

# ORĘDZIE NADZIEI UWOLNIĆ OD ROZPACZY

Dzierżoniów 2005

Jeżeli szukasz pomocy i sposobów rozwiązania problemów, jakie wynikają ze współżycia z alkoholikiem – my Al.-Anon, możemy ci pomóc. My znamy dobrze przysięgi, składane po to, aby je złamać, niezrealizowane i porzucone dobre zamiary, zmartwienia i bezsenne noce. Znamy rozpacz i kompletną bezsilność, widzieliśmy naszych bliskich w szpitalach, sanatoriach, więzieniach lub w innych placówkach „leczniczych”, które nigdy nie były w stanie ich wyleczyć.

Przekonaliśmy się, że program Al-Anon uczy, jak dać sobie radę z naszymi trudnościami. Wskazuje również jak znaleźć drogę bardziej normalnego sposobu życia.. Zmiana naszego nastawienia może w rezultacie wpłynąć na postawę alkoholika, który zacznie szukać, tak bardzo potrzebnej mu pomocy.

Alkoholizm nie jest słabością moralną ani grzechem, ale skomplikowaną chorobą somatyczną. Nałogowe picie, to pokusa tak silna, że nawet groźba śmierci, kalectwa lub utraty zmysłów nie jest w stanie jej pokonać. Jeden kieliszek powoduje pragnienie alkoholu, które można uśmierzyć, tylko przez dalsze picie.

Komuś, kto sam nie pije nałogowo, bardzo trudno jest uświadomić sobie, że kochana osoba nie doprowadziła się do alkoholizmu świadomie i dobrowolnie. Picie stało się przymusowym pragnieniem, którego chory nie jest w stanie przezwyciężyć o własnych siłach. Potrzebuje on wsparcia zarówno przed jak i po odzyskaniu trzeźwości. Kiedy nauczymy się dystansować od problemów alkoholika, a skupimy się na powrocie do własnej równowagi duchowej, zachęcimy go do szukania i utrzymania trzeźwości.

Grupy AA i Rodzinne Al-Anon są wybawieniem dla naszych domowych ognisk i małżeństw. Dzięki nim możemy się czuć spokojni i bezpieczni z tymi, których kochamy. Jest to nadzieja dla tych, których małżonkowie nie znaleźli pomocy gdzie indziej. Świadomość, że my także możemy walczyć z alkoholizmem uwolni nas od przytłaczającego ciężaru codziennych problemów.

Kłótnie, bijatyki, reprimendy, narzekania i dramatyczne sceny nie pomogły żadnemu alkoholikowi. Upokarzanie i ciągłe jątrzenie wzmagają tylko poczucie winy i chęć „ucieczki” przez dalsze picie. Kobiety i mężczyźni w Al-Anon uczą się jak można stawiać uczciwie czoła temu problemowi, **działając z wiarą i odwagą**. My wszyscy pragniemy dobra dla innych i siebie, ale nie wystarczy tylko modlić się i czekać aż Bóg zrobi za nas wszystko. **Modlitwę musimy poprzeć konkretnym działaniem.**

Grupy rodzinne Al-Anon proponują śmiało rozwiązania nowego sposobu życia dla ciebie – partnera alkoholika. Spotkania poświęcone są m.in. zrozumieniu własnych problemów jakie niesie życie z uzależnionym. Tylko osoba która doświadczyła problemów życia z alkoholikiem jest w stanie zrozumieć inną osobę, którą spotkał podobny los. Jeżeli masz kochaną osobę uzależnioną, ze zrozumieniem powitamy cię na naszych spotkaniach. Zapewniamy, że twoje problemy zostaną uważnie wysłuchane. Zaproponujemy ci również pomoc. Nie wymagamy żadnych zobowiązań prawnych, składek ani wpisowego. Dzielimy się wzajemnie naszym doświadczeniem, siłą i nadzieją. Zachęcamy do udziału w naszej wspólnej sprawie a udział i praca to nadzieja.

Zarząd