



## *Rješenje*

Rješenje je postati svoj vlastiti roditelj koji te voli. Kad se u ODA počneš osjećati sigurnim, osjetit ćeš slobodu izricanja svih svojih rana i strahova koje si do tada potiskivao te se osloboditi srama i okrivljavanja proizašlih iz prošlosti. Postat ćeš odrastao čovjek koji je izbačen iz tamnice vlastitih djetinjastih reagiranja. Kroz učenje kako se prihvatiti i voljeti ozdravit ćeš dijete u sebi.

Iscjeljenje počinje kada riskiramo izlazak iz izolacije. Osjećaji i zakopane uspomene se vraćaju. Postepeno otpuštajući breme neizrečene tuge, polako se iseljavamo iz prošlosti. Učimo biti roditelj samome sebi uz nježnost, humor, ljubav i poštovanje. Ovaj proces nam omogućava sagledanje naših bioloških roditelja kao instrumenata naše egzistencije. Naš stvarni roditelj je Viša Moć za koju neki od nas biraju naziv Bog. Iako smo imali alkoholičarske ili disfunkcionalne roditelje, naša Viša Moć nam je dala Dvanaest koraka Ozdravljenja.

U postupku i radu koji nas iscjeljuje koristimo Korake; koristimo sastanke; koristimo telefon. Dijelimo svoje iskustvo, snagu i nadu jedni s drugima. Svoje bolesno razmišljanje učimo preizgraditi dan po dan. Kad oslobodimo svoje roditelje odgovornosti za naše današnje postupke, postajemo slobodni u donošenju zdravih odluka; aktivno, a ne reaktivno. Napredujemo od osjećaja ranjenosti do iscjeljenja i pomaganja. Osvješčujemo se u osjećaj potpunosti koji nismo smatrali mogućim. Redovitim dolaskom na sastanke uvidjet ćeš da je roditeljski alkoholizam ono što jest: bolest koja nas je zarazila u djetinjstvu te na nas djeluje i u odrasloj dobi.

Naučit ćemo se koncentrirati na sebe same, ovdje i sada. Preuzet ćemo odgovornost nad vlastitim životom te biti roditelj samom sebi. U tome nećemo biti sami. Pogledaj oko sebe i vidjet ćeš one koji znaju kako se osjećati. Voljet ćemo te i ohrabriti bez obzira na sve. Tražimo te da nas prihvatiš upravo tako kako i mi prihvaćamo tebe. Ovo je duhovni program baziran na postupcima koji proizlaze iz ljubavi. Sigurni smo da ćeš, dok ljubav u tebi raste, vidjeti prelijepe promjene u svim svojim odnosima, posebno u onom s Višom Moći i samim sobom.