

## Paso 9: Siempre que sea posible, restituir directamente a todas las personas a las que hemos perjudicado.

### Principio clave: hacer las paces

Cuando avanzamos al paso 9, estábamos listos para buscar el perdón. Como los hijos arrepentidos de Mosiah que anduvieron “esforzándose celosamente por reparar todos los daños que habían causado” (Mosiah 27:35), deseábamos hacer las paces. Aún así, cuando nos enfrentamos al paso 9, sabíamos que no podríamos llevar a cabo nuestros deseos a menos que Dios nos bendijera con Su Espíritu. Necesitábamos coraje, buen juicio, sensibilidad, prudencia y el momento adecuado. La mayoría de nosotros no poseíamos estas cualidades en ese momento. Nos dimos cuenta de que el paso 9 pondría a prueba una vez más nuestra voluntad de humillarnos y buscar la ayuda y la gracia del Señor.

Debido a nuestras experiencias en este desafiante proceso, ofrecemos algunas sugerencias. Es muy importante que no seamos impulsivos ni descuidados al intentar enmendar las cosas. Es igualmente importante que no pospongamos las cosas. Muchas personas en recuperación han recaído cuando permitieron que el miedo les impidiera hacer las paces. Necesitamos orar para que el Señor nos guíe sobre cuándo y cómo hacer las paces. Además, es útil hablar con nuestros patrocinadores, líderes de la Iglesia u otras personas en quienes confiamos.

A veces podemos sentirnos tentados a evitar reunirnos con una persona de nuestras listas. Sin embargo, le recomendamos que resista esta tentación, a menos, por supuesto, que una restricción legal le impida reunirse con alguien. Cuando somos humildes y honestos y hacemos esfuerzos razonables para reunirnos en persona, podemos reparar las relaciones dañadas. Le hacemos saber a la gente que nos estamos acercando a ellos para hacer las paces. Respetamos sus deseos si indican que preferirían no discutir el asunto. Si nos dan la oportunidad de disculparnos, somos breves y específicos sobre la situación. Tenemos cuidado de no poner excusas ni manipular a las personas a las que nos acercamos. El propósito de hacer reparaciones no es justificar nuestros comportamientos ni criticar a las personas; el propósito es admitir nuestros errores, disculparnos y hacer restitución siempre que sea posible. No discutimos con la gente, incluso si su respuesta no es favorable o de aceptación. Nos acercamos humildemente a cada persona y ofrecemos reconciliación, no justificación.

Puede resultar especialmente difícil disculparse por determinadas acciones. Por ejemplo, es posible que tengamos que abordar asuntos que podrían tener repercusiones legales, como robo o abuso. Podemos sentirnos tentados a reaccionar exageradamente, poner excusas o evitar hacer reparaciones. Buscamos en oración consejo eclesiástico o profesional antes de tomar cualquier medida en estos casos tan graves.

En otros casos, es posible que no podamos realizar reparaciones directamente. Es posible que la persona haya muerto o que no sepamos dónde vive. En tales casos, todavía podemos hacer reparaciones indirectamente. Podemos escribir una carta expresando nuestro arrepentimiento y nuestro deseo de reconciliarnos, incluso si la carta no puede ser entregada. Podríamos encontrar a alguien que nos recuerde a esa persona y hacer algo para ayudarla, o podemos hacer algo de forma anónima para ayudar a un miembro de la familia de esa persona.

En algunos casos, es posible que hayamos causado un daño que no podemos reparar. El élder Neil L. Andersen enseñó:

“Hay muchos errores que la persona que ha herido u ofendido no puede corregir, y hay dolor y sufrimiento que no pueden repararse por completo. Pero nunca desestimes la generosa restitución que puedes hacer, el sufrimiento que puedes aliviar, aunque el amor, la pureza, la virtud, la confianza y el respeto sean imposibles de restaurar sin la intervención del Señor. ... Para algunos pecados, la única manera de hacer restitución puede venir de bendecir la vida de otros y ser un instrumento en las manos del Señor para llevar su bondad y gracia a los demás” (El Divino Don del Perdón [2019], 218, 221) .

Desde el momento en que decidimos adoptar estos verdaderos principios en nuestra nueva forma de vida, comenzamos a hacer las paces en vida. Modificamos la forma en que vivimos y, al vivir en recuperación, eso bendice a todos los que nos rodean.

Puede haber situaciones en las que acercarse a otra persona para enmendar la situación sería doloroso para esa persona o incluso perjudicial. Si cree que ese podría ser el caso, comente la situación con su patrocinador o asesor de confianza. Este paso de recuperación nunca debería causar más daño o angustia a los demás.

Después de enmendar la mayoría de nuestras acciones pasadas, es posible que todavía haya una o dos personas a las que sentimos que no podemos enfrentar. Muchos de nosotros lidiamos con esta realidad. Le recomendamos acudir al Señor en oración honesta. Si todavía tienes miedo o enojo hacia alguien, probablemente deberías posponer la reunión con esa persona. Podemos superar los sentimientos negativos orando por la caridad para ver a la persona como la ve el Señor. Podemos buscar razones positivas por las que la restitución y la reconciliación ayudarán. Si hacemos estas cosas y somos pacientes, el Señor puede darnos, y lo hará, a Su propia manera y en Su propio tiempo, la oportunidad milagrosa de buscar el perdón de todos los que están en nuestras listas.

En algunos casos, la persona no quiere o no puede perdonarnos. Otras personas pueden perdonarnos pero no quieren reconciliarse ni tener una relación con nosotros. Si bien esto puede resultar desalentador o doloroso para nosotros, es importante respetar sus sentimientos y honrar su albedrío. El paso 9 consiste en hacer nuestra parte para enmendarlo. Este paso no requiere que la otra persona nos perdone o se reconcilie con nosotros. A medida que hacemos nuestra parte para hacer un esfuerzo honesto por enmendar las cosas, trabajamos en el paso 9 y avanzamos en nuestro viaje 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.

Acércate a otros En el

paso 8, hicimos listas y en oración consideramos cuándo y cómo acercarnos a las personas en nuestras listas. Discutimos nuestros planes con nuestros patrocinadores o asesores de confianza, y luego estábamos listos para el paso 9: contactar a las personas en nuestras listas (si es posible y apropiado). Cuando contactamos a las personas para enmendar las cosas, no tenemos que entrar en muchos detalles sobre nuestras adicciones.

Pero deberíamos compartir suficientes detalles para ayudarlos a comprender mejor por qué necesitamos hablar con ellos.

Reconocemos nuestros errores y nos preguntamos qué podemos hacer para corregir las cosas. Si nos perdonan o no, depende de ellos.

Las personas a las que nos acercamos pueden tener preguntas que es apropiado que respondamos. Recuerde responder sus preguntas de una manera que no dañe aún más la relación. Si tiene alguna duda, simplemente dígasles que le gustaría pensar más en esto y que se comunicará con ellos. Luego podrá discutir con su patrocinador o asesor de confianza cómo y cuándo responder estas preguntas.

A veces podemos volvernos emocionales durante este proceso. Oramos y pedimos la ayuda del Señor para mantener la calma y la concentración en el propósito de nuestra visita. Podemos sentirnos tentados a justificar o explicar nuestras acciones mencionando o centrándonos en algo que otra persona hizo, pero debemos resistir esta tentación. Necesitamos seguir centrados en enmendar nuestras acciones.

Discutimos qué podemos hacer para restituir a la persona a la que hemos perjudicado. Por ejemplo, si necesitamos hacer restitución pagando dinero, la persona puede perdonar la deuda, pedir el monto principal o pedir intereses. Puede que no necesitemos cumplir con sus expectativas; sin embargo, es importante entender lo que la persona siente que debemos hacer para hacer la restitución, y debemos considerarlo en oración.

Después de hacer las enmiendas, completaremos las dos últimas columnas del gráfico que creamos en el paso 4 (consulte el apéndice para ver un ejemplo de gráfico). Ingresamos la fecha de cada contacto, las enmiendas que hicimos y los resultados. Luego discutimos los resultados con nuestros patrocinadores. Reconocemos que nos esforzamos por hacer todo lo posible para estar en armonía con las personas en nuestras listas. Hemos hecho todo lo posible para arreglar las cosas y podemos confiar en que el Señor sanará lo que no podemos sanar. La paz viene a través de nuestra relación con el Señor. Otras personas tienen su libertad para responder como quieran.

Reconocer las bendiciones de la recuperación A medida que

reunimos el coraje para hacer las paces, fue alentador hacer un inventario de las bendiciones que recibimos al seguir los pasos hasta este punto. Comenzamos a reconocer que las bendiciones de la recuperación excedieron con creces nuestras expectativas. Te recomendamos que comiences una lista de los cambios en tu vida. Estos son algunos de los cambios que notamos en nosotros mismos cuando llegamos a este punto de nuestra vida.

recuperaciones:

- Sentimos el amor perfecto de Dios por nosotros.
- Sentimos nueva alegría, felicidad y libertad en nuestras vidas.
- Entendemos a las personas, las relaciones y las situaciones con una perspectiva más profunda y tenemos una mayor empatía hacia los demás.
- Tenemos una nueva dirección y un propósito para nuestras vidas.
- Sentimos una aceptación y un amor más profundos por nosotros mismos y por los demás.
- Pensamos menos en nosotros mismos y nos concentramos más en servir a las personas que necesitan nuestra ayuda.

- Sentimos la expiación infinita de Jesucristo de manera más intensa y personal.
- Tenemos más esperanza y fe para nuestro futuro eterno.
- Tenemos menos miedo a la vida y a las situaciones financieras.
- Nos sentimos perdonados y podemos perdonar más fácilmente a los demás.
- Confiamos en que con el poder de Dios podemos hacer cosas que no podemos hacer por nosotros mismos.

Crear una nota

## 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.

### Influir en los demás para bien

“El Espíritu del Señor me dice: Manda a tus hijos que hagan el bien, no sea que desvíen el corazón de muchos a la perdición; Por tanto, te mando, hijo mío, en el temor de Dios, que te abstengas de tus iniquidades;

“Que os volváis al Señor con toda vuestra mente, alma y fuerza; que no desviéis más los corazones para hacer el mal; sino más bien regresad a ellos y reconoced vuestras faltas y el mal que habéis cometido” (Alma 39:12–13).

Una de las consecuencias más dañinas de nuestras conductas adictivas es que podemos haber influido en otros para que ellos mismos desarrollen adicciones.

- ¿A quién en mi vida he influenciado de esta manera?

Crear una nota

- Según las enseñanzas de Alma en estos versículos, ¿dónde puedo encontrar valor para enmendar a esas personas?

Crear una nota

Sea persuadido, no obligado “El que quiera venir, que venga y participe de las aguas de la vida gratuitamente; y el que no quiere venir, no está obligado a venir; pero en el último día le será restituido conforme a sus obras” (Alma 42:27).

Hay muchas razones poderosas para trabajar en el paso 9, pero nunca debemos quedar atrapados en la racionalización o la mentira de que no tenemos otra opción. El Programa de Recuperación de Adicciones es un programa de persuasión, no de coacción.

- ¿Me siento persuadido u obligado a hacer las paces?

Crear una nota

- Según este versículo, ¿cuáles son algunas de las razones por las que puedo ser persuadido?

Crear una nota

Prepárense para encontrarse con

Dios “Quisiera que salierais y no endurecierais más vuestro corazón; porque he aquí ahora es el tiempo y el día de vuestra salvación; y por lo tanto, si os arrepentís y no endurecéis vuestros corazones, inmediatamente se os realizará el gran plan de redención.

“Porque he aquí, esta vida es el tiempo para que los hombres se preparen para encontrarse con Dios; sí, he aquí, el día de esta vida es el día en que los hombres deben realizar sus labores” (Alma 34:31–32).

- ¿Qué logro cuando ablando mi corazón y hago las paces?

Crear una nota

- ¿Cómo aumenta mi voluntad de reparar el daño cuando me doy cuenta de que también me estoy preparando para encontrarme con Dios?

Crear una nota

Actividad en la Iglesia “Y

[Alma hijo y los hijos de Mosíah] viajaron por toda la tierra... esforzándose celosamente por reparar todos los daños que habían hecho a la iglesia, confesando todos sus pecados y publicando todas las cosas que habían hecho. había visto, y explicando las profecías y las Escrituras a todos los que deseaban oírlas” (Mosíah 27:35).

Debido a las adicciones, muchas personas dejan de asistir a la iglesia. Algunas personas utilizan las faltas de otros para justificar una participación limitada en la Iglesia.

- ¿Cuál ha sido mi experiencia con la actividad en La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días?

Crear una nota

- ¿Cómo me ha ayudado el acercarme al Salvador a través de la recuperación a sentirme reunido con Su Iglesia?

Crear una nota

- ¿Cómo me ayuda el estar activo en la Iglesia a enmendarme y recuperarme más plenamente?

Crear una nota

Restitución voluntaria

“Debéis restaurar en la medida de lo posible todo lo robado, dañado o contaminado. La restitución voluntaria es una evidencia concreta ante el Señor de que usted está comprometido a hacer todo lo posible para arrepentirse” (Richard G. Scott, “Finding Forgiveness”, Liahona, mayo de 1995, pág. 76).

- ¿Cómo es que hacer las paces es evidencia no sólo ante el Señor sino también ante mí y ante los demás de que estoy comprometido con una vida de humildad y honestidad?

Crear una nota

Las intenciones de nuestros corazones

“El que se arrepienta y guarde los mandamientos del Señor será perdonado” (Doctrina y Convenios 1:32).

Al hacer las paces, podemos enfrentarnos a personas que no nos perdonarán. Quizás sus corazones todavía estén endurecidos hacia nosotros, o quizás no confíen en nuestras intenciones.

- ¿Cómo me ayuda saber que el Señor comprende la verdadera intención de mi corazón y que recibirá mi oferta de arrepentirme y hacer restitución, incluso si otras personas no lo hacen?

Crear una nota

Lo que el Salvador puede hacer por nosotros

“Los hombres no pueden perdonar sus propios pecados; no pueden limpiarse de las consecuencias de sus pecados. Los hombres pueden dejar de pecar y pueden hacer el bien en el futuro, y hasta ahora sus actos son aceptables ante el Señor y dignos de consideración. Pero ¿quién reparará los males que se han hecho a sí mismos y a los demás y que les parece imposible reparar ellos mismos? Por la expiación de Jesucristo, los pecados del arrepentido serán lavados, aunque sean carmesí, serán blancos como lana. Esta es la promesa que os ha sido dada”

(Joseph F. Smith, en Conference Report, octubre de 1899, pág. 41).

Al hacer las paces, no se desanime por pensamientos como: “¡Esto es imposible! No hay manera de que pueda compensar adecuadamente el mal que le he hecho a esta persona”. Aunque eso puede ser

Es cierto, considera el poder de Jesucristo para reparar aquellas cosas que tú no puedes reparar. Debemos confiar en que Jesucristo hará lo que nosotros no podemos hacer.

- ¿Cómo puedo mostrarle al Señor que confío en Él? ¿Cómo puedo aumentar esa confianza?

Crear una nota

Crear una nota