

Jugando a estar muerto

El término o principio 'Jugar a estar muerto' se ha convertido en una parte vital del programa de recuperación de los miembros del grupo How It Works en su lucha contra el alcoholismo, y debemos jugar a estar muertos para recuperarnos de una mente y un cuerpo anormales que constantemente buscan lo negativo y hacen que todo se trate de nosotros. El Gran Libro establece muy claramente que los resentimientos son el Número Uno de los Ofensores y destruyen a más alcohólicos que cualquier otra cosa. Cuando jugamos a estar muertos, no tenemos resentimientos.

Solo pregúntate: ¿Cómo se llevaría el mundo si tú no estuvieras en él? Si somos verdaderamente honestos sobre los estragos de nuestro pasado alcohólico, la respuesta es: 'No tan mal. De hecho, ahora que lo pienso, ¡la mayoría de la gente habría estado mejor!' A partir de esta realización, tenemos que empezar a abordar la vida y sus problemas dando en lugar de tomando. Nos preguntamos: '¿Cómo puedo ayudar aquí en lugar de qué puedo obtener?' Al jugar a estar muertos, no tomamos nada de forma personal. Después de todo, no tomarías nada de forma personal si estuvieras muerto, ¿verdad? Y llevamos esta actitud a nuestros hogares, trabajo y vida social.

Las adicciones y los resentimientos pueden desaparecer temporalmente, pero el estado anormal de la mente y el cuerpo es permanente, por lo que necesitamos una respuesta permanente para tratar esta enfermedad permanente. Jugar a estar muerto nos ayuda a responder a la vida con los principios de paciencia, tolerancia, consideración, respeto, amabilidad y amor. Nos convertimos en oyentes al jugar a estar muertos y veremos una realidad mucho más clara sin ser cegados por el juicio o el prejuicio, con los ojos cerrados y la mente abierta. Nuestro aprendizaje es un viaje de toda la vida y, por supuesto, esto incluye aprender a jugar a estar muerto.

Esto se hace un día a la vez, e incluye asistir a reuniones y estudiar el Gran Libro. Al comprometerte a jugar a estar muerto, encontrarás un Poder que no solo te ayudará a superar el alcoholismo, sino que también inducirá el Despertar Espiritual prometido en el Paso 12. El cambio de personalidad provocado por jugar a estar muerto será inmediatamente evidente para quienes te rodean y serás de gran ayuda para tu familia, tus amigos y otros alcohólicos que necesiten la solución que tú tienes.