

Dostałam nadzieję

Do wspólnoty Al-Anon nie przyszedłam dlatego, że brakowało mi rodziny czy przyjaciół, przez wiele, wiele lat moje potrzeby bycia z innymi były zaspokajane. Najlepiej czułam się we własnym domu, wszystko było znajome i bezpieczne.

Stworzyłam sobie swój zamknięty świat, był mój mąż, moje dzieci i obowiązki, oczywiście też były moje. Miałam rodzinę wokół siebie. Dzieci uważały mnie za dobrą mamę, a mój mąż był traktowany przeze mnie jako nieodpowiedzialny człowiek, trochę niedouczony. Nawet starałam się go uczyć i pokazywać, jak należy postępować. Uważałam, że możemy być szczęśliwą rodziną jak tylko zrezygnuje z nadmiaru wypijanego alkoholu i że jest w stanie to zrobić, tylko nie chce.

Uważałam, że życie na tym polega, aby wypełniać swoje zobowiązania. Nie miałam pojęcia o swoich prawach. Moje potrzeby mogłam zaspokoić, kiedy już wszyscy „moi” będą zadowoleni.

Życie toczyło się, potrzeby w rodzinie rosły, więc ja też coraz więcej miałam obowiązków, na swoje potrzeby nie miałam ani czasu ani siły.

Byłam bardzo zaradną, pomysłową i silną kobietą, dawałam sobie radę z przeciwnościami, które też siłą rzeczy rosły. Wszyscy, którzy mnie znali podziwiali mnie za to, jak się opiekuję swoją rodziną. Sama też byłam przekonana, że jeśli mnie zabraknie, to wszystko runie. Bałam się bardzo o swoje dzieci, każde ich niepowodzenie było dla mnie niemalże klęską.

Nawet nie zauważałam w tym wszystkim, że nie pozwalałam im żyć i uczyć się od innych, to przecież dzięki mnie mieli zaspokajane wszystkie potrzeby. Inni mogli chcieć ich skrzywdzić, jedynie ja miałam czyste intencje. Nawet nie spostrzegłam, że dzieci już nie są dziećmi, ale dorosłymi ludźmi, że nie potrzebują już mojej opieki i są w stanie samodzielnie żyć. Miałam chorą potrzebę ciągłego pomagania moim dzieciom, jakbym nie wierzyła, że są mądre i zaradne. Byłam oczywiście w tym przekonaniu utwierdzana.

Trwało to bardzo długo, byłam już babcią, moje siły fizyczne i psychiczne wyczerpywały się, to było moje dno. Dotarło do mnie, że więcej już nie wytrzymam, w domu było coraz więcej alkoholu, prawdę mówiąc był już wszechobecny. Ostatkiem sił poszłam do przychodni przeciwalkoholowej.

Była późna jesień na dworze deszcz, ciemno i zimno. Nikogo na zewnątrz nie spotkałam, nacisnęłam klamkę i weszłam. Było mi wstyd przecież ja nie piłam, ale nie widziałam innego wyjścia. To, co mnie tam spotkało było dla mnie szokiem. Trafiłam na mityng Al-Anon. Pomieszczenie było jasno oświetlone i pełno uśmiechniętych twarzy. Było gwarno i wesoło. Ktoś mnie przytulił i ucieszył się, że przyszedłam. Ten ktoś powiedział, że jeśli będę przychodziła systematycznie, to moje życie ulegnie zmianie. To był początek mojego odrodzenia. To czego tam się dowiedziałam, dało mi nadzieję, że i ja mogę być uśmiechnięta i szczęśliwa.

Po latach systematycznego i czynnego uczestnictwa w Al-Anon, moje życie nabiera coraz więcej kolorów. Ten ktoś mnie nie oszukał.

Stasia z P.