

2007 október elején ismertem meg az Al-Anont. Már az első, ezzel kapcsolatos esemény örömteli volt. Azon a napon nem is volt gyűlés, és egy kedves társam csak miattam ült fel a buszra és jött el a gyűléshelyszínre, hogy egy kapualjban átadja az üzenetet, hogy van remény! Elmondta a saját történetét, ellátott sok Al-Anon-os olvasmánnyal. Ezért a mai napig nagyon hálás vagyok neki. Akkor fel sem fogtam, hogy ettől a találkozástól az egész életem meg fog változni.

Aztán az első igazi csoportgyűlésen megfogott, hogy a sorstársak milyen nyíltan tudnak, és mernek beszélni a legbensőbb érzéseikről: ilyen őszinte emberekkel életem során még nem találkoztam. Nem szégyellték a negatív tulajdonságaikat, beszéltek róla, több, teljesen idegen ember jelenlétében.

Én azért mentem a csoportba, mert a tőlem harminc kilométerre lakó unokaöcsém küzdött alkoholizmussal, és édesanyja, a nővérem állandóan nekem panaszkodott, hogy nem bírja tovább, ő már mindent megpróbált, de semmi sem segített. Úgy gondoltam, elkísérem őt az első gyűlésre és ezennel el is végeztem a dolgom.

De nem így történt! A gyűlés nagyon megtetszett, és bár nővérem nem járt tovább, én attól kezdve, ha időm engedte, elmentem. Rájöttem, milyen sok hasznos dolgot tanulhatok a többiektől. Hosszú lenne leírni, hogy azóta mennyit változtam, mennyi önismeretre tettem szert, most kezdem igazán megismerni a helytelen működésemet, és hogy ezzel milyen káros hatással voltam a környezetemre, különösen a lányomra.

Ma már tudom, hogy azzal tudok neki is a legtöbbet segíteni, ha saját magamon dolgozom, a saját dolgaimmal törődök, és változom. Azt is tudom, hogy ez egy nagyon nehéz, életem végéig tartó folyamat, de megéri, mert ami már eddig történt, azért is hálás vagyok Istennek!

Folytatom tovább ezt az utat, mert tudom, jó irányba tart, és ha a tapasztalataimból tudok adni másoknak, az még nagyobb örömmel tölt el.

Kati, alkoholbeteg hozzátartozója