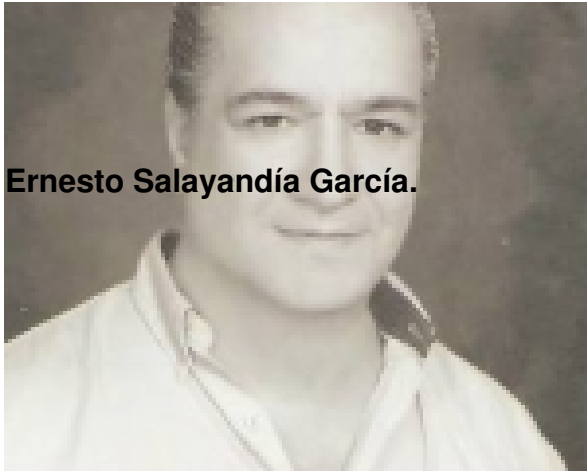


El Devenir de Chihuahua - De adicto a ADICTO. A veces con la intención no basta

Escrito por Ernesto Salayandía García
Martes, 12 de Enero de 2021 13:07



Yo no podía parar

Después de una santa guarapeta de estar tragando alcohol como cosaco, inhalando cocaína como degenerado, tomando Tafil a cada rato e inyectándome un mundo de morfina sintética, más el cumulo de cigarros que me chutaba, caía como muerto , eran demasiados días en la parranda, los excesos al máximo y en extremo, de lo mal que me sentía, una cruda horrible por el abuso del vodka, las mal comidas y mal dormidas por andar en la fiesta, me decía una y otra vez a mí mismo.- Juro que no vuelvo tomar.- Lo juro.- y al poco rato me curaba la cruda con un clamatito con Coronita, un pasecito de coca, una arponeada de Nubain, un par de Tafiles y varios cigarros.- Vuelve a la vida.- y va de nuez a seguir la fiesta como si nada hubiera pasado, ahora, agregado y aumentado.

Todos los excesos son malos

Todo el coctel de sustancias toxicas generaba en mí una depresión total, sin ganas de nada, sin ánimos, no había poder humano que me sacara de la cama y de ese cuadro mediocre, ahora lo sé, el alcohol, la cocaína, la morfina, el Tafil, los cigarros y mi compulsión, en su conjunto, me robaban un mundo de energía, por ello, caía rendido, sin fuerzas, sin ánimos, duraba más de 5 días tumbado en depresión, entraba al pantano de las arenas movedizas, secuestrado por mis pensamientos patológicos, psicóticos, híper enfermo, ahora lo confirmo, mi celotipia infernal, mis pensamientos recurrentes y obsesivos encontraban en la sustancia el combustible para activar mis películas de terror, tuve que vivir mi propia experiencia, volverme loco, perder el sano juicio y alejarme de una personalidad sensata y prudente, cometí una serie de tonterías por mis delirios de persecución, la loca de la azotea, es decir, mi mente enferma, escribía esos guiones diabólicos que casi me cuestan la vida y que por poco, hubiera yo asesinado a mi esposa, recuerdo que un día escuche, que ella había dicho que yo necesitaba ayuda psiquiátrica, debido a mis actos, resulta, que me ofendí por el diagnostico, que no era para menos, lleno de ira, descargue mi furia y procese una demanda penal en su contra por difamación de honor.-¿ Te imaginas?-

Me prendí del Tafil y de otros fármacos

El Devenir de Chihuahua - De adicto a ADICTO. A veces con la intención no basta

Escrito por Ernesto Salayandía García
Martes, 12 de Enero de 2021 13:07

Fui de todo y sin medida, como diría José José, por el abuso en el consumo de cocaína inhalada, así como el marihuano, encuentra relax con la Clonacepan, yo recurría al Tafil, lo que me permitía, no es receta, sentirme mejor, pero el fármaco me atrapo, me hundí en depresión y en pensamientos recurrentes, comencé a usar Valium, Lexotan, Ribotil que es muy fuerte y toda una gama comandada por el Tafil, la mayor parte del tiempo, andaba dopado, como levitando, drogado, el rebote era inmediato y drástico, mi aspecto físico denotaba el abuso en los fármacos, por supuesto, con la coca y el alcohol, parecía yo, el gerente de una funeraria, con cara de muerto, amarillo, ojeroso, triste, amargado, desganado, con lo blanco de los ojos café cenizo, deprimido, sin luz ni chispa por la vida, muerto en vida, atrapado en un callejón sin salida.

Cumplo en mayo de este año, 22 años limpio, libre de drogas

Sé que el tiempo no es recuperación, no son la acumulación de años lo que te dan sobriedad, en mi opinión, la recuperación se mide en los hechos, no basta con tapan la botella, o hablar y hablar de lo que no se tiene, la derrota es de todos los días, como el compromiso de cambio, el ser, con hechos, un buen esposo, compañero y amigo, un buen padre, ejemplo, ecuánime y digno, ser un buen ciudadano, honesto, alejado de las conductas toxicas como el chisme, el levantar falsos, la envidia, la intriga, ser tranza, corrupto, lejos de la hipocresía y de la doble cara, dar lo mejor de uno mismo a los demás, servir con alegría, sin interés y tener un crecimiento basado en los valores y las buenas costumbres, la recuperación, son hechos y no buenas razones.- De lengua, me como un taco.-

¿Por qué recae el recaído?

A mí me costó mucho trabajo derrotarme, soy recaído, tuve que vivir mi propio proceso, hoy no me las doy de muy cuco, pero de acuerdo a mi propia experiencia, comprendo que somos muchos los del problema, pero pocos, los elegidos, con la solución, no se trata de que los grupos de autoayuda no funcionen, al igual que clínicas y centros de rehabilitación, donde comprobado esta, que de cada diez internos, nueve recaen, en cuanto a los grupos de autoayuda, la mayoría, son aves de paso, que juegan al bote pateado, pisan la base, duran poco tiempo, luego vuelan, otros, se quedan, aprenden al pie de la letra toda la literatura, se convierten en padrinos de padrinos, en madrinas de madrinas, pero en sus casas con un verdadero fraude por sus pésimas relaciones familiares, por el mal manejo de la comunicación y quieren convivir a programazos con la familia, les sale el tiro por la culata, se llenan de soberbia espiritual, convirtiéndose en farol de la calle, oscuridad de su casa, en el grupo son luz, en sus casas, tinieblas y tormentas.- Conoces a alguien así... Tú eres así?

No basta con tapar la botella

Un adicto se siente merecedor, con derecho a los reflectores y a que le pongan la alfombra roja, llega a su casa después de tres meses de proceso, pero sin la más mínima piscacha de humildad, lleno de soberbia, se siente merecedor, es un chabelote de 30 o 40 años, es irreverente, rebelde e ingobernable, dominado por sus conductas tóxicas, irritable, agresivo, crítico, se siente intocable, es dominado por la pereza física y mental, es tipo aislado con pésima comunicación, irresponsable, refugiado en sus pensamientos cuadrados con actitudes mediocres, sin duda está próximo a consumir, a jugar la parte, a hundirse más y más en las garras de esta maldita enfermedad, perra, perversa del alma, mientras que la familia, pierde el control de la situación, se conduce hacia él, o ella, con miedo, lo tratan con pincitas, todo sigue igual o peor debido a que no hay recuperación, ni en la familia, ni en el adicto, solo hay que esperar a que el hilo se reviente por lo más delgado.-

Los viejos moldes

El adicto a la marihuana, al cristal, al sexo, a la pornografía, al alcohol, a la comida, a las pastillas, a las personas, al juego, a las mentiras, a matar, al engaño, el adicto en general, no se recupera por arte de magia, no es un resfriado, se trata de una enfermedad sumamente compleja, hay quienes se fijan buenos propósitos para el año y no pueden cumplir.- Bajar de

El Devenir de Chihuahua - De adicto a ADICTO. A veces con la intención no basta

Escrito por Ernesto Salayandía García
Martes, 12 de Enero de 2021 13:07

peso, por ejemplo, dejar las pastillas, dejar de tomar, dejar la droga, dejar una relación toxica, en fin, son muy contadas las personas que logran cumplir sus objetivos, la mayoría no sale del pantano porque no rompen con los viejos moldes, no pueden o no quieren, hace un par de semanas, conocí a Manuel, 49 años, un adicto que consume 300 pesos de cristal inhalado, pudo llorar y llorar por las secuelas que el consumo le ha provocado, como sus delirios de persecución.- Me estoy volviendo loco.- Le di mi propia experiencia, así como una serie de sugerencias para bajar la ansiedad, le recomendé que fuera a una sesión diaria un grupo de 24 horas de Alcohólicos Anónimos, le di todo un manual para la desintoxicación y le regale mi libro, La Saliva del Diablo, el buen amigo, no regreso a mi estudio, su adicción, es de vida o muerte, son pensamientos patológicos, psicóticos, recurrentes, están poniendo en riesgo su vida y la de sus familiares, es de alto peligro, el regalo que me da Manuel, es recordarme de dónde vengo, de mis delirios y de mis perdidas, llegue a pesar menos de 50 kilos, una vez, mi mujer me llevo a ver un medio internista en la Clínica del Centro, en la ciudad de Chihuahua, ella iba embarazada de mi hijo Gabriel que ahora tiene 24 años, cuando el doctor me vio, le pidió a mi mujer que pasara al privado, yo me quede en la recepción y le dijo a mi mujer.- Señora, no se espante, su marido tiene SIDA.- Así me vio el galeno, todo fregado, mi aspecto físico, no era para menos, mi esposa entro en show, el diagnóstico fue por demás impactante, me reprocho con llanto, fuera, dolor y miedo, la corrí del consultorio y desde la ventana, la veía llorando como loca en la calle, junto con una de mis hermanas que nos había acompañado, ella estaba incontrolable por el impactante diagnóstico, Gracias a Dios no tengo SIDA, ni ella, ni mi hijo Gabos, pero esa era la fotografía que el doctor había interpretado y de una manera sumamente irresponsable le había dicho a mi mujer.-Pero, sin duda, muy certero, traía a los zopilotes volando alrededor de mi cabeza.-

No quiere o no puede

El Devenir de Chihuahua - De adicto a ADICTO. A veces con la intención no basta

Escrito por Ernesto Salayandía García
Martes, 12 de Enero de 2021 13:07

Definitivo, de ahí vengo, hará cosa de 20 años, estuve 35 días en Oceánica, en Mazatlán, México, termine el proceso y nos fuimos de luna de miel al Rancho Las Moras, ahí estuvimos una maravillosa semana mi mujer y yo, llegando a México caí en los viejos moldes.- No te juntas con quien consumías.- No hagas nada a escondidas.- Derrótate ante las sustancias y bla, bla, bla,. Yo llegue a casa de mis papas en la CDMX, se me dijo que fuera a un grupo de Alcohólicos Anónimos, por supuesto que no fui, se me recomendó ir a mantenimiento de la clínica en sus oficinas del Parque Hundido, tampoco fui, de repente me eche un pase de cocaína y así me fue, debido a que me prendí más y más de la cocaína, mi vida se tornó completamente ingobernable, mis fondos, fueron crueles, severos e irreversibles.- Me volví loco.- Me drogaba para vivir y vivía para drogarme.-

Encontré más de 400 defectos de carácter en mí

En mayo de 1999 ingrese al centro de rehabilitación que me vio nacer, entre por mi propia voluntad, di por hecho, que se trataba de una Oceánica Chiquita, pero sin mar, llegue con sendos y severos fondos, no podía parar, prendido de la cocaína, de las pastillas, del Nubain, morfina sintética, de la botella diaria de vodka y de las tres cajetillas de cigarros que me fumaba todos los días, de entrada, me dieron la bienvenida tres internos, llamados apoyos, con un lenguaje humillante, por demás denigrante, por demás agresivos.- El chingon, chingo a su madre.- Vas a aprender a amar a Dios en tierra ajena hijo de tu puta madre.- Me desnudaron supervisando que no trajera droga escondida en mis partes íntimas, .- Me dijeron hasta de lo que me iba a morir, mi mujer cuando se despidió de mí, me dio la bendición, diciéndome lo que siempre me ha dicho.- Acuérdate mi amor, que somos tres, Dios, tu y yo.- me echo la bendición. eso basto para que se burlaran de mí, de putete de mierda no me bajaron, después de tres horas pasamos a un cuarto donde había más de cien adictos dormidos, pise la alfombra de cuerpos, después me aventaron al baño, no había espacio, me acomode al lado de la tina

El Devenir de Chihuahua - De adicto a ADICTO. A veces con la intención no basta

Escrito por Ernesto Salayandía García
Martes, 12 de Enero de 2021 13:07

de orines, éramos 18 adictos, de los cuales, 17, han muerto, la mayoría, por sobredosis, muchos de ellos, menores de edad, mi primer fondo fue el cigarro y el síndrome del encierro en unas condiciones infrahumanas totalmente desagradables, por supuesto que de inmediato, quise salir del encierro, pero no me dejaron, la terapia, de adicto a adicto, era repetitiva, aburrida y con una tonadita fastidiosa, nos daban el caldo espiritual, repollo con agua hirviendo, con una tortilla, tres minutos para comer, por las mañanas avena sin azúcar, sin pan y por la noche, frijoles con gorgojos desabridos, fue un proceso, lento, duro y doloroso, agresivo, vulgar, por demás tedioso, me pega el síndrome de supresión, cada vez que voy a obrar arrojando chorros de sangre, mas, coágulos, el dolor de huesos era interminable, al igual que el fastidio, no hay terapia psicológica, ni actividades recreativas, estamos 120 internos apretados, no había literatura, ni ningún tipo de ayuda terapéutica, yo hago la lucha por salir, en cada intento me someten, me castigan y me reprimen, al pasar del tiempo, tengo un despertar espiritual, siento la luz dentro de mí, le pido a El que me ilumine, me guíe para saber el por qué me hice adicto, por qué toque los fondos que viví y comencé a escribir mi inventario de conductas toxicas, los apoyos, se burlaban de mí, aun así, me inspiraba para detectar mis patrones de conducta, no solo pude escribir el perfil de mí mismo, escribí sobre el perfil del adicto, cuando salí libre, domingo a domingo, comencé a trabajar mis conductas toxicas, al igual sobre mis heridas profundas del alma, escribiendo en mi columna, De adicto a ADICTO, me queda claro que no pretendo quedar blanco y puro como la nieve, ni ser el Alcohólico del año, lucho por mi libertad, por dejar de dañar a los demás, no estoy de acuerdo con esos anexos que carecen de un plan terapéutico, de instalaciones dignas, de ética y por desgracia el país está saturado de centros de mala muerte, hay una pésima imagen, los antecedentes de un buen número de anexos hablan por sí mismo, yo llegue anémico, desnutrido, desintegrado y hecho garras, me daban de comer todos los días, un caldo espiritual, en mi vida, jamás había sentido hambre, con en ese proceso, el que supuestamente, era un programa de valorización, con toda la cosa, de la impotencia, frustración y desesperación, genere suicidarme, pero me faltó valor para cortarme la yugular, el encierro se tornó, insoportable.-

Quien tiene la información, tiene el poder de decisión.

El Devenir de Chihuahua - De adicto a ADICTO. A veces con la intención no basta

Escrito por Ernesto Salayandía García
Martes, 12 de Enero de 2021 13:07

Con el tiempo, he confirmado que se trata de una terrible enfermedad, la mía, que es física, emocional, mental, espiritual y ligada a mi personalidad, es, sin duda, genética, contagiosa, sutil, burlona, cruel, incurable, progresiva y mortal, tuve que vivir mi propia experiencia para comprobar que solo no puedo, hoy sé, que no basta con tapar la botella, es mucho más complejo, sé que la familia, se enferma más que el adicto, que no se trata de un resfriado, es muy profundo y complejo el tema, veo, a Ernesto, a través de infinidad de personas con las que trato, palpo la mediocridad de mi ser, la dimensión de mi soberbia, por supuesto el derroche de egos que me distinguen y la negación que me domina, como la enorme ignorancia, puedo trabajar en mi mis propias depresiones, luchando contra mis pensamientos encontrados, mi mente toxica y enferma, trabajar mi inestabilidad mental y emocional, soy bipolar, hipersensible y neurótico, con el tiempo, he aprendido a soltar, a ponerme límites y a no engancharme, al menos solo por hoy, hace un año, murió Luis en mi casa de una congestión alcohólica, 66 años, un hombre que lo tenía todo, casas, ranchos, propiedades, familia, y durante años lucho contra esta perra maldita perversa del alma, hasta que perdió la batalla, Luis cayo en el abandono de sí mismo, se dejó vencer, hoy, sé que nadie va a hacer por mí, lo que yo tengo que hacer por mi.- Gracias por leerme y más por escribirme ernestosalayandia@gmail-com 614 2 56 85 20 sigue la huella, este y todos los lunes a las 6 de la tarde tiempo de Chihuahua , México, televisión por internet Facebook, corre la voz por favor.-
<https://www.youtube.com/watch?v=CFtWizIYEwo>