

## HUMILDAD PARA HOY (reflexiones de Bill, miembro de Alcohólicos Anónimos)

HUMILDAD para hoy

No puede haber humildad absoluta para nosotros los humanos. Tal vez podamos vislumbrar el significado y esplendor de tal ideal. Como nos dice el libro "Alcohólicos Anónimos": "No somos santos . . . esperamos progreso en vez de perfección espiritual". Únicamente Dios se nos manifiesta en forma ABSOLUTA; los humanos debemos vivir y crecer en el dominio de lo relativo. Buscamos humildad para el día de hoy.

Por lo tanto preguntamos: "¿Qué significa "humildad para el día de hoy" y cómo sabemos si la hemos encontrado?".

No es necesario que se nos recuerde que la culpabilidad o la rebeldía excesivas nos llevan a la pobreza espiritual: pero nos demoramos mucho en darnos cuenta que podíamos llegar a doblar la soberbia espiritual. Cuando los primeros A.A. dimos el primer vistazo para darnos cuenta hasta qué punto podríamos ser soberbios espiritualmente, acuñamos la expresión: "No trates de volverte un santo en ocho días". Esta advertencia puede parecer uno de tantos pretextos que nos excusan de hacer lo posible. Sin embargo, al examinarla, revela exactamente lo contrario. Es nuestro modo, en A.A., de protegernos contra la ceguera hacia la soberbia y las perfecciones imaginarias que no poseemos.

Ahora que ya no frecuentamos los bares y casas de cita; ahora que ya llevamos a casa el pago completo; ahora que estamos tan activos en A.A. y ahora que la gente nos felicita por estas señales de progreso - bueno, es natural que pasemos a felicitarnos. Sin embargo, es posible que nos hallemos lejos de ser humildes. Con buenas intenciones y con malos resultados, con qué frecuencia he dicho o pensado: "Tengo razón y tú no". "Mi plan es correcto y el tuyo está lleno de faltas". "Gracias a Dios que tus pecados no son los míos". "Tú le haces daño a A.A. y te voy a parar en seco". "Dios me guía, así que debe estar de mi lado" y así indefinidamente.

Lo alarmante de esa ceguera hacia la soberbia es la facilidad con que se justifica; pero también es fácil ver que ese modo de auto-justificarse es un destructor universal de la armonía y del amor. Coloca al hombre contra el hombre, a nación contra nación. Al usarla, cualquier tontería y violencia puede verse bien y aún respetable. No es atribución nuestra condenar, pero sí necesitamos examinarnos.

¿Cómo podemos hacer, entonces, para reducir más y más nuestra culpabilidad, rebeldía y soberbia?

Cuando hago inventario de tales defectos, me gusta hacer un dibujo y contarme un cuento. El dibujo es el Camino hacia la Humildad y el cuento es una alegoría. A un lado del camino veo un gran pantano. A la orilla del camino hay un lodazal que se desborda al fango de culpabilidad y rebeldía en el cual me he revolcado con frecuencia. La auto-destrucción me espera allí y lo sé. Pero al otro lado del camino todo se ve bien, tierra llana y limpia y más allá grandes montañas. Los senderos incontables hacia esa tierra tan agradable se ven seguros. Parece fácil, creo yo, encontrar el camino.

Acompañado de varios amigos, decido hacer un pequeño desvío. Escogemos nuestro sendero y nos vamos felices. Muy pronto alguien exclama jubilosamente: "A lo mejor encontramos oro en aquella montaña". Luego, para nuestra sorpresa sí lo encontramos - no pepitas, sino monedas - con la inscripción: "Oro de 24 quilates". Pesamos que con seguridad es nuestra recompensa por haber caminado pacientemente en ese camino tan luminoso.

Pronto nos damos cuenta de las palabras inscriptas en las monedas y nos llegan pensamientos extraños. Algunas tienen inscripciones atrayentes: "Soy el Poder", "Soy el Aplauso", "Soy la Riqueza", "Soy el Virtuosismo", pero otras parecen raras; por ejemplo: "Soy la Gran Carrera", "Soy el Bienhechor", "Soy las Buenas Causas", "Soy Dios". Las siguientes son las peores: "Soy la Soberbia", "Soy la Ira", "Soy la Agresión", "Soy la Venganza", "Soy la Desunión", "Soy el Caos". Luego encontramos una sola moneda - una sola - que dice: "Soy el mismísimo Diablo". Algunos nos horrorizamos y gritamos: "Este es oro de tontos y paraíso de tontos - vámonos".

Pero muchos no regresaron. Dijeron: "Quedémonos y escojamos las monedas buenas". Por ejemplo, las que dicen: "Poder", "Gloria", "Virtuosismo". "Les va a pesar no haberse quedado". Como era de esperarse, pasaron años antes de que los que se apartaron regresaran al Camino.

Nos contaron lo que les pasó a los que habían jurado no regresar. Habían dicho: "Esto es oro puro y no nos traten de convencer de que no lo es. Vamos a recoger todo el que podamos. Claro que no nos gustan esas inscripciones tan tontas de las monedas, pero como hay mucha leña en el monte, vamos a derretirlas y a hacer bloques de oro". Los recién llegados añadieron: "Así fue como el oro de la Soberbia se llevó a nuestros hermanos. Ya estaban peleándose sus bloques de oro cuando los dejamos. Unos estaban heridos y otros moribundos. Habían empezado a aniquilarse".

Este dibujo simbólico me explica de un modo gráfico que puedo alcanzar "humildad para hoy" sólo hasta el punto de que logra evitar el pantano de culpabilidad y rebeldía y esa bella pero engañosa tierra que está regada con la moneda de la Soberbia. Así puedo encontrar y mantenerme en el Camino hacia la Humildad que se halla en la mitad. Por lo tanto, siempre puedo usar un inventario constante que me pueda revelar cuándo me he salido del Camino.

Naturalmente que nuestros primeros intentos de hacer esos inventarios pueden ser muy faltos de realismo. Yo era campeón en hacerlos así. Quería ver sólo la parte de mi vida que era buena. Exageraba enormemente las virtudes que creía poseer y precedía a felicitarme. De manera que mi auto-engañó inconsciente siempre convertía mis pocos haberes en deberes. Este proceso era siempre agradable. Me despertaba un deseo enorme de lograr nuevos "éxitos" y mayor aprobación. Estaba cayendo en el padrón de mis días de alcohólico activo. Las mismas metas: poder, fama y aplauso. Además, tenía una magnífica excusa: lo espiritual. El hecho de tener una meta espiritual hacía que todas esas tonterías parecieran bien. No era capaz de distinguir una moneda falsa de una buena; era un engaño en la peor de sus formas. Siempre me pesará el daño que causé a la gente que me rodeaba. En verdad, tiemblo al pensar en el daño que he podido infligirle a A.A. y a su futuro.

En ese tiempo no me molestaban los campos en que no progresaba. Me justificaba diciendo: "Después de todo, estoy muy ocupado con cosas mucho más importantes". Esa era mi receta casi perfecta para sentirme cómodo y satisfecho.

Pero a veces tenía que enfrentarme a ciertas situaciones en las que iba muy mal. En seguida, una rebeldía terrible me llegaba. La búsqueda de pretextos se volvía frenética. Exclamaba: "Estas son las faltas de un hombre bueno". Al acabarse ese truco favorito, pensaba: "Bueno, si la gente me trata bien, no tendría que portarme así". Luego pensaba: "Sólo Dios sabe las compulsiones tan espantosas que tengo. No puedo con ésta. Sólo El me la puede quitar". Por fin llegó el momento en que exclamaba: "Esto no lo haré jamás; ni siquiera lo ensayaré". Era lógico que mis conflictos seguían porque estaba cargado de excusas y negaciones.

Cuando todo esto me tenía agotado, había aún otro escape. Empezaba a sentirme lleno de culpabilidad. Aquí la soberbia y la rebeldía le cedían el paso a la depresión. Aunque variaban las expresiones, la principal era: "Cómo soy de espantoso". De mismo modo que había exagerado lo poco que había logrado con la soberbia, ahora exageraba mis defectos con la culpabilidad. Corría por todas

partes, confesando mis faltas (y muchas más) a quien me escuchara. Créanlo o no, yo pensaba que eso era gran humildad y la contaba como mi único haber y consuelo.

Durante esas sesiones con la culpabilidad nunca tuve remordimiento sincero por el mal hecho a otros ni se me ocurrió hacer enmiendas. No se me ocurrió pedirle perdón a Dios y menos perdonarme a mi mismo. Claro que no examiné mis grandes fallas - soberbia espiritual y arrogancia. Había apagado la luz con la cual podía verlas.

Hoy creo que puedo establecer una relación clara entre mi culpabilidad y mi soberbia. Ambos llaman la atención. Con la soberbia podía decir: "Mírenme, soy maravilloso". Con la culpabilidad podía decir: "Soy espantoso". Por lo tanto, la culpabilidad es el lado opuesto de la moneda de la soberbia. La Culpabilidad trata de auto-destruir y la Soberbia trata de destruir a los demás.

Por eso veo la "Humildad para Hoy" como un término medio entre esos extremos emocionales violentos. Es un lugar tranquilo donde puedo mantener mi perspectiva y balance emocional para lograr subir el próximo pequeño escalón del camino que nos lleva a los valores eternos.

Muchos entre nosotros han sufrido mayores altibajos emocionales que yo; otros menores, pero todos los tenemos a veces. Me parece que no necesitamos sufrir por estos conflictos, ya que parecen ser parte necesaria de nuestro progreso emocional y espiritual. Son la materia prima de la cual se debe hacer nuestro progreso espiritual.

¿Alguno se preguntará si A.A. es una cueva de sufrimientos y conflictos? Claro que no. La mayoría de los A.A. hemos encontrado la paz. Aunque lentamente, hemos logrado mayor humildad, cuyos dividendos son la serenidad y un gozo verdadero. Ya no nos desviamos tanto ni tan lejos como antes.

Al empezar esta meditación, pensaba que los ideales absolutos no están a nuestro alcance o nuestra comprensión, que nos faltaría mucha humildad si nos parecía que podríamos lograr la perfección absoluta en este corto tiempo sobre la tierra. El así pensar sería mucha arrogancia.

Con ese modo de pensar muy poca gente comprenderá los valores espirituales. Los perfeccionistas, dicen, son engreídos porque creen haber logrado alguna meta imposible o están apersonados en la auto-condenación porque no lo han hecho.

Sin embargo, creo que no debemos pensar así. No se debe culpar a los grandes ideales porque a veces se los usa mal y así se convierte en justificación leve para la culpabilidad, la rebeldía y la soberbia. Al contrario, no podemos crecer mucho a menos que tengamos siempre presentes los valores eternos. Como nos dice el Paso Once del programa de recuperación de A.A.: "Buscamos a través de la oración y de la meditación mejorar nuestro contrato consciente con Dios, tal como lo concebimos, pidiéndole solamente que nos dejase conocer Su voluntad para con nosotros y nos diese la fortaleza para aceptarla".

Esto significa que debemos buscar la Perfección de Dios como nuestra guía y no nuestra meta que deseamos lograr en un tiempo determinado.

Estoy seguro, por ejemplo, que debo buscar la mejor definición de la humildad que me sea posible concebir. No tiene que ser perfecta - sólo se me pide que haga el esfuerzo. Supongamos que escoja algo así: "La humildad perfecta sería completa libertad de mi mismo, libertad de todo lo que mis defectos de carácter me exigen. La humildad perfecta sería la buena voluntad a todas horas y de todas partes de hacer lo que Dios quiere".

Al meditar en tal visión, no necesito desmayar porque nunca la alcanzaré ni necesito volverme presumido al pensar que algún día poseeré todas las virtudes. Sólo necesito pensar en esa visión, dejándole crecer y llenar mi corazón. Al hacerlo, puedo compararla con mi último inventario. Así puedo sacar una idea saludable de dónde me hallo en el Camino hacia la Humildad. Puedo ver que mi viaje hacia Dios apenas ha empezado. Al así sentirme del tamaño que soy, mi preocupación e importancia por mi propia persona me divierten. Entonces crece la fe y sé que tengo mi lugar en ese Camino; que puedo avanzar con mayor paz y confianza. Una vez más sé que Dios es bueno, que no debo temer nada malo. Es un gran Don, el saber que sí tengo un destino.

Al continuar contemplando la Perfección de dios, descubro un nuevo goce. De niño, al oír mi primera sinfonía, me elevé en su armonía indescriptible, a pesar de no saber de donde provenía. Hoy, al escuchar la música de Dios, de vez en cuando oigo esas cuerdas divinas con las cuales el Gran Compositor me dice que me ama - y que yo también lo amo a El