios que vienen a "ANCLAJE", entonces si no estoy yo, no tienen una persona que les informe o que les oriente, porque a veces no les interesa este recurso o simplemente no es el recurso adecuado para ellos.

Por otro lado, también me encargo del tema de las facturas y subvenciones, ya que nosotros vivimos a través de éstas últimas.

Entonces yo creo que la Trabajadora Social es el pilar que une o el engranaje que une a las demás disciplinas que hay aquí.

-Lo que significa que tu papel es importantísimo en el centro, ¿no?

-Sí, yo considero que sí. Pero no porque sea yo, sino porque el papel de cualquier Trabajador Social que trabajara aquí, su papel va a ser fundamental, porque nos encargamos de llevar todo hacia delante.

El psicólogo y el médico, por su lado, se centra en atender a los pacientes en exclusiva. Sin embargo, nosotros (los Trabajadores Sociales), además de recibir y atender a los usuarios, llevamos todos los informes sociales, las comunicaciones con otros recursos, las derivaciones.

Además, aquí nosotros también tenemos el cargo de Director Técnico y de Coordinador de Equipo, por lo que tenemos que coordinar que lo que hagan mis compañeras coincida luego con la memoria anual y todo esté correcto.

-Lo que eso significa, que en el trabajo te llevas parte del día, ¿no?-Sí, yo trabajo de mañana y tarde, desde que abre el centro hasta que cierra éste. (sigue en página 6)

(Viene de página 5, entrevista Raisa)

Por las mañanas hago labores de atención a los usuarios, y por la tarde, me encargo más del tema administrativo.

-Entonces, ¿piensas que la confianza de los usuarios que hay aquí es importante?

-Claro que es importante, yo creo que si ellos no se sienten cómodos y no tienen confianza con nosotros, no se van a abrir. Por eso, pienso que es muy importante que el usuario se sienta con confianza suficiente, sobre todo para poder facilitar el tratamiento y la intervención que aquí se lleva a cabo.

-Bueno, yo creo que lo importante tú ya lo has dicho. Muchas gracias.

-Vale, gracias a ti.

## **EL AÑO DE MURILLO**

Por Fernando Manchón.

El año de Murillo. Así lo he titulado. Es sin duda, el año de Sevilla; una ciudad donde nació hace 400 años y que todo el mundo tiene que visitar y ver.

El aumento del turismo; el aumento de los visitantes, los que vienen y los que se van. Todos.

Es el año de Sevilla. Tú, que tienes la revista entre tus manos, en tus ratos libres no te lo puedes perder. Tienes muchos sitios donde ir, desde la Catedral hasta el Museo de Bellas Artes, pasando por El Convento de Santa Clara o El Barrio de Santa Cruz, en concreto en la calle Santa Teresa donde nació hace 400 años Murillo.

Ya van más de 40.000 visitas a la Sevilla de Murillo. Es el año de nuestra ciudad. No es ninguna tontería. La cosa es así en este momento histórico. Es nuestro tiempo; tú tiempo. Es el año de Murillo. Un Murillo que dedicó sus mejores momentos de plenitud a los Monjes y a los Conventos. Muchos de los mejores cuadros los pintó para los Monjes Capuchinos y se pueden contemplar en una sala del Museo de Bellas Artes de nuestra ciudad. Muchos fueron robados tras la invasión napoleónica y otros fueron adquiridos por otros museos. Hoy después de 200 años se pueden contemplar en Sevilla en el Museo.

## **RESEÑA LITERARIA DE NUESTROS COMPAÑEROS**

### "COMENTARIO SOBRE LA NOVELA LEÓN EL AFRICANO"

Desde hace años adquirí la recomendable costumbre, de que después de leer un libro realizo una reseña de las sensaciones que he sentido inmediatamente después de haberlo terminado. No es una crítica, ni siquiera un extracto del mismo, es solo un sentimiento. Con los años he comprobado que la sensación, el sentimiento, el recuerdo... o como quieran llamarle varía y a veces hasta es contradictorio, lo que me demuestra que lo que si es cierto que no he perdido el tiempo de ninguna forma.

En esta ocasión además pretendo que ese párrafo que escribo figure como parte de un libro en el que estoy ahora trabajando y que es ya el nº 2 de "EL GUERRERO SIN FRONTERAS". En especial estas publicaciones están dirigidas a mis compañeros adictos rehabilitados o no, con la intención de que entiendan la utilidad de la lectura, bien como simple entretenimiento o para ampliar los horizontes culturales, técnicos, morales o éticos.

En las entretenidas historias, anécdotas y situaciones que vive el protagonista de esta novela escrita por Amín Maalouf, libanés y ciudadano francés desde hace años, premiado entre otros, con "El Goncourt" y "El Príncipe de Asturias de las Letras", este Guerrero cree ver claramente un interesante estudio sobre la VERDAD y por eso a continuación transcribe tal cual, lo escribió en la primera página del libro del que hablamos.

"Durante la lectura de este libro, en muchas ocasiones me he estado haciendo la siguiente pregunta:

¿Quién anda detrás de quien, la verdad me busca a mí o soy yo quien busca a la verdad? En todos esos momentos he terminado sonriendo con perplejidad y recordando otras lecturas, en otros libros que también leí e igualmente hablaban sobre la verdad y a continuación nomino algunas de las frases que me impactaron:

"La verdad te hará libre". "Nadie es poseedor de la verdad y cuando cree tenerla la hace suya propia y no quiere compartirla". "No existe la verdad absoluta". "No hay ninguna verdad, ni esta es única", y así podría llenar las páginas de una publicación tan voluminosa o más que esta.

En este libro entre tantos países, civilizaciones, culturas, historias, anécdotas, situaciones y años que vive León El Africano, realmente siempre se habla de la verdad, de las verdades, pues a mí me parece que hay tantas como seres humanos.

Amín Maalouf, autor de este libro especialmente en la página 346, se acerca bastante a mis propios pensamientos sobre la VERDAD y acaba diciendo que ella la Verdad, se la puede ver desde tantos puntos de vistas como planos tiene una figura geométrica de infinitos planos.

Estoy al cien por cien de acuerdo con el deseo de León cuando exclama: ¡Que los que poseen la Verdad la dejen en Libertad! Y yo me pregunto y os pregunto: ¿Así los seres humanos seríamos libres?"

Sevilla, 28 de Mayo de 2.017  
Firmado: Alfonso Glez. Gaitán.

## **“EL RINCON DEL GUERRERO SIN FRONTERAS”**

En estas páginas iremos reproduciendo capítulos de los dos libros publicados ya por el compañero Alfonso, en los que recuerda sus experiencias personales desde que inició su rehabilitación como enfermo alcohólico, titulados el primero *“EL FERRAGOSTO DEL GUERRERO SIN FRONTERAS”* y el segundo *“EL REGRESO DE EL GUERRERO SIN FRONTERAS”*. En este número CERO, de nuestra revista ANCLAJE, editaremos el Prólogo del primero, firmado por D. Francisco Soler director terapéutico del Centro Montau de BEGUES en Barcelona.

### **PRÓLOGO de “EL FERRAGOSTO DEL GUERRERO SIN FRONTERAS”**

¿Cómo es posible que coincidan en el momento adecuado personas tan distintas? ¿Las han elegido para mí? ¿Cómo van a colaborar en mi guerra? ¿Son los soldados que necesito? ¿Están preparados?

Estas parecen ser que son las preguntas que se realiza “El Guerrero sin Fronteras” cuando llega a su exilio. Se siente solo, alejado de todos los hombres y mujeres que hasta el momento formaban parte de su vida. Todo lo que le importa se ha quedado lejos, el suelo de su patria se ha resquebrajado y ha sido lanzado por sus súbditos a la grieta más profunda. Se siente injustamente tratado, Él que ha dado su vida por todos, que con su inmensa sabiduría les mostraba el camino.

En la cueva húmeda y fría donde ha caído, empiezan a moverse entre las sombras, espectros caricaturizados de individuos que han sido repudiados por sus respectivos pueblos. Al principio les observa con una mezcla de miedo, prejuicios, lastima. A la vez una idea instintiva se apodera de su mente ¡les puedo ayudar! ¡Puedo darles forma!

Llevado por esa intención se pone manos a la obra, sale de su mutismo, interactúa con los seres que deambulan a su alrededor y en las madrugadas dedica un tiempo a retratar en papel lo que ve.

Es en ese momento del día, escribiendo, es cuando se da cuenta de las características de cada elemento de la caverna y no sabe bien porqué surge una cierta admiración por detalles de los que empieza a considerar sus compañeros de viaje. Alegría, tesón, coherencia, tranquilidad, humildad, empatía. Quien le iba a decir a él que los espectros le aportarían la posibilidad de ver las cosas desde otra perspectiva.

Poco a poco la humedad de la cueva va desapareciendo, las paredes van tomando un tono amarillento, el suelo de roca se vuelve algo mullido. ¿Que está ocurriendo? Se pregunta. Cada uno de los personajes de esta tragicomedia ha aportado algo en el guerrero que le ha cambiado. Ahora se da cuenta que la cueva no era tal, sino que estaba en un capullo de seda donde sufría una dolorosa metamorfosis y que sus acompañantes eran parte de la información genética que necesitaba para la transformación. Todo estaba en él, cada uno de sus compañeros ha sido catalizador de algún cambio.

Ahora se regocija de tener la suerte de haber estado rodeado de todas esas personas que tenían lo necesario y en la proporción adecuada para poder transformarse en una mariposa. Puede volar para volver con los suyos. No le habían repudiado, le habían ayudado a poder evolucionar, en lo que veía agresividad ve amor. Qué feliz es el guerrero.

Ahora tranquilo, destila y paladea el sabor de esos compañeros que hicieron posible el cambio y los recuerda en este libro.

**Firmado Francisco Soler Batlle**  
**Director Terapéutico Centro MONTAU**  
**BARCELONA**



