

## Duodécimo Paso

*“Habiendo obtenido un despertar espiritual como resultado de estos pasos, tratamos de llevar el mensaje a los alcohólicos y de practicar estos principios en todos nuestros asuntos.”*

LA alegría de vivir es el tema del Duodécimo Paso de A.A. y su palabra clave es acción. En este Paso salimos de nosotros mismos y nos dirigimos a nuestros compañeros alcohólicos que todavía sufren. Tenemos la experiencia de dar sin esperar ninguna recompensa. Empezamos a practicar todos los Doce Pasos del programa en nuestras vidas diarias, para que nosotros y todos aquellos a nuestro alrededor podamos encontrar la sobriedad emocional. Cuando se aprecian todas las implicaciones del Paso Doce, se ve que, en realidad, nos habla de la clase de amor al que no se puede poner precio.

Nuestro Paso Doce también nos dice que, como resultado de practicar todos los Pasos, cada uno de nosotros ha experimentado algo que se llama un despertar espiritual. A los nuevos miembros de A.A., este asunto les parece bastante dudoso por no decir increíble. Preguntan “¿Qué quieres decir con esto de un ‘despertar espiritual’?”

Puede que haya tantas definiciones del despertar espiritual como personas que lo han experimentado. No obstante, es indudable que todos los que sean auténticos tienen algo en común. Y lo que tienen en común no es muy difícil de entender. Para un hombre o mujer que ha experimentado

un despertar espiritual, el significado más importante que tiene es que ahora puede hacer, sentir y creer aquello que antes, con sus propios recursos y sin ayuda, no podía hacer. Se le ha concedido un don que le produce un nuevo estado de conciencia y una nueva forma de ser. Se encuentra en un camino que le indica que le llevará a un destino seguro, que la vida no es un callejón sin salida, ni algo que habrá de soportar o dominar. Ha sido realmente transformado, porque se ha aferrado a una fuente de fortaleza de la que antes, de una u otra forma, se había privado. Se da cuenta de que ha adquirido un grado de honradez, tolerancia, generosidad, paz de espíritu y amor que antes le parecía inalcanzable. Lo que ha recibido, se le ha dado gratis; sin embargo, por lo general, se ha preparado, al menos en parte, para recibirlo.

En A.A., la forma de prepararse para recibir este don radica en la práctica de los Doce Pasos de nuestro programa. Por lo tanto, vamos a considerar brevemente lo que hemos estado intentando hacer hasta este punto:

El Primer Paso nos enseñó una paradoja asombrosa: Descubrimos que éramos totalmente incapaces de librarnos de la obsesión alcohólica mientras no admitiéramos que éramos impotentes ante al alcohol. En el Segundo Paso vimos que, ya que no podíamos recuperar por nosotros mismos el sano juicio, algún Poder Superior forzosamente tendría que devolvérselo, si habíamos de sobrevivir. Por consiguiente, en el Tercer Paso entregamos nuestras voluntades y nuestras vidas al cuidado de Dios, tal como cada cual Lo concibiera. Los que éramos ateos o agnósticos descubrimos que, provisionalmente, nuestro grupo o A.A. como un todo, nos podía servir de poder superior. Con el Cuarto Paso, comenzamos a intentar identificar en nosotros mismos las cosas que nos habían llevado a la bancarrota física, moral y espiritual. Hicimos, sin miedo, un minucioso inventario moral. Al considerar el Quinto Paso, llegamos a la conclusión de que un inventario, hecho a solas, no sería suficiente. Supimos que tendríamos que abandonar la costumbre mortal de vivir a

solas con nuestros conflictos y, con toda sinceridad, confesárselos a Dios y a otro ser humano. Muchos de nosotros nos resistimos a dar el Sexto Paso—por el simple motivo práctico de no querer que se nos eliminasen todos nuestros defectos de carácter porque todavía nos sentíamos encantados con algunos de ellos. No obstante, nos dimos cuenta de que tendríamos que ajustarnos de alguna forma al principio fundamental del Sexto Paso. Por consiguiente, decidimos que, aunque todavía teníamos algunos defectos de carácter a los que no queríamos renunciar, no obstante, debíamos dejar de aferrarnos a ellos de una forma obstinada y rebelde. Nos dijimos a nosotros mismos, “Tal vez esto no lo puedo hacer hoy, pero puedo dejar de gritar, ‘¡No, nunca!’” Luego, en el Séptimo Paso, pedimos humildemente a Dios, que eliminase nuestros defectos según Le conviniera y de acuerdo con las condiciones del día en que se lo pedimos. En el Octavo Paso, seguíamos poniendo nuestras casas en orden, porque nos dábamos cuenta de que estábamos en conflicto no solamente con nosotros mismos, sino también con la gente y las circunstancias del mundo en que vivíamos. Teníamos que hacer las paces y, por lo tanto, hicimos una lista de las personas a quienes habíamos causado daño y llegamos a estar dispuestos a hacer enmiendas. Consecuentemente, en el Noveno Paso nos pusimos a hacer las enmiendas directamente a las personas afectadas, excepto cuando el hacerlo pudiera perjudicar a ellos o a otras personas. Llegados al Décimo Paso, ya habíamos sentado las bases para nuestra vida diaria, y nos dimos cuenta claramente de que tendríamos que seguir haciendo nuestro inventario personal y que cuando nos equivocáramos, deberíamos admitirlo inmediatamente. En el Undécimo Paso, vimos que, si un Poder Superior nos había devuelto el sano juicio y nos había hecho posible vivir con alguna tranquilidad de espíritu en un mundo gravemente trastornado, valdría la pena conocerle mejor, por el contacto más directo que nos fuera posible. Descubrimos que el uso asiduo de la meditación y la oración nos iba

abriendo un más amplio conducto, de tal forma que donde antes discurría un arroyuelo ahora fluía un río que nos llevaba a la orientación y al poder seguros de Dios a medida que aumentaba nuestra capacidad para entenderlo.

Así que, practicando estos Pasos, acabamos por experimentar un despertar espiritual y la realidad de esta experiencia nos era indudable. Al observar a los que sólo habían dado un comienzo y todavía dudaban de sí mismos, el resto de nosotros podíamos ver amanecer la transformación. Basándonos en multitud de experiencias similares, nos era posible predecir que el incrédulo que seguía protestando que no captaba el “aspecto espiritual” y que todavía consideraba a su querido grupo de A.A. como el poder superior, tardaría poco en amar a Dios y en llamarle por su nombre.

Contemplemos ahora el resto del Paso Doce. La maravillosa energía que libera y la ávida acción con la que lleva nuestro mensaje al alcohólico que aún sufre, y que acaba por convertir los Doce Pasos en acción en todos los asuntos de nuestra vida, es el gran beneficio, la realidad magnífica, de Alcohólicos Anónimos.

Incluso el miembro más recién llegado, cuando se esfuerza por ayudar a su hermano alcohólico que anda aun más ciego que él, encuentra recompensas inimaginables. Esta es, de verdad, la dádiva que no exige nada a cambio. El no espera que su compañero de fatigas le pague, ni siquiera que lo ame. Luego, se da cuenta de que, por medio de esta paradoja divina, al dar así, sin esperar nada, ha encontrado su propia recompensa, ya sea que su hermano haya recibido algo o no. Aunque tenga todavía algunos defectos de carácter muy graves, de una u otra manera, sabe que Dios le ha capacitado para dar un gran comienzo, y le llena la sensación de haber llegado al umbral de nuevos misterios, alegrías y experiencias con los que nunca jamás había soñado.

Casi todo miembro de A.A. te dirá que no hay satisfacción más profunda ni alegría mayor que la entrañada por

un trabajo de Paso Doce bien hecho. Ver cómo se abren maravillados los ojos de hombres y mujeres a medida que pasan de la oscuridad a la luz, ver cómo sus vidas se llenan rápidamente de una nueva significación y determinación, ver a familias enteras reunidas, ver cómo el alcohólico rechazado por la sociedad vuelve a integrarse en su comunidad como ciudadano de pleno derecho y, sobre todo, ver a esta gente despertarse ante la presencia de un Dios amoroso en sus vidas—estas cosas son la esencia de lo que recibimos cuando llevamos el mensaje de A.A. a otro alcohólico.

Pero ésta no es la única forma de trabajo de Paso Doce. Asistimos a las reuniones de A.A. y escuchamos, no solamente para recibir algo, sino también para dar el consuelo y el apoyo que nuestra presencia puede significar para otros. Si nos toca a nosotros hablar en una reunión, de nuevo tratamos de llevar el mensaje de A.A. Ya sea que tengamos uno o muchos oyentes, sigue siendo un trabajo de Paso Doce. Incluso para aquellos de nosotros que nos sentimos incapaces de hablar en las reuniones o que nos encontramos en lugares donde no podemos hacer personal e individualmente mucho trabajo de Paso Doce, hay numerosas oportunidades. Podemos ser aquellos que se encargan de hacer las tareas poco espectaculares pero importantes que facilitan hacer un buen trabajo de Paso Doce, tal vez preparando el café y los refrescos que se sirven después de las reuniones; en este ambiente de risas y conversaciones, muchos principiantes escépticos y recelosos se han sentido fortalecidos y reconfortados. Este es trabajo de Paso Doce en el mejor sentido de la palabra. “Libremente hemos recibido, libremente debemos dar...” es la esencia de este aspecto del Paso Doce.

Puede que a menudo pasemos por experiencias de Paso Doce en las que temporalmente parece que nos hemos equivocado. En esos momentos es posible que estas experiencias nos parezcan grandes reveses, pero más tarde las veremos como trampolines hacia cosas mejores. Por ejemplo, puede que nos empeñemos en conseguir que una

persona determinada logre la sobriedad y, después de haber hecho todo lo posible durante meses, le vemos recaer. Tal vez esto ocurra en una serie de casos, y nos sentimos profundamente descorazonados en cuanto a nuestra capacidad para llevar el mensaje de A.A. O puede que nos encontremos en la situación opuesta, en la que nos sintamos tremendamente eufóricos porque parece que hemos tenido éxito. En este caso, nos vemos tentados a volvernos muy posesivos con estos recién llegados. Tal vez intentemos darles consejos respecto a sus asuntos, consejos que ni estamos capacitados para dar ni debemos ofrecer en absoluto. Entonces nos sentimos dolidos y confusos cuando se rechazan nuestros consejos, o cuando se aceptan y resultan en una confusión aun mayor. A veces, por haber hecho con ardor una gran cantidad de trabajo de Paso Doce, llevamos el mensaje a tantos alcohólicos que ellos depositan en nosotros una gran confianza. Digamos que nos nombran coordinador de grupo. Nuevamente se nos presenta la tentación de ejercer un control exagerado, lo cual a veces tiene como resultado el rechazo y otras consecuencias que nos son difíciles de aceptar.

Pero a la larga nos damos cuenta claramente de que estos son únicamente los dolores de crecimiento, y que sólo nos traerán beneficios si recurrimos cada vez más a todos los Doce Pasos para encontrar respuestas.

Ahora vamos a considerar la cuestión más importante: ¿cómo practicar estos principios en *todos* nuestros asuntos? ¿Podemos amar en su totalidad esta forma de vivir con el mismo fervor con el que amamos esa pequeña parte que descubrimos al tratar de ayudar a otros alcohólicos a lograr la sobriedad? ¿Podemos llevar a nuestras desordenadas vidas familiares el mismo espíritu de amor y tolerancia que llevamos a nuestro grupo de A.A.? ¿Podemos tener en estas personas, contagiadas y a veces desquiciadas por nuestra enfermedad, la misma confianza y fe que tenemos en nuestros padrinos? ¿Podemos realmente llevar el espí-

ritu de A.A. a nuestro trabajo diario? ¿Podemos cumplir con nuestras recién reconocidas responsabilidades ante el mundo en general? Y, ¿podemos dedicarnos a la religión que hemos escogido con una nueva resolución y devoción? ¿Podemos encontrar una nueva alegría de vivir al tratar de hacer algo respecto a todas estas cosas?

Además, ¿cómo vamos a enfrentarnos con los aparentes fracasos o éxitos? ¿Podemos ahora aceptar y ajustarnos a cualquiera de ellos sin desesperación ni arrogancia? ¿Podemos aceptar la pobreza, la enfermedad, la soledad y la aflicción con valor y serenidad? ¿Podemos contentarnos, sin vacilar, con las satisfacciones más humildes, pero a veces más duraderas, cuando nos vemos privados de los logros más brillantes y espectaculares?

La respuesta de A.A. a todas estas preguntas acerca de la vida es “Sí, todas estas cosas son posibles.” Esto lo sabemos porque hemos visto a aquellos que insisten en practicar los Doce Pasos de A.A. convertir la monotonía, el dolor, e incluso la calamidad en algo que les sirve. Y si estas son las realidades de la vida para los muchos alcohólicos que se han recuperado en A.A., pueden llegar a ser las realidades de la vida para muchos más.

Claro está que incluso los A.A. más dedicados rara vez alcanzan semejantes logros. Aunque no lleguemos a tomarnos ese primer trago, a menudo nos apartamos del camino. A veces nuestros problemas tienen su origen en la indiferencia. Nos encontramos sobrios y contentos con nuestro trabajo de A.A. Las cosas van bien en casa y en la oficina. Naturalmente, nos felicitamos por lo que, más tarde, resulta ser un punto de vista demasiado fácil y superficial. Dejamos temporalmente de desarrollarnos porque nos sentimos convencidos de que, para nosotros, no hay necesidad de practicar *todos* los Doce Pasos de A.A. Nos va bien con sólo practicar unos cuantos. Tal vez nos va bien con sólo dos, el Primer Paso y la parte de “llevar el mensaje” del Duodécimo Paso. En la jerga, este estado

eufórico se conoce por el nombre de “paso doble”; y puede continuar durante años.

Incluso los que tenemos las mejores intenciones podemos caer en la trampa del “paso doble”. Tarde o temprano, se nos pasa esta fase de “nube rosada” y la vida empieza a parecerse aburrida y nos sentimos decepcionados. Empezamos a pensar que, en realidad, A.A. no sirve para tanto. Empezamos a sentirnos perplejos y descorazonados.

Quizás entonces la vida, como suele suceder, de repente nos da un plato que no podemos tragar, ni mucho menos digerir. A pesar de nuestros esfuerzos, no conseguimos ese ascenso tan deseado. Perdemos un buen empleo. Tal vez hay graves dificultades domésticas o sentimentales, o quizás ese hijo que creíamos que Dios estaba cuidando muere en una guerra.

¿Cómo respondemos entonces? ¿Tenemos o podemos conseguir, los alcohólicos de A.A., los recursos necesarios para enfrentarnos a estas calamidades que les llegan a tantas personas? ¿Podemos ahora, con la ayuda de Dios como cada cual Lo conciba, afrontarlas con tanto valor y ecuanimidad como lo hacen a menudo nuestros amigos no alcohólicos? ¿Podemos transformar estas calamidades en bienes espirituales, en fuentes de crecimiento y consuelo tanto para nosotros como para los que nos rodean? Bueno, lo cierto es que tenemos una probabilidad de hacerlo si pasamos de practicar dos pasos a practicar doce pasos, si estamos dispuestos para recibir la gracia de Dios que nos puede fortalecer y sostener ante cualquier catástrofe.

Nuestros problemas básicos son los mismos que tiene todo el mundo; pero cuando se hace un esfuerzo sincero para “practicar estos principios en todos nuestros asuntos,” los A.A. bien arraigados en el programa parecen tener la capacidad, por la gracia de Dios, para tomar sus problemas con calma, y convertirlos en muestras de fe. Conocemos a miembros de A.A. que, casi sin quejarse y a menudo con buen humor, han padecido enfermedades largas y mortales. Hemos visto a familias, desgarradas por

malentendidos, tensiones e infidelidades, volver a reconciliarse gracias a la manera de vivir de A.A.

Aunque la mayoría de los A.A. suelen ganarse bien la vida, tenemos algunos miembros que nunca llegan a restablecerse económicamente, y otros que tropiezan con serios reveses financieros. Por lo general, estas circunstancias se encaran con entereza y fe.

Como la mayoría de la gente, hemos descubierto que podemos aguantar los grandes contratiempos según se no presentan. Pero también, al igual que otros, para nosotros, las pruebas más duras a menudo se encuentran en los problemas cotidianos más pequeños. Nuestra solución está en desarrollarnos espiritualmente cada vez más. Sólo por este medio podemos aumentar nuestras posibilidades de vivir una vida verdaderamente feliz y útil. A medida que nos desarrollamos espiritualmente, nos damos cuenta de que nuestras viejas actitudes hacia nuestros instintos tienen que pasar por una transformación drástica. Nuestros deseos de seguridad emocional y riqueza, de poder y prestigio personal, de relaciones sentimentales y de satisfacciones familiares—todos estos deseos tienen que ser templados y reorientados. Hemos llegado a reconocer que la satisfacción de nuestros instintos no puede ser el único objetivo y fin de nuestra vida. Si anteponeamos nuestros instintos a todo lo demás, hemos empezado la casa por el tejado, y nos veremos arrastrados hacia atrás, hacia la desilusión. Pero cuando estamos dispuestos a anteponer a todo el desarrollo espiritual—entonces y sólo entonces, tenemos una verdadera posibilidad de vivir bien.

Después de unirnos a A.A., si seguimos desarrollándonos, nuestras actitudes y acciones respecto a la seguridad—tanto la emocional como la económica—empiezan a cambiar profundamente. Nuestras exigencias de seguridad emocional, de salirnos con la nuestra, siempre nos han forjado relaciones poco viables con otra gente. Aunque a veces estábamos completamente inconscientes de la dinámica, siempre tenía-

mos el mismo resultado. O bien habíamos intentado hacer el papel de Dios y dominar a aquellos que nos rodeaban, o bien habíamos insistido en tener una dependencia exagerada de ellos. Cuando la gente, durante una temporada, nos había permitido que les dirigiéramos la vida, como si todavía fueran niños, nos habíamos sentido felices y seguros de nosotros mismos. Pero cuando, por fin, se rebelaban o huían, era amargo el dolor y el desengaño que sufríamos. Les echábamos la culpa a ellos, porque no podíamos ver que nuestras exigencias excesivas habían sido la causa.

Cuando, por el contrario, exigíamos que la gente nos protegiera y nos cuidara, como si fuéramos niños, o insistíamos en que el mundo nos debía algo, los resultados eran igualmente desastrosos. A menudo esto causaba que nuestros seres más queridos se alejaran de nosotros o nos abandonaran completamente. Nuestra desilusión era difícil de aguantar. No podíamos imaginarnos que la gente nos tratara de esa manera. No pudimos ver que, a pesar de ser mayores de edad, aun seguíamos comportándonos de una manera infantil, tratando de convertir a todo el mundo—amigos, esposas, maridos, incluso al mismo mundo—en padres protectores. Nos habíamos negado a aprender la dura lección de que una dependencia excesiva de otra gente no funciona, porque todas las personas son falibles, e incluso las mejores a veces nos decepcionan, especialmente cuando las exigencias que les imponemos son poco razonables.

A medida que íbamos haciendo un progreso espiritual, llegamos a ver lo engañados que habíamos estado. Pudimos ver claramente que, si alguna vez íbamos a sentirnos emocionalmente seguros entre personas adultas, tendríamos que adoptar en nuestras vidas una actitud de dar-y-tomar; tendríamos que adquirir un sentimiento de comunidad o hermandad con todos los que nos rodean. Nos dimos cuenta de que tendríamos que dar constantemente de nosotros mismos, sin exigir nada a cambio. Cuando persistíamos en hacer esto, poco a poco empezábamos a no-

tar que atraíamos a la gente como nunca. E incluso si nos decepcionaban, podíamos ser comprensivos y no sentirnos seriamente afectados.

Al desarrollarnos aun más, descubrimos que la mejor fuente posible de estabilidad emocional era el mismo Dios. Vimos que la dependencia de Su perfecta justicia, perdón y amor era saludable, y que funcionaría cuando todo lo demás nos fallara. Si realmente dependíamos de Dios, no nos sería posible hacer el papel de Dios con nuestros compañeros, ni sentiríamos el deseo urgente de depender totalmente de la protección y cuidado humanos. Estas eran las nuevas actitudes que acabaron dándonos una fortaleza y una paz internas que ni los fallos de los demás ni cualquier calamidad ajena a nuestra responsabilidad podrían hacer tambalear.

Llegamos a darnos cuenta de que esta nueva actitud era algo especialmente necesario para nosotros los alcohólicos. Porque el alcoholismo nos había creado una existencia muy solitaria, aunque hubiéramos estado rodeados de gente que nos quería. Pero cuando la obstinación había alejado a todo el mundo y nuestro aislamiento llegó a ser total, acabamos haciendo el papel de personajes en cantinas baratas para luego salir solos a la calle a depender de la caridad de los transeúntes. Todavía intentábamos encontrar la seguridad emocional dominando a los demás o dependiendo de ellos. E incluso los que, a pesar de no haber caído tan bajo, nos encontrábamos solos en el mundo, seguíamos intentando en vano lograr la seguridad por medio de una forma malsana de dominación o dependencia. Para los que éramos así, Alcohólicos Anónimos tenía un significado muy especial. Mediante A.A. empezamos a aprender a relacionarnos apropiadamente con la gente que nos comprende; ya no tenemos que estar solos.

La mayoría de las personas casadas que están en A.A. tienen hogares felices. Hasta un grado sorprendente, A.A. ha compensado los deterioros de la vida familiar ocasionados por años de alcoholismo. Pero al igual que otras so-

ciudades, tenemos problemas sexuales y matrimoniales, y a veces son angustiosamente graves. No obstante, rara vez vemos rupturas o separaciones matrimoniales permanentes en A.A. Nuestro principal problema no está en cómo seguir casados, sino en cómo llevar una vida conyugal más feliz, eliminando los graves trastornos emocionales que a menudo se derivan del alcoholismo.

Casi todo ser humano, en algún momento de su vida, experimenta un deseo apremiante de encontrar una pareja del sexo opuesto con quien unirse de la manera más plena posible—espiritual, mental, emocional y físicamente. Este poderoso impulso es la raíz de grandes logros humanos, una energía creativa que tiene una influencia profunda en nuestra vida. Dios nos hizo así. Entonces, nuestra pregunta es la siguiente: ¿Cómo, por ignorancia, obsesión, y obstinación, llegamos a abusar de este don para nuestra propia destrucción? Los A.A. no podemos pretender ofrecer respuestas definitivas a estas preguntas eternas, pero nuestra propia experiencia nos sugiere ciertas respuestas que funcionan para nosotros.

A causa del alcoholismo, se pueden producir situaciones anormales que perjudican la convivencia y la unión de un matrimonio. Si el marido es alcohólico, la mujer tiene que convertirse en cabeza y, a menudo, en sostén de la familia. A medida que se van empeorando las circunstancias, el marido se convierte en un niño enfermo e irresponsable al que hay que cuidar y rescatar de un sinfín de líos y apuros. Poco a poco, y normalmente sin que se dé cuenta, la mujer se ve forzada a hacer el papel de madre de un niño travieso. Y si, para empezar, tiene un fuerte instinto maternal, la situación se agrava. Claro está que, bajo estas condiciones, difícilmente puede existir una relación de igual a igual. La mujer, generalmente, sigue haciendo las cosas con su mejor voluntad, pero el alcohólico, mientras tanto, va oscilando entre el amor y el odio a sus atenciones maternales. Así se establece una rutina que más tarde puede ser difícil de

romper. No obstante, bajo la influencia de los Doce Pasos de A.A., a menudo se pueden corregir estas situaciones.\*

No obstante, cuando las relaciones han sido grandemente alteradas, puede ser necesario un largo período de pacientes esfuerzos. Después de que el marido se haya unido a A.A., puede que la mujer se vuelva descontenta, e incluso que se sienta resentida de que Alcohólicos Anónimos haya logrado hacer aquello que ella no pudo hacer con tantos años de dedicación. Es posible que su marido llegue a estar tan absorto en A.A. y con sus nuevos amigos que se comporte de una manera poco considerada y pase más tiempo fuera de casa que cuando bebía. Al ver lo infeliz que ella está, le recomienda la práctica de los Doce Pasos de A.A. e intenta enseñarle cómo vivir. Naturalmente, ella cree que durante muchos años se las ha arreglado mucho mejor que él para vivir. Cada uno le echa la culpa al otro y se preguntan si volverán a tener algún día un matrimonio feliz. Puede que incluso empiecen a sospechar que nunca lo hubiera sido.

Claro está que se pueden haber minado tan profundamente las bases para llevar una vida compatible que sea necesaria una separación. Pero esto ocurre con poca frecuencia. El alcohólico, al darse cuenta de todo lo que su mujer ha tenido que aguantar, y de todo el daño que él ha hecho a ella y a sus hijos, casi siempre asume sus responsabilidades matrimoniales bien dispuesto a reparar lo que pueda y aceptar aquello que no pueda corregir. Asiduamente sigue intentando practicar en su hogar todos los Doce Pasos de A.A., a menudo con buenos resultados. Llegado a este punto empieza, con firmeza, pero cariñosamente, a comportarse como un marido y no como un niño travieso. Y, sobre todo, por fin se convence de que el enredarse en aventuras amorosas no es una forma de vivir para él.

---

\*Los Grupos familiares de Al-Anon también utilizan los Pasos en una forma adaptada. Esta comunidad mundial, que no forma parte de A.A., se compone de los cónyuges y otros parientes y amigos de los alcohólicos (miembros de A.A. o activos). La dirección de su sede es: 1600 Corporate Landing Parkway, Virginia Beach, VA 23454.

En A.A. hay muchos solteros y solteras que desean casarse y que se ven en posibilidades de hacerlo. Algunos se casan con compañeros de A.A. ¿Cómo resultan estos matrimonios? Por lo general, suelen funcionar bastante bien. Los sufrimientos que tenían en común como bebedores, y el interés que tienen en común por A.A. y lo espiritual a menudo enriquecen esas uniones. También es cierto que los “flechazos” y los casos de amor a primera vista pueden traer dificultades. Los miembros de la futura pareja deben tener una base firme en A.A. y deben haberse conocido suficiente tiempo como para saber que su compatibilidad espiritual, mental y emocional es una realidad y no una ilusión. Deben tener la mayor seguridad posible de que no exista ningún trastorno emocional profundo, en el uno o en el otro, que más tarde, bajo las presiones de la convivencia, vuelva a aparecer de nuevo para arruinar el matrimonio. Estas consideraciones son igualmente válidas e importantes para los A.A. que se casan “fuera” de la Comunidad. Con una clara comprensión de la realidad, y una actitud adulta y apropiada, se consiguen buenos resultados.

¿Y qué podemos decir de los muchos miembros de A.A. que, por diversas razones, no pueden tener una vida familiar? Al comienzo, muchas de estas personas, al ver a su alrededor tanta felicidad doméstica, se sienten muy solas, tristes y aisladas. Si no pueden conocer este tipo de felicidad, ¿puede A.A. ofrecerles satisfacciones de parecido valor y permanencia? Sí—siempre que las busquen con tesón. Estos supuestos solitarios, al verse rodeados de tantos amigos de A.A., nos dicen que ya no se sienten solos. En cooperación con otros—hombres y mujeres—se pueden dedicar a numerosos proyectos constructivos, ideas y personas. Por no tener responsabilidades matrimoniales, pueden participar en actividades que los hombres y mujeres de familia no pueden permitirse. Cada día vemos a tales personas prestar servicios prodigiosos y recibir grandes alegrías a cambio.

En lo relacionado con el dinero y las cosas materiales, ex-

perimentamos el mismo cambio revolucionario de perspectiva. Con pocas excepciones, todos habíamos sido derrochadores, íbamos despilfarrando el dinero por todas partes con la intención de complacernos y de impresionar a los demás. En nuestros días de bebedores, nos comportábamos como si tuviéramos fondos inagotables; pero entre borrachera y borrachera, a veces íbamos al otro extremo y nos convertíamos en tacaños. Sin darnos cuenta, estábamos acumulando fondos para la próxima borrachera. El dinero era el símbolo del placer y de la presunción. Cuando nuestra forma de beber se empeoró aún más, el dinero no era sino una apremiante necesidad que nos podía comprar el próximo trago y el alivio pasajero del olvido que éste nos traía.

Al ingresar en A.A., nuestra actitud cambió bruscamente, y a menudo fuimos a parar al otro extremo. Nos entraba el pánico al contemplar el espectáculo de años de despilfarro. Creíamos que no habría tiempo suficiente para restablecer nuestra maltrecha economía ¿Cómo íbamos a pagar esas tremendas deudas, comprarnos una casa decente, educar a nuestros hijos y ahorrar algún dinero para la vejez? Nuestro objetivo principal ya no era dar la impresión de nadar en dinero; ahora exigíamos la seguridad material. Incluso cuando nuestros negocios se habían restablecido, estos temores espantosos seguían atormentándonos. Esto volvió a convertirnos en avaros y tacaños. Era imprescindible que tuviéramos una total seguridad económica. Nos olvidamos de que la mayoría de los alcohólicos en A.A. tienen un potencial de ingresos mucho más alto que el promedio; nos olvidamos de la inmensa buena voluntad de nuestros hermanos de A.A. que estaban muy deseosos de ayudarnos a conseguir mejores trabajos cuando los mereciéramos; nos olvidamos de la inseguridad económica, real o posible, de todos los seres humanos del mundo. Y, lo peor de todo, nos olvidamos de Dios. En los asuntos de dinero, sólo teníamos fe en nosotros mismos e incluso ésta era una fe muy pobre.

Todo esto significaba que aún estábamos bastante dese-

quilibrados. Mientras un trabajo nos siguiera pareciendo una mera forma de conseguir dinero y no una oportunidad de servir; mientras la adquisición de dinero para disfrutar de una independencia económica nos pareciera más importante que la justa dependencia de Dios, íbamos a seguir siendo víctimas de temores irracionales. Y estos temores nos harían imposible llevar una vida serena y útil, fueran cuales fueran nuestras circunstancias económicas.

Pero con el paso del tiempo, descubrimos que, con la ayuda de los Doce Pasos de A.A., podíamos librarnos de estos temores, sin importar cuáles fueran nuestras perspectivas económicas. Podíamos realizar alegremente tareas humildes sin preocuparnos por el mañana. Si, por suerte, nuestras circunstancias eran buenas, ya no vivíamos temiendo los reveses, porque habíamos llegado a saber que tales dificultades podrían ser transformadas en bienes espirituales. Lo que más nos importaba no era nuestra condición material, sino nuestra condición espiritual. Poco a poco el dinero pasó de ser nuestro dueño a ser nuestro servidor. Llegó a convertirse en un medio para intercambiar amor y servicio con aquellos que nos rodeaban. Cuando, con la ayuda de Dios, aceptamos serenamente nuestra suerte, nos dimos cuenta de que podíamos vivir en paz con nosotros mismos y enseñar a otros que aún sufrían los mismos temores que ellos también podían superarlos. Llegamos a entender que liberarnos del temor era más importante que liberarnos de las inquietudes económicas.

Detengámonos aquí un momento a considerar la mejora en nuestra actitud hacia los problemas de la importancia personal, el poder, la ambición y el liderazgo. Estos eran los escollos en los que muchos de nosotros naufragamos en nuestras carreras de bebedores.

Casi todo muchacho sueña con llegar a ser presidente del país. Quiere ser el número uno de la nación. Al hacerse mayor y ver la imposibilidad de realizarlo, puede sonreírse con buen humor recordando el sueño de su infancia. En años posteriores, descubre que la verdadera felicidad no se

encuentra en intentar ser el número uno, ni ser uno de los primeros en la lucha desgarradora por el dinero, el sexo o el prestigio. Llega a saber que puede estar contento mientras juegue bien las cartas que la vida le ha repartido. Sigue siendo ambicioso, pero no de una manera absurda, porque ahora puede ver y aceptar la realidad de la vida. Está dispuesto a mantenerse en su justa proporción.

Pero no sucede así con los alcohólicos. Cuando A.A. tenía pocos años de existencia, algunos sicólogos y doctores eminentes llevaron a cabo una investigación exhaustiva de un gran número de los llamados bebedores problema. Los médicos no intentaban determinar lo diferentes que éramos unos de otros; trataban de identificar los rasgos de personalidad, si los hubiere, que este grupo de alcohólicos tenía en común. Llegaron a una conclusión que dejaba estupefactos a los miembros de A.A. de aquel entonces. Estos hombres distinguidos tuvieron la osadía de decir que la mayoría de los alcohólicos que habían examinado eran infantiles, hipersensibles emocionalmente y tenían delirios de grandeza.

¡Qué resentidos estábamos ante este veredicto! Nos negábamos a creer que nuestros sueños adultos eran a menudo verdaderamente infantiles. Y, al tener en cuenta la mala suerte que nos había tocado en la vida, nos parecía muy natural que fuéramos muy sensibles. En cuanto a nuestros delirios de grandeza, insistíamos en que sólo albergábamos una elevada y legítima ambición de ganar la batalla de la vida.

No obstante, desde aquel entonces, la mayoría de nosotros hemos llegado a estar de acuerdo con aquellos doctores. Nos hemos parado a mirarnos más detenidamente a nosotros y a aquellos que nos rodean. Hemos visto que los temores e inquietudes irracionales eran los que nos impulsaron a dar importancia primordial en la vida al asunto de ganar la fama, el dinero y lo que para nosotros era el liderazgo. Así que el falso orgullo se convirtió en la otra cara de la ruinosa moneda "Temor." Teníamos que ser el número uno para ocultar nuestro profundo sentimiento de

inferioridad. Al tener algún que otro éxito, alardeábamos de mayores hazañas futuras; al sufrir alguna derrota, nos sentíamos amargados. Si teníamos poco éxito mundano, nos deprimíamos y nos acobardábamos. Entonces la gente decía que éramos seres “inferiores.” Pero ahora nos vemos como astillas de un mismo palo. En el fondo, habíamos sido exageradamente temerosos. Daba lo mismo que nos hubiéramos sentado a las orillas de la vida, bebiendo hasta sumirnos en el olvido, o que nos hubiéramos lanzado imprudente y obstinadamente a unas aguas agitadas casi sin saber nadar. El resultado fue el mismo—todos nosotros por poco nos ahogamos en un mar de alcohol.

Pero hoy día, para los A.A. que han alcanzado su madurez, estos impulsos deformados han vuelto a cobrar algo parecido a su verdadero objetivo y encausamiento. Ya no nos esforzamos por dominar o imponernos a los que nos rodean para ganar prestigio. Ya no buscamos fama y honor para ser alabados. Si por nuestros dedicados servicios a la familia, los amigos, el trabajo o la comunidad, atraemos el afecto de los demás y se nos escoge para puestos de mayor responsabilidad y confianza, tratamos de estar humildemente agradecidos y de esforzarnos aún más animados por un espíritu de amor y servicio. Nos damos cuenta que el verdadero liderazgo depende del ejemplo que damos de nuestra competencia y no de vanidosos alardes de poder o de gloria.

Aun más maravilloso es saber que no es necesario que nos distingamos entre nuestros semejantes para poder llevar una vida útil y profundamente feliz. Pocos de nosotros llegaremos a ser líderes eminentes, ni queremos serlo. El servicio, gustosamente prestado, las obligaciones honradamente cumplidas, los problemas francamente aceptados o resueltos con la ayuda de Dios, la conciencia de que, en casa o en el mundo exterior, todos somos participantes en un esfuerzo común, la realidad bien entendida de que a los ojos de Dios todo ser humano es importante, la prueba de que el amor libremente dado siempre tiene su plena recom-

pensa, la certeza de que ya no estamos aislados ni solos en las prisiones que nosotros hemos construido, la seguridad de que ya no tenemos que ser como peces fuera del agua, sino que encajamos en el plan de Dios y formamos parte de Su designio—éstas son las satisfacciones legítimas y permanentes del recto vivir que no podrían reemplazar ninguna cantidad de pompa y circunstancia, ni ninguna acumulación de bienes materiales. La verdadera ambición no es lo que creíamos que era. La verdadera ambición es el profundo deseo de vivir útilmente y de andar humildemente bajo la gracia de Dios.

Estos cortos ensayos sobre los Doce Pasos de A.A. llegan ahora a su fin. Hemos venido considerando tantos problemas que puede causar la impresión que A.A. no es sino una infinidad de angustiosos dilemas e intentos de solucionarlos. Hasta cierto punto, esto es verdad. Hemos hablado acerca de problemas porque somos gente problemática que hemos encontrado una salida y una solución, y que deseamos compartirlas con todos los que las necesiten. Porque sólo al aceptar y solucionar nuestros problemas podemos empezar a estar en paz con nosotros mismos, con el mundo que nos rodea y con El que preside sobre todos nosotros. La comprensión es la clave de las actitudes y los principios correctos, y las acciones correctas son la clave del buen vivir; por eso, la alegría del buen vivir es el tema del Duodécimo Paso de A.A.

Que cada uno de nosotros, con cada día que pase de nuestra vida, llegue a sentir más profundamente el significado esencial de la sencilla oración de A.A.:

Dios, concédenos la serenidad para aceptar las cosas que  
no podemos cambiar,  
El valor para cambiar aquellas que podemos,  
Y la sabiduría para reconocer la diferencia.