

Családunkban generációkon keresztül ittak a férfiak, a nők meg elszenvedték.

A családban ősztől tavaszig italozó életmód folyt, egyesek erőszakoskodtak, (leginkább szavakkal bántották egymást), mások „menekülésre” fogták a dolgot. A helyzet gyakran volt feszült. Apám többnyire eltűnt itthonról, nagymamám munkába menekült, én meg olvasásba, tanulásba. Túlélési jellemvonásaim is ekkor alakultak ki: én lettem a szorgalmas, a túlalkalmazkodó, a mások kedvét kereső. Az „elveszett gyermek”, aki elmélyülten olvas és időnként ábrándozik: mennyivel jobb lenne az élet máshol... És én lettem a megmentő, a „kényszeres segítő”, a másokat támogató, míg magam ki nem merültem...

Családunk állandó problémaforrása volt a többek között a rossz pénzkezelés. Apám jó üzleti érzéssel elég szép összegekhez jutott. Gyönyörű őszibarackosunk, több holdnyi szamócánk, szőlőnk és állataink voltak. Apámék jól jövedelmező csemetekertet is gondoztak. Az átlagtól jobban állhattunk volna. Azonban az alkoholfogyasztás, a vadászat, a népes baráti társaságok „vendégül látása” gyakran csőd közeli helyzeteket teremtett. Emiatt apám és anyám közt nagy ellentét feszült.

Anyám zsémbes alaptermészetű. Neki sose volt jó semmi, bármennyire igyekeztem. Megfelelési kényszeremet innen eredeztetem, de sajnos végigkísérte egész eddigi életemet. Mindenkinek a kedvét kerestem, s csak akkor voltam elégedett, ha másokat is elégedettnek láthattam. Sokáig azt hittem, én irányítom a saját életemet: tizennégy éves koromtól már teljesen önálló és önellátó voltam: a „talpraesett jókislány”. Anyagiakban nem szorultam rá senkire, érzelmileg viszont teljesen kiszolgáltatott voltam.

Aztán férjhez mentem, azzal a szent elhatározással, nálunk ez teljesen másképp lesz. Maximalista lévén, teljes erőbedobással mindent megtettem, hogy tökéletes családot alakítsunk ki. Harmincnyolc éves lettem, mire a „tökéletes birodalom felépült”, de sajnos nem volt működésképes. Ugyanis, ha valakivel kapcsolatba kerültem, teljesen a társfüggő gondolkodásom irányított. Az életem középpontjába mások, illetve mások érzelmei/szeszélyei kerültek. A párom alkoholfüggősége is ilyen érzéseket váltott ki belőlem. Igyekeztem Ponciustól Pilátusig menni, mindent megtenni, természetesen teljesen hatástalanul.

A párom egyre inkább kimaradozott, szabotálta a családi feladatait, gyerekeim kamaszodtak és ők is egyre intenzívebben fordultak ellenem.

Feladataim, kötelességeim csak nekem voltak, a többieknek meg leginkább jogaik és követeléseik: „Apu se csinál semmit, csak nem képzeled, hogy tán én segítek?”

Végkimerültségemben eljutottam a hitre. Innentől sokkal könnyebben vettem az akadályokat. Viszont a valódi fejlődés helyett még nagyobb erővel vettem be magam a munkába, mások megmentésébe. Akkor ezt még egészséges útnak tekintettem, ami aztán további mélypontokat eredményezett.

Volt egy csodálatos tapasztalatom is egy terápiás helyen, ahova kísérőként utaztam alkoholbeteg unokafivéremmel. Megtapasztalhattuk a gyógyulás Isten adta lehetőségét. Ekkor csillant fel a remény, hogy talán a férjem is abba tudná hagyni az ivást.

Évekig jártam arra a helyre, közben egyre intenzívebben italozó férjemet csalogatva a gyógyulás felé. Többször megjártuk a gyógyító heteket, de párom kálváriája alig változott.

Ekkor már az Al-Anonba jártam, ahol az alkoholbetegség megközelítésének egészen újfajta módját tanulhatom. Hosszú időbe tellett, hogy rájöjjek, az eddigi módszereim teljesen hatástalanok. Miután megjártuk a mélységeinket, pszichiátria, intenzív, ... lelkileg, testileg én is teljesen kikészültem. Hatalmas belső lelki tusakodások után, az Al-Anon útmutatásai alapján, ELENGEDTEM a páromat, tegye - amit tennie kell... Engedd el, és bízd Istenre, mondja a programunk egyik jelmondata, és eszerint jártam el...

És miután kész voltam elengedni, azóta párom abbahagyta az alkoholizálást. Pár hét örület után abbahagyta az ivást, öt éve száraz. Felépülési programba nem jár, szerinte egyedül is kezelni tudja a problémáját. Rossz látni, ahogyan lelkileg szenved, állandó feszültség alatt van, de helyette én ezen sem tudok változtatni.

Az elhagyatottság felemlegetése még most is sok fájdalmas, ellentmondásos érzést hoz ki belőlem. Apám italozásai, anyám állandó hangulatváltásai, gyermekkorom kiszámíthatatlansága. A bizalom elvesztése, hogy nem számíthatok szinte senkire: kivéve olykor egy-két jólelkű tanítóm törődését, a szomszédasszony figyelmét, nagymamám csendes szeretetét.

Mióta ebbe a programba járok, egyre inkább hálát adok Istennek, hogy ezeket a terheket leveszi rólam. Látva társaim problémáit, világszerte a gyerekek

családban elviselt erőszakait, az én terhem csekélynek tűnik. Szüleim körülményeik szerint gondoskodtak rólam, rólunk. Nem adtak árvaházba, nem vertek naponta, és nem zaklattak egyéb elképesztő módokon. A tapasztalatok gyűjtésével elkezdett változni a szemléletmódom.

Ma már tudom, hogy szüleim kisgyerekként elszenvedték a maguk sorsát: apám a nagyapám duhajkodásait, anyám a nagyanyám zsémbességét. Ők is csak a beteg mintáikat adhatták tovább... Viselkedésük nem a személyemnek szólt... Ez a felismerés nagy megkönnyebbülést hozott.

Ma már tudom, hogy a Felsőbb Erő gondviselő szeretetére bízhatom magamat és a szeretteimet.

Erika, alkoholbetegek hozzátartozója