

## El que no conoce su historia, tiende a que se repita

Escrito por Ernesto Salayandía García  
Martes, 05 de Abril de 2016 12:42

---

De Adicto a ADICTO Ernesto Salayandia Garcia

**El que no conoce su historia,  
tiende a que se repita**



**ENTENDER QUE TODO LO QUE ENTRA a tu organismo y trasforma tu Sistema Nervioso Central, es comprender, que es estimulante, el café, el cigarro, las pastillas para dormir, los antidepresivos, por supuesto, los inhalantes, el alcohol, la marihuana, cocaína, heroína y toda la amplia gama de drogas, sin duda, no solo transforman el SCN sino el cerebro, la mente, las emociones y las actitudes.**

**Entre padrinos te veas**

Hay otro tipo de drogas que también alteran todo ese cuadro descrito, como son las

## El que no conoce su historia, tiende a que se repita

Escrito por Ernesto Salayandía García  
Martes, 05 de Abril de 2016 12:42

---

emociones, hay gente chismosa que se hace adicta, adicto a desprestigiar a otros, a hablar mal a espaldas de muchos, a destilar veneno en contra de alguien, y el destilar veneno le produce adrenalina, altera su Sistema Nervioso Central, su pensamiento, el de la chismosa, es sicótico, patológico, enfermo, sus emociones, cómo la envidia, el resentimiento, su autoestima baja, su frustración y deshonestidad, hacen que el chismoso hable por hablar y asegure hechos que no son, reflejando su enorme vacío espiritual, diciendo falsedades que después llega a creerlas y supone y da por hecho que sus chismes son reales, olvidándose todo el daño que le está causando a su víctima, es decir, a la persona de la que cobardemente está mal hablando a sus espaldas, son sembradores de cizaña, de intrigas, expertos en crear dudas y en desprestigiar a seres humanos que tal vez, no les han hecho ningún daño, pero son cobardes al hablar por dañar.

Son como una plaga en el pantano, hay chismosos en cualquier lugar.

## Las fuerzas destructivas de una institución

Hay gente enferma de sus emociones por todos lados, con la diferencia que la mayoría no lo reconoce, ni aceptan esta enfermedad, no la reconocen porque pudiera considerarse como si estuvieras loco, el reconocer, el aceptar, para mí, que soy un enfermo emocional, me permite ser honesto conmigo mismo, trabajar con ello y superarme día con día, y como instructor capacitador, como



periodista al escribir semana a semana en 130 periódicos impresos de toda América Latina, más medios digitales, igual como escritor con 12 libros publicados, me permite tener un panorama más amplio de este mar de veneno que reina en hogares, empresas, oficinas de gobierno, escuelas y en todos lados, la gente malnacida, le da vuelo a sus emociones torcidas.

Son difusores de rumores, especulan, pronostican acontecimientos desagradables para la empresa, para los jefes, incluso para el mismo país, dan por hecho, que fulanita de tal, es una mujer ligerita, que se acuesta con medio mundo y en un instante desprestigian la integridad y dignidad de una mujer, el que no es homosexual, es narcotraficante, sicario, violador, corrupto, amante de la esposa del jefe, y aquí, lo más triste es que su veneno se lo comen quienes

## **El que no conoce su historia, tiende a que se repita**

Escrito por Ernesto Salayandía García  
Martes, 05 de Abril de 2016 12:42

---

escuchan estas versiones de desprestigios, y quiero ubicarme, cuando alguien habla mal de una persona, no me lo como, solo escucho, no me sirve de nada creer si es verdad o no lo que se me está diciendo, la gente chismosa está híper enferma, son mediocres, cobardes llenos de veneno, sin honestidad y muy alejados de Dios. Y no dudo que así hablan mal de mí.

### **Algunas frases de los chismosos**

Yo sé lo que te digo. Es por tu bien. Esa es una piruja, y ahí van, otras más. Ay, pero por favor, no se lo digas a nadie. Yo lo vi con mis propios ojos. Me consta. No lo dudes ni tantito. Si se ve a leguas, es una mosquita muerta. Ay, pero quien se iba a imaginar que al licenciado le gustan los chavitos. Pues de dónde crees que sale el dinero, siempre anda muy bien vestida, con auto último modelo. Pobre de su mujer y míralo de coscolino.

En todos lados, hay gente mal nacida y dañan no solo a personas, sino a familias completas, dañan la fuente de trabajo, la atmosfera que van creando es tensa, se respira mala vibra, en cuanto entras a un lugar sientes el ambiente pesado, son las emociones negativas, hay envidias, y la mujer es perversa, el hombre, es poco hombre, muchos hablan por resentimiento, por dolor, odio y sed de venganza, irrumpen el bienestar, irrumpen la armonía y bloquean el equipo de trabajo, levantar falsos es de es víboras y por desgracia es un deporte mundial, muchos lo practican a todas horas con toda la gente que si así ven la vida de otros, imagínate como será la vida de ellos y qué podemos aplicar, algunos dichos. Ve la espiga en el ojo ajeno, pero no ve la viga en el propio. Quien siembra vientos, cosecha tempestades. Dime de lo que presumes y te diré de qué careces.

Con la vara que midas, serás medido: Ojo por ojo, diente por diente.- La vida es como un restaurante. Nadie se va sin pagar. El que la hace la paga y las pagas donde más te duele. El que mal obra, tarde que temprano, mal acaba.

## **El que no conoce su historia, tiende a que se repita**

Escrito por Ernesto Salayandía García  
Martes, 05 de Abril de 2016 12:42

---

### **La improductividad y nulo trabajo en equipo**



Todas las fuerzas destructivas señaladas alejan a los clientes, lesionan al usuario, se carece de un espíritu de servicio, el chismoso, no tiene vocación, ni ganas por dar lo mejor de sí mismo, muestran una cara de pocos amigos, amargados, tristes apagados, sus hombros caídos, están enojados todo el tiempo, no te miran a los ojos, contestan el teléfono de mal modo, tratan con la punta del pie a las personas, son humildes con el soberbio y soberbios con el humilde, triste caso, es similar en los hogares, donde alguien se la pasa hablando mal de los vecinos, de las hermanas, las tías, los parientes y de medio mundo y aquí algo importante, cuando alguien te de un chisme y ese chisme esté destruyendo la dignidad de alguien, solo piensa lo que esa persona será capaz de hablar mal de ti a tus espaldas.

Doy un taller titulado, calidad y calidez en el servicio, precisamente para quitar máscaras, para sanar heridas, para ubicar a cada quien en su dimensión exacta, juego con las emociones del grupo, detecto las malas vibras, no entro en polémica pero bombardeo atacando a los protagonistas de las fuerzas destructivas, los cambios son de inmediato y palpables, hay quien llega a reconocer sus defectos de carácter y sus patrones de conducta equivocados, en años he reunido un mundo de material en videos, películas y textos, me gusta mucho trabajar las emociones, confirmo que el que enseña, aprende tres veces y es una enorme satisfacción cuando alguien reconoce sus errores y se compromete a un cambio radical.

El chisme es una enfermedad emocional.

### **La borrachera seca y los grupos de autoayuda**

## **El que no conoce su historia, tiende a que se repita**

Escrito por Ernesto Salayandía García  
Martes, 05 de Abril de 2016 12:42

---

Primero, un grupo de autoayuda, es un círculo de enfermos emocionales, no se le puede pedir peras al olmo, segundo, el síndrome de abstinencia, conocida como borrachera seca, es una característica muy común, en la mayoría, el sello de distinción, y tercero, el vacío espiritual es como una tarjeta de presentación en muchos militantes y la decadencia de los grupos de autoayuda, la mínima militancia y membrecía, se debe precisamente a eso, a las fuerzas destructivas, parecen caníbales y se sacan las garras unos a otros, aunque en las cadenas de unidad, después de la Oración de la Serenidad, todo mundo se abraza, se dicen tiernamente palabras dulces, pero habrá que analizar a los que clavan la daga en la espalda cuando te abrazan u esconden la mano. El abrazo de Judas.

Lo que sucede en un grupo de autoayuda, sucede exactamente en la calle, en la sociedad, es decir, muchos andan en borrachera seca, valiendo monjas, son deshonestos, hipócritas, falsos, engañosas, claro, salvo sus muy honrosas excepciones y por eso, el recién llegado, no se queda, todo el grupo en su conjunto, no les es atractivo, no hay espejo en lo que él está buscando, menos cuando se atacan unos a otros, se descalifican, se desprestigian y se hacen trizas y hacen todo lo contrario a lo que ofrece el programa de Alcohólicos Anónimos, en concreto, nunca se recuperan debido al cumulo de defectos de carácter, a la soberbia, espiritual, el creer que andan hasta levitando y se llenan de ego cada vez que alguien les dice: "Padrino". El que le caiga el saco, se lo hacemos a la medida, que se lo ponga, otros más, tiran la piedra y esconden la mano.

No dejo de reconocer que los Alcohólicos Anónimos salvaron mi vida y estoy muy agradecido, pero en mi análisis sobre recuperación, armonía, calidad de vida, relación de pareja crecimiento personal, y ejemplo, muchos se distinguen por borrachos secos.

### **No soy monedita de oro... Pa'caerle bien a todos**

El dar crédito a un chisme, no es más que demostrar la magnitud de mi enfermedad y mi vacío

## **El que no conoce su historia, tiende a que se repita**

Escrito por Ernesto Salayandía García  
Martes, 05 de Abril de 2016 12:42

---

espiritual. He aprendido a mantener la boca tapada, no haré daño ni quiero hacer lo que a mí no me gusta que me hagan, tomo en cuenta las cosas y tomarlas de quien vienen y no me engancho, hacerle caso a los tarugos, es engrandecerlos, debo de predicar con el ejemplo ante mis hijos, si soy negativo, ellos serán igual que yo, sé que muchas personas destilan veneno en mi contra, la verdad, me tiene sin cuidado, conozco las dimensiones de esta perra, maldita enfermedad perversa del alma.

No es solo alcohol y drogas, es mucho más que eso y la verdad que es una maravilla respetar al ser humano, es maravilloso decirle mediocre al mediocre, es una enorme satisfacción hacer un análisis de la personalidad de un político, no hablar por hablar, sino reflexionar sobre su verdad, y el otro día con motivo del día de expresión, recordaba una frase que aprendí cuando tenía 17 años y fui director general de El Heraldo de Toluca. Nadie debe escribir como periodista, lo que no pueda decir como caballero.

Si llegara a hablar mal de alguien, debo de tener fundamentos, debo de haber investigado la certeza de mis argumentos y no desprestigiar por desprestigiar, no hay tiempo, tengo que hablar de mí, de mis emociones, de mi ayer y de mi hoy, ese hoy que es de cambios y cuando evito emitir mis comentarios venenosos, evito hablar mal de mí mismo.



**Hechos son amores y no buenas razones**

## **El que no conoce su historia, tiende a que se repita**

Escrito por Ernesto Salayandía García  
Martes, 05 de Abril de 2016 12:42

---

Hay quienes te ponen etiquetas.- Te califican y te descalifican, no puedes juzgar nunca, el contenido de un libro, solo por la portada o el título, no puedo hablar de lo que no sé, menos sembrar falsos, mi recuperación, me dice. No te metas en lo que no te importa. Vive y deja vivir. Cuando veas las barbas de tu vecino cortar, pon las tuyas a remojar. Hechos son amores y no buenas razones.

Mi recuperación, me obliga a ser sencillo, humilde y honesto, no puedo seguir igual de mentiroso como cuando consumía, no puedo ser igual de negativo, ni venenoso, la recuperación me obliga a respetar a las personas, a amarlas, a considerar que todos tenemos derecho de enojarnos, pero nadie tiene el derecho de meterse en la vida de otros, cierto es, que el tiempo no es recuperación, pero sí son cimientos, y en 16 años de vivir en sobriedad, mis cimientos están encaminados a erradicar mis defectos de carácter, a eliminar mis patrones de conducta equivocados, he aprendido a ser, a trabajar mis egos y a evitar hacer lo mismo que hice toda la vida, dañar a otros, esto es de cambios y el cambio obliga a ser maduro, a crecer espiritualmente, obliga a vivir la vida en armonía, sin envidia, sin frustraciones, ni destilar veneno, sin resentimientos, sin difamar o argumentar negativamente en contra de alguien, obliga, simple y sencillamente a vivir mi vida con dignidad y ser un buen ejemplo para mis hijos, y estar lleno, satisfecho y agradecido siempre. El chismoso tiene de lengua un bisturí filoso. Lengua de hacha.

## **El que quiera azul celeste, que le cueste**

La recuperación y la sobriedad, que son dos cosas y dos temas totalmente distintos, no se ganan con ir al grupo a ligar, a enamorar a las recién llegadas, a consolar a las esposas dolidas o las novias resentidas, no se logra, siendo infiel a tu mujer, ni andar haciendo cuarto y quinto paso en las camas de un motel, tampoco se logra, haciendo negocios, tranzando a los más incautos, haciendo mal con préstamos o negocios fantasmas, igual que en la actividad, tampoco se alcanza, la recuperación y la sobriedad, con andar apadrinando a medio mundo.

## El que no conoce su historia, tiende a que se repita

Escrito por Ernesto Salayandía García  
Martes, 05 de Abril de 2016 12:42

---

No puedes con tu vida y quieres cargar la de otros.



Mucho menos, se logra, jugando al bote pateado, una dos tres por mí y por todos mis compañeros, es decir, ir a grupo a hacer todo, por la comunidad, que te obliga a respetar, a guardar silencio, a estudiar la literatura, esto es de atracción, no de promoción y la respuesta ante la poca militancia en la mayoría de los grupos de autoayuda, es muy clara, no hay atracción, cualquiera puede ir a calentar la banca, a jugar la parte aparentando ser lo que no se es, cualquiera puede confundir un centro de vida, un centro espiritual, con un club social, cualquiera puede pudrirse en envidia y destilar su veneno en contra de alguien, pero no cualquiera es suficientemente hombre para demostrar con pruebas lo que está diciendo y qué fácil es el papel del cobarde, igual que el borracho, cuando trató de matar a su mujer, él dijo: Ella me provocó. La dejó media muerta a puñetazos. Y el muy cínico, respondió gritando. Nadie me ha preguntado cuánto me duelen mis puños, ni han visto la sangre que traigo en mis nudillos.

Nadie, ha pensado en mi dolor de puños, solo ven la cara hecha pedazos de ella. Que injustos! Vaya, el chismoso está a un paso de consumir, reventado ya está, solo le falta que se ataque de sustancia. Si recaes, no preguntes ¿por qué? Chismoso envidioso. En un grupo hay que crecer. No decrecer. Hay que compartir, no competir. Conozco muchos compañeros dignos de pertenecer a la fraternidad, mis respetos para quienes en verdad cumplen con su programa dentro de Alcohólicos Anónimos y en otros grupos. Son un digno ejemplo a seguir.