



Sólo el Undécimo Paso nos Permite Seguir Desarrollándonos (Lenguaje del Corazón) (1/3)



Hacer el trabajo de Paso Doce, hablar en las reuniones, contar nuestras historias de bebedores, confesar nuestros defectos y observar el progreso que hayamos hecho al respecto, ya no nos ofrecen una vida plena y liberada.

A menudo una calamidad inesperada o un gran trastorno emocional nos revela nuestra falta de desarrollo. Tal vez nos toque el premio gordo económico, y nos sorprende descubrir que no resuelve casi nada; que, a pesar de todo, todavía seguimos aburridos y angustiados.

Como normalmente no nos emborrachamos en estas ocasiones, nuestros optimistas amigos nos dicen lo bien que nos encuentran. Pero en nuestro fuero interno, sabemos que no es así. Sabemos que no nos encontramos suficientemente bien. Todavía no podemos enfrentarnos a la vida, tal como es. Debe haber un grave defecto en nuestra práctica y en nuestro desarrollo espiritual.

Entonces, ¿en qué consiste? Es muy posible que la causa de nuestro problema se encuentre en nuestra falta de comprensión o en nuestra falta de practicar el Undécimo Paso de Alcohólicos Anónimos - la oración, la meditación, y la orientación de Dios.

Los demás Pasos nos hacen posible a la mayoría de nosotros mantenernos sobrios y funcionar. Pero el Undécimo Paso nos permite seguir desarrollándonos, si nos dedicamos diligente y constantemente a practicarlo. Si dedicamos al Undécimo Paso tan solo el cinco por ciento del tiempo que solemos dedicar (y con razón) al Duodécimo Paso, los resultados pueden tener unas consecuencias transcendentales. Esta es la experiencia de todos aquellos que se aplican constantemente a la práctica del Undécimo Paso.

En este artículo me gustaría hablar más detalladamente sobre el Undécimo Paso - para el beneficio del incrédulo total, el desventurado que no puede creer que tenga ningún mérito real en absoluto.

Creo que en muchos casos la gente encuentra su primer gran obstáculo en la frase "Dios como nosotros Lo concebimos." Es probable que el incrédulo diga: "En primer lugar, nadie puede formarse un concepto adecuado de Dios. Estoy medio convencido de que existe una Primera Causa, un algo, y tal vez un Alguien. Pero no puedo ir más lejos. Creo que la gente que dice que sí puede, se engaña a sí misma. Incluso si existiera un Alguien, ¿por qué se iba a preocupar por mí, si, para mantener en marcha el universo, ya tiene bastante qué hacer? En cuanto a aquellos que pretenden que Dios les dice dónde buscar petróleo, o cuándo cepillarse los dientes - pues, simplemente me cansan."

Claramente, nuestro amigo es alguien que cree en algún tipo de Dios - "Dios como él lo concibe." Pero no le parece posible formarse un concepto más claro o una impresión mejor de Dios. Por lo tanto, considera que la meditación, la oración y la orientación son formas de engañarse a uno mismo. Pues, ¿qué puede hacer nuestro amigo para salir de este aprieto'?



Sólo el Undécimo Paso nos Permite Seguir Desarrollándonos (Lenguaje del Corazón) (2/3)



Puede ponerse enérgicamente a practicar la meditación, la oración y la orientación a título de prueba. Puede dirigirse a cualquier Dios que él crea que exista. O, si cree que no hay ninguno, puede reconocer, en plan experimental, la posibilidad de estar equivocado. Esto es lo más importante. En cuanto pueda adoptar esta actitud, habrá dejado de hacer el papel de Dios; tendrá la mente abierta. Como cualquier buen científico en su laboratorio, nuestro amigo puede poner a prueba la teoría y rezar a un "poder superior" que tal vez exista y que tal vez esté dispuesto a ayudarlo y orientarlo.

Sigue experimentando - en este caso, rezando - durante mucho tiempo. Sigue tratando de comportarse como el científico, el experimentador que nunca debe rendirse mientras tan solo haya la menor posibilidad de éxito. A medida que persiste en el experimento de rezar, empieza a apuntar los resultados. Si persevera, es casi seguro que encontrará mayor serenidad, mayor tolerancia, menos temor y menos ira. Llegará a tener un valor tranquilo, del tipo que no le produce ninguna tensión.

Puede ver los llamados fracasos y éxitos por lo que realmente son. Los problemas y las calamidades empezarán a cobrar el significado de instrucción, en lugar de destrucción. Se sentirá más libre y más cuerdo. Se volverá risible la idea de que, por autosugestión, pueda haber estado hipnotizándose a sí mismo.

Tendrá un sentimiento cada vez más intenso del camino que ha de seguir y de la meta que ha de perseguir. Empezarán a esfumarse sus tensiones e inquietudes. Es probable que vaya mejorando su salud física. Empezarán a sucederle cosas maravillosas e inexplicables. Inexplicablemente, mejorarán las relaciones retorcidas dentro de su ámbito familiar y con el mundo exterior.

Incluso si le suceden muy pocas de estas cosas, se encontrará no obstante en posesión de grandes dádivas. Al encontrarse en circunstancias difíciles, puede enfrentarse a ellas y aceptarlas. Ahora puede aceptarse a sí mismo y al mundo a su alrededor. Puede hacerlo porque ahora acepta un Dios que lo es Todo - y que ama a todos.

Cuando dice, "Padre nuestro que estás en los cielos, santificado sea Tu nombre," nuestro amigo, plena y humildemente, lo dice con toda sinceridad. Al meditar y verse así liberado del mundanal ruido, sabe que está en las manos de Dios; que tiene asegurado su propio destino, aquí y en el más allá.

Un eminente teólogo dijo en una ocasión: "Los principales críticos de la oración son aquellos que nunca la han probado lo suficiente." Este es un buen consejo, un buen consejo que yo mismo trato de seguir y tomarme cada vez más en serio. Hace tiempo que muchos alcohólicos anónimos han venido intentando establecer un mejor contacto consciente con Dios, y confío en que muchos más de nosotros pronto nos uniremos a esta gente tan sabia.



Sólo el Undécimo Paso nos Permite Seguir Desarrollándonos (Lenguaje del Corazón) (3/3)



Acabo de releer el capítulo que trata del Undécimo Paso en nuestro libro Doce Pasos y Doce Tradiciones, el cual fue escrito hace casi cinco años. Me quedé asombrado al darme cuenta del poco tiempo que yo había dedicado a seguir mi propio consejo elemental referente a la meditación, la oración y la orientación - cosas que tan entusiásticamente yo había recomendado hacer a todo el mundo.

Es probable que no me encuentre solo, ni mucho menos, en esta falta de aplicación. Pero sé que este descuido puede hacer que nos perdamos las mejores experiencias de la vida, un descuido que puede retrasar seriamente el desarrollo que Dios espera que logremos aquí en la tierra; aquí, en este día espléndido en la escuela, en la primera de las muchas moradas de nuestro Padre.

UNDÉCIMO PASO

LOS DEMÁS PASOS NOS HACEN POSIBLE A LA MAYORÍA DE NOSOTROS MANTENERNOS SOBRIOS Y FUNCIONAR. PERO EL UNDÉCIMO PASO NOS PERMITE SEGUIR DESARROLLÁNDONOS, SI NOS DEDICAMOS DILIGENTE Y CONSTANTEMENTE A PRACTICARLO. SI DEDICAMOS AL UNDÉCIMO PASO TAN SOLO EL CINCO POR CIENTO DEL TIEMPO QUE SOLEMOS DEDICAR (Y CON RAZÓN) AL DUODÉCIMO PASO, LOS RESULTADOS PUEDEN TENER UNAS CONSECUENCIAS TRANSCENDENTALES

