

CARTA DE VETERANO: CARLOS (14.12.2010)

Buenas tardes, me llamo Carlos. Soy ludópata y alcohólico, aunque mi problema no ha sido ese. Mi verdadero problema durante todos estos años se ha llamado MENTIRA... Empecé por mentir a los demás y, como no puede ser de otra forma, terminé mintiéndome a mí.

Cuando uno tiene la mentira por bandera, inevitablemente llega un momento en el que terminan por llegar las consecuencias. Estas consecuencias se llaman: pérdida de autoestima, pérdida del respeto hacia los demás y hacia uno mismo, daño,...

Te haces daño a ti y haces daño a los que te quieren, a los que quieren estar contigo; pero eso sí, estar contigo sobre la base de la sinceridad y la confianza.

Cómo todos, después de años intentando superar esta enfermedad por uno mismo, junto a mi sustento me puse a buscar la solución. Entré en la Asociación hace 5 años. Durante 4 años he estado luchando contra mí mismo para dejar el juego, pero sólo durante los últimos 15 meses he estado trabajando para superar mi enfermedad. Afrontar la ludopatía exige cambiar tus comportamientos, tu forma de enfrentarte a la vida y, en definitiva, crecer como persona. Como he dicho en muchas ocasiones: el sólo hecho de no jugar durante un tiempo, no vale. Si no cambias, terminarás por recaer.

Llevo en la Asociación más tiempo que nadie. He recaído más que nadie. He jugado muchas veces estando en la Asociación. Os he mentido más que nadie, pero, sobre todo, me he mentido a mí durante mucho tiempo. Todo esto me ha pasado porque he tardado mucho en comprender, en aprender, y sobre todo en aceptar, que no he sido honesto, que en realidad no había aceptado mi enfermedad y que la sinceridad, mucho más exigente que la mentira, es el único camino.

Ahora me siento libre. Sé que me queda un camino muy largo por recorrer, pero tengo ganas de hacerlo y me siento fuerte y con las herramientas adecuadas para afrontarlo.

Soy consciente de que la vida no será fácil. En muchas ocasiones nos pondrá a prueba y buscaremos solución donde otras veces la encontramos: en el juego, en el alcohol, en un porro,...

Para ello es fundamental que no olvide nunca esas herramientas que he aprendido. Cada uno debe tener las suyas; a lo largo de estos años habré escuchado cientos de ellas y, probablemente, sólo me he quedado con unas pocas. Pero si las tengo presentes cada día será muy difícil que recaiga. Podré caer, pero lo importante será levantarme y seguir. Y eso depende de mí. Depende, únicamente de seguir siendo honesto, aceptarme con mis debilidades, aceptar mis enfermedades, y, sobre todo, ser sincero. A la primera ocasión, contárselo a mi sustento, a mi familia,... ahí está la diferencia entre caer y recaer.

Llega la hora de las recomendaciones... y, sinceramente, no me siento el más capacitado. De hecho sólo os daré una, las demás se las dejo a otros compañeros, sponsor-veteranos a partir de hoy: **CONSTANCIA**.

Tras tantos años en terapia, he llegado a memorizar muchas de las enseñanzas de Carlos. La siguiente quizás sea con la que más me identifique: tu prioridad en la vida ahora es curarte esta enfermedad, así que ven todos los días porque quizás hoy se diga esa frase que puede salvarte la vida mañana.

Yo tardé más de 4 años en escuchar una de las frases que puede haberme salvado: “mi abuela tiene 80 años y probablemente esté más enferma que tu madre, y yo se lo he contado”. Así se me derrumbó mi última excusa para no compartir mi enfermedad con mis padres...

No he sido un buen alumno pero he sido constante. No he tirado la toalla en todos estos años. Ya no queda nadie con los que empecé: algunos son hoy nuestra referencia, sponsor-veteranos, y lamentablemente muchos otros hoy ya habrán arruinado sus vidas; porque una vida con juego no es vida!

Hoy me siento orgulloso de mí.

He trabajado mucho, aunque mi recuperación no es sólo mérito mío. Es mérito de todos vosotros y de todos los que han pasado por aquí y de donde he aprendido todo para que pueda decir: hoy tampoco he jugado.

Lógicamente, una parte fundamental de la culpa en mi recuperación se la debo al equipo de APEAP; a los que hoy están y a todos los que nos han ayudado en todos estos años. Y, como es de justicia, muy especialmente a Carlos. Seguro que todos pensamos lo mismo, pero estoy convencido de que conmigo ha tenido un trabajo extra. Gracias Carlos por ayudarme cuando yo no quería ayudarme a mí mismo, gracias por no tirar la toalla conmigo y conseguir hacerme cambiar mi forma de pensar.

Pero si hoy estoy aquí, con un presente y un futuro que quiero vivir se lo debo a mi sustento, a Rosa. Gracias por apostar por mí cuando yo estaba apostando a una máquina. Gracias por ofrecerme la mano cada vez que me caí y no abandonarme en este camino, que hoy quiero andar, no apoyado en ti, sino a tu lado.

14 DE DICIEMBRE DE 2010

Fdo. CARLOS

