

A páromnak köszönhetem, hogy rátaláltam az Al-Anonra! Ugyanis ő alkoholista... Attól, hogy nem iszik már több mint hat éve, attól még az!

Teljes káosz volt az életem azelőtt, hogy megismertem. Elváltam a feleségemtől, rettenetesen éreztem magam, de a legrosszabb az volt benne, hogy elképzelésem sem volt, hogy van-e ebből kiút, mit kezdjek az életemmel?!

Amikor a párommal elmentem életem első A.A./Al-Anon találkozására, akkor azonnal tudtam, hogy kincsre leltem. Ez az, ezt kerestem! Még nem tudtam pontosan mi ez, de tudtam, hogy a program segíteni fog!

Sok mindent meg kellett tanulnom, és teljesen mást kaptam, mint először gondoltam...

Megtanultam, hogy nem én vagyok felelős azért, hogy a párom jól érezze magát. Nem nekem kell helyette megoldanom a problémáit, nem kell megmentenem a saját tettei következményeitől. Ő egy felnőtt ember! Meg kellett tanulnom, hogy nem kell szomorúnak lennem, ha ő szomorú, nem kell vidámságot erőltetnem magamra, ha ő vidám, de engem bánt valami...

Nem megtanulni volt ezeket nehéz, hanem csinálni! Emlékszem, hogy milyen gyötrődve jöttem elő először valamivel, amivel megbántott, amivel nem értettem egyet vele. Épp jókedvűen sétáltunk az erdőben, minden régi beidegződésem azt súgta: „Ne most, örülj, hogy most épp vidám, majd máskor...” Akkor is meg kellett tennem, ha végül is szomorúság lett belőle, és azóta sem ért velem egyet ebben...

Nem kell megmentenem... Illetve persze, hogy közbelépnék, ha valaki megtámadná a sötét utcán, de nem kell megmentenem, ha saját maga kever zűrzavart maga körül, és a másik fél joggal neheztel rá! Pinokkiónak volt külső lelkiismerete egy tücsök formájában, akire vagy hallgatott, vagy nem, de mindenképp őt hibáztatta! Szóval Pinokkiónál sem működött a dolog...

Sok mindent írhatnék még, de a legfontosabb: mindezek mellett szerethetem őt úgy, ahogy van. Attól még szeretem, hogy meghúzom a saját határait és védem magamat is. Ez a kettő nem mond egymásnak ellent, sőt! Csak akkor tudok igazán mást szeretni, ha magamat is tudom védeni, tisztelni, szeretni!