

Paso 7: Pide humildemente al Padre Celestial que elimine nuestros defectos.

Principio clave: humildad

Todos los pasos anteriores nos han preparado para este paso. El paso 1 nos ayudó a ser humildes y admitir que éramos impotentes ante nuestras adicciones. Los pasos 2 y 3 nos ayudaron a tener suficiente fe y confianza en el Señor para pedirle ayuda. Nuestros inventarios del paso 4 nos ayudaron a ver nuestros personajes y comportamientos con mayor claridad. El paso 5 demostró nuestra valentía para ser honestos con Dios, con nosotros mismos y con otra persona. El paso 6 nos ayudó a estar preparados y dispuestos a dejar de lado nuestras debilidades de carácter. Ahora estamos listos para dar el paso 7. Nos centramos en el “CÓMO” de trabajar en cada paso: ser humildes, tener la mente abierta y estar dispuestos.

Todos los pasos requieren humildad, pero el paso 7 la requiere de manera más explícita: “Pide humildemente al Padre Celestial que elimine nuestros defectos”. A medida que avanzamos en los primeros pasos de la recuperación, aprendimos que no importa cuánto lo intentemos por nuestra cuenta, no podemos cambiar ni encontrar la recuperación sin la ayuda del Señor. Este paso no es diferente. Fiel a la Fe describe la humildad de la siguiente manera: “Ser humilde es reconocer con gratitud tu dependencia del Señor, comprender que necesitas constantemente Su apoyo” (Fiel a la Fe: Una referencia del Evangelio , 2004, pág. 86).

Algunos de nosotros comenzamos a volver a nuestras viejas costumbres y tratamos de cambiar por nuestra cuenta. Pero al reconocer nuestras muchas faltas y debilidades, aprendimos que debemos confiar en el Señor para que nos ayude a cambiar. En el paso 7, no fuimos excusados del trabajo que nos correspondía hacer. Teníamos que ser pacientes y “seguir adelante con firmeza en Cristo” (2 Nefi 31:20). Necesitábamos recordatorios constantes para acudir a Dios y pedirle ayuda.

Nos preguntábamos cómo sucederían estos milagros para nosotros. Ha sido diferente para cada uno de nosotros, pero hay algo en común. Rara vez las personas han experimentado cambios dramáticos y repentinos en su carácter; El proceso gradual de los pasos 6 y 7 generalmente se ha desarrollado de la manera que el élder David A. Bednar describe:

“Nosotros, como miembros de la Iglesia, tendemos a enfatizar tanto las manifestaciones espirituales maravillosas y dramáticas que es posible que no apreciemos e incluso pasemos por alto el patrón habitual mediante el cual el Espíritu Santo lleva a cabo Su obra... [que es a través de] impresiones espirituales pequeñas e incrementales.” (“El Espíritu de Revelación”, Ensign o Liahona, mayo de 2011, pág. 88).

Cuando elegimos rendirnos a Dios y alinear nuestra voluntad con la Suya, nuestros días están llenos de pequeños momentos en los que Él nos invita a hacer una pausa en nuestras viejas respuestas reactivas y, en cambio, confiar en Su poder para ayudar, levantar y amar. La hermana Rebecca L. Craven enseñó: “No os desaniméis. El cambio es un proceso que dura toda la vida. En nuestras luchas por cambiar, el Señor es paciente con nosotros” (“Keep the Change”, Liahona , noviembre de 2020, pág . 59).

Ya sea que nuestras adicciones hayan sido al alcohol, las drogas, los juegos de azar, la lujuria sexual, los patrones alimentarios autodestructivos, los gastos compulsivos u otras conductas o sustancias adictivas que hayamos usado para afrontar el estrés en la vida, el Salvador "nos socorrerá". según [nuestras] enfermedades" (Alma 7:12). A medida que estamos dispuestos a cambiar al venir a Jesucristo, experimentamos Su poder sanador.

Mientras trabajábamos en este paso, muchos de nosotros descubrimos que teníamos que luchar contra la tendencia a sentirnos avergonzados. Observar nuestros defectos nos hizo sentir que no éramos lo suficientemente buenos o que habíamos fracasado una vez más. Pero trabajar los pasos y venir a Cristo nos dio una nueva manera de mirarnos a nosotros mismos. Sentimos el amor de Dios por nosotros como sus amados hijos e hijas. Este amor nos ayudó a luchar contra los sentimientos de vergüenza y autocompasión.

Comenzamos a ver nuestras deficiencias y debilidades como oportunidades para pedir humildemente la ayuda de Dios para avanzar en nuestro camino de recuperación.

Pasos de acción

Este es un programa de acción. Nuestro progreso depende de la aplicación consistente de los pasos en nuestra vida diaria. Esto se conoce como "trabajar los pasos". Las siguientes acciones nos ayudan a venir a Cristo y recibir la dirección y el poder necesarios para dar el siguiente paso en nuestra recuperación.

Pídele a Dios que haga lo que nosotros no podemos hacer por nosotros mismos.

¿Cómo vivimos el paso 7 a diario? Hacemos una pausa durante el día en los momentos en que nuestra obstinación regresa o cuando vemos nuestras debilidades. En estos momentos, nos rendimos y escuchamos. Recordamos que somos impotentes para cambiarnos a nosotros mismos sin ayuda y confiamos en que el Señor puede cambiarnos. Luego seguimos adelante confiando en Él. Dejamos ir lo que no podemos hacer y le pedimos a Dios que nos ayude.

Esto requiere volverse a Dios en oración. "Cada uno de nosotros tiene problemas que no podemos resolver y debilidades que no podemos conquistar sin recurrir a través de la oración a una fuente superior de fortaleza" (James E. Faust, "The Lifeline of Prayer", Liahona, mayo de 2002, pág. 59).

Cuando oramos de manera significativa y decidida, podemos acceder al amor de Dios. Cuando nos permitimos un momento y un lugar pacíficos para conectarnos con lo divino, podemos construir y fortalecer nuestra relación con Dios. Manteniendo una oración sencilla en nuestro corazón, como: "Señor, ¿qué quieres que haga?" (Hechos 9:6) o "Hágase Tu voluntad" (Doctrina y Convenios 109:44), recordaremos continuamente nuestra total dependencia del Señor. Nuestro amor por Dios y Su amor por nosotros nos ayudarán a formar una relación a la que podamos entregarnos por completo.

Estudie las oraciones sacramentales Las

oraciones sacramentales son expresiones maravillosas de la humildad y la intención detrás del paso 7. Tenemos la oportunidad de participar de la Santa Cena cada semana y meditar en las palabras de las oraciones sacramentales.

Sugerimos leer Moroni 4:3; 5:2 y aplicando humildemente estas sagradas palabras con tu propia voz de la siguiente manera: “Oh Dios, Padre Eterno, [te pido] en el nombre de tu Hijo Jesucristo, que bendigas y santifiques este pan para [mi alma como Yo] participo de ello; para que pueda comer en memoria del cuerpo de tu Hijo y testificarte, oh Dios, Padre Eterno, que estoy dispuesto a tomar sobre mí el nombre de tu Hijo y recordarlo siempre, y guardaré los mandamientos que él [me] ha dado, para que [yo] tenga siempre su Espíritu conmigo”
(Moroni 4:3).

Al pensar en las oraciones sacramentales de esta manera, podemos acercarnos al Salvador de manera más personal con un corazón quebrantado y un espíritu contrito. Al pensar en nuestras debilidades o en cualquier error que hayamos cometido, podemos volver nuestro corazón hacia Él. Podemos pedirle que nos ayude a arrepentirnos, ser mejores y eliminar estas deficiencias.

Estudio y comprensión

Los siguientes pasajes de las Escrituras y declaraciones de líderes de la Iglesia pueden ayudarnos en nuestra recuperación. Podemos usarlos para meditar, estudiar y llevar un diario. Debemos recordar ser honestos y específicos en nuestros escritos para aprovecharlos al máximo.

Su gracia es suficiente “Y si

los hombres vienen a mí, les mostraré sus debilidades. Doy a los hombres debilidad para que sean humildes; y mi gracia es suficiente para todos los hombres que se humillan ante mí; porque si se humillan ante mí y tienen fe en mí, entonces haré que las cosas débiles les sean fuertes” (Éter 12:27).

Al ser mortales e imperfectos, todos estamos sujetos a muchas debilidades. En este versículo, el Señor explica que Su propósito al permitirnos experimentar la mortalidad y encontrarnos con esas debilidades es ayudarnos a ser humildes. Note que elegimos humillarnos.

- ¿Qué significa para mí la frase “basta mi gracia para todos los hombres”?

Crear una nota

- ¿Tengo fe en que la gracia del Señor es suficiente para mí?

Crear una nota

- ¿Qué significa humillarme ante el Señor?

Crear una nota

- Enumera algunas de las debilidades de tu carácter. Junto a ellos, enumere las fortalezas que pueden llegar a ser al venir a Cristo.

Crear una nota

Elige ser humilde

“Como os dije que por haber sido obligados a ser humildes fuisteis bienaventurados, ¿no pensáis que son más bienaventurados los que verdaderamente se humillan a causa de la palabra?”

(Alma 32:14).

La mayoría de nosotros asistíamos a las reuniones de recuperación desesperados; estábamos motivados por las consecuencias de nuestras adicciones. Nos vimos obligados a ser humildes. Sin embargo, la humildad descrita en este paso es voluntaria. Es el resultado de nuestras propias decisiones de humillarnos.

- ¿Cómo han cambiado mis sentimientos de humildad desde que comencé la recuperación?

Crear una nota

Llenos de alegría “Se

habían visto a sí mismos en su propio estado carnal, aún menos que el polvo de la tierra.

Y todos clamaron a una sola voz, diciendo: Oh, ten piedad y aplica la sangre expiatoria de Cristo para que recibamos el perdón de nuestros pecados y nuestro corazón sea purificado; porque creemos en Jesucristo, el Hijo de Dios, que creó los cielos y la tierra, y todas las cosas; que descenderá entre los hijos de los hombres.

“Y aconteció que después que hubieron hablado estas palabras, el Espíritu del Señor vino sobre ellos, y se llenaron de gozo, habiendo recibido la remisión de sus pecados, y teniendo paz de conciencia, a causa de la gran fe que habían tenido. tenía en Jesucristo quién había de venir” (Mosíah 4:2–3).

El pueblo del rey Benjamín ofreció el tipo de oración que nosotros ofrecimos mientras trabajábamos el paso 7. Sintieron paz y gozo cuando el Espíritu del Señor vino sobre ellos y les dio la remisión de sus pecados.

- ¿Qué experiencias he tenido cuando sentí paz y alegría?

Crear una nota

- ¿Cómo se sentiría tener paz y alegría en mi vida todos los días?

Crear una nota

Obedece los mandamientos

“Permaneced en mí y yo en vosotros. Como el pámpano no puede llevar fruto por sí mismo, si no permanece en la vid; ya no podéis más, a menos que permanecáis en mí.

“Yo soy la vid, vosotros sois los pámpanos: el que permanece en mí, y yo en él, éste lleva mucho fruto; porque separados de mí nada podéis hacer. ...

“Si guardáis mis mandamientos, permaneceréis en mi amor; así como yo he guardado los mandamientos de mi Padre y permanezco en su amor.

“Estas cosas os he hablado para que mi gozo permanezca en vosotros, y vuestro gozo sea completo” (Juan 15:4–5, 10–11).

- ¿Qué significa para mí que si guardo los mandamientos del Salvador, “permaneceré en [Su] amor”? (versículo 10).

Crear una nota

- Según esos versículos, ¿cuáles son algunas de las bendiciones prometidas por permanecer en Él?

Crear una nota

- ¿Cómo me siento hoy en cuanto a guardar los mandamientos del Salvador?

Crear una nota

- ¿Cómo es que guardar los mandamientos es una expresión de mi amor por Dios?

Crear una nota

el amor de dios

“Cuando ponemos a Dios en primer lugar, todas las demás cosas caen en su debido lugar o salen de nuestras vidas. Nuestro amor por el Señor regirá los reclamos de nuestro afecto, las exigencias de nuestro tiempo, los intereses que perseguimos y el orden de nuestras prioridades” (Ezra Taft Benson, “The Great Commandment—Love the Lord”, Liahona, mayo de 1988, pág. 4).

Al llegar a conocer la misericordia y la bondad de Dios hasta ahora, probablemente hayamos comenzado a sentir el amor de Dios, por Él y de Él.

- ¿He sentido un aumento de amor mientras seguía los pasos? Si es así, ¿por qué?

Crear una nota

- ¿Cómo me ha ayudado el paso 7 a realinear mis prioridades y poner a Dios en primer lugar en mi vida?

Crear una nota

Tomar sobre nosotros el nombre de Cristo “Y ahora, a

causa del pacto que habéis hecho, seréis llamados hijos de Cristo, sus hijos y sus hijas; ...

“... Quisiera que tomáramos sobre vosotros el nombre de Cristo, todos los que habéis entrado en el pacto con Dios de ser obedientes hasta el fin de vuestras vidas. ...

“Cualquiera que haga esto será hallado a la diestra de Dios, porque sabrá el nombre con que es llamado; porque será llamado con el nombre de Cristo” (Mosíah 5:7–9).

- ¿Qué significa ser llamado con el nombre de Cristo y representarlo?

Crear una nota

- ¿Qué necesito hacer para estar a la diestra de Dios?

Crear una nota

- ¿Qué hago convenio de hacer cuando me bautizo y cuando participo de la Santa Cena? (Véase Mosíah 5:7–9; 18:8–10, 13; Doctrina y Convenios 20:77, 79.)

Crear una nota

- ¿Cómo me siento cuando pienso en la disposición del Salvador de darme Su nombre a cambio de hacer un convenio con Él de obedecerle y servirle, lo que incluye renunciar a mis defectos?

Crear una nota

Renunciar a nuestras debilidades

“Una religión que no requiere el sacrificio de todas las cosas nunca tiene poder suficiente para producir la fe necesaria para la vida y la salvación” (Lectures on Faith [1985], 69).

- Algunas personas leen estas palabras y piensan que “todas las cosas” se refiere a todas las posesiones. ¿Cómo ha aumentado mi comprensión de lo que significa sacrificar todas las cosas el hecho de entregar todas mis debilidades al Señor?

Crear una nota

Crear una nota