

Być sobą czyli o problemach alkoholików

Autor tekstu: **Mariola Paruzel**

"Racja brachu
Wypijmy za to
Kto z nami nie wypije
Tego we dwa kije
Prawe do lewego
Wypij kolego

Przecież wiemy nigdy nie ma tego złego..."

1 sierpnia, grupa zbiera się na terapię pogłębioną. Niektórzy nie piją od kilku lat, jeden na sali kilka dni temu skończył terapię podstawową. Boi się, bo dziś jest piątek, a on dopiero co wrócił z „L4” na kopalnię. Koledzy będą czekać. Zawsze po pracy szli razem na piwo. Teraz nie wie, co ma powiedzieć, ale przecież może się śpieszyć na autobus, ma go tylko za dwadzieścia minut, prawie zdąży się wykapać i wyjść. Drugi dodaje: „czas działa na twoją niekorzyść, ja idąc po schodach do pracy wypijałem jedno piwko na dobry początek, to będzie trudny wieczór”. Niektórzy żartują, że już połowa kopalni jest w AA, ci co zostali na polu walki śmieją się nich, a w rzeczywistości boją się przyznać, kim są tak naprawdę.

Pierwsza decyzja jest najtrudniejsza. Musi dojść do silnego kryzysu, by odwiedzić po raz pierwszy ośrodek uzależnień. Mówi się im, że wygrali z chwilą akceptacji swoich problemów. Ale czy są tu wygrani?

Codziennie trudności.

Problem w drodze do sklepu: na ławce starzy znajomi, z którymi spędzało się więcej czasu niż z rodziną.

Problem przed sklepem: kolega prosi, żeby pożyczyć dwa złote.

Problem w sklepie: w rogu stoją piękne butelki z zachęcającym do szybkiego spożycia płynem.

Problem podczas oglądania telewizji: na pierwszy plan wysuwa się szklanka z sokiem i lodem, co z tego, że jest w niej sok, każdy wie o co chodzi...

Trzeba mówić o uczuciach, to jest chyba dla nich bardzo trudne. Jeden pacjent stwierdził tylko, że ostatnio było rodzinne ognisko, kiedyś zawsze pili, a w niedzielę szło się na mszę po południu. Tym razem wszyscy poszli wcześniej spać, a do kościoła trafili przed 11. Chwila ciszy. Nie musiał nic dodawać, wszyscy wiedzieli, że jest mu przykro, bo nie tylko on musi zrezygnować z tego, co lubił.

W koło nikt nie powinien pić, nawet piwa. Rodzina rozumie, gorzej z kolegami z pracy i osiedla. Kiedy się piło, koledzy byli przy tobie, teraz zostaje się w swoim domu, bo jeszcze mogą cię spotkać i namówić na jednego. Cała dotychczasowa praca poszłaby na marne. Zaletą obecnej sytuacji jest ponowne poczucie bliskości rodziny, jeśli jeszcze się ją ma. Niektórzy musieli i ją stracić, żeby odkryć, że coś jest nie tak. Jeden pacjent powiedział, że pierwszy raz był w tym tygodniu na rowerze. Chwila zdziwienia przeszła nasze umysły. Po czym dodał: „kiedyś jeździło się, żeby się napić. W bidonie zawsze było coś mocniejszego. Wczoraj byłem po prostu na rowerze, z synem, tylko nie mogłem zatrzymać się przy tych parasolach, bo wiedziałem, że mogę zostać tam na dłużej”. Już nie pije pół roku.

Wesela są dużym zagrożeniem. Nawet jeśli alkoholik nie wypije ani kropelki, to i tak nie spada prawdopodobieństwo, że za kilka dni nie będzie chciał nadrobić za te wszystkie „stracone chwile”. Codzienna i conocna niepewność. Najgorsze są sny, w których powraca się do dawnych zwyczajów...

Ci z dłuższym stażem mówią, że nie jest łatwiej. Niektórzy po 5,10 latach są przekonani, że mogą kontrolować siebie. Zaczynają od jednego piwa gdy jest upał, kończą na terapii podstawowej, często poprzedzonej detoksem. Szkoda, że młodszy nie uczą się na błędach starszych koleżanek



i kolegów z AA. Uparci, sami chcą pokonać siebie i obalić znaną psychologom tezę, że nie może się pić po terapii, bo szybko na nią powrócisz.

Niektórzy pili „tylko” piwo, niekoniecznie codziennie, a przecież nie musisz pić dużo, żeby być uzależnionym. Większość zaczynała towarzysko -żeby się rozluźnić, zagadać do kogoś. Z czasem piło się więcej, aby efekt był ten sam. Skutki negatywne zaś rosły, ale oczywiście tylko w oczach innych. Przecież większość z nich wygląda porządnie, ma gdzie mieszkać i zarabia. „Alkoholik to człowiek, który budzi się w trawie i nie wie jak się tam znalazł!”- mówią na początku. Czyżby? Dziś już wiedzą, że się mylili. Teoria jednak to mały ułamek codziennej walki, w której nie wiadomo, kiedy się wygrywa. Jak mawiał P. Ricoeur, bycie sobą jest projektem, a „zachowanie siebie” jest nam zadane: „sobą pozostaje ten, kto niezależnie od zachodzących w nim zmian fizycznych i psychicznych dochowuje wierności podjętym zobowiązaniom”. Zobowiązaniom, które podejmujemy wobec siebie i wobec innych. Filozof miał na myśli każdego z nas, ale prawda jest taka, że nie wszyscy zdają sobie sprawę z konieczności tworzenia siebie. AA jest świadomy, w każdej chwili wie, że musi pozostać sobą, bo obiecał to sobie i bliskim. Kiedy przyjął konsekwencje swych działań, stał się sobą, teraz tylko pozostaje mu siebie zachować. A to wbrew pozorom, jedna z najtrudniejszych dróg, jakimi człowiek kroczy. Łatwiej jest upić się, położyć dzieci spać i udawać, że jest w porządku. Ale czy wtedy nie jesteś przegranym?

Telefony Zaufania dla Osób z Problemem Alkoholowym:

012 411-60-44
022 842-26-00
032 267-56-56
032 225-50-12
032 266- 24-34

Zobacz także te strony:

[O marihuanie](#)

[A jak amfetamina \(dla przyjaciół feta, biało czy speed\)](#)

[Narkotyki jako element młodzieżowej kultury](#)

[Współczesne alienacje](#)

[Neandertalskie chabry. O religii, pożądaniu i narkotykach](#)

[Palenie](#)

[Mariola Paruzel](#)

Studentka filozofii i psychologii na UŚ, mieszka w Imielinie (woj. śląskie).

[Strona www autora](#)

[Pokaż inne teksty autora](#)

(Publikacja: 08-08-2008 Ostatnia zmiana: 04-03-2012)

[Oryginał..](http://www.racjonalista.pl/kk.php/s,6000) (<http://www.racjonalista.pl/kk.php/s,6000>)

Contents Copyright © 2000-2012 Mariusz Agnosiewicz

Programming Copyright © 2001-2012 Michał Przech

Właścicielem portalu Racjonalista.pl jest Fundacja Wolnej Myśli.

Autorem portalu jest Michał Przech, zwany niżej Autorem.

Żadna część niniejszych opracowań nie może być wykorzystywana w celach komercyjnych, bez uprzedniej pisemnej zgody Właściciela, który zastrzega sobie niniejszym wszelkie prawa, przewidziane w przepisach szczególnych, oraz zgodnie z prawem cywilnym i handlowym, w szczególności z tytułu praw autorskich, wynalazczych, znaków towarowych do tego portalu i jakiegokolwiek jego części.

Wszystkie elementy tego portalu, wliczając w to strukturę katalogów, skrypty oraz inne programy komputerowe są administrowane przez Autora. Stanowią one wyłączną

własność Właściciela. Właściciel zastrzega sobie prawo do okresowych modyfikacji zawartości tego portalu oraz opisu niniejszych Praw Autorskich bez uprzedniego powiadomienia. Jeżeli nie akceptujesz tej polityki możesz nie odwiedzać tego portalu i nie korzystać z jego zasobów.

Informacje zawarte na tym portalu przeznaczone są do użytku prywatnego osób odwiedzających te strony. Można je pobierać, drukować i przeglądać jedynie w celach informacyjnych, bez czerpania z tego tytułu korzyści finansowych lub pobierania wynagrodzenia w dowolnej formie. Modyfikacja zawartości stron oraz skryptów jest zabroniona. Niniejszym udziela się zgody na swobodne kopiowanie dokumentów portalu Racjonalista.pl tak w formie elektronicznej, jak i drukowanej, w celach innych niż handlowe, z zachowaniem tej informacji.

Plik PDF, który czytasz, może być rozpowszechniany jedynie w formie oryginalnej, w jakiej występuje na portalu. **Plik ten nie może być traktowany jako oficjalna lub oryginalna wersja tekstu, jaki prezentuje.**

Treść tego zapisu stosuje się do wersji zarówno polsko jak i angielskojęzycznych portalu pod domenami Racjonalista.pl, TheRationalist.eu.org oraz Neutrum.eu.org.

Wszelkie pytania prosimy kierować do redakcja@racjonalista.pl