

## De Adicto a ADICTO Muerto en vida, atrapado sin salida.

Escrito por Ernesto Salayandía García  
Lunes, 05 de Abril de 2021 14:29

---



### De Adicto a ADICTO

Muerto en vida,

atrapado sin salida

*Ernesto Salayandía García*

*Una noche, como muchas otras, sufría de desesperación por no poder respirar bien, tenía dificultad al i*

**DROGADO** me fui a la estufa y puse una hoya con agua a hervir y Vick VapoRub, inhale el vapor, una y otra vez, sin lograr mayores resultados, me unte vaselina, me puse gotas para los ojos y nada, no podía respirar debido a los enormes tapones de mucosidad en mis orificios nasales, secos y por la porquería, generándome dolor en el tabique y una enorme frustración por no poder respirar. Puedes visualizar mi recámara, la de un borracho drogadicto, maniaco

## **De Adicto a ADICTO Muerto en vida, atrapado sin salida.**

Escrito por Ernesto Salayandía García  
Lunes, 05 de Abril de 2021 14:29

---

depresivo, ropa sucia tirada por todos los, ceniceros desbordando cenizas y colillas de cigarros, papel de baño, clínex, calzones, calcetines, impregnados de mocos con sangre. Me sonaba la nariz con las sabanas, fundas, con cualquier cosa, me daba pereza levantarme al baño, puedes ver, los vasos medios llenos, medios vacíos, platos, cubiertos, tasas, sucios, y mucha basura, por supuesto. El cuarto olía a los mil demonios y yo, pasaba ahí hasta cinco días sin salir, sin bañarme, fumando y bebiendo, periqueando e inyectándome a cada momento, tres miligramos de morfina sintética. Ahí estaba hundido en depresión, sin fuerzas, atrapado por la maldita rutina de sustanciarme, de trágame un mundo de pastillas antidepresivas. No hubo poder humano que me sacara de ese infierno, no podía parar, recuerdo, que después de días de abstinencia, que los tuve, yo lloraba cada vez que inhalaba el primer pase de cocaína, súper rebajada, porque sabía perfectamente lo que venía, la tormenta de las emociones que me secuestraba y se adueñaba de mi vida. —No puedo respirar, voy a morir asfixiado.

### **Un adicto, un marihuano muere lentamente**

Mi cuerpo agotado, débil, después de haberme chutado la botella de vodka que consumía todos los días, rendido por haber inhalado durante el día y la noche, más de 15 pases de cocaína, asqueado por haberme fumado cerca de tres cajetillas de cigarro, súper drogado por la combinación de morfina y fármacos. Por supuesto, atormentado por mi mente enferma, mis pensamientos psicóticos, patológicos, recurrentes, por mi celotipia y mis obsesiones mentales, lo que hora llamo, secuestrado por la loca de la azotea, así, fue un parte de mi agonía, encerrado en la soledad de mi recamara, con delirios persecución, generando que dos tipos estaban adentro de los conductos del aire acondicionado. Yo dormía con cuchillos, oía sus pasos y risas, en las rejillas de las paredes, ponía papel periódico o trapos impregnados de alcohol, les prendía fuego y escuchaba como corrían, yo los perseguía con los cuchillos en manos, quemé mi casa cuatro veces, yo los vi, los escuche y me lleno de miedos.

### **Muerto en vida**

Esa noche, mi cuerpo cayo boca abajo en mi cama king size, cansado de mis excesos, rendido, ya dormido, vi una cara mía en mi mente, luego, entre a un largo túnel negro, vi, sentí, como dos caras mías se movían con gran fuerza, tratando de choca una con la otra, fue una sensación extraña, demasiado rara, luego caí en un abismo, como diría el poeta, profundo y negro, toque fondo, la oscuridad era inmensa por todos lados, después, vino el silencio absoluto, cero ruido, ahí se perfectamente que estoy muerto, no respiro, en ese instante, le grito a Dios.

## **De Adicto a ADICTO Muerto en vida, atrapado sin salida.**

Escrito por Ernesto Salayandía García  
Lunes, 05 de Abril de 2021 14:29

---

—¡Dios, Dios, no quiero morir!, por favor, Dios, no quiero morir, me levanto de la cama, sudando, temblando, lleno de miedos, me voy al baño, me miro al espejo, soy la tristeza arrolladora, mis hombros caídos, mi mirada apagada, mi piel amarilla, seca, áspera, lo blando de mis ojos, que se llama esclerótica, ofrece un café cenizo, ojeroso, apagado sin luz, me miro, lloro frente a mi rostro deprimido. —¡Estúpido, estúpido, mira lo que has hecho con tu vida, eres un vil mediocre, drogadicto, estas en la ruina!—. Sigo llorando y me sigo viendo, muy decepcionado de mí mismo, sé que tuve un paro respiratorio, que estuve muerto, sé que Dios me dio una oportunidad, porque cuando comencé a despertar, vi, sentí una fuerte luz, esplendorosa dentro de mí, tuve un despertar espiritual.

### **No quería o no podía abandonar mi adicción**

Dejé de llorar, me eché agua en mis fosas nasales, ahí mismo, presioné los orificios, me soné con fuerza, salió el primer tapo de porquería, después, atrás de él, el chorro de sangre, sangre que llegó a mis labios y mi lengua, sangre y cocaína que los anestésio. Me soné la otra fosa, liberé el enorme obstáculo, pude respirar y verme al espejo, sucio, despeinado, abandonado de mí mismo, respire con profundidad, suspire desde lo más fondo de mi ser, me eche agua en la cara y después, ¿qué te imaginas que hice? Para evitar que la cocaína se humedeciera y exterminar el polvo, colocaba los pases en el travesaño de las puertas, a un lado de la jeringa y la morfina, después de libérame, tome un pase completo y de dos jalones los metí a mi cuerpo, luego cargue la jeringa con tres miligramos de morfina y me arponeé en la nalga, luego, me senté en el escusado, prendí un cigarro, que fume placenteramente, como si nada hubiera pasado, olvidándome de esa imagen de mediocre que mostraba a los cuatro vientos, de ahí vengo, soy víctima de La Saliva del Diablo. Me volví loco por tantas drogas, perdí el sano juicio.

### **Nada es para siempre, ni bueno ni malo. —Nada.**

Hoy, recupere a Ernesto, disfruto verme al espejo, contemplar mi armonía, la sinceridad de mi mirada, palpar mi paz interior, me gusta sonreírme y desearme lo mejor de lo mejor, decretar, que este va a ser el mejor de mis días, comprender que mi enfermedad es emocional, progresiva, incurable, mortal, por demás contagiosa, no se me debe de olvidar los fondos que viví, el dolor que me cause y le genere a mis seres queridos, perdí mi libertad, la droga me robó mi dignidad, lleno de ansiedad a las cuatro de la mañana iba a comprar cocaína, andaba todas las mañanas, de farmacia en farmacia, buscando la morfina sintética, mi ansiedad me hacía consumir una botella diaria de vodka, no se me debe de olvidar mis delirios auditivos, mis depresiones, lo que la droga ocasiono, como el que me corrieran de mi trabajo, los pleitos constantes con mi mujer, el haber tratado de matarla, de ahorrarla invadido por la ira, por el odio desbordado, no se me debe de olvidar mi soberbia, que es la madre de mi enfermedad,

## De Adicto a ADICTO Muerto en vida, atrapado sin salida.

Escrito por Ernesto Salayandía García  
Lunes, 05 de Abril de 2021 14:29

---

tampoco mis egos, mi falso orgullo, ni el cumulo e defectos de carácter que distinguió en mí una vida completamente ingobernable, hoy me miro al espejo y me digo. Solo por hoy no soy el mismo que antes, erradique mi celotipia obsesiva, disminuí mi corto impulso neurótico, rebaje mi egocentrismo, le eché humildad, recupere mi seguridad y autoestima, perdí mis miedos y le dije adiós a mi ansiedad, dejé de ser el mediocre del año, el borracho del barrió, abandoné mi compulsión, le di la espalda a mi necesidad de intoxicarme, recuperé la vida, soy un milagro, solo por la gracia de Dios, sé que no tengo todo lo que quiero, pero hoy quiero todo lo que tengo. Me queda claro que soy en extremo un completo narcisista, que en 22 años me he estado recuperando poco a poco.

██████████ en farmacia

██████████ mis huesos, cuando se iba la anestesia, el dolor era intenso, muy agudo, sen

### No hay peor ciego...

Juan, de 17 años, tiene mala copa, borracho le da por llorar o por echar bronca, es un tipo violento, por lo mismo, sin amigos, toma, dice el, los fines de semana, jueves, viernes, sábado y domingo, toma con general. —No uso drogas. —Me dice muy orgulloso y le pregunto. —Sabes que la cerveza es una droga, que anestesia tu sano juicio?—. Te transforma y no eres tú. —Juan, escucho testimonios de otros jóvenes y como lo dije yo, muchas veces. —Juan dijo. —Yo no estoy tan mal. —Ya han pasado seis meses y este joven, está sufriendo los amargos estragos de la enfermedad del alcoholismo, ya golpeo a su novia en dos ocasiones, su nivel de neurosis lo hace intocable e insoportable, muy agresivo contra su mamá y por supuesto, que sus días de consumo, aumentaron, ahora se emborracha todos los días, cuando advertimos a este joven de tomar conciencia, nos tiró de a Lucas, es más, se sintió ofendido, las negación le aflora y su sentido de irresponsabilidad los expresa a flor de piel, Juan, tendrá que vivir su propia experiencia. Analizo el hecho de que he visto a nadie que le gane a una adicción, menos que salgas bien librado, nadie le hemos vivido gratis, los estragos son amargos, muy amargos y si quieres que te lean la mano, que pronostiquen tu futuro, que interpreten tu bola de cristal, ten la humildad de acercarte a una junta de Alcohólicos Anónimos, cubre, por lo menos un mes y escucha las tribunas, después de ello, se honesto contigo mismo y decide si tienes o no el problema por tu manera de beber y de usar sustancias. Muchos han muerto, otros ahí están en

## De Adicto a ADICTO Muerto en vida, atrapado sin salida.

Escrito por Ernesto Salayandía García  
Lunes, 05 de Abril de 2021 14:29

---

la antesala, muchos más, solo han tapado la botella, ahora viven solos, sus mujeres se hartaron de tanta neurosis, es pues, esta enfermedad, el mal de muchos, muchos que como yo, están tocando fondos, esto es de fondos y la perra enfermedad te llevara de la mano a que los toques, a que los vivas y los sufras y solo así, solamente así, tocando fondo, podrás despertar.

██████████ a perder

██████████ eso de recuperación, sé que el tiempo no es recuperación, son los hechos los que hablan p

\*Gracias por leerme y más por escribirme [ernestosalayandia@gmail.com](mailto:ernestosalayandia@gmail.com) 614 256 85 20.  
Sigue la huella de diálogos al desnudo todos los lunes a las 6 de la tarde tiempo de chihuahua, México. Link: <https://cutt.ly/mz5vY3v>.  
(Gracias por compartir).