

Experiência Pessoal – Regina Jog-Anon

Voltar no tempo, há cerca de dezoito anos, é revisitar imagens, falas e até esquecimentos. Foi nesse período que descobri a doença do meu familiar e precisei tomar decisões importantes.

Enfrentei o medo do desconhecido e fui eu quem propus a ida dele ao Jogadores Anônimos. Não desisti do meu familiar, ainda que não confiasse, mas acreditasse que ele poderia se tratar. Desde sempre mantivemos contas bancárias separadas. Como a questão financeira nunca foi o principal, meu foco foi perceber mudanças no comportamento dele.

Mesmo com minhas imperfeições, me orgulho de ter sido firme e de não desistir de mim. Entrei na sala de Jog-Anon e lá permaneci. Hoje não duvido de nada; faço apenas a minha parte. Cuido de mim e divido minhas dores com algumas pessoas de confiança, inclusive com o jogador.

Não carrego arrependimentos. Se agi de determinada forma, é porque ainda não sabia como agir melhor. Hoje respiro, não respondo de pronto, e continuo minha jornada em busca de uma vida saudável. Digo sim aos amigos, aos encontros e às oportunidades de estar com pessoas.

Não ter tido filhos me deu a liberdade de pensar em mim. E essa liberdade eu transformei em força para continuar cuidando da minha própria vida.