DROGAS: ESTIMULAR LA AUTOCONCIENCIA ESTAMOS EN LA PANDEMIA DE CONSUMO. ESTO DICE MUCHO Y DICE POCO PORQUE REPRESENTA "LA SORDERA" DEL OTRO LO QUE IMPORTA; ES LA SOLEDAD DE MILES QUE ENCUENTRAN EN LA DROGA UNA COMPAÑÍA SUICIDA.

Posted on mayo 11, 2024 by Juan Alberto Yaria



Category: Default Humanístico

Default humanístico

- POR JUAN ALBERTO YARÍA
- 10.03.2024
- 

En esta nota narro historias de vida y de encuentros altamente emocionales en los grupos de recuperación. La verdad de un terapeuta estará, desde mi punto de vista, en poder escuchar y estimular el habla del otro que en su dolor nos transmite su verdad. Cuando empezamos a comprender le devolvemos con la mayor humildad posible y siempre en un tono de pregunta una respuesta que no debe ser concluyente, sino que abra la posibilidad del dialogo.
El maestro en comunidades terapéuticas, el doctor **Jorge Garcia Badaracco**, nos decía que el arte en las terapias era **"crear el clima terapéutico para que entre todos nos ayudemos a crecer interiormente y realizar cambios en nuestras vidas. También crecemos los terapeutas todos los días …nos vamos humanizando a medida que nos acercamos al dolor del otro y a las alegrías de la recuperación".**
Así trabajo y el paciente se siente reconfortado por ser escuchado y por la posibilidad de no ser reprendido por sus conductas y, además fundamentalmente, por la ampliación de su conciencia que surge del diálogo terapéutico.PP Jorge me dice que vende medias en la calle en una zona muy concurrida del barrio de Belgrano sobre una manta; llega a nosotros vencido y derrotado. Me cuenta

que mitad de cada ganancia va al "Chino"(dueño de un super) que le da una petaca de cualquier alcohol y la otra mitad a un "dealer" que le da *crac* y me agrega algo clave "pero siempre endeudado, nunca podía completar el valor de la petaca y del crac"; así entraba en la carrera de una deuda imparable.
Me lo cuenta con dolor con un "epoc" en marcha por el daño a todo su sistema respiratorio dado por las drogas y con un "pap" que cada tanto debía ayudarlo a contener su ahogo por las fallas respiratorias. Es la imagen del dolor sentido, la depresión acuciante.

UN DEUDOR PERMANENTE

La deuda es el tema porque quedamos deudores no solo del **"chino"** del super ni tampoco del **"dealer"**; sino que nos transformamos en deudores de nosotros mismos. Y ahí empieza la carrera de la depresión, del remordimiento, la culpa y del suicidio en cuotas. Y enseguida más **"crac"** y más petacas. El grupo empieza a funcionar porque lo que le pasa a Jorge vibra en todos; a todos los implica.
Oscar dice: *"siempre drogándonos hipotecamos nuestra vida. El adicto siempre vive endeudado y con la autoestima baja, perdemos la fe, se oscurece la posibilidad de un proyecto de vida y vamos perdiendo a los que de verdad nos quieren".*
Y sigue diciendo: *"trabajamos para otros, le damos ganancia a un tercero matándonos todos los días, repitiendo, repitiendo ese siniestro fin; ya no somo más dueños de nosotros mismos".*
Por eso, sigue diciendo: *"hay que cambiar el concepto de enfermedad. La enfermedad es como un ´velo de novia´: una vez caído se puede ver la realidad tal cual es y con perspectiva".*
Cuando cae ese "velo" vemos nuestras obligaciones, sanar deudas, reparar lo reparable, asumir lo irreparable y aprender a mirar de frente la dura realidad sin huidas alucinatorias que destrozan nuestra mente y nuestro cuerpo. Duelos, traumas saldrán y habrá que enfrentarlos.
Levanta la mano un compañero de nombre Ernesto que hasta hace días vivía embebido en la marihuana y en un delirio cannábico (tan habitual hoy) y está recuperando la lucidez y la sabiduría que como decía el gran Gabriel Marcel es solo acercarse al sentido común: **"…en esta selva mental en la que estoy caminando, me voy reconociendo y abrazando una a una las partes sanas que aún brillan; la enfermedad es emocional y mental y para neutralizarla hay que acorralarla y ponerla incómoda; pero aun así se transforma en un pensamiento parásito y como un gusano nos va carcomiendo por dentro"** .
Nos narra como "nos prepara un vacío emocional y nos lleva a angustias repentinas y así surge cualquier pretexto para consumir"; reacciona y dice "…Yo soy el vehículo de mis pensamientos como del consumo y tengo la posibilidad de controlarlos".
Sigue diciendo: "…la enfermedad nos hipoteca; lo hipoteca todo y es una hipoteca mental que termina por matarnos".

LA ADICCION COMO UN PROGRAMA PARA MORIR

El grupo ya funciona como una orquesta sinfónica en donde todos aportan para recuperarse y diseñar un proyecto de vida pasando por el duro conocimiento de si mismos.

Néstor dice al grupo: "…la enfermedad tiene esa realidad programada y yo tengo que aprender a tener paciencia y entregarme al tratamiento. Ella sale y se cura por la boca; hay que poder sacar ese dolor que tenemos dentro… la única forma de pelear contra la enfermedad es hablando porque siempre va a estar agazapada, esperando el momento oportuno para pegar el zarpazo".
Pero **"todo es solo por hoy"** .Aprender que al ser una enfermedad crónica, progresiva y terminal el **"solo por hoy"** nos lleva a protegernos de personas, lugares y situaciones que nos pueden hacer caer en recaídas porque debemos reconocer que tenemos vulnerabilidades tanto cerebrales como emocionales.

CONCIENCIA DE ENFERMEDAD Y ACEPTACION DEL TRATAMIENTO
Oscar lee una reflexión que escribió en la tarde de ayer: "…es fácil aceptar la enfermedad, pero difícil aceptarse a uno mismo. Todos tenemos tinieblas y soles, errores y aciertos. Rozar el labio de la muerte para luego abrazar vibraciones de luz".
"…tenemos que prepararnos para lo peor, para la lluvia tormentosa, para las rabias y tristezas. Y muchas veces esas violentas lluvias sirven para algo más que sacar y aflorar pensamientos oscuros y traumas, sirven para limpiar. Para sacar la "mierda" de adentro y "lavar" las heridas como perro que se "lame" pacientemente".
"…la enfermedad tiene esa realidad programada y yo tengo que aprender a tener paciencia y entregarme al tratamiento. Ella sale y se cura por la boca".
"…cuando llega y nos enfrenta tenemos que verla tal como es, conocer sus mecanismos, saber que va a buscar la forma, el momento, las fibras para hacernos morder el polvo".
"…hoy, como todos los días, tengo que librar una insoportable batalla. Las huestes espirituales de la maldad quieren que caiga y no haga la renuncia".

CARTA ABIERTA SOBRE LA DEPENDENCIA
Siguen leyendo registros escritos (esto lo estimulamos porque es una doble manera de tomar conciencia): "…al mundo vinimos solos y del mundo nos vamos solos, pero nadie nació roto; a nosotros los esclavos de las drogas o adictos nos destruyó la vida el consumo, perdimos dinero perdemos cosas, perdimos amor a la vida, perdimos vínculos y también perdimos nuestra luz por eso hoy estamos acá. Renunciando a una mentirosa ilusión y aparente felicidad que solo con mucho trabajo sangre sudor y lágrimas podemos escalar la gran montaña y de a poco vamos recuperando los pedazos de lo que perdimos en la maldita esclavitud hacia las drogas a las que me gustaría poder gritar a los cuatro vientos basta de intentar matarnos solo el amor nos dejará perdonarnos y perdonar a otros luego de recuperar la voluntad perdida y volvamos a ver la belleza de estar vivos y tener fe y esperanza para volver a soñar y no suicidarnos poco a poco hasta nunca al mundo regresar y poder decir hoy por hoy respiro la paz llegará algún día y habremos redimido con ayuda del que la sabe pedirla y valorarla gritando nuevamente drogas nunca más y conocer una nueva y verdadera felicidad y alegría de vivir y humildemente ser seres humanos una vez más".

* Director general de Gradiva - Rehabilitación en adicciones

There are no comments yet.