LAS BATALLAS CON LA BOTELLA



CRISTO PARA TODAS LAS NACIONES

LAS BATALLAS CON LA BOTELLA

Dan Kohn



© 2020 CPTLN
Todos los derechos reservados.

A menos que se indique de otra manera,
las citas bíblicas han sido tomadas
de la Biblia Reina Valera Contemporánea,
Copyright © 2009, 2011 Sociedades Bíblicas Unidas.

Introducción

Como bien lo dice el título, este es un libro sobre batallas. En realidad se trata de dos batallas. La primera es la batalla con la botella, o sea, el *alcoholismo activo*. La segunda es la batalla de la victoria, la llamada *recuperación*, la batalla que va más allá de la botella. Si te encuentras en medio de alguna de estas dos batallas, sigue leyendo.

No has planificado las batallas que el alcohol ha introducido en tu vida, pero aun así puedes lograr la *victoria:* la victoria llamada *recuperación*. El objetivo de la recuperación es doble: tener paz interior y tener paz con los demás a través de la restauración de las relaciones. Pero raramente una batalla se gana luchando solo. Si bien es cierto que puedes obtener la victoria, también es cierto que no puedes hacerlo por ti mismo, y no se espera que lo hagas.

Si esta es la primera vez que te enfrentas a la realidad de los patrones y conductas causados por el abuso del alcohol, algo de lo que leas podrá parecerte duro. Te pido que por favor sigas leyendo. Porque aquí encontrarás la fuente de fortaleza y amor que te llevará a la paz que tanto buscas.

Por dónde empezar

Veamos la historia de Sergio. Aunque la historia de cada alcohólico es única, el drama de la vida de Sergio tiene temas similares al de muchos otros, tal vez incluso el tuyo:

A Sergio le gustaba mucho divertirse. Pero quienes lo conocían mejor sabían que frecuentemente bebía tanto, que perdía el control. La mayoría de los amigos que le quedaban bebían tanto como él. Sus antiguos amigos ya no querían salir más con él porque les daba vergüenza cuando perdía el control.

Su segundo matrimonio se veía amenazado por esa misma razón. Cuando abusaba del alcohol, sus palabras y comportamiento eran muy feos; fue por eso que su primera esposa lo había dejado. Y sus dos hijos sufrían, sin saber cómo lidiar con los cambios de humor de su padre. Como resultado, tenían sentimientos encontrados con respecto al amor que sentían por él.

Su abuso del alcohol también había perjudicado las finanzas familiares, lo que solo empeoraba las cosas. Siempre había dinero para el alcohol pero las facturas no se pagaban, y dinero para pasar el tiempo en familia rara vez era una prioridad.

Todo comenzó la segunda vez que lo pararon por conducir ebrio. Ahora tenía que asistir a consejería. Aunque al principio luchó, ya que no creía tener un problema con el alcohol, llegó a comprender que su consumo de alcohol le estaba causando demasiadas pérdidas en su vida. Estaba listo para hacer los cambios necesarios para tener paz y para trabajar en su relación consigo mismo, con los demás y con Dios.

Sergio nunca tuvo la intención de convertirse en alcohólico, nadie la tiene. Tampoco nadie intencionalmente forma una relación con alguien cuya bebida resulta ser una fuerza destructiva. Sin embargo, este patrón de problemas es demasiado familiar para la asombrosa cantidad de adictos y sus familias.

Entendiendo la batalla

Como consejero de adicciones durante más de 30 años, he visto el dolor y el sufrimiento involuntarios, pero muy reales, provocados por la pérdida de control sobre el alcohol. De hecho, es una batalla: el alcohol es la droga más popular que altera el estado de ánimo y que causa una de las mayores crisis de adicción.

Esta batalla se vuelve muy confusa para todos los involucrados. Muchos dentro de la comunidad alcohólica dicen que el alcoholismo es una "locura". De hecho, el segundo paso del exitoso Programa de 12 Pasos de Alcohólicos Anónimos (AA) hace la siguiente referencia: *"Llegamos a creer que un Poder superior a nosotros mismos podría devolvernos el sano juicio"*. Probablemente hayas escuchado definir a la locura como "hacer lo mismo una y otra vez, esperando resultados diferentes ". Esta es una descripción adecuada del patrón irracional de beber repetidamente, especialmente frente a la evidente destrucción que resulta del abuso constante. En estos aspectos, el alcoholismo es una locura ilógica.

Y ya que estamos hablando de definiciones, considera la que describe a un alcohólico como "alguien cuya bebida le crea problemas graves y repetidos, especialmente en las relaciones afectivas". Los adictos a menudo usan calificadores para no aceptar su condición de alcohólicos. ¿Cuál es tu situación? ¿Has pasado por alto los problemas serios para racionalizar tu patrón de consumo de alcohol?

Si observas más de cerca esta definición, verás que va más allá de los calificadores enfocándose en los efectos dominó del abuso de alcohol. No se trata de la cantidad que bebes; ni siquiera se trata de con qué frecuencia eliges beber o emborracharte. Todas estas pueden ser potenciales pistas de "malas noticias", pero no son suficientes para definir por completo un problema de alcoholismo.

Ni siquiera tu elección de bebida es un vínculo claro con esta adicción. La cerveza a menudo se cita como la opción más común de los alcohólicos. Pero, en realidad, la cantidad de alcohol puro en una lata de cerveza es igual a un vaso de vino o una medida de licor con la que se hace un trago. Y no podemos pasar por alto uno de los síntomas más evidentes y desafiantes de la batalla con la botella: la pérdida del autocontrol. Primero se pierde el control sobre la elección de beber, cuando la experiencia previa hace evidente que beber tiene resultados dañinos. Lo que sigue es el *resultado* de esta primera pérdida de control: la pérdida de control sobre tus relaciones afectivas, la ética de tus decisiones, tu capacidad de obedecer la ley y controlar tus finanzas, por nombrar algunos.

Entonces, ¿dónde te deja esto? ¿Te ves reflejado en las definiciones y patrones anteriores? Cuando conectas los puntos, ¿ves un patrón de abuso de alcohol? Si es así, ¿estás listo para considerar el camino hacia la esperanza?

El alcohol y la esperanza

Alcohol y esperanza... dos palabras que parecen contradecirse. Sin embargo, a través de la experiencia con muchos pacientes a lo largo de los años, he aprendido que uno de los elementos más vitales para ganar las batallas con la botella es la parte espiritual de la recuperación. Las soluciones humanas son limitadas. ¡Dios es la solución, pues él es la fuente máxima y única de esperanza!

Regresemos por un momento a la historia de Sergio. Una vez que Sergio se dio cuenta de que era hora de tomar algunas decisiones que lo condujeran a un cambio para mejor, lo primero que hizo fue admitirse en un centro de tratamiento. Después de completar el programa se unió a Alcohólicos Anónimos (AA) y eligió un padrino. Juntos estudiaron detenidamente el Programa de los 12 pasos:

1. Admitimos que éramos impotentes ante el alcohol, que nuestras vidas se habían vuelto ingobernables.

2. Llegamos a creer que un Poder superior a nosotros mismos podría devolvernos el sano juicio.

3. Decidimos poner nuestras voluntades y nuestras vidas al cuidado de Dios, como nosotros lo concebimos.

4. Sin miedo hicimos un minucioso inventario moral de nosotros mismos.

5. Admitimos ante Dios, ante nosotros mismos y ante otro ser humano, la naturaleza exacta de nuestros defectos.

6. Estuvimos enteramente dispuestos a dejar que Dios nos liberase de nuestros defectos.

7. Humildemente le pedimos que nos liberase de nuestros defectos.

8. Hicimos una lista de todas aquellas personas a quienes habíamos ofendido y estuvimos dispuestos a reparar el daño que les causamos.

9. Reparamos directamente a cuantos nos fue posible el daño causado, excepto cuando el hacerlo implicaba perjuicio para ellos o para otros.

10. Continuamos haciendo nuestro inventario personal y cuando nos equivocábamos lo admitíamos inmediatamente.

11. Buscamos a través de la oración y la meditación mejorar nuestro contacto consciente con Dios como nosotros lo concebimos, pidiéndole solamente que nos dejase conocer su voluntad para con nosotros y nos diese la fortaleza para cumplirla.

12. Habiendo obtenido un despertar espiritual como resultado de estos pasos, tratamos de llevar el mensaje a los alcohólicos y de practicar estos principios en todos nuestros asuntos. (Copyright © 1952, 1953, 1981 por Alcoholics Anonymous Publishing, Inc. [ahora conocido como Alcoholics Anonymous World Services, Inc.] Todos los derechos reservados.)

Sergio notó las frecuentes referencias a Dios, en particular el Paso 11 que menciona el "contacto consciente con Dios, como nosotros lo concebimos". Pero, ¿cómo exactamente se debe concebir a "Dios"?

Así fue que comenzó a buscar. Muchos de los dioses con los que se encontró requerían algún tipo de esfuerzo de su parte: pasos que debía seguir, reglas que debía cumplir, sacrificios que debía hacer, etc. Y en cada caso se encontró con la derrota, porque continuamente cometía errores; continuamente se decepcionaba… a sí mismo y a otros. Y todo lo que lo había llevado a su abuso repetido del alcohol no desaparecía. ¿Dónde estaba ese único Dios verdadero que cumplía sus promesas, con quien realmente se podía contar como la fuente máxima de fortaleza y esperanza? ¿Quién lo iba a ayudar a superar los problemas que ya tenía y los que habría de tener?

Entonces se encontró con otras personas que también luchaban por recuperarse, que le hablaron del Dios Trino, el Dios en tres personas: Padre, Hijo y Espíritu Santo. Sergio descubrió algo sorprendente sobre este Dios que era diferente de todos los demás: ya no necesitaba depender de lo que él podía hacer o lograr, sino que podía confiar en lo que Dios ya había hecho por él y, al hacerlo, ya no dependía completamente de sí mismo, pues había Alguien que estaría siempre pronto para sostenerlo, consolarlo, perdonarlo y amarlo … con sus errores y todo.

La batalla se puede ganar

En la Biblia hay una parábola (una historia que ilustra un concepto) que nos da información y esperanza sobre lo que Dios ha hecho por nosotros lo que, a su vez, nos da la clave para la recuperación que está vinculada a una esperanza duradera. Jesús, el Hijo de Dios, contó esta historia que se puede encontrar en el Evangelio de Lucas (Lucas 15:11-24). Se trata de un hijo "pródigo" (rebelde) que se fue de su casa y se involucró en un estilo de vida despreocupado de "comer, beber y ser feliz". Aquí sigue un resumen de la historia:

Un hijo menor exigió su herencia a su padre. El padre le dio el dinero a este hijo y el hijo pródigo "dilapidó sus bienes llevando una vida disipada" (ver versículo 13). En otras palabras, había libertad sin control responsable.

El dinero se terminó pronto y el hijo se desesperó. En su estado de impotencia y desesperanza, decidió regresar a la casa de su padre. Como dice Jesús: "Cuando recapacitó", este hijo rebelde reconoció su necesidad de confesar sus pecados a su padre (versículos 17-19). Sus expectativas eran bajas, su desesperación alta. Pensó que su padre al menos podría permitirle ser "como uno de sus jornaleros".

Pero luego viene la sorpresa. Cuando este hijo perdido regresó a casa, el padre estaba esperándolo para recibirlo y celebrar su regreso. Como cuenta la historia, el padre dijo: "Este hijo mío estaba muerto y ha revivido" (versículo 24).

Esta historia contada por Jesús nos muestra cómo Dios el Padre da la bienvenida a cualquiera que se haya alejado de Él. Con respecto a la recuperación, Dios está pronto para decirle a cada alcohólico pródigo y rebelde: "¡Bienvenido a casa!"

Él te dice lo mismo cuando te regala el perdón. No importa cuánto lo intentes, nunca encontrarás el camino de la recuperación por tu cuenta, porque nuestro mundo está quebrantado por el pecado, tanto tus pecados como los míos.

Los pecados se pueden definir como aquellos pensamientos, palabras y acciones que nos separan de Dios. En otras palabras, el pecado es estar separados de Dios. Por nuestras propias elecciones, a menudo nos alejamos de la vida que Dios quiere que vivamos: una vida en armonía con Él y con los demás.

Por las cosas que pensamos, decimos y hacemos, constantemente nos alejamos de la voluntad de Dios para nuestras vidas. Pero Dios nos ama, por lo que desde el principio tuvo un plan para restaurar nuestra relación con Él: a través del sacrificio amoroso de su Hijo Jesucristo. Jesús, verdadero hombre y verdadero Dios, vino a nuestro mundo para cargar sobre sí mismo toda la ira y el castigo de Dios que nosotros merecíamos. Él murió una muerte dolorosa en la cruz para que nuestros pecados puedan ser perdonados.

Gracias a su muerte, tú y yo somos bienvenidos nuevamente en los brazos amorosos del Padre. ¡En lo que respecta a tu recuperación, puedes obtener la fuerza que necesitas del perdón que es tuyo por lo que Jesús ya ha hecho por ti!

Esa es la fuerza verdadera. Es la imagen completa de la anticipación y la esperanza incorporada en los Pasos 2 y 3 del Programa de 12 pasos: la historia del hijo pródigo encaja perfectamente aquí. Ese hijo pasó de una vida derrochadora a la esperanza. Debido a las elecciones que había hecho estaba en crisis y listo para entregar su vida a su padre, *al poder fuera de sí mismo que podía devolverle el sano juicio*.

En los pasos 4 a 7 encontramos un camino hacia la confesión y la reconciliación con Dios. Imagínate al hijo pródigo en estos pasos mientras ocurría ese cambio en su vida:

- Hizo un inventario moral de sí mismo.
- Admitió ante Dios, ante sí mismo y ante otra persona la naturaleza de lo que había hecho mal.
- Estaba listo para que Dios eliminara todos esos "defectos".
- Humildemente le pidió a Dios que le quitara todas sus deficiencias.

Los pasos 8 y 9 describen lo que el hijo hizo al acercarse a su padre:

- Hizo una lista (reconoció) de aquellos a quienes había perjudicado y estuvo dispuesto a hacer enmiendas.
- Hizo enmiendas directas con tales personas siempre que fue posible, excepto cuando el hacerlo los lastimaría a ellos o a otros.

¡Esta parábola de Jesús es un bosquejo de la adicción y la recuperación! Primero fue la caída en el estilo de vida adictivo, luego la representación de la esperanza cuando una

vida cambia. Y en el medio está la clave para una recuperación exitosa. Entonces:

- Admite que hay un problema.
- Cree que la esperanza se encuentra en Dios.
- Confiesa tus pecados a Dios y a otra persona.
- Dedica la vida a la reconciliación y a la construcción de tu relación con Dios, con los demás y contigo mismo.
- Extiende el amor y la esperanza a quienes lo necesitan.

La victoria

La recuperación requiere trabajo y dedicación, pero puede ser un trabajo gozoso. Hay mucho por restaurar cuando eliges dejar la botella y enfrentar tu nueva batalla: la batalla de la victoria de la recuperación para tu corazón, mente y alma. Es una batalla que se gana gracias a la intervención del amor de Dios, quien desea restaurar a cada pecador a una vida justa.

La Biblia ofrece aliento: Dios es quien va a la batalla en nombre de sus fieles. Hay otra historia en la Biblia que puede o no ser familiar para ti. Se trata de un joven llamado David, quien ganó la batalla contra un gigante llamado Goliat. Medita en las palabras del joven David con respecto a su pelea con el gigante Goliat: *"... la victoria es del Señor"* (1 Samuel 17:47b).

Piensa en tu "batalla contra el alcohol" como si fuera tu Goliat, tu gigante, y luego haz tuyo

el grito del victorioso David: *"La batalla es del Señor"*. Dios es poderoso y está dispuesto a ayudarte a vencer los obstáculos para que puedas lograr la victoria, más allá de lo gigantes que puedan ser las batallas que enfrentas.

Ese mismo David, ya adulto y convertido en el Rey David, escribe sobre nuestro Dios victorioso en uno de sus muchos salmos: *"¿Y quién es este Rey de la gloria? ¡Es el Señor, el fuerte y valiente! ¡Es el Señor, el poderoso en la batalla!"* (Salmo 24:8).

Es vital darse cuenta que la recuperación no está basada en comodidad, sino en convicción, en sacrificio personal, en dedicación al Salvador que se sacrificó en la cruz para crear un camino de reconciliación. Jesucristo, ese Salvador, vino al mundo para reconciliar a cada pecador con Dios. Él te ama y quiere acercarte a él.

Si tuviera que elegir una cita de la Biblia para resumir la recuperación desde una perspectiva cristiana, sería esta: *"Así que, hermanos, yo les ruego, por las misericordias de Dios, que se presenten ustedes mismos como un sacrificio vivo, santo y agradable a Dios. ¡Así es como se debe adorar a Dios! Y no adopten las costumbres de este mundo, sino transfórmense por medio de la renovación de su mente, para que comprueben cuál es la voluntad de Dios, lo que es bueno, agradable y perfecto"* (Romanos 12:1-2).

En mis años de práctica he comprobado que la recuperación se produce cuando el enfoque está centrado en la Biblia. En definitiva, se trata de volverse a Cristo. Él entiende el sacrificio. Él sabe acerca del

compromiso total con lo que es bueno, agradable y perfecto. Él fue a la cruz y murió por todos los pecados, incluidos los que puedes haber cometido mientras bebías.

La recuperación tiene que ver con las relaciones. La relación que tienes con Dios (relación vertical, Pasos #2, #3, #5, #6 y #11), y la que tienes con otras personas, a quienes puedes haber dañado emocional, espiritual y físicamente (relaciones horizontales, Pasos #8 y #9). Finalmente, también tiene que ver con tu relación con otras personas que necesitan recuperación (Paso #12). Dios y estas personas se convierten en una parte activa en tu recuperación. Están allí para ofrecer perdón y apoyo, así como para hacerte responsable de tus acciones.

Dios se te acerca con amor incondicional y gracia para contrarrestar tu culpa y vergüenza. No te rechaza, juzga o señala con un dedo. Al contrario, en él encuentras los brazos extendidos de Jesús en la cruz: brazos de gracia, amor y perdón de Aquél que te dice: *"Vengan a mí todos ustedes, los agotados de tanto trabajar, que yo los haré descansar"* (Mateo 11:28).

En todos los frentes

La recuperación se produce en muchos frentes: tu nueva comprensión de ti mismo y tu integridad significan que las relaciones dañadas podrán ser restablecidas, los desafíos legales y financieros podrán ser superados y tu cuerpo podrá comenzar a restituirse.

Pero para llegar a todo eso debes comenzar por el principio, o sea, por establecer o renovar tu relación con Dios. Este es momento de confesarte. Este es el momento de dejar de lado los engaños y aferrarte a la única verdad sólida: el plan de Dios para quienes siguen su guía.

Lo que no puedes hacer solo se lo entregas a Dios, la fuente máxima de esperanza, fortaleza y aliento. Los tres pilares esenciales de la recuperación son la sobriedad, la honestidad y la humildad, siendo los dos últimos de naturaleza fuertemente espiritual. La verdad es invaluable. La alegría y la esperanza se encuentran en estas palabras de Jesús: *"... la verdad los hará libres"* (Juan 8: 32b) y *"Yo soy el camino, y la verdad, y la vida; nadie viene al Padre, sino por mí"* (Juan 14: 6).

Un último paso

La recuperación no es fácil. Pero cuanto más conozcas y reconozcas a Jesús como tu fuente de esperanza y reconciliación, mayor será la promesa de una recuperación duradera.

Aférrate a la Palabra de Dios: *"Sabemos que Dios dispone todas las cosas para el bien de los que lo aman, es decir, de los que él ha llamado de acuerdo a su propósito"* (Romanos 8:28). Sí, tienes un llamado de Dios: un llamado a la vida santa. Y tu respuesta a ese llamado es fruto del amor y la gracia de Dios.

El paso final de tu respuesta es retribuir, completar el "círculo de amor" de la recuperación: de Dios hacia el adicto y

del adicto a sí mismo y hacia otros que lo necesitan, para que ellos también puedan experimentar ese amor de Dios, como dice el Paso #12: "Habiendo obtenido un despertar espiritual como resultado de estos pasos, tratamos de llevar el mensaje a los alcohólicos y de practicar estos principios en todos nuestros asuntos".

Sergio experimentó ese 'despertar espiritual' y, gracias al poder de Jesús, obtuvo la victoria sobre sus batallas, por lo que estaba listo para compartir ese mensaje con otros que también estaban luchando.

Si estás luchando, quiero que sepas que es posible ganar la batalla con la botella y triunfar en la recuperación. Dios está preparado y dispuesto a ayudarte a alcanzar la victoria. Jesús abrió la puerta de la esperanza, de la reconciliación, de la integridad de vida. *"¡La batalla es del Señor!"*



Para hacernos llegar tus comentarios
o recibir información sobre otros materiales,
comunícate con nosotros a:

tel.: **1-800-972-5442**
e-mail: **camino@lhm.org**
web: **www.paraelcamino.com**

LHM
660 Mason Ridge Center Dr.
St. Louis, MO 63141-8557

Impreso en EE.UU.



CRISTO PARA
TODAS
LAS NACIONES
www.paraelcamino.com

660 Mason Ridge Center Drive, St. Louis, MO 63141-8557
1-800-972-5442

6BS81 1022