

## Historias de esperanza - Ariel

Ariel: El trastorno por consumo de sustancias y la adicción te aislan mucho. Por eso, como mujer negra en recuperación, la esperanza tiene que sonar bien fuerte.

*[Está bien]*

El momento en el que decidí refugiarme en la esperanza fue cuando ya no me pude ver en el espejo.

No me reconocí. Cuando llegas a ese punto, no sabes qué hacer y luchas contra tu propio estigma interno y tu propia experiencia. La esperanza tiene que sonar fuerte para poder vencer tus miedos. Y se fortalece cuando pides ayuda y muestras tu fragilidad.

*[Definitivamente].*

Me siento tan orgullosa porque no creí que lo lograría. Y ahora, ¿sabes?, puedo llamar a mi mamá y decirle que la amo. Le puedo enseñar a mi hijo a decir: "Mami, te amo".

*[¡Sí!]*

Así que ahora la esperanza lo es todo para mí. Con todos sus matices. Es lo que hace que te des cuenta de que estarás bien, pase lo que pase.

*(Risitas) [¡Sí!]*