

Fél évvel ezelőtt találtam rá az Al-Anon csoportomra, két hónap múlva pedig már fenn voltam az internetes levelező csoporton.

Teljes elkeseredésben kerestem fel az Al-Anont: negyven éves lányom karambolozott. Nagyon szerencsésen, mert csak a kocsi tört össze, ő nem. Mint kiderült, tudatmódosító gyógyszert szedett, és elájult. Évek óta szedte ezt a gyógyszert, azért, hogy jobban érezze magát. Ma már tudom, hogy ez gyógyszerfüggés...

A másik lányom alkoholista, két éve velünk él: elveszítette a munkáját, a párját, és hazakerült. Néha adódik számára valami kis munka: idős emberekre vigyázni. Sajnos, ami pénzt kap, azt italra és cigarettára költi. Én hatvanhat éves vagyok és elég nehezen bírom a megpróbáltatásokat: férjem szintén nagyon megsínyli.

Nekem az Al-Anon nyugalmat ad: nagyon sok olyan dolgot tanultam meg, amit nem tudtam előtte, például, hogy hogyan viselkedjek az alkoholistámmal. Többek közt nem érdemes veszekednem vele, mert azzal nem javítok a helyzeten. Hiábavaló dolog, ha keresem az üvegeket a szobájában. Lehetek vele sokkal megértőbb, mert ő beteg... Tehát tanulok, tanulok élni a betegemmel, de még nagyon sokat kell tanulnom... Reménykedem a változásban, és a mindennapok megélésében óriási segítséget kapok társaimtól. A sok pozitív példát látva visszakaptam a reményt, a bizakodás képességét:

Ica