Cuarta Unidad Tarea #2

Detallado y sin miedo

Esta es una frase que a la mayoría nos confunde. Probablemente entendemos que significa <detallado>, pero… ¿y, <sin miedo>? ¿Cómo vamos a vencer el miedo? A lo mejor tardamos años. No obstante, debemos trabajar en este inventario ahora mismo.

Hacer un inventario sin miedo significa seguir adelante a pesar del miedo; tener la valentía de llevarlo a cabo al margen de lo que sintamos; tener el valor de ser honestos, aunque nos estemos muriendo de vergüenza por dentro y juremos que nos llevaremos a la tumba lo que estemos escribiendo. Significa estar decididos a ser minuciosos, aunque nos parezca que ya hayamos escrito lo suficiente. Significa tener la fe de confiar en este proceso y en que nuestro Poder Superior nos dé todo lo que necesitamos para llevarlo a cabo.

Reconozcámoslo: este paso implica un montón de trabajo; pero a lo mejor anima el hecho de que en general no hay fecha límite para terminarlo. Podemos hacerlo en un lapso conveniente, poco a poco, hasta que lo acabemos. Lo único importante es que trabajemos en constancia.

Hay momentos –cuando no reconocemos el miedo que no da hacer el inventario –en los que el tiempo que llevamos limpios puede funcionar en contra de nosotros. Aunque hayamos hecho varias veces el inventario personal y sepamos que en última instancia es uno de los gestos de mayor amor que podemos hacer hacia nosotros, muchos evitamos la tarea. Se podía pensar que no debería asustarnos puesto que sabeos lo bueno de este proceso. Pero es importante que nos demos permiso para tener miedo, si es eso lo que sentimos.

Es posible que tengamos miedos que procedan de experiencias previas con el inventario personal. Sabemos que un inventario significa un cambio de nuestra vida. Sabemos que si nuestro inventario deja algo al descubierto patrones destructivos de comportamiento, no podemos seguir practicándolos sin una gran dosis de dolor. A veces, esto significa tener que desprendernos de algo en nuestra vida, de un comportamiento sin el cual pensamos que no podemos sobrevivir, una relación o un resentimiento que hemos alimentado con tanto cuidado que en realidad se ha convertido, de una manera enferma, en una fuente de tranquilidad y consuelo. El miedo a desprendernos de algo de lo que nos hemos vuelto dependientes, por mucho que sospechemos que no es bueno para nosotros, es un miedo absolutamente válido. Pero no podemos dejar que nos detenga; debemos hacerle fuerte y dejar de actuar con valentía.

Es posible que también tengamos que superar una barrera que aparece cuando no estamos dispuestos a revelar más aspectos de nuestra enfermedad. Muchos de los miembros que llevan tiempo limpios comparten que los inventarios hechos con una recuperación avanzada ponen de manifiesto que la adicción a extendido los tentáculos hasta tal punto que prácticamente ningún aspecto de la vida ha quedado intacto. Al principio, cuando nos damos cuenta, nos quedamos desanimados, perplejos. Nos preguntamos cómo es posible que sigamos estando tan enfermos. ¿Acaso todo este esfuerzo de recuperación no ha hecho más que sanar la superficie?

Claro que no; pero necesitamos un poco de tiempo para recordarlo. Nuestro padrino también nos recordará con gusto. Cuando empezamos a aceptar lo que el inventario pone de manifiesto, vemos que una sensación de esperanza empieza a reemplazar el desaliento. Después de todo, el inventario siempre desencadena un proceso de cambio y libertad. ¿Por qué no iba a ser así esta vez?

1.- ¿Tengo miedo al miedo a realizar este trabajo? ¿En qué consiste mi miedo?

2.- ¿Qué significa para mi detallado y sin miedo?

3.- ¿Estoy trabajando con mi padrino y hablando con otros adictos? ¿Qué otras medidas prácticas estoy tomando para tranquilizarme de que puedo hacerme cargo de todo lo que el inventario revele?

4.- ¿Qué entendí como resultado de este trabajo?