

UN CHEQUEO DE LAS TRADICIONES

De la Revista A.A. Grapevine

Estas preguntas fueron publicadas originalmente en el Grapevine como parte de una serie de artículos sobre las Doce Tradiciones que apareció de noviembre de 1969 a septiembre de 1971. Al traducirlas para La Viña, hemos hecho algunos cambios mínimos para actualizarlas. Si bien las preguntas estaban pensadas para uso individual, muchos grupos de AA desde aquel entonces las han utilizado para sus inventarios y como tema de discusión.

Practique estos principios...

PRIMERA TRADICIÓN:

Nuestro bienestar común debe tener la preferencia; la recuperación personal depende de la unidad de AA.

1. En mi grupo, ¿soy alguien que ayuda a sanar, solucionar problemas e integrar al grupo o busco dividir? ¿Soy chismoso y le hago el inventario a los otros miembros?
2. ¿Soy conciliador? ¿O, valiéndome de frases aparentemente inocuas como “sólo para aclarar algo...”, empiezo debates?
3. ¿Soy amable con aquéllos que me irritan, o soy desagradable?
4. ¿Hago observaciones que incitan a la competencia, como por ejemplo, comparar un grupo con otro, o resaltar las diferencias en AA entre un sitio y otro?
5. ¿Menosprecio ciertas actividades de AA, considerándome superior por no participar en tal o cual aspecto de Alcohólicos Anónimos?
6. ¿Me mantengo informado acerca de AA en su totalidad? ¿Apoyo de todas las formas que puedo a AA en su totalidad, o únicamente las partes que comprendo y que apruebo?
7. ¿Soy tan considerado con los miembros de AA como yo quiero que ellos lo sean conmigo?
8. ¿Suelto peroratas sobre el amor mientras que me permito y justifico secretamente comportamientos que rayan en la hostilidad?

9. ¿Voy a suficientes reuniones de AA o leo suficiente literatura para mantenerme verdaderamente al tanto?
10. ¿Comparto con los demás AA todo lo que soy, lo bueno y lo malo, aceptando la ayuda de la comunidad y a su vez brindándola?

SEGUNDA TRADICIÓN:

Para el propósito de nuestro grupo sólo existe una autoridad fundamental: un Dios amoroso tal como se exprese en la conciencia de nuestro grupo. Nuestros líderes no son más que servidores de confianza; no gobiernan.

1. ¿Critico o confío en los servidores de mi grupo, comités y empleados de las oficinas de AA, apoyándolos? ¿Y los recién llegados y veteranos?
2. ¿Soy una persona en la que se puede tener absoluta confianza, incluso cuando se debe mantener un secreto, en las situaciones de Paso Doce u otras responsabilidades de AA?
3. ¿Busco reconocimiento por el trabajo que realizo en AA? ¿Busco que me halaguen por las ideas que apporto a AA?
4. Cuando participo en una discusión del grupo y las cosas no van como yo quiero, ¿trato de quedar bien, o soy capaz de dejar de buena manera que se imponga la conciencia de grupo, y colaborar de buena gana con sus decisiones?
5. Aunque tenga ya varios años de sobriedad, ¿sigo dispuesto a contribuir a las labores de AA cuando me corresponda?
6. En las discusiones de grupo, ¿hablo sin fundamento sobre asuntos en los que no tengo experiencia o de los que sé muy poco?

TERCERA TRADICIÓN:

El único requisito para ser miembro de AA es querer dejar de beber.

1. ¿Juzgo mentalmente a ciertos miembros recién llegados a AA considerándolos como unos fracasados?
2. ¿Existe algún tipo de alcohólico a quien secretamente no quiero tener en mi grupo de AA?
3. ¿Me pongo a juzgar si un principiante es sincero o falso?
4. ¿Permito que el idioma, religión (o su ausencia), raza, educación, edad u otras diferencias de este tipo interfieran con mi capacidad de llevarle el mensaje a otros alcohólicos?

5. ¿Me dejo impresionar excesivamente por una persona famosa? ¿Por un médico, un clérigo o un ex presidiario? ¿O puedo simplemente tratar a este nuevo miembro con sencillez y naturalidad como un ser humano enfermo más, igual que nosotros?
6. Cuando alguien se presenta en una reunión de AA necesitando información o ayuda (incluso si no puede pedirla en voz alta), ¿me importa realmente lo que esta persona hace para ganarse la vida? ¿Dónde vive? ¿Cómo y con quién vive? ¿Si se ha presentado anteriormente a AA? ¿Cuáles pueden ser sus otros problemas?

CUARTA TRADICIÓN:

Cada grupo debe ser autónomo, excepto en asuntos que afecten a otros grupos o a Alcohólicos Anónimos, considerado como un todo.

1. ¿Insisto en que sólo hay unas cuantas maneras correctas de hacer las cosas en AA?
2. Mi grupo, ¿tiene siempre en cuenta el bienestar del resto de AA? ¿El de los grupos cercanos? ¿El de los solitarios en Alaska? ¿El de los internacionalistas en alta mar? ¿El de un grupo en Roma o El Salvador?
3. Cuando el comportamiento de otros miembros es distinto que el mío, ¿lo critico, o aprendo del mismo?
4. ¿Tengo siempre en cuenta que para las personas que no pertenecen a AA y que saben que pertenezco a la comunidad, puede que yo represente a toda la comunidad?
5. ¿Estoy dispuesto a ayudar a un recién llegado a que haga todo lo necesario (él o ella, no yo) para mantenerse sobrio/a?
6. ¿Comparto mi conocimiento sobre los instrumentos (“herramientas”) de AA con otros miembros que pueden desconocerlos?

QUINTA TRADICIÓN:

Cada grupo tiene un solo objetivo primordial: llevar el mensaje al alcohólico que aún está sufriendo.

1. ¿Alguna vez utilizo la excusa de que “yo no soy un grupo, por lo tanto esta o aquella Tradición no se aplica en mi caso”?
2. ¿Estoy dispuesto a explicarle firmemente a un principiante los límites de la ayuda que ofrece AA, incluso si se enfurece porque no le presto dinero?

3. ¿Me he aprovechado del hecho de ser miembro de AA para pedirle un favor especial a un compañero?
4. ¿Estoy dispuesto a practicar el Paso Doce con el próximo recién llegado que aparezca sin tomar en cuenta quién es, ni qué provecho puedo sacar?
5. ¿Ayudo a mi grupo de cualquier forma posible a cumplir nuestro propósito primordial?
6. ¿Me acuerdo de que los veteranos de AA también pueden ser alcohólicos que todavía sufren? ¿Trato al mismo tiempo de ayudarlos y de aprender de ellos?

SEXTA TRADICIÓN:

Un grupo de AA nunca debe respaldar, financiar o prestar el nombre de AA a ninguna entidad allegada o empresa ajena, para evitar que los problemas de dinero, propiedad y prestigio nos desvíen de nuestro objetivo primordial.

1. ¿Los miembros de mi grupo y yo deberíamos recaudar fondos para donar varias camas al hospital de nuestra localidad en nombre de AA?
2. ¿Se aconseja que un grupo alquile un pequeño edificio?
3. ¿Están todos los directivos y miembros de nuestro club local de AA familiarizados con las “Guías para los Clubes” (que se pueden obtener de la OSG)?
4. ¿Debería el secretario de nuestro grupo desempeñar un cargo en el comité consultivo sobre alcoholismo de la municipalidad?
5. Algunos alcohólicos sólo se quedarán en AA si les ofrecemos una sala con TV y una mesa para jugar cartas. Si esto es lo que se necesita para llevarles el mensaje, ¿deberíamos contar con estas cosas?

SÉPTIMA TRADICIÓN:

Cada grupo de AA debe mantenerse completamente a sí mismo, negándose a recibir contribuciones de afuera.

1. Honestamente, ¿hago todo lo que puedo para ayudar a que AA (mi grupo, mi oficina central, mi OSG) pueda mantenerse a sí mismo? ¿Podría poner un poco más de dinero en la canasta en nombre de la persona que todavía no está en condiciones de aportar? ¿Cuán generoso era cuando andaba por los bares?
2. ¿Debería el Grapevine o La Viña vender espacio para publicidad a editoriales y empresas farmacéuticas, con el fin de lograr buenas ganancias y convertirse en una revista más grande, a todo color, con un precio menor?

3. Si la OSG estuviera baja de fondos un año, ¿no sería correcto que el gobierno subsidiara a los grupos de AA en hospitales y cárceles?
4. ¿Es más importante lograr contribuciones fuertes de unas pocas personas, o una contribución menor de la que participen más miembros?
5. ¿Es el informe de un tesorero de grupo un asunto de poca importancia para AA? ¿Qué piensa el tesorero al respecto?
6. ¿Qué tan importante en mi recuperación es sentir respeto hacia mí mismo, en vez de sentirme siempre obligado por haber recibido ayuda?

OCTAVA TRADICIÓN:

Alcohólicos Anónimos nunca tendrá carácter profesional, pero nuestros centros de servicio pueden emplear trabajadores especiales.

1. Mi propia conducta, ¿se encuentra descrita cabalmente en las Tradiciones? Si no lo está, ¿qué debo cambiar?
2. Cuando me irrita una Tradición en particular, ¿tomo en consideración de qué manera afecta a otros?
3. ¿Trato a veces de obtener alguna recompensa, incluso si no se trata de dinero, por mis esfuerzos personales en AA?
4. ¿Trato de presentarme en AA como un experto en alcoholismo? ¿En recuperación? ¿En medicina? ¿En sociología? ¿En AA propiamente dicho? ¿En psicología? ¿En asuntos espirituales? ¿O, Dios nos libre, incluso en el tema de la humildad?
5. ¿Hago algún esfuerzo para entender lo que hacen los empleados de AA? ¿Lo que hacen las personas que trabajan en otras organizaciones relacionadas con el alcoholismo? ¿Puedo distinguir claramente entre unos y otros?
6. En mi propia vida en AA, ¿he tenido alguna experiencia que ilustre la sabiduría de esta Tradición?
7. ¿He prestado suficiente atención al libro Doce Pasos y Doce Tradiciones? ¿Al folleto “La Tradición de AA – Cómo se Desarrolló”?

NOVENA TRADICIÓN:

AA como tal nunca debe ser organizada; pero podemos crear juntas o comités de servicio que sean directamente responsables ante aquéllos a quienes sirven.

1. ¿Sigo tratando de mandar a todos en AA?

2. ¿Me resisto a ciertos aspectos formales de AA porque temo que son autoritarios?
3. ¿Soy lo suficientemente maduro para entender y utilizar todos los elementos del programa de AA, incluso si nadie me obliga a hacerlo, con un sentido de responsabilidad personal?
4. ¿Soy paciente y humilde en toda labor que realizo en AA?
5. ¿Soy consciente de todos aquellos ante quienes soy responsable cuando hago un trabajo en AA?
6. ¿Por qué razón todos los grupos de AA no requieren su propia constitución y reglamentos?
7. ¿He aprendido a ceder un puesto en AA de buen grado, y a beneficiarme de ello, cuando llega el momento?
8. ¿Qué tiene que ver la rotación con el anonimato? ¿Y con la humildad?

DÉCIMA TRADICIÓN:

Alcohólicos Anónimos no tiene opinión acerca de asuntos ajenos a sus actividades; por consiguiente su nombre nunca debe mezclarse en polémicas públicas.

1. ¿Alguna vez doy la impresión de que verdaderamente existe una “opinión de AA” sobre el Antabuse (medicamento contra la adicción al alcohol), los tranquilizantes, los médicos, los psiquiatras, las iglesias, los hospitales, las cárceles, el alcohol? ¿El gobierno? ¿La legalización de la marihuana? ¿Las vitaminas? ¿Al-Anon? ¿Alateen?
2. ¿Puedo compartir honestamente mi experiencia personal acerca de cualquiera de estos asuntos sin dar la impresión de que estoy expresando la “opinión de AA”?
3. En la historia de AA, ¿qué fue lo que dio origen a nuestra Décima Tradición?
4. ¿He tenido alguna experiencia similar en mi propia vida en AA?
5. ¿Qué sería de AA sin esta Tradición? ¿Dónde me encontraría yo?
6. ¿Estoy violando esta Tradición o cualquier otra Tradición relacionada con ésta de manera sutil y quizás inconsciente?
7. ¿Cómo puedo manifestar el espíritu de esta Tradición en mi vida personal fuera de AA? ¿Y dentro de AA?

UNDÉCIMA TRADICIÓN:

Nuestra política de relaciones públicas se basa más bien en la atracción que en la promoción; necesitamos mantener siempre nuestro anonimato personal ante la prensa, la radio y el cine.

1. ¿Promuevo a veces a AA de manera tan fanática que hago que parezca poco atractivo?
2. ¿Tengo cuidado siempre de mantener en absoluta reserva las confidencias que se me hacen como miembro de AA?
3. ¿Soy cuidadoso de no ir revelando nombres de personas en AA, incluso dentro de la comunidad?
4. ¿Siento vergüenza de ser un alcohólico en recuperación?
5. ¿Cómo sería AA si no estuviera guiada por las ideas de la Undécima Tradición?
¿Dónde estaría yo?
6. ¿Es mi sobriedad en AA lo suficientemente atractiva como para que un borracho enfermo desee tener la calidad de vida que tengo?

DUODÉCIMA TRADICIÓN:

El anonimato es la base espiritual de todas nuestras Tradiciones, recordándonos siempre anteponer los principios a las personalidades.

1. ¿Por qué es buena idea anteponer el bienestar común de todos los miembros de AA al bienestar del individuo? ¿Qué me pasaría a mí si AA desapareciese?
2. Cuando no confío en los servidores actuales de AA, ¿quién desearía yo que tuviera la autoridad necesaria para corregirlos?
3. En mis opiniones y comentarios acerca de otros miembros de AA, ¿insinúo que hay otros requisitos para ser miembro aparte del deseo de dejar la bebida?
4. ¿Trato alguna vez de lograr que un grupo de AA se avenga a mis criterios, y no a los suyos propios?
5. ¿Soy personalmente responsable de ayudar a un grupo de AA a cumplir su propósito primordial? ¿Cuáles son mis responsabilidades?
6. Mi conducta personal, ¿refleja o desmiente lo que afirma la Sexta Tradición?
7. ¿Hago todo lo posible por apoyar a AA económicamente? ¿Cuándo fue la última vez que aporté una suscripción a La Viña o al Grapevine anónimamente?

8. ¿Me quejo del comportamiento de ciertos miembros de AA, especialmente si reciben un sueldo por trabajar para AA? ¿Quién me hizo tan inteligente?
9. ¿Cumplo con todas mis responsabilidades para con AA de una forma tal que agrade incluso a mi propia conciencia? ¿De verdad?
10. Las cosas que digo, ¿reflejan siempre la Décima Tradición, o le doy argumentos a las personas que critican a AA?
11. ¿Debería mantener en secreto mi pertenencia a AA, o revelarla en conversaciones privadas cuando ello pueda ayudar a otro alcohólico (y por ende, a mí)? ¿Mi forma de vivir AA es tan atrayente que otros borrachos la encuentran deseable?
12. ¿Cuál es mi verdadera importancia entre los más de dos millones de AAs?

Reimpreso y traducido con permiso de la "A.A. Grapevine".