

Tratamos de buscar un método más fácil que generalmente consistía en una admisión general y poco dolorosa de nuestra manera incontrolable de beber, y para redondear tal admisión añadimos detalles dramáticos de episodios de nuestras borracheras, probablemente ya conocidas por nuestros amigos.

¹En todos los Doce Pasos de A.A. se nos pide ir en contra de nuestros deseos naturales.

En todos nos desinflan el ego, pero en lo que respecta a desafiar al ego, pocos pasos son tan difíciles de llevar a cabo como este Paso.

Casi ninguno de los otros es tan necesario como este, para lograr la ^{*1}sobriedad duradera y la ²tranquilidad espiritual.

²La experiencia de A.A. nos ha enseñado que no podemos vivir solos con nuestros problemas apremiantes y con los defectos de carácter que los causan o que los agravan.

QUINTO PASO

ADMITIMOS ANTE DIOS, ANTE NOSOTROS MISMOS Y ANTE OTRO SER HUMANO, LA NATURALEZA EXACTA DE NUESTROS DEFECTOS

³Sin embargo, nuestro temor y nuestra renuencia a hacerlo son de tal manera que al principio muchos de nosotros tratamos de saltar el Quinto Paso.

Tenemos que hablar con alguien de ellos.

Si hemos iluminado el curso de nuestras vidas con el farol del Cuarto paso, y hemos visto superficialmente esos incidentes que preferimos no recordar; y si hemos llegado a comprender cuánto daño han causado a nosotros y a los demás esa manera de pensar y de actuar equivocadamente, entonces necesitamos urgentemente dejar de vivir solos con esos fantasmas atormentadores del ayer.

Actualmente la religión no es la única promotora de este principio redentor.

⁴Pero nunca decimos nada de lo que realmente nos molesta y produce inquietud.

Pensamos que no debemos compartir ciertos recuerdos penosos y humillantes.

Estos los debemos guardar en secreto. Nadie debe enterarse de ellos. Esperamos llevárnoslos a la tumba.

⁶—Este sistema de admitir los defectos ante otra persona es desde luego muy antiguo. Representa la vida de toda la gente de fondo espiritual y religiosa.

Llegaron a la conclusión de que no se consigue ningún alivio confesando los "pecados" de otros. Todos tuvieron que confesar los propios—.

QUINTO PASO

ADMITIMOS ANTE DIOS, ANTE NOSOTROS MISMOS Y ANTE OTRO SER HUMANO, LA NATURALEZA EXACTA DE NUESTROS DEFECTOS

De las actitudes confusas, es esta una de las que mas dificultades nos causa para la práctica del Quinto Paso.

Y como buscando inconscientemente alivio, estos veteranos culpaban a sus amistades de los mismos defectos de carácter que estos trataban de ocultar.

⁵Sin embargo, si tomamos en cuenta la experiencia de A.A., esa manera de pensar no solamente resulta una actitud imprudente sino peligrosa.

Estos dirán como trataron de llevar la carga ellos solos; y cuanto sufrieron con su irritabilidad, ansiedad, remordimientos y depresión.

Hasta algunos veteranos de A.A. que ya han permanecido sobrios por años, suelen pagar caro su descuido por evadir este Paso.

—Algunos no logran sobriedad, y otros recaen periódicamente hasta que pueden decir sus secretos a otro ser humano.

Cuando menos de acuerdo a nuestra manera de pensar, siempre estaba allí esa misteriosa cerca que no podíamos brincar.

Los psicólogos y los psiquiatras señalan la necesidad vital que tiene todo ser humano de la —percepción de su propia personalidad— y del conocimiento de las fallas de ésta, para poder discutirlo con una persona comprensiva y de confianza—.

O éramos tímidos y no nos atrevíamos a acercarnos a los demás; o tratábamos de ser buenos chicos, algo escandalosos, ansiosos de compañía y tratar de que se fijaran en nosotros, sin lograrlo nunca.

La mayoría de nosotros los A.As, estamos de acuerdo con esto. Si no admitimos nuestros defectos ante otra persona, parece claro que la gracia de Dios no llegará a nosotros para eliminar nuestras obsesiones dañinas, ni podremos conservarnos sobrios, mientras no estemos dispuestos a hacer esta confesión de nuestros defectos a otra persona.

QUINTO PASO

ADMITIMOS ANTE DIOS, ANTE NOSOTROS MISMOS Y ANTE OTRO SER HUMANO, LA NATURALEZA EXACTA DE NUESTROS DEFECTOS

Aún antes de que empeorara nuestra manera de beber, y de que la gente nos empezara a rechazar, casi todos nosotros ya sufríamos con la sensación de que no pertenecíamos a ninguna parte.

¿Qué es lo que podemos recibir del Quinto Paso? Por lo pronto, ³librarnos de esa terrible sensación de aislamiento que siempre hemos tenido.

Casi sin excepción, los alcohólicos somos torturados por la soledad.

También sentimos verdaderamente por primera vez, que podríamos perdonar a otros, sin importar la profunda certeza que teníamos de que nos habían hecho daño.

Era como si fuéramos actores en un escenario y que de pronto nos diéramos cuenta de que habíamos olvidado nuestro diálogo.

⁹Este vital Paso también fue el medio por el cual empezamos a sentir que se nos podría perdonar, sin importar lo que hubiéramos hecho o pensado.

Esta es una de las razones por las que nos gustaba tanto el alcohol. Nos permitía actuar improvisadamente. Pero el alcohol se convirtió en un boomerang, finalmente fuimos abatidos y nos quedamos en un aislamiento aterrador.

QUINTO PASO

ADMITIMOS ANTE DIOS, ANTE NOSOTROS MISMOS Y ANTE OTRO SER HUMANO, LA NATURALEZA EXACTA DE NUESTROS DEFECTOS

La solución la encontramos en el Quinto Paso, fue el principio de un parentesco auténtico del hombre con Dios.

⁸Cuando llegamos a A.A. y por primera vez estuvimos entre gente que parecía comprendernos, la sensación de pertenecer a este grupo de personas, fue muy estimulante.

Aún sentíamos que no pertenecíamos a algo, y no fue sino hasta que hablamos con entera sinceridad de nuestros defectos, y oímos a otras personas hacer lo mismo.

Creímos que el problema de la soledad ya estaba resuelto. Pero pronto descubrimos que si ya no estábamos solos, en el aspecto social, aún sentíamos muchos de los viejos tormentos del rechazo.

Pero aunque esta experiencia fue humillante, no quiere decir necesariamente que hubiéramos adquirido una humildad verdadera.

Esto nos sucedió cuando trabajábamos en este Paso con nuestros Padrinos o con nuestro consejero espiritual.

Todos nos dimos cuenta, por ejemplo que nos faltaba honradez y tolerancia, y que a veces nos acosaba la lástima por nosotros mismos, o los delirios de grandeza.

Nuestro inventario moral nos había convencido de que era conveniente perdonarlo todo, pero no fue sino hasta que abordamos resueltamente el Quinto Paso, cuando ⁴⁾ supimos que podríamos recibir y otorgar perdón.

QUINTO PASO

ADMITIMOS ANTE DIOS, ANTE NOSOTROS MISMOS Y ANTE OTRO SER HUMANO, LA NATURALEZA EXACTA DE NUESTROS DEFECTOS

El objetivo que nosotros logramos en el Cuarto paso fue, después de todo solamente un vistazo.

¹⁰Otro bien que podemos esperar como resultado de la admisión de nuestros defectos ante otro ser humano, es la ⁵⁾humildad.

Ningún defecto podrá corregirse solo, si no vemos con claridad en que consiste. Pero tendremos que hacer algo más que solamente ver.

Para los que han hecho progresos en A.A., significa el reconocimiento total de lo que somos en realidad, seguido por un esfuerzo sincero de lo que podríamos llegar a ser.

Por consiguiente, nuestra primera práctica hacia el logro de la humildad, deberá consistir en el reconocimiento de nuestras faltas.

O la ira y el orgullo lastimado, pueden formar una cortina de humo tras la cual ocultamos algunos de nuestros defectos, mientras culpamos de ellos a otras personas.

Aunque ya habíamos reconocido nuestros defectos, todavía estaban allí.

Pronto descubrimos que aunque estuviéramos dispuestos a librarnos de ellos, nosotros solos no podríamos eliminarlos. Algo tenía que hacerse al respecto.

El sentimiento exagerado de culpabilidad y de remordimiento, pueden hacernos exagerar y dramatizar nuestros defectos.

QUINTO PASO

ADMITIMOS ANTE DIOS, ANTE NOSOTROS MISMOS Y ANTE OTRO SER HUMANO, LA NATURALEZA EXACTA DE NUESTROS DEFECTOS

¹¹Los principales beneficios que obtenemos de la práctica del Quinto Paso, son ⁶⁾mayor realismo y, por consiguiente ⁷⁾mas honradez para con nosotros mismos.

Si casi toda la vida nos habíamos engañado, ¿Cómo podíamos estar seguros de que no lo seguíamos haciendo? ¿Cómo podíamos estar seguros de que habíamos clasificado con certeza nuestros defectos y de que los habíamos admitido en realidad, ante nosotros mismos?

Como aún estábamos obstaculizados por el miedo, la compasión y los resentimientos para con nosotros mismos, es probable que no hubiéramos podido juzgarnos con equilibrio.

Al hacer el inventario, empezamos a darnos cuenta de que, el habernos estado engañando tanto tiempo a nosotros mismos, nos había ocasionado muchas dificultades.

Nuestra buena voluntad de ventilar dificultades no pasa de ser teórica, hasta que no nos sentemos y hablemos con otro, de lo que tanto tiempo hemos ocultado.

Posiblemente también todavía nos estorban muchos obstáculos grandes y pequeños que descubrimos y que no sabíamos que teníamos.

Quien sabe por que, pero el encontrarnos solos con Dios no nos parece tan embarazoso como enfrentarnos a otra persona.

¹²Nos dimos cuenta de que no sería suficiente una "auto valoración" solitaria y la admisión de las faltas basadas en eso únicamente.

La primera es, que aunque percibimos que Dios sepa todo lo que se relaciona con nosotros, pronto nos acostumbramos a ello.

QUINTO PASO

ADMITIMOS ANTE DIOS, ANTE NOSOTROS MISMOS Y ANTE OTRO SER HUMANO, LA NATURALEZA EXACTA DE NUESTROS DEFECTOS

Aquí haríamos algo al respecto, pediríamos la ayuda de fuera. —la ayuda de Dios y la de otro ser humano—, para con entera certeza, averiguar y admitir la verdad acerca de nosotros mismos.

¹⁴En esta etapa, las dificultades que se presentan al procurar que nuestro contacto con Dios sea el debido, son dobles.

Solamente ventilando nuestras vidas sin retener nada, y estando dispuestos a recibir consejos de nuestros consejeros espirituales, y a aceptar ser dirigidos, podremos ir por el camino de la verdadera manera de pensar, de la honradez sólida y la humildad genuina.

¿Por qué no hacemos esas admisiones directamente ante El? ¿Para que necesitamos incluir a otra persona en esto?

¹³A pesar de todo, muchos de nosotros nos quedamos atrás y nos preguntábamos: ¿Por qué Dios, tal como cada quien lo concibe, no nos dice en dónde está nuestro error? Si nuestro Creador fue quien nos dio la vida, El debe saber nuestras equivocaciones.

De esta manera como principiantes, evitamos ponernos en una situación ridícula, y tal vez trágica.

Cuando somos honrados con otra persona, se confirma que prácticamente hemos sido honrados con Dios y con nosotros mismos.

¹⁵—La segunda dificultad es esta—. Nuestra confianza en la razón y nuestras creencias motivadas por nuestros anhelos, pueden tergiversar aquello que nos llegó si estamos solos.

Faltándoles tanto práctica como humildad, se habían engañado y trataban de justificar sus errores cometidos, basándose en que Dios se los había comunicado.

QUINTO PASO

ADMITIMOS ANTE DIOS, ANTE NOSOTROS MISMOS Y ANTE OTRO SER HUMANO, LA NATURALEZA EXACTA DE NUESTROS DEFECTOS

El beneficio que se obtiene al hablar con otra persona, consiste en que podremos ⁸⁾recibir comentarios que ella nos haga directamente, y los consejos que nos de con respecto a nuestra situación.

¿Cuántas veces no hemos oído a gente bien intencionada, dentro y fuera de A.A., presumir que estaban siendo guiadas por Dios? Cuando era notorio que estaban lamentablemente equivocadas.

Además de que no habrá en nuestra mente ninguna duda acerca de la procedencia de esos consejos.

—En cuestiones espirituales es peligroso conducirse solo. Vale la pena hacer notar que las personas que tienen un elevado desarrollo espiritual, siempre insisten en consultar a sus consejeros espirituales cuando creen haber recibido la guía de Dios—.

Aunque dudemos de los comentarios o sugerencias que nos de nuestro consejero espiritual, es probable que sean aun mejor y más específicos, que cualquier guía que creamos recibir directamente, si todavía no tenemos la experiencia necesaria, para poder establecer un contacto directo con nuestro Poder Superior.

¹⁷Tal vez la relación que exista con él sea de igual afinidad que preferiremos revelarle solamente parte de nuestro historial.

¹⁶Nuestro próximo problema será dar con la persona a la que haremos nuestras confidencias.

QUINTO PASO

ADMITIMOS ANTE DIOS, ANTE NOSOTROS MISMOS Y ANTE OTRO SER HUMANO, LA NATURALEZA EXACTA DE NUESTROS DEFECTOS

Aquí debemos tener mucho cuidado, recordando que la prudencia es una gran virtud.

Esta selección puede resultar afortunada, además de que hay la ventaja de que nuestro Padrino ya tiene conocimiento de nuestro caso.

Esta persona quizás resulte ser nuestro Padrino, si se llega a tener una confianza especial en el y si su temperamento es afín al nuestro.

Tal vez necesitemos compartir con esa persona hechos acerca de nosotros, de los que otros no deben enterarse.

Deseamos hablar con alguien que tenga experiencia y que no solamente se haya conservado sobrio, sino que además haya vencido dificultades graves, y tal vez parecidas a las nuestras.

Después de explicarle cuidadosamente a la persona que hemos escogido y lo que solicitamos de ella, y que ésta persona se de cuenta de la ayuda que puede prestarnos, la conversación será más fácil y agradable.

Si este es el caso, debe empezarse aunque sea en esas condiciones.

Lo más probable es que nos espere una agradable sorpresa.

Porque es muy importante comenzar esta tarea lo más pronto posible. Puede ser que se escoja a otra persona para la parte mas difícil de nuestras confidencias.

QUINTO PASO

Nadie debe decir que en el programa de A.A. no se requiere fuerza de voluntad, esta es una parte donde puede necesitarse toda la que se tenga—.

ADMITIMOS ANTE DIOS, ANTE NOSOTROS MISMOS Y ANTE OTRO SER HUMANO, LANATURALEZA EXACTA DE NUESTROS DEFECTOS

Esta persona puede ser independiente completamente de A.A. —por ejemplo, podría ser nuestro confesor, nuestro psicoanalista o nuestro médico—.

Aún después de encontrar a la persona, frecuentemente se necesita mucha resolución para abordarla.

Para algunos de nosotros una persona completamente extraña puede a veces darnos mejores resultados.

¹⁸—Las verdaderas pruebas de la situación lo son la buena voluntad para confiarse y la completa confianza en la persona con la que se compartirá el primer auto-examen minucioso.

¹⁹Este sentimiento de ser uno solo con Dios y con el hombre, este surgimiento del aislamiento a través del honrado compartimiento de nuestra terrible carga de culpabilidad, nos conduce a un estado de tranquilidad en el que podemos ¹⁰prepararnos para dar los siguientes pasos y ¹¹lograr la sobriedad plena y significativa.

Siempre y cuando no retengamos nada, empezaremos a sentir un gran alivio.

Las emociones que han estado presas por años, se liberarán y se desvanecerán al ser expuestas aquí.

QUINTO PASO

ADMITIMOS ANTE DIOS, ANTE NOSOTROS MISMOS Y ANTE OTRO SER HUMANO, LA NATURALEZA EXACTA DE NUESTROS DEFECTOS

Y hasta los que ya tenían fe en El, frecuentemente ⁹estuvieron conscientes de la presencia de Dios como nunca antes la habían tenido.

A medida que va desapareciendo el dolor, lo va reemplazando una tranquilidad reconfortadora.

Más de un A.A. que ha sido agnóstico o ateo, nos ha dicho que fue en esta etapa del Quinto Paso cuando por vez primera sintió la presencia de Dios.

Y cuando se combinan así la humildad y la serenidad, algo grande está a punto de ocurrir.