

## **Caro nuovo arrivato**

Quando ho iniziato a lavorare con la mia prima sponsor, mi ha ricordato che era solo un'altra dipendente come me. Quindi, non potevo prenderla in giro perché anche lei lo era. Non si è limitata a fare discorsi. Invece, ha camminato con me. Giorno dopo giorno, ho capito che mi conosceva meglio di quanto pensassi. Sapeva tutta la mia storia, così sono andata da lei e dal mio Potere Superiore prima di andare dai miei compagni di recupero. Mi ha detto di non cogliere e non scegliere i suoi suggerimenti e le sue indicazioni per me.

Ma quando ho scelto i suoi suggerimenti, non sono "morta" per averli provati, nonostante avessi paura. Mi disse di non rimanere senza sponsor. Mi disse di venire per il mio recupero e non per impressionarla. Mi ha detto: "vizia un dipendente, e il dipendente verrà seppellito". E mentre sponsorizzava me e gli altri, mi disse che ci amava come suoi sponsee. Quando ero una nuova arrivata, la mia sponsor mi disse che non avrei saputo cosa fare se avessi avuto di fronte una persona sana. Lei mi ha aiutato anche a stabilire le mie linee di fondo, che sono state il mio "punto di svolta". Fare questo mi ha aiutato a uscire dalla sindrome da astinenza. Mi ha ricordato che la mia dipendenza mi vuole morta. Tuttavia, si accontenterebbe anche di rendermi infelice. Soprattutto, mi ha detto che "la voce della malattia" suona proprio come la mia voce e che quando mi parla devo imparare a scegliere di non ascoltarla. Attualmente sono al Quinto Passo. Finora la mia sponsor mi ha aiutato enormemente a "non modificare" ciò che ho scritto nelle colonne dello schema. Mi ha detto di aggiungere un paio di persone dalla lista dei miei risentimenti al giorno per evitare di sedermi sul Quarto Passo. Ha detto che nulla di ciò che dico o scrivo la sorprenderà. Mi ha detto che non devo dirlo al mondo intero, basta che ne parli a lei. Ciò che mi ha fatto andare avanti nel mio lavoro sui Passi è stato quando ha detto che non mi avrebbe giudicata per quello che avevo fatto. Inoltre, ciò che mi ha spinto a lavorare sui Passi è stata la possibilità di rimanere in contatto con la mia famiglia. La mia sponsor mi disse di essere presente a me stessa regolarmente. In altre parole, di andare a riunione. Mi ha detto di andare dove c'è recupero. E di prendere impegni che mi piacciono. Per quanto riguarda le telefonate di condivisione, mi disse di chiamare i membri di Slaa che non mi piacevano. Mi ha anche avvertito di non sostituire la mia dipendenza con un'altra, come ad esempio di non manipolare più le persone per piacere loro alle riunioni. Ad oggi, la mia sponsor mi ha insegnato che c'è un comitato che vive nella mia testa che mi porto dietro ovunque vada. Mi mantengo sobria ed è il mio recupero lavorare sullo stare nel presente e ricominciare da capo la mia giornata se necessario.

Ha detto che i dipendenti non sono soddisfatti del cambiamento e di come vanno le cose. Ora posso riorientare il mio secondo pensiero o fare una pausa. Il mio sponsor mi ha insegnato che il mio Potere Superiore mi vuole bene e che devo cercare Dio al posto di un potere umano. Ha detto che Dio è più grande anche dei miei problemi. Anche il mio rapporto con Dio è importante. Ha detto di continuare a affidare tutto a Dio.

- Anonimo