

Привет, я Алена, алкоголик. Теперь такими словами я приветствую других членов моей домашней группы АА. И у меня уже нет никакого протеста внутри себя. Меня уже не коробит, что меня так называют. Здесь на группе я, наконец-то, признаю ту часть себя, которая алкоголик, которую приходилось скрывать так долго. Конечно, я не кричу направо и налево, что я алкоголичка. Но на группе я могу быть сама собой, признать в себе эту часть и выдохнуть, что я не одна такая, не жалеть, не бороться, не скрывать, не надевать маски, не делать вид, что я "не такая". На группе Меня окружают люди, которые такие же как я. Они делятся своим опытом и своими историями, как же примириться внутри себя, что да, я алкоголик и жить уже дальше, только развиваясь. Сейчас я только в начале своей трезвости на первых шагах. Осмысливая свою жизнь, я поняла, что из 30 лет употребление различных веществ и алкоголя (примерно около 6 лет были трезвые - это две кодировки) и один год, когда я носила дочь под сердцем (притом, что я всё равно позволила себе раза три пива). Если взять, что алкоголь хоть как-то в какие-то мгновения приносил "кайф" и радость, то это примерно может года 4 из 30. И путем несложного подсчета остальные 20 лет - это года похмелья, страха, мучительной борьбы с зависимостью, "делание" перед всеми окружающими, что у тебя всё «окей» и всё просто замечательно, испытывая тяжелейший тремор внутри себя.

Я трезвая 80 дней и это чудо. Да мой внутренний алкаш вылезает почти каждый день и начинает разводить меня "пошли в бухнём." Но я знаю теперь все его ухищрения. Мне дали уже некоторые инструменты, как не вестись на соблазн алкоголя. Вижу все качества моей болезни, приобретённые при употреблении алкоголя.

Я могу позвонить такому же выздоравливающему алкоголику впереди идущему или пойти на собрания АА. Каждый член группы АА всегда готов помочь мне. Помогая такому же алкоголику, алкоголик сам выздоравливает. Вот такое обоюдное выздоровление.

Даже есть день не задался и всё валится из рук, придя на группу, у меня сразу наступает умиротворение в душе. Потому что на группе вместе с нами присутствует Бог, который ведёт любит и прощает. Благодаря Богу и группе я сегодня трезвая. Благодарю, благодарю, благодарю.