

Curando las adicciones a través de la comunidad: ¿Un camino mucho más largo de lo que parece?

Bruce K. Alexander

Versión revisada del discurso de apertura en la conferencia "Creación de comunidades solidarias" Selkirk College, May 14, 2015

Traducida por Alejandro Brain y Rebeca Faur

Los vientos de cambio soplan en el campo de las adicciones. Percibo el cambio en el discurso de los estudiosos y en las discusiones de los participantes cuando hago presentaciones en público. Tanto la visión moralista que percibe a las adicciones como producto de la maldad deliberada como el modelo médico que concibe la adicción como enfermedad, han perdido el poder inexpugnable que solían tener (Pickard, 2012; Ahmed, Lenoir, & Guillem, 2013; Levy, 2013; Satel & Lilienfeld, 2013; Hall, Carter, & Forlini, 2014). Un nuevo entendimiento está emergiendo en su lugar: la adicción es una forma en la que las personas en estado de necesidad responden a pérdidas o traumas en sus propias vidas y comunidades (Maté, 2008; Hart, 2013; Peele & Thompson, 2014, esp. pp. 197-200; Lewis, 2015). Junto con este entendimiento aparece un mayor énfasis en intentar alojar a las personas con adicciones en comunidades acogedoras, como un modo de reducir la necesidad de que recurran a conductas adictivas. Esta tendencia en expansión se asocia con frases googleables como "construyendo comunidad", "comunidad reparadora", "casa de recuperación" y "grupos de apoyo".

Después de una larga carrera de oposición tanto a la visión moralista como a la patologizante de las adicciones, comenzando con los experimentos del "Parque de ratas" en los años '70 (Alexander, Peele, Hadaway, Brodsky, and Beyerstein, 1985; Alexander, 1990, 2008/2010), considero a esta tendencia un motivo para celebrar. Sin embargo, temo que las "comunidades reparadoras" tal como son pensadas y practicadas actualmente por muchos pensadores y organizaciones influyentes, podrían resultar no mucho más exitosas que las intervenciones que surgieron a partir de la "Guerra contra las Drogas" y el modelo de adicciones basado en la enfermedad.

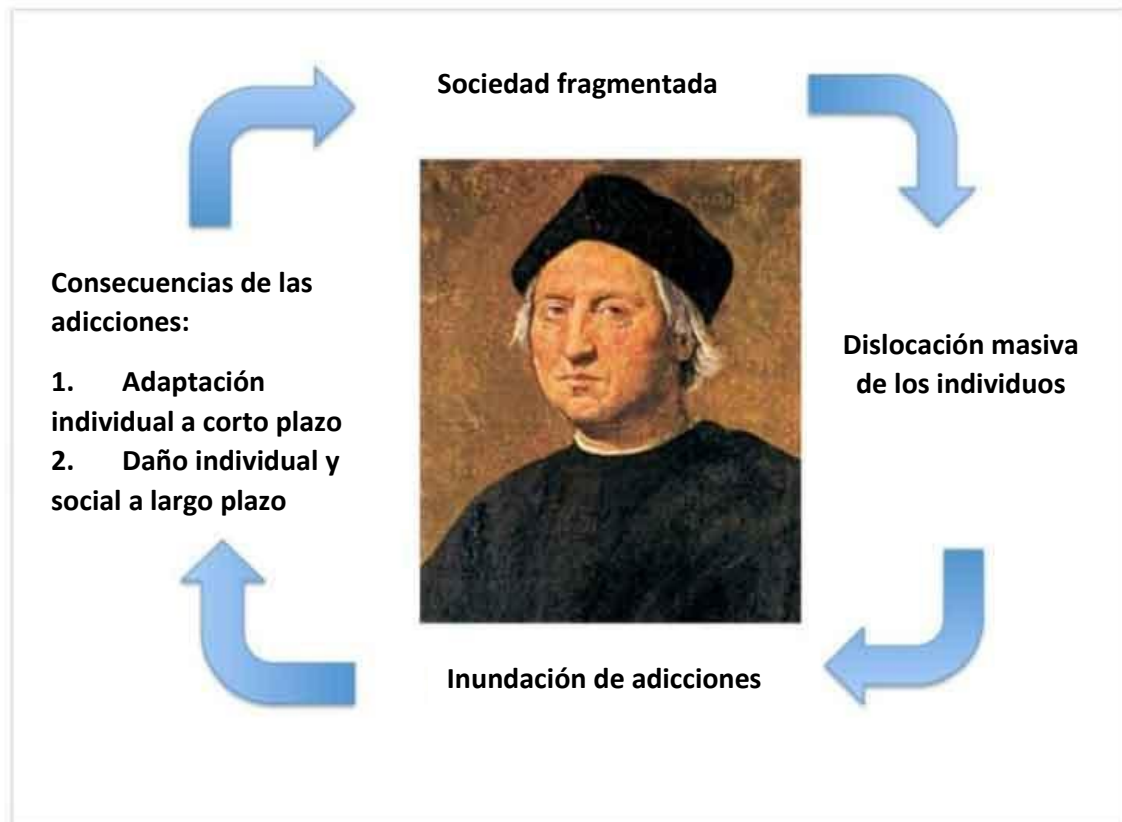
Mi temor es que el pensamiento que subyace a esta comprensión orientada hacia la comunidad se encuentra aún demasiado focalizada en los derroteros individuales de las personas con adicciones, en lugar de tomar en cuenta la amplitud de causas históricas en una sociedad que acarrea una enorme carga de adicciones graves y hábitos de todo tipo. Esta noche haré un resumen global e histórico de las causas y consecuencias de las adicciones (Alexander, 2008/2010, cap. 3; Alexander, 2014). Mi versión, como las que he referido antes, concluye que la mejor manera de ayudar a las personas con adicciones es restaurando su lugar en una comunidad funcionante. Sin embargo, también muestra por qué restaurar el lugar de las personas en la comunidad es mucho más difícil de lo que parece, y por qué mantener controladas a las adicciones requiere mucho más que sólo terapia.

Esta charla termina con una visión radical de lo que será necesario para que a largo plazo la vida comunitaria pueda resultar contenedora para las adicciones. Esta Visión era casi

impensable cuando comencé mi carrera en psicología de las adicciones hace medio siglo, pero en el estado de caos global actual puede ser mejor valorada.

Una visión global e histórica de la adicción

En la figura 1, he dibujado una visión global e histórica de la adicción como un “círculo vicioso”, en el centro del círculo hay un viejo retrato de Cristóbal Colón con una mirada de preocupación. Espero que quede claro en breve por qué aparece en la imagen central y por qué tenía razón al estar preocupado.



Por favor, tener dos advertencias en mente: En primer lugar, la visión global e histórica de la adicción *no se enfoca* en cada individuo en singular. En cambio, pone el foco en las causas sociales de la ola creciente de adicciones en el periodo de 500 años que los historiadores denominan como “historia moderna”. Por supuesto, la historia de cada persona con una adicción es única, pero la visión global es necesaria tanto para explicar la ola creciente de adicciones que amenaza con engullirnos como para enriquecer nuestro entendimiento de la historia individual de las personas con adicciones y en recuperación.

En segundo lugar, la visión histórica de las adicciones *no es* un intento de explicar el uso de drogas o el “abuso de sustancias”. Las personas usan drogas psicoactivas por muchas razones, muchas de las cuales no tienen nada que ver con las adicciones. La perspectiva histórica entiende la *adicción* como una dedicación o devoción poderosa hacia un hábito o actividad

particular que puede interferir con la vida que una persona desea vivir y que la sociedad espera que viva (ver Oxford English Dictionary, definición 1a). La adicción a las drogas y al alcohol es importante, por supuesto, y predomina en los medios de comunicación, pero de ninguna manera comprende la totalidad, ni siquiera la mayoría de los problemas de adicciones. En lugar de concentrarse en la adicción a drogas y alcohol, la perspectiva histórica pone el foco en la totalidad del problema destructivo de las adicciones; incluye sexo, riqueza, poder, juego, amor, comida, compras, acumulación, dietas, juegos de internet, medios sociales, autopromoción narcisista, alcohol, drogas, mascotas, etc., etc.

Fragmentación

La visión histórica de las adicciones parte desde el hecho de que las sociedades en todas partes se han visto gravemente fragmentadas en los últimos cinco siglos (ver fig.1, cuadrante superior). Desde los tiempos de Cristóbal Colón en adelante, la colonización a gran escala por las potencias de occidente aplastó a sociedades indefensas alrededor del mundo a través de la conquista, las enfermedades, la esclavitud, la explotación económica, la dominación religiosa, y la destrucción de los ecosistemas locales (Wright, 2004; Mann, 2011). Los canadienses conocemos la historia de la colonización muy bien por nuestra propia historia tanto como colonizados, así como colonizadores. Pero también es la historia de todo el hemisferio occidental, así como de África, Asia, Medio Oriente y gran parte de Europa.

Al mismo tiempo que las potencias europeas colonizadoras conquistaban el mundo exterior, también sometieron a las subculturas indefensas que se encontraban *dentro de su territorio*, aunque con cierta moderación. La revolución de la agricultura y la industria invadió y sometió aldeas y comunas campesinas estables a lo largo de Europa (Polanyi, 1944; Bollier, 2014). Más recientemente, las deslumbrantes nuevas tecnologías, las estrategias corporativas, las prácticas prestamistas predatorias y las políticas gubernamentales neoliberales están re-invasiando y re-fragmentando a las sociedades locales urbanas y rurales, a las redes de seguridad social, a las universidades y a las agrupaciones nucleadas a través de internet que fueron emergiendo de las ruinas de la cultura tradicional (Rowbotham, 1998; Reding, 2009; Klein, 2014a; Bollier, 2014, chaps. 1-5).

Miles de diferentes aspectos de la historia de la fragmentación global han salido a la luz. Debajo de los repetidos pasos de la aplanadora de la modernidad, familias nucleares han sido aplastadas, familias extendidas se han dispersado, las religiones se convirtieron en caricaturas superficiales, y las tradiciones culturales y étnicas han sido pulverizadas.

La Fragmentación social que comenzó en la era moderna temprana continúa escalando en el mundo moderno del siglo 21, en medio de la globalización del capitalismo del libre mercado, el neoliberalismo, la cultura corporativa, la vigilancia con tecnología de punta, la devastación ecológica, el "desarrollo", la "reestructuración" y la supuesta "austeridad" impuesta a los países pobres, el aumento sin piedad de la eficiencia en la fabricación y la agroindustria, y las crisis financieras interminables (Chossudovsky, 2003; Dufour, 2003; Harvey, 2011, pp. 66, 176; Snowden, 2014; McWilliams, 2015.). Algunos excelentes autores actuales asocian estas causas de fragmentación con la posmodernidad más que con la modernidad (e.g., Berardi, 2009), pero el análisis es esencialmente el mismo.

En el Canadá actual, luchamos por proteger a la sociedad de una mayor fragmentación social y ambiental que será producida por los oleoductos y gasoductos, el fracking, la destrucción de

los terrenos cercanos a las arenas de alquitrán, la minería de roca dura, la pesca excesiva, las burbujas inmobiliarias, los bancos no controlados y los mercados financieros, la contaminación de los suministros de agua dulce, la privatización de nuestros excelentes sistemas médicos y educativos, el aumento de la "velocidad de línea" en las plantas de procesamiento de carne y la Internetización de la vida privada (Nikiforuk, 2015; Levitin, 2015). Estos no son problemas separados, sino diversas manifestaciones de la aplanadora de la fragmentación.

La fragmentación parece ineludible ya que es un efecto colateral de la evolución económica, política y tecnológica que ha conferido enormes incrementos en la productividad industrial y avances técnicos para la especie humana, y ha hecho posible que la Tierra sostenga una civilización global de 7 mil millones de personas. Sin embargo, esta floreciente civilización mundial tiene problemas profundos y posiblemente terminales, en gran parte como consecuencia de toda esta fragmentación, incluyendo a la dislocación y a las adicciones.

Dislocación

Siguiendo a Karl Polanyi (1944), uso la palabra dislocación para describir la devastación psicológica individual arraigada en la imparable fragmentación social. "Alienación" y "desconexión" son también buenos términos para definir "dislocación".

La Dislocación se refiere a la experiencia de vacío que puede ser descrita en muchos niveles. En un nivel social, se refiere a la ausencia de una conexión sustentable y duradera entre los individuos y sus familias y/o sociedades locales, naciones, tradiciones y medioambiente. En términos existenciales, se refiere a la ausencia de sentimientos vitales de pertenencia, identidad, significado y propósito. En términos espirituales puede ser llamado pobreza del espíritu, falta de fuerza espiritual, alma sin hogar o el sentimiento de haber sido olvidado por Dios.

La dislocación masiva tiene *beneficios reales* para el crecimiento de la economía y el poder geopolítico. El sistema de libre mercado que subyace a la globalización *necesita* la dislocación. Para que la economía moderna funcione bien, los individuos deben actuar de manera competitiva y eficiente, sin ser obstaculizados por lazos sentimentales hacia sus familias, amigos, valores tradicionales, la necesidad de un sentido para la vida, el amor a la tierra o los mandamientos religiosos. Para la economía clásica, es esta severa racionalidad económica la que hace que la ley de la oferta y demanda funcione, y por lo tanto, limpie "el mercado" cada día. Las naciones que adoptaron el libre mercado en los últimos años como China y Rusia se convirtieron geopolíticamente en súper poderosas.

La dislocación tiene genuinas ventajas hedonísticas para el individuo moderno y las economías. Ofrece oportunidades para la iniciativa personal, la creatividad y la actualización. Todos probablemente disfrutamos de manera indulgente del individualismo sin límites de vez en cuando (Ryan, 2013).

Sin embargo, la prolongada y severa dislocación tiene un alto precio, debido a que eventualmente reduce las bases sociales de pertenencia, identidad, significado y propósito, dejando a las personas con una experiencia vacía y triste del mundo [Polanyi, 1944; Frankl, 1963; Berry, 2009, pp. 35-48; Tolman, 2013; Klein, 2014a, pp. 158-160; Verhaeghe, 2014].

Denunciar la fragmentación y la dislocación no es sólo el lamento nostálgico de filósofos existencialistas, trabajadores sociales, historiadores, teólogos, poetas románticos y gurúes. El

daño concreto causado por la dislocación y la relación específica entre la fragmentación social y la dislocación individual han sido descritos – y a veces medida cuantitativamente- en cada etapa del ciclo de la vida, comenzando antes de nacer.

Por ejemplo, las consecuencias intrauterinas del estrés soportado por las mujeres embarazadas en una sociedad fragmentada pueden hacer que sus hijos se vuelvan socialmente temerosos años después y con esto promover la dislocación. Algunos mecanismos del cerebro que subyacen a esta relación han sido descubiertos (Maté, 2008, 2015).

La falta de uniones estables en la infancia o los abusos traumáticos debido a la fragmentación familiar (o cualquier otra razón) pueden hacer a un niño inseguro y con pocas probabilidades de integrarse socialmente de forma satisfactoria más adelante en su vida (Bowlby, 1969).

La falta de vivienda estable en un mercado inmobiliario volátil dominado por especuladores puede hacer que la vida familiar y barrial estable sea dificultosa o imposible para los adultos, incluso para aquellos que experimentaron poco estrés en la niñez. Presenció esto en primera persona entre parientes y amigos jóvenes frente a la locura inflacionaria del mercado inmobiliario en Vancouver (Surowiecki, 2104).

El trabajo en un sistema industrial deshumanizado como Foxconn, donde mi celular -y posiblemente el tuyo- fueron creados, puede dejar a las personas tan vacías de sentido que el suicidio comienza a presentarse como una alternativa extendida (Tharoor, 2014).

Vivir bajo un sistema político hipócrita y corrupto manejado por políticos que sirven desvergonzadamente a megacorporaciones financieras e industriales y a las burocracias militares, produce una profunda apatía en los adultos (Brand, 2013; Risen, 2014).

La falta de apoyo familiar y comunitario puede dejar a las personas mayores en un estado incapacitante de desesperación (McLaren, 2014).

La dislocación grave y prolongada es insoportable. La mayoría de nosotros no podemos simplemente “bancársela”. Genera angustia, suicidios, depresión, desorientación y violencia doméstica (Durkheim, 1897/1951; Polanyi, 1944; Chandler, Lalonde, Sokol, & Hallet, 2003; Deraniyagala, (2013), Berardi, 2009; White, 2014; Alexander, in prep).

Porque es insoportable, la dislocación ha sido impuesta como una forma de castigo extremo (en forma de aislamiento, exilio, ostracismo, destierro, excomulgación) desde tiempos antiguos hasta el presente. Porque es insoportable, el aislamiento social radical continúa siendo un componente esencial de la tortura espantosamente tecnológica de estos días (Klein, 2007, cap. 1; Democracy Now, 2014).

Es difícil describir la dislocación precisamente porque está necesita ser discutida en muchos niveles al mismo tiempo. Es incluso más difícil describir que es realmente no estar dislocado. Sería un error decir que lo opuesto a la dislocación es lo “normal” dado que, en una sociedad fragmentada como la nuestra, la dislocación es más cercana a la norma. Yo prefiero usar el término "integración psicosocial" como opuesto a dislocación. Este término proviene de Erik Erikson. Mi mejor intento de explicar integración psicosocial rápidamente es decir que es la mentalidad de las personas cuyo lugar en una sociedad que funciona correctamente les permite sentirse parte, y a la vez, libres.

Evitar la simplificación excesiva. La dislocación y la integración social son conceptos múltiples que pierde su significado si se simplifican excesivamente o se operativizan de forma rígida. Por

ejemplo, la extrema desigualdad salarial es un hecho obscuro del mundo de hoy y puede exacerbar muchos aspectos de la dislocación. Sin embargo, la dislocación es *mucho más* que la pobreza y la inequidad salarial. Muchas personas adineradas sienten la angustia de la dislocación (Slater, 1980; Alexander, 2008/2010, caps. 9,10). No importa cuán rico seas, no puedes comprar una solución para la dislocación, aunque puedes ser capaz de aparentar que lo has hecho (Alexander, 2008/2010, pp. 131-136; Sheff, 2008; Sheff, 2009; Klein, 2014a, pp. 161-170).

Dislocación es mucho más que soledad. Es posible tener una vida social ocupada o incluso frenética en la sociedad fragmentada y aún sentir toda la fuerza de la dislocación si la persona es privada de conexiones sociales verdaderamente funcionales, de la sensación de tener un lugar en el mundo natural o un hogar en el mundo espiritual (ej., Lewis, 2015, cap. 5). A diferencia de lo que sucede con las ratas, las jaulas que hace a las personas vulnerables a la adicción suelen ser invisibles.

La preocupación acerca de la dislocación es más que sólo una nostalgia romántica de los “viejos buenos tiempos” reales o imaginados. La era moderna no es más maligna que las eras previas, pero como las primeras eras, trae sus problemas particulares para resolver. La dislocación ampliamente extendida es uno de ellos. Por supuesto, los individuos pueden ser gravemente dislocados por eventos que nada tienen que ver con la modernidad, incluidos terremotos, tsunamis e infortunios genéticos y epigenéticos individuales. Estos ocurrieron tanto en la época pre-moderna como en la moderna. Sin embargo, la modernidad misma es la fuente dominante de dislocación en nuestra era, y muchos pensadores modernos creen que la dislocación es actualmente ineludible y casi universal (Dufour, 2003; Berardi, 2009; Albrecht, 2012; Welch, 2015).

La dislocación es sentida como la ausencia de pertenencia, identidad, significado y propósito. ¿Pero cuánto de cada uno es necesario para lograr la integración psicosocial? Por ejemplo, ¿puede la falta de significado ser compensada por una identidad fuerte? Es imposible saber. La dislocación es un estado humano ampliamente reconocido y vagamente definido. No hay una fórmula precisa para definirlo o medirlo. Esto genera que su existencia sea fácilmente negada en una era dominada por una epistemología científica rígida. Desafortunadamente, la rígida epistemología científica no puede hacer desaparecer la dislocación, aunque puede volverla invisible para la gente que lleva esta lógica científica más allá de los límites de su utilidad.

La adicción: Un modo común de adaptarse a la dislocación.

Así como altos niveles de dislocación siguen a altos niveles de fragmentación social, la epidemia de adicciones viene inevitablemente de altos niveles de dislocación (ver Fig.1, cuadrante inferior). Mucha evidencia histórica y antropológica muestra la predictibilidad de la secuencia. La evidencia clínica y biográfica muestra por qué la adicción sigue estrechamente a la dislocación: La adicción puede proveer a la gente dislocada de un muy necesitado sentimiento de alivio y compensación por una existencia sombría, cuando nada más parece funcionar (Alexander, 2008/2010, caps. 6-8; Watson, 2015).

La adicción puede volverse un compromiso intenso y abrumador que provee de un sustituto parcial a las personas severamente dislocadas. La adicción puede llenar el vacío enloquecedor de la dislocación, hasta cierto grado y por un tiempo. Debido a que las adicciones brindan solo una solución parcial, las personas con adicciones severas **deben trabajar para lo que valen,**

insaciablemente, incluso si se sienten terriblemente culpables por las personas que están sufriendo en el proceso, o por las otras partes de su vida que dejan caer en ruinas.

Decir que la adicción cumple una función adaptativa vital no es decir que es inocua ni que se deba tomar a la ligera. Más bien, pone de relieve su función vital para las personas que no pueden encontrar una mejor manera de responder a los niveles desesperantes y peligrosos de dislocación en las circunstancias de su vida. Esta es la razón por la que es tan común en una sociedad global fragmentada.

Por supuesto que la adicción no es la adaptación que la gente quiere para sí misma ni lo que la sociedad quiere para ellos, pero al menos les brinda un exiguo sentimiento de pertenencia, de identidad, significado y propósito (incluso cuando viene acompañado de culpa y remordimiento). Sin sus adicciones, muchas personas tendrían muy pocas razones para vivir y podrían caer en una depresión incapacitante o suicidio.

Por ejemplo, los "adictos" se despiertan, saben quiénes son y qué deben hacer ese día. En vez de sentirse abrumados por el vacío de su existencia, se mantienen muy muy ocupados buscando drogas, en algunas ocasiones en colaboración con otros usuarios, a veces compitiendo con ellos. Al mismo tiempo, pueden aferrarse a una trágica pero exótica identidad "adicta", e identificarse con William S Burroughs, Kurt Cobain, Philip Seymour Hoffman, Russell Brand o Robin Williams. Un tipo de mística adicta que diluye la miseria de su existencia con las imágenes glamorosas de lo "trágicamente moderno" o "lo más cool" (Burroughs, 1967; Pryor, 2003).

Otro ejemplo, son las personas adictas a las apuestas en las carreras de caballos que no encuentran nada más importante en sus vidas que intercambiar información y pálpitos incesantemente dentro de una colorida subcultura de personajes en las pistas, con una mitología de famosos apostadores y legendarios caballos del pasado, y un futuro imaginado de fabulosas victorias (Ryan, 2014a, b).

Un número mucho mayor de personas usan drogas de forma moderada o van a las carreras por recreación. Han encontrado maneras más efectivas de satisfacer sus necesidades la mayor parte del tiempo. Sin embargo, la trágica realidad es que hay incontables millones de personas que no pueden usar drogas o apostar de forma recreativa. Su necesidad de pertenencia, identidad, sentido y propósito son demasiado grandes y se agarran de estas recreaciones como salvadoras, y tratan de construir una vida en torno a ellas. Como la adicción es esencial para la capacidad de las personas dislocadas de funcionar en el mundo, las personas se aferran a sus adicciones con el agarre de hierro con que se aferrarían a un pedazo de basura flotante en un mar tormentoso.

La función adaptativa de las adicciones muchas veces se mantiene oculta. Muchas personas adictas niegan vivir en un estado de dislocación porque sienten vergüenza de su incapacidad para encontrar una vida social segura, el sentido de quienes son, valores en los que pueden creer, un lugar al que puedan llamar suyo, o una razón para levantarse a la mañana, a pesar de que viven en una sociedad fragmentada **que hace que** satisfacer estas necesidades sea problemático para todos. Es posible que nieguen su dislocación por sentirlo como una falla personal insoportable y quizás solo sean apenas conscientes de la función adaptativa de su adicción. De todas formas, en momentos de *insight*, incluso estas personas pueden explicar la función de su adicción con una franqueza sorprendente. (Alexander, 2008/2010, pp. 158-160).

Hace mucho tiempo, cuando trabajaba como terapeuta de familia, veía como los padres de las personas con adicciones se aferraban **con mano de hierro** a la Visión Oficial de que las adicciones de sus hijos eran causadas por las drogas adictivas, o por la presión irresistible de sus pares, o por una predisposición genética, o por una disfunción cerebral incurable. Reconocer las funciones adaptativas que las adicciones cumplían para su hijo o hija requeriría admitir cuánto estaba faltando en el entorno familiar y barrial que ellos habían sido capaces de proporcionar. Creo que todos los que somos padres podemos identificar cuan insoportablemente doloroso puede ser ese reconocimiento. Parecería ser la admisión de un fracaso abyecto como padres, aunque queda perfectamente claro que muchos de estos padres hicieron todo lo que estaba en su poder por sus hijos.

Por último, la Perspectiva Oficial de la Adicción financiada y patrocinada profusamente por nuestros gobiernos, especialmente a través de NIDA (Alexander, 2014) y otras agencias gubernamentales y de profesionales, proclama con autoridad a la adicción como una enfermedad crónica causada por el uso de drogas -en lugar de una adaptación- con toda la fuerza de la autoridad científica y la dramatización mediática. ¿Es posible que este dogma le evite a los funcionarios que lo promulgan otro tipo de angustia sobre el tipo de sociedad que perpetúan *in loco parentis*?

Las consecuencias de la adicción: El ciclo continúa

Más allá del hecho de que las adicciones son solo parcialmente exitosas en reducir la dislocación individual, existe otra razón, más social, de por qué las adicciones son tan difíciles de superar en la sociedad moderna. *Muchas de las consecuencias dañinas de la adicción exacerban la fragmentación de la sociedad y, por lo tanto, aumentan la dislocación que fluye desde ella.* En última instancia, esto aumenta la prevalencia de las adicciones. El círculo vicioso continúa.

Pensemos en la fragmentación producida por los adictos al poder y a la riqueza en las suites ejecutivas de las corporaciones multinacionales. Luego pensemos en el daño ambiental causado por el consumo compulsivo de sus productos por parte de millones de sus clientes. Pensemos en la fragmentación generada por todos los niños talentosos que no pudieron ser educados y socializados como adultos productivos debido a que sus años escolares se perdieron en el mundo de los videojuegos y las redes sociales. Pensemos en todos los adultos que se pierden del trabajo reflexivo y de la ciudadanía por estar perdidos en adicciones activas al dinero, poder, drogas, sexo, riqueza, adoración a las celebridades, mirar deportes, moda, mascotas, redes sociales, juegos online y muchas otras. Pensemos en todas las personas con adicciones perdidas en un ciclo interminable de recuperación tenue, recaída, y re-recuperación. Pensemos en todos los ancianos que no transmitirán su sabiduría acumulada a sus descendientes por estar perdidos en su relación adictiva con la televisión, los crucigramas o las drogas con prescripción médica.

Además, cuando una adicción dura demasiado tiempo o se vuelve demasiado abrumadora, sus funciones adaptativas fallan. Las consecuencias para la salud de las adicciones graves representan una carga adicional y fragmentan a las familias, comunidades y sociedades de las personas afectadas. En todas estas formas, la adicción perpetúa la fragmentación social, y el ciclo continúa girando a través de las generaciones.

La adicción no es solo una respuesta posterior a la fragmentación de la sociedad, sino también, en última instancia, una causa previa a la misma. Con cada nueva vuelta del ciclo, la ola de adicciones escala a nuevas alturas y los costos para la sociedad crecen.

Tratamiento de la dislocación y la adicción

La perspectiva global e histórica nos brinda una base para analizar las innumerables formas en que actualmente se previene y trata la adicción. Nos habilita a comprender las razones por las que nuestros métodos no son más efectivos y por qué no podemos mejorar. Nos permite imaginar un mundo en el cual ya no viviríamos con altos niveles de adicción a todo tipo de hábitos, y en donde tantos padres no pasarían tantas noches insomnes preocupándose de las posibles adicciones de sus hijos.

A continuación, presento una manera de clasificar las aproximaciones que han prevalecido en el mundo occidental desde el siglo XIX. Se encuentran organizados de acuerdo con el grado en el cual pueden abordar el problema de la fragmentación social y de la dislocación individual al restaurar la comunidad, comenzando por el menos relevante.

1. Castigar a los usuarios de drogas, productores y traficantes; propaganda antidrogas: La “Guerra contra las Drogas”.
2. Tratar a las personas adictas en un contexto médico o psicoterapéutico: El Abordaje Médico.
3. Eliminar tanto el castigo como el tratamiento, permitiendo que las personas adictas respondan a las consecuencias naturales de su estilo de vida: El Abordaje Liberal.
4. Incluir varias prácticas esotéricas que permitan a las personas soportar la dislocación en un mundo fragmentado: por ej. Meditación, yoga, mindfulness.
5. Reducir los daños brindando cuidados a las personas adictas intenten o no dejar sus adicciones: Reducción de daños y tratamiento de Reducción de Daños.
6. Brindar apoyo, aceptación, espiritualidad y tratamiento para superar las adicciones orientados a la comunidad: El Movimiento de la Recuperación (cambio social a pequeña escala).
7. Reestructurar la sociedad moderna para reducir la fragmentación, dislocación y la adicción: Cambio social a gran escala.

Durante mi larga carrera profesional he aprendido a valorar a los defensores de cada uno de estos abordajes. Cada uno puede adjudicarse de manera justa algunos éxitos: Incluso los defensores de la Guerra contra las Drogas pueden señalar a personas adictas que han encontrado una vida mejor bajo la amenaza de un castigo.

Pocos trabajadores pueden encasillarse por completo en sólo una de estas categorías. La mayoría permite que más de una tome importancia, aunque suelen poner su fe principalmente una sola de ellas. Sin embargo, aún hoy, muchos profesionales de cada uno de los siete enfoques expresan una fuerte desaprobación hacia aquellos que trabajan en las otras, que va desde la diversión al desprecio. Este antagonismo persistente puede derivarse de las profundas divisiones ideológicas y metafísicas entre los defensores de diferentes puntos de vista, por ejemplo, entre ateos y teístas. Se encuentra probablemente exacerbado por el hecho de que la industria de los tratamientos de adicción en los EE. UU. estima tener un mercado de \$35 billones, y se encuentra preparado para un crecimiento acelerado (Munro, 2015).

El menosprecio mutuo es contraproducente: Los siete enfoques merecen reconocimiento por sus intenciones compasivas y por las personas a las que han ayudado a través de los años. Sin embargo, cabe decir que, hasta ahora, el conjunto de los siete abordajes no ha logrado mucho. Todo indica que las adicciones a hábitos de todo tipo se encuentran en aumento, no retrocediendo.

Creo que una vez que la adicción es entendida históricamente, se vuelve claro que la mejor oportunidad en este momento de la historia se encuentra en poner mucho más énfasis en el séptimo enfoque, el cambio social a gran escala.

Discutiré cada perspectiva brevemente:

1. La Guerra contra las Drogas

La Guerra contra las Drogas fue por mucho el abordaje más visible a fines del siglo XIX y en los primeros dos tercios del siglo XX, a pesar de que los siete enfoques fueron comprendidos y llevados a la práctica durante este período (White, 1998; Alexander, 2009). La guerra contra las drogas se basa originalmente en la presunción de que la adicción y la distribución de drogas son actos voluntarios de maldad.

El resultado de un siglo de guerra contra las drogas ha sido espantoso. Los horrores de la guerra contra las drogas están mejor documentados en los EE. UU. (Hari, 2015), pero también ocurrieron horrores en Canadá (Alexander, 1990, pp. 24-51) y en otros países. La fe en las guerras de la droga aún no ha desaparecido del todo. Es asombrosamente evidente, por ejemplo, en la retórica y las acciones del gobierno de Harper en Canadá (Macpherson, 2014; Webster, 2014; Woo, 2015).

MI PERSPECTIVA: La Guerra contra las Drogas es una idea cuyo tiempo ha llegado, y se ha ido. Actualmente ha perdido su credibilidad entre las personas informadas prácticamente en todos lados (por ej., Neuman & Romero, 2015). Estaremos mejor cuando nos hayamos librado por completo de ella.

No obstante, así como la Guerra contra las Drogas ha demostrado no ser la panacea para terminar con el problema de la adicción, es importante recordar que terminarla no va a resolverlo tampoco. Ni siquiera las políticas regulatorias e impositivas más iluminadas van a quitar la fragmentación y dislocación que hace que incluso las drogas legales sean adictivas para muchas personas. Y terminar la guerra contra las drogas no va a contribuir mucho a solucionar el resto de los problemas adictivos que envuelven a la sociedad moderna. La fragmentación social actual tiene una base mucho más amplia.

2. El Enfoque Médico

Los tratamientos médicos y pseudomédicos incluyen la desintoxicación, terapia cognitivo conductual, terapia motivacional, monitorización y refuerzos, algunas formas de asesoramiento personal y pastoral, y la prescripción de naloxona, acamprosato, vacunas contra varias drogas, megavitaminas, hormona ghrelina, estimulación cerebral profunda, y muchas más. Recientemente, la terapia con metadona y suboxona también son clasificados como tratamientos médicos.

(Otro tipo de terapias se focalizan más en los problemas subyacentes de dislocación y fragmentación social. Estas formas de tratamiento serán consideradas más adelante, dentro de los abordajes de reducción de daños y el movimiento de recuperación.)

MI PERSPECTIVA: Los tratamientos médicos y psicológicos centrados en el pensamiento y la conducta adictiva, y en los estados cerebrales de los individuos, con poca o ninguna consideración por los problemas de fragmentación y dislocación de base, no han logrado hacer mucho bien. La recaída seguida de más tratamiento es el resultado más probable.

Este tipo de tratamiento, de estrecha concepción, tiene una larga historia. La mayoría de los tratamientos que han sido utilizados son sensatos - dentro de las limitaciones de su mirada individualizada- pero algunos se parecen más a curas milagrosas. Varias curas milagrosas de la adicción se volvieron populares durante períodos de tiempo considerables durante el último siglo (White, 1998), y nuevas son propuestas e incluso llevadas a la práctica todo el tiempo (por ej., Friedman, 2015; Scripps Research Institute News Release, 2015). Sin embargo, examinando estas curas de cerca, todas han mostrado poco efecto sostenido para la mayoría de las personas adictas (White, 1998) y todas resultaron ser basadas en simplificaciones excesivas de la investigación científica (Horgan, 2015). De todas maneras, la esperanza por las curas milagrosas sigue materializándose en la era de la neurociencia de alta complejidad, cuando tantos otros milagros médicos genuinos se han producido.

Por supuesto que el tratamiento médico ha ayudado a algunas personas, particularmente a aquellos que lo usan para potenciar su propia recuperación natural que ya se encuentra en proceso. Ofrece el regalo de la legitimidad social y la compasión, ya sea que tenga eficacia sustancial o no.

El tratamiento de la adicción es una expresión del impulso humano natural y compasivo de intentar sanar a aquellos que sufren. Pero, como no hay razón para pensar que cualquier tipo de tratamiento médico estrechamente concebido pueda reprimir la creciente oleada de adicciones, predigo que nunca será más que una pequeña parte de la solución al problema de la adicción.

3. El enfoque libertario

En la tradición libertaria, la adicción puede concebirse como una construcción social moralista. De hecho, frecuentemente es cierto que las personas a las que la sociedad denomina “adictos” se encuentran viviendo de la forma que desean sin dañar a otros ni a sí mismos. Si estas personas se encuentran con que su “adicción” no les sirve, la dejan. Centrar la atención en estas personas erróneamente etiquetadas evoca la posibilidad de legalizar por completo el uso de drogas y dejar conscientemente que las personas resuelvan por su cuenta sus problemas de adicción. Esta perspectiva puede encontrarse expresada en la filosofía de Thomas Szasz, John Davies, Jeffrey Schaler, Peter Cohen entre otros, de forma muy elocuente en algunos casos.

MI PERSPECTIVA: La importancia de este enfoque radica en que brinda un argumento razonable para ignorar varias instancias de la adicción y la simple dependencia (Alexander, 2008/2010, pp. 45-46) que generan un daño mínimo. También ofrece una base para la aceptación de la cultura cannábica usualmente benigna de muchos jóvenes adultos en Canadá y otros países, y mucho del consumo de drogas público y evidente en los conciertos de rock.

Sin embargo, considero profundamente imprudente ignorar la adicción severa y prolongada, que frecuentemente implica un sufrimiento terrible y daño social. En mi experiencia, cuando alguien cree que necesita ayuda porque se están haciendo daño a sí mismos o a sus familias con su adicción, generalmente están acertados. Aunque muchas personas con adicciones graves se recuperan de forma natural, hay literalmente millones que no lo hacen. E incluso si nuestras intervenciones débiles no funcionan para la mayoría de las personas, sí funcionan para algunos y deberían estar disponibles.

4. Prácticas esotéricas: Meditación, Yoga, Mindfulness.

El tema central de la meditación, el yoga y el mindfulness (atención plena) es ayudar a las personas a mantener su atención en la realidad experiencial inmediata del momento actual, y alejarse de los recuerdos desagradables de su pasado, cuyas narrativas oscurecen la experiencia presente y los temores del futuro. A menudo implica centrarse específicamente en la experiencia actual del craving y la recaída. Los métodos que predominan se derivan de las prácticas espirituales orientales y las religiones de la Nueva Era (New Age) (Chödrön, 2000, esp. cap. 7; Eckhardt Tolle, 2005; Williams, Teasdale, Segal, y Kabat-Zinn, 2007; Peltz, 2013, esp. pp. 18-23 y cap. 3).

MI PERSPECTIVA: Aliviar el dolor de la dislocación puede ser muy útil. Creo que concentrarse en el momento presente puede proteger a algunas personas dislocadas de la obsesión, la depresión, la adicción o el suicidio, facilitando mejores elecciones. Sé que mis propias incursiones ocasionales en estas prácticas esotéricas han sido buenas para mi matrimonio (¡mi esposa está de acuerdo!) y que practicar mindfulness cuando manejo mi auto me ayuda a ser, a mi edad, una menor amenaza en el camino.

Pero estas prácticas esotéricas están lejos de ser una solución adecuada al problema de la adicción. La visión histórica global sugiere que será imposible para la sociedad controlar la adicción sin abordar la dislocación y la fragmentación social subyacentes. Nuestras percepciones y sentimientos perjudiciales no son completamente autogenerados, sino que son, en su mayoría, reacciones normales al mundo que habitamos. Incluso si podemos manejar nuestras reacciones frente al mundo severamente fragmentado que ocupamos de la manera más iluminada posible, aún es posible que experimentemos una angustia grave por nuestra profunda dislocación.

Una solución al problema de la adicción, tanto a nivel individual como social, requiere algo más que la periferización de la experiencia de la dislocación y el análisis de la experiencia de la recaída con una mente clara. También requiere reducir la fragmentación social que hace que sea tan difícil armar una vida que contenga suficiente pertenencia, identidad, sentido y propósito como para mantener la dislocación bajo control sin tener que meditar dos horas al día. (A medida que la fragmentación de la sociedad aumente, me temo que pronto podría requerir de 4, 8 o 16 horas de meditación cada día para mantenerla a raya).

También tengo dudas acerca de las doctrinas de vivir-en-el-momento presente, porque creo que vivir una vida plena depende de ser plenamente consciente de la historia pasada y los retos del futuro considerando nuestros recuerdos del pasado, en lugar de centrarse demasiado intensamente sobre uno mismo en el momento presente. Erik Erikson ha expresado este punto con elocuencia. Uno de los principales problemas de las personas adictas que conozco es que nunca dejan de concentrarse en sí mismas. Por supuesto, hay momentos en los que

debemos ocuparnos de nuestros problemas adictivos en soledad concentrándonos en nuestra propia experiencia del momento presente (p. Ej., Peltz, 2013, pp. 26-30), pero esto me parece lejos de ser una filosofía adecuada para la terapia o para la vida.

No estoy seguro sobre este tema, porque muchos de mis amigos no están de acuerdo conmigo, y porque yo mismo me he beneficiado de estas prácticas esotéricas. Pero en última instancia, me temo que la intervención basada en prácticas esotéricas será, a lo sumo, un componente en las experiencias de tratamiento exitosas, y que el tratamiento en sí mismo, en todas sus formas, sólo constituirá una pequeña parte en el control del problema de la adicción en el mundo moderno.

5. Reducción de Daños.

Intercambio de jeringas, mantenimiento con metadona, sitios de inyección segura, buprenorfina, suboxona, mantenimiento con heroína, y mantenimiento con estimulantes son ofrecidos a los usuarios de drogas en muchos lugares, junto con información sobre cómo usar drogas de la forma más segura posible.

Frecuentemente son ofrecidos a las personas adictas que usan los servicios de reducción de daños como vía de acceso a tratamiento, pero no se les exige como condición de tratamiento que abandonen sus hábitos adictivos - aunque pueden elegir la abstinencia si tiene sentido para ellos. Este abordaje es llamado actualmente “tratamiento de reducción de daños” (Little, 2015; Rothschild, 2015). El énfasis está puesto en alentar a las personas a encontrar sus propios planes para recuperarse, ya sea solos o en cooperación con otros.

MI PERSPECTIVA: Los servicios de reducción de daños han demostrado ser valiosos para muchas personas que necesitan drogas para poder funcionar en el mundo, pero no son adictos a otros aspectos más autodestructivos, criminales, del estilo de vida de los usuarios de drogas inyectables. Se salvan vidas que de otra forma se perderían frente a las enfermedades de transmisibles a través de las inyecciones, sobredosis, y violencia. A su vez los servicios de reducción de daños mantienen a las personas afuera de la cárcel y reducen los daños que los mismos usuarios de drogas generan a la sociedad. De manera creciente, este tratamiento no se restringe necesariamente a las personas que usan los servicios de reducción de daños. Me enorgullece el hecho de que Vancouver se haya vuelto una ciudad modelo para la reducción de daños en Norteamérica.

El término “reducción de daños” ha sido limitado hasta el momento para la adicción al alcohol y las drogas, pero creo que puede extenderse a otros tipos de adicciones también.

De todas formas, la reducción de daños mantiene intacta la raíz social de las adicciones y sólo incorpora mínimamente a las personas adictas a la vida comunitaria. Apenas reduce las consecuencias dañinas de la adicción sobre la sociedad, dado que se limita principalmente a la adicción a las drogas. Además, ofrece poco para prevenir que las personas se vuelvan adictas en primer lugar. A pesar de haber sido parte de manera entusiasta del movimiento de reducción de daños durante toda mi carrera, hago la predicción de que, así como el tratamiento biomédico y psicológico, sólo tendrá eventualmente un pequeño rol en la superación del problema de adicción global de la sociedad.

6. Modelo de la Recuperación (Cambio Social en Pequeña Escala).

Muchas organizaciones se dedican a organizarse con otros para transformar la sociedad a nivel local para que las personas puedan vivir una vida menos dislocada. Cuando esto se hace específicamente para o por personas que luchan contra las adicciones, a veces se lo llama el "Movimiento de la Recuperación". He visto muchos más grupos que comprenden el Movimiento de la Recuperación en Vancouver y en otros lugares de los que puedo mencionar aquí: por ej. Heart of the City Festival; muchos intentos de la Portland Hotel Society (por ej., The Life Skills project), el Longhouse Ministry of the United Church en el Este de Vancouver; las muchas sucursales de Addaction en Gran Bretaña, "Housing First" en los EEUU, Gaadejuristen en Dinamarca, y Ozanam House en Kelowna, Canadá.

Las iglesias de las religiones principales, y los grupos de 12 pasos derivados de Alcohólicos Anónimos poseen un lugar de honor como pioneros del movimiento de la recuperación y todavía le proveen de mucha de su energía. De todas maneras, muchos de los grupos más recientes han modificado algunas de las creencias religiosas fundamentales, y algunos de los 12 pasos originales y sus prácticas.

Mucho del asesoramiento personal y del trabajo social puede ser considerado parte del movimiento de la recuperación, cuando se enfoca en ayudar a las personas a encontrar un lugar dentro de su comunidad y mantenerlo. Los profesionales frecuentemente direccionan a las personas hacia los 12 pasos y otros grupos de recuperación al mismo tiempo que los alientan a unirse a otros grupos y los tratan de manera individual.

Algunos grupos del movimiento de la recuperación trabajan con niños de forma preventiva, antes de que se encuentren en riesgo de desarrollar cualquier forma de adicción adulta: La Academia de Música St. James en Vancouver es un maravilloso ejemplo de esto.

MI PERSPECTIVA: Los estudios históricos y clínicos de la adicción revelan que cuando la dislocación personal es superada, la mayoría de las personas no se vuelven adictas, y que las personas que ya son adictas pueden abandonarlas. Sin embargo, es extremadamente difícil ayudar a las personas a superar su dislocación incluso en el contexto del movimiento de recuperación actual, por dos razones.

La primera razón es que la dislocación que surge de un mundo profundamente fragmentado aún se filtra dentro de una sociedad local menos fragmentada. La segunda razón es que no existe una fórmula universal para superar la dislocación. Cada persona tiene una serie de requisitos únicos de lo que constituye la plenitud. Una cultura local que minimiza de manera efectiva la dislocación no puede establecerse por mandato. Debe ser construida minuciosamente a lo largo de un período de tiempo considerable, probablemente generaciones, y resulta imposible saber de antemano qué combinación de posibilidades va a proveer la base para la integración psicosocial en un grupo determinado de personas. Como señaló Marc Lewis (2015) la "recuperación" puede no ser el término correcto, ya que mucho del trabajo necesario para superar la adicción es no volver al tipo de integración social previo, si no fabricar una perspectiva individual y cultura local novedosa a partir de los restos del pasado.

Sabemos cómo poner los elementos que sostienen el bienestar individual y social en su lugar, pero no sabemos exactamente cómo insuflarlos de vida. De alguna manera, la integración psicosocial es como la biología de la vida: Conocemos todos los ingredientes químicos de la vida, pero aún no sabemos cómo crearla en un laboratorio. Como algunos señalan, tenemos

que hacer todo lo que podamos y sentarnos a esperar, y tener esperanza, de que los resultados de los grupos de recuperación aparezcan - y frecuentemente lo hacen.

7. Cambio Social a Gran Escala.

Finalmente, cambiar el círculo vicioso que subyace a la adicción - y muchos otros problemas interrelacionados- requerirá un cambio social a gran escala. De hecho, va a requerir nada menos que reconfigurar la sociedad mundial para eliminar el círculo vicioso representado por la visión histórica. En última instancia, este tipo de cambio debe acontecer mucho más a nivel nacional e internacional que a nivel individual o local. Por supuesto, poner énfasis en el cambio social a gran escala no niega la utilidad de las intervenciones que han sido discutidas hasta el momento. Ayudan a muchas personas, pero no pueden por sí solas superar la avalancha de adicciones que está envolviendo a la civilización moderna.

El llamado más claro para el cambio social a gran escala se encuentra en una leyenda que me contó por primera vez una abuela nativa americana que también era consejera en temas de drogas para las personas de su reserva. La leyenda dice que los consejeros de drogas de su tribu en el norte de Canadá se sientan al lado de un furioso río de montaña del norte, y miran. Cuando ven que alguien es arrastrado por la espuma blanca de la adicción, saltan para rescatarlos. Saben cómo nadar a través de los rápidos hacia el nadador que se está ahogando porque sus mayores les han dicho dónde están las rocas escondidas. Utilizando toda su fuerza, eventualmente llegan a la persona adicta y la arrastran a través del torrente hasta el margen y con su último gramo de fuerza los levantan en la orilla.

A veces es demasiado tarde y el esfuerzo es en vano. La persona adicta se desliza desde la orilla y se pierde nuevamente en la espuma. Pero a veces, él o ella se para y camina desde el río hacia el bosque, reencontrándose con la gente, volviendo a la tierra.

Cuando alguien es salvado, la narradora cuenta, los consejeros de hinchaban de orgullo. ¡Se sienten guerreros! Sentirían que están haciendo una gran contribución a su gente excepto...

... Excepto, decía, ¡que algún hijo de puta río arriba está tirando más y más gente al agua todo el tiempo! Los consejeros eventualmente se dieron cuenta que, a pesar de sus esfuerzos heroicos, no estaban ganando, si no perdiendo. Pero persisten de todas formas.

Considero que aquellos a quienes nos importan las adicciones y el medio ambiente debemos continuar nuestro heroico trabajo de rescate, pero también creo que deshacernos del "hijo de puta río arriba" es una tarea aún más esencial, en este caso, el círculo vicioso descrito por la visión histórica y global de la adicción.

Cuando tengamos que enfrentar al hijo de puta río arriba, también tendremos que enfrentar el hecho de que aún no sabemos exactamente qué hacer con él, a pesar de la genuina sofisticación que hemos logrado en la comprensión y el tratamiento de la adicción en un nivel individual. A veces la gente dice que, si nuestra sociedad puede poner a un hombre en la luna, con seguridad puede resolver el problema de la adicción así como todos los problemas psicológicos, sociales y ambientales relacionados. Pero ¿es esto correcto? Me encanta una cita de Ed Ayers quien señaló que: "Construir un mundo habitable no es ciencia espacial; es mucho más complejo que eso " (citado por Klein, 2014a, p. 280).

Me gusta aún más una cita del gran pensador religioso y científico, Thomas Berry, quien argumenta que necesitamos una terapia cultural profunda que no se pueda describir completamente en el lenguaje de la ciencia por poseer un aspecto espiritual tan importante como su aspecto racional. Como dijo Berry:

Lo más necesario además de las nuevas tecnologías que integran nuestras necesidades humanas con la energía solar y el funcionamiento orgánico de los sistemas de vida planetarios, es una profunda terapia cultural que identificará las fuentes de nuestra patología y proporcionará una forma de regresar a la expresión jubilosa de la vida que debería caracterizar todo modo humano de ser (Berry, 2009, p. 138).

Si Berry tiene razón, no podemos imaginar o planificar nuestro futuro. Sin embargo, podemos trabajar para lograrlo. Esto es posible debido a los innumerables grupos de activistas espirituales, activistas sociales, ecologistas y grupos de recuperación social que buscan superar el círculo vicioso cada uno a su manera (Hawken, 2007). Estos grupos se encuentran en todo el mundo, en todos los países. La eventual fusión de este enorme conjunto de energía humana en una civilización nueva y más coherente *que pueda proporcionar un hábitat sostenible para los seres humanos integrados psicosocialmente, en la cual es poco probable que se vuelvan adictos en primer lugar*, además de proporcionar un entorno en el que las personas que ya se han convertido en adictos, probablemente se recuperen. A diferencia de la mayoría de los otros seis enfoques sobre la adicción, este no se centra en la adicción a las drogas, porque todas las clases de adicciones se pueden aliviar en la civilización más coherente que visiona.

Dentro de este enfoque, la distinción entre el problema de la adicción y los otros problemas interrelacionados de la modernidad, como la destrucción del medio ambiente y las insoportables desigualdades sociales, se desvanece. La tarea de un gran cambio social debe llevarse a cabo con esperanza y fe, incluso en ausencia de un plan definitivo para lograrlo, pero con la garantía de que el éxito es posible. ¿Tenemos una fuente de esperanza más creíble que esta?

Conclusión

¿Es concebible que toda la sociedad global deba ser reformada para controlar las adicciones?

La idea parece extrafalaria cuando es enunciada sin más. Pero cuando el contexto social más amplio se considera históricamente, la imagen cambia.

La sociedad global emergente del siglo veintiuno será reformada, si es que va a sobrevivir. Como mínimo, habrá de ser reformada social y políticamente para evitar un cambio climático catastrófico (Klein, 2014a; Pope Francis, 2015). Deberá modificarse económicamente para superar las obscenas desigualdades de riqueza entre individuos y naciones que están llegando rápidamente al punto de quebrar el sistema existente (Rowbotham, 1998; Stiglitz, 2015). Tendrá que ser remodelado a nivel geopolítico para reducir la amenaza constante de la guerra termonuclear, que sigue siendo un accidente terminal esperando suceder.

Si se deben evitar los escenarios de pesadilla, los cambios que se avecinan serán diseñados por pensadores racionales y compasivos, quienes verán que los problemas psicológicos, incluidas las adicciones, están estrechamente relacionados con los problemas ambientales, económicos y políticos que nos amenazan severamente. (Para un análisis detallado de las conexiones entre la adicción y la crisis ecológica, vea Alexander, 2015). Los cambios venideros en la civilización

del siglo veintiuno se ocuparán de los aspectos psicológicos de los problemas globales, para poder alcanzar sus fines vitales.

El control de la adicción y los otros problemas interrelacionados en este contexto será el trabajo de generaciones. Será llevada a cabo en parte por personas que trabajan juntas para ayudar a otras personas a recuperarse de su adicción encontrando un lugar en su comunidad. Más inmediatamente, controlar las adicciones depende del éxito de una gran variedad de movimientos sociales y ambientales que buscan reducir la fragmentación social de diversas maneras. Ninguno de estos movimientos puede ofrecer una solución a corto plazo. Sin embargo, pueden ofrecer tanto la posibilidad de éxito como la oportunidad de mejorar nuestra propia pertenencia, identidad, significado y propósito. Es difícil para mí imaginar un mejor proyecto para los años restantes de mi propia vida.

Esta línea de pensamiento era impensable para todos, excepto para muy pocas personas cuando comencé mi carrera en el estudio de las adicciones hace casi medio siglo. Aún hoy, sigue siendo impensable en las vastas instituciones de riqueza y poder que gobiernan el mundo en este momento, así como en los medios de comunicación principales y los gobiernos nacionales que los sirven fielmente. Este es un cambio que debe fluir hacia arriba desde la base de la jerarquía de poder y riqueza.

Este proceso está en marcha, aunque su éxito no está de ninguna manera garantizado. ¿Te unirás? No va a hacer falta mirar muy lejos en tu propia localidad para encontrar organizaciones locales con un impacto potencialmente amplio del tipo que estoy describiendo. Brindan la mejor esperanza del mundo para resolver los problemas de adicción -y muchos otros problemas cruciales e interrelacionados- y necesitan tu ayuda.

Referencias

- Ahmed, S.H., Lenoir, M., & Guillem, K. (2013). Neurobiology of addiction versus drug use driven by lack of choice. *Current Opinion in Neurobiology*, 23, 581-587.
- Albrecht, G. (2012, August 7). The age of Solastalgia. *The Conversation*. Retrieved January 1 2015 from <http://theconversation.com/the-age-of-solastalgia-8337>
- Alexander, B.K. (1990). *Peaceful measures: Canada's way out of the 'War on Drugs'*. Toronto, Ontario: University of Toronto Press.
- Alexander, B.K. (2008/2010). *The globalization of addiction: A study in poverty of the spirit*. Oxford, UK: Oxford University Press.
- Alexander, B.K. (2009). Thinking more deeply about harm reduction: An open letter to Margaret Wenthe. Retrieved August 9 2015 from www.brucekalexander.com/articles-speeches/harm-reduction/214-margaret-wenthe-5
- Alexander, B.K. (2010) *Addiction: The view from Rat Park*. Retrieved July 26 2015 from www.brucekalexander.com/articles-speeches/rat-park/148-addiction-the-view-from-rat-park
- Alexander, B.K. (2014). The rise and fall of the official view of addiction. Retrieved 26 July, 2015 from <http://www.brucekalexander.com/articles-speeches/277-rise-and-fall-of-the-official-view-of-addiction-6>

- Alexander, B.K. (2015). Addiction, environmental crisis, and global capitalism. Retrieved 14 August 2015 from www.brucekalexander.com/articles-speeches/283-addiction,-environmental-crisis,-and-global-capitalism
- Alexander, B.K. (in preparation). Alcohol Prohibition Among the Tse-Shaht Indians, 1860-1865: A Natural Experiment" Revised version of presentation at 5th International Conference on the History of Drugs and Alcohol: Pathways to Prohibition, Glasgow, June 27 2009.
- Alexander, B.K., Peele, S., Hadaway, P.F., Morse, S.J., Brodsky, A., & Beyerstein, B.L. (1985). Adult, infant and animal addiction. In S. Peele (Ed.), *The meaning of addiction: Compulsive experience and its interpretation* (pp. 73-96). Lexington, MA: D.C. Heath.
- Berardi, F. (2009). *Precarious Rhapsody: Semiocapitalism and the pathologies of the post-alpha generation*. Brooklyn, New York: Autonomedia.
- Berry, T. (2009). *The Sacred Universe: Earth, Spirituality, and Religion in the Twenty-first Century*. New York: Columbia University Press.
- Bollier, D. (2014). *Think like a commoner: A short introduction to the life of the commons*. Gabriola Island, BC: New Society Publishers.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment*. Volume I of *Attachment and Loss*. New York: Basic Books.
- Brand, R. (2013, October 24). Russell Brand on revolution: "We no longer have the luxury of tradition." *The New Statesman*. Retrieved June 10 2014 from <http://www.newstatesman.com/politics/2013/10/russell-brand-on-revolution>
- Burroughs, W.S. (1967, July). Kicking drugs: A very personal story. *Harper's*, 235, 39-42.
- Chandler, M.J., Lalonde, C.E., Sokol, B.W., and Hallet, D. (2003). Personal Persistence, Identity Development, and Suicide: A Study of Native and Non-Native North American Adolescents. *Monographs of the Society for the Study of Child Development*, 68(2).
- Chödrön, P. (2000). *When things fall apart: Heart advice for difficult times*. Boston, Massachusetts: Shambhala.
- Chossudovsky, M. (2003). *The Globalization of Poverty: Impact of IMF and World Bank Reforms*. London, UK: Zed.
- Democracy Now (March 18, 2014). *A Sliver of Light: Freed U.S. Hikers on Captivity in Iran & Activism Against Solitary Confinement* (Amy Goodman interview).
- Deraniyagala, S. (2013). *Wave: A memoir*. Toronto: McClelland & Stewart, pp. 55-59
- Dufour, D.-R. (2003). *L'art de réduire les têtes; Sur la nouvelle servitude de l'homme libéré à l'ère du capitalisme total*. Paris: Édition Noël.
- Durkheim, E. 1951. *Suicide: A study in sociology*, trans. J.A. Spaulding and G. Simpson. Glencoe, IL: Free Press (original work published 1897).
- Frankl, V.E. (1963). *Man's search for meaning: An introduction to logotherapy*. New York, NY: Pocket Books.
- Friedman, R.A. (2015, March 6). The Feel-Good Gene: Those of us who don't have this natural bliss are more likely to be anxious and to self-medicate. *The New York Times*. Retrieved August 15 2015 from www.nytimes.com/2015/03/08/opinion/sunday/the-feel-good-gene.html
- Hall, W., Carter, A., and Forini, C. (2015). The brain disease model of addiction: is it supported by the evidence and has it delivered on its promises?? *The Lancet: Psychiatry*, 2, 105-110.
- Hari, J. (2015). *Chasing the Scream: The first and last days of the war on drugs*. London: Bloomsbury.

- Hart, C. (2013). High price: A neuroscientist's voyage of self-discovery that challenges everything you know about drugs and society. New York, NY: HarperCollins.
- Harvey, D. (2011). The enigma of capital and the crises of capitalism. London, UK: Profile Books.
- Hawken, P. (2007). Blessed Unrest: How the largest social movement in the world came into being. New York, NY: Viking.
- Horgan, J. (2015, March 13). N.Y. Times hype of "Feel-Good Gene" makes me feel bad. Scientific American Blogs. <http://blogs.scientificamerican.com/cross-check/2015/03/13/n-y-times-hype-of-feel-good-gene-makes-me-feel-bad/>
- Klein, N. (2007). The Shock Doctrine: The Rise of Disaster Capitalism (Toronto, Ontario: Knopf).
- Klein, N. (2014a). This changes everything: Capitalism vs. the Climate. Toronto, ON: Knopf, Canada.
- Levitin, D.J. (2015). Why the modern world is bad for your brain. The Guardian (The Observer), Retrieved January 18 2015 from <http://www.theguardian.com/science/2015/jan/18/modern-world-bad-for-brain-daniel-j-levitin-organized-mind-information-overload>
- Levy, N. (2013). Addiction is not a brain disease (and it matters). Frontiers in Psychiatry, 4 (article 24), 1-6; Hart, C. (2013). High price: A neuroscientist's journey of self-discovery that challenges everything you know about drugs and society. New York, NY: HarperCollins.
- Lewis, M. (2015). The biology of desire: Why addiction is not a disease. New York, NY: Public Affairs.
- Little, J. (2015). What's under the harm reduction umbrella, Part One. The Fix. Retrieved May 28 2015 from <http://www.thefix.com/content/under-harm-reduction-therapy-umbrella-part-1>
- Macpherson, D. (2014, April 9). Come join the Canadian Drug Policy Foundation. A New Drug Policy for Canada? Retrieved February 8 2015 from <http://donaldmacpherson.ca/>
- Mann, C.C. (2011). 1493: Uncovering the New World Columbus created. New York, NY: Vintage Books.
- Maté, G. (2008). In the Realm of Hungry Ghosts: Close Encounters with Addiction. Toronto, ON, Knopf, Canada, pp. 205-207.
- Maté, G. (2015). Toxic Cultures | Bioneers. Youtube. Retrieved March 29 2015 from <https://youtu.be/erZhTPkOLb>
- McLaren, L. (2014, March 17). All the lonely old people. Maclean's, 127(10), 36.
- McWilliams, J. (2015, Spring). Inside Big Ag: On the Dilemma of the Meat. Virginian Quarterly Review. Retrieved July 29, 2015 from www.vqronline.org/nonfiction-criticism/2015/04/inside-big-ag-dilemma-meat-industry
- Munro, 2015. www.forbes.com/sites/danmunro/2015/04/27/inside-the-35-billion-addiction-treatment-industry/).
- Neuman, W. & Romero, S. (2015, May 15). Latin American allies resist U.S. strategy in drug fight. The New York Times. Retrieved May 17, 2015 from www.nytimes.com/2015/05/16/world/americas/latin-america-and-us-split-in-drug-fight.html

- Nikiforuk, 2015 January 10, Fracking Industry Shakes Up Northern BC with 231 Tremors. The Tyee. Retrieved January 17 from http://thetyee.ca/News/2015/01/10/Fracking_Industry_Shakes_Up_Northern_BC/
- Peele, S. & Thompson, I. (2014). Recover! Stop thinking like an addict and Reclaim your life with the PERFECT program. Boston: Da Capo.
- Peltz, L. (2013). The mindful path to addiction recovery: A practical guide to regaining control over your life. Boston, Massachusetts: Trumpeter.
- Pickard, H. (2012, April 18). The purpose in chronic addiction. *AJOB Neuroscience*, 3 (2), 40-49. Retrieved August 15 2015 from www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3378040/
- Polanyi, K. (1944). The great transformation: The political and economic origins of our times. Boston, MA: Beacon.
- Pope Francis (2015, May 24). Laudato Si: On care for our common home. Encyclical Letter. Retrieved August 10 2015 from http://w2.vatican.va/content/francesco/en/encyclicals/documents/papa-francesco_20150524_enciclica-laudato-si.html
- Pryor, W. (2003) The Survival of the Coolest: an Addiction Memoir. Bath, UK: Clear Press.
- Reding, N. (2009). Methland: The death and life of an American small town. New York, NY: Bloomsbury.
- Risen, J. (2014). Pay any price: Greed, power, and endless war. New York, New York: Houghton, Mifflin, Harcourt.
- Rothschild, D. (2015, February 5) The “third wave” of substance abuse treatment. The Fix, www.thefix.com/content/third-wave-substance-use-treatment
- Rowbotham, M. (1998). The grip of death: A study of modern money, debt slavery, and destructive economics. Charlbury, UK: Jon Carpenter.
- Ryan, D. (2013, Sept. 28). Lonely at the top, but loving it: Joo Kim Tiah finds solitude drives him to business success. The Vancouver Sun, pp. C1-C2.
- Ryan, D. (2014a, April 26). Hastings Park gallops on: The glory days are gone but Vancouver’s racetrack still has its own unique community. The Vancouver Sun, pp. B11-B12.
- Ryan, D. (2014b, April 26). Living the life: The mystical beauty of horses and family of racetrack personalities captivate Vancouver author Kevin Chong. The Vancouver Sun, p. B12.
- Satel, S. & Lilienfeld, S.C. (2013). Brainwashed: The seductive appeal of mindless neuroscience. New York: Basic Books.
- Scripps Research Institute News Release (2015, August 4). Scripps Florida Scientists Make Strides in Therapy Preventing Addiction Relapse by Erasing Drug-Associated Memories. Retrieved August 9 2015 from www.scripps.edu/news/press/2015/20150804miller.html
- Sheff, D. (2008). Beautiful Boy: A father’s journey through his son’s addiction. New York: Houghton, Mifflin, Harcourt.
- Sheff, N. (2009). Tweak: Growing Up on Amphetamines. New York, NY: Athenum Books for Young Readers.
- Slater, P. (1980). Wealth addiction. New York: Dutton.
- Snowden, E. (2014, June 7). How the National Security State kills a free society. Reader Supported News. Retrieved June 7 2014 from:

<http://readersupportednews.org/opinion2/277-75/24094-how-the-national-security-state-kills-a-free-society>

- Stiglitz, J.E. (2015, August 6). America is on the wrong side of history. The Guardian. Retrieved August 10 2015 from www.theguardian.com/business/2015/aug/06/joseph-stiglitz-america-wrong-side-of-history
- Surowiecki, J. (2014, June 26). Real estate goes global. The New Yorker. Retrieved June 4 2014 from www.newyorker.com/talk/financial/2014/05/26/140526ta_talk_surowiecki
- Tharoor (2014, November 12). The haunting poetry of a chinese factory worker who committed suicide. The Washington Post. Retrieved November 16 2014 from <http://www.washingtonpost.com/blogs/worldviews/wp/2014/11/12/the-haunting-poetry-of-a-chinese-factory-worker-who-committed-suicide/>
- Tolman, C.W. (2013). Sumus ergo sum: The psychology of self and how Descartes got it wrong. In W.E. Smythe (Ed.), Toward a psychology of persons. New York, NY: Psychology Press (pp. 3-24).
- Tutu, D. (2010). Ubuntu. Tutu Foundation. Retrieved August 10 2014 from <http://www.tutufoundationuk.org/ubuntu.php>
- Tolle, E. (2005). A new earth: Awakening to your life's purpose. New York, NY: Penguin.
- Verhaeghe, P. (2014, October 3-9). Neoliberal economy brings out worst in us. The Guardian Weekly, p. 18.
- Watson, S.J. (2015, February 11). The top 10 books about addiction. The Guardian. Retrieved February 15, 2-15 from <http://www.theguardian.com/books/2015/feb/11/top-10-books-about-addiction>
- Webster, P. (2014, March 25). Canada blocking UN support for harm reduction: Observers. The Tyee. Retrieved February 8 2015 from <http://thetyee.ca/News/2014/03/25/Canada-Blocking-Harm-Reduction/>
- Welch, I. (2015, January 10). American Psycho is a modern classic. The Guardian. Retrieved Jan. 12 2015 from <http://www.theguardian.com/books/2015/jan/10/american-psycho-bret-easton-ellis-irvine-welsh>
- White, P. (2014, Dec. 6). Solitary: A death sentence. The Globe and Mail, F1-F9.
- White, W. (2011). Transformation of the Culture of Recovery in America. Dawn Farm. Retrieved 8 February 2014 from <http://vimeo.com/31925737>
- White, W.L. (1998). Slaying the dragon: The history of addiction treatment and recovery in America. Bloomington, IL: Chestnut Health Systems/Lighthouse Institute.
- Wilkenson, R. & Pickett, K. (2009). The spirit level: Why greater equality makes societies stronger. New York, NY: Bloomsbury Press.
- Williams, M., Teasdale, J., Segal, Z., and Kabat-Zinn, J. (2007). The mindful way through depression: Freeing yourself from chronic unhappiness. New York: Guilford.
- Wilson, E.O. (1984). Biophilia. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Wilson, G. (2013). Notes from speech delivered at Our Children, Climate Faith Conference August 16, 17 at Strafford, Vermont, USA.
- Wolff, R. (2012, June 24). Yes, there is an alternative to capitalism: Mondragon shows the way. The Guardian. Retrieved February 9, 2013, from www.guardian.co.uk/commentisfree/2012/jun/24/alternative-capitalism-mondragon

- Wolin, S.S. (2008). Democracy incorporated: Managed democracy and the specter of inverted totalitarianism. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Woo, A. (2015, March 24). Bill C-2 could impede harm-reduction sites, advocates say. The Globe and Mail. <http://www.the.com/news/british-columbia/bill-c-2-could-impede-harm-reduction-sites-advocates-say/article23608197>
- Wright, J. (2004). God's soldiers: Adventure, politics, intrigue, and power – A history of the Jesuits. New York, NY: Doubleday.
- Zenit.org (2014, June 20). Pope's address to conference against drugs. Retrieved June 29 2014 from www.zenit.org/en/articles/pope-s-address-to-conference-against-drugs