SER BUENO CON UNO MISMO:

Posted on agosto 13, 2014 by Administrador

Category: Vivencias

Las adicciones son una carrera estrepitosa en busca
De la muerte. Basta ver por el espejo retrovisor para advertir
Que cuando estábamos en carrera de consumo, éramos
Auto- y hetero-destructivos (nos hacíamos daño a nosotros
Mismos y a los demás) y nos habíamos abandonado en un
Proceso de deterioro continúo.

Ahora, en el proceso del tratamiento hemos alcanzado
Cosas que antes, quizás, ni siquiera habíamos imaginado.
Nos hemos reencontrado con nosotros mismos, al
Poder ver críticamente el pasado, poder comprender las
Lógicas de la enfermedad, y reconciliarnos con nosotros
Mismos. Hemos venido de a poco, reconstruyendo nuestra
Autoestima, y hemos vuelto a fortalecer nuestra red de
Contingencia social.

Como lo que hemos logrado en este proceso es
Muy importante, debemos tener el tiempo justo para
Tomarnos en serio a nosotros mismos y amar la vida en su
Inmensidad.

Valorar el sacrificio que hemos hecho para estar
Mejor y dimensionar la importancia de “ser”, con identidad
Propia y pertenencia nos puede ayudar mucho en el
Propósito de amarnos en todos los aspectos: físico, mental

Y espiritual.

“Cuidar el cuerpo porque es el templo de Dios”

Víctor Hernán C., 27 años, Fase III