





## EDITORIAL

*Cómo explicarles lo que es ésto para nosotros, sentirse libres, liberar esa angustia, esa historia que nunca le contamos a nuestra familia o a nadie, librarnos de un demonio que nos atormenta, de un recuerdo del pasado, hacer el proceso que estamos haciendo es difícil, pero nos liberamos con cada escrito, nos sentimos en confianza con personas que pasaron por cosas más o menos similares, con historias tristes que le llevaron al consumo problemático, cuando escribimos buscamos conectarnos con cosas que antes no sentíamos, buscamos sacar eso que pesa y hacer más liberador estos 6 meses de internación, cada taller es una historia nueva, otra lágrima, otro aplauso que compartimos, otro aplauso para quien se anima a atravesar el dolor de nuevo y contarlo frente a todos para luego sentirse más liviano, porque la vida pesa y pesa demasiado ser adicto, pero si algo aprendimos de la escritura es que no estamos solos, que todos pasamos por momentos difíciles y todos queremos salir, hacer una revista con amigos, compartiendo nuestras historias nos hace estar más unidos y no sólo queremos mostrarles nuestra historia, si no, la unión y fortaleza que tenemos al hacer algo tan simple como escribir.*

*NATHUEL REYNA*

## BOXEADOR

He recibido golpes como un boxeador  
Mirá mis moretones, mis quebraduras  
Mi ira contenida, me enojo conmigo mismo  
Tengo que aprender a vivir conmigo, sé que es difícil  
Día a día puedo notarlo, soy mi peor enemigo  
Pero al mismo tiempo mi mejor amigo  
Quien va a estar ahí cuando no tenga nadie  
Cuando mis puños ya no den más peleas  
Y esté tendido en la lona, sangrando y llorando por lo que no fue  
Implorando por una oportunidad más  
Suspirando, porque ya no puedo más y no puedo lograrlo de nuevo  
Tengo que amarme, tengo que decirme que soy hermoso  
Aunque el pasado me haya deformado la mente y el corazón  
Tengo que lograrlo de nuevo  
Sé que es difícil después de intentarlo tantas veces  
Parece algo irónico, algo ilógico  
Pero porque no tratarlo, porque no hacerlo por mí  
Si soy lo único que tengo  
Soy algo único e imperfecto  
Todos pueden irse a la mierda  
Estoy tratando de hablar conmigo mismo.

*NATHUEL REYNA*

## COMUNIDAD

Qué difícil es describir lo que es una comunidad, porque hay mucho de qué hablar. Es algo sencillo pero complejo, todo comienza cuando ingresé a la casa, empieza esa experiencia que es un proceso duro y complicado, pero lindo.

Entrás y la banda te recibe con una bienvenida colmada de aplausos y palabras de aliento, desde ese momento comienza ésta aventura con esa "nueva familia". La convivencia estando acá adentro no siempre es buena, más de una vez hay choques, porque claro, no todo siempre va a ser color de rosas, pero lo que más se destaca y lo más lindo es el tiempo que pasamos todos juntos, los juegos, las mateadas, las charlas, los chistes que hacemos, los momentos emotivos, los partidos de fútbol y como olvidar me de las lloraditas que nos habremos pegados algunos.

Pero de eso se trata, de saber convivir, aunque no sea fácil, porque no es fácil vivir un tiempo con gente que no conocés, cuando te empiezas a adaptar, empiezas a conocerlos cada vez más a cada uno.

Va pasando el tiempo y más te encariñas, más empiezas a confiar, más te empiezas a pegar a alguno. Es tal el cariño que les agarrás que los fines de semana cuando tienes salida, ansías el momento para pegar la vuelta y contarles a los pibes lo bien o mal que te fue, pero ansías para contarles.

Los momentos acá adentro son tan simples como el Luquitas tocando el ukelele, Iván enojándose porque le hago la sopa de letras, con Alejo compartimos muchas cosas y lo más importante, es el nombre de nuestros hijos, Nahuel prestándome su hombro para llorar, como olvidar cuando con Guille nos llevábamos mal, las mateadas interminables con Mauri Barbosa, las carcajadas de charlas de pieza con Mati, Cocho haciendo la oreja loca, Mauri Font explotándote los granitos de la espalda, el viejo Seba Bedín que no le puedo ganar en el metegol y la hermosa amistad que forme con el Negro Valen, Lolo enseñándome a hacer pulseras y sin dejar de lado que mis mejores momentos son las pileteadas que metíamos todos juntos cagandonos de la risa.

*Este proceso se trata de ésto, de saber relacionarse con personas sin consumo, formar vínculos sanos, tener anécdotas y saber reírse sin alguna sustancia de por medio, estar dispuesto a escuchar y ser escuchado, respetar, generar confianza, etc. Esto acá es así, nos reímos, nos caemos y nos ayudamos a levantarnos. Sin dejar de lado que éste es un tratamiento y que cada uno hace su tratamiento, pero no dejamos de estar juntos. Acá adentro se la pasa bien, como también a veces hay bajones, pero lo importante, es que estamos encontrando luz en nuestra vida después de tanto tiempo viviendo en la oscuridad.*

*GASTÓN URQUIZA*

## *LLEGANDO A LA META*

*Se aproxima, se que está llegando, ya me lo notificaron. Estoy llegando a la recta final de éste proceso, aunque no estoy pensando en el tiempo, sólo estoy dedicando tiempo a mi recuperación. Estoy en la última etapa del tratamiento en donde llega la hora de abrir y desplegar las alas. Fue un proceso largo y difícil para mí, vine de muchos kilómetros para ésto y darle un fin a mi etapa oscura, como ya dije, fue un proceso difícil, saqué a la luz un montón de episodios los cuales sufrí en silencio y cargué con ésa mochila demasiado tiempo solo. Hoy en día estoy superando todos esos episodios de mi etapa oscura, aprendí a vivir la vida, le encontré valor y sentido a la vida. Escuché de un viejo sabio la frase: "hay que ganarle a nuestra propia sombra, para después salir y enfrentar al rival" y ¡cuanta verdad tiene!.*

*Le doy gracias primero que nada a mi familia, por apoyarme desde el momento cero, luego agradezco a cada uno de los terapeutas, guardistas y talleristas que siempre estuvieron para mis malos momentos y agradezco a cada uno de mis compañeros por haberme prestado el hombro para llorar, los oídos para escucharme y los brazos para abrazarme cuando me hacía falta. Todas éstas personas son increíbles y con un corazón enorme.*

*En éste lugar viví demasiadas cosas, muchas anécdotas, muchas vivencias, muchas experiencias, muchos llantos, muchas carcajadas, viví interminables mateadas, infinitos partidos de truco, me llevo conmigo mismo una experiencia linda. No descarto nuestros mambos, hubo una etapa (cuando saqué mis problemas a la luz) que me sentí en un pozo*

depresivo, las ganas de quitarme la vida volvieron a aparecer, los llantos por las noches solitario me fueron armando de a poco de fuerza. Hoy estoy luchando por mí, por mi vida, por ser un mejor hermano, hijo, y como no, un mejor padre y compañero de vida. Tengo que salir adelante para estar bien con ellos que me aman, pero principalmente tengo que estar bien para mí mismo, porque si yo estoy bien puedo estar bien con los demás. Gracias a ésta Comunidad estoy logrando todo eso y mucho más, porque gracias a éste lugar pude darme cuenta que tengo gente que me ama y logré acercarme y confiar en ellos.

Estoy a medio paso de conseguir lo que tanto vine a buscar. Estoy por lograr pasar a la siguiente etapa que es la más difícil, el estar en la calle, con libertad. Adquirí las herramientas suficientes para poder luchar sólo con ésta tormenta, tengo las ideas claras y la mente sabia para poder luchar. Ésta batalla con mi sombra va a durar mucho tiempo pero se que le puedo ganar.

*GASTÓN URQUIZA*

## MI QUERIDA MA

Hoy quiero hablar y escribir sobre ella, la que nunca me dejó, la que siempre apostó por mí, la que se desvive por mi y por mis hermanos, la que cuando la necesité estuvo y está al pie del cañón para enfrentar lo que sea, una luchadora, una guerrera, a la que la vida le jugó situaciones dolorosas pero que nunca la tumbó, siempre de pie y con la frente en alto. Inculcándonos valores como el respeto, la solidaridad, compañerismo y como más de una vez me dijo que "las cosas si se hacen con amor, es mejor".

Desde chico que tengo la imagen de ella haciendo las tareas domésticas como una campeona y que gracias a ella se me despertó el amor y la pasión que hoy tengo por la Gastronomía, mi primer maestra en la cocina, fui su primer ayudante, controlando sartenes y ollas que ya estaban marchando en el fuego para alimentar a la familia. Aprendí a respetar, a valorar y amar a las mujeres gracias a ella, que al día de hoy sostengo firmemente. Los dos sabemos que tenemos una conexión aparte por ser el menor de sus hijos, por nuestra forma de ser y por el amor incondicional que nos tenemos, eso no quita que ame a mis hermanos de igual manera, jamás dude de eso, por brindarse al

máximo por todos. Hoy viejita querida quiero que sepas que a ésta batalla, como a otras, la peleamos juntos, unidos, fortalecidos con uñas y dientes. Nuestro Ángel Guardián siempre nos va guiar y nos va dar fuerzas para seguir adelante y no bajar los brazos nunca. Varias veces me dijiste "ya perdi un hijo y no quiero perder a otro", hoy quiero asegurarte que yo, tu hijo menor, está más vivo que nunca.

Te amo, te extraño y te pienso todos los días, pero no te preocupes que el tiempo nos va regalar la oportunidad de volver a disfrutar la vida.

Dios te bendiga, vieja querida.

Imagen 7

MAURICIO BARBOSA

## HISTORIA DE VIDA DE ACEJO

Me crié con mi mamá hasta los 2 años, a esa edad mi mamá se casó con el que actualmente es mi padrastro, bah, padrastro, yo lo siento como mi padre, el mejor del mundo.

Después llegó mi hermano y sentí la responsabilidad de cuidarlo de todo mal y acompañarlo en cada pasito que daba. Con el tiempo fui creciendo y llegué a ser abanderado en la primaria, hasta ahí, iba todo bien. Entré en la secundaria y me empecé a rodear de otra gente y allí llegó el momento que consumí por primera vez. Al principio era de vez en cuando, empecé a pasar más tiempo en la calle que en la casa. A mi madre no la culpo de nada, pero me daba mucha rienda suelta, que no es excusa, pero yo me agarré de allí para manejarme solo y hacer lo que quisiera. Con 13 años salía todos los fines de semana y consumía.

A los 16 conocí a Tiziana y me puse de novio, eso me hizo rescatar un poco. Pasaba mucho tiempo con ella, pero lo mismo seguía rodeado de gente que no me ayudaba, estaba.

Cada día que pasaba estaba más metido en la droga. A los 17 años me enteré que iba a ser padre y pensé que eso me iba a impulsar a dejar todo tipo de consumo, pero no fue así, mi hijo me cambió la vida por completo, sentía que lo tenía todo, hijo sano, pareja, trabajo estable. Pero lamentablemente no podía dejar de consumir.



*Mi hijo creció cada día más y yo cada día más lejos de dejar la mala vida. Comencé a tener problemas con Tiziana a causa de esto y terminé separándome. Eso me hizo hundir aún más en la droga. Hasta el día de hoy daría lo que fuese por tener a mi familia unida.*

*Tuve 4 internaciones, salía, duraba 2 o 3 meses y volvía a recaer. Mi familia ya cansada de mí y de mis problemas, mi hijo cada vez más lejos y yo cada día más enganchado con la sustancia.*

*Hoy estoy en mi quinta internación y tengo unas ganas enormes de salir adelante por mí y por mi más grande pilar, mi Hijo.*

*ACEJO FLORES*

## **ESTACIONES**

*Esto comenzó hace mucho tiempo, no hay un porqué o una razón, pero de a poco la luz de mi luna se fue apagando, cuando decidí tomar ese atajo hacia el infierno donde todo es invierno y se fue llevando todo a su paso, dejando sin flores mis primaveras por no poder decirle que no a esa línea que separa la vida en locura y realidad.*

*Comienzo así porque creí color de rosas en un pasado, se oscureció en ésta etapa de mi vida que me hizo perder todo lo que más quería principalmente a mí mismo, no vale de nada arrepentirse de algo, sólo saber perdonarme por todo, por no estar cuando tuve que estar, por pasar por alto cosas tan esenciales de la vida, que hoy con ésta etapa que la veo como un renacimiento, un poco de luz en tanta ausencia de ella, me da esperanza para salir adelante, hacer este parate para poder cambiar y batirme a duelo con quien diga que voy mal, porque hay rachas en esta vida y no alejarme del juicio que más importa, que es el juicio interior, que es el que hay que afrontar.*

*VACENTIN GODOY (3 MESES DE TRATAMIENTO)*

## AUTODESTRUCCIÓN

Cuanto más vamos a tirar de la sogá que está por cortarse en varios puntos, cuanto más tiempo vamos a seguir por el camino fácil, el del falso progreso económico, cuantos años más vamos a talar, a desmontar, pasándonos por los huecos la ley de forestación. Cuánto tiempo más vamos a ser cómplices silenciosos de las grandes corporaciones que corrompen el ecosistema y manejan a los gobiernos por plata, de que les va a servir ese dinero cuando en un futuro no muy lejano la naturaleza se defiende con uñas y dientes tratando de sacarse al parásito que a lo largo de los años la fue consumiendo hasta devastarla.

En los años 80-90 se escuchaba a distintas ONG como Greenpeace hablar del equilibrio biológico natural alterado. A otros grupos ambientalistas de la capa de ozono y su peligro latente de seguir dañándolas con productos químicos, aerosoles que la destruyen aún más. La nefasta era de otros ya que hablaban del cambio climático y el aumento de temperatura de la tierra y los daños que eso traería. Era una predicción de lo que veintipico años después, estamos viviendo nosotros, ya se cortó la sogá y es evidente la alteración del clima, y cómo afecta al planeta entero. Las elevadas temperaturas, las aplicaciones térmicas con registros inusuales, la sequía que arrasa muchos lugares, las inundaciones, los terremotos, los tsunamis y todos los fenómenos climáticos alterados, incendios que no perdonan flora y fauna, las víctimas humanas, las pérdidas económicas invaluable. Propiamente, un escenario desolador y típico de una película apocalíptica. Chizo lo decía en una canción "pobreza y dolor, sólo trajo el progreso". Pero en éste panorama tan dramático, ¿hay chances de revertir? ¿podremos anudar la sogá y seguir? ¿Seremos capaces de revertir cada uno nuestro granito de arena? ¿estaremos a tiempo de cambiar?, eso creo, eso empieza por nosotros desde nuestra casa y somos todos responsables, todos. Como solamente culpar a los grandes si ni siquiera sabemos reciclar o nos cuesta separar nuestra propia basura, muchos menos clasificar los residuos, todo demanda esfuerzo pero generalmente elegimos el camino fácil. Eso a mi me hace mucho ruido, ¿a ustedes no?, todo eso se compara con una conducta autodestructiva que mantuvimos mucho tiempo. El planeta también somos nosotros y casi lo destruimos. Pasamos tiempo evadiendo la realidad y tapando cada uno de los sentimientos, intoxicándonos de igual manera que los agroquímicos al medioambiente.

*Pero es momento de frenarlo, tenemos que hacerlo por nosotros y por los demás, ¡ojalá estemos a tiempo! Creo que si lo estamos. Pero es hoy! ¡No mañana, hoy! Dejemos limpios nuestros cuerpos, y nuestros lugares para aportar lo que podamos y así reconstruir, no solo nuestras vidas, sino nuestro planeta.*

*MAURICIO FONT*

## **HISTORIA DE VIDA DE IVÁN**

*Hola a todos soy Iván Kozsusnik y tengo 29 años. Durante mi vida pasé por muchas experiencias, no muy lindas que digamos, pero a veces algunos pasamos por ésto. Desde chico siempre fui un chico que hice renegar mucho a mi familia, siempre fui travieso y siempre me gustó la adrenalina y muchas veces elegí caminar por los lugares incorrectos incluso por los que sabía que me iba a ir mal. Nunca me faltó nada de chico por parte de mi familia, pero sí creo que me faltó el amor de mis padres biológicos. Me olvidé de comentar que soy adoptado, eso me marcó mucho en mi vida y todavía a estos años no encuentro un porque, pero a ésta edad sé que algún día voy a poder entenderlo o mejor dicho comprenderlo. Desde chico siempre fui el travieso de la familia el que hacía renegar a mis padres, como faltando al colegio, con mal comportamiento, expulsiones y hasta repitiendo de año. De chico nunca me importó nada y no me daba cuenta el daño que causaba en mi familia y mucho más el dolor que me causaba a mi o mucho menos la frustración que me causaba. Pero como repito, no me importaba o mejor dicho no lo quería ver. A los 13 años empecé a consumir alcohol con mis amigos, primero lo hacíamos por diversión en juntadas o también para ver quién era el más guapo en aguantar. Después con el tiempo, para mí ya era un juego, una diversión que muchas veces no paraba. Muchos compañeros empezaron a alejarse porque se daban cuenta que ese no era el camino correcto, pero sin embargo Ivancito siempre creía que los otros eran los que tenían miedo y que yo era el valiente. Como a los 15 años ya andaba mucho en la calle incluso de noche, mis padres eran permisivos con eso y yo nunca supe valorar pequeñas libertades. Siempre me gustó juntarme con gente más grande pero no de los que valen la pena y te aconsejan, sino al contrario, ustedes podrán darse cuenta del relato. Empecé a consumir marihuana a esa edad y mi vida empezó a ser una fantasía, me creía Bob Marley, fumaba todo el día*

cuando tenía plata e incluso cuando no tenía le robaba a mis padres. Ahí empezó el principio de mi infierno. Ya todo se hacía más continuo y recurrente y seguía así. Seguí un tiempo así y veía que la gente con la que me juntaba consumía cocaína, un polvito blanco, que a ellos los hacía sentir más poderosos. Por un tiempo me prometí, no sé si era la palabra justa, pero decía que nunca iba a consumir eso, pero al poco tiempo con la misma junta caí en esa oscuridad y empecé a consumir. Consumí mucho tiempo y ahí mezclaba con alcohol y marihuana para bajar y algunas veces clonazepam. Me acostumbé a todos los vicios y mi vida cambió totalmente, vivía todos los días así y me trajo muchos problemas en mi vida, se alejaron amigos de la vida porque me veían mal y no les gustaba verme así, perdí confianza con mi familia que la terminé destrozando, muchas cosas materiales e incluso, a mi ex novia que peleó por mí para ayudarme por 4 a 12 años hasta que no aguanto más. Fue todo para mí, más que una novia fue una compañera y guerrillera leal mía. Mi vida siguió empeorando tuve 9 internaciones como prácticamente todo el país viajando para tratar de curarme y ser feliz de una vez por todas, hoy 17 de abril del 2023 escribo ésta pequeña biografía de mi vida, hoy cumpla 2 meses en la Asociación Nuestra Vida que sería mi décima internación, y hoy les puedo contar realmente estoy luchando contra mis vicios y estoy recuperándome de a poco todo que perdí, esto es una lucha de por vida que se vive día a día pero sí les puedo decir mis queridos oyentes que con la voluntad se puede salir de esto, que estoy de a poco recuperando mi vida, mi felicidad y que de a poco voy a volver a ser yo. Les agradezco a todos por escucharme.

*IVAN KOZUSNIK*

## MADRE

*A dónde me dirijo*

*Qué difícil es ser hijo. El mayor acertijo*

*A cada paso me corrijo. En cada bache me fijo*

*No se si bien lo manejo*

*Lo hago lo mejor que puedo. Pero lo voy entendiendo*

De a poco mi corazón va respondiendo. En este enredo  
Es difícil en este mundo. Que voy construyendo. No puedo a paso agigantado  
Tiene que ser cortito y no de lado  
No te preocupes ma, ya voy llegando  
Ya estoy ganando. Recuperando lo que he perdido  
Tranquilo, silbando bajito. Como cuando era un niño dibujando  
Todavía no me has perdido. De a poco voy ganando  
Ya no estoy de rodillas implorando. La ayuda al fin ha llegado  
Te pido perdón por todo lo que has pasado  
Y si es que alguna vez te he dañado  
Estoy de pie, a mis demonios enfrentando. Sabes todo lo que he pasado  
Es mi responsabilidad no verte más llorando  
Levanta la mano si alguna vez lo has sentido  
El amor de una madre que te da todo y no estar conmovido  
Ahora ponte su mano en el corazón. Mírala a los ojos y pide perdón.

*NATHUEL REYNA*

## **HISTORIA DE VIDA DE SEBASTIAN**

Las noches sin dormir, las tardes deambulando por ahí, cubriendo dolores corporales como excusa para consumir. Todo comenzó cuando me diagnosticaron una enfermedad que me impedía caminar, luchando día a día al ver que en plena adolescencia mis amigos se divertían jugando. Me fui mejorando y comencé a conocer "al amor de mi vida", era fantástica, ya que podía jugar al fútbol entre otras cosas y no sentía dolores.

Poco a poco me fui enamorando de ella sin saber todo el daño que me iba a causar. Suplanté mis medicaciones por ella, cambié mis relaciones por ella y empecé a perder

confianza con mi familia, entre otras cosas. Pero a su vez lo tenía todo, casa propia, vehículo, plata y demás, no me podía quejar.

Los días eran más largos, las noches más cortas, los llamados de mi mamá preocupada, las escapadas que me hacía todas las noches y volver a los días ya se me estaba haciendo costumbre, mintiendo y metiendo excusas para lograr salir de mi realidad.

Dejé de trabajar y es donde ya era más preocupante, ya que sin plata y mucha abstinencia encima, me consumían mucho. Sin ella no podía hacer nada, me lo impedía y me pedía cada vez más. Era un amor tóxico que no quería dejar de lado, hacía lo que sea para conseguirla y sentir el placer que teníamos el uno al otro.

Comencé a ganar plata fácil en el casino o eso era lo que pensaba, se me hizo costumbre día y noche hasta perder lo poco que tenía. Poco a poco ese amor de mi vida me lo estaba quitando todo sin saberlo, mi estado de salud estaba empeorando, no tenía confianza con mi familia y mi economía y deudas eran fatales. Hoy digo basta, pongo la cabeza en alto y poco a poco voy en recuperación y mis emociones y sentimientos, es decir, voy en recuperación de mi vida.

*PINTO SEBASTIAN*

*(2 MESES Y 1 SEMANA DE TRATAMIENTO)*

## FAMILIA

Mi familia hoy me está ayudando un montón, me sigue apoyando a pesar de tantos mocos, eso me da tanta fuerza, tanto orgullo para seguir mi tratamiento, ya van 4 meses de lucha constante con mi adicción. Por ahí me agarran las ganas de consumo, pero recuerdo todo lo que estoy haciendo y pasando, trato de controlarlo. Hoy más que todo quiero que mi familia se sienta feliz, orgullosa por lo que he cambiado, ya no volver a lo que era antes, los días sin dormir, mi mamá con incertidumbre, preocupada por no saber dónde estoy. Pero hoy sé que puede descansar y dormir tranquila, porque sabe que estoy en un lugar seguro donde me puedo recuperar de todo lo malo.

*FRANCO VERGARA*

## VOLVER A EMPEZAR

*Cuántas veces nos preguntamos hasta cuándo, hasta dónde, hasta qué punto, pero luego de unos minutos olvidamos todo eso como si una tormenta se lo hubiese llevado.*

*Cuántas promesas sin cumplir, cuántas personas defraudadas y cuántos engaños a nosotros mismos, que sin darnos cuenta se fueron acumulando como monedas en una alcancía.*

*Cuántas preguntas a veces nos hicimos sobre nuestra existencia, hasta que un día se derrumbaba todo por completo, miramos a nuestro alrededor y sólo vemos oscuridad... Tocamos fondo.*

*Hoy somos nuevas personas o intentamos serlo, de a poco, paso a paso, para poder reconstruir nuestras vidas, pero sabiendo sobre todo, que mientras respiremos hay posibilidades.*

*JUAN BONZANO*

## FÉNIX

*Me llamo Maximiliano Ribichini, tengo 45 años y tengo una hermosa hija de 11 años nacida en Milán, Italia. Nací en 1977, tuve una infancia normal y muy linda; a los 6 años empecé mis estudios musicales. Podríamos decir que desde ese momento mi vida se dividió en 2: la parte musical y la parte académica. Académicamente fui a un lindo colegio primario y luego en la secundaria fui al Colegio Nacional de Monserrat. Un excelente colegio que me dio mucho conocimiento y cultura general. Luego ingresé a la Universidad Tecnológica Nacional y en 1999 me recibí como Ingeniero en Sistemas. En 1988 nació mi hermana Stefania, una persona la cual amo profundamente, compañera, cómplice, la que nunca me dejó solo en los buenos y malos momentos. Siempre está presente. No hay palabras para describirla. Paralelamente a mi formación académica iniciaba mis pasos en el conservatorio, tuve muchos avances y progresos los cuales me llevaron a recibirme como Profesor de Flauta Dulce a los 14 años. Luego ingresé a la Orquesta Sinfónica Infantil del Teatro San Martín. No pudiendo continuar mis estudios de flauta dulce en el país comienzo a estudiar flauta travesera, continúe mis estudios de flauta y en 1997 ingresé a la*

Orquesta Sinfónica Juvenil del mismo teatro. Paralelamente a mis estudios musicales, iba a la facultad en el turno noche y empecé a trabajar en la fábrica de mi padre. En 1999 me fui a Curitiba (Brasil) a realizar un curso de flauta, uno de los más importantes de Sudamérica. Al final del curso el profesor que tuve durante el mismo me invitó a seguir mis estudios en Milán (Italia). Fue realmente muy motivador y a su vez tenía que tomar una decisión importante en mi vida. Cuando volví a mi casa me encontré con la negativa absoluta de mis padres por mi decisión de irme solo a Italia. Luego de muchas charlas y/o discusiones con mi familia, en Agosto del 2000 comenzó mi nueva aventura en un país desconocido, solo y lejos de casa. En septiembre del mismo año realicé el examen de ingreso en el conservatorio y en octubre inicié las clases con una de las mejores profesoras de Europa y una persona con la cual tomo clases hasta el día de hoy vía streaming. En el entre tiempo me dedicaba a conocer Milán, buscar trabajo y dedicaba muchas horas de estudio para poder alcanzar un buen nivel musical. En diciembre del mismo año consigo trabajo en un banco en la división de sistemas, trabajo que me permitía vivir, estudiar y conocer un poco las ciudades de Italia. Paulatinamente comenzaba a avanzar en el trabajo con más responsabilidades y tareas. En el 2002 recibo la noticia de que mi papá se había fundido y venía a Milán para recomenzar su vida y trabajo.

Primero viajó él y a los 6 meses viajaron mi mamá y mi hermana. Para mí fue todo raro y lindo a la vez; volvía a vivir con mi familia y me hacía cargo de ella en este país desconocido. Logramos superar momentos muy difíciles pero nos pudimos adaptar.

Continuaba estudiando en el conservatorio y avanzando todos los días hasta que llegó el 4 de junio del 2004 donde di mi examen para recibirme. Un examen difícil, largo (más de 5 horas) pero lo realicé con mucha tranquilidad, pleno y consciente de lo que estaba haciendo y que todo el sacrificio hecho había tenido su recompensa. A fines del 2004 audicioné para la Orquesta Giuseppe Verdi y entre como primera flauta, otro logro obtenido, estuve en ella hasta fines del 2006. El año 2006 fue un año de cambio, nuevos desafíos, un año de nuevas perspectivas laborales, musicales y personales. En el aspecto musical seguía mis ensayos y conciertos con la orquesta hasta que el director me propuso hacer una obra para flauta y orquesta de un autor argentino. Un desafío enorme el cual acepte y me puse a estudiar dicha obra. Paralelamente forme un dúo con una arpista



(Dúo Esperanto) con el objetivo de dar los primeros conciertos en el verano europeo. Nunca imaginamos las repercusiones que íbamos a tener luego del primer concierto que seguimos ejecutando hasta que volví a la Argentina; grabamos 2 CD y nos dimos el lujo de tocar en diferentes escenarios y con público variado. Además aprovechaba el verano y realizaba numerosas masterclass con diferentes profesores para continuar mi perfeccionamiento. Laboralmente se me presentaba una nueva oportunidad laboral muy interesante, con más desafíos, responsabilidades, personal a cargo y además debía dar clases para la capacitación de las personas. Sin dudarlo acepté el nuevo trabajo y comencé en él. De a poco iba tomando confianza y ganando seguridad en mi nuevo puesto. Así pasó el tiempo dividiendo trabajo y vida musical.

Un día asistí a una reunión de Argentinos radicados en Milán y conocí a una mujer magnífica, llegó hasta lo más profundo de mi ser. Empezamos a salir juntos, a conocernos, a necesitarnos uno del otro y cuando nos descuidamos ya estábamos de novio. Al poco tiempo nos mudamos a vivir juntos. Por otro lado mi familia seguía con sus trabajos y mi hermana estudiando en la universidad. Era un año más que perfecto, todos los aspectos de mi vida estaban colmados, la felicidad era absoluta. En esta etapa de mi vida comenzaron los viajes con mi pareja por todo el mundo (Europa, oriente, África, norte América...). Todo seguía su rumbo hasta el 24 de julio del 2008, ese día viaje a Ginebra ya que el 30 era el día de mi examen; viaje antes para poder realizar los ensayos para el examen; y al fin llegó el día esperado, recuerdo que estaba caluroso, el examen duraba 1.45 Hs con las obras más difíciles de la literatura para flauta. Tenía puesto mi traje negro, los nervios me acompañaban y cuando subí al escenario en la primera fila esta mi familia, mi profesora, mi profesor del doctorado, público en general y un poco más atrás el jurado. El examen para el cual me había preparado tanto seguía su curso desgastador y empezaba no poder dominar mis nervios. Finalmente el examen llegó a su fin y yo estaba extenuado mental y físicamente. Luego llegó la espera del resultado del examen, superé el examen con mérito, llegué a otro logro. Recibí muchas felicitaciones aunque me avergonzaba.

En mayo del 2010 llega una noticia inesperada, íbamos a ser padres con mi pareja!, otro evento que llegaba para colmarnos de felicidad. El 24 de febrero del 2011 nace Valentina

una experiencia única, indescriptible, Valentina llegó para llenar nuestros corazones y nuestras vidas, así pasaban los días aprendiendo a ser padres todo un desafío.

En el 2012 empieza a dar vuelta una idea que era volver a Argentina para siempre; una decisión muy difícil y complicada incluso yo no estaba convencido y estaba siguiendo una decisión que en el fondo ambos sabíamos que era incorrecta. Finalmente a fines de ese año desembarcamos en Argentina, primero en Buenos Aires y luego en Córdoba.

### Mi etapa oscura

Instalados ya en Córdoba empezaron los problemas, problemas económicos, falta de trabajo de ambos, Valentina seguía creciendo y ya era necesario conseguirle una guardería. Al inicio vivimos en un departamento temporal que pagaba mi cuñado y luego nos mudamos a la casa de mis padres. La casa estaba en mal estado porque los inquilinos anteriores la habían dejado en mal estado. Nos dedicamos a arreglar la casa, pintarla y otras tareas, en el fondo sabía y me convencía que esta decisión de volver era errada y no me sentía cómodo, pero ya era tarde. En Abril del 2013 conseguí trabajo en Securitas Argentina como Gerente Regional, con 10 provincias a cargo, 40 personas también a cargo y muchas responsabilidades. Trabajaba 7x24 hs y eso empezó a traerme problemas con mi pareja la cual según ella no conseguía trabajo absolutamente de nada, era algo raro para una persona tan preparada. Mi trabajo en Securitas continuaba muy bien, viajes, encuentros internacionales, viajamos con un grupo de gerentes a Atlanta (EEUU) para una feria de tecnología y nos encontramos con diferentes proveedores, en este tiempo mi pareja se dedicaba al cuidado de Valentina al 100% y se comenzó a descuidar la pareja, la comunicación entre nosotros, el afecto pero ambos lo aceptamos tácitamente en vez de enfrentar el problema y conversar para poder solucionarlo.

A fines de abril de 2016 me despiden de Securitas junto a 8 gerentes más y ahí me vi en un abismo total, no entendía qué había pasado y porque. No fue un momento agradable y si fue un momento de fracaso y doloroso. Para completar este momento de dolor, depresión y soledad a fines de mayo mi pareja decide irse de casa con Valentina llevándose todas sus cosas. De repente estaba sin trabajo y sin familia. Obviamente mi ex pareja ya había planificado todo a mis espaldas y sin decirme nada. Fue muy grande el dolor, la

impotencia y sobre todo no tener una explicación de porqué había tomado esa decisión. Pasaron 3 semanas y los días eran interminables, la casa me asfixiaba y ya no sabía qué hacer. En ese momento de soledad y ya no sabía qué hacer así que llamé a mi hermana que todavía estaba en Milán con mis padres y me saque un pasaje para irme a Milán, de alguna forma buscaba refugio para estar con seres queridos. A los 3 días estaba rumbo a "casa"; cuando aterricé sentí que la ciudad me abrazó, que estaba en casa, cómodo, contento, de nuevo podía sonreír, había vuelto al lugar que me dio tanto y me vio crecer. Me quedé un mes y medio ayudando a mi familia con su mudanza ya que ellos se volvían a la Argentina. Visité a mis amigos, ex compañeros de trabajo y obviamente tuve clase de flauta casi todos los días y di algunos conciertos. Compartí muchos momentos con mi familia, fuimos 5 días a Roma todos juntos y también compartí muchos momentos con mi hermana. A las pocas semanas estábamos en Córdoba en nuestra casa y yo estaba muy deprimido y lamentablemente empecé a beber para anestesiarme y no hacer frente a los problemas. Empecé tomando cerveza, luego vino y por último bebida blanca, parecía que mi único objetivo era estar borracho y todo el día tirado en la cama. Los días pasaron y yo no cambiaba y cada vez tomaba más, empecé a tener muchos problemas con mi familia que no sabían cómo contenerme y qué hacer.

Así empezaron mis internaciones para desintoxicarme (8 en total) pero no daban resultado y salía a consumir otra vez por más que tenía apoyo psiquiátrico y psicológico pero no veía la forma o no quería parar de beber. Como consecuencia de mi enfermedad tuve 2 comas alcohólicas donde pude haber perdido la vida. Perdí de ver a mi hija por estar siempre alcoholizado hasta que la situación se volvió insostenible y debí iniciar acciones judiciales para poder verla. Actualmente siguen los problemas legales y hoy estoy internado en una comunidad para adictos para poder recuperarme, veo que esta es mi décima internación y considero que ya no hay más margen para otra recaída; perdería muchas cosas y a demás debo agradecer infinitamente a mi familia que nunca me abandonó ni me echó de casa.

En mi última internación falleció mi mamá, tenía alzhéimer y no lo pude elaborar ya que estuve internado. Solo pude ir al velorio 20 min. Y nada más. Ahora me propongo terminar el tratamiento, no tener recaídas, buscar un trabajo estable, recuperar a mi hija

y rehacer los vínculos con mi familia, sobre todo la confianza mutua que hoy en día están muy dañados.

La adicción crea innumerables conflictos con todo el entorno, destruye todo lo que está a su paso y daña todo lo que está a tu alrededor, sobre todo la gente que nunca tuvo una adicción ni saben cómo manejar a una persona adicta. Una persona adicta está enferma y puede llevar mucho tiempo poder controlarla y digo controlarla porque a mi parecer es una lucha de por vida con la enfermedad. Siempre se está a tiempo para pedir ayuda siempre que uno quiera ser ayudado. Insisto, personalmente voy a terminar el tratamiento y luego empezar a reconstruir de a poco mi vida, un paso a la vez, sin arrebatos ni ansiedades.

*MAXIMILIANO RIBICHINI*

## *AQUÍ Y AHORA*

En este aquí y ahora me encuentro con un grupo de compañeros y el profe Kevin, con los cuales me siento muy cómodo y dispuesto a entregarme sanamente a esta instancia de mi proceso de recuperación. Puedo percibirme con todos mis sentidos atentos y susceptibles para dar y recibir cualquier tipo de comunicación o información que me ayude a reformar o transformar mi persona, aceptando y absorbiendo todo lo que me sirve y descartando y dejando fluir lo que no.

Hace dos semanas que comparto esta casa con estos seres y todos los días me enseñan algo, por lo cual me encuentro agradecido, no solo por lo aprendido sino más aún por la forma amorosa y respetuosa que se vive en este lugar que ahora es mi casa. Desde mi humilde lugar aquí, me limito a respetar y observar para luego participar. Es importante para mí, en este viaje que es la vida, haberme cruzado con este grupo de personas con el cual comparto el mismo objetivo, recuperarme.

En la delgada y delicada línea que existe entre mi pasado y mi futuro, solo sé que es mi presente el que se manifiesta como pilar para mi trabajo, disfrute y recuperación.

*EZEQUIEL BRUNO*

## MIS DOS VIDAS

En esta página e historia de mi vida quería contar que me llamo Juan Cruz Corletta, tengo 25 años, vengo de familia humilde, unida, trabajadora. Todos mis familiares y sus trabajos e incluso el mío, están ligados al campo. Siempre fui un pibe responsable, carismático y laburador. Vivía en el campo desde el nacimiento, hasta el ingreso al secundario. Desde entonces viajo al campo todos los días, hice la primaria en una escuela rural. No terminé la secundaria, me falta una materia para recibirme de técnico mecánico.

Me gustan los caballos, jineteadas y la vida gaucha. A los 18 años viví la pérdida de un primo hermano muy unido a mí, mi vida cambió. Me atrapó una sombra de la cual no puedo salir, empecé a ser menos responsable y mis metas empezaron a ser confusas. 3 años más tarde comencé un tratamiento terapéutico ambulatorio, el mismo me sirvió mucho pero lamentablemente tuve recaídas, no reiteradas pero recaídas en sí. Hace un mes decidí por voluntad propia, internarme para que mis metas y pensamientos vuelvan a ser estables. Hoy en esta comunidad como recién ingresado, espero conocer experiencias y herramientas que me ayuden a volver a ser yo.

Una mejor persona, por mí y mis familiares. Y vuelva a brillar la luz en mi interior y poder dejarla salir hacia afuera y brillar. Poder brillar sin final.

*JUAN CRUZ CORLETTA*

## LA VIDA

Hola, me llamo Antonio Pereyra, tengo 28 años y aquí les cuento mi vida resumida:

Soy de Córdoba, nací y me crié en Villa Allende, tengo 3 hermanas mayores, Claudia de 31 años, Ayelén de 30 y Jessica de 29.

A los 2 años perdí a mi madre Claudia, mi viejo nos abandonó y le agradezco a mi abuela que se hizo cargo de nosotros cuatro. Fue una buena crianza, nos criamos todos juntos, con 5 primos más. Primaria y secundaria todos juntos. En el medio de la secundaria por curiosidad conocí el consumo. La verdad hasta el día de hoy, averiguando si fue por curiosidad o por lo que pase en la vida me he vuelto adicto a la sustancia.

*Al principio lo podía manejar o eso pensaba, escuchaba los consejos de mi familia, pero entraban por un odio y salían por el otro. Mi tía a la que todos le decíamos Má, me decía justo lo que iba a pasar. Con el tiempo perdí el control de mi vida, la fui arruinando física y emocional. Iba perdiendo todo lo que más amaba, perdiéndome las juntas familiares, cumpleaños de hermanas, sobrinos, asados, etc.*

*Cuando abrí los ojos me di cuenta que estaba solo, sin familia, sin amigos, solo "estaban" los del consumo. Quedándome en la calle que es lo más feo que me pudo pasar. Hoy en día estoy recuperando mis valores, mis seres queridos y estoy recuperando mi vida.*

*ANTONIO PEREYRA*

### **CONSEJO PARA TODOS**

*Cuando pienso en este lugar me invaden miles de recuerdos, malos en un principio de mi internación por mi negación, temores y desconocimiento, y hoy rescato todos los buenos, los buenos recuerdos que son muchos, amistades tanto con pares a causa de la adicción, enfermeros y profesionales con los que aprendí a reconstruir mi vida alejado de la sustancia que me trajo acá. Sé que la lucha es dura y lenta, pero les aseguro que al final es hermosa, tras meses de haberlo realizado, tengo el orgullo de poder decirles que se puede, recuperando valores y seres queridos, pero más orgullo siento por mí, por aceptar mi adicción y a la vez reconocerlo.*

*Recuperando y teniendo las herramientas para salir adelante recordando que esto es para toda la vida. Por eso les pido que no bajen los brazos, que sigan adelante. Y si por esas cosas de la vida se encuentran con un tropiezo, que puede suceder, levántense y sigan adelante, sacudiéndose el polvo de esa caída, pidiendo ayuda, que en un futuro no muy lejano podrán sentirse orgullosos como nos sentimos muchos de los que pasamos por este lugar.*

*ANTONIO PEREYRA*

## MI VIDA DESASTROSA

Fui un chico muy cariñoso, amoroso y de corazón increíble, y lo sigo siendo. Mi historia se volvió un calvario desde que tenía 14 años, me enamore de una chica y decidimos juntarnos para formar una familia, cuando ella queda embarazada, fuimos al primer control, y nos dijeron que volviéramos a la tarde, nos dieron la sorprendente noticia que esperábamos mellizas, felices de la vida continuamos con mucho amor, hasta que un día después de 5 meses, empezó con muchos dolores debido a que se adelantó el parto, el padre de ella la llevó al hospital mientras yo preparaba todo para llevarle. Antes del mediodía me llamaron para que fuera de urgencia, nadie decía nada, cuando llegué ya habían nacido, estaban intubados y no se podía hacer nada, ellas fallecieron, desde ese día mi vida se volvió un caos y una locura. Hablé con los especialistas y me explicaron, al recibir la noticia todos nos abrazamos y empezamos a llorar. Al otro día le dieron el alta y tuvimos que hacer todo lo correspondiente con el más profundo dolor en el corazón, con solo 14 años y sin saber que así desde ese día comenzaría el consumo para aliviar ese dolor y tratar de cubrir esa herida y tener mi cabeza en otro mundo, porque tenía que sacar a ella (mi pareja) delante de todo este caos. No me amé y no me valoré, y cada vez era peor el calvario de consumir. Así que agarre un bolsito y me fui a un hogar de niños, llegue y toque el timbre, donde me atendió un sacerdote preguntándome que necesitaba. Le dije que me venía a quedar porque andaba con problemas familiares, y le conté que estaba mal con la pérdida de mis hijas. Me aceptó y me dio un lugar y le avisé a mi familia. Me quedé a vivir un año con chicos con otros problemas de todo tipo. Desde ese momento agarré mi bolsito de nuevo y salí a la ruta, y fui haciendo dedo, me levantaron unos chicos que iban para Bariloche. Les expliqué mi problema y me dieron trabajo limpiando colectivos de una empresa muy grande, conocí lugares magníficos, muy lejos de casa, en unos años volví a mi casa y todos estaban súper contentos, pero mi adicción seguía mucho peor. Busque un lugar para poder sanar mi corazón y mi adicción. Hoy con 34 años estoy internado bajo médicos y talleristas ayudándome para salir adelante día a día y lograr mi objetivo. Estar bien conmigo mismo y sobre todo ser feliz y con mucha salud.

*EXEQUIEL VIGNONI*

*(2 MESES DE TRATAMIENTO)*

## HISTORIAS DE UNA REVISTA

Hola me presento, mi nombre es Julián Arroche tengo 33 años y me encuentro internado en la comunidad nuestra vida y mi historia es la siguiente:

Mi madre Graciela era muy trabajadora y al mismo tiempo estudiaba lo cual aveces ami me cuidaba mi abuela, en ese tiempo mi tío Carlos el hermano de mi mamá se ocupaba de llevarme al colegio y a una u otra plaza para que pudiera jugar junto con mi mama y mi primo hermano Fransisco.

Con el tiempo fui creciendo los 13 años me tuve que cambiar de barrio, el cual conocí amigos nuevos, todo iba marchando bien hasta que a los 16 años empecé a juntarme con gente que estaba metida en el consumo, allí fue cuando mi vida se tornó en un serio problema, empecé a consumir día a día y cada vez más hasta llegar al punto de sentir de haber tocado fondo, mi familia viendo la situación decide internarme en una clínica psiquiátrica, ese ciclo de internaciones se repetía una y otra vez.

A los 24 años me dieron la noticia que iba a ser padre, por primera vez empecé a sentir miedo, pensando en que como iba a poder criar un niño si todavía no terminaba de ser un adulto con todas las letras, me sentía un niño. Pero eso cambió al mes de vida de Genaro Mijael, lo pude alzar a mis brazos y acostarlo en mi cama. Hoy en día soy el padre más feliz del mundo.

A causa del consumo todo fue empeorando hasta llegar al punto de vender todas mis pertenencias y hasta las cosas de mi madre.

Hoy me encuentro internado con el apoyo de toda mi familia que jamás me abandonó, e hizo que yo no bajara los brazos nunca.

Es por eso que voy a terminar mi tratamiento en la comunidad junto a mis compañeros, que más que compañeros, lo tildaría como una familia unida.

*JULIÁN ARROCHE*



## ELIJO

Me pongo a pensar en si todos estamos preparados para esto, este entrenamiento de 6 meses para reinsertarse en la sociedad y pienso en eso si estoy preparado para el mundo si no confío en mí, si no tengo fe ¿De qué vale?, si no siento que...

El mundo no está preparado para lo que se viene, no sé si sienten el poder, si no se acuerdan dónde estábamos hace un tiempo, de lo que éramos hace días, semanas, meses, de lo que nos pasaba, de lo que creíamos, la búsqueda del tesoro no termina encontrando el mapa y hallando la X, hay que cavar profundo, no se sabe cuánto, hay que estar dispuesto a hacer el trabajo para hallar el tesoro, siempre hay armas por luchar, siempre hay más, la vida no para de ponerte obstáculos.

Los diamantes se generan bajo una gran presión. He estado pensando en consumir cualquier cosa desde hace ya unas semanas, manejo dinero y todo, manejo mi propia medicación y se dónde está guardada la medicación de mi familia. Se me cruza por la cabeza, sé cómo me puede pegar cada una y se lo que toman. Manejo plata y salgo solo, me quedan algunas herramientas asique tenga o no tenga plata lo mismo podría ¿No?, pero me detengo, es una batalla conmigo mismo, podría asomar la cabeza por el portón del garaje y pedir lo que se me cante a los vecinos de al lado, total me deben un montón ¿Podría no? Esto es una batalla con uno mismo solo se trata de elección se trata de elegir lo que uno quiere en la vida.

Tengo los huevos bien puestos, pero podría ¿No? Pero no siempre no, elijo estar siempre limpio, elijo sentir, elijo afrontar, elijo mi bienestar, elijo lo que hace 5 años que vengo eligiendo, tratando y aprendiendo, cayendo y levantándome, sacudiéndome el polvo, sacándome la sangre, acomodándome. Elijo vivir, elijo ver a mi familia sonreír, elijo hablar con mi hermana, todos la tenemos difícil. No se trata de la sustancia, se trata de uno, no estoy donde quiero estar, pero estoy agradecido de no estar en donde estaba.

NATHUEL REYNA

## HISTORIA DE VIDA DE FAVIO

Me llamo Favio, tengo 47 años, tengo 5 hijos, vivo con mi mamá y estoy separado hace 6 meses. Mi historia con el consumo comenzó a los 30 años, para olvidarme de mi familia ya que mi familia era un caos. En ese momento yo estaba trabajando en la Renault de Córdoba Argentina. Poco a poco el consumo se fue haciendo costumbre por mi clase de trabajo y día a día iba aumentando, tuve 2 accidentes de trabajo y a los 42 años me jubilaron.

A raíz del consumo de sustancia me llegaron problemas día a día, tuve 2 internaciones anteriores, luego hablé con mi mamá y decidimos tomar otro tipo de tratamiento y me salió la oportunidad de entrar a Nuestra Vida. Cumpliendo así con mi tercera internación y estoy aprendiendo a vivir día a día alejado de las drogas, y me di cuenta que se puede dejarlas.

Quiero estar bien por mis hijos que supieron entenderme y me di cuenta como se extraña la familia y es difícil pasar el día sin el consumo, pero sé que se puede con voluntad, la ayuda de mis compañeros nuevos y de los profesionales.

*FAVIO PEREYRA*

## CONSUMO, AMOR, CONFIANZA Y DESCONFIANZA

Mi nombre es Elian Keegan, tengo 39 años y más de 15 años de consumo. De muy chico me gusto estar de novio disfrutando del amor y de la confianza de otra persona, con el paso de los años mi vida y mis conductas fueron cambiando, todo se volvió confuso, mis mentiras eran cada vez más y de a poco empecé a perder las cosas que quería. Un día perdí una novia, a los dos años otra, de a poco la gente perdía la confianza en mí, me sentía cada vez más solo. Empecé un tratamiento de rehabilitación, lo dejé, siempre para complacer a otro, hacía cosas sin confiar en mí.

Me quedé solo mucho tiempo, el consumo crecía día a día y yo cada vez más solo. Los tratamientos se convirtieron en una puerta giratoria, entraba y salía sin aprender nada y así se me pasaban los años, sin poder lograr una estabilidad en mi vida. Hace 4 años

conocí a una persona, Magdalena, mi actual pareja, que gracias a Dios me enseñó lo que es el amor, el respeto y la confianza. Empezamos la relación muy bien, en armonía y paz. Con el paso del tiempo, volví al consumo y todo se puso feo, aparecieron las mentiras, las discusiones y de a poco todo se me fue de las manos. Lamentablemente llegó la primera internación al lado de ella, al tiempo la segunda y así mis actitudes eran cada vez más feas, las discusiones cada vez más intensas, hasta que llegó el día que salió mi parte agresiva, nos separamos, Magda alquiló un departamento y se fue a vivir sola, decidimos seguir juntos pero sin convivir. En una de mis tantas internaciones le fue infiel, fue algo muy feo y doloroso. Nos volvimos a separar, pero al tiempo me dio otra oportunidad, no solo de volver, sino de demostrarme que se puede ser mejor persona, que de los errores se aprende y volvió a confiar en mí. Desde ese día algo cambió en mí y sé que puedo confiar y demostrar confianza.

Hoy me encuentro internado en nuestra vida, estoy feliz, confiado, muy positivo de terminar el tratamiento para poder estar al lado de la persona que amo.

*ELIAN KEEGAN*

## INTROSPECCIÓN

Mi nombre es Maximiliano tengo 41 años y prácticamente toda una vida de consumo. El que, por qué y el para que comencé a consumir no lo encuentro muy claro. Quizás fue por curiosidad por lo prohibido o de búsqueda de un escape a la realidad no tan llena de alegría que vivía a diario. Lo que sí puedo decirles es que el consumo como algo recreativo terminó siendo un infierno.

Al principio me llevaba y guiaba a mundos paralelos donde todo estaba bien, me sentía poderoso y alejado del dolor. Luego de a poco se fue tornando más conflictivo en donde el poder y el bienestar se fue perdiendo hasta tornarse en algo problemático lleno de angustia y como lo defino yo lo famosos mambos negros en donde la realidad es muy difusa, se acerca bastante a la locura con delirios paranoicos y los famosos pozos depresivos post consumo que me llevaban a querer volver a introducirme en ese mundo irreal en busca de una solución mágica a todo lo que me sucedió.

*La soledad me rodeó, la gente se alejó de mí y dañé a mis seres queridos quienes indefensos no sabían qué hacer ante mi problemática y la situación que se estaba viviendo. Pero principalmente me dañé a mí mismo y surgieron pensamientos de terminar con mi vida para que todo acabara.*

*Creí que estaba en el fondo, pero recordé que siempre hay un fondo más allá del fondo y hay luz más allá de la luz. Trate de afrontar mi problema de adicción muchas veces y de distintas maneras sin obtener resultados positivos. Hasta que tomé la determinación de que debía hacer algo que tuviera constancia y fuera definitivo y decidí internarme en la institución Nuestra Vida buscando no llegar al fondo más profundo y llenarme de luz.*

*Aquí estoy rodeado de gente que me entiende, paso a paso por la misma problemática y también tiene como objetivo hacer un giro de 180 ° en sus vidas. Me siento acompañado, contenido y un poco más liberado. Es un nuevo comienzo, es como volver a nacer. En conclusión, para mí, Nuestra Vida, debería llamarse Nueva Vida porque eso es lo que te brinda una nueva perspectiva ante lo que sucede y lo más importante te brinda una nueva y valiosa oportunidad de vivir.*

*MAXIMILIANO MARTÍNEZ*

## **HISTORIA DE VIDA DE HUGO**

*Mi nombre es Hugo tengo 49 años, mi inicio en el consumo fue hace muchos años. No sé bien si fue por curiosidad, por aburrimiento, por ocultar sentimientos dolorosos del pasado o la no aceptación de mi sexualidad, algo que por muchos años me preocupó mucho por vergüenza, y porque acá algo que aun en ese tiempo iba contra el mandato cultural establecido por la sociedad. Me costó mucho liberarme y vivir como realmente me sentía sin escuchar el qué dirán. Pero ya para ese momento había probado por primera vez las sustancias, a través de alguien que sin pensar el daño que causaría me la facilitó y la puso en mis manos. Al principio todo fue diversión, buenos momentos y noches interminables y por eso volvía buscando siempre más, una y otra vez, con esos amigos que te dan la noche y lo prohibido. Por mucho tiempo todo fue, si se quiere decir de alguna forma, más o menos ordenada. Creyendo que era yo quien controlaba el consumo. ¡Qué ingenuo! Sin darme*

*cuenta esto fue comenzando a dirigir mi vida, mi relación con amigos verdaderos, en mi desempeño laboral y sobre todo con mi familia, en quienes más de una vez vi su mirada de preocupación. Pero yo seguía en lo mío cayendo al precipicio.*

*Tuve que tocar fondo una vez más para darme cuenta que así no podía seguir. Y tome la decisión de buscar un lugar para internarme. Por eso estoy acá en "Nuestra Vida" poniendo todas mis fuerzas para lograr recuperarme, y gracias al apoyo de toda mi familia, mis padres, hermanos, sobrinos. Sobre todo, al amor incondicional de mis dos pilares fundamentales Maca y Agus que son mis ahijadas y a quienes considero prácticamente mis hijas, son mis hijas de corazón desde muy pequeñas. Ellas y yo nos hemos acompañado hasta el día de hoy, aprendiendo muchas cosas de ellas así como ellas de mí, y las amo profundamente. Este cambio y esta nueva etapa la necesito por mí, por ellas, por toda mi familia y nuestro bienestar.*

*No quiero olvidarme también de mi abuela quien estaría orgullosa de lo que estoy haciendo, ella está siempre presente en mis pensamientos me amo y la amo con toda mi alma. Hoy puedo ver las cosas con más claridad, sobrio, lejos de las drogas, pensando en un futuro mejor, apreciando cada momento, fortaleciendo mi autoestima, encontrando nuevas herramientas para seguir avanzando. He aprendido que si se puede y que todo cambio empieza por uno mismo. Hoy me he dado una nueva oportunidad para vivir.*

*HUGO URQUIZA*

## **MUNDO RECAJADO**

*Vida deseada vida sana fue donde yo me criaba*

*Divertida y callejera como jugar en la plaza*

*Entre noches divertidas apareció la adrenalina*

*Alejándome de todo lo que bien a mí me hacía*

*Hundido en la mentira del fracaso disfrazado*

*Perdí amor, comprensión y todo mi pasado*

Solo y triste caminando ni mi espíritu a quedado  
El empujón de un hermano fue quien me ha iluminado  
Esa sogá compañera que me salvó de la hoguera  
Ya camino alejado de mis propias cuerdas  
Poco a poco aparecen esas luces de la casa  
En el pasillo calentito que mi padre calentaba  
Cuando todo iluminaba, los colmillos se clavaban dejando ciega mi mirada  
Solo era pura inercia en busca de sustancia, cuando despierto solo lloro porque a todos yo  
traiciono, es que me vino a buscar ese maldito demonio  
Aceptar es difícil que en un cuerpo hay dos personas  
Más cuando la segunda desenfunda la pistola, tuve miedo de perder mi propia vida  
Pero tuve que enfrentarlo por toda una familia  
Son diez años de locura y seis en la lucha  
Pero sigo así no se sale con la suya, por los años perdidos y todo lo dañado  
Por todo lo que queda un mundo relajado.

GONZALO WALDEMAR SUECDO

## MI FUERZA

Llego el día 7 y me niegan la llamada, se fijan como estoy a ver si sale la dopada  
El día se oscurece y mi corazón desangra  
Al entender que afuera vos a mi no me amabas, me tiro en un rincón y observó el partido  
Perdiendo por goleada pero ahora subo el ritmo  
Intercambiando ropa pa poder pasar el frío  
Porque el encierro es largo pa curar este vacío

Tirando piedras a un bondi comienza esta historia, mirando las pistolas que para algunos eran novias, jugar a ser delincuente en mi barrio era frecuente

Te digo papi mi primer robo fue a los 13

Escribo entre los gritos de gente devastada, que intentan curar y aliviar sus almas

Pero cada uno paga lo que hace en esta vida, hasta que no lo hagas vas a vivir de rodillas

Te canto madrecita pa que te quedes tranquila

Ya no sostendrás mi brazo mientras el suero a mi me limpia

Pues vete tu pal norte a cumplir tu promesas

Que tus lágrimas de ayer hoy en día sean mi fuerza .

GONZALO WALDEMAR SUELDO

## MI CONDENA

Sentado y abrigado desayuno mi condena

Digiriendo cada error que yo cometí afuera

Entendiendo y asumiendo el porqué de mis problemas

Enfrentarlos y resolverlos son cadenas en mis piernas

Hoy estoy triste y siento que todo lo tengo encima

Pero sigo siendo fuerza pa poder irme pa arriba

Pa poder ver a la flia , andar en moto en la neblina

Falta mucho pero espero con la cabeza arriba

Lo que quiero ,lo que busco ,objetivos y mis hermanos

Va ser la recompensa de todo lo trabajado

Hoy me duele y no achico como chico en la plaza

Haciendo lo más difícil pa poder sacar la cara

Tener actitud y fuerza para que nadie me aplastara  
Fue lo que hizo que yo mismo me encerrara  
Que yo pierda la cordura y las riendas de mi vida  
Asique tengan mucho cuidado con lo que buscan en la esquina.  
GONZALO WALDEMAR SUECDO

## EN LA VIDA CON ZAPATOS SUMA Y SIGUE

Hola mi nombre es Lucas, este nombre me lo puso mi viejo/ja por el santo jaja jaja, es lo que esperan siempre de un hijo/a o un diminutivo moqueraso que es el "luquita" que acompañó las pocas expectativas que se espera de uno, en el cual uno se la cree, a este luquita y se queda para hacer y echar moco que su momento era de niños y luego crecen, para ser peligroso, no es por nada, que nuestra sociedad crean el "jaimito", el moquero da de comer para uno y para muchos/as. Hoy me encuentro transitando la vida, de nuevo sin sustancias, enfrentando el quehacer de la vida, sintiendo sensaciones de incertidumbres, euforias, miedos. Si me preguntan, ¿es fácil? uff...ve vo q nooo, porque lo más cómodo que le queda al luquita y lo aprendido, por mucho tiempo, es tapar sentimientos/sensaciones con consumo o no jaaa. Porque la visión de la vida me la fui achicando, con lentes cortos de veranos flayerinos pasajeros, no preparados para los inviernos sin ropa y calzado de alpargatas mojadas...¿Se puede desaprender? si como que nooo! para eso estamos ¿Que se necesita? olvidar noooo, porque ayuda a entender porqué estoy en este camino de nuevo sin sustancias...borrar y olvidar? tampoco, no quiero y aprendo todos los días, **NO SER ESCLAVO DE ELLOS... porque la LIBERTAD ES UN MÚSCULO QUE SE EJERCITA TODOS LOS DÍAS.** Hay que tener valor de hacerse cargo de lo que te pasa, que la vida tiene días más pilas y otros se pasan con cosquillas en la panza, con los huevos en la garganta, con ganas de cagarla a toda, otros que quedas como el chavo del 8, cuando le agarra la chiripiorca, porque quieres saber que hago con mi vida jaja. Hoy estoy de pie, porque estar sobrio, limpio, de cara y de lucha se haga una costumbre sana, puedo contar hoy, que fluyen ondas positivas piolas, recomienzan a salir proyectos de vida, que estaban frenados, por un consumidor, que tenía ganas nada mas de proyectos, pero en



consumo, que son proyectos flasheros, solo fantasías momentáneas, que en sustancias químicas, alteran tu autoestima bajoneada... porque dejaste de ver lo genial que sos y asusta jajaja, lo divertido y no más el payaso, lo humano y no el peligroso... y después te preguntas ¿Porque te quiere tanto la gente? ¿Por qué lloran algunas personas por vos? y decis... algo bueno hago jaja y sii Gilberto , no al pedo , tenes personas queridas a tu lado... y los picaros, ahii están viendo y huyendo perdidos en la vida...

LUCAS ROSALES

## HISTORIA DE VIDA DE NAHUEL (1)

El lunes ayudé a un compañero con su ataque de abstinencia, me hizo acordar a los míos, me hizo dar miedo, solamente un poco, porque el jueves me empiezan a bajar la medicación y seguro que voy a empezar a tener estos ataques. Lo mismo me paso hace 2 años cuando estuve internado acá, sufrir de abstinencia es un paso difícil pero necesario para en la recuperación, es raro que un adicto no lo tenga, ducha fría, agarrar hielo con la mano, golpearse la muñeca con una bandita elástica, comer algo dulce y describirlo, hacer abdominales, salir a correr, ponerse a hacer algo para mantener la mente ocupada y no llegar al craving son cosas importantes que tenemos que saber. Cuando estaba afuera me agarraban y las hacía, me ayudaron un montón, el tema fue cuando las deje de hacer, no porque me olvide, si no, por el solo hecho de que las deje de hacer, fue la primera parada al bondi del consumo. Ataques de ansiedad, ataques de pánico, mi cabeza que no paraba de hablarme y de tirarme mierda y no la podía controlar, todo eso me asustó.

¿Qué pasó? más medicación, que paso? no poder trabajar, ¿a dónde volví? Y a donde todo adicto vuelve cuando tiene más de 10 años de consumo y donde la respuesta es una amarga y corta línea blanca; pero bueno me canse rápido, esta vez fueron dos meses de días continuos, de horas rápidas sin hacer nada, solo eso, robarle a mi mama que tanto da la vida por la familia que ya se ha desgarrado el corazón un montón de veces viendo el bolso con mi ropa yéndome a internar de nuevo, bancando al nene que viene y le dice que le debe el fiado de toda una semana y no sabe cómo pagar, y de nuevo saca plata de la comida

para darle y se sigue portando como siempre, con esperanza de que algún día el solo cambie y no le diga más que cambio otra herramienta que tenía para lanzarse solo a nada.

La he hecho a todas menos matar y violar, ahora que estoy internado y hablo del pasado con mis compañeros veo que tenemos algo en común, todos hemos hecho locuras para conseguir, algunos más, algunos menos, pero locuras, en fin. Es increíble lo que te lleva a hacer por solo un poco, con los chicos de N.A aprendí que no a la primera y que una puede ser un millón, cuanta verdad en eso ¿no? Me hace pensar en las veces que estuve limpio volví a empezar y no podía parar, arrancaba por X excusa, solo por arrancar, a veces ni excusa había, solo por arrancar.

Ahora entiendo muchas cosas que antes no, es mi novena internación, la segunda en Nuestra Vida y me he planteado muchas cosas como ¿por qué de nuevo acá? Y entendí que después de haberme ido unos días antes de que me dieran el alta hace unos años atrás estuve un año limpio. Un año y 8 meses contando internación en Nuestra Vida de 6 meses y 2 meses en la San Nicolás, pero también me dije, ¿estoy seguro de querer volver ahí? Si sabes como es. Y bueno acá estoy bancándome todo de nuevo con la frente en alto, diciéndome que al tratamiento lo hago yo, así que poniéndole buena cara a todo y haciendo lo que se me dice sin chillar. Acá en el tratamiento, como en casa, como con la familia, como con el trabajo, como con nuestra pareja, como con nuestros hijos, como con la vida, sea la situación que sea hay que poner buena cara y muchos huevos para salir adelante. Lo del pasado ya pasó que no pese en el presente, lo del futuro es incierto pero lo del ahora es un regalo que está siendo concebido y hay que disfrutarlo al máximo.

NATHUEL REYNA

## SOBREDOSIS

Era mi cena de egresados, recuerdo hasta la mitad; todos terminamos igual. No me acuerdo del after me dijeron que yo temblaba mucho que no paraba de hablar boludeces y hacerlos cagar de risas. Al otro día de la cena me levanté hecho mierda, con mucho dolor de cabeza. Ahí no más busqué mi billetera si tenía plata, y si, tenía un montón; prácticamente no había gastado nada de lo previsto así que me levanté comí y empecé, eran

como las 18hs un día sábado me tomé algo con un amigo y compre una cantidad exagerada porque quería compartir con ellos mi despedida de la nocturna y quería festejar a full, lo que no me esperaba era que me la termine tomando solo, porque, no sé, todavía no entiendo porqué arranque así pero se hicieron las 00.00 la hora de salir y ya no tenía más plata y tampoco la cantidad exagerada que había comprado.

Empecé a temblar, no paraba de moverme, no paraba de hablar, algunos de mis amigos se asustaron y se fueron a bailar, otros se quedaron conmigo y nos fuimos a la casa de uno para que mi mamá no me vea así. Yo no podía parar, no podía bajar, eran las 7 de la mañana y fumaba y fumaba, bebía y bebía y no podía bajar, seguía en la estratosfera, recuerdo que llamamos a la ambulancia y nos dijeron que iban a venir con la policía, le dijimos que no vinieran, quise pincharme el dedo pero no sabíamos cómo hacerlo y no salía sangre, así que opte por irme a casa a tirarme a la cama a ver si podía calmarme.

En mi casa no podía estar, me vi en el espejo y estaba pálido como un mimo eso me asustó y le tuve que hablar a mi mamá ya sentía algo raro en el pecho. Fuimos de hospital en hospital, nadie quiso ayudarnos hasta que llegamos al hospital de urgencia.

Ahí me acostaron en una camilla a esperar, una persona puso a hablarme de Dios y la biblia yo empecé a ver una luz blanca y a sentir que algo me jalaba hacia arriba desde el pecho, los brazos y las piernas se me dormían y cada vez me jalaba más fuerte, mi mamá me agarraba fuerte de la mano. Yo le decía que la amaba y se me cerraban los ojos, se me habían puesto pesados, justo cuando los estoy por cerrar me meten para adentro había uno que había chocado, ahí me ponen oxígeno y no me acuerdo más nada.

Después cuando salí recuerdo que salí muy débil, no podía caminar y estaba muy agotado y tenía mucho sueño. Cuando llegué a casa dormí mucho, le conté a mis amigos que me cagaron a pedos, esa semana me levantaba a comer e ir al baño y estaba muy cansado. Después de eso pasaron tres meses hasta que volví a consumir.

Todavía me pregunto porque volví a agarrar después de haber vivido tal episodio.

*NATHUEL REYNA*

## MOMENTO CRÍTICO

*Estoy en un momento crítico, estoy en el proceso en el cual o me vuelvo muy débil o me vuelvo muy fuerte, estoy en ese limbo, sentí emociones muy fuertes, demasiado fuerte, la angustia me pasaba demasiado, me estaba ahogado y necesitaba respirar de nuevo, sentía mucha angustia, mucha pena, mucha intranquilidad, mi cabeza no paraba de pensar cosas, era una cosa que dormía 1 o 2 horas a la noche la cosas se estaba poniendo seria, el jueves explotó mi cabeza, ya no daba más, mis pensamientos generaban mucha angustia, la necesitaba o algo parecido, estaba por recaer, era débil, muy débil, llego al extremo, al infierno de nuevo, estaba en la hora del almuerzo con los chicos y sentía que mi cabeza no daba más estaba por colapsar, tuve mucho miedo, muchísimo miedo, pensé que iba a terminar en un neuro de nuevo, que tenía que comenzar todo de nuevo, empezar de 0, otra vez me asusté, tenía terror y no se lo dije a nadie de la casa, temblaba por el miedo, nunca me asusté tanto en mi vida, mi cabeza a punto de colapsar, a punto de desaparecer todo lo que ya era, por lo que yo luché, por lo que soñé, no me quedé con los brazos cruzados, como ya les dije hay que darlo todo y más y eso hice lo di todo y más, mucho más, vencí el miedo, el terror, la angustia incontrolable de querer consumir y no sentir de nuevo, hable con Óscar y le dije que me vieran cuando tomara la medicación porque quería meterme cualquier cosa por la nariz, en serio, no se imaginan lo mal que me sentí, estaba en la lona, pensando que ya había recibido suficientes golpes y que era hora de que todo acabara mi sueño, mi anhelo, mi dicha, mi amor por estar limpio y sereno, pero decidí quedarme el fin de semana decidí seguir luchando por mí, por lo que amo, por lo que anhelo, por lo que quiero que necesito, ese tiempo en la lona fueron 9 segundos de descanso, nunca voy a dejar que llegue hasta 10, nunca.*

*Por más que explote, por más que sienta que la necesito, estoy realmente convencido esta vez, estoy realmente luchando conmigo mismo tratando de ser mi mejor amigo arrasando a ese yo adicto, dándole consejos como lo hago con ustedes, supe manejar la situación aunque me costó errores de verdad, me costó muchísimo porque mi otro yo golpeaba con mucha fuerza y determinación, muy preciso y perspicaz, pero yo, pero yo, ya no soy el de antes, tengo el enfoque, la resistencia, la fuerza y todo lo que antes no tenía, confió mucho en mí, en mis decisiones, es la primera vez que no estoy en un cumpleaños de mi mamá, no*

siento que le falle, no me siento mal por eso porque sé que el mayor regalo que puedo hacerle es estar bien yo y demostrarlo con hechos que a esto, a esto que estoy haciendo, le estoy poniendo todo pero todo de mí y eso me hace sentir orgulloso.

*NATHUEL REYNA*

## **PUEDO Y LO VEO**

*Como un gramo puede destruir todo lo que amo*

*Pero ahora puedo y lo armo*

*Puedo sentirme calmo*

*Sentirme aliviado*

*Después de meses encerrado*

*Y con psicólogos estar trabajando*

*Puedo y lo creo, puedo y lo veo*

*Dejar de ser un mimo*

*Dejar de vivir un espejismo en un mundo de surrealismo.*

*Me miro al espejo, perplejo*

*Ya está, al fin lo dejo*

*Hasta que me haga viejo*

*Hasta que mi corazón se haga añejo*

*Vivir de eso lejos*

*Hacer nuevos recuerdos*

*Vivir nuevos momentos*

*Nuevas amistades, nuevas verdades*

*Ser honesto conmigo mismo*

*NATHUEL REYNA*

## AMOR A PRIMERA VISTA

Cuando te vi fue sin duda amor a primera vista, así tan cual pasa en algún momento de la vida con una persona que puede o no ser parte de la tuya. En cambio, este amor es sin duda para toda la vida ya que papá voy a ser hasta mi último plano terrenal. Qué lindo era escuchar tu respiración cuando eras bebe me hacías sentir vivo, aunque esa respiración era de chanchito que daba más ternura aún. Que te duermas en mi pecho, un placer que no todos tienen. Te acostumbramos con tu mamá a ser cariñoso. Te llenamos de besos y lo digo literal, fueron miles y así te acostumbras a recibirlos y a darlos.

Hoy por mi tratamiento te veo dos días en la semana y te extraño mucho. Ni hablar los primeros 15 días de internación fueron de mucho sufrimiento y angustia. Pero créeme que esto lo hago por mí para estar bien con vos y tratar de ser el mejor padre posible, ojalá pueda acompañarte en la vida como lo hace hasta hoy mi papa y darte lo mejor que pueda con los límites necesarios, pero siempre con mucho amor.

Sé que no todo será de color de rosas pero así es la vida y lo enfrentaremos juntos y en familia, también vendrán peleas, quien no las tiene con sus padres o con sus hijos, lo importante es asumir errores y perdonar.

Agradezco a la vida tenerte porque con vos aprendí que **EL AMOR ES EL MOTOR MÁS VIGOROSO DE LA EXISTENCIA.**

*MAURICIO FONT*

## MI PROPIO YO

Me gustaría hablarle a mi propio yo, a mi propio Mauri a ese Mauri que por mucho tiempo se dedicó a complacer a las demás personas y dejándose de lado, descuidándose, dañándose y tomando decisiones tantas erróneas, como correctas, pero siempre pensando y deseando que la otra persona se sintiera bien. Claro que jamás hizo esas cosas esperando algo a cambio. Siempre de buen corazón, empático, compañero, divertido, respetuoso, cuantas cualidades lindas y valorables las que tiene, pero que por varios años se vieron opacadas por el consumo, tanto de marihuana, alcohol y cocaína, dejándolo desganado, en

soledad, por momentos tristes. Las risas se convertían en llantos pensando en la culpa y el daño generado a su familia que ama por sobre manera, como ellos a él. Siempre tratando de mantener una sonrisa en la cara, pero también el corazón y el alma quebrada por la angustia. Como escuché una vez en una canción, era un "muerto encerrado en un cuerpo vivo", el último tiempo y al tocar fondo realmente se aferró a Dios que agradecido a eso le dio la fuerza, la decisión y la sabiduría para aceptar que de verdad todo se había ido de las manos y poder internarse para volver a recuperar su vida. Hoy querido Mauri, te quiero decir que no bajes los brazos, que sigas para adelante, que nunca renuncies a tus sueños, que hay gente que realmente te ama mucho esperándote afuera y con muchas ansias. Dios te bendice poderosamente y créé que si vos querés, Él quiere y se puede. Ánimo que la vida es hermosa cuando se la vive sanamente. se que lo vas a lograr, creo y confío en vos.



*MAURICIO BARBOSA*

## MI REHABILITACIÓN

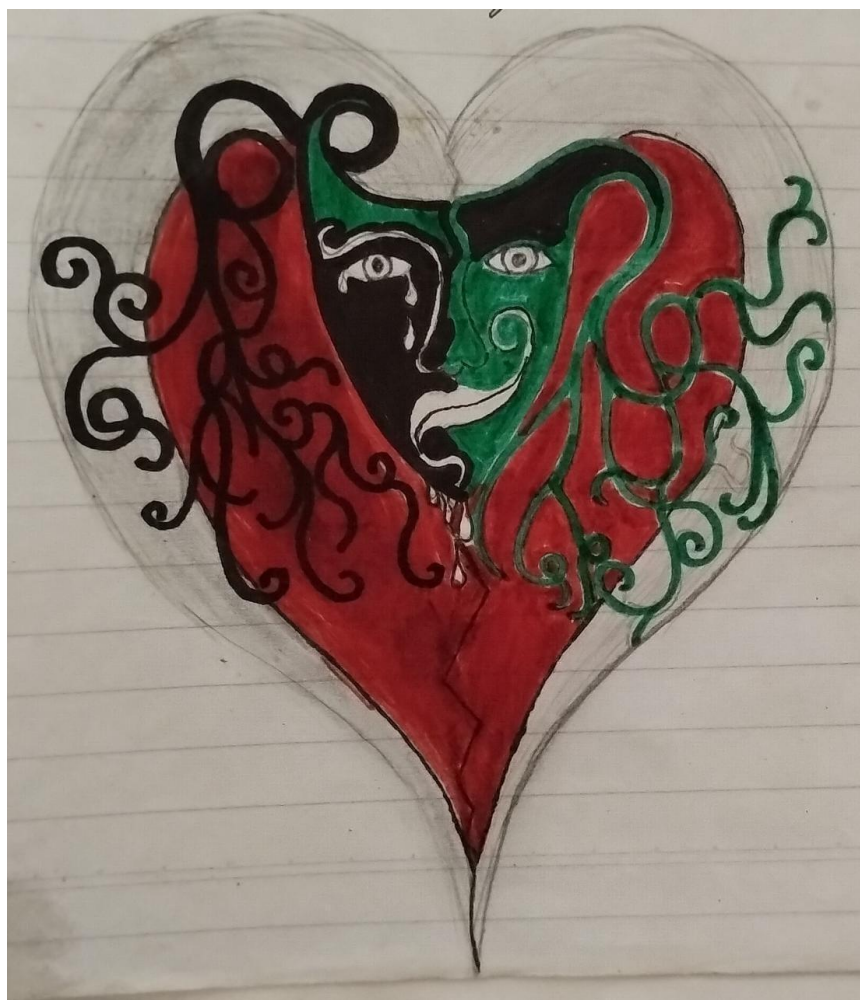
### El dolor, el sufrimiento y la felicidad

Se me expresa en arte que a la hora de elaborar algo es inevitable no expresarlo.

Cuando más dolido o feliz esté, es cuando todo lo revelo en papel, puede ser abstracto, figurativo o surrealismo, pero se expresa claramente mi sentimiento en papel o artísticamente. Ahí está mi verdadera historia dibujada que en palabras jamás se podrá explicar o entender lo que intento decir para que me comprendan. Mis miedos, sufrimientos, felicidades, pecados y soluciones, están representados claramente en el propio dicho y ésto no termina, la historia sigue y está en plena guerra. Cada dibujo es el siguiente del anterior, mi collage aún sigue revelando toda mi vida

Imagen 9

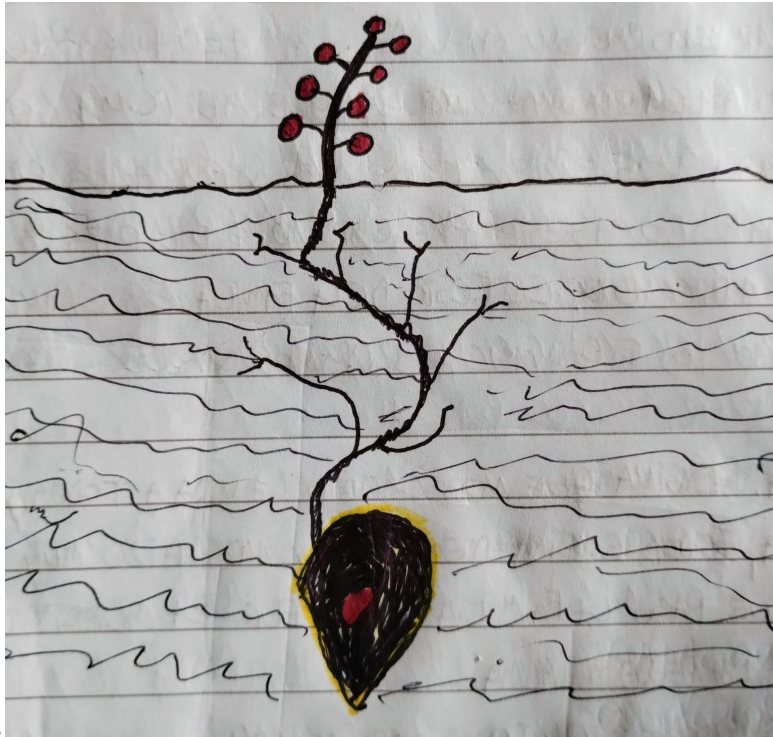
LORENZO BARRERA







3



4



5



## PERSISTENCIA

*Estoy sintiendo muchas emociones juntas en este momento, desde el viernes sigue el ahogo en el pecho, después de salir de terapia sentí mucho enojo sentí muchas ganas de estar dopado, de que me subieran la medicación, no de consumir, estoy sintiendo muchas cosas juntas y no sé si puedo con eso, también es como que junto la angustia de mis compañeros, lloran en mi hombro, no se lo puedo negar, una charla, una lagrima, prometí ser más humano pero no sé si pueda con todo, mi mamá se tiene que operar y eso me hace pensar, mi chica está afuera conociendo gente y eso me hace pensar, mis compañeros están con muchas cosas y siento que todos necesitan de mí, un abrazo, un hombro, un chiste lo que sea hasta un pucho, pero no consigo sacar fuerzas donde antes había mucha, igual voy a seguir sacando fuerzas de donde no haya, de donde no tenga y tal vez encuentre.*

*Estoy agotado tratando de que mis hombros no se quiebren y tratando de mantener este nuevo mundo que estoy creando en mis propias manos, trate de escupir toda esta mierda que tengo, pensando en la nada, por lo que no se descargarme y me tome una semana sin escribir y fue una mala decisión lo necesito como a mí mismo puto aire que respiro.*

*Esto está abarcando muchas cosas, tengo miedo de hoy porque la veo y apareció de nuevo el auto boicot y no quiero boicotear la linda relación que tenemos, soy propenso a cagarla, siempre cuando las cosas van bien la cago, le busco el pelo al huevo como le dije a la psicóloga estoy buscando estar mal, a eso estoy acostumbrado.*

*Mi vida no es de color de rosa, la de nadie lo es. Fue un puto infierno con tintes de color cielo en algunos momentos, recuerdo que tenía 12 o 13 años. No sé muy bien a qué edad empecé era 2° año de la secundaria, pero escapaba de mi casa por unos días, dejando notas de que no iba a regresar más, me sentí encerrado, no me dejaban hacer nada, no tenía libertad, me sentía solo en mi casa, no era un lugar cálido.*

*Teníamos siempre discusiones que se escuchaban desde la calle, eso me daba vergüenza, pasaba mucho dolor por eso, me acostumbre a él, es como que necesitaba sentirlo para sentirme vivo, sé que lo calme con consumo, pero era matarme lentamente no callar las emociones.*

Ahora que me están dando amor, o así me dicen me dieron a entender que inconscientemente, eso pienso no sé ser feliz por un largo tramo no me acuerdo de serlo, siempre paso algo que me cagaba la felicidad o me la mandaba o se encargaba mi papa de hacer mierda todo.

Ahora lucho con uñas y dientes contra mí mismo, contra mi adicción, contra la desconfianza, contra mi ánimo, contra mis ganas, contra mis hábitos, contra mis emociones, contra todo para ser mejor persona, para cambiar de una puta vez lo que fui, para ser lo que estoy siendo y para ser feliz con lo que algún día seré.

NATHUEL REYNA

## HISTORIA DE VIDA DE NATHUEL (2)

Venía bien hasta que vi eso en un pibe en la esquina, mi mama no se dio cuenta, pero yo sabía cómo estaba, que había consumido, yo me di cuenta al toque, yo era uno de ellos, uno más del montón.

Quise pasar un sábado diferente pero no podía parar de pensar en eso, en estar así, en no sentir nada de nada. Me perdí de pasar un buen finde, aunque hice de comer para despejarme, fui a dar una vuelta al centro para no pensar más en eso pero termine en la ducha fría, va fría, con el calor que hacía era tibia el agua y no ayudó mucho, hice lo del hielo y se me paso un poco.

No puedo dejar de notar que todavía no estoy tan fuerte como pensaba, no quiere decir que vaya a consumir porque a mis finde la paso acompañado y enfocado en no hacerlo, sacó fuerzas de donde no tengo para no hacerlo, pero siento mucha angustia. No sé por qué este finde se me aclararon varias cosas y sé que lo único que tengo es a mi familia. Ya no puedo mentirme más, no puedo seguir saliendo con esa persona, tengo que ser fuerte por mí.

Sé que lo que viene es muy duro, lo sé muy bien, ya empecé a entenderlo. Desde hace rato lo vengo pensando, me da mucha angustia, pero lo tengo que hacer. Voy a divertirme con el único amigo que me queda que no es de consumo que siempre me quiso explicar en otro

lado. Tengo que ser fuerte no me queda otra, tengo que serlo, por mí y por ellas por más que me duela para ser feliz, es lo que busco, es lo que anhelo, es lo único que quiero sé que puedo serlo si lo intento, si lo sigo creyendo.

Me cuesta decidirme, seguro que voy a dudar un tiempo más pero de a poco me voy diciendo más y más estoy lastimado, me siento un bobo, un idiota, no pasó nada malo nada grave solo me siento así, pero no es nada bueno sentirse así. No quiero sentirme más así por eso suelto lo que más me hace daño, ya aprendí demasiado en este tiempo como para querer seguir soportando los quilombos de otros que me hacen mal. Tengo que soltar todo eso que me daña para verme sonreír en el espejo y quererme como lo estoy haciendo ahora.

NATHUEL REYNA

### HISTORIA DE VIDA DE NATHUEL (3)

Recién salía de trabajar era viernes, yo los viernes cobraba por eso me acuerdo del día. Estábamos con un compañero de trabajo y un amigo, estábamos tomando algo re tranquilos y cayó el, re nervioso, iba y venía y miraba el celular a cada rato, ya nos habíamos dado cuenta como estaba. No paraba de moverse, ya venía mal desde hace unos meses.

No nos sentimos culpables por haberle hecho probar cuando él regresaba de un viaje de Bolivia. Ya no era el de antes, se convirtió en un ventajista, pensaba en él solamente, siempre terminaba sus frases con un "estoy viendo mi beneficio". Ese día después del laburo no sé qué me pasó y explote, ya no lo aguantaba más, no podía ver como mi mejor amigo de toda la vida desde que teníamos 6 años se perdía en la droga, estaba perdiendo todo por el consumo y no se daba cuenta, a su novia, a su familia y a nosotros.

Como ya dije, ese día exploté y le dije todo, todo lo que sentía y él mirando el celular como esperando a alguien. Yo sabía a quién esperaba, asique le dije que lo tenía en su casa, no me dio bola. El dealer paró frente a mi casa y él se puso a consumir en la puerta. Yo con bronca lo saqué cagando porque todos los vecinos miraban como consumía y ya estábamos muy quemados por culpa de él.

No me aguanté, lo tenía enfrente mío y le pegué, no me aguanté, no podía soportar ver como mi hermano se hundía en un pozo del cual quería sacarlo y ese fue mi último aliento. Recuerdo que me dolió pegarle, no el golpe, sino el tener que hacerle daño físico a una persona la cual quería mucho. Con el tiempo él se fue quedando solo, todos me fueron dando la razón y fue algo que también me hizo mal porque no quería que se quede solo, solo sabía que iba a ser peor y así lo fue. Me fui enterando que se empezó a juntar con gente que nos juntábamos de vez en cuando y lo terminaron excluyendo por cómo se portaba, él estaba en la vida solo como un perro callejero. Trate de ser su amigo muchas veces, pero ya la confianza y su forma de ser había cambiado.

Todavía me cuesta mucho aceptar que perdí un amigo que fue como un hermano para mí, ha sido una de las peores cosas que pude atravesar en la vida, sé que está vivo y que tiene un hijo. Él vive a una casa de mi casa, pero ya no es lo mismo, por ahí nos cruzamos, pero como ya lo dije perdí toda la confianza en él.

En esto del consumo entiendo que se pierden amistades, confianza, cosas materiales, plata y hasta uno mismo. Pero también sé por experiencia propia que metiéndole ganas y haciendo las cosas bien, con huevos, amor y dedicación se puede revertir el pasado.

NATHUEL REYNA

## HISTORIA DE VIDA DE NATHUEL (4.)

Me sentí asustado, con miedo, ese miedo de perder lo que estaba construyendo sin querer, miedo a perder de nuevo, miedo a volver a pasar por lo mismo de nuevo. Sentí una presión en el pecho como un ahogo, pensé que si se me iba todo mejoraría, pero igual me quedé, me quedé a construirme, a repararme y a destruirme de nuevo, porque para ser mejor persona hay que destruirse para volver a reconstruirse, lo vengo haciendo. Tengo miedo del próximo recuerdo que se me venga a la mente, me pasó de todo, lo he venido escribiendo hace rato.

Algunos me costaron más y otros menos, pero cada uno se llevó una lágrima de mí, una lágrima que no puedo llorar, que me cuesta sacar, no puedo tolerar verme así porque llorar no es de hombres y no encuentro explicación de porqué se me metió eso en la cabeza.

Recuerdo que tenía 16 años y a esa edad lloraba mucho. Estaba de novio con una piba mucho más chica que yo, tenía apariencia de ser más grande, pero tengo eso de que me gustan las mujeres más jóvenes que yo.

Vivíamos peleando por todo, absolutamente por todo, porque miraste para allá, por qué hablaste, que es mentira y que es verdad, que esto que lo otro, por todo peleábamos, sin descanso. Ni hablar de las veces que se enteraba que yo andaba con una chica boludeando por ahí. No tenía amigos, ella tampoco los tenía, nos habíamos privado de todo por los celos. Las llamadas por teléfono eran eternas, charlabamos de todo, yo ocultaba cosas como mis otras novias que tenía en el colegio. Por haberme comportado de esa forma no puedo estar tranquilo con la chica con la que estoy saliendo ahora, me imagino que me va a pasar lo mismo. No sé si voy a tener la misma conducta, no quiero hacerle daño, más que tener miedo a lo que ella haga me da miedo lo que yo pueda hacer.

No medía las consecuencias de las cosas cuando estaba de novio, discutíamos y rompía cosas, como las ventanas, el teléfono, hasta el armario de mi mamá. Era muy violento hasta que un día le pegué a ella en la mochila porque estaba fumando.

Tengo miedo de ser así de nuevo, no quiero serlo, pero como ya dije a veces no mido las consecuencias y hago las cosas por impulso, impulso que he estado aprendiendo a controlar desde que me interne en "La Melar". En la casa también lo tuve, uno grande de querer irme. Pude hablar con mi mamá y pudo controlarme, sino me iba. Seguro que no pasaba si lo hacía, pero me iba a ir, me iba a perder de muchas cosas si lo hacía, menos mal que decidí quedarme y recapacité, menos mal que mi mamá me dijo las palabras exactas y me hizo dar cuenta de que lo que pasaba era el maldito impulso que tengo a escaparme cuando no encuentro respuestas y no dejo que solo se den las cosas. Por qué si dejo que todo se vaya dando, todo va a salir como tenga que salir siempre y cuando yo haga las cosas bien.

*NATHUEL REYNA*

## PÉRDIDA

Que se yo estaba mal tenía la pieza al lado de la de mis abuelos, mi abuelo ya no hablaba, no podía ir al baño, había venido mi tío y se quedo en mi pieza pero eso no basto yo lo mismo veía como se detonaba lentamente su mente y su cuerpo, yo no laburaba como antes no podía enfocarme, me acuerdo q teníamos un sillón en lo cual lo sentaba y cada 5 minutos lo acomodaba y que no tenía ni fuerza ni para mantenerme sentado, veía como mi primo le traían golosinas, no me acuerdo si él comía, pero lo que sí me acuerdo fue el día en que llegó la ambulancia. El día en que se lo llevaron al hospital quise subirme pero fue mi mamá, él siempre estuvo conmigo, fue mi papá, mi abuelo, mi mejor amigo, como dejarlo solo en el peor momento, ni pensarlo, sería ilógico e imprudente, no sería de amigo, menos de familiar, eso lo aprendí de él. Cuando estuve en el hospital viendo cómo estaba conectado con cables y entubado, fue de terror, él ya tenía los ojos cerrados, no hacía ni una mueca, lo acomodaba yo en la cama y lo hablaba, quería que me respondiera, pase la noche con él, bebí una fría a la madrugada la depresión estaba en camino. A la mañana fue de lo peor, me dijeron que se me iba, que le quedaba re poco, no estaba preparado todavía llamé a mamá para decirle. Lo dije de mala manera, estaba enojado, triste, con ganas de dármela en la pera y no despertar más, mi mamá con su voz tan amable me dijo que ella tampoco caía y que me quedara tranquilo que iba a pasar lo que tenía que pasar, que me vaya preparando. Al otro día en la guardia nocturna de mi mamá se nos fue. Lloré mucho y empeze, no podía parar, latas tras latas, botellas tras botellas, no podía parar, no quería estar ahí, no podía, no quiero acordarme de ese momento. Pero se me cruza por la cabeza aveces, recuerdo que fueron todos mis amigos que me dijeron que parara un poco, pero yo no podía, la depresión aumentaba, y yo quería más y más, no recuerdo como fui a mi casa, pero se me vienen imágenes a la cabeza, seguía consumiendo otras cosas que tenía para la salida del finde, no quería estar haciendo eso, no lo quería, no recuerdo cuando me acosté ni cuando se fueron mis amigos, ni como cerré la puerta, ni nada, sólo recuerdo que me levanté y tenía muchas llamadas perdidas de familiares y amigos, mi familia ya estaba en la cocina comiendo, yo no caía que me acababa de perder el entierro de unas de las personas más amadas de mi mundo, no me lo perdoné, estuve mal por mucho por tiempo, mi problema con el alcohol era mucho más grave, ni hablar que consumía otra cosa para



poder tomar más, me quedaba dormido con la jarra en la mano, todos los días faltaba al trabajo, dos o tres días al mes por los ataques al hígado que me agarraban, no lo podía evitar, me controlaba como un títere, tenía miedo por que los días que no tenía plata para comprar me arañaba la cara de la desesperación, pero como toda tormenta que viene, se va. En verano, llorando le pedí ayuda a mi mamá, empecé con mi primera internación, fueron 15 días, no había plata para más, ni tampoco obra social que pueda respaldarme.

Mi romance empezó cuando tenía 12, cuando me hacían probar para ver qué onda, en mi casa siempre había una botella, era parte del ritual de la comida. Cuando hice el ambulatorio en Gigena Parquer, tuve recaídas, pero fueron dos en un año, pero con sustancias diferentes, estaba contento por eso, ya había empezado a recuperarme en serio.

En esto de la adicción, entiendo que hay muchos altos y bajos, caídas y recaídas, bajones, ganas de consumir, ganas de estar con la familia, ganas de no consumir más, pero no se sabe que va a pasar. Pero si de algo estoy seguro no voy a bajar los brazos por más que caiga de nuevo, por más que algún día me pase de nuevo, cosa que no creo porque ya después de tanto laburo y tanto aprender en diferentes lugares y ya saber que el alcohol no es un problema para mi porque ya no lo bebo y puedo ver gente bebiendo sin sentir ganas, saber que con intentarlo y seguir intentandolo se puede. Me está empezando a tranquilizar, claro tengo miedo de recaer pero tengo la dicha de que algún día voy a estar con amigos y voy a poder decirles, ¿se acuerdan de mi antiguo yo?, bueno, ya no existe

*NATHUEL REYNA*

## ALGO QUE CURAR

Lo veo en mis compañeros, debe ser hermoso, me cuentan la historia de cómo nacieron, veo como se desviven de las ganas de verlos, siento lo que ellos sienten, bueno en parte, no se si lo tengo, si en algún momento lo tuve, o si en algún momento lo tendré.

Un hijo, eso es lo que soy para mi mama, significa muchas cosas, no sabría por dónde empezar, para revelarles lo que eso significa. Pero me gustaría poder contarles por experiencia propia lo que es ser padre, de mi papa, no aprendí mucho.

Él fue una verga en todos los sentidos y no quiero ser como él, de eso estoy mas que seguro, ya lo perdone, lo acepte y lo saqué de mi vida para seguir adelante. Escribo esto porque necesito esto, tengo a mi sobrino Bartolome, es una personita pequeña, es como suelo decirle a los niños.

Siempre recuerdo la primera vez que lo alce a los 2 días de nacido, su mamá es la flaca, una amiga mía. Cuando lo alse fue automático el pensamiento, no se si fue porque estaba drogado o por que lo senti, fue lo mas real del mundo, mi corazón y mi cabeza en conjunto gritaron, no se quien sos, no se quien vas a ser, no se que va a pasar, pero quiero estar ahí para vos, quiero estar ahí si o si. Yo estaba trazando mi primer tratamiento y estaba en recaída cuando nació, me arrepentí de eso, pero me dio mas fuerzas. Hablé con mi psicóloga de lo muy importante que es Bartolome y su mamá en mi vida, tengo un dibujo de él al lado de mi cama, para acordarme de él, del día que fueron a mi casa en este último tratamiento en Nuestra vida.

Tengo una conexión con los niños, no soporto escucharlos llorar, mi abuela ve las noticias y me da miedo lo que escucho, niños indefensos trazando momentos muy trágicos, niños que pueden terminar como nosotros o peor y pienso en mi niño. En ese bebe que no se si nació o no, que no se si es mio o no, estoy tranquilo con ese tema, pero es necesario pensarlo algunas veces.

Estoy perdido en el tiempo con respecto de si soy papá o no, supuestamente no, no lo sé. Pero a veces me gustaría, siento que ya estoy preparado para ese camino, pero también entiendo que necesito estar estable en otras cosas para serlo, necesito decirlo, si sos mi hijo estoy preparado para hacerme cargo con uñas y diente, con amor, armonía, diversión, juegos, historias, y si te fuiste te prometo que tu hermano o tus hermanos, todavía no lo se, van a tener todo lo que vos vas a ver estes en donde estes, y si naciste y nunca te dicen quien soy yo, y nos vemos, por que seguro que me voy a juntar con tu mama. Para verte aunque no lo seas y haya duda, seremos amigos hasta la eternidad.

*NATHUEL REYNA*

## HISTORIA DE VIDA DE NAHUEL (5)

Tenía 5 años, no sabía lo que me esperaba, pero lo abracé, mi mamá me dijo que era mi papá, yo quería tener un papá, todos mis amigos lo tenían, yo tenía a mi abuelo, pero no a mi papá. Lo deseaba más fuerte que un juguete de navidad, lo abracé de las piernas, eso me contó mi mamá. Dijo que cuando tenía 2 años fuimos a su casa y toqué su equipo de música y él me pegó, de ahí no lo vi más hasta los 5.

Recuerdo que fuimos a Mendoza al serpentario, ya le decía papá, me presentó al más chico de sus otros 3 hijos, en verano iba a casa a jugar conmigo, no de una forma agradable, él me violaba, lo hizo durante 3 años, siempre en verano. Yo pensaba que era un juego, no culpo a mi papa por lo que paso, pero si lo culpo por toda la violencia verbal y psicológica que nos causó a mi, a mi mamá y a mi hermana.

Desde que tengo memoria las cosas eran agradables, pero luego cuando tuve nueve, cuando nació mi hermana, todo se tornó más violento; mi papa se quedo sin trabajo y empezó a beber de más, creo que mi alcoholismo salto de ahí, discutía mucho con mi mamá de que faltaba plata, de que la estaba gorreando y de muchas otras cosas más. Ni hablar de cuando le pegaba a mi hermana de 2 años por no hacerle caso, me acuerdo de querer defenderla o de pensar en hacerle daño a mi papá, para que soltara a mi hermana. Era solamente una niña que lloraba todo el día a causa mía y de mi papá, me siento tan culpable de no poder haber sido un mejor hermano para ella, de no poder haber actuado cuando lo podía hacer. No tenía más de 12 años, no me lo puedo perdonar, es una herida que me está costando cerrar, horrores me está costando desde la primera vez que empecé con un psicólogo que trató de cerrar esta gran herida. Recuerdo que papá se fue a los 13, mamá ya no lo amaba, la casa se calmó. Todo fue mejorando pero empeoró al mismo tiempo, empecé a consumir alcohol y marihuana más regularmente, ni hablar de lo violento que era en el colegio y en mi casa, según los psicólogos lo heredé de mi papá. El tiempo fue pasando y lo veíamos de vez en cuando, venía los fines de buscarla a mi hermana y me veía a mi, charlamos un rato, a veces tomábamos un café, pero nada más. Hasta que empezó a caer volado los días de semana, recuerdo que una noche mi mamá recibió un mensaje de él tratándola de prostituta y muchas cosas más. No se lo podía dejar pasar, así que la noche que llegó supuestamente a disculparse, le Salí con un cuchillo

y se lo puse en la garganta, mi mamá y mi hermana me detuvieron de cometer uno de los peores horrores de mi vida. El tiempo pasó y nos empezamos a llevar bien de nuevo, por una sola cosa, el alcohol. Éramos 2 alcohólicos que charlabamos de la vida, claro, yo tenía más aguante por que tenía de lo otro, el ya se había dado cuenta, era remisero y ellos... bueno, algunos sí, otros no, la relación se fue desgastando, era beber alcohol solamente para tolerarnos, era un buen plan pero no compartimos nada, somos muy diferentes y yo todavía no lo había perdonado por lo de mi mamá. Deje de hablarle cuando falleció mi abuelo, el chabón me había sacado la botella de licor que estaba tomando y me enojó, con el tiempo volvió a mandarse una de las suyas diciendo que él era estéril y que ninguno de nosotros era su hijo, a mí ni me importó, yo ya no era su hijo. Nunca se hizo cargo de mí, solo de mi hermana, ni aparezco figurando que él es mi papá. Es raro como la vida te pone personas para que aprendas como tenes que ser y no ser. A mí me puso mi papá, me dio y me quitó lo que más quería y lo viene haciendo seguido. Después de tanta violencia, de tanto laburo con psicólogos y poniendo de mí mismo, soy una persona pacífica, que cuida de los demás, que ayuda, ama a la naturaleza y a cada ser vivo. Pase por un infierno para entender que yo hago mi propio cielo.

NATHUEL REYNA

## HISTORIA DE VIDA DE NATHUEL (6)

Era chico y tenía 16 años, me pareció amargo. Luego cuando me hice más grande lo volví a probar, estaba en una fiesta con mis compañeros de colegio, mi primer pedo. No sabía lo que hacía lo había hecho antes pero no a ese punto. Me sentía feliz, me reía de todo. A los años lo hacía más regularmente pero no en tanta cantidad, me medía, sabía medir, cuando sentía que la baba se me ponía más líquida y tibia empezaba a sentirme raro, paraba, no servía más, tampoco mezclaba, mi abuelo me había dicho que no lo hiciera, que me iba a pegar más rápido. Yo bailaba y buscaba terminar la noche acompañado de alguna chica, no le daba tanta bola al alcohol. Pero cuando cumplí la edad de 18 años empecé a hacerlo sin control todos los fines de semana acompañado de alguna otra sustancia, pero como dije no mezclaba, sabía medirme, pero a esa edad como que no me importaba nada. A mi mamá la habían internado por esquizofrenia, recuerdo que ella hablaba sola y traía basura a la

casa, no iba a trabajar y no pagaba las cuentas, tuve que traer la comida a casa con tan solo 18 años y dejar el colegio, ella pensaba que tenía un don y hablaba con hadas y esas cosas. Era lo que ella me decía, yo confié en ella ciegamente. Estuvo internada 2 veces en la san nicolas y no fue la ultima vez, en la segunda yo ya había finalizado el colegio y tenía un trabajo masomenos estable y recuerdo salir cagando del laburo a casa y encontrar todo tirado, mi abuela y mi hermana asustadas sin saber que hacer, ella totalmente ida y tirándome cosas y yo tratando de agarrarla lo más delicadamente posible ya que se me escapaba y me tiraba con lo encontraba a su paso, hasta que me tiró con una escultura de yeso por la cabeza y lo pude esquivar por suerte. Lo peor de todo fue tenerla en la clínica y ver como le inyectaron un calmante. Son cosas que ningún hijo debe ver, todavía duele. Después ella salió bien, pero esa experiencia me llevó a la depresión, me internaron 2 veces en la san Michael, yo ya estaba en blanco en el trabajo, hacía unos meses que lo estaba. Recuerdo que iba a visitarme mi mama y yo le decía que no iba a consumir más. Pero no fue así, estando internado me echaron del trabajo, no lo podía creer, después de haber estado 5 años en negro y de bancarme tantas cosas me echan. Quería romper todo, no sabía que hacer, se me cruzaron muchas ideas por la cabeza pero no podía concretar ninguna estando encerrado. Fui a ver a un abogado pero no podía hablar de lo mal que estaba. Lo que me correspondía era mucho dinero a lo cual yo recibí un tercio, no quería hacer quilombo. Mi cabeza no estaba para eso, quería estar tranquilo, no podía hacer una batalla legal de ninguna forma. Me pagaron en partes y ahí empezó el problema, compre sustancias y luego empezó todo, pregunté donde había, quería sentirme bien de nuevo. Se habían sumado muchos problemas y no los podía solucionar, estaba asustado, sin laburo, en pandemia. La psicóloga no me ayudaba mucho y las pastillas ya me habían cansado, deje todo y arranque de nuevo con mentiras, sacar plata de donde no se debe, ver a mi mama preocupada porque le faltaba plata. Todo empezó ahí. me internaron 3 veces pero yo no aprendía hasta que en verano me enviaron a Nuestra Vida a fines de diciembre. Pasé navidad y año nuevo internado y esa no fue la última vez.

Hay algo en las internaciones que te abre la mente, conoces gente que te abre la cabeza y otras que te hace entender que tus problemas son diminuto o insignificantes comparados con los de ellos, pero no quiero compararme con los demás, quiero enfocarme en mi, en

esto de la escritura. Estoy abriendo heridas que quedaron supurando y al escribirlas puedo llorar sin soltar lágrimas que tanto me cuestan sacar, en esta internación quiero ayudar relatando mi vida, contando mi experiencia de vida y como la fui embarrando y arreglando con el tiempo, se que estos días he estado callado, he estado pensando con cuál historia voy a seguir para poder ayudar a los demás. Esta vez estoy sumamente enfocado en el tratamiento y no pienso caer por nada, ni por mi mismo, le voy a meter para adelante cueste lo que cueste.

NATHUEL REYNA

## HISTORIA DE VIDA DE NATHUEL (7)

Estaba en mi mejor momento, esta bien me drogaba con todo pero iba al gimnasio y salía a correr, era flaco, con músculos, estaba bien, a pesar de mi pasado era feliz, a pesar de drogarme tanto era feliz, no se porque me llevaba muy bien con mis amigos siempre iban a mi casa a buscarme todo el tiempo, trabajaba bien, estaba estudiando y estaba buscando el amor, salía con 5 chicas, Lola, Debi y Sofi, con ellas tuve 3 historias diferentes. No quiero entrar en detalles, pero, a una la perdí por el consumo, a la otra por meterme con su mejor amiga y con Sofi paso algo muy especial, recuerdo que estaba en consumo pero no era mal tipo, era tranquilo, relajado, cómico, simpático y empático, laborador y luchador, encantaba el ejercicio me dedicaba 3 o 4 horas por día excepto los fin de que era los días que me la daba en la pera.

Con Sofi como decía fue especial empezamos tranqui, charla al privado, estados que se yo, tranqui, hablábamos de todo, era muy buena mina, humilde, me sentía cómodo con ella, empezamos a salir cuando corte las relaciones con las otras dos chicas no quería hacerle daño, le había agarrado mucho cariño, pero por ahí me reta con alguna no puedo negarlo.

Una noche, un domingo, el día que la presente a la familia, comimos algo, nos reímos mucho y bueno, como para terminar, tuvimos sexo sin protección, yo estaba muy puesto, era fin de semana y como era costumbre venía desde el viernes a la noche consumiendo. Con el tiempo me llegó un mensaje, era un día miércoles, yo ya empezaba a salir de miércoles a domingos, todas las semanas, no sé cómo hacía para trabajar, dormía poco,

entrenaba poco y ya no tenía el cuerpo de antes, ese mensaje era una foto de un test de embarazo que daba positivo, me dio alegría y al mismo tiempo miedo, yo ya estaba perdiendo un poco la cordura y el consumo se estaba haciendo más excesivo y ahí empezó peor; decidimos tenerlo, ella ya había perdido un bebé, tenía miedo de perder este, me quería mucho, todavía lo hace, empeoré de a poco, salía e iba a la casa de ella a acompañarla. Claro, ella estaba embarazada de mi, cómo dejarla sola? Pero yo caía de todos los estados, como siempre terminábamos discutiendo y yo dormido, totalmente ido en sí, yo buscaba tener sexo y ella nerviosa por el bebé, no nos entendíamos bien, la hice pasar por las mil y una por mi estado de adicción, ebriedad y otras más ya no hablábamos cómo antes, no nos podíamos ni ver, eramos con oerro y gato, pero lo peor de todo era ver como creció esa panza y nunca nació, lo perdió, todavía sigo echándome la culpa de haberle hecho pasar tanto mal a una persona tan frágil, tan delicada, fueron 5 meses de terror para ella, eso me dijo, yo no era yo, estaba asustado, no sabía como reaccionar, menos estando en consumo.

Luego de eso no nos hablamos más, pasó el tiempo y yo todavía pensaba que me ocultaba algo, no nos veíamos de hace mucho tiempo, luego veo una foto de ella con una gran panza, pensé que era mi bebé, pensé y pensé que me había mentido porque yo no era el chico que ella conoció cuando empezamos a conocernos, le hablé y le pregunté, me dijo que no era mío, que no me preocupara, que era de su actual pareja, que hiciera números, no los podía hacer porque yo vivía del estado y no me acordaba de muchas cosas, estaba perdido en el tiempo. Fue pasando el tiempo y empezamos a hablar de nuevo, ella corta con el padre del bebé y yo seguía pensando que era mío, estaba perseguido, vivía así. Intentamos de nuevo, pero yo estaba haciendo tratamiento y no estaba como para una relación, seguimos siendo amigos, ella me busca por todos lados cuándo desaparezco por mis tratamientos, creo que lo que más me dolió fue saber que ese bebé no era mío, tenía el grito ahogado de esperanza en el pecho cuándo vi la foto, pero bueno las cosas no fueron así y vivo con la culpa de eso y con el pensamiento de lo lindo que hubiese sido ser papá.

*NATHUEL REYNA*

## BESOS AMARGOS

*Hablar de las sensaciones ocupadas del consumo de cocaína es fácil. El éxtasis, la euforia, la adrenalina, el placer momentáneo, la falsa seguridad, el exceso de confianza, los sentidos exacerbados y tantas otras cosas son solo un momento, una mentira linda.*

*La realidad es otra y uno lucha con una enfermedad que no entiende de amores y el amor inevitablemente se mezcla con la amargura del consumo, y esperando la próxima dosis uno pierde la sensibilidad de vivir. Dejan de importar las caricias, los afectos, el aire puro, el sol. Se desvanece el alma y se oscurece todo. El amor lucha, pero no le alcanza, trata de recordarte para que está, para que existe, pero no puede y vuelve los besos amargos sin sentido, sin pasión. Desaparecen los aromas, los sabores, no hay naturaleza, no hay colores. Uno sabe que están, pero no los sentís. Te volvas tan frío tan insensible que estás más muerto que vivo. Te olvidas de reír, de crear, de compartir, de jugar. Es poner en pausa la vida misma, es no poder recordar nada, a nadie, es olvido.*

*MAURICIO FONT*

## BELLEZA

*Dicen que todo tiene que ver con todo ;no? ;Un adicto en recuperación internado escribe de belleza y amor? Claro, después de todo soy un ser humano igual a todos o mejor dicho distintos a todos. La forma de ver la belleza hoy puedo diferenciarla más que en otro cualquier momento de mi vida. Después de ver la peor de las tormentas, la desolación, la oscuridad, el mismo infierno tal cual se suele ver con fuego, sombras, lava, humo, montañas rojizas solitarias que a la corta o a la larga te lleva al consumo. Luego de eso en rehabilitación viene algo muy lindo, la belleza simple, las cosas más pequeñas que pasan frente mío y no las veía. Un amanecer yendo al campo, un mate en la vereda con mi mujer y mi hijo correteando con sus primos Regi y Paco, la charla a los gritos con el vecino del frente. Ir a la tardecita de mis padres que cada día que pasa agradezco tenerlos bien y sanos, tienen 74 pirulos los viejos.*

*Mi hijo, ver a mi hijo, sus miradas, su impronta, sus reacciones a cosas nuevas, su inocencia, sus besos y abrazos, su piel de porcelana. La belleza y el amor en poder bañarlo*



y cambiarlo. Verlo jugar y crecer, eso sí es bello. Las charlas con mi mujer para proyectar cosas lindas. Mirar una peli, aunque me quede dormido.

El trabajo del campo que está lidiando con la vida, la naturaleza. Sembrar y ver crecer ese cultivo, cosecharlo. Compartir con mi hermano los trabajos que de a poco vamos encontrando los momentos que nos unen. Estar sentado después de trabajar tipo 19.30, llega lo mejor en el campo, la paz, la serenidad, los pájaros cantando, la caída del sol, unos mates. Luego ir al pueblo a jugar al pádel con amigos, conexión total con la vida, el baño posterior con mi hijo y disfrutar la cena en familia...

Ahí en todo esto encuentro belleza y amor todos los días.

*MAURICIO FONT*

## TIERRA

La mirada a la naturaleza, desde mis visitas a lugares muy lindos, conocidos y turísticos hasta ver en el campo, hipnotizado, un fueguito con tronquitos para comer unos choris. Tengo la suerte de conocer algo de nuestro sur, Neuquén y Rio Negro los paisajes más imponentes que vi los encontré ahí. Los lugares de ensueño que son Villa Pehueña y Villa La Angostura con sus lagos cristalinos y fríos, las montañas repletas de pinos, la nieve que en invierno baña de belleza y blancura todo ese paisaje llena los ojos, y por otro lado Copahue un pueblo que le da nombre a su volcán tan imponente y generalmente activo. Fui a conocerlo, pero apenas pudimos llegar con un vehículo con cadenas, ahí era todo distinto, increíble, 50 cm de nieve virgen con una capa de cenizas volcánicas que le daban al lugar, incluyendo al lago, un toque muy particular. Ver ese volcán tirando humo de cenizas tan cerca es una parte de la naturaleza muy peculiar.

Muchas veces uno no sabe cuál es el propósito de la vida. Pero al contemplar la naturaleza, respirar, siendo feliz, sólo respirando y escuchando el presente, se encuentra luz, esperanza, libertad, sonrisas y creer se vuelve poder.

*MAURICIO FONT*

## PRESENTE

Mi presente es muy ambiguo, estando en comunidad es en sí un encierro si lo ves, por un lado. Obviamente es terapéutico. Ese encierro es lejos de casa y de mi familia, no cree que todo el mundo pueda aguantar esto, a veces es difícil llevarlo, aceptarlo. Estoy triste y angustiado, pero cuando me pregunto por qué y para qué encuentro respuestas.

Luego está el otro lado, el saber que estoy ahogando a mi adicto que si bien sé que no lo voy a matar, va a quedar prácticamente sin aire, sin fuerzas y ahí me siento vivo, pleno y puedo disfrutar. Las salidas terapéuticas son muy reconfortantes y llenas de amor ya que puedo estar con Milo y toda mi familia Mi presente en sí creo que es de un luchador, que no baja los brazos y va a tratar de ser cada vez más asertivo y maduro

MAURICIO FONT

## FAMILIA y AMISTAD 1

Tengo la suerte de tener una familia hermosa, grande, si bien no todo es de color rosa, tiene mucho de positivo. Mis padres siempre apoyándome fueron y son un pilar enorme en mi vida, mi hermana Pao, que se nos fue muy pronto era mi amiga incondicional, aunque me ponía los puntos, jajá... con mi hermano nos entendemos más y formamos otro vínculo mucho mejor. Mi vieja es lo más. Siempre estuvo. Mi viejo también. Y más ahora de grande con mi adicción. El resto de mi familia es grande y por épocas fuimos muy unidos, muchos tíos, muchos primos, y con todos muy buena relación. Llegó un día la primera sobrina, Regina, que nos cambió la vida a todos. La malcriada de la familia, todos encima de ella, y nos hizo muy feliz en el momento más duro que pasó la familia que fue la muerte de mi hermana Pao que se llevó una parte de mi alma.

Cuando Regi estaba por cumplir 3 años, vino Paquito, y otra alegría a la familia Francisco era y es un "mini" Guillermo (mi hermano) y su papá. otro bebe que agranda la familia y bendecía nuestros hogares. No puedo evitar de hablar de algo tan doloroso como la muerte de mi hermana que de alguna forma detonó la familia, solo recuerdo dolor y tristeza de esos momentos. Fue una enfermedad que se llevó su vida muy rápido. Iba a cumplir 38 años Pau.

*Fue una persona muy especial para todo aquel que tuvo la fortuna de conocerla. De carácter bueno, pero con sus arranques cuando se enojaba, aunque era difícil verla enojada. Compañera, educada, cariñosa, aventurera, puntual. Para mí fue mi confidente, la que me tapaba alguna cagada ja. Amada por su familia y amigas. Siempre bien predispuesta a todo, de mente abierta y corazón gigante. Al principio dije que fue afortunado el que la conoció y es literal. En todos dejó su huella, su esencia. La calidez al tratar, los recitales que compartimos, muchas charlas, viajes de mi laburo, secretos de hermanos y no puedo dejar de nombrar su turrón de avena un sello registrado, también me gustaban sus pasteles de carne, pero creo que su repertorio no era muy amplio jajá. Hoy la recuerdo con cariño, la sueño y siempre es lindo verla ahí, es nuestro punto de encuentro.*

*MAURICIO FONT*

## **ESENCIA**

*La esencia es eso que late dentro nuestro, que incluso trasciende nuestra vida terrenal. Es lo que le dejamos al universo. Único e irrepetible, graficado en esta única semilla que puede gracias a su corazón encontrar la luz, la vida. Brotando a la superficie, dejando su marca y así disfrutar de la existencia*

*Imagen 4*

*MAURICIO FONT*

## **PADRES E HIJOS**

*Que lindo un hijo amado por sus padre , cuidado, apoyado y ni hablar de chico. Tuve el privilegio de tener una niñez feliz y obvio eso gracias a mis viejos. Ese amor , calidez y ternura de mamá que la pude disfrutar desde mis primeros recuerdos hasta hoy día .Mi viejo que de chico trabajaba mucho y lo veía poco , pero con el tiempo fue estando más cerca hasta poder decir que somos amigos de la vida . Ya con 20 años pensaba que los padres estaban para los tres hermanos de manera natural , era obvio que tenían que estar , casi como un mandato divino , pero en realidad ellos elegían estar ahí . Claro que eso me llevó más años verlo y entenderlo.*

Ya con treinta y pico pensaba ¿Qué sería ser padre? ¿ Qué sentimiento tan fuerte significa serlo? Venia mis padres como amigos todo el conocido decir . " es lo mas lindo que te puede pasar en la vida " .Otro comentario es que hasta que no sos padre no lo vas a entender ...

Que los padres no son seres humanos ni personas normales que solo tienen que ser padre , pero eso es el propio egoísmo de algunos hijos a los cuales incluyo.

Yo no podía entenderlo pero me despertaban mucho amor los niños de mis amigos . hasta que llegó mi primera ahijada, Regina , fue hermoso recibir título y responsabilidad aunque mi adicción estaba presente . Regina fue la posibilidad de conocer un amor distinto , algo que no se parecía a nada vivido y fue sin duda la manera de reconocer un deseo latente.  
¡Ser Padre!

Luego de unos años hablando con mi mujer decidimos buscar un bebé y por más que se hizo esperar , un día llegó la noticia del embarazo . Fue emocionante saber que venía un bebe, algo tan inexplicable ... tan inentendible .

Cómo razonar o entender que un ser puede gestarse en el vientre de una mujer , ;de mi mujer ! Yo el papá...Todavía no podía ponerme ese saco , era muy pesado , casi lejano , desconocido . De a poco fuimos cayendo pero mi adicción no dejaba estar lo suficientemente lúcido para pensar lo que se me venía . Acompañé a mi mujer a todos los controles y esos 8 meses fueron lindos para mi , pero la cocaína empañaba muchas emociones , fue aplacando mis miedos , mis incertidumbres . ¿Qué va a pasar ? ¿Qué va a generar en mí ese bebe? ¿ que va a generar en mi pareja? .

Todo eso tenía una respuesta que nadie sabía y yo seguía eligiendo escapar de eso tan hermoso , pero que yo no podía ver . Luego llego la hora de saber el sexo y los posibles nombres , algo que vivi con alegría y de cara . iba a ser un varón y ya había 3 nombres en la final , Milo , Maximo y Martin , fue peleada la decisión pero con el voto de su prima Regina se definió el nombre "Milo" .

El embarazo de Sil se complicó y lo tomaban como de riesgo , eso me intranquilizo y mi cabeza estaba estallada no paraba de pensar que si salía algo mal podía perder a mi mujer. Eso también lo tape con sustancia .

Luego el Doc nos recomendó estar cerca del sanatorio donde iba a nacer Milo y 15 días antes de la fecha nos fuimos a Rosario . Traté de acompañar a Sil lo mejor que pude y por fin llegó ese día , 25 de julio de 2019 , cuando lo vi por primera vez ...salir de la panza de sil literal yo atónito viendo esa secuencia y mirando a mi mujer que tampoco podía creer lo que pasaba ... el doc enseguida me llamó para dármele lo cargue , mi cuerpo se aflojó y así se lo lleve a su mamá que apenas pudo mirarlo y besarlo ya que se estaba descomponiendo . Llevaron a Milo a limpiarlo que estaba ahí mismo y mientras lo aspiraban yo veía que Sil se desvanecía . Llamé enseguida a la enfermera y mientras le ponían oxígeno me hicieron salir . Sacarme el mameluco para así juntarnos los 3 e ir a la habitación . Yo estaba asustado pero enseguida llegaron y fuimos a la habitación . Ahí nos esperaban nuestras familias felices pero yo seguía preocupado por Sil .

Ya instalados lo volví a levantar a Milo por que Sil se sentía mal . Llame al Doc y Sil justo ahí se volvió a desmayar , viví unos minutos horribles .

Acababa de ser padre y no podía disfrutarlo .

Gracias a Dios compensaron a mi mujer y me tocó cambiarle el pañal por primera vez y fue muy extraño eso que vi porque solo el que lo hizo sabe que es, pero bueno me puse la "10" y a los pocos minutos Milo estaba tomando la teta de su mamá para después dormir. Pasamos la noche bien y a los dos días le dieron el alta a los dos .

Ya en casa la vida cambió para siempre , no éramos dos , había una persona más que iluminaba nuestras vidas , aunque para mi el primer año fue de consumo , entonces estaba presente pero tapando emociones . Me perdí muchas cosas de las cuales me arrepiento, pero cuando estaba de cara con solo verlo como crecía y compartir con él sabía que iba a encontrar el valor necesario para elegir bien y no consumir más para estar bien conmigo mismo y para Milo obvio. Eso me iba a llevar a cambiar mi vínculo con Sil y mi familia. La pandemia me conecto mas , no solo con mi hijo, si no también con mi hermano ya que pasábamos mucho tiempo en el campo y sin drogas.

Limpio empecé a amar a Milo de esa forma que siempre me decían mis amigos , ese amor puro , sano , simplemente mirarlo a los ojos y quedarme con una sensación de alivio , de bienestar.

Con todo ese amor que sentía , así y todo , el 24 /12 / 21 volví a caer en la trampa, consumí alcohol y recaí , fue solo esa noche y juré no volver a hacerlo . Mi mujer me dio el ultimátum y me dijo que si volvía a pasar se iba con Milo a Casilda y eso me partió al medio . El 22 fue conectarme aun mas con Milo no quería que él tuviera un padre ausente y drogadicto . Pasé 10 meses otra vez de cara tratando de disfrutarlo , enseñarle muchas cosas , educándolo de la mejor forma que me salía y obvio retándolo bastante porque con 3 años y meses se va complicando más el carácter de los niños y ahí vienen los límites pero yo nunca pude con los míos , ¿Cómo saber ponérselos a el?

Por el mes de octubre tuve contacto con quien me vendía droga y otra vez elegí mal . Me ganó el adicto una vez más , fueron casi 2 meses de consumo problemático y se me desmoronó la vida una vez más . Decidí contarle a mi mujer y a mi hermano , pero sabía que la "soga" ya era un hilo delgado y que tenía que hacer algo por mi urgente. Estar con mi familia ya no dependía de mí porque la había cagado otra vez .

Ahí llegó la idea unánime de mi familia , la internación.

Junto a mi psicóloga Laura decidimos que era la opción más factible y decida de qué lado seguir ... Yo tuve siempre en claro que quería estar con Milo y Sil pero ya no había lugar para esa compañía que había elegido por más de 12 años y era hora de renunciar a algo que quería mucho y me hacía olvidar dolores , no sentir emociones y eso era internarme para dejar la puta cocaína.

Así fue y por eso estoy acá llegando a los 4 meses de internación sintiendo que cada día que paso lejos de mi casa y mi familia es una eternidad , pero dando todo de mi para elegir bien , afuera y acá adentro . No es fácil les juro , no lo es . Se extraña, se recuerdan todos los mocos hechos, se siente culpa , mucha culpa que hay que sacarla , hay que perdonarse , tengo que perdonarme . Hay que pedir perdón a todos los que arrastramos en el camino de las drogas , los que tuvieron al principio y siguen , a los que se cansaron en el camino también . Eso sana les digo que sana mucho . Tengo que seguir llorando lo que tape con

cocaína , las emociones que no deje salir se hicieron llagas , heridas que hay que sanar y necesito sanar para liberar . También tengo que agradecer a la vida la oportunidad que me está dando , y obvio mi familia . Hay que valorar todo lo que nos pasa acá y después de esto también. Hoy soy un puñado de emociones desbordadas que estuvieron ahí mucho tiempo y hoy se me caen como monedas en un bolsillo roto . Me duelen pero las acepto, me molesta pero sigo por Milo por SIL y mi familia .

*MAURICIO FONT*

## ESCRITOS DE LAS FAMILIAS

Realizados por las familias de personas internadas durante un encuentro coordinado por Oscar (Psicólogo) y Kevin (Tallerista) en el marco del taller de escritura con arte.

### **1- MATOS LAURA**

Muchas veces uno sabe cuál es el propósito en esta vida por el cual Dios nos permitió esta vida, y me encuentro siendo feliz de atravesar este camino con mi amigo de la vida, llevando luz a su mundo de oscuridad, llevando esperanzas a su desesperanza, libertad a sus ataduras, sonrisas a sus tristezas, creer que se puede. Dios dice "caerán 1000 a tu diestra y 10.000 a tu izquierda, pero a ti jamás te tocarán" De la mano de Dios todo es posible, libertad de oscuridad, cuerpo, mente y alma. Amigo querido siempre estaré para esperarte en el camino de la luz y libertad.

### **2- GODOY CONSTANZA**

Lo vi, lo ignoré, me alejé, también me enojé...

Hoy decido estar, acompañar.

Hoy no te voy a soltar.

¡Juntos siempre vamos a poder!

### 3- ANÓNIMO

*Tengo la esperanza, las fuerzas y las ganas de seguir luchando y acompañando a mi hijo para que gane la batalla. Porque estoy segura de que esta salimos. Estoy orgullosa de su valentía.*

#### 4.1- ANÓNIMO

*Es difícil explicar lo que se siente. Me hago muchas preguntas. ¿Por qué? ¿Qué lo llevó a eso? ¿Fallamos como familia?*

*No siempre o casi nunca encontramos respuestas. Pero nos encontramos siempre dispuestos a acompañar, a apoyar, a prestar el hombro las veces que sea necesario. Es verdad que muchas veces nos enojamos con las recaídas e incluso nos decepcionamos, pero aun así continuamos, con fe, con amor, y con la esperanza de que todo cambie, con las ganas de que sea la última vez.*

#### 4.2- ANÓNIMO

*CONFÍA: Confía que siempre después de cada tormenta va a salir el sol, confía en ti mismo, tu puedes. Piensa en todas esas personas que te aman y sigue luchando por ellos.*

*Recuerda que cada día es un día menos, no uno MÁS.*

### 5- SANDRA REYNA

*Si te caes, yo me caigo con vos y me quedo sin respirar hasta que vuelvas a levantarte. Tu ansiedad es mi ansiedad y comparto con vos cada sentir lo bueno y lo malo. Ahora te estás despertando, volviendo a confiar en vos y yo te acompaño con esperanzas. Siempre podrás contar conmigo, sos el hijo que soñé no importa las circunstancias yo te amo. Pongo mi esperanza en todo el trabajo que estás realizando.*

*Quien te ama por siempre...*



## 6- CRISTINA CARABIAS

*Me gusta la experiencia que viven acá, el acompañamiento que tienen. El experimentar desde otro lugar, que es tan distinto a lo que se vive en una casa. Se nota la convivencia, es buena, apoyándose unos a otros, a pesar de los roces que pueden existir. Me gustan las diferentes herramientas que les dan para que puedan ver que hay otros caminos y poder salir del callejón en el que se encuentran.*

*Me voy con una idea muy positiva de cómo trabajan y con las herramientas que trabajan. Desde ya muchas gracias y cuentan con todo mi apoyo y el de mi familia.*

## 7- mamá (anónimo)

*Me llevo una alegría en el corazón y alma de ver a mi hijo sonreír espero poder seguir viéndolo así. Me vuelvo a mi casa con alegría y tristeza de no poder llevarlo conmigo. Te amo y te amare por siempre.*

## 8- anónimo

*Eligió el camino equivocado, eligió dejar de lado su familia, su hijo, por estar en esa oscuridad que solo que iluminaba al consumir.*

*Hasta que un día tocó fondo, toda la familia tocó fondo y esta vez decidió buscar la luz, sanar su mente, su alma y en todo ese proceso estaba mamá sobre todas las cosas...*

*Y acá estamos abriendo nuevos caminos, nuevos estilos de vida, sin toxicidad...*

*Una vida llena de amor y metas...*

*Metas que se irán cumpliendo poco a poco... pero siempre juntos...*

*A veces dan ganas de bajar los brazos, pero recuerdo que él tiene que salir adelante y ahí vamos, juntando fuerzas para llevar una vida sin recaídas.*

### 9- **ALICIA ABREGO**

*Mi experiencia fue hermosa a la edad que tengo nunca pensé vivir esto, uno cree saber todo y no es así, la vida cada día te enseña algo nuevo y sobre todo cuando es para ayudar a un sobrino nieto, soy creyente y sé que Dios o en quien uno ponga su confianza viene la ayuda. Deseo para este grupo todas las bendiciones y para todos los que están en esta situación. ¡Fuerzas y a no decaer!*

### 10- **GABRIELA BALQUINTA**

*La terapia es importante. Las herramientas adquiridas en la experiencia son lo que necesitan para salir adelante, dejar las dependencias. Más a estas herramientas aprendidas hay que ponerlas en práctica sino de nada sirve teorizar constancia, disciplina fundamental para que adictos y coadictos puedan sanar. Importante: El familiar debe hacerse cargo de que también debe hacer terapia y que es para toda la vida.*

### 11- **anónimo**

*Una como madre siempre quiere lo mejor para su hijo, cuando me entere que mi hijo consumía me enoje mucho, di mucho para que se recupere, deje mucho de lado por él. Lo acompañe a mi manera ya que mis tiempos son complicados y no se comprende. Me cuesta mucho no seguir enojada con él por no ser su primera vez. Cuando ingresó a esta institución me sentí aliviada porque quiero lo mejor para él; me costó y me cuesta que entienda que es por su bien. Hoy lo veo mejor físicamente, creo en su palabra que no lo va a hacer más. Lo único que tiene que controlar es su carácter impulsivo.*

### 12- **MARIA EUGENIA QUINTAL**

*Quiero mirar a los ojos a ese niño que se me perdió. Quiero encontrarlo y traerlo de nuevo a mis brazos.*

### 13- *Mamá (anónimo)*

*La vida sorprende a cada instante, ayer la risa cantarina de tres niños bulliciosos llenaba nuestra casa. A medida que el tiempo pasa, empezamos a cuestionarnos ¿En qué fallamos? ¿Por qué elegir este camino? Fue que no supimos poner los límites necesarios o nos faltó más tiempo juntos ¿En qué fallamos? ¿FALLAMOS?*

*Hoy tengo la sensación de que no todo está perdido, porque siento que tu corazón enorme, tus buenos sentimientos, eso fue producto de una buena siembra. Te equivocaste ¿Quién no? Creo que es momento de mirar hacia adelante porque un futuro hermoso te espera, pero, sobre todo, no vas a estar solo, porque nosotros, tu familia, no vamos a dejar de apoyarte. Sos mi osito tierno y te amamos, solo queremos para vos que tengas una vida sana y feliz.*

### 14- *CENO GODOY*

*Después de todo este proceso que he vivido con este infierno, realmente he comprendido que la única manera de salir es con el esfuerzo, la voluntad y sobre todo con el amor hacia aquel que lo necesita sin darse por vencido y creer que cada uno construye su vida si es acompañado mucho mejor, siempre hay una salida solo debemos intentarlo hasta que se haga realidad.*

### 15- *ADRIÁN PINTO*

*Bueno he visto y escuchado atentamente las experiencias que han tenido los chicos, me impactó el escuchar los cambios que se producen al ir transitando su estadía en la clínica y la convivencia que se genera entre ellos. También escuche los estados que están pasando y tienen que ser con lo mismo, y eso motiva junto a los profesionales la ayuda que les hace falta, el motor para que su vida salga de esta situación que viven, como así también la flia que es lo más importante, por ello felicito a los chicos su recuperación diaria que nunca se acaba siempre es continua porque se puede volver, gracias a todos.*

## 16- ANÓNIMO

*Soy una mamá que vio a su negro perdersse, oscurecerse, apagarse, que sentí y siento mucha culpa. Pero también siento orgullo, de la fuerza, el valor que tiene para decir, "quiero salir de esta oscuridad", él solo pidió ayuda, no quiso quedarse en ese lugar tan oscuro, estoy muy orgullosa de él, de sus ganas, de saber cómo pedir ayuda. Él es todo corazón siempre fue así y estoy volviendo a ver ese hermoso ser.*

## 17- SICUA

*Es un impacto enorme sentir las distintas experiencias de algo tan común a todos estos chicos que forman parte de esta comunidad que hermana y sana a nuestros hijos, ansiosos y dispuestos a dejar parte de su vida, tan traumática, como un recuerdo doloroso y que, a su vez, sirve para afrontar la vida, su vida sobre todo, gracias a esta hermosa institución y sus terapeutas que tanto los ayudan. Gracias a Dios pudimos venir a acompañar a Mauri, una reunión maravillosa. Gracias.*

## PARA QUE (I)

### Escrito grupal de la Comunidad

*Para cambiar mi vida y no volver*

*Para ser una persona decente, para aprender y crecer*

*Para calmar mi mente, para concentrarme y que mi mente se despeje*

*Para dejar todos estos malos pensamientos que me tiran al subsuelo*

*Para salir por la puerta grande, siendo mejor persona y más responsable*

*Para ser un hombre nuevo, para lograr lo que uno en verdad quiere*

*Para ti, para todos, melancólicamente amo amar*

*Para conectarse con uno mismo y la paz interior, para sentirme vivo de nuevo*

*Para aprender que realmente quiero vivir.*

## PARA QUE II

### Escrito grupal de la Comunidad - Staff

*Para ser yo misma a través de todas estas palabras que me atraviesan, me interpelan y me alientan*

*Para hacer de la existencia un espacio lo más digno posible de ser habitado.*

*Para compartir, transformar y transformarse.*

*Para ser honesto, crecer en humildad y autonomía, enriquecido por quien se abre a un camino incierto.*

*Para aprender a escucharme... para aceptarme*

*Para vivir, aprender y enseñar.*

## DEL OTRO LADO Y DESDE ADENTRO

*Hola, soy Gustavo, guardia de Nuestra Vida, quería agradecer a la asociación por darme ésta oportunidad de formar parte del Staff. En Nuestra Vida me siento muy cómodo gracias a sus directivos Gonzalo y Eugenia que me brindan con suma paciencia todos sus conocimientos para que mi lugar de trabajo sea más ameno. También agradecer a mis compañeros que están y son muy atentos para que mi puesto de trabajo sea muy agradable. GRACIAS STAFF. Por otra parte están los asistidos o pacientes, con los que comparto gran parte de mis horas de trabajo, estar con ellos en el transcurso de su tratamiento, el acompañarlos a finalizar su meta y poder ver sus cambios, la verdad que eso no tiene precio. Son personas quizás con algunas dificultades (como las tenemos todos), pero con grandes virtudes, personas que demuestran día a día el valor, la fuerza y las ganas por recuperarse, que cada día que pasa se vuelven más sabios de sus propias experiencias. Es admirable ver en sus rostros, en sus ojos, como sienten el deseo de cambiar, de dejar una vida consumida por sustancias y cambiar a una vida más saludable. De recuperar sus valores, sus emociones, sus sentimientos, como así también, recuperar la confianza, tanto la de ellos mismos como la de los demás, recuperar afectos y por sobre todas las cosas, recuperar esas personas que los aman. En ellos asiento toda mi fé y*

esperanza porque sé que van a lograr su propósito. Me siento orgulloso de cada uno de ellos al ver la evolución que dan en su tratamiento.

Me siento agradecido por brindarme la confianza de expresar sus emociones, sentimientos y sus ganas de cambiar. En ellos me siento identificado, y sé que es arduo el camino de la recuperación, pero también sé que da sus frutos, y muy buenos frutos. Me encanta compartir momentos con ellos, charlas, caminatas, salidas, risas, llantos, truco, pelis, lindos y porque no feos momentos también.

Con ellos he aprendido a ser parte de un grupo, de una comunidad y son grandes maestros de sí mismos, entonces agradezco el dejarme ser parte de ustedes queridos pacientes.

**GRACIAS!!!**

*Gustavo Batalla- Operador terapéutico*

## REFLEXIÓN DE FIN DE AÑO (2022)

Difícil darle un significado a ésta locura que son las fiestas de fin de año, cada quién tendrá algo para decir, pero en conjunto es complicado responder, pese a esto se festeja en masa, se comparte algo sin saber bien qué es.

¿Cómo hacer entonces para que no se trate solo de comer y beber hasta el hastío? ¿Cómo hacer para que no sea así la única forma de responder a esta pregunta?

Bueno, intentemos mirarnos, abrazarnos y comulgar con lo distinto. A veces no hacemos más que acentuar las diferencias, vivimos en un mundo individualista donde la competencia y el ritmo del tiempo nos apura, nos empuja quién sabe dónde. Tal vez sea hacer todo rápido para que sobren unas horas para pasar frente a la tv., totalmente abstraídos de la existencia, sin pensar que la vida se va y peor aún, olvidándonos de aquellos que ya no están. Entonces, entiendo que no hay dos personas iguales, que sientan y piensen lo mismo, pues siempre intentamos poner jerarquías que nos ordenen, y por supuesto, si estamos arriba mucho mejor, sino el próximo año intentaremos escalar un poco más. Estas palabras apuntan o intentan hacer un llamado de atención sobre los automatismos que nos gobiernan y a buscar, al menos, un sentido de pertenencia, algo común que nos interpele a

*todos como sujetos y nos acerque a quienes convivimos día a día, a nuestros familiares, padres, hijos, abuelos, amigos, sobrinos, etc.*

*Intentemos ponernos en armonía con nuestra propia naturaleza y la de quienes nos rodean, para que al menos por un instante, una noche, o el tiempo que sea, podamos vernos como semejantes, realmente no tan distintos, e intentemos compartir con ellos algo de lo que pensamos, sentimos, sabemos hacer, un simple abrazo, una mirada que transmita afecto y comprensión, como si al ver al otro pudiéramos reconocer el mismo pesar, anhelo y alegría que vemos en nosotros mismos cuando nos detenemos un instante a preguntarnos, qué día es hoy, qué se festeja, por qué nos juntamos o con quién lo hacemos.*

**Franco D. Vaschetti - Psicólogo**

## **ENTREVISTA A LA DIRECTORA**

*Se realiza la siguiente entrevista a la Directora de Asociación Civil Nuestra Vida, la Licenciada en Psicología Eugenia García. Las preguntas fueron realizadas por los pacientes internados en la Institución, supervisadas y organizadas en el taller de "Escritura con arte".*

1. *¿Cómo y Por qué se funda nuestra vida? ¿Cuál es tu búsqueda con esto?*

*La asociación comienza en abril del año 2001 como un proyecto ambicioso y lleno de expectativas por parte de los fundadores, quienes atravesaron difíciles momentos en varias épocas a través de todos estos años para lograr mantenerse a flote y sostener la Institución. Mi búsqueda apunta a seguir creciendo tanto institucional como profesionalmente en esta área elegida de trabajo.*

2. *¿Cómo definirías nuestra vida?*

*Como una gran familia que apunta al crecimiento y la mejora personal de cada uno de sus miembros, sea cual sea el lugar que ocupa dentro de la Institución.*

3. *¿Qué sientes en el día a día trabajando en la rehabilitación de personas con consumo problemático?*

*Un desafío cotidiano, el cual genera tragos amargos con frecuencia, pero a la vez cuando aparecen las buenas noticias, éstas son más que reconfortantes.*

4. *¿Qué has aprendido de este trabajo?*

*Tolerancia a la frustración, amoldar las expectativas a la realidad, conformarse con "pequeños" logros y valorarlos, flexibilidad, capacidad de reinventarse y rearmarse permanentemente.*

5. *¿Qué te impulsó a estudiar psicología?*

*La motivación por encontrar respuestas y hacerse preguntas sobre lo que nos pasa y porqué hacemos lo que hacemos.*

6. *¿Para qué sirve la terapia? (Dentro y fuera del marco de nuestra vida)*

*Tener un mapa cada vez más completo sobre nosotros mismos, lo cual colabora al autoconocimiento a los fines de saber qué necesitamos, qué nos hace bien, qué nos hace mal y tomar nuestras decisiones de vida en función de ello.*

7. *¿Para qué sirve la medicación en este contexto?*

*Es un complemento a veces necesario al trabajo terapéutico con el fin de que la persona pueda estar funcional en la medida de sus posibilidades.*



8. *¿Cual es el objetivo de los talleres?*

*Brindar herramientas variadas y ofrecer una amplia gama de opciones para todos los gustos e intereses; además de colaborar en el acompañamiento de los procesos terapéuticos.*

9. *¿Qué sentido tiene el trabajo en los hábitos de la vida cotidiana?*

*Ordena, enmarca y encuadra las actividades del día a día con el objetivo de practicar la disciplina y el orden para la vida en general.*

10. *¿Qué sientes cuando alguien abandona el tratamiento?*

*Pena, desilusión, preocupación, frustración...porque sabemos que el abandono del tratamiento no va a traer nada bueno ni positivo en la mayoría de los casos.*

11. *¿Qué sientes cuando alguien termina el tratamiento?*

*Mucha satisfacción...más arriba decía que el proceso tiene más sabores amargos que dulces, pero cuando se logran los objetivos y uno comprueba que colaboró realmente en una mejora de la calidad de vida de alguien es un momento sumamente gratificante.*

12. *¿Existe alguna diferencia entre consumo y consumo problemático?*

*Consumo puede haber infinitos, consumo problemático solo es uno: el que genera consecuencias negativas (en el ámbito que sea) y conflictos cada vez mayores a quienes lo realizan.*

13. *¿Cómo ayudar a alguien que esté atravesando pleno consumo problemático, que lastima con su enfermedad a su propia persona y el entorno, pero no acepta su problema?*

*Acompañarlo y mostrarle cada vez que se pueda las consecuencias que ese consumo está teniendo en su vida y en las que lo rodean. Lamentablemente no se puede ayudar a alguien que no acepta la ayuda o que considera que no la necesita; es un límite claro que tiene cada uno y que en algún momento cae por su propio peso.*

## **La comunidad - PROCESOS**

**Kevin Pinzón - Tallerista**

*La vida en sí misma es un proceso de cambio constante. Como en una semilla, gran parte de la información de una persona está inscrita en el ADN desde que nace, pero aún así necesitamos del tiempo para desarrollarnos completamente y poder desplegar toda esta información; retomando el ejemplo de la semilla, digamos de un naranjo, en una sola semilla ya existe toda la información y la potencia de un árbol y de las naranjas que producirá, pero necesita tiempo para poder desarrollar todo esto. Aún así es vital entender que los procesos además de involucrar tiempo, articulan interior y exterior pues no todo el desarrollo del proceso se inscribe en la semilla, en el ADN. Hay algo que surge de los vínculos con el "exterior", por ejemplo: según la temporada, la cantidad de luz, de agua, de viento, el cuidado, una semilla o un árbol se desarrollarán diferente. Por todo esto es necesario poder abrir otra forma de comprensión a las diversas situaciones, a los vínculos, a las frustraciones, a los "fracasos o éxitos", generando una consciencia más amorosa, compasiva y flexible que sea capaz de afrontar los cambios naturales de la vida integrando la esencia de cada persona para hacer del mundo, de la vida algo cada vez mejor, transitando los procesos en una nueva manera.*

*Hoy me acercó aquí para contarle, para involucrarle, en una parte de nuestro proceso. Primero le contaré, a usted quién lee, sobre dónde, quiénes y cómo se escribe esta revista. La revista fue escrita en la cocina de la asociación nuestra vida. Nuestra vida es una casa, casa que por fuera parece común, pero por dentro es un universo dónde nacen nuevas*

formas de vivir, esta revista es un pedacito de relato de todo esto que pasa en ese proceso. Le contaré sobre quienes la escribimos, desde afuera fue escrito por personas que transitan un proceso de rehabilitación por consumo problemático de sustancias en modalidad de internación o ambulatorio en conjunto con parte del equipo que les acompañamos en este proceso. Ahora, desde adentro le contaré que quienes escriben son seres muy especiales: personas que atraviesan un periodo de gran transformación, que abandonan todo lo conocido para elegir, con corazones que desbordan amor, soñar en hacer realidad concreta una vida nueva, personas que con una enorme sensibilidad y apertura se atreven a mirar lo más profundo, personas que con una gran valentía enfrentan lo más oscuro de la vida misma para encontrarse sin intermediarios con su propio ser, personas que con entrega buscan aceptar, perdonar y transformar los dolores, errores, fallas, y heridas que han causado o les han causado, personas que con honestidad se aferran y brillan de nuevo sus grandes virtudes y aciertos, personas que con entrega buscan la coherencia y la verdad propia en cada acción. Personas que con una mirada única buscan hacer un nuevo mundo. Esta revista recopila sus valiosas voces, sus experiencias, sus aprendizajes y enseñanzas. Está semilla la dejó un gran escritor Cordobés, José Duimovich, un gran artista Agustín Ricotti y un gran grupo de personas que transitando la internación han plantado este cambio, que hoy brota en un nuevo despliegue, con otro nuevo grupo, dónde cada uno deja una huella única, imborrable en su escrito, en su compartir y en su presencia.

¿Cómo la escribimos? La escribimos en un espacio que es el taller de escritura con arte, durante 10 meses, un grupo cambiante de más o menos 40 personas, escribimos contactando con las emociones, mirando y dándole nombre a aquello que era invisible, analizando, sentipensando, escribimos desde ese pulso antiguo de la humanidad, pulso de vida y esperanza que lucha por seguir y sacar fuerzas aunque parezca imposible, escribimos desde lo más Argentino, plasmando la gran creatividad que nos caracteriza, ya no usada para evadir leyes y sacar ventaja de todo, si no para generar algo nuevo en una común unión. Escribimos compartiendo lo más profundo de cada quién, jugándonos la piel, transformándonos con cada lectura, con cada situación que surgió al hacer esta revista.

*Escribimos aprendiendo y enseñando sobre las experiencias vividas. Hemos elegido y decidido en comunidad cada palabra, cada escrito, siempre manteniendo la libre expresión, la voz viva y propia de cada experiencia. Cómo en todo proceso hay errores, pero los entendemos cómo una experiencia más para aprender, cómo una expresión de vida, cómo un encuentro con los límites y cantando preferimos lo real a lo ideal. Incluimos la diversidad: hay escritos de personas que terminaron su tratamiento de manera impecable en "Nuestra Vida", escritos de personas que cambian la modalidad de este y siguen, de personas que recién empiezan su tratamiento, escritos de personas que abandonaron el tratamiento y tuvieron recaídas a pesar de haber tocado fibras esenciales, de luchar por el cambio pero retomar hábitos destructivos y llenarnos de dolor. Y no es falta de coherencia, incluimos todas estas experiencias para que tanto usted, quién lee, como esta comunidad que escribe podamos ver con claridad que los procesos a "medias", que lo cíclico de varios periodos de internaciones hacen parte del cambio imparabile, del alma pulsando por sanar, entender que a veces nos resistimos y la energía que se gasta frenando el cambio es mayor a la energía que gastamos haciendo un hecho ese cambio. Mencionamos estas realidades para aprender de ellas. Incluimos estas experiencias para que se pueda entender lo difícil de esta problemática. Rehabilitarse del consumo se puede comparar con huir del país natal por una guerra y empezar una nueva vida en otro país. Es necesario sanar todo el inmenso y en algunos casos incomprensible dolor que se vivió, es desprenderse de todas las memorias conocidas, es desaprender las costumbres de supervivencia que se adquirieron en ese difícil periodo. Es empezar de cero en un nuevo lugar, es dejar la mayoría de los vínculos conocidos, a veces con suerte tener una persona que acompaña, a veces tener que afrontar este cambio solos, es aprender incluso un nuevo idioma, aprender de la flexibilidad. Imagínese pasar por todo esto, trate de entender lo exigente, lo complejo y difícil que puede ser el cambio. Este enorme y difícil cambio no es imposible, con compromiso, disciplina, amor, paciencia, confianza, con y en comunidad, se puede lograr, acompañando ese proceso de pulso de vida para encontrarle un sentido al caos, así cómo el oro pasa por fuego para depurarse y purificarse.*

*Creo que hay nuevos caminos, caminos que no conocemos, que no están hechos y debemos construir en el andar.*

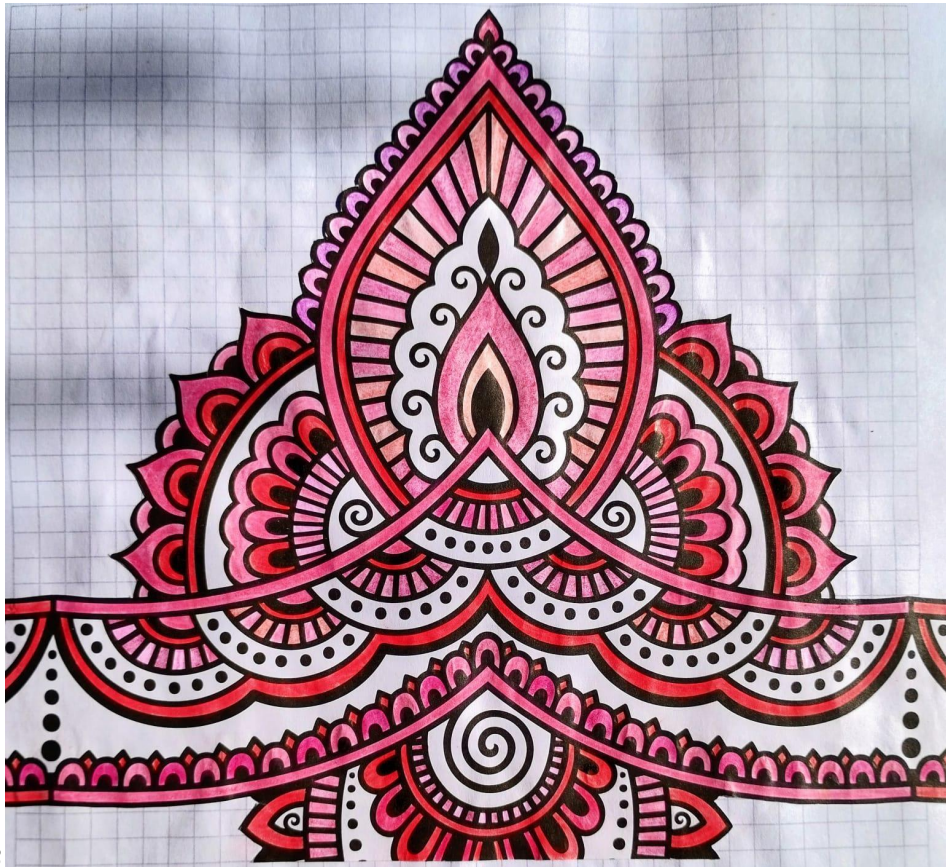
## LECTORES

*La experiencia nos transforma, es importante, atravesar aquello que nos sucede con gran conciencia para desde ahí generar un nuevo hacer, es por esto que pasada la experiencia de leernos, buscando unir aquello que la prisa ha separado, insistiendo que leer y escribir son un solo proceso, le invito a usted, quien lee que escriba en este pedacito de hoja blanca sus reflexiones, sentipensares y que sea parte de este proceso...*

*Si desea compartir su escrito escribanos al correo: [comunidad.larevista@gmail.com](mailto:comunidad.larevista@gmail.com)*



7



8



*Es un lugar dónde nos esperan muchas hojas en blanco que tenemos que escribir desde el alma misma. Estamos aquí porque no hay lugar en dónde escondernos de nosotros mismos. Acá tenemos una puerta que se abre y nos entregan contención, tanto del equipo terapéutico cómo también por parte de los compañeros, compartiendo sentimientos y emociones. Es una comunidad que nos brinda una salida del laberinto de confusiones en el que estábamos atrapados. Tenemos un gran desafío: poner lo mejor de nosotros para superarnos. Aquí cultivamos buenos hábitos y costumbres, con disciplina y orden, sobre todo espiritual y mental. De tal forma nos encontrará una vida, que merezca ser vivida, por nosotros, por nuestras familias, amigos y toda la sociedad.*

*Mario Bortolon y Ezequiel Bruno*