

## II

### LA EXPERIENCIA ESPIRITUAL

Los términos *experiencia espiritual* y *despertar espiritual* son usados muchas veces en este libro, observándose, a través de su lectura detenida, que el cambio de personalidad necesario para dar lugar a la recuperación del alcoholismo se ha manifestado entre nosotros en muchas formas diferentes.

Sin embargo, es cierto que nuestra primera edición dio la impresión a muchos lectores de que estos cambios de personalidad —o experiencias religiosas— tienen que ser de una índole de súbitos y espectaculares sacudimientos. Felizmente para todos, esta conclusión es errónea.

En los primeros capítulos se describen varios cambios revolucionarios. Aunque no era nuestra intención causar esa impresión, muchos alcohólicos a pesar de esto han llegado a la conclusión de que, para recuperarse, tienen que adquirir una inmediata y arrolladora *conciencia de Dios*, seguida inmediatamente de un gran cambio de sentimientos y de actitud.

Entre los miles de miembros de nuestra comunidad que está siempre creciendo, tales transformaciones son frecuentes, aunque no son la regla. La mayoría de nuestras experiencias son de las que el psicólogo William James llama *variedad educacional*, porque se desarrollan lentamente durante un cierto período de tiempo. Muy frecuentemente, los amigos del recién llegado se dan cuenta del cambio mucho

antes que él. Este se da cuenta por fin de que se ha operado en él un profundo cambio en su reacción a la vida, y que ese cambio difícilmente pudo haberse realizado por obra de él solo. Lo que sucede en unos cuantos meses rara vez podría lograrse en años a base de autodisciplina. Con pocas excepciones, nuestros miembros encuentran que han descubierto un insospechado recurso interior, que pronto identifican con su propio concepto de un Poder superior a ellos mismos.

La mayoría de nosotros pensamos que esta conciencia de un Poder superior al nuestro es la esencia de la experiencia espiritual. Nuestros miembros más religiosos la llaman *conciencia de Dios*.

Queremos manifestar de la manera más enfática, que (a la luz de nuestra experiencia) cualquier alcohólico capaz de encarar honradamente sus problemas puede recuperarse, siempre que no cierre su mente a todos los conceptos espirituales. Solamente puede ser derrotado por una actitud de intolerancia o de negación beligerante.

Encontramos que nadie tiene por qué tener dificultades con la espiritualidad del programa. *Buena voluntad, sinceridad y una mente abierta son los elementos para la recuperación. Pero estos son indispensables.*

«Hay un principio que es una barrera para toda información, que es una refutación de cualquier argumento y que no puede fallar para mantener a un hombre en una perpetua ignorancia: el principio consiste en *despreciar antes de investigar*».

Herbert SPENCER