

Emlékszem, amikor először mentem le gyűlésre és körbenézve azt kérdeztem magamtól:

"Mit keresek én itt? Nem én iszok, nem nekem van gondom az itallal!"

Házasságkötésünkör eszembe se jutott, hogy majd egy önsegítő csoportban fogok ülni és várom a csodareceptet, hogy "mit tegyek, hogy a feleségem ne igyon".

Lassan, nagyon lassan estek le azok a bizonyos húszfilléresek, hogy a csoportba a magam gyógyulása miatt járok, hogy nem tudom megmenteni azt, akit szeretek, hogy nekem is kell változnom és hogy magamra kell koncentrálnom.

Meg kellett küzdenem azzal a tudattal, hogy a hitem eddig kevésnek bizonyult ahhoz, hogy elengedjem a problémát, és hogy rá tudják hagyni Istenre. Megéltem, hogy már nem azzal foglalkozom, mi lesz holnap, mi lesz jövőre, hanem hogy a jelenlegi problémáimon dolgozzak, megélve a mindennapokban rejlő kis csodákat. Persze ez szépen hangzik így leírva, és a hétköznapiakban nem mindig tudom így átvinni, de a tudásnak már a birtokában vagyok, hogy így is lehet és, hogy így egy teljesebb élet élhető.

Most ünnepeltük a feleségem józanságának harmadik születésnapját az A.A.-ban (a Névtelen Alkoholisták önsegítő közösségében), és közben azon gondolkodtam, miben más ez, mint az első volt. Aztán rájöttem, hogy tulajdonképpen minden nap egy születésnap, egy kegyelem, hogy lehet józan életet is élni. A születésnap öröme pedig mindig ugyanaz, mert a józanság ajándék nem csak a józanodónak, hanem a környezetének is.

Régebben azon tűnődtem, meddig fogok majd Al-Anon csoportba járni, ha a nejem már nem iszik... Ma meg csak megyek a gyűlésekre, amikor csak tehetem, és eszembe sem jut ezen meditálni.

Köszönöm, hogy megoszthattam!

Gábor, alkoholista hozzátartozója