

Az Al-Anonban éreztem először, hogy olyanok között vagyok, akik nem meg- és elítélnek, hanem hasonló problémáik vannak, és hogy nem vagyok egyedül. Az egy „aha!” érzés volt, hogy az alkoholizmus egy betegség, és hogy hazugság, hogy az érintett bármikor abbahagyhatja (ahogy milliószor fogadkozott).

Az alkoholizmus egy nagyon erős kémiai, lelki függés, amit sem az érintett, sem a hozzátartozó külön – külön nem tud megoldani, de segítséggel, együtt van remény.

Belevágtunk és megérte. Ma már a párom öt éve „tiszta” az alkoholtól, de az ivás abbahagyása nem jelentette, hogy a kapcsolatunk automatikusan helyreállt. Voltak reménytelen napok, hetek, de a Felsőbb Erő/Isten segített a reménytelen helyzeteken átvinni, az Al-Anon elvei, - például a „csak a mai nap”, az egyszerre csak egy napot kell kezelni alapelve -, a társak támogatása, és ezen elvek gyakorlati alkalmazása segített együttformálódni a párommal. Ma már őszintén hálás vagyok, hogy nem adtam fel.

Ma is vannak köztünk újak, de nem vagyunk annyian, ahány embernek szüksége lenne arra, hogy ne egyedül nézzen szembe a szenvedélybeteg hozzátartozójával való együttélés nehézségeivel.

Márta Sopronból