

EL ADICTO HABLA A SU FAMILIA

Yo soy un adicto. Necesito la ayuda de ustedes.

No me reprendan, culpen o castiguen. Ustedes no se enojarían conmigo si yo tuviera tuberculosis o diabetes. La adicción es también una enfermedad.

No me permitan provocar su enojo. Si me atacan verbal o físicamente, lo único que conseguirían es que confirme la mala opinión que tengo de mi mismo. Y ya me odio bastante.

No permitan que su amor y ansiedad por mi les lleve a hacer lo que yo debo hacer por mi mismo. Si ustedes asumen mis responsabilidades, harán que mi fracaso sea permanente. Mi sentido de culpa se aumentará y ustedes se sentirían resentidos.

No acepten mis promesas. Yo prometeré cualquier cosa por librarme de ser echado de patitas a la calle. Pero la naturaleza de mi enfermedad me impide que mantenga mis promesas, aunque en ese momento lo hago con buena intención.

No hagan amenazas en vano. Una vez que hayan tomado una decisión, aférrense a ella.

No crean todo lo que digo; puede ser una mentira. El negar la realidad es un síntoma de mi enfermedad. Además yo soy dado a perder el respeto por aquellos a quienes engaño con mucha facilidad.

No permitan que me aproveche o que abuse de ustedes de ninguna forma. El amor no puede existir por largo tiempo sin una dimensión de justicia.

No encubran o traten en forma alguna de salvarme de las consecuencias de mi forma de beber o de usar mi droga predilecta. No mientan por mi, ni paguen mis cuentas, ni cumplan mis obligaciones. Esto puede reducir o impedir la crisis que me incitaría a pedir ayuda. Puedo continuar negando que tengo un problema de adicción tanto tiempo como ustedes proporcionen un escape automático a las consecuencias de mis borracheras.

Sobre todo, aprendan todo lo que puedan acerca de la adicción y el alcoholismo y el papel que desempeñan ustedes con relación a mi. Vayan a las reuniones de apoyo, lean acerca del tema, pregunten y consulten con quienes tienen un poco de más experiencia y manténganse en comunicación con ellos. Son ellos quienes pueden ayudarles a ver con claridad la situación en general. En el amor de Dios.

Los quiere,

Su alcoholico/adicto