

COMO FUNCIONA EL PROGRAMA

Rara vez hemos visto fracasar a una persona que haya seguido cuidadosamente nuestro camino. Los que no se recuperan son aquellas personas que no pueden o no quieren entregarse totalmente a este sencillo Programa; generalmente son hombres y mujeres que son incapaces, por su propia naturaleza, de ser honrados consigo mismos. Existen seres desgraciados como estos. No son culpables, parece que nacieron así. Por naturaleza carecen de capacidad para entender y llevar a cabo un modo de vivir que exige la más rigurosa honradez. No suelen tener muchas posibilidades para recuperarse. También existen personas que sufren grandes trastornos emocionales y mentales, pero muchas de ellos se recuperan si tienen la capacidad de ser honrados.

Nuestras experiencias explican, de modo general, cómo éramos, lo que nos ocurrió y cómo somos ahora. Si has decidido que quieres lo que tenemos y estas dispuesto a hacer lo que sea para conseguirlo, entonces estas en condiciones de dar ciertos pasos.

Nosotros nos resistíamos ante alguno de estos pasos. Creíamos que podríamos encontrar un camino más fácil y cómodo. Pero no era cierto. De todo corazón te pedimos que seas valiente y cuidadoso desde el primer momento. Algunos de nosotros hemos intentado aferrarnos a nuestras viejas ideas y el resultado ha sido nulo hasta que nos entregamos al programa sin reservas.

Recuerda que estamos hablando del alcohol: astuto, desconcertante y poderoso. Sin ayuda no podemos contra él. Pero existe alguien que es todopoderoso, esa alguien es Dios ¿Ojalá lo encuentres ya?.

Las soluciones parciales no nos sirvieron de nada. Nos encontrábamos en el punto decisivo de nuestro camino. Entregándonos totalmente, le pedimos su protección y ayuda.

He aquí los Pasos que dimos y que se sugieren como Programa de Recuperación:

Los Doce Pasos de Alcohólicos Anónimos

1. Admitimos que éramos impotentes ante el alcohol, que nuestras vidas se habían vuelto ingobernables.
2. Llegamos a creer que un Poder superior a nosotros mismos podría devolvernos el sano juicio.
3. Decidimos poner nuestras voluntades y nuestras vidas al cuidado de Dios, *como nosotros lo concebimos*.
4. Sin miedo hicimos un minucioso inventario moral de nosotros mismos.
5. Admitimos ante Dios, ante nosotros mismos, y ante otro ser humano, la naturaleza exacta de nuestros defectos.

6. Estuvimos enteramente dispuestos a dejar que Dios nos liberase de todos estos defectos de carácter.

7. Humildemente le pedimos que nos liberase de nuestros defectos.

8. Hicimos una lista de todas aquellas personas a quienes habíamos ofendido y estuvimos dispuestos a reparar el daño que les causamos.

9. Reparamos directamente a cuantos nos fue posible el daño causado, excepto cuando él hacerlo implicaba perjuicio para ellos o para otros.

10. Continuamos haciendo nuestro inventario personal y cuando nos equivocábamos lo admitíamos inmediatamente.

11. Buscamos a través de la oración y la meditación mejorar nuestro contacto consciente con Dios, *como nosotros lo concebimos*, pidiéndole solamente que nos dejase conocer su voluntad para con nosotros y nos diese la fortaleza para cumplirla.

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