Octava Unidad Tarea#2

Las personas a las que hicimos daño y como se lo hicimos.

Hay un último concepto con el que deberíamos familiarizarnos antes de comenzar a hacer efectivamente la lista: el significado de la palabra<<daño>> en este paso. Para que nuestra lista sea exhaustiva debemos tratar de comprender todas las formas posibles de hacer daño.

Hay ciertos tipos de daño evidentes. Por ejemplo, si robamos dinero u objetos a una persona o a un comercio, es bastante evidente que es una forma de daño. La mayoría tampoco tenemos problemas en reconocer el abuso físico o emocional como una forma de daño.

Aunque hay situaciones en las que no nos cuesta reconocer que lo que hicimos fue dañino, puede que nos resulte difícil identificar a quien, concretamente, le hicimos daño. Por ejemplo: nos copiamos en un examen. ¿Hicimos daño al profesor?, nos preguntamos. ¿A nuestros compañero? ¿A nosotros? ¿A los estudiantes de cursos posteriores que tuvieron que pagar el precio de la desconfianza del profesor por culta de nuestra deshonestidad? La respuesta es que todas esas personas resultaron dañadas. Aunque fuera de forma indirecta, y deben estar en nuestra lista de la octava unidad.

Por ultimo, abordamos los tipos de daño más profundos, que quizá sean los más destructivos porque golpean la parte más vulnerable del corazón humano. Por ejemplo, supongamos que teníamos un viejo amigo, de muchos años. Las emociones, la confianza y hasta la identidad personal formaban parte de la amistad que compartíamos. Era una relación importante para ambas partes. Pero un día, sin explicación, por un desaire real o imaginario, abandonamos la amistad y nunca más intentamos recuperarla. La perdida de un amigo ya es algo bastante doloroso en si sin el peso añadido de no saber porque. Pero muchos causamos este tipo de daño. Lesionamos el sentido de confianza de esa persona, que tal vez tamo años en poder recuperar. Una variante de esta situación es haber dejado que alguien asumiera la culpa de que una relación se acabara, hacer que esa persona no se sintiera querida, cuando en realidad solo nos habíamos cansado de la relación y nos daba pereza conservarla.

Podemos causar un daño emocional profundo de muchas maneras diferentes: descuido, alejamiento, explotación, manipulación y humillación, por nombrar solo unas pocas. Los que éramos <<victimas>> y <<buenas personas>> a lo mejor descubrimos que hacíamos sentir inferiores a los demás cuando pretendíamos ser mejores que nadie y hacíamos sentir inferiores a los demás cuando pretendíamos ser mejores que nadie y proyectábamos una actitud de superioridad moral. Los <<competentes>> y << autosuficientes>> podríamos encontrar nombres para la lista de la octava unidad si pensáramos en la gente cuyas ofertas de ayuda y gestos de apoyo rechazamos.

Hay otro punto conflictivo al que muchos nos enfrentamos cuando identificamos distintos tipos de daño y que surge de una tendencia a centrarnos solo en la época <<anterior>> a dejar de consumir. Nos resulta un poco mas fácil ser rigurosamente honestos con el daño causado durante nuestra adicción activa. En aquella época consumíamos drogas, éramos otras personas. Sin embargo, todos hemos daño durante nuestra recuperación. (Recuerda que no importa si fue sin querer o no) De hecho, es probable que hayamos hecho daño a personas con las que compartíamos nuestra recuperación, a otros miembros de NA. Quizás los criticábamos a sus espaldas, rehuimos su compañía, fuimos insensibles a su dolor, interferimos en una relación de padrinazgo, tratamos de controlar el comportamiento de un ahijado, nos portamos como unos ingratos utilizando nuestro tiempo limpio como fuente de credibilidad en una discusión de servicio o nos aprovechamos sexualmente de un recién llegado, por nombrar unos poco ejemplos relativamente comunes. A la mayoría nos cuesta mucho poner estas situaciones en la lista de la octava unidad porque nos resulta incomoda la idea de hacer las enmiendas. En NA nos ponemos más alto el listón de conducta y estamos seguros de que los demás también esperan más de nosotros. Lo cierto es que lo más probable es que nuestros compañeros sean especialmente indulgentes porque saben lo que estamos tratando de hacer; pero, por ahora, no debemos preocuparnos de la novena unidad.

1.- ¿Qué entendí como resultado de este trabajo?