

2011 májusa óta járok az Al-Anonba.

A bátyám fokozatosan súlyosbodó alkoholfogyasztása során elveszítette először a munkahelyét, aztán a családját is. Bár nagyon elleneztem, visszaköltözött édesanyánkhöz. Sajnos, édesanyánk mindenkit hibáztatott fia ivásáért, nem tudhatta, hogy a kialakult helyzetért csak a bátyám a felelős. Amikor az odaköltözés feletti nemtetszésemet kinyilvánítottam, sírva mondta: „Miért beszélsz így? Ő is ugyanúgy a gyermekem, mint te.”

Elfogadtam a helyzetet, látogattam, segítettem őket. Sokszor felvettem a bátyámnak: „Mi lesz veled, miből, hogyan fogsz megélni, ha édesanyánk megbetegszik?” Persze akkor szavaimnak még nem volt hatása: nem is lehetett, hisz az alkoholbetegek csak tetteik következményeiből tanulnak, nincs értelme kioktatni, megfeddni őket...

Aztán amitől féltem, be is következett. Édesanyánk egészségi állapota annyira megromlott, hogy állandó gondozásra lett szüksége, ezért elhoztam őt otthonából. Bátyám magára maradt. Mivel nem ugyanabban a városban éltünk, csak kéthetente tudtam menni hozzá, bevásároltam neki, vittem a szükséges dolgokat. Egy év elég volt hozzá, hogy teljesen tönkretégye önmagát és a környezetét.

Óriási lelki vívódáson mentem keresztül. A testvéri szeretet arra ösztökélt, hogy valamilyen módon segítsek neki. De az is felmerült bennem, hogy hogyan merjem felvállalni? Mi lesz? Itt nem lesz javulás, már oly sokszor, oly sokat ígérgetett!

Nagyon kimerültem, éreztem, nem bírom tovább, és végül felajánlottam egy másfajta segítséget, melyet utolsó szalmaszálként fogadott el: csak akkor működök vele együtt a továbbiakban, ha orvosi segítséget kér.

Először kórházba került méregtelenítésre. A kezelőorvosával történt beszélgetéskor érdeklődtem, hogy van-e valamilyen hosszabb rehabilitációs lehetőség. Viszonylag magas életkora miatt csak egy bizonyos program jöhetett szóba. Ez a program szoros kapcsolatban van az Anonim Alkoholisták felépülési programjával. Nagyon örültem, amikor felvételt nyert oda!

Ekkor mondta a főorvosnő, hogy bizony, bátyám kezeltetésének egyik feltétele, hogy én is menjek el az Al-Anonba, az alkoholisták hozzátartozóinak önszolgáltatócsoportjába. Akkoriban sem a bátyám, sem én nem sokat tudtunk ezekről a csoportokról. Nem kellett sokáig noszogatni, elmentem a legközelebbi gyűlésre.

Szeretettel fogadtak. A gyűlésen a résztvevők önmagukról beszéltek. Én is éreztem, jó volna megosztani fájdalmamat, és hogy miért vagyok itt, de bizony, nem volt könnyű idegeneknek beszélni a helyzetemről. Végül sikerült. Nagyon meglepődtem, mennyi szeretetet kaptam tőlük. Kaptam Al-Anon irodalmat, melyet

nagy érdeklődéssel tanulmányoztam, és továbbra is rendszeresen eljártam gyűlésekre.

Aztán jött az országos találkozó. Ilyenkor az ország minden részéből összegyűlnek az A.A. és Al-Anon tagok, akár több száz ember is, hogy megosszák közös tapasztalataikat, és reményt nyújtsanak egymásnak.

A bátyám ekkor még a kórházi programban volt, de megengedték, hogy ő is részt vehessen a találkozón. Milyen jó érzés volt, hogy mind a ketten ott lehetünk! Ez az esemény hatalmas élmény volt számomra. Itt értettem meg, hogy van segítség, van remény.

Bátyám ötvenkilenc évesen fejezte be rehabilitációs programját, most már több, mint két és fél éve absztinens. Ő is, én is rendszeresen látogatjuk az A.A. és Al-Anon gyűléseket.

Bátyám az A.A-n keresztül az életét kapta vissza, én az Al-Anonon keresztül magamat, és a bátyámat.