

POR ESTAS VEINTE Y CUATRO HORAS NO BEBERÉ (UNA CONSIGNA PARA LA VIDA).

José A. Serrano

josea91038@yahoo.com.mx

A lo largo de un proceso de introspección y de toma de decisiones a la cual llega ya sea tanto por el mismo, como por el apoyo de sus compañeros exalcohólicos y así mismo de sus familiares y amigos la persona que sufre la enfermedad del alcoholismo, logra llegar por su fuerza de voluntad a un compromiso con el mismo, el cual con el refuerzo de la fuerza de la palabra hace para si mismo la consigna de “por estas 24 horas no beberé”, si, no se trata de no beber cualquier líquido si no de no beber ninguna clase de bebida que contenga alcohol. A esta decisión, logra llegar una persona alcoholizada, es decir ya tolerante y adicto al alcohol, por muchas vías de sufrimiento personal no tan sólo en lo moral, si no también en lo físico, debido a las consecuencias y efectos secundarios que produce el alcohol en el cuerpo humano, el se da cuenta que su vida se le escapa en cada momento de borrachera producida por el abuso en el consumo de su peor enemigo, el alcohol.

Este hecho, quizás lo lleve a muchos momentos de duda y quizás de recaídas, las cuales pueden ser muchas, pero llega un momento que esa persona alcoholizada asume su toma de decisiones y cae en cuenta que cada vez que bebe aunque sea una pequeña copita de alcohol o quizás un vino para acompañar una rica cena, la persona alcoholizada se va progresivamente dando cuenta que cada vez que esa gota de bebida alcohólica entra en su organismo, se desencadena toda una reacción descontrolada en busca de más y más alcohol para así satisfacer sus ansiedades de beber, a lo cual lo lleva la tolerancia al alcohol y esto es el de tener que beber cada vez más altas dosis para llegar a su estado de embriaguez, lo cual se le suma su ya dependencia al alcohol que es parte de su estado de adicción al alcohol, causa fundamental de su enfermedad, el alcoholismo.

Así pues, el alcohólico llega a convencerse de esa gran verdad que significa esa consigna que el se repite diariamente y es la de no beber por estas 24 horas pues con esa espada y escudo de su palabra de convicción logra defenderse y escudarse contra los efectos, que ya bien conoce, que es el estado de embriaguez. Esto no es un proceso fácil, se hace difícil y muy cuesta arriba y es hay donde el amor, la aceptación y el apoyo de sus

familiares, compañeros alcohólicos y familiares son de significativa importancia para así contribuir al apoyo moral, afectivo y de compañerismo humano son de gran importancia. Ser aceptado, ser comprendido, ser apoyado, en fin todo el amor posible, contribuirá a que la persona alcoholizada lleve adelante sus decisiones y así logre cumplir con su compromiso de no beber por 24 horas.

Dejo estas palabras para la reflexión: Yo soy, es decir soy una unidad, un ser unitario, sin dualidad entre el absoluto y su manifestación, el ser universal y el ser individual, es decir son ambos idénticos. Es de capital importancia el que logremos darnos cuenta que el hecho de aprender a SER, significa descubrir nuestra verdadera naturaleza, es lograr el despertar del ser interior, así al lograr SER, es decir poder decir “somos”, trae consigo una curación global, trae la paz interior y con el entorno, sentimientos de plena libertad y una gran y vivenciada felicidad

Por eso la consigna de un exalcohólico de por estas 24 horas no beberé, representa y es una consigna para la vida y para el fortalecimiento del si mismo, es decir darse cuenta que somos.

El amor siempre encuentra su premio en el amor mismo