

Osobní zkušenost ze setkání Anonymních alkoholiků.



Zdravím všechny, co se trápí kvůli problémům s alkoholem, ať už u sebe nebo u svých blízkých. Já pila od svých 16 let - na zábavách a tak různě ve společnosti, později v manželství o víkendech na chatě s manželem a se sousedy a nejpozději už i doma tajně - to už propukla kvůli častému pití u mě závislost. To mně bylo asi 30 let. Pila jsem denně asi litr a půl vína, když jsem přišla z práce.

Přišla jsem o řidičák, rozvedla jsem se. Rodiče to moc trápilo, své děti jsem viděla kvůli tomu několikrát brečet. Strašně jsem se trápila - pila jsem už pak hlavně kvůli potlačení úzkosti, ale účinek alkoholu byl jen dočasný a pak přišly vždycky ještě větší deprese. Prosby rodičů nepomáhaly, vždy když mi otec udělal kázání, jela jsem si natruc koupit láhev. Ale proč vám to všechno píšu.

V létě 2019 (to mně bylo 45 let) mi otec dal nůž na krk, buď navštívím Anonymní alkoholiky, nebo mi vezme auto (je psané na něj). Musela jsem tam před ním zavolat a domluvit se, že navštívím jejich setkání. Zavezl mě tam a celou dobu - asi hodinu, čekal na mě před tou budovou. Řeknu vám, že to bylo strašné než jsem tam dorazila, hrozně jsem se styděla, že se tím, že tam půjdu zařadím mezi alkoholiky (kterým jsem už stejně byla, ale odmítala jsem si to vždycky připustit). Taky jsem se bála, že to bude jako v těch filmech a budu muset přede všema o sobě mluvit.

Setkání proběhlo tak, že u oválného stolu sedělo asi 20 lidí (žádní bezdřáci, ani do jednoho bych neřekla, že to byli bývalí alkoholici), proběhlo čtení tématu, kterého se týkalo dané setkání a pak ti, co chtěli něco k tomu říci, popovídali o svých zážitcích s alkoholem. Nikomu jsem se nepředstavovala, ani mě nikdo nenutil vyprávět o sobě, prostě jsem tam jen seděla a poslouchala. Strašně mě udivilo, že ten průběh a zkušenosti s alkoholem mají lidé různého věku, různých povolání atd. téměř stejný a hlavně, že byl tomu mému hodně podobný - ty příznaky, chování, důsledky např. ve formě lhaní svým blízkým, atd.

Z toho jsem poznala, že jde skutečně o nemoc. Po skončení toho sezení jsme si v kuchyňce umyli hrníčky po čaji a tam už jsme se s některýma i trochu bavila, ale podotýkám, že to všechno bylo nenucené. Cítila jsem se po tom setkání moc fajn, jako by se mi vyčistila hlava - a

to mi řeklo už více lidí, co tam chodí, že si tam chodí čistit hlavu. Dokonce jeden vtipálek, co nepije už asi patnáct let, tak řekl, že tam chodí tak, jako kdysi chodil do hospody si popovídat : -)

Jsou tam muži i ženy, mladí i starší, někteří byli v léčebnách - i vícekrát a zkušenost těchto je ta, že až nezávazné schůzky anonymních alkoholiků jim s pitím pomohly. ani antabus je předtím nedonutil a najednou to šlo. Co je hlavní pro mě: Od té doby, co tam chodím a je to od července 2019, nepiju. Nemám na to chuť a prostě ta potřeba se napít zmizela. To, co mě trápilo 15 let najednou šlo a vůbec nevím proč, to je na tom zajímavé. Někteří z těch lidí prý uvěřili v Boha, protože to taky nechápou, ale já a někteří zase věříme v sílu té skupiny lidí, co se vzájemně podporujeme. Nevím, jaká síla mi pomohla, ale fakt to funguje.

ANONYMNÍ ALKOHOLIKY OPRAVDU DOPORUČUJI. Jejich pobočky jsou zde:

https://www.alkoholik.cz/zavislost/anonymni_alkoholici/index.html

Tuším, že tam dobrovolně vaši blízcí taky jako tehdy já asi nepůjdou (a věřte, většina lidí tam je z donucení od někoho blízkého), tak jim zkuste dát taky třeba s něčím nůž na krk. A pokud jste to Vy, kdo má problém, tak to jenom zkuste - jenom jedno setkání, nemusíte tam víckrát chodit, pokud nebudete chtít.

Já tam chodím tak co 14 dnů, jak mi to vyjde, takže přes půl roku a ještě jsem tam nemluvila, jenom poslouchám (jsem stydlín). Prosím zkuste to, protože jsme teď vážně šťastná a o dost sebevědomější a jsou šťastní i mí rodiče i mé děti. Fakt to stojí za to!!!! Vypadá to jako reklama, ale píšu to tu jenom proto, že vím, co mi alkohol udělal ze života a protože je mně líto všech, co tu napsali své smutné příspěvky. Držím Vám všem palce. Uvidíte, že to s pomocí skupiny lidí, co drží při sobě a jsou fakt navzájem k sobě milí kamarádští, zvládnete : -)

Ahoj, Verča