DOCE PASOS

Posted on diciembre 30, 2011 by Administrador

Category: Default Humanístico

DEFAULT HUMANISTICO

DIOS,CONCEDEME SERENIDAD PARA ACEPTAR LAS COSAS QUE NO PUEDO CAMBIAR, VALOR PARA CAMBIAR AQUELLAS QUE PUEDO Y SABIDURIA PARA RECONOCER LA DIFERENCIA

Oración de la serenidad de Alcoholicos Anónimos (AA)

En realidad como terapeuta de adictos admiro el sistema de AA . Me ayuda diariamente en mi tarea y como ellos mismo lo definen es un" programa sumamente sencillo para gente complicada". El poder del grupo , los valores que se transmiten sobre la importancia de la vida y el encuentro con la palabra , la historia personal sin victimizarse y la posibilidad de reparar lo que la autodestrucción del consumo ha hecho son elementos claves desde mi punto de vista. A su vez nos rehabilitamos en el servicio al otro. El programa es una invitación permanente a romper con nuestras soberbias. Donde hay adicciones hay megalomanía del Yo . La humildad es un eje ético permanente en el programa y si hay humildad hay escucha y desde ahí el cambio que necesitamos. Para esto debemos atravesar las defensas de carácter y llorar, llorar por lo que no somos y creíamos ser. Liberación emocional que como catarsis nos conecta con lo más profundo de nosotros mismos pero ya con otros en un grupo .Ellos son nuestros testigos –compañeros en la rehabilitación y no nuestros jueces. J. P. Sartre nos decía " sin testigos nos evaporamos".

BILL Y BOB

En Ohio, entre 1935 y 1939 en plena crisis económica , un corredor de bolsa de nombre Bill y un médico cirujano Bob se juntan compartiendo la demolición por el alcohol y durante un día entero de conversaciones pueden estar sin consumir . Surge así el día a día. Solo por hoy. Se definían como "borrachos empedernidos". Un pastor episcopal los une y les sirve de sustento. Poco a poco el entusiasmo militante por la vida de estos dos visionarios los lleva a amplificar la experiencia que rápidamente agrupa a miles de personas en USA (en 1941 ya había 6.000 miembros). Surgen bibliografías y un método llamado los 12 pasos. No es casual este nombre ya que anuncian un camino…el camino de la recuperación. Bill y Bob crean algo que los supera ya que frente a la "miseria espiritual" que se avecinaba por el auge de la cultura dineraria , la crisis de los vínculos familiares y del individualismo reencuentran el poder del grupo, la palabra y el autocontrol frente a la cultura del consumismo voraz siendo estos soportes éticos de un cambio que había que realizar para salvar lo humano .El alcohol y las drogas son las estrategias del autoengaño y de la desesperación de la intemperie en miles de personas hoy. Esto lo avizoraron Bill y Bob ; es por esto que rápidamente tuvieron impacto. Ante la epidemia de la enfermedad adictiva y de las soledades masivas surge una "epidemia" de salud en busca de encuentros gratificantes a través de la fuerza del grupo y de los valores de la salud emocional y espiritual.

En realidad ellos hablan de 12 pasos . Esto me merece las siguientes reflexiones ; me gusta llamar peldaños como se hace en algunas partes del mundo .Peldaños da la pauta del cambio lento pero persistente que habrá que realizar. Pasos o peldaños frente a lo que se llama "estar en carrera". El

adicto realmente está en carrera. Huye de sí mismo. No vive porque para vivir hay que poder detenerse, atender , meditar. La carrera es el frenesí , el vértigo. Así vive un consumidor. Entonces la vida se vuelve ingobernable. Paso a paso se dará la recuperación. El primer requisito de ésta es la des-aceleración. Metáfora también de nuestro tiempo en donde la aceleración es una nota distintiva. Para empezar a gobernar nuestra vida debemos abstenernos de consumir…pero" la abstinencia es el boleto para ver la película aunque no es la película misma". Si nos rendimos y reconocemos la derrota de nuestras vidas podemos empezar a hacer cambios. Un lema nuestro es "lo tenes que hacer solo…pero no lo podes hacer solo". Aquí aparece la fuerza del grupo y la humildad de la soberbia ya derrotada. Así nos empezamos a abrir. Se resquebrajan las defensas del narcisismo herido. Temas claves serán : paciencia, buscar padrinos –compañeros modelo, cambiar relaciones sociales tóxicas, cambios de estilo de vida, replanteos diarios de nuestra existencia, recobrar esperanzas y por fin reconstruir la identidad personal. Escuchar , meditar, confesar, auto-examinarse, pedir, reparar, servir. Valores y mas valores para emprender el camino del cambio; de la autodestrucción a la construcción de un proyecto de vida.

DR.JUAN ALBERTO YARIA
DIRECTOR DEL INSTITUTO DE ESTUDIOS SUPERIORES GRADIVA EN ADICCIONES Y PATOGIAS DEL DESVALIMIENTO SOCIAL.