

PRIMERI ZDRAVLJENJA

"SAM IN POVEZAN"

2009:

Ob začetku zdravljenja je bil star 56 let, po poklicu monter strojnih inštalacij. Je sin delavske družine, kjer je bilo doma sedem otrok, sam je bil četrti po vrsti. Mama je bila gospodinja. Oče je rad popival, razumevanje z materjo ni bilo dobro. Tudi eden od bratov se je zapil. V družini je bil stalno prisoten alkohol. Kot otrok je bil bolj plah in trmast, ne pa razgrajaški. Nekaj težav je imel s pisanjem in matematiko. Kot mladostnik je bil v glavnem v dobri družbi. Vojsko je služil v Sarajevu, tam je zelo malo pil. Večkrat je bil pohvaljen in nagrajen. Po vojski se je zaposlil kot inštalater, čeprav to ni bil njegov osnovni poklic. Ženo je spoznal na zabavi. Po poroki sta si kmalu zgradila hišo in kupila avto. Ima dva sinova, eden je že zaposlen, drugi je končal srednjo šolo. Pretirano je pil zadnjih 10 let pred zdravljenjem, največ vino in pivo. Vse več je bilo kreganja z ženo in njenimi sorodniki. Ko je bil vinjen, je običajno šel spat. Počasi mu je začel pešati spomin, toleranca je vse bolj rasla. Pojavilo se je tresenje rok. V službi je naredil hudo napako, radiatorji so ostali mrzli v večjem poslovno stanovanjskem kompleksu. Šef mu je predlagal disciplinski postopek, tam so mu ponudili možnost zdravljenja, ki ga je sprejel. Zdravil se je v bolnišnici. Precej dolgo je med zdravljenjem vztrajal v obrambni drži. Nekaj mesecev je jemal tudi antidepresivno terapijo. Soproga je pri zdravljenju ves čas sodelovala. Takoj po hospitalizaciji se je vključil v klubsko skupino, istočasno pa je obiskoval pribl. leto dni tudi posthospitalno ambulanto skupino, ki se dobiva 1x na mesec. Težave s spominom so se izboljšale. klubu in društvu zdravljenca, odvisnih od alkohola, je bil štiri leta zelo aktiven.

Zdaj abstinja več kot 10 let. Žena je umrla pred leti zaradi raka. Oba sinova sta samostojna. Sam živi v hiši. Pove, da je hvaležen ambulanti in skupini. Ko jo je po petih letih zapustil, se je bolj intenzivno podal v duhovnost, ki mu pomeni veliko oporo. K temu je dodal še gibanje in krepitev telesne kondicije. Zelo je zadovoljen s sedanjim stanjem.

"ABSTINENCA IN VESELJE DO ŽIVLJENJA"

2012:

Bilo je davnega leta 2005, ko sva s partnerjem J. ugotovila, da tako ne gre več. Skupaj sva bila komaj devet mesecev, zaljubljena do ušes in vsa navdušena, da sva se srečala. Vendar je najino, oziroma predvsem mojo srečo vedno bolj kalilo partnerjevo čudno obnašanje ob določenih dnevih. Čeprav sva se dogovorila za zmenek in oba komaj čakala nanj, ga je on nenadoma odpovedal. Jezna sem bila kot ris in užaljena v dno duše! Ali pa se je na zmenku pojavil povsem drugačen fant, odbijajočega in bahavega obnašanja, ki ga nisem bila vajena in mi sploh ni bil všeč. Tako sem se začela spraševati, kaj za vruga vidim v tem človeku. Kaj je narobe z mano, da sem se zatreskala v takšnega bedaka? Zaradi svoje neizkušenosti sprva

nisem prepoznala vzroka najinih težav, dokler mi ni J. nekega dne skoraj v solzah sam priznal, da mu probleme povzroča alkohol! Dobro se spominjam, da sem se v prvem hipu začela smejati, češ saj to pa ne more biti tako hudo, to bova pa ja rešila! Zdelo se mi je najpomembneje, da lahko še naprej negujem svojo ljubezen do njega, da se torej očitno nisem zagledala v napačnega, saj je vendar dober fant, ki si zasluži mojo ljubezen, le pije malo preveč. Kakšna naivnost! Po kratkem času, v katerem sem na hitro preštudirala večino knjig o alkoholizmu, ki so mi bile na voljo, sem se globoko zamislila. Spoznala sem, da je problem rešljiv, vendar ne tako zlahka. Obilica moje ljubezni mojega ljubega očitno ne bo spravila na pravo pot. Najprej me je to strašansko potrlo, potem pa sva po temeljitem pogovoru in nekaj ostrih ultimatih oba zavihala rokave in se aprila 2005 znašla v ordinaciji za odvisne od alkohola. S tem se je najina prava pot v partnerstvo šele začela.

Dve leti in pol sva obiskovala dispanzersko terapevtsko skupino, nato pa še dve leti in pol skupino partnerske terapevtke. Priznam, da so bili začetki težki, na trenutke celo zelo zelo težki. Jaz sem sicer uživala od prvega hipa, ko sva stopila v ordinacijo. Takšna oblika druženja (skupina, ki v krogu izmenjuje izkušnje, nad vsem pa bedi strokovnjak) mi je takoj prirasla k srcu. Predvsem sem ob uspešnih zgodbah občutila močno zaupanje, da bo vse v redu, da bova tudi midva zmogla. In tudi, hej, jaz sem bila vendar nedolžna kot ovčka, meni ni nihče mogel očitati, da sem do tedaj v svojem mladem življenju počela kaj narobe in da se moram spremeniti, saj vendar nisem pila. Nasprotno pa je J. vso stvar občutil kot neznansko težo na svojih ramenih. Njega je cela skupina prevzgjajala, on se je moral soočiti s svojimi napakami in spodrsjljaji, nenehno se je moral spominjati sramotnih trenutkov iz svoje preteklosti. In teža, ki je morila njega, se je sčasoma vedno bolj selila tudi na moja ramena. Ni bilo prijetno, res ne, na srečo pa se je v odločilnem trenutku nekaj preobrnilo. Že nekaj časa sva uspešno abstinirala in nisva bila več neuka novinca, ki nimata pojma, kaj pomeni zdravljenje alkoholizma. Ko smo se predstavljali drugim, ki so na novo stopili v skupino, sva presenečeno ugotavljala, da imava kaj povedati, da se lahko s čim celo pobahava in tako vlijeva upanje paru, ki je šele stopal na to naporno pot. Ne znam povedati, kdaj sva oba začela uživati v skupini, verjetno nekje po slabem letu, letu in pol, vem samo, da se je čas naenkrat odvrtil in že je minilo dobrih pet let, odkar sva začela z zdravljenjem.

Pogovarjala sva se, da bova vstopila v prijateljsko skupino veteranov, ki se brez terapevta srečujejo enkrat na štirinajst dni. Tak režim srečevanja bi nama zelo ustrezal, poleg tega sva se zavedala, da je za vzdrževanje abstinence zelo koristno ohraniti stike z drugimi zdravljenici. Nisva se več bala skupine, imela sva občutek, da bi lahko postala njena koristna člana. Oba sva z lahkoto abstinirala in zgodilo se je pravzaprav nekaj zanimivega. Alkoholizem je postal najin najmanjši problem in je v bistvu kar izginil. Verjetno zaradi trdne odločitve, da se bova borila za najino ljubezen, ki bi zaradi alkohola zagotovo propadla, morda pa tudi zato, ker J. pred zdravljenjem ni bil dolgoletni zasvojenec, jaz pa sem njegovo pitje morala prenašati le krajši čas, manj kot eno leto, in sem z lahkoto pozabila na vse hudo. Za

zdravljenje sva se očitno odločila pravi čas, ko zasvojenost na nama še ni pustila težkih posledic. Pred nama so - sicer že v času zdravljenja - zrasli novi problemi, ki jih je prej alkoholizem uspešno prikrival. Nenadoma sva se morala odločiti, ali bova najinemu odnosu pustila, da preide na novo stopnjo in bova postala še kaj več kot le fant in dekle ali pa se bova po vsem tem trudu, ki sva ga vložila v zdravljenje, vseeno raje razšla. Morala sva rešiti vrsto bolečih zapletov, ki so se pojavljali, najhujši pa je bil zagotovo stanovanjski problem. Omenila sem že, da sva računala z nadaljevanjem zdravljenja v skupini veteranov. Vendar se nama je zgodilo nekaj, kar je povsem spremenilo najine načrte in naju popeljalo na povsem novo pot, ki se meni, odkrito povedano, zdi precej težja, kot je bilo zdravljenje alkoholizma. Lani spomladi se nama je rodila štručka, fantiček, ki sva ga poimenovala M. Od trenutka, ko je prvič zajokal, naju je zahteval v celoti in povsem zase in postavil velik izziv, na katerem sva najino partnerstvo začela graditi povsem znova. Nekako nisva več čutila potrebe po družbi drugih zdravljenecov, saj naju življenje trenutno pač pelje po drugačni poti.

Kako je živeti življenje abstinenta po zaključku zdravljenja in brez nekih stalnih stikov s »sotrpini«? Meni, priznam, ni nič posebnega ali težkega. Še preden sem spoznala J., sem zelo malo pila alkoholne pijače, zato mi sama abstinenca ni nikoli povzročala težav. V službi ali širši družbi so me sicer lep čas čudno gledali, ker niti na največjih praznovanjih nisem nazdravljala z vinom, ampak sem vedno ponosno trdila, da nazdravljam s človekom in ne s pijačo in da pač ne pijem alkohola. Pika! Sedaj nimam več teh težav, ljudje so se navadili, veliko jih pa ve tudi za razlog moje odločitve. Zaradi petih let zdravljenja danes z veseljem povem, da je moj partner zdravljen alkoholik, ki je premogel toliko moči in pameti, da že več kot sedem let abstiniira. Nekako se mi zdi, da na partnerja, bivšega alkoholika, ne bi mogla biti tako ponosna, če bi abstiniirala brez skupine, kjer sem uvidela, da je abstinenca velik dosežek in ne nekaj, česar se je treba sramovati. Mislim, da tako čuti tudi J. Ljudem, ki ga silijo s pijačo, enostavno pove, da ne pije alkohola in da je on svoje že spil. Če ga še silijo, jim brez ovinkarjenja na kratko razloži najino zgodbo in običajno ljudje resnico spoštljivo sprejmejo. Najmočnejši motiv za abstinenco je sedaj seveda najin fantek, velika opora pa sva si tudi midva med sabo. Dostikrat, čeprav ne več vsak dan, se še pogovarjava o alkoholizmu, o problemu, ki ga ta povzroča družbi in o njegovih srhljivih posledicah, ki jih lahko vidimo vsakodnevno. Zaradi abstinence se včasih tudi smejiva, ko se nama na primer zgodi, da greva v trgovino in po naročilu koga drugega v voziček naloživa tudi zaboj piva ali steklenico vina. Takrat se hihitava in kradoma pogledujeva okoli, da ja ne bova srečala koga iz Radencev, čeprav naju tega seveda v resnici ni strah. Še vedno namreč skoraj ne mine dan, da se ne bi spomnila tega ali onega pripetljaja iz obeh skupin, ki sva jih obiskovala. In še vedno sva oba globoko hvaležna za vse trenutke, ki sva jih preživela v času teh nepozabnih petih let, ki so nama omogočili tako kvalitetno življenje, kot ga živimo sedaj. Z., J. in mali M.!

ŠTIRI LETA KASNEJE ...

Prebirava stare zapiske in znova čutiva ponos, da nama je uspelo premagati težko oviro na začetku najine skupne življenjske poti. Po 10 letih abstinence oz. po 5 letih po koncu zdravljenja oba še vedno abstimirava. In veste kaj? V bistvu se tega sploh ne zavedava, živiva običajno življenje z vsemi križi, težavami in vso lepoto hkrati. Včasih sva vsak trenutek dneva vedela, da sva midva abstinenta in da v najinem vsakdanjiku obstajajo pasti, ki lahko ogrozijo najin življenjski slog. Z osvajanjem vsega, kar sva spoznala skozi 5-letno obiskovanje skupine, pa sva vedno spretnije vijugala skozi dneve, mesece in leta. Abstinenca je postala del naju, nevidno se je zarasla v naju. Tako sva, neobremenjena s preteklostjo, lahko znova dala priložnost novemu življenju in tako naju je po M. štoklja obiskala še dva krat. V našem domu sedaj odmevata jok in smeh treh otročkov: 4-letnega M., leto in pol starega L. in novorojenčice I., rojene na dan ljubezni, 14. februarja 2015.

Z. in J.