

Na XXX – lecie Al-Anon w P o l s c e!

XXX –lat Al-Anon w Polsce – to dla mnie wielka satysfakcja, poczucie spełnienia, realizacja zadania, które przez Siłę Wyższą zostało mi dane.

Czuję ogromną radość i wdzięczność z rozwoju Al-Anon. Od 30 lat daje w Polsce nadzieję, siłę, pomoc, zadowolenie potrzebującym, borykającym się z problemem alkoholowym w rodzinie. Cieszy mnie każdy przejaw radości i zmian w spotykanych osobach, tych, które były załamane, zrozpaczone, przybite, sfrustrowane. Cieszy mnie, że teraz są uśmiechnięte, mają poczucie własnej wartości, wiedzą jak się zachować w trudnych sytuacjach, jak prowadzić satysfakcjonujące życie, że widzą i czują sens swojego życia. To zasługa programu, który jest pomocny w każdej sytuacji. Dwunasty Stopień Al-Anon – mówi wyraźnie o stosowaniu zasad we wszystkich naszych sprawach. Program daje szansę, nadzieję pogody ducha w każdej trudnej sytuacji życiowej. Sama tego doświadczyłam wielokrotnie. Wiem, że sytuacja wobec której jestem bezsilna, jeśli potrafię to stwierdzić, to mam świadomość, że ratunkiem jest Dwanaście Stopni Al-Anon czyli gwarancja, że ciągle, systematyczne ich stosowanie, w zmaganiu się z trudnościami przyniesie pogodę ducha – równowagę ducha i umysłu. Daje gwarancję cieszenia się tym, co życie niesie.

Dla tych którzy żyją wg Programu Al-Anon, pracują w grupach – życzę jak najwięcej odwagi i umiejętności w pokonywaniu trudności i nie zniechęceniu się w przypadku braku zrozumienia wśród innych. Życzę wytrwania w służbie, płynącej z niej satysfakcji i rozwoju osobistego. Służba bowiem powoduje rozwój osobisty i jednocześnie jest szansą, przetrwania w trudnościach i nie poddawania się niepowodzeniom, czy brakiem zrozumienia i współpracy.

Tym którzy, którzy mają problem, są zagubieni, życzę odwagi i chęci szukania pomocy – ona istnieje! Życzę uważnego słuchania tego co mówią inni, czytania ogłoszeń, kontaktów z innymi..(poradnie, grupy). Pomoc można znaleźć; jeżeli chory szuka pomocy to ją znajdzie...Życzę, umiejętności i cierpliwości w poznawaniu i realizowaniu programu, aby sobie pomóc. Na początku najważniejsze jest systematyczne uczestnictwo w spotkaniach grupy i stopniowe poznawanie programu. Dalej zaczyna się służba w ramach naszego posłannictwa - to jest bardzo ważna sprawa. Pomagając innym...pomagasz sobie. Życzę odwagi podjęcia się służby (Dwunasty Stopień mówi o niesieniu posłannictwa). Można to realizować w różny sposób: w grupie w okręgu, w regionie, czy w służbie krajowej.

XXX – lat Al-Anon jest naszą dumą i nadzieją.

Dumą, bo istnieje Al-Anon, rozwija się w różnym tempie i niesie skuteczną pomoc! To szczęście, poczucie wielkiej światowej wspólnoty! Ludzie na całej kuli ziemskiej rozwiązują i pokonują swoje trudności związane z chorobą alkoholową w rodzinie, w ten sam sposób. Zdobywają nowe umiejętności życia, w nowy sposób – zgodnie z zasadami Al-Anon. Punktem wyjścia jest zmiana mojego (każdego z nas) nastawienia, zmiana mojego wnętrza.

Życzę wszystkim członkom wspólnoty Al-Anon w Polsce, aby ta umiejętność była ceniona i rozwijana! Al-Anon jest **nadzieją**, a to znaczy, że można wyjść z każdej problematycznej, dramatycznej sytuacji. Ale do nadziei trzeba się przekonać (jak w opowiadaniu związanym ze Stopniem Trzecim – przepłynąć na drugi brzeg) Trzeba samemu się włączyć. Trzeba zacząć od siebie.

Niech się zacznie ode mnie zmiana! I nie czekać, aż ktoś inny to zrobi za ciebie. Serce i rozum musi współdziałać!

ANNA z Poznania – Powiernik Honorowy