



YR

¡ SIN PRETEXTOS !

**CAMBIA
EL PERO POR EL
PUEDO!**

YORDI ROSADO



AGUILAR



COMIENZA A LEER AQUÍ

“Tenemos que llevar a tu papá a un hospital psiquiátrico”, fue una de las frases que más me han dolido en la vida.

—No entiendo, ¿por qué?, ¿aquí no se tratan las adicciones? —les pregunté.

—Sí, pero el señor Raúl ya tiene un daño cerebral muy serio y ya no lo podemos atender aquí. Ha estado muy agresivo.

Mi papá bebió siempre y *fuertísimo*; no era bebedor social de fines de semana, como mucha gente. Él tomaba en serio. Me daba mucho miedo que muriera en un accidente en una de sus borracheras. De chico no tuve problemas, la pasábamos muy bien juntos, no sé si era porque él no tomaba tanto todavía o porque yo no me daba cuenta, pero después este problema se hizo grande y él se hizo gigante (no importa que una persona mida 1.65 metros y pese 59 kilos, cuando toma diario y tú eres un niño, de verdad, lo ves como un gigante muy amenazador).

El asunto es que independientemente de la enfermedad del alcoholismo y de muchos momentos difíciles que vivimos, lo amé con todo mi corazón, siempre. Eso

sí, cuando te dicen que la enfermedad de tu papá llegó al nivel de un hospital psiquiátrico, todos los cables se desconectan.

Dos días antes de ese momento, me habían llamado unos vecinos de él para decirme que pasara a verlo porque estaba actuando muy raro; nosotros vivíamos en la colonia Avante, muy cerca de la estación del metro Taxqueña y de Calzada de Tlalpan, en la Ciudad de México. En esa época mi papá vivía solo en la casa, yo estaba grabando en Televisa San Ángel y les pedí que me lo pasaran por teléfono. Cuando me contestó, me sorprendí muchísimo por lo que me dijo:

—Yordito, ¿qué hacen estos bomberos en la casa?, ¿y estas bailarinas?, ¿por qué hay tantas personas aquí?, ¿qué pasa?, ¿vendiste la casa?

—No, papá, cómo crees que voy a vender la casa.

Le dije que me pasara a cualquiera de las personas que tenía enfrente, con la esperanza de que alguien me contestara y mi papá sólo estuviera abrumado o medio confundido.

—Espérame —me dijo—. Señorita, le llama mi hijo...

En ese momento sentí mucho miedo, literal, es de las pocas veces que recuerdo que me han temblado las piernas; mientras tanto, por dentro rogaba que alguien me contestara del otro lado, después de unos diez segundos, mi papá me dijo: “Nadie quiere contestar.”

Salí corriendo del foro, me subí al coche y me dirigí a su casa. No iba triste, iba enojado, con los dientes apretados, agarrando muy fuerte el volante y manejando tan rápido que no me fijé en nada ni en nadie en el camino. Cuando llegué, la puerta de la casa estaba abierta. Entré y vi a mi papá completamente solo mirando fijamente un cuadro con un paisaje de mar que teníamos en la sala.

—Papi, ¿qué haces?

—Viendo cómo suben y bajan las olas, ya sabes que me encanta el mar.

Sentí que se me cortaba la respiración, volteé a ver sus manos, estaba moviéndolas como si tuviera arena en una mano y se la estuviera pasando de una mano a la otra.

—¿Qué haces con las manos? —le pregunté.

No me contestó y me desesperé tanto que le grité:

—¿Qué estás haciendo con las manos?

—Jugando con esta cadenita.

—¿Cuál?

—Ésta.

Pero no tenía nada en las manos. Me enojé tanto, que le grité *fuertísimo*, “¡No hay ninguna cadenita, no tienes nada!”, y le separé agresivamente las manos (pobrecito, él no entendía nada).

Me sentí impotente, devastado, con rabia, no supe qué otra cosa hacer, quería llorar, pero estaba tan enojado y tan *shockeado* que no podía. Tenía esperanzas de que no fuera real, pero lamentablemente sí lo fue.

Tomé su ropa y lo llevé a una clínica en adicciones llamada Claider, mi hermana Heidi me alcanzó ahí y lo internamos. Dos días después fue cuando nos dijeron que había estado muy agresivo con las enfermeras y con los doctores, que necesitábamos llevarlo a un psiquiátrico. Él estaba muy enojado con los doctores, pero cuando nos veía a mí y a mi hermana era muy amoroso, muy tierno, como si fuera un niño chiquito, y nos decía, “ya vámonos, *mihijitos*”.

—¿Cómo lo vamos a llevar al nuevo hospital? —les pregunté a los doctores—. No va a querer, es más, no sé si nosotros queremos que vaya.

Ellos nos explicaron que su nivel de alcoholismo había dañado muchas neuronas, que el alcohol había afectado

considerablemente su función cerebral y que era la única opción si queríamos que estuviera mejor. Nos comentaron que tendríamos que hacer una intervención, lo que significa prácticamente que entre doctores y familiares íbamos a convencerlo de intentar que fuera por su propio pie.

—¿Y si no quiere?

—No se preocupen, aquí afuera ya está una ambulancia con su equipo y ellos nos van ayudar.

Vi a cinco hombres afuera que tenían una camisa de fuerza en las manos. Creo que nunca en la vida había imaginado un momento así y mucho menos lo pensé para mi papá, para mi hermana y para mí.

La intervención fue un fracaso, mi papá se puso muy agresivo, nuestras técnicas de convencimiento y todos los argumentos de los doctores le hicieron los mandados y nos mandó a todos a la fregada.

El director de la clínica dio la orden y los enfermeros empezaron a tratar de someter a mi papá; nunca lo vi tan agresivo y con más fuerza que en ese momento. No lo podían controlar entre los cinco, mientras él gritaba manoteaba y les pegaba a todos con los puños cerrados. Heidi y yo no podíamos más con esa situación. Cuando lograron sujetarlo, mi papá empezó a llorar y a gritar al mismo tiempo. Habían pasado más de veinte años desde la última vez que lo había visto llorar. Lo sometieron y lo subieron a la camioneta, cerraron la puerta. Él nos veía directo a los ojos y nos suplicaba que lo ayudáramos. Cuando me subí a mi coche para seguirlo, me solté a llorar como nunca, no pude más. Sin duda, es uno de los momentos más tristes que he pasado en mi vida.

Cuando llegamos a la Clínica Psiquiátrica San Rafael, le hicieron pruebas y muchísimas preguntas, desde cómo

se llamaba, hasta quiénes éramos nosotros. Lo peor de todo es que muchas cuestiones no las pudo contestar.

He visto a gente que pierde todo su dinero y vive en bancarrota, a personas que sufren por la muerte de un familiar y pasan por un duelo *fuertísimo*, a gente que pierde sus pertenencias y vive en la calle, a personas que les quitan la ropa y los desnudan para hacerlos sentir vulnerables, pero cuando una persona pierde la razón, cuando alguien no sabe cómo se llama o quiénes son sus hijos, lo ha perdido todo. Ver el cuerpo de una persona moviéndose, pero saber que ella no está ahí, es algo muy duro. Nunca había visto algo de ese nivel. La tristeza que sentimos mi hermana y yo ese día es algo que no puedo explicar por escrito.



En ese momento de mi vida tenía varios problemas personales y las cosas en el trabajo estaban bastante complicadas. Sé que hay problemas mucho más fuertes que éste y que cada uno tiene sus propios miedos y diferentes infiernos pero, en ese momento, esos eran los míos.

Recuerdo que me dolía en el alma ver a mi papá en un entorno de pacientes con problemas psiquiátricos muy avanzados, me preocupaba que perdiera la consciencia de por vida, que se perdiera un día cualquiera en la calle; me daba pavor que al ser yo una persona pública, una revista de chismes se enterara y sacara la foto de mi papá en la portada con una frase tipo: “El papá de Yordi Rosado está en el manicomio por alcohólico”, acompañada de la peor foto que pudieran encontrar de él. Ese pánico no era

tanto por mí, yo estoy dizque acostumbrado a esto (digo “dizque” porque no es real, siempre te duele todo lo que dicen de ti), pero mi papá se hubiera sentido muy triste de verse tan expuesto públicamente, él no era del medio artístico y no tenía por qué pagar ese precio.

Sin embargo, de alguna manera salimos adelante con toda esta situación. Me acuerdo que cuando me propusieron lo del hospital psiquiátrico, yo dije: “Me muero si mi papá llega a un manicomio”, y ¿sabes qué? Sólo hay un problema con el que te mueres... y es cuando te mueres. Ningún otro. La mayoría de los problemas tienen solución y mejoría, y si alguna situación no tiene arreglo, existe una manera de aprender a vivir con ella, de sobrellevarla y de sacar provecho del problema. Sí, parece imposible, pero se puede obtener un beneficio hasta de las peores cosas. Está comprobado que:

- 95 por ciento de las cosas de las que te preocupas jamás pasarán.
- No puedes regresar al pasado para volver a empezar, pero sí puedes empezar ahora y cambiar el futuro.
- Cuando crees verdaderamente en algo, tu mente encuentra la manera de lograrlo.
- Tus logros no te definen, te define lo que superas.
- Lo peor del miedo es que te derrota sin luchar y sin intentarlo siquiera, haciéndose cada vez más grande. No obstante, cuando lo enfrentas te das cuenta de que era mucho más pequeño de lo que creías y forja tu seguridad para enfrentar cualquier cosa que venga.
- Todas las personas exitosas que hoy admiramos empezaron con un objetivo firme, creyendo en ellas más que en nadie más.

- Está comprobado científicamente que los problemas de salud, familia, abandono, abuso, dinero, pareja, enfermedad, trabajo y muchísimos etcéteras, sólo influyen 10 por ciento del total del problema para lograr tu felicidad. Las crisis son la mejor oportunidad para crecer, porque la vida te las pone en frente para que hagas lo que jamás te hubieras atrevido a hacer sola o solo, pero es lo que necesitas para conseguir algo mejor.
- El éxito no se basa en hacer cosas fantásticas, sino en tomar cada caída como un aprendizaje y seguirlo intentando hasta lograr tu propósito.

**Tus logros
no te definen,
te define lo
que superas.**



**ASÍ QUE, ¡SIN PRETEXTOS! TÚ PUEDES
CAMBIAR EL QUIERO POR EL PUEDO.**

En este libro vas a encontrar un gran número de herramientas, estrategias, consejos y estudios avalados por los más grandes pensadores, empresarios, conferencistas motivacionales, emprendedores, filósofos, terapeutas y líderes espirituales, así como lo que he podido aprender en vivo y a veces muy en directo, en este casi medio siglo de vida, lleno de altas y bajas, pero siempre yendo hacia delante.

Toda esta información tiene el objetivo de mejorar permanentemente la autoestima, de enfrentar los problemas y utilizarlos como escalones para seguir subiendo; reconocer y creer en nuestras virtudes para estar

en el lugar que de verdad debemos estar; ubicar y aceptar nuestros defectos para que nos sirvan de trampolín y no de lastre; alcanzar esos objetivos que tenemos en la cabeza, pero no en las manos, y en especial para darnos cuenta de que podemos ser extremadamente felices con lo que tenemos y con lo que somos, porque —te tengo una noticia— lo que eres es mucho más que suficiente para ser... todo lo que quieres ser.

En conclusión, el propósito de este libro es que vayas por más, que te empoderes, que ubiques todos los atributos con los que cuentas y no has usado en muchos aspectos de tu vida, que conozcas y experimentes los alcances que en realidad tienes, en fin, que seas tan grande como puedes serlo.

Por cierto, mi papá estuvo cinco meses en el psiquiátrico. Después de cinco recaídas y mucho dolor, un día se despertó, nos la mentó a todos y jamás volvió a tomar una gota de alcohol, así, sin terapias extras, ni cuidadores, ni medicamentos. En ese momento de su vida sólo necesitó creer en él.

Vivió once años más, durante los cuales me reconecté con él. Entendí la enfermedad, nos pedimos disculpas; con mi hermana volvimos a ser una familia que perdimos por más de veinte años. Nos reímos más que nunca, comimos tacos como si no hubiera mañana, volvimos a meternos al mar, nos abrazamos como jamás lo hicimos antes,

platicué de cosas y temas que nunca habíamos tocado y se volvió mi ejemplo más grande.

Y, sabes qué, jamás se le olvidaron los nombres de mi hermana y el mío, nunca se perdió en la calle, ninguna revista de chismes se enteró, no perdió la conciencia y no murió en ningún accidente. El 14 de noviembre del 2016 lo encontró la muerte, feliz en su cama, con su café al lado y unos dulces del Mercado de Portales que le encantaban.

Finalmente, 95 por ciento de mis preocupaciones jamás sucedieron.

