

## Testimonio de Francisco Sánchez de la Asociación Alcohólicos Liberados de Jaén y Mágina (ALJAMA)

Soy Francisco Sánchez y he tenido problemas con el alcohol. Me preguntan que: ¿qué he recuperado en mi vida sin alcohol?

Como detrás de todo alcohólico hay una triste historia, para cada uno de ellos la suya es la peor. ¿Por qué? Porque es la que hemos vivido.

Todo empezó cuando tenía 7 u 8 años. Era la edad que recuerdo la primera vez que bebí. Poco a poco iba creciendo e iba bebiendo, me relacionaba con gente con más años que yo. Mis padres tenían un negocio de bebida y, claro, eso también me ayudaba a hundirme más en el alcohol.

Me ennovié ya bebiendo en exceso. Lo iba escondiendo entre comillas porque los 7 años que tuvimos de novios cada día cuando la dejaba en su casa yo me iba al bar y me daban las tantas. Mis padres eran conscientes de lo que estaba pasando pero todo era un silencio. Me imagino que sería para que no se enterara mi novia y todo siguiera para adelante hasta que me casara y así se quitaban un problema y yo que estaba también deseando salir de casa de mis padres.

Nos casamos un feliz día. Recuerdo que después de la ceremonia camino al salón mi mujer me dijo: " CUIDADO CON LO QUE HACES ESTA NOCHE. ". Os podéis hacer una idea por donde iba ya mi alcoholismo. Nueve años insoportables pelea tras pelea, embustes, engaños, tres accidentes graves, tres coches a la basura, nueve años perdidos por culpa del alcohol. Me tenía tan enganchado que no me dejó ni ver el nacimiento de mi hijo.

Yo no me veía como persona. Mi vida no valía nada. Intenté incluso a atentar contra mi vida. No quería hacer sufrir más a mi familia. Pero no podía dejarlo. Me corría por las venas, era parte de mi vida pero aun así lo seguía intentando.

Mi mujer me acompañaba a la asociación [Asociación Alcohólicos Liberados de Jaén y Mágina (ALJAMA)], un día, otro y otro, luchando por mí, sacrificándose, llovera o nevara, dejando a los niños con la abuela por venir conmigo. No se merecía lo que estaba haciendo con ella.

Pero tanta lucha y tanto esfuerzo tiene su recompensa. Un buen día como otro cualquiera me voy al trabajo y al pasar por la gasolinera en la que paraba todos los días a comprar para consumir, ese día le pisé al coche y no paré. Creo que eso me motivó un poco para seguir el día sin querer beber. Al mediodía sin beber aún, fui a comer a casa y se lo dije a mi mujer lo que me estaba pasando porque lo estaba pasando muy mal. Claro, ella no me creía, normal si yo había sido el jefe de los embusteros de España. Por la tarde me fui a trabajar. Mi mujer me decía que me quedara porque me veía muy nervioso pero tuve que irme. A las seis de la tarde el síndrome de abstinencia que tenía era brutal. Me tiraba de los pelos e hice lo que tenía que haber hecho hacía años. Eché mano a mi mochila e hice lo que tantísimas veces me habían dicho. Me fui a buscar ayuda a mis compañeros y les dije: "AYUDADME QUE NO QUIERO BEBER". Hasta el día de hoy.

A la pregunta que me hacían: ¿QUÉ HE RECUPERADO EN MI VIDA SIN ALCOHOL?

Ha sido un camino duro con muchos altibajos, zancadillas pero los pies bien puestos en el suelo mirando siempre para adelante sin olvidar nunca lo que dejamos atrás.

Una de las mejores cosas que me ha podido pasar en la vida es conocer la asociación, donde he conocido muy buena gente, mis mejores amigos.

Bendita enfermedad la de un alcohólico que tiene cura, sin tomar medicinas, donde te curas física y psíquicamente y encima no vale dinero dejar de beber.

He recuperado mi vida

He recuperado mi dignidad

Mi familia

Empecé a quererme

Cuando llegué a mi casa me encontré dos hijos maravillosos con los ojos azules..

Una mujer fuerte y valiente que se había dejado el pellejo por su casa, por los niños, estaba trabajando y encima con todo lo que le había hecho sufrir, me quería.

Valoro lo poquito que tengo. Le doy gracias a la vida por levantarme todos los días sereno y sin miedos. Me valoro y valoro a mi familia mucho más, soy feliz y creo que los que están a mi lado también y sobre todo soy libre. Tengo la capacidad de decidir por mí solo. Se lo que está bien y está mal. ¿Os parece poco? Por todo esto y mucho más merece la pena dejar de beber.