

# **Vivió en Francia con su padre alcohólico, tocó fondo y volvió a Argentina sin saber lo que le esperaba**

"Jamás me había puesto a pensar que yo podía llegar a ser papá", dice Sebastián Díaz. Nació en Salta y se mudó a París siendo muy pequeño. Vivió en soledad el alcoholismo de su padre, quiso suicidarse, en un momento de lucidez volvió a Argentina sin saber que acá encontraría el sentido a su vida. (Fuente: MDZ)

22/06/2022

**Sebastián Díaz** tiene apenas 32 años. Pero su vida parece ser un compendio de muchas vidas. Por capricho de su padre es salteño. "Aunque mis padres se conocieron en París, mi papá quiso que yo naciera en Salta para que tuviera un vínculo con la identidad de la provincia en la que él nació y a la que se siente muy apagado", cuenta. Es la primera línea de una historia que, durante muchos años, avanzó por caminos paralelos.

Antes de que cumpliera un año sus padres se separaron. Se quedó con su papá y no volvió a ver a su mamá hasta que tuvo 15 años. Con su padre viajó a Bolivia, a donde vivió dos años, y luego a Francia. "Ahí empecé primer grado sin hablar ni una palabra de francés pero en pocos meses aprendí a hablarlo", dice y

acota que -aunque con idas y vueltas- allá terminó todo su recorrido escolar.

Hoy vive en Salta con su esposa, Candelaria Maidana (28) y sus tres hijos: Calixto (3), Rufino (2) e Hilario (casi un año). Y repite una y otra vez que la **familia** que no tuvo cuando era niño hoy es todo para él. "Cande me hizo entender que no era un sueño imposible para mí tener una **familia**, que juntos podíamos **construir esa familia que yo nunca tuve** y que la esperanza no estaba perdida", explica. Pero, antes de eso, debió atravesar muchas noches oscuras.

## **Un niño adulto cuidando a un padre alcohólico**

"Vivíamos en los suburbios de París, una ciudad muy linda para el turismo, pero que también tiene otra realidad", recuerda Sebastián y

sigue: "Siempre estuvimos mal económicamente así que fui al colegio público. Nuestra economía era bastante precaria y mi padre era alcohólico, por lo que siempre tuve que lidiar con eso". La enfermedad de su padre lo atravesó a pleno. Desde muy chico estuvo expuesto a escenas de violencia y prostitución, "tenía que controlar a mi padre, que no se enojara demasiado ni se descarrilara mucho", comenta.

Por momentos, tenía una vida normal: su padre llevaba un plato de comida a la mesa, le compraba juguetes, trabajaba -cuando tenía un empleo o conseguía una changa- y se preocupaba de que fuera al colegio. Pero había otra vida paralela: la que estaba marcada por el alcohol. "La noche cambiaba absolutamente todo. De mi infancia tengo esa sensación de haber estado siempre alerta, con un miedo dentro. Cuando tenía 10 años empecé a quedarme solo en la

casa y siempre estaba asustado cuando él volvía porque quizás estaba enojado y me pegaba o descargaba su frustración llorando conmigo. O prendía todas las luces, me despertaba y no me dejaba dormir. Estuve sujeto a sus cambios de humor cuando él estaba alcoholizado. Yo iba absorbiendo hábitos, costumbres, formas de relacionarme que eran totalmente disfuncionales", relata. A esa edad empezó a tomar alcohol, hábito que se agravó con los años y al que luego sumó el consumo de drogas.

Vivía esa dualidad en soledad. La misma soledad en la que masticaba la rabia contra su padre. La relación entre ambos se tensaba cada vez más. Sebastián quería poner límites, pero su padre era consciente de que su hijo necesitaba un lugar donde dormir y alimento por lo que seguía viviendo según sus reglas. "Se descontrolaba y yo tenía que estar

constantemente pendiente de él y de cómo se comportaba. Llegó un punto en que realmente ya no podíamos convivir. La convivencia era muy violenta y no daba para más. Yo tenía mucho odio hacia él y me sentía muy solo porque no podía hablarlo con nadie".

## **Una adolescencia oscura: tocar fondo una y otra vez**

"La tensión aumentaba. Estábamos viviendo en un departamento de 12 metros cuadrados que en Francia se conoce como *chambres de bonne*, que son cuartitos en realidad. No teníamos baño propio, compartíamos el baño con otros 10 cuartos, nos duchábamos en un asilo de ancianos, no teníamos heladera, yo dormía en el piso. Fueron épocas de mucha tensión. Él estaba sin trabajo y hacía changas que lo frustraban. Yo me había escolarizado, pero me costaba mucho porque vivía una realidad

totalmente diferente a la de mis compañeros. Casi no teníamos recursos económicos, íbamos a la alcaldía a buscar bandejas de comida. Yo estaba en una situación muy precaria y pasaba mucho tiempo en la calle", relata.

Entonces. Sebastián tendría unos 14 o 15 años y tuvo una pelea muy fuerte con su padre, a quien le habían ofrecido un trabajo como profesor en el Sur de Francia. Como consecuencia, decidieron que Sebastián se quedaría viviendo solo en un departamento que le prestaban en los suburbios de París. "Ahí empezó otra etapa de mi vida. Empecé a sentirme mucho más libre. La primera noche que dormí solo -en el sentido de independencia- y sentí un alivio gigantesco. Nunca más iba a tener que sufrir lo que venía padeciendo desde chiquito de esos miedos", rememora y acota enseguida que todavía había

episodios cuando su padre iba a París y convivían por unos pocos días.

Gracias a que su padre había sido profesor de filosofía en un muy buen colegio francés, Sebastián había obtenido una beca que le permitió acceder a un nivel de estudios que de otra forma no podría haber tenido. "A los 15 años vivía solo y todos mis amigos caían a mi departamento cuando querían escapar de su casa, hacer una fiesta o estar con alguien. Cuando empecé a vivir solo, se normalizó el consumo de alcohol en mi vida: empecé a tomar todos los días y mis compañeros tenían acceso a drogas, por lo tanto empecé a incorporarlas a mi vida", dice.

La soledad seguía siendo parte de su vida. Especialmente los fines de semana, cuando sus compañeros estaban con sus **familias**. "Salía a caminar solo o me tomaba un colectivo y pasaba horas sentado ahí

mirando por el vidrio. Tenía mucho tiempo para pensar. Pero lamentablemente estaba consumiendo mucho y mi interpretación era muy negativa. Eso hacía que cada vez tomara más y consumiera más. Iba empujando cada vez más el límite, quería sensaciones más fuertes. Cada vez me aislaba más", recuerda. Habitado a la lectura, intensificó ese hábito con lecturas a las que hoy define como "oscuras".

"Obviamente me hice totalmente ateo, totalmente nihilista. Mis lecturas me llevaban a despreciar al hombre, a la vida, absolutamente todo. Y, obviamente, hubo intentos de suicidio: no tenía ganas de seguir viviendo y quise poner fin a mi vida. Gracias a Dios no lo logré. Tocar fondo muchas veces es raro, pero la verdad es que toqué muchas veces fondo, estuve mucho tiempo en el

fondo y llegué a sentirme cómodo ahí", explica.

## **De la perdición total a ver una luz en el camino**

Sebastián relata esa época como si realmente se tratara de otra vida. Pero esa vida le dejó cicatrices, hondas, que tardaron años en sanar y que aun duelen de tiempo en tiempo. "Llegó un punto en mi vida en que estaba totalmente perdido. No tenía donde vivir, paraba en las casas de mis amigos, hacía changas, no tenía objetivos ni, mucho menos, plan de vida. No contemplaba la posibilidad de un futuro", comenta y aparece una idea que, sin darse cuenta, retoma tiempo después: "No sabía hacia dónde apuntar, me sentía muy solo, cada vez más. Y no me dejaba acompañar".

Incluso reconoce que ese Sebastián, el joven que terminó su educación

obligatoria en un colegio parisino de elite, de alguna manera "estaba tan cómodo ahí -en el fondo- que me costó encontrarle sentido a la vida. Me costó salir. La vida había perdido sentido. Era como si hubiera tomado una decisión radical de quedarme en una vida dejada y sin objetivos".

Una serie de experiencias pareció ser un cóctel necesario para que abriera los ojos. "Había tenido experiencias de desmayos, consumo excesivos, relaciones tóxicas, violencia -mucha violencia- y hubo un pequeño despertar en el que empecé a darme cuenta de que vivir en el fondo no era lo adecuado".

Decidió volver a Argentina, aunque cuando lo había intentado en su adolescencia no había logrado adaptarse. Sin saber bien qué haría, sentía que era una oportunidad de empezar otro capítulo en su vida. Se instaló en Córdoba y se hizo amigo

de un grupo de salteños. "Intenté crear algo más sano y me dí cuenta de que lo primero que tenía que hacer era limpiar los consumos. Dejé las drogas, que fue -entre comillas- lo más fácil porque no tenía con qué acceder. Dejé de fumar cigarrillos. Y dejé el alcohol, que fue lo que más me costó, pero con lo que hice un click. Me di cuenta de que estaba fuera de mí la mayor parte del día", cuenta.

Lejos de mostrarlo como un logro simple, enfatiza que fue un proceso largo en el que hubo recaídas. Sin consumir, empezó a notar un vacío en su vida que ya no quería tapar con drogas o alcohol. "Tenía que enfrentarlo y llenar mi vida porque no había nada adentro. Fue un proceso muy solitario, doloroso, cansados y exigente", recuerda y explica que, como es muy metódico y piensa mucho, encaró la tarea "como quien arregla una bicicleta".

Empecé a auto arreglarme, a pensar con más profundidad los distintos aspectos de mi vida. Me miré en el espejo con mis miserias y no me quedé quieto. Empecé a cambiar. Ahí creo que empezó mi búsqueda de sentido. Necesitaba un sentido en mi vida. Algo mayor al éxito económico o académico".

## **Un encuentro que no buscaba ni esperaba**

Sus amigos salteños participaban en grupos de vida y misión del Movimiento de Schoenstatt. A través de ellos conoció al padre Penacho. "Era la primera vez que hablaba con un sacerdote en mi vida y un poco rompí los prejuicios que yo tenía del catolicismo y de la religión. Yo estaba en un proceso reflexivo y me permití ver. Y así de hilo en hilo empecé a acercarme a Dios hasta que un día sentí un llamado muy fuerte que es difícil de describir con palabras",

dice y enfatiza: "Sentí que Dios tenía que ser el centro de mi vida, que la única forma de trascender era a través de Dios Padre. Ese llamado me llevó a cambiar. Empecé un proceso de acercamiento al catolicismo. Me bauticé, empecé a construir sentidos en mi existencia, a tener un camino. Me preguntaba cuál era el camino que quería recorrer y llegué a la conclusión de que quiero ser buena persona, tener de ejemplo a Jesús y ser la mejor versión de mí mismo para todos".

En esa época apareció en su vida Cande. Ella es salteña, la mayor de 10 hermanos y fue criada en el seno de una familia muy tradicional. "Todo lo contrario a mí", apunta Sebastián y agrega: "Desde muy chica tenía muy claro cuál era el sentido de su vida, hacia dónde iba y cuáles eran sus pilares". Se enamoró a primera vista y decidió jugársela por ella a pesar

de que sus amigos le advirtieron que "no pegaban ni por casualidad".

La relación con Cande implicó sortear múltiples obstáculos. "Lo primero que hizo fue hablarme del noviazgo como una preparación para el matrimonio y empezó a hablar de castidad. Yo tuve que buscar lo que significaba la palabra castidad. No tenía noción de que existía eso en los noviazgos. Francia es un país mucho más liberal y yo me relacionaba de otra forma. Lo sexual era prioritario antes de empezar una relación", recuerda. Pero ella tenía convicciones muy firmes y él estaba en un proceso de cambio y quedó impresionado con "la determinación, la formación y la conciencia que tenía ella de lo que era importante para su vida y como quería guiarse para construir algo sólido".

De hecho, se encendió en su corazón el deseo de construir algo firme. "Nos

pusimos de novios, vivimos la castidad juntos, aprendí lo que es el matrimonio, tener una **familia**. Ella me enseñaba cómo quería **construir su familia** y criar a sus hijos. Para mí fue un aprendizaje gigantesco.

Estuvimos tres años de novios. A los seis meses de noviazgo compré el anillo de compromiso y al año le pedí casamiento. Después de eso tuve que ir a África a trabajar por un año y tuvimos, o sea hubo una distancia hasta que nos casamos", relata.

## **Dos para recorrer el mismo camino**

"El matrimonio fue un hito en mi vida. El sacramento me dio una paz, una tranquilidad, de empezar a ser dos para construir un proyecto tan profundo y gigante como es la familia. Me saqué un peso de encima que era mi soledad constante", comenta Sebastián. "Dios me volvió a orientar en el camino de santidad. Al

fin y al cabo lo que yo quiero es ser la mejor versión de mí mismo para todo el mundo, para mi mujer, para mis hijos, para mis amigos. Cande terminó de completar este proceso de conversión que yo venía haciendo", señala y sigue: "Cande me fue aportando las herramientas necesarias para que podamos **construir una familia juntos**.

Empecé a cambiar un poco la mirada y a contemplar la posibilidad de tener una familia que es algo que nunca en mi vida se me había ocurrido. Jamás me había puesto a pensar que yo podía llegar a **ser papá o tener una familia**".

Ser la mejor versión de si mismo y serlo con alguien resultó revolucionario para Sebastián. Jamás había imaginado que podía **formar una familia**. No había tenido una cuando era chico y había pasado su infancia cuidando a (y cuidándose de) un **padre alcohólico**. Jamás

había pasado por su cabeza la idea de ser papá. Sin embargo, "con este deseo de ser santo, de ser la mejor versión de mi mismo", fue evidente su deseo "de ser padre, de tener una familia, de construir eso que es algo que siempre había querido y nunca había podido tener. El sentido de mi vida hoy está en mi familia", exclama.

Cande lo acercó al Opus Dei y allí encontró el acompañamiento para "vivir la fe de forma constante y coherente, con mayor profundidad y sin tener que aislarme del mundo sino en el mundo en el que me movía".

## **Construir cada día el hogar**

Tras el matrimonio llegaron los hijos. Y ese fue otro cambio gigante en la vida de Sebastián que está en tercer año de la carrera de Orientación Familiar en la Universidad Austral.

"Cuando fui padre aprendí a amar incondicionalmente. Aprendí a sobrepasarme y exigirme sin ningún tipo de recompensa para dar lo mejor de mí a mis hijos", reflexiona. Y confiesa que si vida "gira alrededor de mi familia y de mis hijos" y que eso es lo que lo motiva a buscar herramientas para ser "mejor padre, mejor marido, poder también entender qué es una familia y encontrar herramientas para sustentar una familia".

Espera, cuando acabe este período de formación, poder dar charlas y seminarios aparte de tener un consultorio para acompañar a otras familias en el proceso de sanar, fortalecer y construir vínculos.

"Siempre decimos con Cande que el mayor legado que le podemos dejar a nuestros hijos no es material o económico sino emocional, un legado de aprendizaje. Va a ser algo

totalmente abstracto que se va a medir por costumbres, hábitos, enseñanzas, ejemplos y la solidez del núcleo familiar", dice seguro de la herencia que quiere dejar a sus hijos.

Fue un niño asustado, viviendo escenas de violencia junto a un **padre alcohólico**; un adolescente perdido buscando llenar su soledad en consumos vacíos y relaciones a las que recuerda como tóxicas; un joven perdido y con una coraza que nadie podía atravesar. Se convirtió en padre de una familia por la que es capaz de dar la vida. "Fue un largo camino, yo sigo luchando para no rendirme y para superarme. Siento que soy un sobreviviente. Lucho día a día para superar las adversidades exteriores que surgen en mi vida, superar mis limitaciones que constantemente vuelven a querer cortarme las piernas y a tirarme para abajo".

No tuvo nada. Vivió necesidades materiales y emocionales. Tenía que ir a pedir un plato de comida o dormir en el piso, pero también estaba solo con su angustia sin nadie que lo guíe o abrace. Y en un momento de su vida ganó. Alguien empezó a llenar su vida de sentido. Una persona rompió su coraza, tocó un fibra clave y dejó que sus deseos vieran la luz. "Hoy tengo tanto para perder, que tengo el doble de la fuerza que tenía cuando empecé este camino. No dejaría nunca a nadie romper el edificio que estamos construyendo con Cande para nuestros hijos y para nosotros", concluye dispuesto a celebrar el día del padre.

Fuente MDZ: <https://www.mdzol.com/sociedad...>

---

pdf | Documento generado  
automáticamente desde <https://opusdei.org/es-ar/article/vivio-en-francia-con-su-padre-alcoholico-toco-fondo-y-volvio-a-argentina-sin-saber-lo-que-le-esperaba/> (02/02/2026)