

Febrero 2024.

Discurso de despedida de una esposa de persona con una adicción grave a las bebidas

alcohólicas, después de dos años de tratamiento individual, de pareja y de grupo.

Este texto responde a la despedida por alta terapéutica de la terapia de grupo y está dirigida a los compañeros y terapeutas:

Jodorowsky dice: “cuando te enfermas, en lugar de odiar ese mal, considéralo un maestro”.

Hemos estado aquí para aprender de ese mal, de esa adicción autodestructiva para mi marido y todo lo que le rodeaba.

Teniendo en cuenta y, que me ha quedado muy claro, que el alcohol es un disolvente espectacular, porque disuelve:

Familia, matrimonios, amistades, empleos, cuentas bancarias, neuronas pero nunca resuelve problemas.

Cuando hablo del alcohol como disolvente, evidentemente hablo también de otras adicciones.

Así que hoy quiero dar las gracias a los terapeutas de grupo y a todos nosotros por ayudarnos a llegar hasta aquí, por tomar conciencia, por aprender y por sentir que no estás solo en esto.

Espero que todos lleguéis a la “trampilla” que os tiene preparada el terapeuta de grupo y que podamos seguir adelante con ilusión y cierta dosis de responsabilidad y que viváis la vida al máximo y sin adicciones.

Os deseo a todos lo mejor, que no dejéis de ser héroes y que os vaya muy bonito en la vida y agradecereros de corazón todo lo que me habéis aportado.

A los terapeutas de grupo, gracias por enseñarnos, gracias por escuchar y gracias por la oportunidad que nos habéis brindado tanto a mi como a mi marido.

Ha llegado el día de hoy donde me da la sensación que nuestro terapeuta tirará de una “trampilla” y yo y mi marido caeremos al vacío.

Algún día tenía que pasar.

Cada proceso enseña algo que necesitamos aprender: “¿qué hemos aprendido aquí?”.

Que cualquier obstáculo, adicción, puede superarse con esfuerzo, con entendimiento, con tener la mente ocupada con pensamientos positivos, con autoempoderamiento, con pensar que la realidad no es lo que nos sucede cada día, cada hora, cada minuto sino lo que hacemos con lo que nos sucede.

Yo compañera de un adicto de hace muchos años he aprendido un mundo: a no odiar al adicto sino a su enfermedad, a no odiar a la persona sino a su comportamiento, para mí ha sido complicado aprender eso, tenerlo claro, así que imagino lo que puede ser vivirlo, por eso pienso que los que estáis en el grupo y todos los que habéis pasado por este grupo os tenéis que considerar unos héroes.

Todos aquí ya sabemos que el alcohol no añade ningún tipo de valor a nuestras vidas, sólo nos roba tiempo, energía y belleza, destruye neuronas, va destruyendo poco a

poco. Hay que optar por un estilo de vida más saludable y descubrir lo auténticos que realmente sois cada uno de vosotros y vosotras.

He aprendido y creo que aquí todo el mundo, tanto adictos y adictas como acompañantes, que hay que evitar a toda costa juzgarte por tu pasado ya que no vives en él.