

La Literatura de AA

Ciertamente me alegro cuando veo en los compañeros tener interés en la lectura de la literatura de alcoholicos Anónimos; ya que la lectura es una de las herramientas claves para la recuperación.

Aprovecho esta oportunidad para compartir con ustedes mi experiencia al respecto.

Aunque no soy un lector consumado, he leído todo tipo de lectura, hasta de autoayuda, pero como desde recién llegado se me enseñó a ser obediente de lo que me recomienda el programa de AA. De las primeras cosas que empecé a hacer al llegar a AA, fue leer la literatura - claro está que al principio no entendía prácticamente nada - comenzando con el "Hojas sueltas" que me fue obsequiado, pasando por todo lo que he encontrado (incluyendo la literatura no aprobada como los folletos del Padre Phau, pero tan socorrida y variada) en AA, para el día de hoy releer una y otra vez los fascinantes libros como el "Libro Azul": eso me ha dado la base para luego medio entender la literatura de afuera y creo que no existe literatura de autoayuda que no tenga los principios del programa de AA, entonces la sugerencia es (especialmente para los principiantes) que mientras no se tenga un conocimiento amplio de nuestra literatura es preferible que no se aborde otro tipo de lectura, ya que he visto a muchos compañeros totalmente confundidos y estancados por hacer esas mezclas antes de tiempo, sin orientación y buscando atajos que no encontraran. En algunos grupos he escuchado recomendar libros de toda índole sin ton ni son y creo que no es lo mejor (yo viví esa confusión algún tiempo), y creo que debe tenerse cuidado con esa práctica; pero si la rebeldía y la curiosidad son grandes, traten de leer ese tipo de libros como un refuerzo o complemento del programa y nunca buscando desesperadamente la salvación milagrosa en ellos ya que cuando se hace de esa forma viene la frustración, ya que jamás se va a conseguir lo que se anda buscando.

Cuando aceptamos que somos alcoholicos, drogadictos o neuróticos también estamos aceptando que somos de mente complicada,(enferma, según el filósofo William James "Variedades de experiencias religiosas"), por lo que necesitamos buscar lo básico como recién llegados en AA: Ya que mezclar la literatura de AA con otro tipo de lecturas en el mejor de los casos únicamente nos traerá confusión y retrasará nuestra recuperación.

Por ejemplo: si yo leo "El Poder del ahora" de Eckhart Tolé, allí estaré profundizando nuestro "Solo por hoy"; si yo leo "El Perdón" de Deepak Chopra, estoy entrando en las profundidades del paso 8 y 9; Si me pongo a leer a Pablo Coelho o a Carlos Castañeda, me llevarán a un profundo viaje interno (Paso 4 y 5); en "Los 4 acuerdos" y "Las 7 Leyes Espirituales del Éxito" también tenemos muchos principios y valores que practicamos en la comunidad, otro ejemplo: si leo a "La metamorfosis" de Kafka o a Nietzsche o a "El Lobo estepario" de Hermann Hesse o "La náusea" de Sartré o a Dostoievski o a "El extranjero" de Camus, estaremos entendiendo mejor a la depresión, pero no tienen nada de extraordinario al compararlos con la historia depresiva de nuestro querido Bill Wilson. Si leo la "Sabiduría Emocional" de Walter Riso o "La Inteligencia Emocional" (I.E.) o Programación Neurolingüística (P.N.L.) o "Como ser asertivos" o "Más Platón y menos

Prozac” de Lou Marinoff, también estaremos profundizando y en presencia de nuestro programa, pero con nombres científicos y filosóficos. Acaso no estamos en A.A. para reprogramarnos? (P.N.L.) o para tener dominio propio y controlar nuestros defectos de carácter y nuestras emociones? (I.E.). Si leemos las Sagradas Escrituras nos vamos a tropezar a cada rato con los 12 pasos.

Toda la literatura de autoayuda llámese metafísica, cristiana, oriental (El Tao o El i ching), te recomienda la aceptación (paso 1), la meditación, la oración y la contemplación (paso 11), que vivas el presente que olvides el pasado y que no te preocupes por el futuro; es más, hay un momento en que llega a ser repetitivo todo lo que investigas de autoayuda;

Creo con firmeza que la base de la recuperación en AA está en el “Libro Azul”, “los Doce Pasos” ,“Transmítelo”, “El Lenguaje del Corazón”, “Llegamos a Creer”, “El Dr., Bob y los Buenos Veteranos”, “A.A. llega a su mayoría de edad”, “Un Punto de Vista sobre AA”, “Tres Charlas a Sociedades Médicas”, los folletos del padre Phau, etc. En ellos encontraremos respuesta a nuestra problemática. Es muy probable que la información ahí encontrada vaya iluminándome en la medida que voy creciendo dentro del programa, que voy practicándolo con sinceridad, y quizá, con madurez.

Tal vez mi experiencia les pueda ayudar, porque creo haber explorado lo suficiente dentro del campo de la autoayuda como para decirles que todo lo que necesitamos para crecer tanto espiritual como emocionalmente, lo tenemos en esa concentración de la experiencia que es nuestra literatura en AA.

De esta forma podremos, con la experiencia ya adquirida, adentrarnos con absoluta confianza, en las maravillas de la literatura universal.

Anónimo.