



Ernesto Salayandía García.

De los abrazos a los puñetazos

Yo no entendía ni sabía nada de mi enfermedad, no comprendía la magnitud de mi alcoholismo, ni mi compulsión por las sustancias tóxicas, desconocía que mi enfermedad es incurable, progresiva, mortal, que es una enfermedad perra, maldita enfermedad perversa del alma, burlona, contagiosa, genética, burlona, la que llamo La Saliva del Diablo, ahora con mayor énfasis, fui un negado, no aceptaba que el alcohol y las drogas habían afectado mi calidad de vida, no medí las consecuencias y se me advirtió, pero hice caso omiso, toque mis propios fondos y todo lo que se me dijo, se cumplió cabalmente y de más, perdí a mi familia, dañe a mis seres queridos, me convertí en el huracán rugiente, un neurótico empedernido, me corrieron ese mi trabajo, me quede solo, sin amigos, dañe mi cuerpo y mi mente por el abuso en mi manera de consumir sustancias tóxicas, perdí una fortuna en el consumo y me metí por la nariz, toda una fortuna, tire, horas, días, semanas, años por el escusado, mi tiempo lo desperdicie en cantinas, hoteles, restaurantes y anestesiándome en el rincón de mi casa. la droga me robo el sano juicio, me volví loco, fui víctima de mis delirios auditivos, visuales y me mente fue secuestrado por voces y pensamientos diabólicos, absurdos e incongruentes que generaban en mi pánico, pánico extremo, toque los fondos más profundos de la depresión, me sentía solo, fracasado e inútil, me torne violento, neurótico explosivo, mecha corta, trate de matar a mi mujer, cargaba un bate mientras manejaba y me bajaba del auto lleno de ira agrediendo a cualquier, mi ansiedad me obligaba a andar a las cuatro de la mañana, rogándole al pucher, así se le llama al dueño de la narco tienda,

que me vendiera cocaína, perdía, todo el día, de farmacia en farmacia, buscando la morfina sintética que me inyectaba todo el santo día, fui de todo y sin medida, el mediocre de mediocres, sin duda, nacido para perder, el estómago, todo lo que tocaba, lo convertía en excremento.

Ni ex adicto, ni ex alcohólico

Soy un enfermo emocional, adicto, alcohólico, drogadicto, neurótico, hipersensible, soy lo que

soy hasta que me muera, soy mediocre, en un proceso de recuperación, no me he dado de alta, lo soy, aun después de cinco días de muerto, únicamente, que he determinado suspender, al menos solo por mi mediocridad de arruinar mi vida, mi mediocridad por dañar a otros, mi mediocridad humana, por exterminar la vida y hundirme en mis propios prejuicios y defectos de carácter, no me confundo, soy un enfermo, solo por la Gracia de Dios en recuperación, aprendiendo a vivir el solo por hoy.- Mi verdad me hará libre.- No he visto a nadie que le gane, he conocido un mundo de enfermos, adictos mediocres, que como yo, se resisten al cambio, como yo me resistí, he cocido a muchos que solo han tapado la botella, de una sustancia brincan a otra, son ludópatas, engañifas, pero comprendo que cada quien debe de atender su propio juego, tengo que ver por mí, hablar de mí y recordar de dónde vengo, no me he dado de alta, no considero que el tiempo sea recuperación, la recuperación son los hechos, no los años, la recuperación se palpa en tu hogar, con tu familia conciliarme conmigo mismo, aceptar a las personas como son, no pretender cambiarlas, respetar la manera de pensar y de ser de cada quien, defender a toda costa mis principios, sin lesionar el intelecto de nadie,. Vive y deja vivir. -

Bailaba al son que el Diablo quería.

En casa de mis papas, la noche de paz, la convertía, en la noche del infierno, entre copa y copa, lo que hace un borracho en cualquier reunión, pone3rse hasta las chancas, perder la compostura y el respeto por los demás, al subirse el alcohol a la cabeza, el torbellino comenzaba a crecer de manera ascendente, discutiríamos mi hermano y mi cuñado por cualquier tontería, al calor de las copas, los insultos, las ridiculizaciones, las agresiones entre nosotros no se dejan esperar, me tornaba demasiado agresivo con mi madre, mi esposa y con mis hermanas que pretendían parar las discusiones, no me importaba ver derramar el rímel de sus ojos, ni los llantos de angustia, de miedo..- Ya por favor, no peleen, ya no discutan.- por supuesto que alcoholizado yo no entendía nada y me alimentaba más y más de furia, de odio contra mi hermano y el hacía lo propio, mi cuñado, nos picaba uno al otro a ver de qué cuero salían más correas, los niños, asustados, la ilusión de la navidad, estaba muerta, nosotros la habíamos exterminado, el encanto de la noche buena, se esfumaba y todo había cambiado por ese par de locos, borrachos, neuróticos que se decían de todo, así fueron muchas navidades, muchos diez de mayo, muchas cenas de año nuevo, así me demostré a mí mismo lo mediocre que fui, el tipo egocéntrico, nefasto, característica propia de un adicto, incapaz de controlar su ira endeble y soberbio, yo lo arruine todo por tener la voluntad de cambio, el amor propio para dejar de consumir, llegue a pensar, cuando lo perdí todo, pesando menos de 50 kilos, amarillo, ojoso, deprimido que en verdad, estaba embrujado.

Navidad, sin alcohol, ni drogas

Sé que no soy el único recuperado, tengo amigos que son un verdadero ejemplo a seguir en sobriedad, por sus formas de vivir en pareja, con familia y sobre todo, por sus patrones de conductas, hoy, la cena de navidad, la noche buena, tiene un alto significado, el Nacimiento del Niño Jesús, la celebración de su presencia en nuestros corazones, mi compromiso para predicar con el ejemplo, engrandecer el respeto hacia los míos, dar lo mejor de mí a cada uno de los miembros de mi familia, demostrar con amor, lo que significa para mí tener una familia como la que tengo, es gratitud a Dios por el cumulo de bendiciones, comprobar que la familia es sagrada, que es una gran responsabilidad viví la vida, libre de sustancias y conductas tóxicas, he podido disfrutar 20 cenas de noche buena sin alcohol, sin cocaína, sin neurosis, hoy puedo estar en una discoteca, un bar, una fiesta o una cena en familia, sin beber, sin estar anestesiado, comprendo que la vida tiene otro sentido, el tiempo perdido, perdido, se es mediocre, cuando no valoro nada, cuando no respeto y me meto en lo que no me importa, el mediocre se pasa la vida lamentándose, quejándose, no le pone acción a la vida, es conformista, apático, aislado, irresponsable, soberbio incapaz de resolver sus propios problemas, es un verdadero conflicto para todo el mundo, ni el mismo se entiende, es inmaduro, endeble, híper mediocre, con tendencias al fracaso total en todo lo antisocial, su vida es un verdadero fiasco y mientras no cambie, mientras no madure y se respete así mismo, solo hasta ese momento, seguirá hundido en su pantano de arenas movedizas que entre más torpe sea, más se hunde y será, el mediocre de mediocres, un nacido, bueno para nada. La gente mediocre es adicta a decir mentiras, su vida es una mentira que apesta más que el basurero municipal.

La familia alcohólica

El adicto, el borracho empedernido, el mediocre, el mentiroso, el mal hecho, el corrupto, el mal servidor, aprende sus patrones de conducta en casa, a ese niño irreverente, ingobernable, berrinchudo, no se le enseña lo que es el respeto, no se le ponen los límites a tiempo y adquiere la soberbia de su ser, se convierte en el niño caime mal, capaz de golpear a su madre y hermanos, capaz de retar al padre y ser un verdadero problema de convivencia en su escuela, es fácil detectar a esos niños, que son candidatos a convertirse en drogadictos, rateros, ladrones, malos servidores públicos, porque crecen sin hábitos, ni patrones de conducta, crecen sin la más mínima noción de lo que es el respeto, esos niños, mal educados, mal comportados, son quienes portarán la amenaza de adultos y serán capaces de descargarla ante cualquiera, la mediocridad, se contagia, se hereda y se aprende en casa, se es perezoso, conformista, tramposo, indeciso, se es engañifa, carente de orden, madures y de compromiso, un mediocre, lo es de por vida, mientras no quiera cambiar sus conductas tóxicas, por ello, no hay recuperación en el mundo de los adictos, salvo sus honrosas excepciones, un mediocre, cree que su madre siempre va a estar ahí soportando su vida ingobernable, cree que cada vez que toque un fondo, habrá de aparecer la madre rescatadora y salvarlo una vez más, mientras continuara atascándose de sustancia y tocando más y más fondos, la familia se enferma más que el adicto y es el cuento de nunca acabar. El que nace para maceta, de corredor no pasa.- La madre o la esposa de un adicto mediocre, crece en su neurosis, se torna

Escrito por Ernesto Salayandía García
Sábado, 28 de Diciembre de 2019 12:45

mecha corta, explosiva, intocable, el adicto le robo la paciencia, le robo la dignidad y tarde que temprano, se cansa y lo manda a freír espárragos, decisión tardía que debió haber asumido cuando la adicción apenas y surgió, hay adictos que son la maldición de la familia y son expertos en desmoronar el hogar, el llevarlos a la quiebra económica, simplemente porqué el adicto es un mediocre empedernido, bueno para nada, un cero a la izquierda, con quien puedes hacer un gran negocio, comprarlo en lo que vale, es decir, un cacahuate y venderlo en lo que él cree que vale, sintiéndose , el Rey de Inglaterra y ese es el sello de distinción de un adicto como yo, creerse superior a cualquiera.

La enfermedad de los mediocres.

Un drogadicto como yo, es mediocre y la mediocridad se mide de diversas maneras, como la autodestrucción,
es decir,
hacerse daño por su irresponsable manera de beber o por su compulsión inevitable por fumar marihuana,
inyectarse o empastillarse,
se es mediocre,

porque se pierde la responsabilidad en todos los sentidos, el marihuano,
el drogadicto es un tipo irresponsable,
es un
ser,
endeble que no tiene el carácter para decirle no a las sustancias,

lesiona su economía,

gastando el dinero que no tiene,
lesiona también su trabajo,
el tiempo se vapora. Pierde también su sano juicio,
porque cambia su manera de pensar y la

manera de ser,

un drogadicto truena como espárragos con su relación de pareja,
se torna un tipo neurótico,
iracundo, explosivo,
egocéntrico,
irritable e Intocable,
la droga destruye el sano juicio y hay quienes son víctimas de los delirios de persecución,
víctimas también de pensamientos psicóticos,

El Devenir de Chihuahua - De adicto a ADICTO. Lo más sagrado de la vida es la libertad

Escrito por Ernesto Salayandía García
Sábado, 28 de Diciembre de 2019 12:45

patológicos que orillan a la depresión o a la agresividad,
sin duda alguna, yo lo

tuve que vivir para comprender que con esta enfermedad no se juega,

tuve que sufrir mis propias consecuencias,
como el volverme loco,
como el perder mi trabajo,
el perder a mi familia,

perderme imagen,
llegué a pesar menos de 50 kilos y yo vivía para drogarme y me drogaba para vivir,
no me queda la menor duda,
d
e que soy un enfermo emocional, un verdadero mediocre

y que soy un adicto

empedernido,
porque no me quiero y porque no quiero a nadie de las personas que me rodean,
doy un pésimo ejemplo a mis hijos y no soy digno de mí mismo simplemente porque no puedo
evitar el drogarme,
no tengo la fortaleza para salir de este maldito infierno,
no tengo la voluntad de cambios, ni la humildad para aceptar ayuda, soy tan soberbio que los
fondos que tocó y eh tocado no son suficientes,
porque esta enfermedad de la drogadicción me tiene

muerto en vida, atrapado en un callejón sin salida

La genética, un origen.

La complicidad de esta enfermedad físico, emocional, mental y espiritual, tiene que ver con mi
personalidad, ha causado muchas pérdidas
humanas, tiene a infinidad de víctim
as que perdieron el sano juicio y las consecuencias son amargas,
quedando de manifiesto que a pesar de esta cruda realidad no estamos preparados para una
rehabilitación exitosa,
muchos de los

alcohólicos dejan de tomar,
pero

El Devenir de Chihuahua - De adicto a ADICTO. Lo más sagrado de la vida es la libertad

Escrito por Ernesto Salayandía García
Sábado, 28 de Diciembre de 2019 12:45

solo tapan la botella y destapan el frasco de las pastillas, otros cambian de una sustancia,

otros se la viven intentándolo en

los centros de rehabilitación,

han fracasado porque queda muy muy en claro que de cada 10 internos 9 recaen,

afirmo,

que este esquema del encierro de 3 meses o más no ha generado los frutos que se desean,

hay centros de rehabilitación exitosos,

pero con muy contados,

los adictos que logran vencer la batalla muchos viven en borrachera seca, los engañosas.

Mientras tanto el Consejo Nacional de Contra

las Adicciones

CONADIC,

no es más que un aparato burocrático,

como lo son

también las estructuras estatales que no tienen la más mínima noción de la complejidad de

esta enfermedad, en México,

no hay como en otros países,

una estrategia nacional,

para la prevención y sobre todo la rehabilitación de una drogadicción, grave error es afirmar que el drogadicto

es un VICIOSO.

Por tu atención, mil gracias

ernestosalayandia@gmail.com

614 256 85 20, lo mejor de lo mejor en el 2020