

Zaufanie

Czym jest zaufanie i w jakich kategoriach je rozumieć? Długo nie mogłam zrozumieć, dlaczego daję się krzywdzić innemu człowiekowi. Źle pojęte zaufanie było przyczyną moich niepowodzeń. Byłam bardzo naiwna, tzn. głupia, kompletnie nie miałam zaufania do siebie. Inni byli mądrzy, wiedzieli co powinnam zrobić, a ja wierzyłam i chciałam aby mnie lubili. Oddałam siebie we władanie drugiemu człowiekowi, stałam się niewolnicą, która cokolwiek by nie zrobiła, to i tak było za mało. Byłam bardzo nieszczęśliwą kobietą, winałam za to wszystkich, tylko nie siebie. Wspólnota Al-Anon i jej program, do której po latach udręki trafiłam, powoli zaczął działać. Na pierwszym moim mityngu nie usłyszałam, że jestem głupia, natomiast poczułam, że jestem rozumiana i to, co czuję, jest prawdą. Zaczęłam nabierać zaufania do siebie. Nikt nie mówił, co mam robić, ale zachęcano mnie do korzystania z programu. Coś zaczęło się zmieniać, nabierałam sił, byłam coraz odważniejsza. Były też chwile wątplenia i wtedy inni mnie podtrzymywali na duchu, mówili, że będzie dobrze. Zaufałam i po latach wiem, że dobrze zrobiłam. Moje zaufanie do programu Al-Anon ciągle rośnie, dzięki temu mogę się rozwijać i być coraz bardziej szczęśliwą kobietą.

Wanda