Quinta Unidad Tarea #4

Y ante otro ser humano

Uno de nuestro mayor problema como adictos es saber la diferencia entre nuestra responsabilidad y la de los demás. Nos culpamos de catástrofes sobre las cuales no tenemos ningún control. Y a la inversa, solemos negar completamente el daño que nos hemos hecho y hemos hecho a los demás. Exageramos pequeños problemas y minimizamos problemas importantes a los que deberíamos prestar atención. Si al empezar la quinta unidad no estamos seguros de la naturaleza exacta de nuestras faltas, lo estaremos al acabarlo gracias a hacer la admisión ante otro ser humano. La persona que nos escucha vera lo que nosotros no podamos ver y nos ayudara a diferenciar lo que debemos aceptar como responsabilidad propia y lo que no.

Muchos, antes de empezar a trabajar las unidades formalmente, lo pedimos a alguien que fuera nuestro padrino y a partir de ese momento empezamos a desarrollar una relación con esa persona. Para la mayoría, nuestro padrino o nuestra madrina será el <<otro ser humano>> al que elegimos para que escuche la quinta unidad. Nos ayudara a ver qué cosas fueron o no responsabilidad nuestra. La relación que hemos construido con el padrino nos dará la confianza que necesitamos tener en esa persona. El valor terapéutico de un adicto que ayuda a otras muchas veces se queda claramente demostrado cuando nuestro padrino comparte detalles de su propio inventario mientras nosotros compartimos el nuestro. Esto nos da la gran tranquilidad de saber que no somos únicos.

La confianza que debemos tener en la persona que va a escuchar nuestra quinta unidad va más allá de tener la tranquilidad de que guardara el secreto. Debemos confiar en que será capaz de reaccionar apropiadamente a lo que compartimos. Una de las razones principales de que mucho elijamos hacer la quinta unidad con nuestro padrino en que comprende lo que estamos haciendo y por lo tanto sabe qué tipo de apoyo necesitamos durante el proceso. Además, que nuestro padrino sea nuestro oyente dará cierta continuidad al trabajo del resto de las unidades. No obstante, si por alguna razón elegimos a otra persona para escuchar la admisión de la quinta unidad, deberá tener las mismas aptitudes que un padrino