

ANONÜÜMSED ALKOHOOLIKUD

TEISED RAAMATUD

KAKSTEIST SAMMU JA KAKSTEIST TRADITSIOONI
AA programmi tõlgendav kirjeldus asutaja poolt

ALCOHOLICS ANONYMOUS COMES OF AGE
A brief history of A.A.'s first two decades

AS BILL SEES IT
(FORMERLY THE A.A. WAY OF LIFE)
Selected writings of A.A.'s co-founder

DR BOB AND THE GOOD OLDTIMERS
A biography, with recollection of early A.A. in the Midwest

PASS IT ON
Bill W.'s life story; how the A.A. message reached the world

IGAPÄEVASED MÕTISKLUSED
Mõtiskluse raamat AA liikmetelt AA liikmetele

BOOKLETS
COME TO BELIEVE
SPIRITUAL EXPERIENCES OF 75 A.A.'S

ELU KAINENA
Koosolekutel kuuldud praktilised soovitused

ANONÜÜMSED ALKHOOOLIKUD

Lugu sellest,
kuidas tuhanded mehed ja naised
on tervenunud alkoholismist

NELJAS VÄLJAANNE

SIIA PEAKS TULEMA HEAKSKIIT

ALCOHOLICS ANONYMOUS WORLD SERVICES, INC.

NEW YORK CITY

2025

COPYRIGHT

Copyright © 1939, 1955, 1976, 2001 by
Alcoholics Anonymous World Services, Inc.

All rights reserved.

First Edition, sixteen printings, 1939 to 1955

Second Edition, sixteen printings, 1955 to 1974

Third Edition, seventy-four printings, 1976 to 2001

Fourth Edition, New and Revised 2001

First printing, October 2001

Eighteenth printing, August 2006

Personal stories on pages 407, 476, 494, 531, and 553 are
copyrighted © by The A.A. Grapevine, Inc., and are
reprinted here with permission.

*This is A.A. General Service
Conference-approved literature*

Alcoholics Anonymous and A.A. are registered
trademarks® of A.A. World Services, Inc.

Library of Congress Control Number: 2001094693

ISBN 1-893007-16-2

Printed in the United States of America

SISUKORD

<i>Peatükk</i>	<i>Lehekülg</i>
EESSÕNA	XI
EESSÕNA ESIMESELE VÄLJAANDELE	XIII
EESSÕNA TEISELE VÄLJAANDELE	XV
EESSÕNA KOLMANDALE VÄLJAANDELE	XXII
EESSÕNA NELJANDALE VÄLJAANDELE	XXIII
ARSTI ARVAMUS	XXV
1 BILLI LUGU	1
2 LAHENDUS ON OLEMAS	17
3 ALKOHOLISMIST LÄHEMALT	30
4 MEIE, AGNOSTIKUD	44
5 KUIDAS SEE TÖÖTAB	58
6 TEGUTSEMA	72
7 TÖÖ TEISTE	89
8 NAISTELE	104
9 PEREKOND HILJEM	122
10 TÖÖANDJATELE	136
11 TULEVIKUPILT TEIE JAOKS	151

ISIKLIKUD KOGE MUSLOOD

I OSA *AA teerajajad*

DOKTOR BOBI PAINAJALIK UNENÄGU	171
<i>Anonüümsete Alkohoolikute asutajaliige. Meie ühingu sündi tähistab tema pideva karskuse esimene päev – 10. juuni 1935.</i>	

1	ANONÜÜMNE ALKOHOLIK NUMBER KOLM <i>Maailma esimese AA rühma, Akroni rühma nr 1 teerajaja. Ta säilitas endas usu. Seeläbi on nii tema kui väga paljud teised leidnud uue elu.</i>	182
2	TÄNULIKKUS TEGUDES <i>Dave B lugu, kes oli 1944. aastal üks Kanada AA asutajatest.</i>	193
3	KA NAISED ON HAIGED <i>Kuigi sel naisel oli elus rohkesti võimalusi, oleks alkohol äärepealt ta elu lõpetanud. Ühe esimese AA liikmena levitas ta sõnumit naiste seas meie tegevuse alguspäevil.</i>	200
4	MEIE SÕBER LÕUNAST <i>Üks AA teerajajatest, pastori poeg ja farmer lõunast küsis: "Kes olen mina ütleva, et Jumalat pole olemas?"</i>	208
5	NÕIARING <i>Kuidas see lõpuks murdis ühe lõunaosariiklase kangekaelsuse ja saatus viis selle müügimehe Philadelphiasse AA-d käivitama.</i>	219
6	JIMI LUGU <i>See arst, AA esimese mustanahaliste rühma varajasi liikmeid, räägib kuidas vabadus saabus oma rahva seas töötades.</i>	232
7	MEES, KES SELJATAS HIRMU <i>Ta veetis kaheksateist aastat põgenedes ja leidis siis, et põgeneda pole tarvis. Niisiis pani ta aluse AA-le Detroitis.</i>	246
8	TA ALAHINDAS ENDA VÄÄRTUST <i>Ometi leidis ta, et on olemas kõrgem jõud, kes uskus temasse rohkem kui ta ise. Nii sündis AA Chicagos..</i>	258
9	KUNINGRIIGI VÕTMED <i>See elutark naine aitas käivitada AA Chicagos ja andis seega oma võtmed paljudele edasi.</i>	268

II OSA

Nad lõpetasid aegsasti

- | | | |
|---|--|-----|
| 1 | PUUDUV LÜLI | 281 |
| | <i>Ta pidas oma õnnetuse põhjuseks kõike, välja arvatud alkoholi.</i> | |
| 2 | HIRM HIRMU EES | 289 |
| | <i>See naine oli ettevaatlik. Ta otsustas, ega lase kunagi oma joomist käest. Ja ta ei võtaks kunagi, mitte kunagi seda hommikust jooki!!</i> | |
| 3 | KODUPERENAINE, KES JÕI KODUS | 295 |
| | <i>Ta peitis oma pudelid riidekorvidesse ja riidekapi sahtlitesse. AA-s avastas ta, et ei ole midagi kaotanud, küll aga leidnud kõik.</i> | |
| 4 | ARST, RAVI ISEENNAST! | 301 |
| | <i>Elukutselt psühhiaater ja kirurg, eksles see mees seni, kuni ta ükskord mõistis, et Suur Ravitseja on Jumal mitte tema.</i> | |
| 5 | MINU VÕIMALUS ELADA | 309 |
| | <i>AA andis sellele teismelisele tüdrukule tööriistad, millega välja ronida oma meeleheite süngest kuristikust.</i> | |
| 6 | ELU ÕPILANE | 319 |
| | <i>Kodus vanematega elades püüdis ta kasutada tahtejõudu, et saada võitu joomatungist. Alles siis, kui ta kohtas teist alkohoolikut ja läks AA koosolekule, kinnistus ta kainus.</i> | |
| 7 | EITAMISE JÕE ÜLETAMINE | 328 |
| | <i>Lõpuks mõistis see naine, et kui ta nautis joomist, ei suutnud ta seda kontrollida, ja kui ta seda kontrollis, ei suutnud ta seda nautida.</i> | |
| 8 | SEST MA OLEN ALKOHOOLIK | 338 |
| | <i>See alkohoolik leidis viimaks ometi vastuse oma piinavale küsimusele: miks?</i> | |

- | | | |
|----|---|-----|
| 9 | OLEKS VÕINUD KA HULLEMINI MINNA
<i>Alkohol oli ähvardav pilv selle pankuri helges taevas.
Haruldase ettenägelikkusega mõistis ta, et sellest võib
vallanduda keeristorm.</i> | 348 |
| 10 | KÕIS
<i>Katse navigeerida erinevates maailmades oli üksildane
lavastus, mis lõppes siis, kui see homoalkohoolik lõpuks
AA-sse sattus.</i> | 359 |
| 11 | TUNNETEST ÜLE UJUTATUD
<i>Kui tamm tema ja Jumala vahelt minema uhuti, jõudis
see end agnostikuks nimetav inimene Kolmanda Sammuni..</i> | 369 |
| 12 | VÕITJA VÕTAB KÕIK
<i>Peaaegu pimedana, kuid mitte enam üksi olles leidis
ta viisi jääda kaineks, luua perekond ja anda oma elu
Jumala hoolde.</i> | 375 |
| 13 | MINA, ALKOHOLIK?
<i>Alkohol pitsitas seda kirjameest üsna kõvasti –
kuid ta pääses üsna tervena.</i> | 382 |
| 14 | ALATINE OTSING
<i>See advokaat proovis psühhiaatreid, biotagasiside
teraapiat, lõdvestusharjutusi ja mitmeid muid tehnikaid, et
oma joomist kontrolli alla saada. Ta leidis lõpuks lahenduse
ainulaadselt kohandatud AA Kaheteistkümmnes Sammus.</i> | 388 |
| 15 | JOODIK NAGU SINAGI
<i>Mida rohkem ta koosolekutel kuulas, seda rohkem
mõistis ta omaenda joomise ajalugu.</i> | 398 |
| 16 | LEPPIMINE OLI LAHENDUS
<i>See arst arvas, et ta ei ole sõltuvuses – ta lihtsalt
kirjutas oma arvukate tõbede jaoks välja meditsiiniliselt
näidustatud ravimeid. Leppimine oli tema võti
vabanemiseks.</i> | 407 |
| 17 | VÕIMALUSTE AKEN
<i>See noor alkohoolik astus teise korruse aknast välja ja
otse AA-sse.</i> | 421 |

III OSA

Nad kaotasid peaaegu kõik

- | | | |
|---|--|-----|
| 1 | MINU PUDEL, MINU VIMMAD JA MINA | 437 |
| | <i>Kogenud lapseõlvetraumat ja saanud agulijoodikuks, leidis see hulgas lõpuks Kõrgema Jõu, mis tõi talle kainuse ja andis tagasi ammu kaotatud perekonna.</i> | |
| 2 | TA ELAS VAID SELLEKS, ET JUUA | 446 |
| | <i>„Mulle oli loetud moraali, mind oli analüüsitud, neetud ja nõustatud, kuid keegi polnud kunagi öelnud, „Ma tean, mida sa läbi elad. Ma olen seda ise kogenud ja ma toimin selle suhtes niiviisi.”</i> | |
| 3 | TURVALINE SADAM | 452 |
| | <i>See AA-lane taipas, et tõelise mina leidmise protsess algas teadmisest, kes ta olla ei taha.</i> | |
| 4 | KUULATES TUULT | 458 |
| | <i>Selleks, et tutvustada sellele indiaanlasest naisele AA-d ja tervenemist, oli vaja ingliti.</i> | |
| 5 | TOPELT ÕNNISTATUD | 470 |
| | <i>Maksatsirroosi diagnoosi saanud alkohoolik saavutas kainuse – lisaks tehti talle elupäästev maksasiirdamine.</i> | |
| 6 | EHITADES UUT ELU | 476 |
| | <i>See kunagi õnnelik olnud pereisa sai hallutsinatsioonide nähes ning politsei ja haiglapersonali poolt taltsutatuna, Jumalalt ootamatu kingituse – kindla aluse kainusele, mis püsib nii headel kui ka halbadel aegadel.</i> | |
| 7 | LIKVEL | 486 |
| | <i>AA programmi järgimine näitas sellele alkohoolikule, kuidas jõuda pideva kolimise asemel tänulikkuseni.</i> | |
| 8 | NÄGEMUS TERVENEMISEST | 494 |
| | <i>Vilets palve aitas sellel mikmaki indiaanlasel luua kestva sideme Kõrgema Jõuga.</i> | |

9	RENTSLI BRAVUUR	501
	<i>Üksinda ja töövõimetult anti talle kohtu poolt kaks valikut, otsi abi või mine vangi, ja nii tema teekond õppimisvõimele algas.</i>	
10	HINGES TÜHI	512
	<i>See naine puutus üles kasvades AA-ga palju kokku ning teadis kõiki vastuseid – välja arvatud küsimustes, mis puudutasid tema enda elu.</i>	
11	MAAPINNALE TOODUD	522
	<i>Alkohol kärpis selle piloodi tiivad, kuniks kainus ja raske töö ta tagasi taevasse viisid.</i>	
12	VEEL ÜKS VÕIMALUS	531
	<i>See vaesuses virelev ja alkoholi täielikus meelevaldas olev mustanahaline naine tundis, et elamisväärne elu on tema jaoks kättesaamatu. Vanglakaristust kandma hakates avanes talle aga üks.</i>	
13	HILINE ALGUS	535
	<i>„On möödunud kümme aasta minu pensionile jäämisest ja seitse aastat AA-ga liitumisest. Nüüd võin tõesti öelda, et ma olen tänulik alkohoolik.”</i>	
14	KÕIDIKUTEST VABAKS	544
	<i>See noorena liitunud AA-lane usub, et tema tõsine joomine oli sügavamate isiklike puuduste tagajärg. Ta jutustab alljärgnevalt, kuidas ta vabastati.</i>	
15	AA ÕPETAS TEDA KAINUST KONTROLLIMA	553
	<i>”Kui Jumal tahab ei pea me... enam kunagi joomisega tegelema, kuid me peame tegelema kainusega iga päev.”</i>	
	LISAD	
	I AA Traditsioonid	561
	II Vaimne kogemus	567
	III Meditsiiniline vaade AA-le	569
	IV Lasker Award	571
	V Religioosne vaade AA-le	572
	VI Kuidas AAgas ühendust võtta	573
	VII Kaksteist Kontseptsiooni (Lühidalt)	574

EESSÕNA

SEE on raamatu „Anoniümsed Alkohoolikud” neljas väljaanne. Esimene ilmus 1939. aasta aprillis ja järgneva kuueteistkümnelt aasta jooksul läks ringlusse rohkem kui 300 000 eksemplari. Teist väljaannet, mis avaldati 1955. aastal, trükiti enam kui 1 150 500 eksemplari. Kolmandat väljaannet, mis tuli trükipressi alt 1976. aastal, on avaldatud kokku umbes 19 550 000 eksemplari.

Kuna sellest raamatust on kujunenud meie ühingu alustekst, mis on aidanud nii paljudel mees- ja naisalkohoolikutel terveneda, tuntakse teoses mistahes äärmuslike muudatuste tegemise suhtes tugevat vastumeelt. Seetõttu on väljaande esimene osa, mis käsitleb AA taastumisprogrammi, jäänud teise, kolmanda ja neljanda trüki jaoks tehtud ülevaatuste raames muutumatuks. „Arsti arvamus” on jäetud täiesti samaks, just nagu see nagu see pandi kirja 1939. aastal doktor William D Silkworthi, meie ühenduse auväärse arstist toetaja poolt.

Teise väljaandega kaasnesid ka lisad, Kaksteist Traditsiooni ja juhised, kuidas AA-ga ühendust võtta. Kuid peamiseks muutuseks oli isiklike lugude sektsiooni laienemine, mis peegeldas ühingu kasvamist. „Billi lugu”, „Doktor Bobi õudusunenägu” ja veel üks esimesest väljaandest pärinev isiklik lugu jäid samasugusteks; kolme toimetati ning üks neist sai uue pealkirja; kahest loost kirjutati uued versioonid uute pealkirjadega; lisati

kolmkümmend täiesti uut lugu; ning lugude sektsioon jagati kolme ossa pealkirjade all, mida kasutame nüüdki.

Kolmandas väljaandes jäeti muutmata I osa („AA rajajad”). Üheksa lugu viidi II osast üle („Nad lõpetasid õigel ajal”); lisati kaheksa uut lugu. III osas („Nad kaotasid peaaegu kõik”) jäi alles kaheksa lugu ning lisati viis uut.

Käesolev, neljas väljaanne sisaldab Maailmateenistuse Kahtteist Kontseptsiooni ning revideerib isiklike lugude kolme alajaotust järgmisel moel: I osale on lisatud üks uus lugu, lisaks on sinna ümber viidud kaks lugu, mis kuulusid algselt III ossa; kuus lugu on välja jäetud. II osas on säilinud kuus lugu, lisatud on üksteist uut ja üksteist on ka välja jäetud. III osa sisaldab nüüd kahtteist uut lugu, kaheksa on välja jäetud (lisaks neile kahele, mis I ossa üle viidi).

Kõigil aastate jooksul „Suures Raamatus” (see on AA liikmete poolne hellitusnimi käesolevale köitele) tehtud muudatustel on sama eesmärk: praeguse Anonüümsete Alkohoolikute liikmeskonna täpsem esindamine ja seeläbi enamate alkohoolikuteni jõudmine. Kui teil on probleeme joomisega, loodame, et võite üht neljakümne kahest isiklikust loost lugedes peatuda ja mõelda: „Jah, ka minuga juhtus nii”; või veelgi tähtsam: „Jah, minagi olen nii tundnud”; või, mis kõige olulisem: „Jah, usun, et see programm võib ka minu jaoks töötada.”

EESSÕNA ESIMESELE VÄLJAANDELE

Ära toodud sellisel kujul, nagu see ilmus esimese väljaande esimeses trükis 1939. aastal.

MEIE, Anonüümsete Alkohoolikute liikmed, oleme enam kui sada meest ja naist, kes on tervenunud pealtnäha lootusetust meeleseisundist ning kehalisest seisundist. Selle raamatu peamiseks eesmärgiks on teistele alkohoolikutele *täpselt näidata, mil viisil me oleme tervenunud*. Me loodame, et need leheküljed osutuvad nende jaoks nii veenvateks, et enamat tõestust ei lähe tarvis. Me arvame, et meie kogemuste ülevaade aitab kõigil alkohoolikut paremini mõista. Paljud ei taipu, et alkohoolik on väga haige inimene. Peale selle oleme kindlad, et meie elulaadis on iga inimese jaoks midagi kasulikku.

Meil on oluline jääda anonüümseteks, sest meid on praegu liiga vähe, et tulla toime rohkete isiklike abipalvetega, mis selle raamatu ilmumisele võivad järgneda. Olles põhiliselt äri- või muu kutseala töötajad, ei suudaks me sellisel juhul enam oma ametis hakkama saada. Me palume mõista, et meie töö alkoholismiga on meie kõrvaltegevus.

Kui keegi meie sõpruskonnast esineb alkoholismi teemal avalikult kirjasõnas või kõnes, siis me julgustame teda oma nime märkimata jätma ning nimetama ennast selle asemel „Anonüümsete Alkohoolikute liikmeks”.

Palume siiralt ka ajakirjandusel sellest nõudest kinni pidada, sest vastasel juhul tooks see meile suurt kahju.

Me ei ole organisatsioon selle sõna tavalises tähenduses. Meil ei ole mingeid liikmemakse ega lõive. Ainus nõue liikmeks astumisel on siiras soov joomine lõpe-

tada. Me ei ole seotud ühegi kindla usundi, sekti või kogudusega ega ole ka kellegi vastu. Me soovime lihtsalt aidata neid, kes on hädas.

Meil on huvi kuulda inimestelt, kes selle raamatu abil on tulemusi saavutanud, ja eriti nendest, kes ka ise alkohoolikutega tööd on alustanud. Meie sooviks on neid selles aidata.

Teaduslike, meditsiiniliste ja usuliste ühingute küsimused meile on teretulnud.

ANONÜÜMSED ALKOHOLIKUD

EESSÕNA TEISELE VÄLJAANDELE

*Selles eessõnas esitatud arvandmed
pärinevad 1955. aastast.*

PÄRAST selle raamatu esialgse eessõna kirjutamist 1939. aastal on aset leidnud tõeline ime. Meie varasem väljaanne väljendas lootust, et „iga rändav alkohoolik leiaks oma sihtpunktist Anonüümsete Alkohoolikute sõpruskonna. Juba praegu on teisteski kogukondades tekkinud kahesed, kolmesed ja viiesed rühmad”, kirjutatakse selles varasemas tekstis.

Käesoleva raamatu esimesest trükist teiseni 1955. aastal on möödunud kuusteist aastat. Selle üürikese ajavahemiku jooksul on Anonüümsete Alkohoolikute rühmade arv paisunud ligi kuue tuhandeni ning nende liikmeiks on rohkem kui 150 000 tervenendud alkohoolikut. Meie rühmi võib leida kõikjal Ameerika Ühendriikides ja kõigis Kanada provintsidest. AA tegevus on õitsele lõõnud ka Briti saartel, Skandinaavias, Lõuna-Aafrikas, Lõuna-Ameerikas, Mehhikos, Alaskal, Austraalias ja Hawail. Ühtekokku on paljutöötav algus tehtud ligikaudu 50 välisriigis ja Ühendriikide halduspiirkonnas. Praegu on rühmad moodustumas Aasias. Paljud meie sõbrad julgustavad meid, öeldes, et see on alles algus, märksa suurema tuleviku ettekuulutus.

Säde, mis lõi lõkkele esimese AA rühma näol, tekkis 1935. aasta juunis Akronis Ohios ühe New Yorgi börsimaakleri ja Akroni arsti vestluse käigus. Kuus kuud enne seda oli maakler saanud leevendust joomahullusest tänu äkilisele vaimsele kogemusele pärast kohtumist alkohoolikust sõbraga, kes oli olnud kontaktis tollase

Oxfordi liikumisega. Teda oli oluliselt aidanud ka kadunud doktor William D Silkworth, New Yorgi alkoholismiravi spetsialist, keda AA liikmed peavad tänapäeval lausa meditsiinipühakuks ja kelle kirjeldus meie ühingu varasematest aegadest ilmub järgnevatel lehekülgedel. Selle arsti käest sai too maakler teada alkoholismi süngest olemusest. Kuigi ta ei suutnud omaks võtta kõiki Oxfordi liikumise tõekspidamisi, oli ta veendunud, et on tarvilik teha moraalne inventuur, tunnistada isiksuse puudusi, hüvitada teistele tekitatud kahju, abistada teisi ning vajadus uskuda ja sõltuda Jumalast.

Enne Akronisse minekut oli too maakler alkohoolikutega tublisti tööd teinud, lähtudes teooriast, et ainult alkohoolik saab aidata teist alkohoolikut, kuid niiviisi õnnestus tal vaid ennast kainena hoida. Too maakler oli Akronisse sõitnud äriasjus, mis olid aga luhta läinud, tekitades temas tõsise hirmu, et ta võib uuesti jooma hakata. Korraga mõistis ta, et peab enda päästmiseks oma sõnumi edasi andma teisele alkohoolikule. Selleks alkohoolikuks osutus seesama Akroni arst.

See arst oli oma alkoholismidilemma lahendamiseks korduvalt üritanud kasutada vaimseid vahendeid, kuid ebaõnnestunult. Ent kui maakler esitas talle doktor Silkworthi kirjelduse alkoholismist ja selle lootusetusest, hakkas arst oma tõve raviks hingeravi otsima sellise valmidusega, mida ta varem kunagi ei olnud suutnud. Ta kainenenes ega võtnud tilkagi kuni oma surmani 1950. aastal. See näis tõendavat, et üks alkohoolik suudab teist mõjutada viisil, mida ei saa ükski mittealkohoolik. Samuti ilmnnes, et püsiva kainuse saavutamiseks on alkohooliku jaoks eluliselt oluline pingeline töö teise alkohoolikuga..

Nõnda asusid need kaks meest lausa pöörase hooga tööle Akroni linnahaiglasse saabuvate alkohoolikutega. Nende esimene, lootusetus seisus juhtum tervenesis kiiresti ning temast sai kolmas AA liige. Ta ei joonud enam kunagi alkoholi. Seda tööd tehti Akronis kogu 1935. aasta suve vältel. Ebaõnnestumisi oli palju, kuid sekka sattus ka mõni julgust andev kordaminek. Kui maakler 1935. aasta sügisel New Yorki tagasi pöördus, oli esimene AA rühm juba moodustunud, ehkki toona seda veel ei taibatud.

Peatselt moodustus New Yorgis teine väike rühm, millele lisandus 1937. aastal kolmas rühm Clevelandis. Lisaks elas eri paigus alkohoolikuid, kes olid Akronis või New Yorgis omandanud põhiideed ja püüdsid teistes linnades AA rühmi asutada. 1937. aasta lõpupoole oli märkimisväärselt pika kainuseperioodiga liikmete arv piisav, veenmaks ülejäänud liikmeskonda, et alkohoolikute süngesse maailma on tulnud uus valgus.

Habraste AA rühmade arvates oli nüüd aeg oma sõnum ja ainulaadne kogemus maailma ette tuua. Nende järjekindus kandis vilja käesoleva raamatu ilmumiselega 1939. aasta kevadel. Sõpruskond oli siis kasvanud umbes 100 mehe ja naiseni. Noor, seni nimetu ühing sai raamatu pealkirja järgi nimeks Anonüümsed Alkohoolikud. Pimesi kobamise periood oli lõppenud ning AA astus teerajamise uude etappi.

Uue raamatu ilmunisele järgnesid olulised sündmused. Tuntud vaimulik doktor Harry Emerson Fosdick andis raamatule kiitva hinnangu. 1939. aasta sügisel avaldas toimetaja Fulton Oursler oma ajakirjas Liberty artikli pealkirjaga „Alkohoolikud ja Jumal”. Artikli ilmu-

mine tõi vahepeal avatud tillukesse New Yorgi kontoris 800 tungivat järelpärimist. Igale järelpärimisele vastati põhjalikult, saadeti välja brošüüre ja raamatuid. Ärimehed, kes juba olemasolevatest rühmadest ringi reisisid, suunati nende potentsiaalsete uute liikmete juurde. Tekkisid uued rühmad ja üldiseks imestuseks leiti, et AA sõnumit on posti teel võimalik sama edukalt edasi anda kui suuliselt. 1939. aasta lõpuks arvati parandemisteel olevaid alkohoolikuid kokku 800.

1940. aasta kevadel korraldas John D. Rockefeller Jr paljudele oma sõpradele õhtusöögi, kuhu ta kutsus AA liikmeid oma lugusid rääkima. Uudised sellest läksid liikvele, taas vallandus järelpärimiste tulv ning paljud pöördusid „Anonüümsete Alkohoolikute” raamatu leidmiseks raamatupoodidesse. 1941. aasta märtsiks oli liikmeskonna arv kiiresti kasvanud juba 2000-ni. Jack Alexander kirjutas Saturday Evening Postile põhjalikulo, mis esitas laiemale lugejaskonnale AA-st niivõrd veenva pildi, et hakkasime alkohoolikute abipalvete alla uppuma. 1941. aasta lõpuks oli AA-l 8000 liiget. Kiiresti kasvav ettevõtmine oli täies hoos. AA-st oli saanud ülemaaline institutsioon.

Meie ühing oli jõudnud hirmutavasse, kuid põnevasse noorukiikka. AA ees seisis järgmine proovikivi: kas see suur hulk endisi sõgedaid alkohoolikuid suudab tulemusrikkalt ühineda ja koos töötada? Kas liikmelisuse, juhtimise ja raha pärast tekib vaidlusi? Kas hakatakse püüdlema võimu ja prestiiži? Kas võib tekkida erimeelsusi, mis AA lõhestavad? Peagi oli AA tervikuna ja iga rühm eraldi neist probleemidest ümber piiratud. Kuid sellest ehmatavast ja esmapilgul raputavast kogemusest kasvas välja veendumus, et AA-lased pidid kokku

hoidma või muidu ootas neid kõiki ükshaaval surm. Pidime oma sõpruskonna kas ühtseks muutma või oma tegevuse üldse lõpetama.

Sedamööda, kuidas me töötasime välja põhimõtted, mille järgi iga alkohoolik võiks elada, tuli meil arendada ka põhimõtteid, mis aitaksid AA rühmi ja AA-d tervikuna püsima jääda ning tulemusrikkalt tegutseda. Aluseks võeti, et mitte ühtki alkohoolikust meest ega naist ei tohi meie ühingust välja jätta; meie juhid võivad teenida, kuid mitte valitseda; rühmad on iseseisvad ja professionaalset teraapiavormi ei ole kavas luua. Ka liikmemakse ega lõive ei olnud kavas nõuda; kõik kulutused võiksid saada kaetud liikmete vabatahtlikest annetustest. Organisatsiooniline struktuur oli mõeldud tulema võimalikult minimaalne, seda ka meie teeninduskeskustes. Meie suhted avalikkusega võiksid põhineda ligitõmbavusel, mitte propagandal. Otsustati, et ajakirjanduses, raadios, televisioonis ja filmides võiksid kõik meie liikmed jääma anonüümseteks. Mingil juhul ei tohtinud me toetusavaldustega esineda, liitudesse astuda ega avalikesse vaidlusküsimustesse sekkuda.

Selline oli AA Kaheteistkümnne Traditsiooni sisu, mis on avaldatud täies mahus käesoleva raamatu 561. leheküljel. Kuigi ükski neist põhimõtetest ei omanud reegli ega seaduse jõudu, olid need 1950. aastaks leidnud nii-võrd laialdast heakskiitu, et meie esimesel rahvusvahelisel konverentsil Clevelandis kinnitati need ametlikult. Tänapäeval on AA märkimisväärne ühtsus meie ühingu suurimaid plusse.

Samal ajal, kui meie noorukiea sisemised raskused said välja silutud, kasvas jõudsalt ühiskonna poolehoid AA suhtes. Selleks oli kaks peamist põhjust: tervene-

miste arv ning perede taasühinemine. Need avaldasid kõikjal muljet. AA poole pöördunud ja tõsiselt üritanud alkohoolikutest 50% said kohe ja alatiseks kaineks, 25% kainenenes pärast mõningaid tagasilööke ja ülejäänud AA juurde jäänutest tervenesis märgatavalt. Peale nende käis AA koosolekutel veel tuhandeid inimesi, kes esialgu otsustasid, et nad ei soovi programmi järgida. Kuid suur osa neist – umbes kaks kolmandikku – tuli mõne aja pärast meie juurde tagasi.

Teiseks põhjuseks, miks AA nii suurt poolehoidu võitis, oli sõpradevaheline abistamissüsteem – meie sõpradest meditsiini alal, usuelus ja ajakirjanduses said koos väga paljude teistega meie võimekad ja ustavad toetajad. Sellise toetuseta oleks AA edu jäänud äärmiselt aeglaseks. Mõne AA esimese arstist ja usutegelasest sõbra soovitusel toome ära raamatu järgnevatel osades.

Anonüümsed Alkohoolikud ei ole religioosne organisatsioon. Ka ei lähtu AA mingist kindlast meditsiinilisest seisukohast, kuigi me teeme ulatuslikku koostööd nii meedikute kui usutegelastega.

Et alkohol ei tee inimestel vahet, oleme meie oma-moodi läbilõige tervest Ameerikast ning ka teistes maades kestab praegu samasugune demokraatlik ühtlustumisprotsess. Isikliku religioosse kuuluvuse põhjal on meie hulgas katoliiklasi, protestante, juute, hindusid ning näpuotsatäis moslemeid ja budiste. Enam kui 15% meie liikmetest on naised.

Praegusel ajal kasvab meie liikmeskond keskel läbi 20% aastas. Täna oleme vaid riivamisi jõudnud puudutada mitmete miljonite tegelike ja potentsiaalsete alkohoolikute ühist probleemi. Väga tõenäoliselt suudame edaspidi tegeleda vaid tillukese osaga alkoholiprobleemist koos kõigi selle mõjudega. Päris kind-

lasti ei oma me alkohoolikute ravi osas monopoli. Kuid ometi loodame väga, et kõik need inimesed, kes ei ole veel oma ellu lahendust leidnud, hakkavad seda siinse raamatu lehekülgedelt otsima ning ühinevad peagi meiega uue vabaduse poole viival teekonnal.

EESSÕNA KOLMANDALE VÄLJAANDELE

MÄRTSIKS 1976, kui kolmas väljaanne trükki läks, oli Anonüümsete Alkohoolikute liikmeid maailmas tagasihoidlikel hinnanguil üle 1 000 000, kes olid koondunud ligemale 28 000 gruppi kokku üle 90 riigis.

Ülevaade Ameerika Ühendriikides ja Kanadas tegutsevatest rühmadest näitab, et AA tegevus laieneb mitte üksnes kasvava liikmeskonna, vaid ka liikmete mitmekesisuse osas. Tänapäevaks moodustavad naised rohkem kui neljandiku liikmete arvust. Uute liikmete seas on see suhe üks kolmele. Seitse protsenti küsitletud AA-lastest olid alla kolmekümne aastased, nende hulgas paljud veel teismeeas.

Ilmneb, et AA programmi põhialused näivad toimivat väga erineva eluviisiga inimeste puhul, samuti on programm aidanud terveneda väga paljudel eri rahvusest alkohoolikutel. Programmi kokkuvõtlikud Kaks-teist Sammu võivad ühel maal kanda nime „*los Doce Pasos*”, teisel „*les Douze Etapes*”, kuid järgivad ikkagi täpisealt sedasama tervenemisrada, mille tallasid sisse Anonüümsete Alkohoolikute esimesed liikmed.

Vaatamata sõpruskonna tohutule kasvule nii arvult kui ulatuselt on selle südamik endiselt lihtne ja vahetu. Iga päev pannakse kusagil maailmanurgas alus tervenemisele, kui üks alkohoolik hakkab rääkima teisega, jagades temaga kogemusi, jõudu ja lootust.

EESSÕNA NELJANDALE VÄLJAANDELE

RÄESOLEV "Anonüümsete Alkohoolikute" neljas väljaanne tuli trükipressi alt 2001. aasta novembris, uue aastatuhande alguses. Kolmanda väljaande ilmunisest saadik 1976. aastal on AA ülemaailmne liikmeskond pea kahekordistunud ligikaudu kahe miljoni või enama liikmeni, koos käib ligi 100 800 rühma umbes 150 maailma riigis.

Kirjandus on mänginud AA arengu juures tohutut rolli, ja viimase veerandsajandi eriliseks tunnusjooneks on meie põhitrukiste plahvatuslik tõlkimine paljudesse keeltesse ja dialektidesse. See on juuri ajanud kõigis riikides, kuhu AA seeme külvati, algul küll visalt, kuid niipea, kui kirjandus levima hakkas, hoopis jõudsamalt. Praeguseks on raamatut „Anonüümsed Alkohoolikud” tõlgitud neljakümne kolme keelde.

Tervenemissõnum on jõudnud suurema hulga inimesteni ja puudutab nüüd palju mitmekesisemat hulka kannatavaid alkohoolikuid. Kui lause „Me oleme inimesed, kes harilikult omavahel ei seguneks” (selle raamatu lk 17) 1939. aastal kirja pandi, viitas see ühingule, mis koosnes peamiselt meestest (ja mõnest üksikust naisest), kelle sotsiaalne, etniline ja majanduslik taust olid üsna sarnased. Nagu nii mõnedki AA põhiteksti kohad, on ka need sõnad osutunud palju visionäärlikumaks, kui asutajaliikmed oleksid eales osanud ette kujutada. Sellesse väljaandesse lisatud lood esindavad liikmeskonda, kelle eripärad – ealised, soolised, rassilised ja kultuurilised – on nii mitmekesised, et pea kõik, kelleni esimesed 100 liiget võisid soovida jõuda, on esindatud.

Samal ajal, kui meie kirjanduses on säilitatud AA sõnumi põhimõttekindlus, peegelduvad murdelised

muudatused ühiskonnas ka Sõpruskonna uutes kommetes ja praktikates. Tänu uutele tehnoloogilistele võimalustele saavad arvutitega varustatud AA liikmed näiteks osaleda võrgus toimuvatel koosolekutel, jagades oma kogemusi teiste alkohoolikutega üle riigi või lausa üleilmselt. Kus iganes koosolekud ka ei toimuks, ikka jagavad AA-lased üksteisega kogemusi, jõudu ja lootust, et püsida kaine ja teisi alkohoolikuid aidata. Olgu modernist modernisse või näost näkku, AA-lased räägivad südame keeles, kogu selle jõu ja lihtsusega.

ARSTI ARVAMUS

MEIE, Anonüümsete Alkohoolikute liikmed, usume, et lugejale pakub huvi meditsiiniline hinnang käesolevas raamatus esitatud tervenemiskavale. Just arstid, kel on kogemust meie liikmete kannatustega ja kes on olnud meie tervenemise tunnistajateks, peavad avaldama oma veenva arvamuse. Tuntud tohter, ülemaaliselt silmapaistva alkoholismi ja narkomaania probleemidele spetsialiseerunud haigla peaarst, saatis Anonüümsetele Alkohoolikutele järgmise kirja:

Kõigile asjaosalistele:

Olen palju aastaid tegelenud alkoholismi raviga.

1934. aasta lõpul oli minu hoole all patsient, kes, kuigi oli olnud varasemalt asjatundlik ja hea teenimispotentsiaaliga ärimees, oli seda tüüpi alkohoolik, keda ma olin hakanud pidama lootusetuks.

Kolmanda ravikuuri käigus omandas ta mõningad ideed oma tervenemisvõimaluste kohta. Taastusravi ühe osana hakkas ta oma seisukohti esitama ka teistele alkohoolikutele, rõhutades, et nemad peavad sama teistelegi tegema. Sellest sai alus nende meeste ja nende perekondade kiiresti kasvava sõpruskonna kujunemisele. Minu patsient ja veel üle saja alkohooliku näivad olevat tervenunud.

Tean isiklikult kümneid niisuguseid juhtumeid, kus muud meetodid jäid täielikult tulemusteta.

Neil faktidel on meditsiinilisest seisukohast suur tähtsus – sellele grupile omase erakordselt kiire kasvuvõime tõttu võivad nad tähistada uue epohhi algust alkoholismi

ajaloos. Neil inimestel võib olla rohi tuhandete niisuguste hädade vastu.

Kõike, mida nad enda kohta räägivad, võib täielikult usaldada.

Lugupidamisega teie
William D. Silkworth, M.D.

Arst, kes meie palvel meile selle kirja andis, on lahelt nõustunud oma vaateid valgustama artiklis, mille me allpool ära toome. Oma kirjutises kinnitab ta seda, mida meie, kes me alkoholismi piinu oleme kannatanud, peame uskuma – alkohooliku keha on sama ebanormaalne kui tema mõistuski. Me ei jäänud rahule, kui meile öeldi, et me ei suuda oma joomist talitseda, sest me oleme eluks halvasti kohandunud, et me põgeneme täie hooga reaalsuse eest või et meie mõistus on vääras-tunud. See kõik on teatud määral õige või mõne puhul meie hulgast isegi väga õige. Kuid me oleme kindlad, et ka meie kehad on haiged. Me usume kindlalt, et mista-hes kirjeldus alkohoolikust, milles jäetakse välja füüsi-lised tegurid, on mittetäielik.

Selle arsti teooria, et me oleme alkoholi suhtes aller-gilised, on meie meelest huvipakkuv. Arstiteaduses võhikutena võib meie arvamus teooria paikapidavuse kohta olla muidugi vähetähtis. Kuid endiste joodiku-tena võime öelda, et sel seletusel on tugev iva sees. See seletab paljutki, mis meile muidu jääks arusaamatuks.

Kuigi me töötame lahenduse välja nii vaimsel kui altruistlikul tasandil, pooldame sellise alkohooliku haiglasse paigutamist, kes on väga rahutu ja hägustunud tajuga. Väga sageli on vaja inimese mõistus ära klaarida, enne kui talle lähenema hakata, sest siis on tõenäosus,

et ta meid mõistab ja meie poolt pakutuga nõustub, palju suurem.

Arst kirjutab:

Käesoleva raamatu teema omab minu meelest alkoholisõltuvuse küüsi langenute jaoks ülisuurt tähtsust.

Seda ütlen ma pärast aastatepikkust töökogemust ühes vanimas alkoholismi ja narkomaania raviga tegelevas haiglas.

Tundsin seetõttu tõelist rahuldust, kui minult paluti väikest kaastööd sellel teemal, mida neil lehekülgedel nii meisterliku põhjalikkusega käsitletakse.

Meie, arstid, oleme juba ammu tähele pannud, et teatud liiki moraalne psühholoogia on alkohoolikutele määrava tähtsusega, kuid selle rakendamise kaasnemine meie jaoks ületamatud raskused. Oma ülimoodsate seisukohtadega ja ainult teadusliku lähenemisega kõigesse ei ole me ehk küllalt sobivad käivitama neid positiivseid jõudusid, mis asetsevad väljaspool meie sünteetilisi teadmisi.

Palju aastaid tagasi sattus meie haiglasse ravile üks selle raamatu juhtivaid kaasautoreid ja meie juures viibides omandas ta teadmisi, mida ta kohe ellu rakendas.

Hiljem palus ta luba jutustada oma lugu teistele meie patsientidele ja vaatamata mõningatele eelarvamustele me sellega ka nõustusime. Juhtumid, mida oleme jälginud, on olnud äärmiselt huvitavad, õigupoolest on paljud neist hämmastavad. Nende inimeste omakasupüüdmatus, sellisena nagu oleme seda tundma õppinud, kasusaamis-motiivi täielik puudumine ja nende üksmeel on tõepoolest innustuseks neile, kes on teinud pikka ja kurnavat tööd alkoholismi valdkonnas. Need inimesed usuvad isendasse ning veel enam Jõudu, mis tõmbab alkohoolikud surma väravatelt tagasi.

Mõistagi tuleb alkohoolik vabastada füüsilisest kontrolimistust tungist alkoholi järele ning see nõuab tihti kindlaid haiglaprotseduure, enne kui psühholoogiliste võtete kasutamine võib maksimaalselt kasu tuua.

Usume ja oleme ka paar aastat tagasi avaldanud, et alkoholi toime kroonilistele alkohoolikutele on allergia ilming – et selline iseäralik tung esineb vaid sellel tüübil, mitte kunagi aga mõõdukatel alkoholitarvitajatel. Alkoholi suhtes allergilised inimesed ei saa iial ohutult alkoholi mistahes kujul tarvitada, ja kui kord on tekkinud harjumus, mida nad ei suuda murda, kui nad kord on kaotanud enesekindluse, usalduse kõige inimliku vastu, siis kuhjuvad nende peale probleemid, mille lahendamine muutub hämmastavalt raskeks.

Sõnavahusest tunnetel mängimisest on harva abi. Sõnum, mis suudaks äratada alkohoolikute huvi ja neid haarata, peab omama sügavust ja kaalu. Peeaegu kõigil juhtudel, kui eesmärgiks on elu ümberkujundamine, peavad nende ideaalid rajanema suuremal jõul kui nad ise.

Kui mõnele inimesele tundub, et näime alkohoolikute haiglat juhtivate psühhiaatrite kohta mõnevõrra sentimentaalsed, siis seisku korraaks koos meiega tulejoonel, nähku tragöödiaid, meeleheitel abikaasasid, väikseid lapsi. Muutugu selliste probleemide lahendamine nende igapäevase töö osaks, isegi unetundide ajast, ja ka kõige suurem küünik ei imesta enam, et oleme heaks kiitnud ja toetanud seda liikumist. Paljude aastate jooksul saadud kogemuste põhjal leiame, et me pole leidnud midagi, mis oleks nende inimeste tervenemisele rohkem kaasa aidanud kui see altruistlik liikumine, mis nende seas levib.

Mehed ja naised joovad peamiselt sellepärast, et neile meeldib alkoholi tekitatud mõju. See tunne on nii petlik, et isegi kui need inimesed tunnistavad selle kahjulikkust, ei

suuda nad mõne aja möödudes enam tõde valest eristada. Neile endile näib nende alkohoolikuelu ainsa normaalse võimalusena. Nad on rahutud, ärrituvad ja rahulolematud, kuni saavad taas kogeda lõdvestuse ja rahulolu tunnet, mis saabub kohe pärast paari napsi – napsi, mida nad näevad teisi karistamatult pruukivat. Pärast seda, kui nad on taas himule järele andnud, nagu paljud seda teevad, ja neis tekib iseäralik tung, läbivad nad joomahoo tuttavad etapid, väljuvad neist kahetsevana ja kindla otsusega enam kunagi mitte juua. Nii kordub see aina uuesti ja uuesti ning kui inimene ei koge täielikku psüühilist muutust, on tal vähe lootust paranemiseks.

Teisest küljest – ja nii imelik, kui see ka ei tundu neile, kes seda ei mõista –, kui psüühiline muudatus on kord aset leidnud, avastab inimene, kes enne näis hukule mõistetud ja kel oli nii palju probleeme, et nende lahenemise võimatus teda meelegeittele ajas, et ta on hõlpsasti võimeline oma alkoholihimu taltsutama, kusjuures ainsa vajaliku pingutusena tuleb kinni pidada mõnest lihtsast reeglist.

Inimesed on siiralt ja meelegeitlikult minu poole hüüdnud: „Doktor, ma ei suuda enam niiviisi jätkata! Mul on olemas kõik, mille nimel elada! Ma pean lõpetama, kuid ma ei suuda! Te peate mind aitama!”

Niisuguse probleemiga silmitsi seistes peab arst, kui ta enda vastu aus on, mõnikord tunnistama oma küündimatust. Kuigi ta annab endast kõik, ei ole sellest sageli küllalt. Tekib tunne, et olulise psüühilise muutuse tekitamiseks läheb vaja midagi enam kui inimlik jõud. Kuigi tänu psühhiaatrite pingutustele esineb märkimisväärselt palju paranemisjuhtusid, peame meie, arstid, tunnistama, et tervikuna oleme suutnud selle probleemi osas vähe ära teha. Paljud alkohoolikutüübid ei allu tavalisele psühholoogilisele lähenemisele.

Ma ei ole nõus nendega, kes arvavad, et alkoholism on täielikult mõistusega kontrollitav. Mul on olnud palju patsiente, kes on näiteks mitu kuud tegelenud mõne probleemi või äritehinguga, mille lõpplahendus pidi nende kasuks toimuma teatud kindlal päeval. Päev või paar enne seda võtsid nad ühe napsi ning seejärel ületas iseäralik tung kõik muud huvid, nii et tähtsast kokkuleppest ei tulnud midagi välja. Nad ei joonud selleks, et põgeneda – nad jõid selleks, et suruda maha tungi, mida nende mõistus ei suutnud kontrollida.

On palju olukordi, mis tulenevad iseäralikust tungist ja sunnivad inimesi ülimat ohvrit tooma, selle asemel et võitlust jätkata.

Alkohoolikute klassifitseerimine näib olevat raskem ning jääb detailsemal kujul käesoleva raamatu haardelulatusest välja. Üheks tüübiks on kahtlemata psühhopaatid, kes on emotsionaalselt tasakaalutud. Seda tüüpi me tunneme hästi. Nad taovad endale alati vastu rinda, et saavad lõplikult ree peale. Nad on ülemäära kahetsevad, lubavad palju, kuid ei langeta kunagi otsust.

On olemas ka selline tüüp inimesi, kes ei taha tunnistada, et nad ei saa alkoholi juua. Selline inimene teeb igasuguseid plaane, mismoodi juua. Ta vahetab marki või keskkonda. On ka selline tüüp, kes alati usub, et kui ta on suutnud mõne aja täielikult ilma alkoholita olla, võib ta julgesti ühe napsi võtta. Maniakaal-depressiivne tüüp leiab sõprade seas vahest kõige vähem mõistmist ja temast võiks lausa terve peatüki kirjutada.

Peale selle leidub veel üksugust tüüpi inimesi, kes on igas suhtes täiesti normaalsed, välja arvatud alkoholi mõju neile. Need on sageli võimekad, intelligentsed, sõbralikud inimesed.

Kõikidel neil tüüpidel ja veel paljudel teistelgi, on üks ühine sümptom: nad ei saa alustada joomist, ilma et neil

tekiks iseäralik tung alkoholi järele. Nagu me oleme täheldanud, võib see iseärasus olla allergia ilming, mis on neile inimestele eriomane ja asetab nad omaette kategooriasse. Meile teadaolevate ravimeetoditega ei ole seda kunagi suudetud jäädavalt kõrvaldada. Ainsa rohuna võime soovitada täielikku kainust.

Nii satume otsekohe keevasse vaidluskatlasse. On avaldatud nii poolt- kui vastuarvamusi, kuid üldiselt näib arstide seas valitsevat seisukoht, et suurem osa kroonilistest alkohoolikutest on hukule määratud.

Milles seisneb lahendus? Kõige paremini suudan vahest sellele vastata ühest oma kogemusest jutustades.

Umbes aasta enne kõnealust juhtumit toodi meie haiglasse kroonilise alkoholismi ravile üks mees. Ta oli vaid osaliselt paranenud maoverejooksust ja tundus olevat patoloogiline psüühilise allakäigu juhtum. Ta oli kaotanud kõik, mille nimel elada, ja võiks öelda, elas üksnes selleks, et juua. Ta tunnistas avameelselt ja uskus ka ise, et tal ei ole mingit lootust. Pärast alkoholi kõrvaldamist organismist ei avastatud tal mingeid püsivaid ajukahjustusi. Ta soostus programmiga, mida käesolevas raamatus kirjeldatakse. Aasta hiljem astus ta minu poolt läbi ja ma tundsin midagi väga imelikku. Teadsin selle mehe nime ja midagi oli tema välimuses tuttavat, kuid sellega kogu sarnasus ka piirdus. Värisevast, meeleheitel, närvilisest inimvarest oli saanud enesekindlusest ja rahulolust pakatav mees. Vestlesin temaga mõnda aega, kuid ei suutnud jõuda tundeni, et olin teda varem kohanud. Minu jaoks oli ta võõras ja niisugusena ta minust lahkuski. Sellest on nüüd kaua aega möödas, ilma et ta oleks alkoholi juurde tagasi pöördunud.

Kui mul on vaja midagi, mis mu meelt ergutaks, siis meenutan üht teist patsienti, kelle tõi meie haiglasse üks nimekas New Yorgi arst. Patsient oli endale ise diagnoosi

pannud, hinnanud oma olukorra lootusetuks ning peitnud ennast ühte mahajäetud küüni surema. Ta päästeti otsimisrühma poolt ja toodi kohutavas seisundis minu juurde. Pärast füüsilist toibumist, ütles ta jutuaajamise käigus avameelselt, et tema meelest on ravi tühi vaev, kui mina ei suuda teda veenda, mida aga keegi polnud kunagi suutnud, et tulevikus on tal „tahtejõudu” vastu panna soovile juua.

Tema alkoholismiprobleem oli nii keeruline ja depressioon nii sügav, et meie meelest seisnes tema ainus lootus „moraalses psühholoogias”, nagu me seda siis nimetasime, ja me kahtlesime, kas seegi võiks mõju avaldada.

Ometi läksid raamatus sisalduvad põhimõtted tema puhul „kaubaks”. Ta ei ole palju aastaid tilkagi võtnud. Näen teda aeg-ajalt ja suurepärasemat meessoost esindajat kohtab harva.

Soovitan siiralt igal alkohoolikul see raamat põhjalikult läbi lugeda ja kuigi ta alguses nina krimpsutab, võib ta hoopis palvetama jääda.

Doktor William D Silkworth

1. peatükk

BILLI LUGU

SÕJAPALAVIK hõõgus Uus-Inglismaa linnas, kuhu meid värskeid ja noori äsja Plattsburgist saabunud ohvitseri määrati, ning me olime meelitatud, kui esimesed sealsed linnaelanikud meid oma kodudesse viisid, tekitades meis kangelase tunde. Siin oli armastust, aplause ja sõda; ülevad hetked vaheldumas pöörase lustiga. Viimaks olin minagi osa elust ja keset seda elevust avastasin ma alkoholi. Unustasin oma lähedaste karmid hoiatused ja alkoholiga seotud eelarvamused. Tuli aeg ookeani taha seilata. Olin väga üksildane ja pöördusin taas alkoholi poole.

Maabusime Inglismaal. Küllastasin Winchesteri katedraali. Tugevasti liigutatuna astusin ma õue. Minu tähelepanu köitis vemmälvärss vanal hauakivil:

„Siin puhkab Hampshire’i grenader,
kes leidis oma otsa
külma õllelaket juues.
Tublist sõdurist mälestus ei kustu,
kas langes musketist ta
või kannust.”

Pahaendeline hoiatus, mida ma kuulda ei võtnud. Kahekümne kaheselt ja võõramaiste sõdade veteranina pöördusin lõpuks koju tagasi. Pidasin ennast liidriks, sest kas polnud siis mitte minu patarei mehed mulle erilist austust osutanud? Kujutlesin, et juhtimisanne viib mu hiigelsuurte ettevõtmiste etteotsa, mida ma ülima enesekindlusega juhin.

Lõpetasin õhtused õigusteaduskursused ja sain uurija koha ühes käendusfirmas. Edujanu oli süttinud. Kavatsesin maailmale tõestada, et ma olen tähtis. Töösajad viisid mind Wall Streetile ja tasapisi hakkasin ma börsi vastu huvi tundma. Paljud inimesed kaotasid raha – mõned said väga rikkaks. Miks mitte ka mina? Uurisn nii majandusteadust, äriasjandust kui ka õigusteadust. Potentsiaalne alkohoolik, nagu ma olin, oleksin õigusteaduste kursustelt äärepealt välja langenud. Ühel lõpuksamil olin liiga purjus, et midagi mõelda või kirjutada. Kuigi ma ei joonud veel järjepidevalt, häiris see ometi mu naist. Meil oli pikki jutuajamisi, mille kestel ma hajutasin tema halbu aimdusi, väites, et geeniuuste parimad projektid on saanud alguse joobnuna; et kõige suurejoonelisematel filosoofilistel mõttekäikudel on selline algus.

Kursuste lõppedes oli mulle selge, et õigusteadus ei ole minu ala. Wall Streeti ahvatlev keeris oli mu oma haardesse saanud. Minu kangelasteks olid äri- ja rahamaailma juhid. Sellisest alkoholi ja spekulatsioonide segust asusin ma se pistama relva, mis ühel päeval pöördus oma lennul kui bumerang ja oleks mind äärepealt tükkideks lõiganud. Tagasihoidlikult elades säästsime naisega 1000 dollarit. Panime selle väärtpaberite alla, mis olid toona odavad ja küllaltki ebapopulaarsed. Arvasin õigesti, et kunagi kasvab nende väärtus tublisti. Mul ei õnnestunud veenda oma maakleritest sõpru, et nad saadaksid mind vabrikuid ja ettevõtteid üle vaatama, kuid koos naisega otsustasime ikkagi minna. Olin mõelnud välja teooria, mille kohaselt enamik inimesi kaotas aktsiatega raha, sest nad ei tundnud turgu. Hiljem avastasin veel palju teisi põhjusi.

Ütlesime oma töökohad üles ja kihutasime mootorrattal teele, külgorvis telk, tekid, vahetusriided ja kolm tohutu-suurt finantsasjade teatmikku. Sõbrad arvasid,

et meie mõistust tuleks kontrollida. Võib-olla oli neil õigus. Mul oli spekulatsioonidega õnne olnud, nii et meil oli pisut raha, kuid vahepeal töötasime kuu aega ühes farmis, et mitte oma pisikest kapitali kulutada. Tükiks ajaks jäi see mu viimaseks ausaks füüsiliseks tööks. Aastaga sõitsime läbi terve Ameerika Ühendriikide idaosa. Sama aasta lõpuks olid minu aruanded Wall Streetile kindlustanud mulle positsiooni ja kopsaka pangaarve. Optsiooniõiguse kasutamine tõi veelgi rohkem raha sisse ning aasta lõpuks olin ma saanud mitu tuhat dollarit kasumit.

Paari järgneva aasta jooksul külvas hea õnn mind üle raha ja kiiduavaldustega. Olin jõudnud pärale. Minu hinnanguid ja ideesid järgisid rahapaberite krabina saatel paljud. Kahekümnendate aastate lõpu suur buum kees ja kobrutas. Alkoholi hakkas muutuma minu elus tähtsaks ja elevust tekitavaks osaks. Kesklinna džässibaarides käis vali jutt. Igaüks kulutas tuhandeid ja lobbis miljonitest. Põlastajad võisid põlastada ja põrgusse kerida. Mul tekkis terve hulk joomasõpru.

Minu joomine võttis tõsisema ulatuse, kestes terve päeva ja ka peaaegu iga öö. Sõprade manitsused vaibusid üksteise järel ja minust sai üksik hunt. Meie uhkes korteris toimus palju kurbi stseene. Lausa truudusetust ei juhtunud kunagi, sest truudus oma naise suhtes, millele mõnigi kord aitas kaasa äärmine purjusolek, hoidis mind hullemast eemal.

1929. aastal nakatusin golfipalavikku. Sõitsime sedamaid maale ja mu naine hakkas mulle plaksutama, samal ajal kui mina püüdsin Walter Hagenist paremuselt mööda minna. Alkoholi sai mu palju kiiremini kätte kui mina Walteri. Hakkasin hommikuti tundma ärevust. Golf andis võimaluse juua igal päeval ja õhtul. Vahva oli kulgeda mänglevalt uhketel golfiradadel, mille suhtes ma

noorukina nii suurt aukartust olin tundnud. Ma omandasin laitmatu päevituse, nagu seda ainult jõukate näol võib näha. Kohalik pankur jälgis lõbusa skeptilisusega, kuidas ma priskeid tšেকে tema kassasse sisse ja välja vuhistasin.

1929. aasta oktoobris vallandus New Yorgi aktsiabörsil ootamatult põrgu. Ühe niisuguse põrguliku päeva lõpus komberdasin hotelli baarist ühte maaklerikontorisse. Kell oli kaheksa õhtul – börsi sulgemisest oli möödas viis tundi. Börsitelegraaf klõbises veel. Jäin jõllitama lindiriba, kus peal seisid märgid – XYZ-32. Veel samal hommikul oli see näit olnud 52. Minuga oli lõpp ja paljude minu sõpradega niisamuti. Lehed edastasid teateid meestest, kes rahandushoonete kõrgetest tornidest surnuks hüppasid. Ma jälestasin seda. Mina küll ei kavatsenud alla hüpata. Läksin baari tagasi. Kella kümnest hommikul olid mu sõbrad kaotanud mitmeid miljoneid – mis siis? Homme on uus päev. Juues tuli tagasi vana metsik sihikindel võidutahe.

Järgmisel hommikul helistasin sõbrale Montrealis. Tal oli kõvasti raha alles, ta leidis, et me peaksime pigem Kanadasse tulema. Järgmiseks kevadeks elasime taas samamoodi, nagu olime harjunud. Tundsin end nagu Elbalt naasnud Napoleon. Ei mingit St Helenat mulle! Aga joomine jõudis mulle taas järele ning mu helde sõber pidi mul minna laskma. Seekord jäime rahatuks.

Me asusime elama minu naise vanemate juurde. Leidsin töökoha, kuid kaotasin selle kakluse pärast taksojuhiga. Õnneks ei osanud siis keegi oletada, et ma järgmise viie aasta jooksul õiget tööd ei leiagi ja vaevu mõnd kainet hetke näen. Mu naine asus tööle kaubamajja, leides surmväsinuna koju tulles eest purjus minu. Minust sai tüütu maaklerikontorites jõlkuja.

Alkohol ei olnud enam luksusasi, sellest oli saanud vajadus. Samakas, kaks pudelit päevas, sageli isegi kolm, sai harjumuseks. Vahel tõi mõni väike tehing paarsada dollarit sisse ning siis sain oma arved baarides ja puhvetites ära maksta. Nii kestis see lõputult ja hommikuti hakkasin ma tugevasti värisedes väga varakult ärkama. Kulus klaasitäis džinni ja sellele takka pool tosinat pudelit õlut, enne kui hommikusöök mulle sisse läks. Kõigest hoolimata uskusin siis veel, et olen olukorra peremees ja mul esines ka kaineid perioode, mis taastasid mu naise lootused.

Järk-järgult muutusid asjad hullemaks. Hüpoteegiomanik võttis meilt maja ära, mu ämm suri, naine ja äi jäid haigeks.

Kuid siis avanes paljutöötav ärivõimalus. Aktsiad olid 1932. aastal madalseisus ja mul õnnestus veenda kompanjone, et neid osta. Kasumist pidin tubli osa neile jagama. Ent siis põrutasin ma üüratule pummelungile ning mu võimalused lendasid tuulde.

Ma ärkasin. Sellele asjale tuli lõpp teha. Mõistsin, et ma ei tohtinud isegi ühte jooki võtta. Mulle aitas igaveseks. Enne seda olin kirja pannud arvukalt ilusaid töotusi, kuid seekord pani mu naine rõõmuga tähele, et mul oli tõsi taga. Ja mul oligi.

Varsti pärast seda tulin koju purjus peaga. Mingit võitlust ei olnud toimunud. Kuhu oli kadunud minu suur kindlameelsus? See ei tulnud isegi meelde. See ei olnud mulle isegi pähe tulnud. Keegi oli minu ette joogiklaasi lükanud ja mina olin selle vastu võtnud. Olin ma hulluks läinud? Tundsin imestust, sest selline õudne ettenägelikkuse puudumine tekitas just säärase mulje.

Sihikindlus taastunud, üritasin uuesti. Läks natuke aega mööda ja enesekindlus hakkas muutuma ülbusseks. Võisin urkabaaride peale vilistada. Nüüd oli mul asi käpas! Ühel päeval astusin sisse kohvikusse, et helistada. Ei läinud kaua, kui ma juba vastu baariletti tagusin ja samas imestasin, kuidas see võis juhtuda. Kui viskiuim pähe kerkima hakkas, lubasin endale, et järgmisel korral tulen paremini toime, kuid nüüd võin juba nina korralikult täis võtta. Ja seda ma ka tegin.

Järgmise hommiku süümepiinad, õud ja lootusetus ei unune iial. Mul puudus julgus lahingut pidada. Mõtted mu peas tuiskasid pidurdamatu hooga ja mind valdas kohutav eelaimus eesootavast suurest õnnetusest. Julgesin vaevu üle tänava minna, sest kartsin kokku variseda ja varahommikuse veoauto alla jääda, kuna oli veel üsna pime. Ühest öösiti lahti olevast baarist sain tosin klaasi õlut. Mu tõmblevad närvid said viimaks rahu. Hommikune ajaleht teatas, et turg on omadega põrgus. Nojah, mina samuti. Turg taastub, aga mina mitte. See oli valus mõte. Kas peaksin end ära tapma? Ei – mitte veel. Siis laskus peale mõtteudu. Džinn paneb asjad paika. Nii et kaks pudelit ja – unustus.

Mõistus ja keha on imelised mehhanismid, sest minu omad talusid seda agooniat veel kaks aastat. Mõnikord, hommikuse õuduse ja hulluse võimuses, näppasin oma naise kõhnukesest rahakotist. Taas õõtsusin uimase peaga avatud akna juures või arstikapi ees, kus hoiti mürki, kirudes end hädavareseks. Mõnikord kiirustasime koos naisega põgenemislootuses linnast ära maale ning tagasi. Ja siis saabus öö, mil minu keha ja mõistust valdav piin oli nii põrgulik, et kartsin koos raamidega aknast välja viskuda. Kuidagiviisi suutsin oma madratsi allkorrusele lohistada, juhuks kui peaksin tõesti

hüppama. Saabus arst koos tugevatoimelise rahustiga. Järgmisel päeval jõin džinni koos rahustiga. Selline kombinatsioon viis mu ruttu karidele. Inimesed kartsid minu terve mõistuse pärast. Mina samuti. Joomise ajal suutsin õige vähe süüa või ei suutnud üldse ja ma kaalusin kaheksateist kilo alla normi.

Minu kälimees on arst ning tänu tema ja mu ema lahkusele paigutati mind ülemaaliselt tuntud haiglasse, mis oli pühendunud alkohoolikute psüühilisele ja füüsilisele taastusravile. Niinimetatud belladonna-ravikuuri mõjul sai mu aju klaariks. Ka hüdroteraapia ja kerge sportlik tegevus aitasid palju. Kõige parem oli aga see, et ma kohtasin üht vastutulelikku arsti, kes seletas, et kuigi olin käitunud isekalt ja rumalalt, olid mu keha ja mõistus olnud raskesti haiged.

Mind rahustas mõnevõrra teadasaamine, et võitluses alkoholiga on alkohooliku tahtejõud hämmastaval määral nõrgenenud, ehkki muus osas jääb sageli tugevaks. Niimoodi seletati ära minu uskumatu käitumine, hoolimata meeleheitlikust soovist joomine lõpetada. Nüüd, kui ma endast aru sain, asusin suurte lootustega uue elu tee. Kolm-neli kuud oli meri põlvini. Käisin regulaarselt linnas ja teenisin isegi natuke raha. Kindlasti, see oligi vastus – iseenese tundmine.

Kuid nii see ei olnud, sest saabus hirmus päev, mil jõin taas. Minu moraalne ja füüsiline tervis langes nagu suusahüppaja. Mõne aja pärast olin haiglas tagasi. Näis, et nüüd on kõigel lõpp, eesriie on langenud. Mu ärakurnatud ja meeleheitel naisele teatati, et see kõik lõpeb kord *delirium tremens*'i ajal südamerikkega või saan umbes aastaga püsiva ajukahjustuse. Tal tulevat anda mind varsti üle surnumatja kätte või hullumajja.

Neil ei pruukinud mulle sellest rääkidagi. Mina teadsin, mis juhtuma pidi, ja olin selle üle peaaegu rõõmus. See oli hävitav hoop minu eneseuhkusele. Mina, kes ma olin endast, oma andekusest ja võimest raskusi ületada nii palju lugu pidanud, olin lõpuks nurka surutud. Nüüd tuli mul sukelduda pimedusse ja ühineda selle lõputu joodikuteroduga, kes enne mind seda teed olid läinud. Mõtlesin oma vaese naise peale. Me olime ju lõppude lõpuks väga õnnelikud olnud. Mida kõike ma ei oleks valmis tegema, et asja hüvitada. Kuid nüüd oli kõik läbi.

Sõnadega on võimatu kirjeldada seda üksildust ja meeleheidet, mille ma enesehaletsuse kibedast mülkast leidsin. Minu ümber laius igas suunas vesiliiv. Olin leidnud väärilise vastase. Olin lämmatatud. Minu isandaks oli alkohol.

Murtud mehena ja värisedes tulin haiglast välja. Hirm kainestab mind mõneks ajaks. Kuid siis jõudis kätte esimese joogi salakaval hullus. 1934. aasta Vaherahupäeval olin taas joomatuuril. Kõik leppisid paratamatusega, et mind tuleb kuhugi kinnisesse asutusse saata või siis tuigun ma vastu oma haledale lõpule. Kui pime on väljas enne koitu! Tegelikuses tähistas see minu viimase joomahoo algust. Peagi katapulteerusin paika, mida armastasin nimetada eksistentsi neljandaks mõõtmeks. Mulle oli määratud tunda õnne, rahu ja kasulikkust eluteel, mis aja möödudes muutub uskumatul kombel aina suurepärasemaks.

Selle kõleda novembrikuu lõpupoole istusin kord oma köögis ja jõin. Teatava rahuloluga mõtlesin, et majas on ära peidetud piisavas koguses džinni, mille varal veeta nii see õhtu kui ka järgmine päev. Mu naine oli tööl. Pidasin aru, kas julgen ühe täis pudeli džinni meie voodi peatsi juurde peita. Seda läheks mul veel enne hommikut vaja.

Minu mõtisklused katkestas telefonihelin. Vana koolisõbra reibas hää! küsis, kas ta võiks läbi astuda. *Tema oli kaine*. Minu mäletamist mööda oli sellest aastaid, kui ta niisuguses seisundis New Yorki oli tulnud. Panin seda väga imeks. Räägiti, et ta olevat alkoholihiulluse tõttu kinni pandud. Mõtlesin, kuidas ta põgenema oli pääsenud. Loomulikult võis ta minu juures õhtust süüa ja seejärel saanuks ma temaga koos varjamatult juua. Tema heast käekäigust hoolimata mõtlesin vaid endiste aegade vaimu taaselustamisest. Kord olime isegi lennuki üürinud, et oma pummelung lõpuni viia! Tema tulek oli oas tühisuse üksluises kõrbes. Just nimelt – oas! Joodikud on kord juba sellised.

Uks läks lahti ja seal ta seisiski, värske jumega ja heatujuuline. Tema silmis oli miskit. Ta oli kuidagi seletamatult muutunud. Mis oli juhtunud?

Lükkasin joogiklaasi teisele poole lauda. Ta keeldus sellest. Pettunult, kuid uudishimulikuna tahtsin teada, mis temaga ometi lahti oli. Ta ei olnud tema ise.

„Kuule, mida see peab tähendama?“, pärisin ma.

Ta vaatas mulle otsa. Lihtsalt, kuid naeratades lausus ta: „Ma olen leidnud religiooni.“

Olin rabatud. Või nii olid siis lood – veel eelmine suvi oli ta joomahull; nüüd aga kahtlustasin ma, kas ta mitte pisut usuhull ei olnud. Tal oli selline kirkastunud pilk. Tõsi, vana sõber oli korralikult hoos. Kuid olgu ta õnnistatud, las vatrab! Pealegi, minu džinn kestab kauem kui tema jutlus.

Kuid ta ei hakanud vatrama. Ta rääkis tõsimeelselt, kuidas kohtusse olid ilmunud kaks meest ning veennud kohtunikku otsuse täitmist edasi lükkama. Nad olid kõnelenud ühest lihtsast religiooniideest ja praktilisest tegevusprogrammist. See oli juhtunud kaks kuud tagasi ja tulemus oli silmaga näha. See toimis!

Ta oli tulnud selleks, et mulle oma kogemus edasi anda – kui ma seda vaid tahan. Olin šokeeritud, kuid ka huvitatud. Muidugi olin ma huvitatud. Ma pidin olema, ma olin lootusetu.

Ta rääkis tunde. Mu silme ette kerkisid lapsepõlvemälestused. Võisin peaaegu kuulda jutlustaja häält, kui ma seal kaugete künganõlvade peal vaiksetel püha-päevadel istusin; seal siis oligi see pakutud karskuse-töötus, millega ma ei olnud nõustunud; minu vanaisa heatahtlik pilge mõnede kirikuinimeste ja nende tegemiste vastu; tema kindel veendumus, et taevastel sfääridel on tõepoolest oma muusika, kuid tema vastuseis sellele, et jutlustajal on õigus talle ette kirjutada, kuidas seda peab kuulama; tema kartmatus neist asjust vahe-tult enne surma kõneledes – mulle kangastusid need minevikupildid. Neelatasin tugevasti.

Sõjaaegne päev vanas Winchesteri katedraalis meenus taas.

Olin alati uskunud Jõusse, mis on suurem kui ma ise. Olin sageli neist asjust mõtisklenud. Ma ei olnud ateist. Vähesed inimesed on tegelikult ateistid, sest see tähendaks pimesi uskuda veidrat väidet, et universum sai alguse eimillestki ja tormab sihitult eikuhugi. Minu intellektuaalsed eeskujud, keemikud, astronoomid ja isegi evolutsionistid pakkusid, et tegemist on võimsate seaduspärade ja jõudude mõjuga. Hoolimata vastukäivatest väidetest ei olnud mul kahtlust, et kõiges peitub tohutu otstarve ja rütm. Kuidas võiks olla nii palju täp-seid ja muutumatuid seadusi ilma, et selle taga oleks intelligentsus? Ma lihtsalt pidin uskuma Universumi Vaimu olemasolusse, kelle jaoks puudusid aeg ja piiran-gud. Kuid kaugemale ei olnud ma mõelnud.

Sellest punktist edasi läksid minu seisukohad preestrite ja maailma usundite omadest lahku. Kui nad rääkisid Jumalast, kes oli minu jaoks isiklik, kes oli armastus, üliinimlik jõud ja suund, siis läksin ma närvi ja mu mõistus läks nende teooria ees lukku.

Kristuse puhul olin kindel, et tegu oli suurmehega, keda need, kes Tema nime pruukisid, kuigivõrd ei järginud. Jeesuse kõlbeline õpetus – suurepärase. Mis minusse puutub, siis olin omaks võtnud õpetuse need osad, mis näisid mulle sobivat ja ei olnud liiga rasked; ülejäänud olin kõrvale heitnud.

Mind ajasid iiveldama kõik need sõjad, põletamised ja valskused, mis said alguse usuvaidlustest. Kahtlesin siiralt, kas kõike arvesse võttes on inimkonna usunditel olnud midagi head. Selle põhjal, mida olin näinud Euroopas ja hiljemgi, oli Jumala vägi inimestevahelistes suhetes tähtsusetu, jutt Inimeste Vendlusest aga õel pila. Kui Kurat oli olemas, siis paistis hoopis tema maailma Boss olevat ja mina olin kahtlemata tema küüsis.

Kuid mu sõber istus minu ees ja ütles selge sõnaga, et Jumal on temaga teinud seda, mida ta ise ei olnud suutnud. Tema inimlik tahejõud oli põrunud. Arstid olid ta parandamatuks tunnistanud. Ühiskond kavatses ta luku taha panna. Nii nagu minagi, oli ta tunnistanud end täiesti lööduks. Kuid siis oli ta sõna otseses mõttes surnust üles äratatud, tõstetud rämpsuhunnikust sellisele elujärjele, mis oli parim kõigest, mida ta iganes oli kogenud!

Kas oli see jõud pärit temast enesest? Ilmselgelt mitte. Temas ei olnud leidunud siis rohkem jõudu kui minul tol hetkel, ja seda polnud ollagi.

Olin rabatud. Näis, et usklikel inimestel võis siiski õigus olla. Siinsamas toimus inimese südames miski, mis sai hakkama võimatuga. Minu suhtumine imedesse muutus järsult. Tühja sellest kopitanud minevikust. Siin, otse minu vastas, köögilaua taga, istus ime. Ta kuulutas häid sõnumeid.

Märkasin, et mu sõber oli muutunud palju rohkem kui ainult sisemiselt. Tema elu oli rajatud täiesti uutele alustele. Tema juured olid haardunud uude pinnasesse.

Vaatamata sõbra elavale eeskujule säilisid ka mu vana eelarvamuse jäänused. Sõna Jumal tekitas ikka veel teatavat vastumeelsust. Kui anti mõista, et kusa-gil võiks olla ka minu oma Jumal, siis vastumeelsus ainult tugevnes. Mulle see mõte ei meeldinud. Võisin nõustuda selliste ideedega nagu Loov Intelligentsus, Kõikehaarav mõistus või Looduse Vaim, kuid tõrkusin Taevase Valitseja mõtte vastu, ükskõik kui armastav Tema mõjujõud ka ei oleks. Olen hiljem kõnelnud arvukate inimestega, kes samamoodi tundsid.

Mu sõber tegi ettepaneku, mis näis siis uudsena. Ta ütles: „*Miks ei loo sa ise endale oma kontseptsiooni Jumalast?*”.

See lause andis mulle tugeva hoobi. See sulatas üles intellektuaalse jäämäe, mille varjus olin aastaid elanud ja värisenud. Viimaks seisin ma päikesepaistes.

Küsimus oli ainult valmisolekus uskuda Jõudu, mis oli suurem kui ma ise. Alustuseks ei nõutud minult midagi enamat. Mõistsin, et kasvamine võib alata sellest punktist. Puhta valmisoleku vundamendile võisin rajada selle, mida oma sõbras nägin. Kas ma tahan seda? Loomulikult tahan!

Nii jõudsin ma veendumusele, et Jumal hoolib meist, inimestest, kui me seda Temalt piisavalt tahame. Vii-

maks ometi nägin, tundsin, uskusin. Uhkuse ja eelarvamuse loor oli mu silme eest langenud. Nähtavale tuli uus maailm.

Katedraalis kogetu tõeline tähendus jõudis mulle ootamatult pärale. Viivuks olin siis vajanud ja igatse nud Jumalat. Mul oli olnud alandlik soov, et Tema oleks koos minuga – ja Ta tuligi. Kuid peagi oli tunne Jumala lähedusest kustunud maises käras, eriti selles, mis minu sees käis. Ja kõik oli sinnapaika jäänud. Kui pime ma olin olnud.

Haiglas võõrutati mind viimast korda alkoholist. Ravi tundus otstarbekas, kuna ma ilmutasin *delirium tremens*'i märke.

Haiglas olles usaldas in end alandlikult Jumala hoolde, sellisena nagu ma Teda siis mõistsin, et Ta toimiks minuga oma tahte järgi. Andsin end tingimusteta Tema hoole ja juhatuse alla. Esimest korda tunnistasin, et üksi ei ole ma midagi – et ilma Temata olen ma kadunud. Vaatasin oma pattudele halastamatult silma ja soovisin, et mu vastleitud Sõber need minu pealt ära võtaks, juurte ja okstega. Sellest ajast saadik ei ole ma joonud.

Koolivend käis mul külas ning ma tutvustasin talle põhjalikult oma probleeme ja puudusi. Koostasime nimekirja inimestest, kellele ma olin haiget teinud või kelle peale vimma kandsin. Väljendasin täit valmisolekut minna nende inimeste juurde ja tunnistada oma eksimust. Kindlasti ei tohtinud ma neid kritiseerida. Pidin klaarima kõik sellised asjaolud, oma parimate võimete kohaselt.

Oma mõtteid tuli mul kõrvutada uue seesmise Jumala-teadlikkusega. Loogilisest mõtlemisest sai seega justkui loogikavastane mõtlemine. Kahtlusehetkil pidin

vaikselt istuma, paludes üksnes juhatust ja jõudu raskustele vastu seista nii, nagu Tema seda tahab. Kunagi ei peaks ma palvetama vaid iseendale, välja arvatud siis, kui mu soovid võimaldaksid mul teistele kasulik olla. Ainult siis võisin ma loota vastutasu. Ning mulle tasutaks siis külluslikult.

Mu sõber lubas, et kui see on tehtud, siis avaneb mulle uus vahekord oma Loojaga; ma omandan sellise elu põhitõed, mis pakub lahenduse kõikidele mu probleemidele. Selleks oli tingimata vaja usku Jumala väesse, lisaks piisavalt valmisolekut, ausust ja alandlikkust, et seada sisse asjade uus kord ja seda säilitada.

Sõnades tundub kõik lihtne, kuid igal asjal on ka oma hind. See tähendas enesekesksuse hävitamist. Ma pidin andma kõik Valguse Isa hoolde, kes meid juhib.

Need olid pöördelised ja põhjapanevad ettepanekud, kuid hetkel, mil ma nendega täielikult nõustusin, avaldus nende mõju elektrilöögina. Mind valdas võidutunne, millele järgnes niisugune rahu ja meelerahu, millist ma varem kunagi ei olnud tundnud. Selles oli ülim kindlus. Tundsin, nagu oleks mind üles tõstetud, justkui oleks mäetipu karge tuul minust läbi puhunud. Jumal tuleb enamiku inimeste juurde järk-järgult, kuid minule oli Tema mõju äkiline ja sügav.

Korraks sattusin ärevusse ja pöördusin oma arstist sõbra poole, et küsida, kas olen ikka täie mõistuse juures. Ta kuulas hämmastudes minu juttu.

Lõpuks lausus ta pead vangutades: „Sinuga on juhtunud midagi, millest mina aru ei saa. Kuid sa jää parem selle juurde. Ükskõik mis on parem sellest, milline sa varem olid.” See tubli arst näeb nüüd sageli mehi, kel on samasuguseid kogemusi. Ta teab, et need on ehtsad.

Haiglas lamades tekkis mul mõte, et maailmas on tuhandeid lootusetuid alkohoolikuid, kes oleksid ehk

rõõmsad, kui nemadki saaksid selle osaliseks, mida mulle nii lahkesti oli antud. Võib-olla saan ma mõnda neist aidata. Nemaad omakorda võiksid jälle teisi aidata.

Mu sõber oli rõhutanud, et nende põhimõtete kasutamine peab väljenduma kõigis minu tegemistes. Eriti tähtis oli töötada teistega, nii nagu tema oli töötanud minuga. Usk ilma tegudeta on surnud, lisas ta. Ja kui hirmuäratavalt tõene oli see väide alkohooliku kohta! Sest kui alkohoolik ei suuda oma vaimset elu töö ja eneseohverduse kaudu täiustada ja avardada, siis ei ela ta üle eesootavaid proovikivisid ja katsumusi. Kui ta ei tee tööd, siis hakkab ta kindla peale jooma, ja kui ta joob, siis ta kindla peale ka sureb. Siis oleks usk tõepoolest surnud. Meiega on see just täpselt nii.

Mina ja abikaasa loovutasime end õhinaga mõttele, aidata alkohoolikutel liikuda nende probleemide lahendamise suunas. Mul vedas, sest veel poolteist aastat jäid mu endised ärikaaslased skeptiliseks ning selle aja jooksul ei leidnud ma praktiliselt mingit tööotsa. Mu enesetunne ei olnud toona kõige parem ja mind kiusasid enesehaletsuse ja kibestumuse hood. Mõnikord oleks see mu peaaegu jooma ajanud, kuid ma avastasin peagi, et kui miski muu ei aidanud, siis töö teise alkohoolikuga päästis ikka päeva. Palju kordi olen ma meeleheitel oma vanasse haiglasse läinud. Kuid pärast jutuajamist mõne sealse inimesega mu tuju tõuseb ja saan taas jalule. See on elukorraldus, mis töötab kõigi raskuste korral.

Meil tekkisid kiiresti sõprussuhted ning sellest on kujunenud sõpruskond, millesse kuuluda on suurepärase tunne. Tunneme elust kõigi pingete ja raskuste kiuste suurt rõõmu. Olen näinud sadu perekondi asumas teele, mis tõepoolest kuhugi viib; olen näinud, kuidas ka kõige võimatunud kodused olukorrad normaalsesse rööbastesse pöörduvad; kuidas igasugune

vaen ja kibestumus minema pühitakse. Olen näinud hullumajadest tulnud mehi, kes asuvad taas tähtsale kohale oma perekonnas ja ühiskonnas. Ärimehed ja muude erialade esindajad taastavad oma hea maine. Harva leidub kannatust või häda, millest me üheskoos üle ei saa. Ühes läänepoolses linnas ja selle ümbruses elab tuhandeid meie sõpruskonna liikmeid. Me saame tihti kokku, et uustulnukad leiaksid endale sõruskonna, mida nad otsivad. Niisugustel mitteametlikel koosviibimistel võib korraga olla 50 kuni 200 inimest. Me kasvame nii arvukuselt kui jõult.*

Joobnud alkohoolik on ebameeldiv olend. Meie katsumused nendega on kord kurnavad, kord koomilised, kord traagilised. Üks vaene mees sooritas minu kodus enesetapu. Ta ei suutnud või ei tahtnud mõista meie eluteed.

Ometi on kõiges selles ka palju lõbusat. Ma arvan, et nii mõnigi oleks rabatud meie näilisest ilmalikkusest ja lõbususest. Kuid sisimas oleme surmtõsised. Usk peab meie sees ja meie kaudu kakskümmend neli tundi ööpäevas tegusid tegema või muidu me hukkume.

Enamik meist tunneb, et enam ei tarvitse meil Utopiat taga otsida. See on meiega just siin ja praegu. Mu sõbra lihtne köögilaua taga räägitud jutt mitmekordistub iga päevaga avarduvas maapealses rahuringis ja heasoovlikkuses inimeste vastu.

*Bill W, AA üks asutajaliikmeid,
suri 24. jaan. 1971.*

**2001. aastal oli AA-l üle 100 000 rühma.*

2. peatükk

LAHENDUS ON OLEMAS

MIE, ANONÜÜMSETE ALKOHOLIKUTE LIIK-
MED, teame tuhandeid mehi ja naisi, kes olid
kunagi niisama lootusetud kui Bill. Peaaegu kõik nad on
tervenenud. Nad on lahendanud oma joomisprobleemi.

Me oleme keskmised ameeriklased. Meie seas on
esindatud inimesed meie maa eri nurkadest ja paljud
elualad, aga ka paljude erinevate poliitiliste, majandus-
like, sotsiaalsete ja religioossete taustadega inimesed.
Me oleme inimesed, kes harilikult omavahel ei segu-
neks. Kuid meie hulgas valitseb selline vennatunne,
sõbralikkus ja üksteisemõistmine, mis on kirjeldamatult
tore. Me oleme nagu reisijad suurel laeval hetk pärast
laevahukust pääsemist, mil ahtritekist kaptenilauani
välja täidab laeva kamraadlus, lõbusus ja demokraa-
tia. Kuid erinevalt laevareisijatest ei vaibu meie rõõm
õnnetusest pääsemise üle niipea, kui igaüks oma teed
läheb. Tunne, et oleme koos ühes ja samas ohus olnud,
on üheks komponendiks selles tugevas sidusaines, mis
meid ühendab. Kuid pelgalt see poleks meid kunagi
niimoodi ühte liitnud, nagu me praegu oleme.

Igaühe kohta meist kehtib ülioluline tõik, et oleme
leidnud ühise lahenduse. Meil on olemas pääsetee, mil-
lega me kõik jäägitult nõus oleme ja mille alusel võime
liituda vennalikeks ja harmoonilisteks tegudeks. Selli-
seid häid uudiseid toob meie raamat neile, kes kannatavad
alkoholismi all.

Selline haigus – ja me oleme veendunud, et see on
haigus – võtab meie kaasinimesi oma haardesse nii,

nagu seda mitte ükski teine haigus ei tee. Kui inimesel on vähk, siis tunnevad kõik talle kaasa, keegi ei ole vihane ega solvunud. Ent alkoholismihaigusega on teisiti, kuna sellega kaasneb kõikide eluväärtuste täielik hävimine. See neelab endasse elud, mis puutuvad kokku kannataja omaga. See toob endaga kaasa vääritimõistmise, tulise vimma, majandusliku ebakindluse, sõprade ja tööandjate jälestuse, süütute laste väärastunud elud, abikaasade ja vanemate kurbuse – igaüks võib seda loetelu jätkata.

Me loodame, et see raamat annab teavet ja pakub lohutust kõigile neile, keda see puudutab või puudutada võib. Neid on palju.

Meiega tegelenud ülimalt võimekad psühhiaatrid on leidnud, et mõnikord on lausa võimatu veenda alkohoolikut tema olukorra üle avameelselt arutlema. Kummaline on seegi, et tihtipeale oleme abikaasadele, vanematele ja lähedastele sõpradele veelgi ligipääsmatumad kui psühhiaatritele või arstidele.

Kuid endine probleemne jooja, kes on leidnud lahenduse, kes on korralikult relvastatud teadmistega iseenda kohta, võib üldjuhul võita teise alkohooliku täieliku usalduse juba mõne tunniga. Kuni sellise mõistmiseni ei jõuta, ei ole võimalik peaaegu midagi ära teha.

Inimene, kes hakkab alkohoolikule lähenema, on kogenud samu raskusi ja teab ilmselgelt, millest räägib. Kogu tema olemus hõiskab, et tema on inimene, kellel leidub õige vastus, et tal ei ole mingisugust Pühamehe hoiakut, tal pole midagi muud peale siira aitamissoovi; ei ole vaja maksta osavõtumakse, ei ole varjatud motiive, ei ole vaja kellelegi meele järele olla ega mingisuguseid loenguid taluda – neid tingimusi oleme hakanud pidama kõige mõjuvamateks. Sellise lähenemise tule-

musena tõusevad paljud oma asemelt ja hakkavad taas kõndima.

Mitte keegi meist ei tee sellest tööst oma ainsat kutsumust ning me ei usu, et see oleks tulemuslikum, kui me ka seda teeksim. Me tunneme, et meie joomise kõrvaldamine on vaid algus. Meie põhimõtete palju olulisem demonstreerimine seisab ees kodudes, töökohtadel ja igapäevastes tegemistes. Me kõik pühendame suure osa oma vabast ajast püüdlustele, mida me järgnevalt kirjeldame. Mõnel meist on aga õnn peaaegu kogu oma aeg sellele tööle pühendada.

Kui me püsime teel, mida mööda käime, siis pole erilist kahtlust, et sellest sünnib palju head, kuid ometi puudutab see vaid probleemi pealispinda. Suurlinnades elavaid inimesi meie seast valdab mõte, et iga päevaga vajub unustusse vaat et sadu inimesi. Paljud võiksid terveneda, kui neile antaks samasugune võimalus, mis meile on kingitud. Kuidas me siis peaksime edasi andma seda, mida on meile nii lahkelt antud?

Oleme otsustanud avaldada anonüümse raamatu, milles seda probleemi meie pilgu läbi käsitletakse. Selles võtame kokku oma ühised kogemused ja teadmised. Raamat peaks pakkuma kasulikku programmi kõigile neile, kellel on joomisprobleem.

Vastavalt vajadusele puudutame ka meditsiinilisi, psühhiaatrilisi, sotsiaalseid ja religioosseid teemasid. Oleme teadlikud, et need teemad on oma olemuselt vastuolulised. Miski ei valmistaks meile suuremat rõõmu kui kirjutada raamat, milles ei leiduks alust vastuoludele ega vaidlustele. Püüame selle ideaalini jõudmiseks anda oma parima. Enamik meist tunnetab, et tõeline sallivus inimeste puuduste ja vaatenurkade suhtes ning austus nende arvamuste vastu on hoiakud, mis teevad meid teis-

tele kasulikumaks. Endiste probleemjoojatena sõltuvad meie elud pidevast mõtlemisest kaasinimestele ja sellest, kuidas suudame aidata neil nende vajadusi täita.

Võib-olla olete juba endamisi küsinud, kuidas see juhtus, et me kõik joomisest nii haigeks jääme. Kahtlemata huvitab teid, kuidas ja miks oleme vastupidiselt ekspertide arvamusele tervenunud lootusetust mõistuse ja keha seisundist. Kui te olete alkohoolik, kes tahab sellest jagu saada, siis võib-olla te juba päritegi: „Mida ma pean tegema?”

Käesoleva raamatu eesmärk ongi niisugustele küsimustele üksikasjalikke vastuseid anda. Me jutustame teile, mida meie oleme teinud. Enne üksikasjalikku arutelu oleks ehk kasulik kokku võtta mõningad punktid, nii nagu meie neid mõistame.

Kui palju kordi on inimesed meile öelnud: „Mina võin võtta või jätta. Miks tema ei suuda?”, „Miks sa ei joo nagu härrasmees või siis maha ei jäta?”, „Sellele mehele ei sobi kära.”, „Miks sa ei proovi hoopis õlut ja veini juua?”, „Ära kanget võta.”, „Tema tahtejõud on vist nõrk.”, „Ta võiks järele jätta, kui ta tahaks.”, „Tal on nii armas tüdruk, mina küll usun, et ta võiks tüdruku pärast joomise maha jätta.”, „Arst ütles talle, et kui ta kunagi veel joob, siis see ta tapab, aga näe, siin ta nüüd on, nina jälle täis tõmmanud.”

Need olid tavalised märkused napsitajate kohta, mida me alatasa kuuleme. Nende taga peitub teadmatuse ja väärarvamuste maailm. Me mõistame, et need väljendid viitavad inimestele, kelle reaktsioonid on meie omadest väga erinevad.

Mõõdukatele napsitajatele ei valmista erilist raskust alkohol täielikult maha jätta, kui neil on selleks hea põhjus. Nad võivad võtta või võtmata jätta.

Kuid peale nende on veel teatud liiki raskelt joojaid. Neil võib see harjumus olla juba nii hull, et hakkab tasapisi ka nende füüisist ja mõistust kahjustama. See võib lühendada nende eluiga mõne aasta võrra. Ent kui mõni küllaldaselt tõsine põhjus – halb tervis, armumine, keskkonna muutus või arsti hoiatus – esile kerkib, siis võib ka selline inimene joomise maha jätta või seda piirata, ehkki see on tema jaoks tülikas ja raske ning ta võib isegi arstiabi vajada.

Kuidas aga on lood tõelise alkohoolikuga? Ta võib alustada mõõduka napsitajana; temast võib, kuid ei pruugi saada alaline kõva jooja, ent oma joomiskarjääri teatud etapil hakkab tal kaduma igasugune kontroll oma alkoholitarbimise üle, niipea kui ta joomist alustab.

Siin on inimene, kelle käitumine, eriti aga kontrolli puudumine, on teid kummastanud. Joomise ajal teeb ta absurdseid, uskumatuid, traagilisi asju. Ta on tõeline doktor Jekyll ja mister Hyde. Harva on ta ainult kerges joobes. Ta on alati enam-vähem mõistusekaotuseni purjus. Tema käitumine joomise ajal ei vasta peaaegu üldse tema tõelisele loomusele. Ta võib olla üks suurepärasemaid inimesi maailmas. Ent kui lasta tal päev otsa juua, siis muutub ta tihtipeale vastikult ja isegi ohtlikult antisotsiaalseks. Tal on geniaalne anne kõige ebasobivamal hetkel nina täis võtta – eriti siis, kui ees seisab mõne tähtsa otsuse tegemine või kohustusest kinni pidamine. Sageli on ta kõiges muus mõistlik ja tasakaalukas, kuid alkoholi puhul uskumatult ebaaus ja isekas. Tihti on tal erilisi andeid, oskusi ja võimeid ning teda ootab ees paljutõotav karjäär. Ta kasutab oma andeid selleks, et rajada oma perekonnale ja endale hiilgavad väljavaated, kuid siis lammutab ta kõik arutute järjestikuste joomahoogudega. Ta on sedasorti mees,

kes läheb voodisse nii joobnuna, et peaks kaksküm-mend neli tundi järjepanu magama. Kuid juba järgmisel hommikul vara otsib ta hullunult pudelit, mille eelmisel õhtul kuskile toppis. Kui ta saab seda lubada, siis võib ta majas kõikjale alkoholi peita, et keegi mingil juhul korraga kogu ta varu kätte ei saaks ja seda kraanikausist alla ei valaks. Olukorra halvenedes hakkab ta läbisegi kasutama tugevatoimelist rahustit ja alkoholi, et tööle-minekuks närve rahustada. Kuid siis saabub päev, mil ta seda lihtsalt ei suuda ning joob end jälle täis. Ta võib ka pöörduda arsti poole, kes annab talle morfiini või mõnd rahustit, mille varal tuurid maha võtta. Siis hakkab ta käima haiglate ja sanatooriumide vahet.

Ülaltoodu ei ole mõistagi ammendav pilt tõelisest alkohoolikust, sest meie käitumismustrid on erinevad. Kuid laias laastus peaks see kirjeldus tema puhul paika pidama.

Miks ta nii käitub? Kui sajad kogemused on näida-nud, et üksainus jook tähendab uut hävingut koos kogu selle juurde kuuluva kannatuse ja alandusega, siis miks ta ikkagi võtab selle esimese napsi? Miks ei suuda ta ree peal püsida? Mis on saanud tema tervest mõistusest ja tahtejõust, mida ta teiste asjade puhul ikka veel vahel välja näitab?

Võib-olla ei leita neile küsimustele iialgi täit vastust. Leidub väga erinevaid arvamusi selle kohta, miks alko-hoolik reageerib teisiti kui normaalsed inimesed. Meil ei ole selge, miks on nii, et teatavast hetkest alates ei saa teda enam kuigivõrd aidata. Me ei oska seda mõistatust lahendada.

Teame, et kuni alkohoolik hoidub alkoholist eemale, mida ta võib teha kuid või isegi aastaid, käitub ta üsna

teiste inimeste sarnaselt. Ühtlasi oleme kindlad selles, et niipea, kui tema organismi satub natukenegi alkoholi, toimub nii tema kehas kui mõttelaadis mingi muutus, mistõttu tal on praktiliselt võimatu lõpetada. Iga alkoholiku kogemused võivad seda küllaldaselt kinnitada.

Need tähelepanekud oleksid niisama akadeemilised ja mõttetud, kui meie sõber ei võtaks seda esimest napsi, millega ta käivitab jälle selle kohutava nõiaringi. Seetõttu peitub alkoholiku peamine probleem pigem tema mõtteviisis, kui tema kehas. Kui te tema käest küsite, miks ta viimati jooma puhkes, siis käib ta tõenäoliselt teile välja ühe õigustuse saja seast. Vahel on neis vabandustes teatav usutavus, kuid ükski neist ei ole loogiline arvestades, millist hävingut alkoholiku jooming enesega kaasa toob. Need seletused kõlavad nagu tolle mehe filosoofia, kes taob peavalu korral endale haamriga pähe, et mitte valu tunda. Kui te juhite alkoholiku tähelepanu sellisele kõveriti loogikale, siis naerab ta selle välja või ärritub ja keeldub rääkimast.

Vahetevahel võib ta ka tõtt rääkida. Ja tõde, imelik küll, on see, et tal pole tavaliselt rohkem aimu kui teil, miks ta selle esimese napsi võttis. Mõnedel joojatel on vabandused, mis neid endid vahel rahuldavad. Kuid südames ei tea nad tegelikult, miks nad seda teevad. Kui see tõbi nad kord tõeliselt enda haardesse saab, satuvad nad suurde segadusse. Ikka veel säilib kinnisidee, et mingil moel, mingil päeval saavad nad selle mängu võita. Kuid sageli tekib neil ka kahtlus, et nad on omadega käpuli.

Vähesed taipavad, kui tõsi see on. Nende perekonnad ja sõbrad aimavad ähmaselt, et sellised joojad on ebanormaalsed, kuid kõik nad ootavad lootusrikkalt päeva, mil kannataja toibub letargiast ning taastab oma tahtejõu.

Traagiline on tõdeda, et kui inimene on tõeline alkohoolik, siis ei pruugi see õnnelik päev saabuda. Ta on kaotanud kontrolli. Joomise käigus satub iga alkohoolik niisugusesse seisundisse, kus ka kõige tugevam soov joomine lõpetada on täiesti tulutu. Praktiliselt iga kord on see traagiline olukord kätte jõudnud juba ammu enne, kui seda kahtlustama hakatakse.

Fakt on see, et enamik alkohoolikuid on seni seletamatul põhjustel kaotanud otsustusvõime alkoholi puhul. Meie niinimetatud tahtejõud muutub praktiliselt olematuks. Teatud hetkedel oleme võimetud piisava selgusega meenutama kõigest nädal või kuu aega tagasi kogetud piina ja alandust. Me oleme esimese joogi ees kaitsetud.

Meid ei heiduta need peaaegu kindlad tagajärjed, mida kasvõi ainult klaasi õlle joomine kaasa toob. Kui niisugused mõtted ka tekivad, on need ähmased ja asenduvad varmalt sellesama vana armetu kujutlusega, et seekord tuleme endaga toime nagu teised inimesed. Kaitsemehhanism, mis peaks takistama inimesel kätt tulise pliidi vastu panemast, on täielikult rikkis.

Alkohoolik võib endale nagu muuseas öelda: „Seekord ma kõrvetada ei saa ja ongi kõik!” Või ei mõtle ta ehk üldse midagi. Kui sageli on mõned meist niisugusel näiliselt hoolimatul viisil joomist alustanud ning pärast kolmandat või neljandat napsi rusikaga vastu baariletti põrutanud ja omaette imestanud: „Jumala eest, mis-moodi ma jälle pihta hakkasin?” Kuid see mõte asendub otsekohe järgmisega: „Olgu, ma lõpetan kuuenda klaasiga.” Või: „Tühja sest ikka?”

Kui selline mõtlemine on alkohooliku kalduvusega inimeses kindlalt juurdunud, siis on ta tõenäoliselt end seadnud väljapoole inimabi ja kui teda luku taha ei panda, võib ta surra või jäädavalt hulluks minna. Aegade

jooksul on neile karmidele ja koledatele tõsiasjadele tõendust andnud terved alkohoolikute leegionid. Kuid Jumala armuta võinuks olla veel tuhandeid selliseid veenvaid tõestusi. Nii paljud tahavad lõpetada, kuid ei suuda.

Lahendus on olemas. Peaaegu kellelegi meist ei meeldinud enesevaatlus, uhkuse allasurumine ja puuduste tunnistamine, mida tervenemisprotsessi õnnestumiseks nõutakse. Kuid nägime, et teiste puhul see töötas, ja olime hakanud uskuma, et meie elatud elu oli olnud lootusetu ja tühine. Kui meie juurde tulid inimesed, kellel see probleem oli juba lahendatud, ei jäänud meil muud üle, kui võtta üles meie jalge ette asetatud lihtne vaimsete tööriistade komplekt. Me oleme avastanud palju taevalikku ning meid on paisatud eksistentsi neljandasse mõõtmesse, millest me ei olnud isegi unistada osanud.

Peamine tõde seisneb selles ja mitte milleski muus: meil on olnud sügavaid ja mõjusaid vaimseid kogemusi*, mis on pöördeliselt muutnud meie ellusuhtumist, suhtumist oma kaaslastesse ja Jumala kõiksusesse. Täna on meie elu keskseks tõsiasjaks jäägitu veendumus, et Looja on tõeliselt imelisel kombel tulnud meie südamesse ja eludesse. Ta on asunud lahendama neid asju, millega me ei oleks ise iial hakkama saanud.

Kui te olete sama tõsine alkohoolik nagu meie olime, siis arvame, et teie jaoks ei ole olemas poolikuid lahendusi. Me olime olukorras, kus elu hakkas muutuma väljakannatamatuks ja kui me olime jõudnud sellele maale, kust enam inimabiga naasta ei ole võimalik, siis jäi meile vaid kaks alternatiivi: kas minna vastu kibedale lõpule, püüdes kustutada oma teadvusest seda väljakannatamatut olukorda, kuidas vähegi oskame; või

**Põhjalikult lahti seletatud – Lisa II*

teine, võtta vastu vaimne abi. Me tegime viimast, sest tahtsime seda siiralt ja olime valmis vaeva nägema.

Ühel ameeriklasest ärimehel olid suurepäraseid võimed, ta oli mõistlik ja tal oli kõrge moraal. Juba aastaid oli ta ekselnud ühest sanatooriumist teise. Ta oli konsulteerinud Ameerika tuntuimate psühhiaatritega. Seejärel läks ta Euroopasse ja andis end kuulsa arsti (psühhiaater Dr Jungi) hoolde, kes koostas tema jaoks raviplaani. Kuigi eelnevad kogemused olid ta skeptiliseks muutnud, lõpetas ta ravikuuri ebatavalise enesekindlusega. Tema füüsis ja meeleseisund olid enneolematult head. Eelkõige uskus ta, et on omandanud sedavõrd sügavad teadmised oma mõistuse salakäikudest ja varjatud lätetest, et tagasilangus näis mõeldamatu. Sellest hoolimata oli ta peagi jälle purjus. Ja mis veelgi kummalisem, ta ei suutnud anda oma kukkumise kohta ühtki rahuldavat seletust.

Niisiis pöördus ta uuesti selle arsti poole, kellest ta lugu pidas ja küsis temalt otsesõnu, miks ta ei suutnud terveneda. Ta soovis üle kõige taas enesekontrolli saavutada. Kõigis muudes küsimustes näis ta küllaltki mõistlik ja tasakaalukas. Kuid alkoholi üle ei olnud tal ometigi mitte mingisugust kontrolli. Miks see nii oli?

Ta anus arsti, et see räägiks talle kogu tõe ning sai selle. Arsti arvates oli ta täiesti lootusetu; võimetu taastama oma positsiooni ühiskonnas ja tal tulnuks end luku ja riivi taha panna või endale ihukaitsja palgata, kui ta kauem elada soovib. Selline oli kuulsa arsti arvamus.

Kuid see mees elab edasi vaba mehena. Ta ei vaja ihukaitsjat ega ole ka kuskile suletud. Ta võib hävingut kartmata minna mistahes maailma paika, kus käivad teisedki vabad inimesed, tingimusel, et ta on valmis säilitama teatud lihtsat hoiakut.

Mõned meie alkohoolikutest lugejad võivad arvata, et nad saavad läbi ka ilma vaimse abita. Kuid toogem nüüd ära ülejäänud osa meie sõbra ja tema arsti vestlusest.

Arst ütles: „Teil on kroonilise alkohooliku mõtteviis. Ma ei ole näinud ainsatki tervenemisjuhtu kellelgi, kelle meeleseisund on samasugune nagu teil.” Meie sõber tundis, nagu oleksid põrguväravad pauguga tema selja taga kinni langenud.

Ta küsis arsti käest: „Kas erandeid ei olegi?”

„On,” vastas arst. „Juba ammustest aegadest peale on selliste juhtumite puhul nagu teie oma, ka erandeid ette tulnud. Siin ja seal on alkohoolikutel aeg-ajalt esinenud niinimetatud elutähtsaid vaimseid kogemusi. Minu jaoks on need juhtumid omaette nähtused. Tundub nagu toimuksid need tohutute emotsionaalsete nihete ja ümberkujunemiste näol. Ideed, emotsioonid ja hoiakud, mis kunagi olid olnud nende inimeste elu juhtivateks jõududeks, heidetakse järsku kõrvale ja neid asub juhtima täiesti uus kogum arusaamu ja motiive. Tõtt-öelda olen ma teiski püüdnud esile kutsuda taolist emotsioonide ümberkujunemist. Paljude inimeste puhul on minu kasutatavad meetodid olnud edukad, kuid mind pole kunagi saatunud edu teiesuguse alkohoolikuga.”*

Seda kuuldes tundis meie sõber mõningast kergendust, sest ta mõtles, et lõppude lõpuks oli ta siiski tubli koguduseliige. Kuid arst purustas sellegi lootuse, öeldes, et kuigi tema religioossed veendumused on väga head, ei kutsunud nad tema puhul esile tarvilikku elutähtsat vaimset kogemust.

Niisuguse kohutava dilemma eest leidis end meie sõber, enne kui ta sai erakordse kogemuse, mis, nagu varem öelnud, tegi temast vaba mehe.

**Täpsemalt – vaata Lisa II.*

Meie omakorda otsisime uppuja meeleheitlikkusega samasugust pääsemist. See, mis algul paistis hapra õlekõrrena, on nüüdseks osutunud Jumala armastavaks ja võimsaks käeks. Meile on antud uus elu, või kui soovite, „elukava”, mis tõepoolest töötab.

Silmapaistev ameerika psühholoog William James osutab oma raamatus „Usulise kogemuse mitmekesisus”, et inimesed on lugematutel eri viisidel avastanud enda jaoks Jumala. Meil ei ole mingit soovi kedagi veenda, et usuni võib jõuda vaid üht kindlat teed pidi. Kui see, mida oleme õppinud, tundnud või näinud, üldse midagi tähendab, siis ainult seda, et me kõik oleme rassist, usutunnistusest ja nahavärvist sõltumata elava Looja lapsed ning võime temaga luua lihtsatel ja kergestimõistetavatel tingimustel suhte niipea, kui meil on valmisolek ja piisav ausus selle proovimiseks. Erineva usutunnistusega inimesed ei leia siin midagi, mis võiks häirida nende vaateid või tavasid. Niisuguste asjade pärast ei ole meie vahel hõõrumisi.

Me ei pea oluliseks, millistesse religioossetesse rühmitustesse meie liikmed üksikisikutena kuuluvad. See peab jääma täielikult iga inimese eraasjaks, mille igaüks otsustab enda jaoks ise nii varasemate seoste kui ka hetke valiku valguses. Mitte kõik meist ei ole ühinenud religioossete rühmitustega, kuid enamik meist pooldab neisse kuulumist.

Järgnevas peatükis selgitame alkoholismi olemust, nii nagu meie seda mõistame, ning ülejäämine peatükk on suunatud agnostikutele. Paljudest, kes varasemalt kuulusid sellesse rühma, on saanud nüüd meie liikmed. Üllataval kombel leiame, et seesugused veendumused ei ole vaimsele kogemusele märkimisväärseks takistuseks.

Sealt edasi anname selgesõnalised juhised, kuidas meie tervenesime. Neile järgneb nelikümmend kaks kogemuslugu.

Iga inimene kirjeldab oma loos endale omases keeles ja oma vaatenurgast, kuidas ta lõi suhte Jumalaga. Need lood annavad läbilõikes hea ülevaate meie liikmeskonnast ja selgesõnalise ettekujutuse sellest, mis on nende eludes tegelikult juhtunud.

Loodame, et keegi ei pea nende avameelsete tunnistuste tooni solvavaks. Loodame ka, et paljud meeleheitel alkohoolikutest mehed ja naised näevad neid lehekülgi, ning usume, et üksnes täielikult ennast ja oma probleeme avades suudavad nad veendunult öelda: „Jah, mina olen samuti üks neist; mul on seda vaja.”

3. peatükk

ALKOHOLISMIST LÄHEMALT

ENAMIK MEIE HULGAST ei ole tahtnud tunnistada, et olime tõelised alkohoolikud. Ühelegi inimesele ei meeldi mõelda, et ta keha ja mõistus on kaaslaste omast erinevad. Seepärast ei ole ka üllatav, et meie joomiskarjäärile on iseloomulik lugematu arv katseid tõestada, et me võime juua nagu kõik teisedki inimesed. Igal ebanormaalsel joodikul on suur kinnisidee, et ühel päeval suudab ta mingil kombel oma joomist kontrollida ja seda nautida. Selle illusiooni püsivus on hämmastav. Paljud hoiavad sellest kinni hulluse või surma väravateni.

Me mõistsime, et peame oma seesmisele minale täielikult tunnistama, et oleme alkohoolikud. See on esimene samm tervenemise teel. Tuleb purustada pettekujutelm, et oleme või saaksime olla nagu teised inimesed.

Meie, alkohoolikud, oleme mehed ja naised, kes on kaotanud võime kontrollida oma joomist. Me teame, et mitte ükski tõeline alkohoolik ei suuda enam *kunagi* selle üle kontrolli taastada. Kõik me oleme aeg-ajalt tundnud, nagu oleksime seda kontrolli tagasi saamas, kuid niisugustele perioodidele – harilikult lühikestele – järgnes paratamatult veelgi ulatuslikum kontrollimatus, mis viis lõpuks välja haletsusväärse ja arusaamatu moraalse laostumiseni. Me oleme eranditult kõik veendumusel, et meiesugused alkohoolikud on progresseeruva haiguse küüsis. Mistahes vaadeldaval perioodil muutub meie seisund ikka halvemaks, mitte kunagi paremaks.

Me sarnaneme inimestega, kes on kaotanud oma jalad; need ei saa iial tagasi kasvada. Samuti ei paista olevat ühtki ravimeetodit, mis teeks meiesugused alko-

hoolikud teiste inimeste sarnaseks. Me oleme proovinud kõikvõimalikke abinõusid. Mõningatel juhtudel on esinenud lühiajalist paranemist, millele on aga alati järgnenud veelgi hullem tagasilangus. Alkoholismiga tuttavad arstid on ühisel arvamusel, et alkohoolikust ei ole võimalik teha normaalset joojat. Kunagi tulevikus võib see teadusel õnnestuda, ent seni pole seda saavutatud.

Hoolimata kõigest, mida me ütleme, ei usu paljud tõelised alkohoolikud, et nad sellesse rühma kuuluvad. Kõikvõimaliku enesepettuse ja katsetamise abil püüavad nad endale tõestada, et nemad moodustavad sellest reeglist erandi ega ole seetõttu alkohoolikud. Kui keegi, kelle juures on märgata võimetust oma joomist kontrollida, suudab teha täispöörde ja juua nagu härrasmees, siis müts maha tema ees. Taevas teab, et oleme piisavalt kangesti ja piisavalt kaua üritanud juua nagu teised inimesed!

Meie poolt katsetatud meetodid olid järgnevad: juua ainult õlut, piirduda mõne joogiga, mitte kunagi juua üksi, mitte kunagi juua hommikul, juua ainult kodus, mitte kunagi hoida alkoholi kodus, mitte kunagi juua tööajal, juua ainult pidudel, juua viski asemel brändit, juua ainult naturaalseid veine, nõustuda ametist lahkumisega töö purjus olemise korral, reisima minna, mitte reisida, töötada (pühaliku vandega või ilma) joomine igaveseks lõpetada, harrastada rohkem sporti, lugeda inspireerivaid raamatuid, käia puhketaludes ja sanatooriumides, nõustuda vabatahtlikult hullumajja paigutamise – me võiksime seda loetelu lõputult jätkata.

Me ei tahaks ühtegi inimest alkohoolikuks kuulutada, kuid teil on võimalik end ise kiiresti diagnoosida. Astuge sisse lähimasse baari ja proovige kontrollitult

juua. Püüdke juua ja siis see hoobilt katki jätta. Katsetage seda rohkem kui üks kord. Teil ei lähe otsuse tegemiseks kaua, kui te enda ees ausaks jääte. Selleks, et oma seisundist täiesti selge pilt saada, võib üks korralik närvivapustus end ära tasuda.

Ehkki me ei suuda seda kuidagi tõestada, usume siiski, et oma joomiskarjääri alguses oleks enamik meist suutnud joomise lõpetada. Raskus seisneb selles, et ainult vähestel alkohoolikutel leidub piisavalt soovi lõpetada siis, kui see on veel võimalik. Me oleme kuulnud nii mõnestki juhtumist, kus inimesed, kes on ilmutanud kindlaid alkoholismi tundemärke, olid suutelised pikemaks ajaks joomisest loobuma, kuna neil oli tungiv soov seda teha. Järgnevalt üks selline lugu.

Ühel kolmekümneaastasel mehel esines palju jooma-hooge. Hommikuti pärast neid joominguid oli ta väga närviline ja rahustas end täiendava alkoholikogusega. Tal olid suured äriplaanid, kuid ta mõistis, et juues ei jõua ta kuhugi. Niipea, kui ta jooma hakkas, puudus tal igasugune kontroll. Ta otsustas, et kuni ta pole ärialal edu saavutanud ja pensionile jäänud, ei võta ta enam ühtegi piiska. Erandliku mehena oli ta kakskümmend viis aastat purukaine ning jäi peale edukat ja õnnelikku karjääri viiekümne viie aastaselt pensionile. Kuid siis langes ta praktiliselt igale alkohoolikule omase veendumuse ohvriks – et see pikk kainuse ja enesedistsipliini periood on teinud temast normaalse alkoholipruukija. Niisiis otsis ta välja toasussid ja pudeli. Kahe kuuga oli ta haiglas, segaduses ja häbistatud. Mõnda aega püüdis ta joomist piirata, sattudes selle aja sees mitu korda haiglasse. Seejärel püüdis ta kogu jõudu kokku võttes joomisest hoopiski loobuda ja avastas, et ei suutnud seda teha. Tema päralt olid kõik vahendid, mida raha võimaldas, et

oma probleemi lahendada. Kuid kõik katsed nurjusid. Kuigi ta oli pensionile jäädes olnud täies elujõus mees, käis ta nüüd ruttu alla ja suri veel enne nelja aasta möödumist.

Selles loos peitub võimas õppetund. Enamik meist on uskunud, et kui püsime tükk aega kained, siis saame pärast seda normaalselt juua. Siin on lugu mehest, kes viiekümne viie aastaselt avastas, et on täpselt sealsamas, kus ta oli kolmekümneselt pidama saanud. Oleme selle tõe: „Kes kord alkohoolik on, see ka alkohoolikuks jääb”, kordumist pidevalt näinud. Kainuseperioodi järel uuesti jooma hakates oleme lühikese ajaga sama hullus seisus nagu varemgi. Kui tahame joomist lõpetada, siis ei ole kohta mingisugusele järeleandmisele ega salajasele mõttele, et ühel päeval oleme alkoholi suhtes immuunsed.

Tolle mehe kogemus võib viia noori inimesi mõttele, et nad suudavad joomise lõpetada üksnes tahtejõu abil nagu temagi. Me kahtleme, kas see kuigi paljudel õnnestub, sest keegi ei taha ju tegelikult lõpetada, ja juba iseäraliku väljakujunenud moonduv mõtteviisi tõttu ei õnnestu peaaegu ühelgi neist selles võitluses peale jääda. Paljud meie hulgast, veel alla kolmekümnesed mehed, olid joonud ainult mõne aasta, kui nad avastasid, et olid sama abitus seisus kui need, kes olid joonud paarkümmend aastat.

Surmahaardesse sattumiseks ei tarvitse tingimata juua pikka aega ega ka nii suurtes kogustes, nagu mõned meist seda on teinud. Eriti käib see naiste kohta. Potentsiaalsetest naisalkohoolikutest saavad sageli tõelised alkohoolikud ja nad muutuvad mõne aastaga tundmatuseni. Teatud sorti joojaid, kes solvaksid, kui neid alkohoolikuteks nimetataks, ometi hämmastab neid

nende endi võimetus joomisele lõpp teha. Meie, kes me neid sümptomeid tunneme, näeme kõikjal noorte inimeste hulgas arvukalt potentsiaalseid alkohoolikuid. Aga proovige panna neid seda nägema!*

Tagasi vaadates näeme, et jõime jätkuvalt veel palju aastaid pärast seda, kui olime ületanud piiri, millest alates oli juba võimatu alkoholist vaid tahtejõu abil loobuda. Kui keegi kahtleb, kas ta ehk ei ole juba selle ohtliku piiri lähedale sattunud, siis las ta püüab aasta aega ilma alkoholita olla. Kui ta on tõeline alkohoolik ja väga kaugele arenenud, siis on edušansid imetillukesed. Oma joomistee alguses suutsime vahetevahel terve aasta või kauemgi kaine püsida, pärast seda aga said meist uuesti tõsised joojad. Kuigi te ehk jaksate üksjagu kaua ilma alkoholita läbi ajada, võite ometi olla potentsiaalne alkohoolik. Meie arvates suudavad vähesed neist, kellele see raamat võiks huvi pakkuda, aasta otsa ilma tilkagi võtmata olla. Mõni joob end purju juba järgmisel päeval peale loobumisotsuse tegemist, enamik teeb seda mõne nädala jooksul.

Nende jaoks, kes joomisega piiri pidada ei oska, on küsimus selles, kuidas joomine hoopiski lõpetada. Loomulikult eeldame, et meie lugeja soovib lõpetada. Kas selline inimene suudab joomise maha jätta toetumata vaimsele alusele, sõltub sellest, kuivõrd ta on juba minetanud võime ise otsustada, kas juua või mitte. Paljud meist tundsid, et neil oli küllalt iseloomu. Meil oli tohutu tahtmine joomine igaveseks lõpetada. Kuid ometi osutus see võimatuks. See on meie meelest alkoholismi juures väga segadusttekitav joon – täielik suutmatus alkoholist loobuda, ükskõik kui suur vajadus või soov selleks ka ei ole.

**See vastas tõele raamatu esmailmumise ajal. Kuid 2004. aastal USA/Kanada liikmete seas läbi viidud uuringust selgus, et umbes 12% AA-lastest olid kolmekümneaastased või nooremad.*

Mismoodi me saame siis aidata oma lugejail kindlaks teha, kas nad kuuluvad meie hulka? Katsest alkoholist mõneks ajaks loobuda on kindlasti kasu, kuid me usume, et võime alkoholismi ohvritele ja võib-olla isegi meedikutele pakkuda midagi enamat. Seepärast kirjeldame järgnevalt mõningaid taas jooma hakkamisele eelnevaid meeleseisundeid, sest ilmselgelt peitub just siin probleemi tuum.

Millist sorti mõtlemine valdab alkohoolikut, kes ikka ja jälle kordab esimese napsi meeleheitlikku eksperimenti? Sõbrad, kes on tema abielulahutuse või pankroti äärele viinud joomatuuri järel püüdnud talle aru pähe panna, jäävad nõutuks, kui ta otsejoones baari suundub. Miks ta seda teeb? Mida ta ometi mõtleb?

Meie esimeseks näiteks on üks sõber, keda me siinkohal nimetame Jimiks. Sellel mehel on võluv naine ja perekond. Ta sai päranduseks heade väljavaadetega autoäri. Ta paistis silma maailmasõjas. Ta on hea müügi-mees. Ta meeldib kõigile. Ta on intelligentne, pealtnäha normaalne, kui närviline iseloom välja arvata. Kuni kolmekümne viienda eluaastani ei joonud ta üldse. Paari aastaga muutus ta aga purjuspäi nii vägivaldseks, et tuli luku taha panna. Hullumajast välja saanuna võttis ta meiega ühendust.

Me rääkisime talle, mida alkoholist teame ja milise lahenduse oleme leidnud. Ta tegi algust. Tema perekond taasühines ning ta asus müügimehena tööle firmas, millest oli joomise tõttu ilma jäänud. Mõnda aega läks kõik kenasti, kuid ta ei suutnud kasvatada oma elu vaimset poolt. Oma jahmatuseks leidis ta end kuus korda järgemööda purjutamas. Iga kord pärast seda tegelesime temaga ja analüüsisime põhjalikult, mis oli

juhtunud. Ta nõustus, et on tõeline alkohoolik ja et tema olukord on tõsine. Ta teadis, et kui ta nii jätkab, seisab tal taas ees tee hullumajja. Enamgi veel, ta kaotaks ka oma perekonna, keda ta sügavalt armastas.

Ometi jõi ta end jälle purju. Me palusime tal seletada, kuidas see õieti juhtunud oli. Tema jutt oli järgmine: „Tulin tööle teisipäeva hommikul. Mäletan, et mind ärritas mõte, et pean töötama müügiagendina ettevõttes, mis kunagi oli minu oma. Mul oli ülemusega väike sõnavahetus, kuid ei midagi tõsist. Seejärel otsustasin maale sõita, et kohtuda ühe võimaliku auto ostjaga. Tee peal läks mul kõht tühjaks ja ma pidasin kinni maanteeääres söögikohas, kus oli ka baar. Mul ei olnud mingit kavatsust juua. Mõtlesin, et võtan ühe võileiva. Ühtlasi taipasin, et selles kohas, mis mulle aastate jooksul tuttavaks oli saanud, võiksin ehk mõnele autole ostja leida. Nende kuude jooksul, mil ma kaine olin, einestasin seal sageli. Istusin laua taha ja tellisin võileiva ning klaasi piima. Joomine ei tulnud mul endiselt mõttessegi. Tellisin veel ühe võileiva, ka piima otsustasin juurde võtta.

„Korraga käis mul peast läbi mõte, et kui ma valan piima sisse sortsukese viskit, siis ei tee see mulle täis kõhu peale midagi. Tellisin viskit ja valasin selle piima sisse. Tunnetasin ähmaselt, et see ei olnud tark tegu, kuid rahunesin mõttest, et joon viskit täis kõhu peale. See eksperiment läks nii hästi, et tellisin veel ühe viski ja valasin selle jälle piima sisse. Ka see ei paistnud mulle midagi tegevat, nii et võtsin veel ühe.”

Niimoodi algas Jimi järjekordne teekond hullumajja. Siin oli oht sundravile sattuda, perekond ja positsioon kaotada, rääkimata tohutust ahastusest ja füüsilisest piinast, mida joomine talle alati põhjustas.

Ta tundis ennast kui alkohoolikut hästi. Kuid ometi taandusid kõik põhjused, mis keelasid tal juua, kergesti selle narri mõtte ees, et ta võib viskit juua, kui seda piimaga segab!

Kuidas täpne termin ka ei kõlaks, nimetame meie seda sulaselgeks hullumeelsuseks. Kuidas võiks taolist mõõdutunde ja selge mõtlemise puudumist veel teisiti nimetada?

Te võite arvata, et see oli äärmuslik juhtum. Meie jaoks ei ole see tavapärasest kuigi erinev, sest niisugune mõtlemine on iseloomulik olnud viimasele kui ühele meist. Alati kerkis esile see omapärane mõtteviisi ilming, kus terve mõtlemise kõrval leidis paratamatult mingi hullumeelselt tühine ettekääne esimese napsi võtmiseks. Tervel mõistusel ei õnnestunud meid vaos hoida. Hullumeelne mõte pääses võidule. Järgmisel päeval küsisime endalt täiesti tõsimeeli ja siiralt, kuidas see sai juhtuda.

Mõningatel juhtudel oleme välja läinud kindla sihiga end täis juua, tundes, et seda õigustab närvilisus, viha, mure, depressioon, armukadedus või midagi muud sellest sarnast. Kuid isegi niisuguse alguse puhul oleme sunnitud tunnistama, et võrreldes sellega, mis alati juhtus, olid meie õigustused joomatuuriks hullumeelselt puudulikud. Praegu mõistame, et kui hakkasime jooma sihilikult, mitte juhuslikult, siis ei mõelnud me eriti tõsiselt ega mõjusalt võimalikele kohutavatele tagajärgedele.

Meie käitumine esimese napsi suhtes on sama absurdne ja arusaamatu kui inimese kirk näiteks sõiduteel uitamise vastu. Teda erutab kiiresti liikuvate sõidukite nina eest läbi lipsamine. Sõbralikest hoiatustest hoolimata naudib ta seda mõned aastad. Seni võiks teda pidada lihtsalt tobuks, kellel on veider arusaam lõbust.

Kuid siis pöördub õnn tema vastu ning ta saab mitu korda järjest kergelt vigastada. Võiks eeldada, et kui ta oleks normaalne inimene, jätakas ta sellise käitumise. Ent peagi juhtub uus õnnetus, seekord koljuluum-mõra. Pärast haiglast lahkumist ei möödu nädalatki, kui kiiresti sõitev tramm ta käeluu murrab. Ta kinnitab teile, et on otsustanud oma ohtliku harjumuse igave-seks maha jätta, kuid juba paari nädala pärast murrab ta mõlemad jalad.

Saadetuna pidevatest lubadustest olla tähelepanelik või hoiduda sõiduteel uitamisest, jätkub selline käitu-mine aastaid. Lõpuks ei suuda ta enam tööl käia, naine lahutab temast ja ta muutub üldiseks naerualuseks. Ta proovib igal võimalikul viisil vabaneda kinnisideest täna-val uitamise vastu. Ta laseb end paigutada hullumajja, lootes seal oma harjumust muuta. Kuid juba haiglast välja saamise päeval sööstab ta tuletõrjeauto ette, mis murrab ta selja. Selline inimene oleks ju hull, kas pole?

Te võite muidugi arvata, et meie näide on liiga naeru-väärne. Kuid kas see ikka on nii? Meie, kes me sellest põrgumasinast läbi oleme käinud, peame tunnistama, et kui sõiduteel uitamine alkoholismiga asendada, siis passiks see näide täpselt meie kohta. Kuitahes arukad me muudes asjades ei oleks olnud, muutusime veidralt hullumeelseks, kui alkohol mängu tuli. Need on julmad sõnad – kuid kas ei vasta need tõe le?

Mõned teist mõtlevad: „Jah, see, mida te räägite, on õige, kuid ei käi päris täpselt meie kohta. Me tunnisi-tame, et meil on mõned nendest sümptomitest, kuid me ei ole laskunud niisugustesse äärmustesse nagu teie kutid seda tegite, tõenäoliselt ei laskugi, sest pärast seda, mis te meile olete rääkinud, mõistame end nii hästi, et midagi sellist ei saa enam juhtuda. Me ei ole joomise

tõttu elus kõike kaotanud ega kavatsegi kaotada. Aitäh informatsiooni eest.”

See võib mõnede mittealkohoolikute puhul paika pidada, sest hoolimata sellest, et nad praegu arutult ja palju joovad, suudavad nad joomise lõpetada või seda piirata, kuna erinevalt meist ei ole nende ajud ega kehad veel rikutud. Kuid tegelik või potentsiaalne alkohoolik, kui haruharvad erandid välja arvata, *ei suuda iseenese tundmisele tuginedes joomist mingil juhul lõpetada*. Seda tõsiasi tahame ikka ja jälle rõhutada, et see meie alkohoolikutest lugejatele lõpuks ometi kohale jõuaks, nagu kibe kogemus meile on näidanud. Kuid vaadelgem veel üht näidet.

Fred on tuntud raamatupidamisfirma osanik. Tema sissetulek on korralik, tal on kena kodu, ta on õnnelikus abielus ja ta on võimekate kolledžiealiste laste isa. Tal on nii meeldiv loomus, et ta sõbruneb kõigiga. Teist sellist edukat ärim meest nagu Fred annab otsida. Pealtnäha kindlameelne, hästi tasakaalukas mees. Kuid ometi on ta alkohoolik. Esimest korda kohtasime Fredi umbes aasta eest haiglas, kuhu ta oli läinud närvivapustusest toibuma. Selline lugu juhtus temaga esimest korda ja ta häbenes seda väga. Vähe sellest, et ta ei pidanud end alkohoolikuks – ta kinnitas endale, et on tulnud haiglasse närve kosutama. Arst andis talle selgelt mõista, et tema olukord võib olla tõsisem, kui ta ise arvab. Paariks päevaks sattus ta oma seisundist masendusse. Ta otsustas joomise lõplikult maha jätta. Talle ei tulnud kordagi pähe, et tugevast iseloomust ja positsioonist hoolimata võib see tal mitte õnnestuda. Fred ei tahtnud uskuda, et ta on alkohoolik, veelgi vähem oli ta nõus oma probleemi tarvis vaimurohtu vastu võtma. Me rääkisime talle, mida me alkoholismist teame. Talle pakkus see

huvi ja ta tunnistas, et mõned neist sümptomitest olid tal tõepoolest olemas, kuid ta ei tahtnud kaugeltki tunnistada, et ta ise end aidata ei suuda. Ta oli absoluutselt kindel, et selline alandav kogemus, millele lisandusid meilt saadud teadmised, hoiavad teda terve ülejäänud elu kainena. Iseenda tundmine teeb asjad korda.

Mõnda aega ei olnud Fredist midagi kuulda. Kuid ühel päeval teatati meile, et ta on taas haiglas. Seekord oli ta üsna värisev. Ta andis varsti mõista, et ootab piki-silmi meiega kohtumist. Lugu, mille ta meile rääkis, on äärmiselt õpetlik, kuna ta oli mees, kes oli täiesti veendunud, et peab joomise maha jätma, kel ei olnud mingit ettekäänet joomiseks, kes kõiges muus ilmutas suurepärast otsustusvõimet ja kindlameelsust, kuid oli sellest hoolimata nüüd siruli haiglavoodis.

Ent laskem tal ise oma lugu jutustada: „Mulle avaldasid teie sõnad alkoholismi kohta suurt muljet ja ma tõepoolest ei uskunud, et võiksin uuesti jooma hakata. Olin üsnagi päri teie mõttega, et esimesele napsile eelneb salakaval hullumeelsus, kuid olin kindel, et pärast seda, mida ma teie käest olin kuulnud, ei saa see minuga enam juhtuda. Mõtlesin, et mina ei ole ju nii põhjakäinud nagu enamik teist, et olen ikka oma isiklike probleemidega edukalt toime tulnud ja et ka nüüd õnnestub mul see, mis teil korda ei läinud. Tundsin, et mul on enesekindluseks igati põhjust ja et asi seisneb vaid tahtejõu kasutamises ning valvsuse säilitamises.

Sellises meeleseisundis asusin äriasju ajama ja mõnda aega läkski kõik kenasti. Mul ei olnud sugugi raske paku-tavatest napsidest ära öelda ja ma hakkasin juba kahtlus-tama, kas ma ei olnud tühjast tüli teinud. Kord sõitsin Washingtoni ühele valitsusbüroole arveldusdokumente esitama. Olin varemgi selle konkreetse kuiva perioodi

ajal kaugemal käinud, nii et selles ei olnud midagi uut. Füüsiliselt tundsin ennast hästi. Mul ei olnud ka min-geid pakilisi probleeme ega muresid. Töö läks hästi, ma olin rahul ja teadsin, et ka mu äripartnerid on rahul. Oli suurepärase päeva õhtu, silmapiiril ei paistnud mitte ainsatki pilvekest.

Läksin hotelli ja riietusin tasapisi õhtusöögiks. *Üle söögisaali läve astudes käis mul peast läbi mõte, et õhtusöögi juurde oleks tore ka paar kokteili juua. See oli kõik. Ei enam.* Tellisingi kokteili ja söögid. Seejärel tellisin veel ühe kokteili. Pärast sööki otsustasin jalu-tama minna. Tagasi tulles torkas mulle pähe, et enne magamaminekut oleks meeldiv juua üks viskikokteil, ma astusin baari ja tegingi seda. Mäletan, et tol õhtul võtsin veel mitu napsi ja järgmisel hommikulgi piisavalt. Mul on ähmane mälestus sellest, kuidas ma istusin New Yorgi poole lendavas lennukis ja leidsin maandumisplat-sil oma naise asemel eest lahke taksojuhi. See taksojuht sõidutas mind mitu päeva ringi. Mul on vähe aimu, kus ma käisin, mida tegin või rääkisin. Järgnes haigla koos väljakannatamatu ahastuse ja füüsilise piinaga.

Niipea, kui mu mõtlemisvõime taastus, mõtlesin ma hoolikalt läbi selle õhtu Washingtonis. *Vähe sellest, et olin kaotanud valvsuse, ei olnud ma ka esimesele joogile mitte mingisugust vastupanu osutanud. Seekord polnud ma tagajärgedele sugugi mõelnud.* Olin jooma hakanud nii muretult, nagu oleksid need kokteilid olnud limo-naad. Nüüd meenus mulle, mida mu alkohoolikutest sõbrad olid rääkinud ja kuidas nad olid ennustanud, et kui mul on alkohooliku mõttelaad, siis tuleb ka aeg ja koht – ma hakkan jälle jooma. Nad olid öelnud, et isegi kui ma vastupanu osutaksin, raueks see ikkagi ühel ilusal päeval mingi tühise ettekäände ees võtta üks jook. Jah,

just nii läkski, ja veelgi enam – see, mida ma alkoholismist olin kuulnud, ei tulnud mulle üldse pähe. Sellest hetkest peale teadsin, et mul on alkohooliku mõtteviis. Taipasin, et niisuguste veidrate mõistuse lünkade vastu ei aita tahtejõust ega iseenese tundmisest. Ma ei olnud kunagi suutnud mõista inimesi, kes ütlesid, et mingi probleem on nad lootusetult alistanud. Nüüd mõistsin. See oli purustav hoop.

Minu juurde tulid kaks Anonüümsete Alkohoolikute liiget. Nad naeratasid laialt, mis mulle eriti ei meeldinud ja küsisid siis, kas ma pean end alkohoolikuks ja kas olen seekord omadega täitsa käpuli. Pidin mõlemal juhul jaatavalt vastama. Nad kuhjasid mu üle tõendusmaterjaliga, et niisugune alkohooliku meelelaad, nagu ma Washingtonis olin väljendanud, on lootusetu. Nad tõid tosinate kaupa näiteid oma kogemustest. Kõik see pühkis minema viimsegi kindlusekübeme, et võiksin ise endaga hakkama saada.

Seejärel tõid nad välja vaimse lahenduse ja tegevusplaani, mida nende sada liiget edukalt olid järginud. Kuigi olin ainult formaalselt koguduse nimekirjas, ei olnud mul nende ettepanekute allaneelamine intellektuaalselt raske. Kuid see tegevuskava, ehkki igati mõistlik, oli üsna äärmuslik. See tähendas, et peaksin nii mitmedki eluaegsed tõekspidamised aknast välja viskama. See ei olnud kerge. Ent niipea, kui ma langetasin otsuse see kaasa teha, valdas mind imeline tunne, et olen oma alkoholismile leevendust saanud, mis hiljem osutus tõeks.

„Peaaegu sama tähtis oli enda jaoks avastada, et vaimsed põhimõtted suudavad lahendada kõik mu probleemid. Sestpeale olen jõudnud eluni, mis pakub lõputult

suuremat rahuldust ja mis, nagu ma loodan, on ka kasulikum kui mu varem elatud elu. Mu vanad eluviisid ei olnud küll mingil juhul halvad, kuid ma ei vahetaks toonaseid parimaid hetki praeguste halvimate vastu. Ma ei naaseks selle juurde, isegi kui see oleks võimalik.”

Fredi lugu kõneleb iseenda eest. Me loodame, et tuhanded temasugused tunnevad end tema loos ära. Tema sai tunda vaid põrgumasina esimest raputust. Kuid enamik alkohoolikuid peavad enne päris vaesemaks klobitud saama, kui tõsimeeli oma hädasid lahendama asuvad.

Meie järel dustega nõustuvad paljud arstid ja psühhiaatrid. Hiljaaegu teatas üks nendest arstidest, maailmakuulsa haigla töötaja, mõnele meie hulgast: „See, mida te räägite keskmise alkohooliku kimbatuses üldisest lootusetusest, on minu meelest õige. Mis neisse kahesse puutub, kelle lugusid ma olen kuulnud, siis olen kindel, et ka teie olite sajaprotsendiliselt lootusetud, kui jumalik abi välja arvata. Oleksite te tahtnud siia haiglasse patsientideks tulla, ei oleks ma teid vastu võtnud, kui mul oleks olnud võimalik seda vältida. Teiesuguseid inimesed on liiga südantlõhestavad. Kuigi ma ise ei ole usklik inimene, tunnen sügavat austust teie vaimse lähenemise vastu. Enamikel juhtudel ei olegi sõna otseses mõttes muud lahendust.”

Ja veel kord: on hetki, mil alkohooliku mõistus ei suuda talle tagada kaitset esimese joogi ees. Kui vähesed harvad erandid välja arvata, siis ei suuda seda kaitset pakkuda ei tema ise ega ükski teine inimene. Tema kaitse peab tulema Kõrgemalt Jõult.

4. peatükk

MEIE, AGNOSTIKUD

SELMISTEST PEATÜKKIDEST olete alkoholismi kohta üht-teist teada saanud. Loodetavasti oleme suutnud selgeks teha, mis vahe on alkohoolikul ja mittealkohoolikul. Kui avastate, et isegi siirale soovile tuginedes ei suuda te joomist täielikult lõpetada või kui joomise ajal ei suuda te tarbitava kogusega piiri pidada, olete tõenäoliselt alkohoolik. Kui see on nii, siis on võimalik, et te kannatate haiguse all, millest saab jagu üksnes vaimne kogemus.

Sellele, kes peab end ateistiks või agnostikuks, näib selline kogemus võimatu, kuid endistviisi jätkamine tähendaks katastroofi, eriti kui on tegemist lootusetut tüüpi alkohoolikuga. Olla määratud surema alkoholisurma või elada vaimsele alusele tuginevat elu ei ole alati lihtsad alternatiivid, millega silmitsi seista.

Kuid selles ei ole ka midagi rasket. Peeaegu pooled meie algsest sõpruskonnast olid täpselt seda tüüpi. Esmalt püüdsid mõned meist seda teemat vältida, lootusetult lootes, et me ei ole tõelised alkohoolikud. Kuid mõne aja pärast tuli tõele näkku vaadata, et elule tuleb leida vaimne alus – või muidu. Võib-olla läheb teiegagi nõnda. Kuid ärge laske nina norgu, ateistideks või agnostikuteks pidasid meist end umbes pooled. Meie kogemused näitavad, et teil ei tarvitse selle üle liialt muret tunda.

Kui alkoholismist pääsemiseks piisaks üksnes moraalkoodeksist või paremast elufilosoofiast, siis võinuks paljud meist juba ammu terveks saada. Kuid me leid-

sime, et taolised koodeksid ja filosoofiad meid ei päästnud, ükskõik kui palju me ka ei üritanud. Võisime ju soovida, et me oleksime moraalsed, võisime ka soovida filosoofilist lohutust, õigupoolest võisime kõike seda kogu väest tahta, kuid vajalikku jõudu ei olnud. Meie inimlikud jõuvarud, mida juhtis tahe, ei olnud piisavad; need vedasid meid täielikult alt.

Meie dilemmaks oli jõu puudumine. Pidime leidma jõu, mille toel elada ja see pidi olema *meist suurem Jõud*. Ilmselgelt. Ent kust ja kuidas pidime selle Jõu leidma?

Niisiis, just sellest see raamat räägibki. Raamatu eesmärgiks on aidata teil leida see endast suurem Jõud, mis teie probleemile lahenduse tooks. Seetõttu oleme kirjutanud raamatu, mille sisu on usutavasti nii vaimne kui moraalne. Ja see tähendab muidugi, et me hakkame rääkima Jumalast. Siinkohal tekivadki raskused agnostikutega. Sageli vestleme uustulnukaga ja näeme temas tärkamas lootust, kui arutame tema alkohoolikuprobleeme ja kirjeldame oma sõpruskonda. Kuid tema nagu venib pikaks, kui räägime vaimsetest asjadest, eriti siis, kui mainime Jumalat, kuna sellega oleme taas avanud teemaderingi, mida ta enda arvates on kenasti vältinud või täielikult eiranud.

Me teame, kuidas ta tunneb. Oleme tema siirast kahtlust ja eelarvamust isegi jaganud. Mõned meist on olnud ägedalt usuvastased. Teiste jaoks manas sõna „Jumal” ette kujutluse Temast, mida keegi talle lapsepõlves peale oli püüdnud suruda. Võib-olla me hülgasime tookord selle kujutluse, kuna see tundus olevat ebaadekvaatne. Seda tehes kujutlesime, et oleme hüljanud idee Jumalast tervikuna. Meid vaevas mõte, et

uskumine ja sõltumine mingist ülemast Jõust on kuidagi mannetu, isegi argpükslik. Me vaatasime seda sõjajalal olevate inimeste maailma, sõjajalal olevaid teoloogilisi süsteeme ja seletamatut häda ja viletsust sügavalt skeptilisel pilgul. Vaatasime viltu paljude peale, kes väitsid end olevat Jumalaga seotud. Kuidas võiks Ülimal Olendil kõige sellega üldse mingit pistmist olla? Ja kes võiks seda Ülimat Olendit üldse mõista? Ent ometi oli ka hetki, mil me tähisest ööst võlutuna tabasime end mõttelt: „Kes siis selle kõik lõi?” Tundsime aukartust ja imestust, kuid see tunne oli põgus ja kadus peagi.

Jah, meil, agnostiku loomusega inimestel, on olnud niisugused mõtted ja kogemused. Kuid me tõttame teid rahustama. Me avastasime, et niipea, kui me suutsime kõrvale heita eelarvamused ja väljendada kasvõi ainult tahet uskuda endast suuremasse Jõusse, hakkasime saavutama esimesi tulemusi, olgugi, et kõigile meist käis üle jõu määratleda või mõista seda Jõudu, mis ongi Jumal.

Oma suureks kergenduseks avastasime, et meil ei tarvitsenud lähtuda üksteise jumalakäsitlusest. Meie enda kuitahes ebatäiuslikust käsitlusest piisas, et Talle läheneda ja Temaga kontakt luua. Niipea, kui tunnistasime asjade kõiksuses peituvat Loova Mõistuse, Universumi Vaimu võimalikkust, valdas meid uus jõu ja sihikindluse tunne, eeldusel, et astusime ka teisi lihtsaid samme. Leidsime, et Jumal ei esita liiga raskeid tingimusi neile, kes Teda otsivad. Meie jaoks on Vaimumaailm avar, ruumikas, kõikehõlmav; mitte kunagi piiritletud ega keelav neile, kes seda siiralt otsivad. Me usume, et see on avatud kõigile inimestele.

Niisiis, kui räägime teile Jumalast, siis mõtleme selle all teie enda arusaama Jumalast. Sama kehtib ka muude

vaimsete väljendite kohta, mida te käesolevast raamatust leiate. Ärge laske mingisugustel eelarvamustel, mida te vaimsete terminite vastu võite tunda, takistada teil endalt ausalt küsimast, mida need teie jaoks tähendavad. See oli alguses kõik, mida me vajasime, et hakata vaimselt arenema – et luua esimene teadlik suhe Jumalaga, nii nagu me Teda mõistame. Hiljem avastasime, et suutsime omaks võtta paljugi sellist, mis alguses tundus täiesti kättesaamatu. See oligi arenemine, ent kui soovisime areneda, siis tuli ka kusagilt alustada. Niisiis kasutasimegi iseenda arusaama, kuitahes piiratud see ka ei olnud.

Meil tarvitses esitada endale vaid üks lühike küsimus. „Kas ma nüüd usun või olen vähemalt valmis uskuma, et on olemas Jõud, mis on suurem kui mina?” Niipea, kui inimene võib öelda, et ta usub või on valmis uskuma, kinnitame hoolivalt, et ta on õigel teel. Meie hulgas on korduvalt leidnud kinnitust tõsiasia, et sellisele lihtsale nurgakivile võib rajada imetõhusa vaimse ehitise.*

See oli meie jaoks suurepärane uudis, sest arvasime, et vaimsete põhimõtete kasutamiseks peab uskuma paljusid raskestiusutavaid asju. Kui inimesed esitlesid meile vaimseid lähenemisviise, vastasime kõik väga tihti: „Ma soovin endale seda, mis sellel mehel on. Olen kindel, et see töötaks, kui ma ainult usuksin nii, nagu tema usub. Mina aga ei suuda kindla tõena võtta neid usulisi veendumusi, mis on talle nii ilmsed.” Niisiis, oli lohutav teada, et võime alustada lihtsamal viisil.

Lisaks sellele, et meil näis puuduvat võime paljusid asju tõestuseta uskuda, takistasid meid sageli ka põikpäisus, ülitundlikkus ja mõistusevastane eelarvamus. Mõned meist on olnud sedavõrd tundlikud, et isegi

* *Palun lugege täiendavat infot „Vaimse kogemuse” kohta – Lisa II.*

vaimuasjade juhuslik mainimine ajas meil vastumeelsusest karvad turri. Sellisest mõtlemisviisist tuli vabaneda. Kuigi mõned meist vastu tõrkusid, ei osutunud taoliste tunnete kõrvaleheitmine meile kuigi raskeks. Seistes silmitsi alkoholismi hävitustööga, muutusime vaimuasjades peagi sama avameelseks, nagu olime üritanud olla ka teistes küsimustes. Selles suhtes oli alkoholil suur veenmisjõud. Selle hoobid panid meile lõpuks aru pähe. Vahel oli see tüütu protsess; loodame, et keegi ei püsi eelarvamuste küüsis nii kaua kui mõned meist.

Lugeja võib siiski veel pärida, miks peaks ta uskuma endast suuremasse Jõudu. Meie arvates on selleks häid põhjusi. Vaadelgem neist mõningaid.

Tänapäeva praktilise meelelaadiga inimene takerdub ikka faktidesse ja tulemustesse. Sellele vaatamata tunnistab kahekümnes sajand varmalt kõikvõimalikke teooriaid, tingimusel, et need põhinevad faktidel. Meil on näiteks mitmeid teooriaid elektri kohta. Kõik usuvad neid ilma igasuguse kahtlusevarjuta. Millest niisugune varmas heakskiit? Lihtsalt seetõttu, et on võimatu seletada, mida me näeme, tunneme, juhime või kasutame, ilma et lähtepunktiks oleks mõni mõistlik oletus.

Tänapäeval usuvad inimesed paljusid oletusi, mille kohta on kindlad tõendid, kuid ei ole täiuslikku silmaga nähtavat tõestust. Ja kas teadus mitte ei näita, et nähtav tõestus on kõige nõrgemat sorti tõestus? Sedamööda, kuidas inimene uurib materiaalsel maailmal, ilmneb pidevalt asjaolu, et väliskuju ei vasta sugugi sisemisele tegelikkusele. Selle illustreerimiseks:

Tavaline terastala koosneb tohutust hulgast usumatu kiirusega üksteise ümber tiirutavatest elektroni-

dest. Neid tibatillukesi kehi juhivad täpsed seadused ja need seadused kehtivad tervele materiaalsele maailmale. Seda kinnitab meile teadus. Meil pole põhjust selles kahelda. Kui aga pakutakse välja täiesti loogiline oletus, et materiaalse maailma ja meile silmaga nähtava elu varjus on veel Kõikvõimas, Juhtiv, Loov Mõistus, siis lööb kohe välja meie väärustunud iseloom ja me asume end pingsalt veenma, et see ei ole nii. Me loome paljusõnalisi raamatuid ja naudime kõrgelennulisi vaidlusi, arvates ise, et me usume, nagu poleks universumi seletamiseks vaja mingit Jumalat. Kui meie väited oleksid tõesed, siis järelduks neist, et elu sai alguse eimillegistki, tähenda eimidagi ja suundub eikuhugi.

Selle asemel, et pidada end mõistusega tööriistaks, Jumala pidevalt areneva Loomingu käilakujudeks, eelistasime meie, agnostikud ja ateistid, uskuda, et meie inimlik mõistus ongi viimane sõna, A ja O, kõige algus ja ots. Kas pole edev mõte?

Meie, kes me oleme käinud mööda seda kahtluste teed, palume teid heita kõrvale eelarvamused isegi organiseeritud religioonide suhtes. Meile on selgeks saanud, et ükskõik, millised inimlikud puudused neil erinevatel religioonidel ka ei oleks, on need andnud miljonitele inimestele elus eesmärgi ja sihi. Usklikel inimestel on loogiline ettekujutus elu olemusest. Õieti polnud meil varem selles suhtes mingit mõistlikku käsitlust. Meil oli kombeks vaimseid tõekspidamisi ja praktikaid küüniliselt lahates end lõbustada, samas kui me oleksime võinud märgata, et paljud eri rassidest, nahavärvist ja usutunnistustest vaimsed inimesed näitasid üles püsivust, õnne ja kasulikkust, mille poole ka meie oleksime pidanud püüdlema.

Selle asemel pöörasime tähelepanu nende inimlikele puudustele ja kasutasime nende vajakajäämisi vahel selleks, et neid täielikult maha teha. Rääkisime sallimatusest, aga samas olime ise sallimatud. Meil jäi nägemata metsa tõelisus ja ilu, kuna laskime oma tähelepanu mõne puu inetusest kõrvale juhtida. Me ei vaevunud ial elu vaimset poolt ära kuulama.

Meie isiklikest lugudest näete, kui erinevad on need viisid, kuidas iga jutustaja läheneb ja seda endast suuremat Jõudu tajub. Sellel, kas me mõne konkreetse lähenemisviisiga või käsitleusega nõustume, näib olevat vähe tähtsust. Kogemus on meile õpetanud, et meie eesmärgi seisukohalt ei tasu niisuguste küsimuste üle muretseda. Need on küsimused, mille iga inimene lahendab enda jaoks ise.

Ühes punktis olid need mehed ja naised aga üllatavalt üksmeelsed. Igatiüks neist on saavutanud ligipääsu ja usub Jõusse, mis on suurem kui ta ise. See Jõud on iga inimese juures korda saatnud inimlikult võimatu ime. Nagu üks kuulus Ameerika riigimees ütles: „Vaatame registrist järele.”

Siin on tuhandeid tõepoolest tavalisi mehi ja naisi. Nad kuulutavad sõnaselgelt, et sellest ajast peale, kui nad hakkasid uskuma Jõudu, mis on suurem kui nad ise, ning sellesse Jõusse teatud viisil suhtuma ja mõningaid lihtsaid asju tegema, on nende elu- ja mõttelaadis toimunud pöördeline muudatus. Vaadates otsa hävingule ja meeleheitele, seistes silmitsi oma inimlike jõuvarude täieliku ammendumisega, avastasid nad, et neisse voolasid uus jõud, rahu, õnne- ja eesmärgitunne. See juhtus varsti pärast seda, kui nad olid kogu südamest täitnud mõned lihtsad tingimused. Olles kunagi oma olemasolu

näilisest mõttetusest segaduses ja kitsikuses olnud, selgitavad nad nüüd neid varjatud põhjusi, miks nad oma elu nii ränkaskesks olid muutnud. Joomisküsimust kõrvale jättes räägivad nad, miks elu neid ei rahuldanud. Nad selgitavad, kuidas see muutus nendega toimus. Kui sajad inimesed võivad öelda, et Jumala Kohalolu teadvustamine on praegu kõige olulisem seik nende elus, siis esitavad nad sellega vägeva põhjuse, miks üldse uskuda.

Viimasel sajandil on maailm läbi teinud suurema materiaalse arengu kui kõikidel eelnevatel aastatuhandetel kokku. Peaaegu igaüks teab ka selle põhjust. Antiikajaloo uurijad kinnitavad meile, et tolleaegsete inimeste mõistus oli võrdväärne tänapäeva parimatega. Ometi oli antiikajal materiaalne progress vaeviline. Moodsa teadus- ja uurimistöö ning leiutamise vaim oli peaaegu tundmatu. Materiaalses maailmas oli inimese mõistus ebausust, tavade ja kõikvõimalike kinnisideede küttes. Mõned Kolumbuse kaasaegsed pidasid ümmargust maakera naeruväärseks. Teised jälle oleksid Galileo tema astronoomilise ketserluse pärast äärepealt hukanud.

Me küsime endilt järgnevat: kas mõned meist pole vaimumaailma suhtes mitte niisama erapoolikud ja ebamõistlikud, nagu muistsed inimesed olid mateeria vallas? Isegi 20. sajandil kartsid Ameerika ajalehed ära trükkida lugu vendade Wrightide esimesest õnnestunud lennust Kitty Hawkil. Kas polnud mitte kõik varasemad lennukatsed ebaõnnestunud? Kas professor Langley lennumasin ei sattunud mitte Potomaci jõe põhja? Kas polnud tõsi, et parimad matemaatikud olid tõestanud, et inimene ei suuda kunagi lennata? Kas ini-

mesed ei olnud mitte öelnud, et Jumal on selle eelise andnud ainult lindudele? Kõigest kolmkümmend aastat hiljem oli õhu vallutamine peaaegu et kulunud jutt ja õhureisid täies hoos.

Kuid enamikes valdkondades on meie põlvkond olnud tunnistajaks mõtlemise täielikule vabanemisele. Näidake ükskõik millisele sadamatöölisele mõne püha-päevalehe lisalehte, kus kirjeldatakse plaani raketi abil Kuud uurida, ja ta kostab selle peale: „Vean kihla, et seda nad ka teevad – ja võib-olla üsna pea.” Kas meie ajastut ei iseloomusta mitte kergus, millega vanad ideed asendatakse uutega – varmas valmisolek heita kõrvale kõlbmatu teooria või riistapuu ja asendada see uuega, mis töötab?

Pidime endilt küsima, miks mitte ka oma inimlike probleemide puhul rakendada samasugust valmidust oma seisukohti muuta. Meie isiklikud suhted olid sassis, me ei suutnud kontrollida oma tundeelu, olime viletsuse ja masenduse ohvrid, me ei suutnud elatist teenida, tundsimme end kasutuna, meid valdas hirm, olime õnnetud, näis, et meist ei ole õieti kellelegi kasu – kas ei olnud siis põhjapaneva lahenduse leidmine sellises tohutus segadikus olulisem sellest, kas me näeme televisioonist uudiselõiku lennust Kuule? Loomulikult oli.

Nähes, kuidas teised lahendasid oma probleeme lihtsalt Universumi Vaimu peale lootma jäädes, tuli meilgi lakata Jumala väes kahtlemast. Meie ideed ei toiminud. Kuid Jumala idee toimis.

Vendade Wrightide peaaegu lapselik usk, et nad suudavad ehitada lendava masina, oli nende saavutuste peamiseks tõukejõuks. Ilma selleta ei oleks saanud midagi sündida. Jäime agnostikute ja ateistidena selle idee

juurde, et ise hakkama saamine lahendab meie probleemid. Kui teised meile näitasid, et neid on aidanud „koos Jumalaga hakkama saamine”, tekkis meil sama tunne nagu neil inimestel, kes olid kindlalt väitnud, et Wrightid ei suuda iial lennata.

Loogika on suurepärane asi. Meile see meeldis. Meile meeldib see endiselt. Pole mitte juhus, et meile on antud mõtlemisvõime, võime analüüsida oma meelte andmeid ja järeldusi teha. See on üks inimese oivalistest omadustest. Meid, agnostiliselt meelestatuid, ei rahuldaks väide, mis ei allu mõistuspärasele lähenemisele ja tõlgendamisele. Seetõttu peame oluliseks teile seletada, miks on meie praegune usk meie arvates mõistlik, miks on meie arvates arukam ja loogilisem uskuda kui mitte uskuda, miks me peame oma varasemat mõtlemisviisi pehmeks ja häguseks, kui me kahtluste küüsis käed üles tõtsime ja sõnasime: „Me ei tea.”

Kui meist said alkohoolikud, keda muserdas iseendale kaela tõmmatud kriis, mida ei saanud ei edasi lükata ega vältida, tuli meil kartmatult otsa vaadata ettepanekule, et Jumal on kas kõik või ei ole Ta midagi. Jumal kas on või Teda ei ole. Milline pidi olema meie valik?

Sellesse punkti jõudnuna, seisime vastamisi usuküsimusega. Me ei saanud sellest küsimusest kõrvale hiilida. Mõned meist olid juba kaugemale üle Mõistusesilla ihaldatud usukalda poole jõudnud. Uue Maa piirjooned ja tõotus tõid sära väsinud silmadesse ja värsket söakust rammestunud hingedesse. Sõbralikud käed olid tervituseks välja sirutunud. Olime tänulikud, et Mõistus oli meid nii kaugemale toonud. Kuid millegipärast ei suutnud me päriselt kaldale astuda. Ehk olime viimasel

kilomeetril liiga raskesti mõistusele toetunud ega tahtnud seda tuge kaotada.

See oli loomulik, ent vaadeldgem olukorda lähemalt. Kas polnud see mitte teatud usk, mis oli meid meie endi teadmata toonud punkti, kus nüüd seisime? Sest kas me siis ei uskunud omaenda mõistusesse? Kas me siis ei usaldanud oma mõtlemisvõimet? Mis see muu oli, kui mitte mingit sorti usk? Jah, me olime olnud ustavad, ennastunustavalt ustavad Mõistusejumalale. Niiviisi avastasime ühel või teisel moel, et usk oli kogu aeg mängus olnud!

Ühtlasi avastasime, et me olime olnud ebajumalakummardajad. Millist sisemist elevust see meile tekitas! Kas polnud me mitte vaheldumisi kummardanud teisi inimesi, tundeid, asju, raha ja iseendid? Ja kas polnud me ka õilsamatel kaalutlustel jumaldavalt silmitsenud päikeseloojangut, merd või lilleõit? Kes meist poleks armastanud mõnd asja või olendit? Kui palju oli neil tunnetel, armastusel ja jumaldamisel ühist puhta mõistusega? Vähe või üldse mitte, mõistsime me viimaks. Kas ei loonud kõik need asjad kokku seda kudet, millest meie elu koosnes? Kas polnud meie elu kurss viimaks määratud just nende tunnete poolt? Võimatu oli öelda, et me ei olnud võimelised uskuma või armastama või kummardama. Ühel või teisel kombel oli meie elu suunanud usk ja ei miski muu.

Kujutage ette elu ilma usuta! Elu ei oleks enam elu, kui selles ei oleks midagi peale puhta mõistuse. Kuid me uskusime ellu – loomulikult uskusime. Me ei suutnud elu tõestada nii, nagu tõestatakse, et sirgjoon on lühim vahemaa kahe punkti vahel, ent ometi, seal ta oli. Kas võisime endiselt väita, et kõik see ei ole midagi muud kui elektronide mass, mis on loodud eimillestki, millel

puudub tähendus ja mis kihutab oma mitteolemise saatusesse? Loomulikult ei võinud me seda väita. Juba elektronidki näisid selleks liiga arukad olevat. Vähemalt nõnda väitsid keemikud.

Niiis, me nägime, et mõistus ei ole veel kõik. Samuti ei ole mõistus, nii nagu enamik meist seda rakendab, alati usaldusväärne, olgugi see pärit meie parimatest peadest. Mida arvata inimestest, kes tõestasid, et inimene ei suuda iial lennata?

Ometi oleme näinud hoopis teistsugust lendu, vaimset vabanemist sellest maailmast, inimesi, kes tõusid oma probleemidest kõrgemale. Nemad ütlesid, et Jumal tegi kõik selle võimalikuks ja meie ainult muigasime. Me olime näinud vaimset vabanemist, kuid meile meeldis endale kinnitada, et see ei ole tõi.

Tegelikult petsime iseendid, sest sügaval sisimas on iga mehe, naise ja lapse põhiolemuses Jumala-idee olemas. Seda võivad hägustada häda ja viletsus, uhkus või teiste asjade kummardamine, kuid ühel või teisel kujul on see olemas. Sest usk Jõusse, mis on suurem kui me ise, ja imelised tõendused selle Jõu kohta inimeste eludes, on sama vanad tõsiasjad kui inimene ise.

Lõpuks nägime, et usk mingit laadi Jumalasse on osa meie olemusest, samal määral nagu tunne, mis meil sõbra vastu on. Vahel tuli meil Teda kartmatult otsida, kuid Ta oli olemas. Ta oli samasugune tõsiasi nagu me ise. Me avastasime sügaval oma hinge põhjas Suure Tõelisuse. Lõppkokkuvõttes on võimalik Teda ainult sealt leida. Nõnda see meiega oligi.

Me võime asja ainult pisut selgemaks teha. Kui meie tunnistus aitab teil minema pühkida eelarvamused, võimaldab teil ausalt mõelda, julgustab teid hoolikalt iseenese sisemuses otsima, siis võite, kui soovite, ühi-

neda meiega Laial Maanteel. Sellise suhtumise korral ei saa teie katsed nurjuda. Te teadvustate endale kindlasti oma usu.

Käesolevast raamatust loete ühe mehe kogemustest, kes pidas end ateistiks. Tema lugu on sedavõrd huvipakkuv, et osa sellest tuleks kohe ära jutustada. Tema hingemuutus oli dramaatiline, veenev ja liigutav.

Meie sõber oli kirikuõpetaja poeg. Ta käis kirikukoolis, kus temast sai mässaja kõige selle vastu, mida ta pidas religioosse hariduse üledoosiks. Aastaid pärast seda painasid teda hädad ja meeleheide. Äriline ebaõnn, hullumeelsus, surmaga lõppev haigus, enesetapp – niisugused õnnetused tema lähemate perekonnaliikmete seas tekitasid temas kibestumust ja depressiooni. Sõja järgne pettumus, aina süvenev alkoholism ning eesootav närvivapustus ja füüsiline kokkuvarisemine viisid ta enesehävitamise piirini.

Ühel ööl, haiglas kinni peetuna, pöördus tema poole alkohoolik, kes oli tunda saanud vaimset kogemust. Meie sõbras kerkis allasurutud äng, kui ta hüüdis: „Kui Jumal ka on olemas, ei ole ta minu heaks küll midagi teinud!” Kuid hiljem, jäänud üksi oma tuppa, küsis ta endalt: „On see võimalik, et kõik need usklikud inimesed, keda ma olen tundnud, eksivad?” Vastust otsides tundis ta, nagu elaks ta põrgus. Korraga tabas teda võimas mõttesälvatus nagu piksenool. See tõrjus eemale kõik muu:

„Kes oled sina ütlema, et Jumalat ei ole olemas?”

Mehele meenub, et ta kobis voodist välja põrandale põlvili. Paari hetke pärast haaras teda kindel teadmine Jumala Kohalolust. **See voolas temast üle ja läbi võimsa tõusulaine kindluse ja võimsusega.** Aastate jooksul püstitatud tõkked uhuti minema. Mees seisis Piiritu Jõu

ja Armastuse Kohalolus. Ta oli sillalt kaldale astunud. Esimest korda elas ta teadlikult koos oma Loojaga.

Sellega oli meie sõbra nurgakivi paigale asetatud. Ükski hilisem katsumus ei ole seda kõigutanud. Tema alkoholismiprobleem võeti ära. See kadus samal ööl aastate eest. Mõte napsist ei ole enam kunagi tagasi pöördunud, kui mõned põgusad kiusatusehetked välja arvata, ja ka niisugustel hetkedel on temas tõusnud tugev vastumeelsus. Näis, et ta ei suutnuks isegi siis juua, kui ta seda oleks tahtnud. Jumal oli tema terve mõtlemise taastanud.

Mis muu see on, kui tervenemise ime? Ometi on selle koostisosad lihtsad. Asjaolude tõttu oli ta valmis uskuma. Ta andis end alandlikult oma Loojale üle – ja siis ta teadis.

Samamoodi on Jumal taastanud meie kõigi meeleselguse. Selle mehe jaoks oli ilmutus järsk. Mõned meist jõuavad selleni aeglasemalt. Kuid Ta on tulnud meie kõigi juurde, kes me Teda ausalt otsinud oleme.

Kui me Talle lähenesime, ilmutas Ta end meile!

5. peatükk

KUIDAS SEE TÖÖTAB

Oleme harva näinud inimest, kes on meie teed põhjalikult järgides ebaõnnestunud. Ei tervene need, kes ei suuda või ei taha sellele lihtsale programmile täielikult pühenduda. Tavaliselt on need mehed ja naised, kes loomult ei suuda iseenda vastu ausad olla. Selliseid õnnetuid leidub. See pole nende süü – näib, et nad on sellistena sündinud. Kuna nad ei suuda omandada ega arendada eluviisi, mis nõuab jäägitut ausust, on nende eduvõimalused keskmisest madalamad. On ka selliseid, kes kannatavad tõsiste emotsionaalsete ja psüühiliste häirete all, kuid paljud neist tervenevad, kui nad suudavad olla ausad.

Meie lood räägivad üldjoontes sellest, millised me olime, mis meiega juhtus ja millised oleme praegu. Kui olete otsustanud, et tahate seda, mis meil on, ning olete selle nimel kõigeiks valmis – siis olete küps teatud sammude astumiseks.

Mõned neist sammudest tekitasid meis tõrke. Me mõtlesime, et suudame leida kergema ja valutuma mooduse. Kuid me ei suutnud. Palume teid tõsimeeli ja siiralt olla algusest peale kartmatud ning põhjalikud. Mõned meist püüdsid oma vanadest mõtetetest kinni hoida ning tulemus oli null, kuni me nendest täielikult lahti lasime.

Pidage meeles, et meil on tegemist alkoholiga – salakaval, segadusttekitava ja võimsaga! Ilma abita ei suutnud me sellest jagu saada. Kuid on Üks, kelle päralt on kogu vägi ja võim – see Üks on Jumal. Püüdke Teda nüüd leida!

Poolikud abinõud ei viinud meid kuhugi. Me seisime pöördepunktis. Palusime täielikus loobumuses Tema kaitset ning hoolt.

Astusime järgmised sammud, mida me tervenemisprogrammina soovitame:

1. Tunnistasime, et oleme jõuetud alkoholi ees – et meie elud oli muutunud juhitamatuks.
2. Hakkasime uskuma, et mingi meist suurem Jõud võib taastada meie terve mõtlemise.
3. Otsustasime anda oma tahte ja elu Jumala hoolde, *nii nagu meie Teda mõistsime.*
4. Viisime läbi enda põhjaliku ja kartmatu moraalise inventuuri.
5. Tunnistasime Jumalale, iseendale ja mõnele teisele inimesele oma vigade tõelist olemust.
6. Olime täiesti valmis selleks, et Jumal kõrvaldaks kõik need meie iseloomuvead.
7. Palusime Teda alandlikult, et ta kõrvaldaks meie puudused.
8. Koostasime nimekirja kõigist inimestest, kellele olime kahju teinud, ja hakkasime soovima seda neile kõigile hüvitada.
9. Hüvitasime neile inimestele tehtud kahju vahe- tult, kui see oli võimalik, välja arvatud juhtudel, kui oleksime sellega kahjustanud neid või teisi.
10. Jätkasime isikliku inventuuriga ja kui olime mil- leski eksinud, tunnistasime seda otsekohe.
11. Otsisime palvete ja meditatsiooni abil võimalust täiustada oma teadlikku sidet Jumalaga, nii nagu meie Teda mõistame, paludes ainult arusaamist Tema tahtest meie suhtes ning jõudu selle ellu- viimiseks.

12. Olles nende sammude tulemusena vaimselt ärganud, püüdsime kanda seda sõnumit teiste alkohoolikuteni ning järgida neid põhimõtteid kõigis oma tegemistes.

Nii mõnigi meist hüüatas: „Küll on kord! Mina sellega hakkama ei saa.” Ärga kaotage julgust. Keegi meist pole suutnud neid põhimõtteid alati täiuslikult järgida. Me pole pühakud. Tähtis on see, et oleme valmis vaimsele teele asuma. Meie poolt kirja pandud põhimõtted on arengu teenäitajad. Me taotleme pigem vaimset edasiminekut kui vaimset täiust.

Meie alkohooliku kirjeldus, agnostikutele mõeldud peatükk ning meie isiklikud seiklused enne ja pärast toovad selgelt esile kolm asjakohast ideed:

- (a) Et me olime alkohoolikud ega suutnud oma elusid juhtida.
- (b) Et tõenäoliselt ei oleks ükski inimlik jõud suutnud leevendada meie alkoholismi.
- (c) Et Jumal suudab ja teeb seda, kui Teda siiralt otsida.

Selles veendununa *jõudsime Kolmanda Sammuni*, mis tähendab, et otsustasime anda oma tahte ja elu Jumalale, nii nagu meie Teda mõistsime. Mida me siis selle all mõtleme ja mida me siis teeme?

Esmaseks eelduseks on jõuda veendumusele, et ükski elu, mida elatakse vaid omaenese tahte varal, ei saa olla kuigi edukas. Selliselt oleme alati kellegagi või mille-gagi vastuolus, isegi kui meie ajendid on head. Enamik inimesi üritab elada oma tahet läbi surudes. Iga selline inimene on nagu näitleja, kes tahab juhtida kogu etendust; ta püüab pidevalt sättida valgustust, tantsuseadet, lavakujundust ja teisi näitlejaid oma suva järgi. Kui tema korraldustest ainult kinni peetaks, kui inimesed teek-

sid tema soovi kohaselt, siis kujuneks etendus suurepäraseks. Kõik jääksid rahule, kaasa arvatud tema ise. Elu oleks imetore. Taolisi korraldusi tehes võib meie näitleja vahel üsnagi vooruslik olla. Ta võib olla lahke, hooliv, kannatlik, helde, isegi tagasihoidlik ja ennastohverdav. Teisalt võib ta olla ka õel, upsakas, isekas ning ebaaus. Nagu enamikul inimestel, on ka tal tõenäoliselt mitmeid erinevaid jooni.

Mis harilikult juhtub? Etendus ei kujune kuigi õnnestunuks. Meie näitleja hakkab mõtlema, et elu käitub temaga ülekohtuselt. Ta võtab nõuks senisest rohkem pingutada. Järgmisel korral muutub ta kas veelgi nõudlikumaks või suuremeelsemaks, sõltuvalt olukorrast. Ent etendus ei rahulda teda endiselt. Mööndes, et ta võib natukene eksinud olla, on ta kindel, et teised inimesed on rohkem süüdi. Ta muutub vihaseks, nõrdinuks ning ennasthalletsevaks. Milles seisneb tema peamine viga? Kas mitte selles, et ta taotleb pigem oma kasu, isegi kui üritab lahke olla? Kas ta mitte ei kannata pettekujutelma käes, et ta suudab maailmalt rahulolu ja õnne vägisi kätte saada, kui ta vaid kõike hästi juhib? Kas kõigile teistele näitlejatele pole mitte ilmne, et ta tahab just seda? Ja kas tema teod ei tekita neis kõigis soovi talle tagasi teha, pigistada etendusest välja, mis vähegi annab? Kas ta pole mitte isegi oma parimatel hetkedel rohkem segadusetekitaja kui korralooja?

Meie näitleja on enesekeskne – egotsentriline, nagu tänapäeval tavatsetakse öelda. Ta on nagu pensionile jäänud ärimees, kes talvel Florida päikese käes peesitades kurdab riigi kehva olukorra üle; nagu vaimulik, kes ohib kahekümnenda sajandi pattude pärast; nagu need poliitikud ja uuendajad, kes on veendunud, et kui ülejäänud maailm vaid end korralikult üleval peaks, valitseks üleüldine Utoopia; nagu lindprii murdvaras,

kes leiab, et ühiskond on talle liiga teinud; ja nagu alkohoolik, kes on kõigest ilma jäänud ja luku ning riivi taha pandud. Võime küll vastu vaielda, kuid kas pole enamik meist hõivatud eelkõige iseendaga, oma vimmade või enesehaletsusega?

Isekus – enesekesksus! Arvame, et see on meie hädade algpõhjus. Sajal erineval kujul avalduvast hirmust, enesepettusest, omakasupüüdlikkusest ja enesehaletsusest aetuna tallame oma ligimeste varvastel ja nad vastavad meile samaga. Vahel teevad nad meile näiliselt ilma põhjusest haiget, kuid avastame peaaegu alati, et oleme minevikus teinud enesekeskselt otsuseid, mis hiljem aastasid meid olukorda, kus saime haiget.

Niisiis arvame, et meie hädad on põhimõtteliselt meie endi põhjustatud. Need kerkivad meie seest ja alkohoolik on äärmuslik näide metsikust oma tahte läbi surujast, ehkki ta ise enamasti seda nii ei näe. Eelkõige peame meie, alkohoolikud, vabanema sellest isekusest. Me peame seda tegema või see tapab meid! Jumal teeb selle võimalikuks. Ja tihti tundub, et ilma Tema abita pole võimalik **endast** täielikult vabaneda. Paljudel meist oli küllaga moraalseid ja filosoofilisi tõekspidamisi, aga me ei olnud suutelised neid järgima, olgugi et me seda tahtsime. Samuti ei suutnud me oma enesekesksust kuigi palju vähendada, pelgalt seda soovides või omal jõul püüdes. Meil oli tarvis Jumala abi.

Sellega ongi öeldud, miks ja kuidas. Eelkõige tuli meil lakata Jumalat mängimast. See ei töötanud. Järgmiseks otsustasime, et nüüdsest peale olgu Jumal meie eludraama Lavastaja. Tema on Boss ja meie Tema alluvad. Tema on Isa ja meie Tema lapsed. Paljud head ideed on lihtsad ja see tõdemus sai päiskiviks uuele triumfikaarele, mille kaudu me vabadusse suundusime.

Kui võtsime siiralt taolise hoiaku, järgnes paljudi tähelepanuväärset. Meil oli uus Tööandja. Kõikvõimsana andis Ta meile kõik, mida me vajasime, kui me vaid Tema ligi hoidsime ja Tema tööd hästi tegime. Sellisel pinnal seistes kahanes meie huvi iseenda, meie tillukeste plaanide ja kavade vastu järjest. Meis tärkas üha suurem huvi selle vastu, mida saaksime omalt poolt elule anda. Sedamööda, kuidas tundsim, et meisse voolas uut jõudu, nautisime meelerahu, suutsime elule julgelt silma vaadata ja saime teadlikuks Tema juuresolust, hakkas meie hirm tänase, homse ja edaspidise ees kaduma. Me sündisime uuesti.

Olime jõudnud Kolmanda Sammuni. Paljud meist sõnasid meie Loojale, *nagu meie Teda mõistsime*: ”Jumal, ma annan end **Sulle**, et Sa mind kasutaksid ja minuga toimiksid nii nagu Sa soovid. Vabasta mind mu enese köidikuist, et ma saaksin paremini täita Sinu tahet. Vabasta mind mu raskustest, et nendest võitusaamine annaks tunnistust neile, keda ma saan Sinu Väe, Sinu Armastuse ja Sinu Elutee kaudu aidata. Lase mul täita Sinu tahet igavesti!” Enne selle sammu astumist mõtlesime hoolikalt järele ja veendusime, kas oleme valmis, et end viimaks üleni Tema kätte loovutada.

Leidsime, et seda vaimset sammu on väga soovitatav astuda koos mõne mõistva inimesega nagu oma abikaasaga, parima sõbraga või vaimse nõuandjaga. Kuid parem on kohtuda Jumalaga üksi, kui koos inimesega, kes võib seda valesti mõista. Pöördumise sõnavalik oli mõistagi üsna vaba, peaasi oli oma mõtted midagi salgata välja öelda. See oli vaid algus, ent kui tegime seda ausalt ning alandlikult, oli selle mõju sedamaid tuntav ja vahel vägagi suur.

Järgmiseks asusime agaralt tegutsema, võttes esimese asjana käsile isikliku suurpuhastuse, mida paljud meist

polnud kunagi üritanud. Ehkki meie otsus kujutas endast elulist ning hädavajalikku sammu, poleks sellel olnud püsivat mõju, kui sellele poleks kohe järgnenud tõsist pingutust, et jõuda selgusele meid taksitanud asjades ning neist vabaneda. Meie joomine oli vaid sümptom. Niisiis pidime käsile võtma põhjused ning tingimused.

Seetõttu alustasime enda isiklikku inventuuri. *See oli Neljas Samm*. Äri, kus ei tehta korrapäraselt inventuuri, läheb harilikult pankrotti. Kaubandusliku inventuuri läbiviimine tähendab faktide tuvastamise ja faktide ausa hindamise protsessi. See on katse selgitada välja tõde kaubavarude osas. Üheks eesmärgiks on leida rikutud või müügikõlbmatud kaubad ja plats neist sedamaid ning kahetsuseta puhtaks teha. Kui äriomanik tahab edu saavutada, siis peab ta oskama väärtusi õigesti hinnata.

Täpselt sedasama tegime meie oma eludega. Me lugesime kõik ausalt üle. Kõigepealt otsisime üles oma iseloomuvead, mis põhjustasid meie läbikukkumise. Veendunuina selles, et meie lüüasaamise põhjuseks oli mitmekesisel kujul ilmnev enesekesksus, analüüsisime selle levinumaid avaldumisviise.

Vimmapidamine on meie hädade „peamine põhjus”. See hävitab rohkem alkohoolikuid kui miski muu. Sellest tulenevad kõikvõimalikud vaimsed häired, sest haiged ei olnud mitte ainult meie mõistus ja keha, vaid olime ka vaimselt tõbised. Kui seljatame vaimse tõve, saavad korda ka meie mõistus ja keha. Oma vimmasid loetledes panime need paberile kirja. Koostasime nimekirja inimestest, asutustest ja põhimõtetest, kelle ja mille peale me viha kandsime. Küsisime endilt, millest see viha tingitud on. Enamjuhtudel selgus, et meie enesehinnang, rahaline olukord, ambitsioonid ja isikli-

kud suhted (seks kaasa arvatud) olid riivatud või ohustatud. Seetõttu olime kibestunud. Meil olid „närvid läbi”.

Kirjutasime oma pahameelenimekirjas iga nime tahta selle, mis meid riivas. Kas oli puudutatud meie enesehinnangut, turvatunnet, ambitsioone, isiklikke või seksuaalsuhteid?

Olime harilikult sama täpsed nagu järgneva näite puhul:

Kannan Põhjus: Puudutab minu:
vimma:

Härra Browni peale	Tema tähelepanu minu naise suhtes. Ta rääkis mu naisele minu armukesest. Brown võib mu töökoha endale saada.	Seksuaalsuhteid. Enesehinnangut (hirm). Seksuaalsuhteid. Enesehinnangut (hirm).
Proua Jonesi peale	Ta on segane ja tõrjub mind. Ta lasi oma mehe joomise pärast haiglasse panna. Mees on minu sõber.	Turvatunnet. Enesehinnangut (hirm). Isiklikke suhteid. Enesehinnangut (hirm).
Oma tööandja peale	Ta on keelepeksja. Ebamõistlik, ebaõiglane, kamandav. Ähvardab mind joomise ja kuluarvete võltsimise pärast lahti lasta.	Enesehinnangut (hirm). Turvatunnet.
Oma naise peale	Ei mõista mind ja näägutab. Talle meeldib Brown. Tahab maja oma nimele kirjutada.	Eneseuhkust, isiklikke seksuaalsuhteid, turvatunnet (hirm).

Vaatasime tagasi kogu oma eelnevale elule. Peamine oli seejuures põhjalikkus ning ausus. Valmis saanud, mõtlesime selle üle hoolikalt järele. Kõigepealt ilmses, et maailm ja inimesed eksisid üsna sageli. Enamik meist ei jõudnud kaugemale järeldusest, et teised eksisid. Tavaliselt viis see selleni, et inimesed jätkasid meie suhtes valesti käitumist ja meie olime endiselt kibestunud. Mõnikord valdas meid kahetsus ja siis olime kibestunud enda peale. Kuid mida enam me võitlesime ja üritasime oma tahtmist läbi suruda, seda hullemaks asjad läksid. Nagu sõjaski, võitis võitja ainult *nüüliselt*. Meie võidurõõmu hetked jäid üürikeseks.

On ilmne, et elu, milles leidub sügavat vimma, viib vaid tühisuse ja ebaõnneni. Täpselt sel määral, mil me neid endale lubame, raiskame tunde, mis võinuks olla väärtuslikud. Kuid alkohooliku puhul, kelle lootus seisneb vaimse kogemuse säilitamises ja kasvatamises, on taoline vimma kandmine eriti ohtlik. Me leidsime, et see osutub saatuslikuks. Taolisi tundeid endas kandes lõikame ennast ära Vaimu päikesevalgusest. Alkoholi-hullus naaseb ja me joome taas. Ja joomine tähendab meile surma.

Kui tahtsime elada, siis pidime vihast lahti saama. Tusatsemine ja sisemised raevuhood pole meie jaoks. Need võivad olla normaalsetele inimestele kahtlase väärtusega luksuseks, kuid alkohoolikule mõjuvad need nagu mürk.

Pöördusime oma nimekirja juurde tagasi, sest selles peitus tuleviku võti. Olime valmis seda täiesti teise nurga alt vaatama. Me hakkasime nägema, et maailm ja teised inimesed valitsesid tõepoolest meie üle. Sellises meeelseisundis oli teiste inimeste väärtegudel, kujuteldavatel või mitte, lausa tappev jõud. Kuidas leida pääse-

tee? Mõistsime, et peame need vimmad kontrolli alla saama, ent kuidas? Me ei saanud neid lihtsalt olematuks soovida nagu alkoholi.

Selline oli meie suund: me mõistsime, et inimesed, kes olid meile ülekohut teinud, olid võib-olla vaimsalt haiged. Kuigi meile ei meeldinud nende sümptomid ja kuidas need meid häirisid, olid need inimesed haiged nagu meiega. Palusime Jumalat, et ta aitaks meil nende suhtes üles näidata samasugust sallivust, haletsust ja kannatlikkust, nagu meie oma haige sõbra puhul meelsasti ilmutaksime. Kui keegi on meid pahandanud, ütleme endale: „See on haige inimene. Kuidas ma saaksin talle kasulik olla? Jumal, päästa mind viha küüsisist. Sinu tahtmine sündigu.”

Me väldime tagasi tegemist või vaidlemist. Haigeid ei peaks niimoodi kohtlema. Nii tehes hävitame võimaluse olla kasulikud. Me ei saa kõigile inimestele kasulikud olla, kuid vähemasti näitab Jumal meile, kuidas võtta igatühe suhtes lahke ning salliv hoiak.

Vaatame veel kord oma nimekirja. Jättes kõrvale kogu teiste tehtud ülekohtu, otsisime järjekindlalt omaenese vigu. Kus olime olnud isekad, ebaausad, omakasupüüdlilikud ja hirmul? Kuigi mõni olukord ei tekkinud ainuüksi meie süül, üritasime teise asjasepuutuva inimese hoopis välja jätta. Milles seisnes meie süü? See oli meie, mitte kellegi teise inventuur. Oma eksimusi märgates loetlesime need üles. Asetasime need mustvalgena enese ette. Tunnistasime ausalt oma eksimusi ja tahtsime neid heaks teha.

Pange tähele, et härra Browni, proua Jonesi, tööandja ja naise puhul nimetatud probleemide kõrval seisab sulgudes sõna „hirm”. See lühike sõna puudutab mingil määral kõiki meie elu tahke. See kuritahtlik ja lagundav

niit läbis tervet meie olemasolu kudet. See lükkas käima asjaolude rodu, mis tõi meile meie arvates teenimatut ebaõnne. Kuid kas me mitte ise seda palli veerema ei pannud? Vahel leiame, et hirm peaks olema võrdväärne varastamisega. Tundub, et see toob isegi rohkem kahju.

Me vaatasime oma hirmud põhjalikult üle. Panime need paberile kirja ka siis, kui nendega ei seondunud ükski vimm. Küsisime endalt, miks meil need olid? Kas mitte sellest, et enese tarkusele tuginemine meid hätta jättis? Enese tarkusest piisas paljuks, kuid kaugeltki mitte kõigeks. Kunagi oli mõnel meist küllaga enesekindlust, kuid see ei lahendanud täielikult ei hirmu ega ühtegi teist probleemi. Kui see meid ülbeks muutis, siis seda hullem.

Võib-olla leidub parem tee – me usume küll. Sest nüüd toetume teistsugusele alusele, milleks on Jumala usaldamine ja tema peale lootmine. Me usaldame pigem piiratud Jumalat kui piiratud ennast. Me oleme siin ilmas selleks, et etendada osa, mille Tema meile määrab. Just sel määral nagu me teeme nii, nagu Tema meie arvates sooviks, ning alandlikult Tema peale loodame, võimaldab Ta meil hädale ja viletsusele vastu-kaaluks panna meelerahu.

Me ei palu eales kelleltki vabandust selle eest, et oma Loojast sõltume. Võime vaid naerda nende üle, kes peavad vaimsust nõrkuse teeks. Paradoksaalsel moel on see hoopis tugevuse tee. Ajalugu on tõestanud, et usk tähendab vaprust. Kõik usklikud on vaprad. Nad usaldavad oma Jumalat. Me ei pea kunagi Jumala pärast vabandama. Selle asemel laseme Tal meie kaudu näidata, mida Ta suudab. Me palume Tal võtta meie hirm ning juhtida meie tähelepanu sellele, milline Ta soovib, et me oleksime. Sedamaid hakkame hirmust üle saama.

Nüüd seksist. Paljud meist pidid sellega seoses oma suhtumist revideerima. Eelkõige katsusime selles küsimuses mõistlikud olla. On väga kerge õigelt teelt kõrvale kalduda. Näeme, et inimeste arvamused on siin sageli äärmuslikud – võib-olla isegi absurdset. Üks koolkond kisendab, et seks on meie loomuse madalama poole himu, vaid pelgalt soojätkamise hädavajadus. Teised jälle nõuavad seksi ja veelgi rohkem seksi; nad taunivad abielu; nad arvavad, et enamik inimkonna hädasid on tingitud seksuaalpõhjustest. Mõned arvavad, et meil ei ole seksi piisavalt või et see pole see päris õige. Nad omistavad sellele tähtsust igas eluvaldkonnas. Üks koolkond ei lubaks meil seda üldse mekkida, teine võrtsitaks sellega kõik üle. Me tahame sellest vastasseisust kõrvale hoida. Me ei taha olla kellegi seksuaalkäitumise kohtunikuks. Meil kõigil on seksuaalprobleeme. Kui meil neid ei oleks, siis poleks me kuigivõrd inimesed. Mida siis nendega peale hakata?

Mõtlesime oma varasemate aastate käitumise üle järele. Millal olime olnud isekad, ebaausad või hoolimatud? Kellele olime haiget teinud? Kas olime põhjendamatult tekitanud armukadedust, kahtlusi või kibestumust? Milles me eksisime ja mida oleksime pidanud teisiti tegema? Panime selle kõik kirja ja vaatasime üle.

Taolisel moel püüdsime kujundada oma tulevase seksuaalelu mõistliku ja tasakaaluka ideaali. Sellise lähene-mise võtsime aluseks iga suhte hindamisel – oli see isekas või mitte? Palusime Jumalat, et ta vormiks meie ideaale ja aitaks meil nende järgi elada. Pidasime alati meeles, et meie seksuaalsed võimed on Jumala antud ning seega head, mitte midagi, mida kasutada kergemeelselt või isekalt, ega ka midagi, mida põlata või järelelastada.

Milliseks meie ideaal ka ei kujuneks, peame olema valmis selle suunas kasvama. Peame olema valmis tehtud halba heastama, välja arvatud juhul, kui me seda tehes veelgi rohkem halba põhjustaksime. Teisisõnu, käsitleme seksi nagu iga teist probleemi. Mediteerides küsime Jumalalt, kuidas peaksime igas konkreetses olukorras käituma. Kui me tõepoolest tahame õiget vastust, siis me ka saame selle.

Vaid Jumal saab hinnata meie seksuaalset olukorda. Teistega nõu pidamine on sageli kasulik, kuid viimase sõna laseme öelda Jumalal. Me mõistame, et mõned inimesed on seksi suhtes sama fanaatilised, kui teised vabameelsed. Me hoidume hüsteerilistest mõtetest ja nõuannetest.

Mis siis, kui me ei küündi valitud ideaalini ja komistame? Kas see tähendab, et hakkame jälle jooma? Mõnede arvates on see nii. Kuid see on vaid pool tõde. Kõik sõltub meist ja meie motiividest. Kui me kahetseme oma tegusid ja soovime siiralt, et Jumal meid paremaks muudaks, usume, et meile antakse andeks ja oleme sellega õppetunni kätte saanud. Kui me ei kahetse ja meie käitumine jätkuvalt teisi kahjustab, siis hakkame üsna kindlasti jooma. Me ei teoretiseeri. Need on faktid meie kogemustest.

Seksi kohta kokkuvõtteks: me palume siiralt endale õiget ideaali, juhatust igas küsitavas olukorras, tervet mõistust ja jõudu õigesti tegutseda. Kui seks on probleemiks, asume seda innukamalt teisi aitama. Mõtleme nende vajadustele ja töötame nende vajaduste heaks. See aitab meil tähelepanu mujale suunata. See rahustab seda sundivat tungi, millele järele andmine tooks südamevalu.

Kui oleme oma isiklikus loetelus põhjalikud olnud, oleme kirja pannud hulga asju. Me oleme oma vimmad üles lugenud ja läbi analüüsinud. Me hakkame mõistma nende tühisust ning hukatuslikkust. Oleme hakanud mõistma nende kohutavat purustusjõudu. Me õpime sallivust, kannatlikkust ja head tahet kõigi inimeste, isegi meie vaenlaste suhtes, sest me suhtume neisse kui haigetesse inimestesse. Oleme koostanud nimekirja inimestest, keda oleme oma käitumisega haavanud, ja oleme valmis võimalusel minevikku heastama.

Sellest raamatust võite ikka ja jälle lugeda, et usk tegi meie heaks seda, mida me ise teha ei suutnud. Me loodame, et olete nüüd veendunud, et Jumal võib eemaldada kõik takistused, mille teie tahe on Tema ja teie vahele seadnud. Kui te olete juba otsuse langetanud ja koostanud inventuuri oma suurimatest puudustest, siis olete hästi algust teinud. Sel moel olete suure tüki tõde enda kohta alla neelanud ja ära seedinud.

6. peatükk

TEGUTSEMA

KUI ISIKLIK inventuur on tehtud, siis mida sellega edasi teha? Oleme püüdnud omandada uut hoiakut, uut suhet meie Loojaga ja avastada takistusi oma teel. Oleme tunnistanud teatud puudusi; oleme laias laastus kindlaks teinud, milles on probleem; oleme pannud sõrme peale oma nõrkadele kohtadele isiklikus inventuuris. Nüüd saavad need peagi kõrvaldatud. See nõuab meiepoolset tegutsemist, mis lõpuleviiduna tähendab, et oleme tunnistanud Jumalale, iseendale ja teisele inimesele oma vigade tõelist olemust. Mis juhatarki meid eelmises peatükis mainitud tervenemisprogrammi *Viienda Sammu* juurde.

Võib-olla on see raske – eriti teise inimesega oma puuduste üle arutamine. Arvame, et oleme neid asju iseendile tunnistades isegi tublid olnud. See pole sugugi kindel. Praktikas osutub, et üksi antud enesehinnang pole piisav. Paljud meist pidasid vajalikuks märksa kaugemale minna. Me nõustume meelsamini teise inimesega iseenda üle arutlema, kui näeme, et selleks on piisavalt põhjust. Esimene ja parim põhjus: kui me selle eluolulise sammuga vahele jätame, siis ei pruugi meil õnnestuda joomisest jagu saada. Uustulnukad on ikka ja jälle püüdnud mõningaid fakte oma elust enda teada jätta. Püüdes vältida alandlikuks tegevat kogemust, on nad pöördunud lihtsamate meetodite poole. Peaaegu eranditult jõid nad end purju. Olles ülejäänud programmi järginud, imestasid nad, miks nad ikkagi kukkusid. Meie arvates on põhjuseks see, et nad jätsid

koduse suurpuhastuse lõpuni viimata. Nad tegid küll inventuuri, kuid jätsid mõned kõige hullemad artiklid oma laos enda teada. Nad ainult *mõtlesid*, et nad on egoismist ja hirmust lahti saanud; nad ainult *mõtlesid*, et on alandlikud olnud. Kuid nad ei olnud õppinud piisavalt alandlikkusest, söakusest ja aususest, nii nagu meie vajalikuks peame, kuni nad ei olnud kellelegi teisele *kogu* oma elulugu ära rääkinud.

Alkohoolik elab tihedamini topeltelu kui enamik inimesi. Ta on vägagi nagu näitleja. Välisilmale esitleb ta oma lavategelast. Sellist, nagu ta soovib, et ta kaaslased näeksid. Ta tahab omada teatud mainet, kuid teab südames, et ei ole seda ära teeninud.

Ebakõla süvendavad veelgi tema teod joomahoogude ajal. Mõistusele tulles tunduvad mõned ähmaselt meenuvad episoodid talle tülgestavatena. Need mälestused on painajalikud. Ta judiseb mõtte peale, et keegi võis teda jälgida. Nii kiiresti kui võimalik, tõrjub ta need mälestused kõige kaugematesse mälusoppidesse. Ta loodab, et need ei tule kunagi päevavalgele. Ta elab alaliselt hirmus ja pinges – see aga tõukab teda taas jooma.

Psühholoogid kalduvad meiega nõustuma. Oleme uuringutele kulutanud tuhandeid dollareid. Meie teada on olnud vaid üksikud juhtumid, mil oleme arstidega tõeliselt ausad olnud. Enamjaolt ei ole me neile rääkinud kogu tõde ega ole nende nõuandeid järginud. Kuna me ei olnud nõus olema ausad nende kaastundlike inimeste ees, ei olnud me ka ausad kellegi teise ees. Pole ime, et nii paljudel arstidel on madal arvamus alkohoolikutest ja nende tervenemisvõimalusest!

Me peame olema kellegagi täiesti ausad, kui tahame selles maailmas kaua ning õnnelikult elada. Mõistagi

mõtlemine enne hoolikalt läbi, kui valime inimese või inimesed, kellega koos astuda see intiimne ja usalduslik samm. Need meie hulgast, kes kuuluvad mõnda usuühingusse, kus nõutakse pihil käimist, tahavad loomulikult minna selleks täieõiguslikult volitatud inimese juurde, kelle kohus on neid ära kuulata. Kuigi meil ei ole usulisi sidemeid, võib ka meil olla mõttekas rääkida inimesega, keda mõni ametlik religioon on selleks pühitsenud. Tihti leiame, et selline inimene näeb ja mõistab meie probleemi kiiresti. Arusaadavalt kohtame mõnikord ka inimesi, kes alkohoolikuid ei mõista.

Kui me niiviisi teha ei saa või pigem ei taha, siis otsime mõne saladusi hoidva, mõistva tuttava. Võib-olla on meie arst või psühholoog kohane inimene. See võib-olla ka keegi meie oma perekonnast, kuid abikaasale või vanematele ei saa avaldada midagi sellist, mis neid haavab või õnnetuks teeb. Meil pole mingit õigust oma nahka kellegi teise arvelt päästa. Niisugused lõigud oma eluloost tuleb rääkida inimesele, kes küll mõistab, kuid keda see isiklikult ei mõjuta. Reegel on selline, et enda suhtes tuleb olla järeleandmatu, kuid teistega alati arvestada.

Hoolimata suurest vajadusest endast kellelegi rääkida, võib juhtuda, et selleks sobilikku inimest pole kusa-gilt võtta. Kui nii, siis võib selle sammu ootele panna, kuid ainult tingimusel, et säilitame täieliku valmiduse see esimesel võimalusel ära teha. Seda sellepärast, et meie meelest on ülimalt tähtis rääkida õige inimesega. On oluline, et see inimene suudaks meie jutu endale hoida; et ta meie eesmärki täielikult mõistaks ja heaks kiidaks; et ta ei püüaks meie plaani muuta. Kuid me ei tohi seda kasutada lihtsalt ettekäändena sammu edasi lükkamiseks.

Kui otsustame, kes meie loo ära kuulab, siis ei raiska me enam aega. Meil on olemas kirjalik inventuur ja me oleme pikaks jutuajamiseks valmis. Me selgitame kaaslasele, mida kavatseme teha ja miks peame seda tegema. Ta peab mõistma, et see toiming on meile elu ja surma küsimus. Enamik inimesi, kellele niimoodi lähenetakse, on heameelega abiks, meie usaldus on neile auasi.

Jätame eneseuhkuse kõrvale ja asume asja kallale, valgustades iga oma iseloomu käändu, iga pimedat nurka oma minevikust. Olles selle sammu ilma midagi salgamata sooritanud, tunneme sellest suurt rõõmu. Me võime maailmale silma vaadata. Võime olla üksi täies rahus ja kerguses. Meie hirmud kaovad. Me hakkame tunnetama oma Looja lähedust. Meil võisid ka varem olla mõningad vaimsed uskumused, kuid nüüd hakkame tundma vaimset kogemust. Tunne, et alkoholiprobleem on kadunud, valdab meid tihti tugevalt. Me tunneme, et kõnnime Laial Maanteel Universumi Vaimuga käsikäes.

Koju jõudnud, otsime endale koha, kus saaksime tunnikese vaikselt olla ja mõtleme tehtu üle hoolikalt järele. Täname Jumalat kogu südamest, et oleme Teda paremini tundma õppinud. Võtnud riiulilt käesoleva raamatu, pöörame lahti lehekülje, kus kirjeldatakse kahtteistkümmet sammu. Esimest viit ettepanekut tähelepanelikult lugedes küsime endalt, ega me midagi välja ei ole jätnud, sest meil on käsil sellise võlvkaare ehitamine, mille alt me lõpuks vabana läbi astume. Kas meie senine töö on olnud korralik? Kas kivid on õigesti paigale asetatud? Ega me vundamendi tsemendiga koonerdanud? Ega me mörti ilma liivata proovinud teha?

Kui võime oma vastustega rahule jääda, siis heidame pilgu *Kuuendale Sammule*. Oleme juba rõhutanud, et valmisolek on siin asendamatu. Kas oleme nüüd valmis laskma Jumalal eemaldada meilt kõik need asjad, mille oleme tunnistanud vastuvõetamatuks? Kas Ta võib nüüd võtta need kõik – viimse kui ühe? Kui me ikka veel millegi külge klammerdume, millest me ei taha lahti lasta, siis palume Jumalat, et ta aitaks meil olla valmis.

Kui oleme valmis, siis lausume midagi sellist: „Mu Looja, ma olen valmis, et Sa võtaksid mu koos kõige hea ja halvaga. Ma palun, et Sa vabastaksid mu viimsestki iseloomuveast, mis ei lase mul Sulle ja minu kaaslastele kasulik olla. Anna mulle jõudu, kui ma siit väljun, viia ellu sinu tahet. Aamen.” Sellega oleme läbinud *Seitsmenda Sammu*.

Nüüd on vaja rohkem tegusid, sest muidu avastame, et „Usk ilma tegudeta on surnud”. Vaadelgem *Kaheksandat ja Üheksandat Sammu*. Meil on nimekiri kõikidest inimestest, keda oleme kahjustanud ja kellele me oleme valmis seda hüvitama. Me koostasime selle nimekirja inventuuri käigus. Viisime läbi põhjaliku enesehindamise. Nüüd läheme oma kaaslaste juurde ja parandame neile minevikus tekitatud kahju. Püüame minema pühkida selle rämpsü, mis on kuhjunud meie püüdlusest elada omaenese tahte varal ja ise etendust juhtida. Kui meil puudub selleks tahe, siis palume seni, kuni see saabub. Pidage meeles, et kõige alguses leppisime kokku, et *alkoholist võitu saamiseks oleme valmis kuitahes kaugele minema*.

On võib-olla teisigi kõhklusü. Vaadates üle nimekirja ärituttavatest ja sõpradest, keda olime haavanud, võime ehk peljata neile vaimsel pinnal lähenemist. Kuid ärgem

heitugem. Mõnede inimeste puhul ei tarvitse me – ja võib-olla ei tohiksi – esimesel lähenemisel rõhutada vaimset külge. Me võime neis eelarvamusi tekitada. Antud hetkel püüame oma elu korda seada. Kuid see ei ole veel eesmärk omaette. Meie tõeliseks sihiks on end selliselt muuta, et meist oleks maksimaalselt kasu Jumalale ja kaasinimestele. Vaevalt on tark minna inimese juurde, kes on meie ülekohtu pärast endiselt tõre, ja teatada talle oma usule pöördumisest. Poksiareenil nimetatakse seda lõua etteseadmiseks. Milleks asetada ennast olukorda, kus meid võidakse hakata fanaatikuteks ja usuhulludeks pidama? Sellega võime hävitada edaspidise võimaluse kasulikku sõnumit edasi kanda. Kuid inimesele meie vastas avaldab kindlasti muljet siiras soov halba heaks teha. Teda huvitab rohkem meie hea tahte nägemine, kui meie vaimsetest avastustest kuulda saamine.

Me ei kasuta seda ettekäändena Jumala teemast kõrvale põiklemiseks. Kui see teenib häid eesmärke, oleme valmis taktitundeliselt ja arukalt kuulutama oma veendumusi. Kerkib aga küsimus, kuidas läheneda kunagi vihatud inimesele. Võib ju olla, et tema on meile veel rohkem kahju teinud kui meie temale ning kuigi me oleme tema suhtes võtnud soodsama hoiaku, ei ole me siiski liiga varmad oma vigu tunnistama. Sellele vaatamata haarama ka inimese puhul, kes meile ei meeldi, ohjad enda kätte. Vaenlase juurde minna on raskem kui sõbra juurde, kuid me näeme, et sellest on meile palju rohkem kasu. Me läheme tema juurde abivalmis ja andestavas meeleolus, tunnistades oma varasemat halba suhtumist ja väljendades kahetsust.

Mingil tingimusel ei tohi me sellist inimest kritiseerida või temaga vaielda. Me lihtsalt ütleme talle,

et meil ei õnnestuks iial joomisest jagu saada, kui me ei tee oma mineviku klaarimiseks kõik, mis võimalik. Oleme seal selleks, et pühkida puhtaks oma tänavapool, andes endale aru, et enne seda ei õnnestu meil midagi korda saata, püüdmata kunagi talle ette kirjutada, mida ta tegema peaks. Jutt pole tema eksimustest. Me jääme ainult enda omade juurde. Kui meie olek on rahulik, siiras ja avatud, siis õnnestub meil ka tulemusi saavutada.

Üheksal juhul kümnest juhtub midagi ootamatut. Mõnikord tunnistab Inimene, kelle juurde oleme tulnud ka oma süüd ja nii lahtub aastatepikkune vaen vaid ainsa tunniga. Harva ei saavuta me rahuldustpakkuvat edu. Vahel kiidavad kunagised vaenlased meie nüüdse teguviisi heaks ja soovivad meile kõike paremat. Mõnikord pakuvad nad ka abi. Ometi ei tohi me lasta end sellest eksitada, kui keegi meid oma kontorist välja viskab. Me oleme näidanud oma head tahet, oleme teinud oma osa. Vesi on juba paisu tagant välja lastud.

Enamik alkohoolikuid on raha võlg. Me ei väldi oma võlausaldajaid. Rääkides neile sellest, mida praegu üritame, ei salga me ka oma joomist; nad teavad seda tavaliselt niikuinii. Samuti ei pelga me oma alkoholismi tunnistada kaalutlusel, et see võib põhjustada raha-probleeme. Ka kõige südametum võlausaldaja võib meid niisuguse lähenemise korral üllatada. Sõlmides nendega nii hea kokkuleppe kui võimalik, anname neile mõista, et meil on kahju. Joomise tõttu on võla tagasimaksimine viibinud. Meil tuleb üle saada hirmust võlausaldajate ees, ükskõik kui kaugele meil tuleb selleks minna, sest kui me kardame nendega kohtuda, hakkame tõenäoliselt uuesti jooma.

Võib-olla oleme toime pannud ka mõne kuriteo, mis meid trellide taha viiks, kui ametivõimud sellest teada

saaksid. Meil ei pruugi olla piisavalt raha, et tehtut heastada. Ühele inimesele oleme oma tegu juba usalduslikult tunnistanud, kuid oleme kindlad, et teo ilmsiks tulles pannakse meid vangi või kaotaksime oma töökoha. Võimalik, et see on vaid pisikuritegu nagu näiteks kuluarve sihilik väärkasutus. Enamik meist on midagi niisugust teinud. Või oleme näiteks lahutanud ja uuesti abiellunud, kuid pole esimesele abikaasale alimente maksnud. Ta on selle üle nõrдинud ja taotleb meie vahistamist. Ka sellised hädad on tavalised.

Kuigi hüvitusel võib olla lugematuid vorme, on olemas ka mõned üldpõhimõtted, millest tuleks juhinduda. Tuletades endale meelde, et oleme otsustanud vaimse kogemuse nimel kõigeks valmis olla, palume õige teo sooritamiseks jõudu ning juhatust, ükskõik millised isiklikud tagajärjed sellel võiksid olla. Me võime kaotada oma positsiooni, maine või seista silmitsi vanglakaristusega, kuid oleme valmis seda tegema. Me peame selleks valmis olema. Me ei tohi millegi ees tagasi kohkuda.

Tavaliselt on siiski asjasse segatud ka teised inimesed. Seetõttu ei tohi me olla tormakad ja arutud märtrid, kes enda alkoholismisügavikust päästmiseks mõtlematult teisi ohvriks toovad. Üks meie tuttav mees oli uuesti abiellunud. Vihavimma ja joomise tõttu ei olnud ta esimesele naisele alimente maksnud. Naine oli maruvihane. Ta läks kohtusse ja taotles korralduse mehe aresteerimiseks. Mees oli asunud meie eluviiside järgi elama, oli omale töökoha kindlustanud ja hakkas juba pinnale tõusma. Oleks olnud eriti suur kangelaslikkus, kui ta oleks Kohtuniku ette marssinud ja öelnud: „Siin ma olen.”

Leidsime, et ta peaks olema valmis seda tegema, kui muud üle ei jää, ent kui ta vangis oleks, ei saaks ta ju

kummagi perekonna eest hoolt kanda. Soovitasime tal esimesele naisele kirjutada, oma süüd tunnistada ja lepitust paluda. Mees tegigi seda ning ühtlasi saatis ka väikese summa raha. Ta teatas naisele oma edaspidistest kavatsustest. Ta ütles, et on täiesti valmis vangi minema, kui naine seda nõuab. Loomulikult ei nõudnud naine seda ja kogu lugu on juba ammu ära klaaritud.

Enne tõsiste tegude tegemist, mis võivad puudutada ka teisi inimesi, peame kindlaks tegema, et meil on selleks nende nõusolek. Kui oleme neilt loa saanud, teisega nõu pidanud, Jumalalt abi palunud ja too otsustav samm on vajalik, siis ei tohi me enam tagasi kohkuda.

Sellega seoses meenub lugu ühest meie sõbrast. Kord juues võttis ta tuliselt vihatud ärikonkurendilt vastu rahasumma, mille kohta ta mingit kviitungit vastu ei andnud. Hiljem eitas ta raha saamist ja kasutas kogu lugu selle mehe maine kahjustamiseks. Seega kasutas ta oma ebaausat tegu teise mehe maine hävitamise vahendina. Tema rivaal laostus tõepoolest.

Ta tundis, et ta on teinud halba, mida ta kuidagi ei saa enam heaks teha. Kui ta vana loo uuesti üles võtaks, tekiks oht, et ta võib sellega oma äripartneri mainet kahjustada, tema perekonda häbistada ja temalt elatusvahendid võtta. Mis õigus oli tal asjasse segada inimesi, kes temast sõltusid? Kuidas saakski ta üldse avaliku sõnavõetuga oma konkurendi au taastada?

Pärast arupidamist naise ja äripartneriga jõudis ta järeldusele, et parem võtta need riskid, kui seista süüdi olevana hävitavas laimus oma Looja palge ees. Ta mõistis, et peab lahenduse andma Jumala kätte või muidu hakkab ta varsti jälle jooma ja kõik oleks niikuinii kadunud. Esimest korda üle mitme aasta läks ta kirikusse. Pärast jutlust tõusis ta vaikselt oma kohalt ja esitas oma

selgitused. Selline teguviis leidis üleüldist heakskiitu ja praegu on ta oma linna üks usaldusväärsemaid kodanikke. Kõik see juhtus aastaid tagasi.

Tõenäoline on, et meil tekib probleeme ka kodus. Võib-olla on meil naistega sedalaadi suhteid, mida me parema meelega ei reklaamiks. Ent me kahtleme, kas alkohoolikud on selles suhtes teistest inimestest põhimõtteliselt palju halvemad. Kahtlemata aga muudab joomine kodused seksuaalsuhted keerulisemaks. Pärast mõneaastast kooselu alkohoolikuga naine väsib, muutub kurnatuks, kibestunuks ja endasse tõmbunuks. Kuidas saakski see teisiti olla? Mees tunneb end üksildasena ja hakkab ennast haletsema. Ta hakkab öölokaalides või muudes taolistes kohtades alkoholi kõrvale ka teistsugust meelelahutust otsima. Võib-olla on tal salajane ja põnev armusuhe „mõistva tütarlapsena”. Tõele au andes peame tunnistama, et tütarlaps võib tõesti olla mõistev, kuid mida sellisel juhul ette võtta? Selliselt seotud mees tunneb vahetevahel suurt kahetsust, eriti siis, kui ta on abielus truu ja vapra naisega, kes on tema eest sõna otseses mõttes põrgust läbi käinud.

Ükskõik, milline olukord ka ei oleks, midagi peame selles suhtes ette võtma. Kui oleme kindlad, et abikaasa ei tea midagi, kas peaksime siis talle sellest rääkima? Arvame, et mitte alati. Kui ta üldiselt teab, et meil on olnud seiklusi, kas peaksime talle siis kõik peensusteni välja laduma? Kahtlemata tuleb meil oma süüid tunnistada. Naine võib võib meilt nõuda kõiki üksikasju. Ta võib tahta teada, kes on see naine ja kus ta on. Tunneme, et meie kohuseks on talle öelda, et meil ei ole õigust teist inimest sellesse loosse segada. Kahetseme tehtut ja kui Jumal tahab, siis see enam ei kordu. Enamaks ei ole meil voli; kaugemale ei ole meil õigust minna. Ehkki

võib ette tulla ka põhjendatud erandeid ja ehkki me ei taha ühtegi reeglit ette kirjutada, oleme siiski leidnud, et selline suund on parim.

Meie eluvis ei kujuta endast ühesuunalist tänavat. See on naise seisukohast võetuna sama hea kui mehegi jaoks. Kui meie oleme suutelised unustama, siis suudab seda ka naine. Ometi on parem, kui põhjusest ei nimetata selle inimese nime, kelle peale naine võiks oma armukadeduse välja valada.

Võib-olla esineb ka juhtumeid, kus on nõutav ülim avameelsus. Ükski kõrvalseisja ei saa anda hinnangut niivõrd intiimsele situatsioonile. Võib juhtuda, et mõlemad pooled otsustavad, et arukate ja teineteist hellalt armastavate inimeste puhul on õigem vanu asju enam mitte meelde tuletada. Kumbki võib selle eest palvetada, olles enda jaoks kõige tähtsamale kohale seadnud teise õnne. Pidage alati meeles, et meil on tegemist kõige kohutavama inimliku tundega – armukadedusega. Tubli väejuht võib pidada paremaks seda probleemi tiivalt rünnata, selle asemel, et riskida otsese kokkupõrkega.

Kui niisugused raskendavad asjaolud puuduvad, siis on meil kodus palju tegemist. Vahel kuuleme alkohoolikut lausumas, et ainus asi, mida ta vajab, on püsida kainenena. Loomulikult peab ta kaine püsima, sest muidu ei oleks tal enam mingit kodu. Kuid ta peab veel palju pingutama, et naisele ja vanematele hüvitada need aastad, mil ta neid nii kohutavalt kohtles. Kannatlikkus, millega emad ja abikaasad on alkohoolikutesse suhtunud, on mõistusele lausa käsitamatu. Kui see poleks nii olnud, siis ei oleks paljudel meist täna kodu, paljud oleksid ehk juba surnud.

Alkohoolik on nagu tornaado, mis möirates teiste inimeste eludest läbi tuiskab. Südamed murduvad. Meel-

divad suhted hävivad. Kiindumus kistakse juurtega välja. Isekad ja hoolimatud kombes on kodu segi paisanud. Meie arvates on mees mõtlematu, kui ta väidab, et kainusest piisab. Ta on nagu farmer, kes keldrist tormivarjust välja tulles leiab oma maja purustatuna ja tähendab oma naisele: „Siin ei paista miskit viga olema. Kas pole tore, et tuul puhumise järele jättis?”

Jah, ees seisab pikk ülesehitusperiood. Peame ohjad enda kätte haarama. Kahetsevast pominast, et meil on kahju, ei ole mingit kasu. Peame koos perekonnaga maha istuma ja avameelselt analüüsima minevikku, nii nagu me seda praegu näeme, pidades samal ajal hoolikalt silmas, et me oma perekonnaliikmeid ei kritiseeriks. Nende vead võivad ju välja paista, kuid tõenäoliselt on osa süüd ka meie tegudel. Niisiis teeme koos perekonnaga kodus suurpuhastuse, paludes igal hommikul mediteerides meie Looja käest, et ta juhataks meid kannatlikkuse, sallivuse, lahkuse ja armastuse teele.

Vaimne elu ei ole üksnes teooria. *Me peame seda elu elama.* Juhul, kui perekond ei avalda soovi vaimsete põhimõtete järgi elada, siis meie meelest ei peaks neid utsitama. Me ei tohi neile lakkamatult vaimuasjadest rääkida. Küll nad aja jooksul muutuvad. Meie käitumine veenab neid rohkem kui meie sõnad. Peame meeles pidama, et kümme või kakskümmend aastat joomist muudaks igaihe skeptikuks.

Võib esineda selliseid väärtegusid, mida me iial ei saa täielikult heastada. Me ei hakka end selle pärast vaevama, kui võime ausalt endale kinnitada, et hüvitaksime need, kui see oleks meie võimuses. Mõne inimesega ei õnnestu kohtuda – me saadame talle siira kirja. Ja mõnedel juhtudel võib edasilükkamine olla põhjendatud. Kuid kui võimalik, siis me ei viivita. Peaksime käituma arukalt,

taktitundeliselt, teistega arvestavalt ja alandlikult, kuid ilma orjalikkuse ja lipitsemiseta. Jumala inimestena seismise jalgel; me ei rooma kellegi ees.

Kui oleme oma arengu selles etapis püüdlikud, hämmastab tulemus meid juba enne, kui me poolele teele jõuame. Me saame tunda uut vabadust ja uut õnne. Me ei kahetse minevikku ega soovi selle ees ust kinni lüüa. Hakkame mõistma, mida tähendab sõna meelerahu ning saame tunda rahu. Ükskõik kui sügavale olime langenud, hakkame nägema, et meie kogemustest võib teistele inimestele kasu olla. Otstarbetuse tunne ja enesehaletsus kaovad. Kaob ka huvi isekate asjade vastu, see asendub huviga kaasinimeste suhtes. Omakasupüüdlikkus hajub. Kogu meie ellusuhtumine ja maailmavaade muutuvad. Meis kaob hirm inimeste ja majandusliku ebakindluse ees. Hakkame vaistlikult teadma, kuidas toimida olukordades, mis meid varem nõutuks tegid. Äkitselt mõistame, et Jumal teeb meie heaks seda, milleks me ise suutelised ei olnud.

Kas need on suurejoonelised lubadused? Arvame, et mitte. Meie seas saavad need teoks – mõnikord kiiremini, mõnikord aeglasemalt. Need teostuvad alati, kui nende nimel töötame.

See mõte juhatab meid *Kümnenda Sammu* juurde, mis soovitab meil jätkuvalt teha isiklikku inventuuri ja järjepidevalt parandada kõiki ettetulevaid vigu. Minevikku klaarides astusime hoogsalt sellisele eluteele. Oleme jõudnud Vaimumaailma. Meie järgmiseks eesmärgiks on areneda mõistmises ja tõhususes. See ei sünni üleöö. See peaks kestma kogu meie elu. Oleme valvel isekuse, ebaaususe, vimmapidamise ja hirmu suhtes. Kui need meie teele ilmuvad, siis palume kohe Jumalat, et ta need kõrvaldaks. Me arutame seda kohe

kellegagi ja heastame kiiresti halva, kui me seda oleme tekitanud. Seejärel suuname oma mõtted otsustavalt mõnele inimesele, keda saame aidata. Meie juhtumõtteks on armastus ja sallivus teiste suhtes.

Me oleme lakanud võitlemast kellegi või millegi vastu – isegi alkoholi vastu. Sest selle aja peale on terve mõistus taastunud. Me tunneme harva huvi alkoholi vastu. Kiusatusse sattudes põrkume sellest eemale kui kõrvetavast leegist. Me reageerime arukalt ja normaalselt ning me hakkame nägema, et see on juhtunud iseenesest. Hakkame mõistma, et meie uus suhtumine alkoholi on meile antud ilma vähimagi meiepoolse mõtte või pingutusega. See lihtsalt tuleb! See ongi see ime. Me ei võitle alkoholi vastu ega väldi ka kiusatust. Tunneme, nagu oleks meid seatud neutraalsesse asendisse – turvaliselt ja kaitstult. Me ei ole isegi mitte vandunud alkoholita olla. Selle asemel on probleem kõrvaldatud. Meie jaoks teda enam ei eksisteeri. Me ei muutu selle üle ülbeks ega tunne hirmu. Selline on meie kogemus. Selline on meie reaktsioon, niikaua kui me heas vaimses vormis püsime.

Vaimset tegevuskava on kerge kõrvale heita ja loorberitele puhkama jääda. Nii tehes, ootavad meid probleemid, sest alkohol on salakaval vaenlane. Alkoholism ei ole meist välja ravitud. Meile on antud vaid karistuse päev-päeva järel edasi lükkamine, see omakorda sõltub meie vaimse seisundi hoidmisest. Iga päev tuleb meil nägemust Jumala tahtest rakendada kõigis oma tegudes. „Kuidas saaksin ma Sind kõige paremini teenida – Sinu tahtmine (mitte minu) sündigu.” Need mõtted peavad meiega pidevalt kaasas käima. Sellist joont hoides saame oma tahet rakendada nii palju, kui tahame. See on tahtele õige rakendus.

Palju on juba öeldud inspiratsiooni ja juhatuse saamise kohta Temalt, kellel on kogu tarkus ja vägi. Kui oleme juhtnööre hoolikalt järginud, siis oleme hakanud tajuma Tema Vaimu meisse voolamas. Me oleme teatud määral saanud Jumalateadlikuks. Meis on hakanud arenema see elutähtis kuues meel. Kuid me peame veelgi edasi minema ja see nõuab meilt rohkem tegusid.

Üheteistkümmnes Samm soovitab palvet ja mediteerimist. Me ei tohiks palvetamist häbeneda. Meist etemad inimesed kasutavad seda pidevalt. Sel on tulemusi, kui meil on õige suhtumine ja me selle kallal tööd teeme. See teema võib kergesti jääda ähmaseks. Ometigi usume, et võime teha konkreetseid ja kasulikke ettepanekuid.

Õhtule jäädes mõtleme möödunud päeva põhjalikult läbi. Kas me kandsime vimma, olime isekad, ebaausad või hirmul? Kas me võlgname kellelegi vabanduse? Kas me hoidsime enda teada midagi sellist, mida tulnuks viivitamatult teise inimesega arutada? Kas me olime kõigi vastu lahked ja armastavad? Mida oleksime võinud paremini teha? Kas mõtlesime suurema osa ajast vaid iseendale? Või mõtlesime, mida saaksime teiste heaks teha, mida saaksime eluhoovusesse panustada? Kuid samas peame olema ettevaatlikud, et me ei langeks muresse, kahetsusse ega mustadesse mõtetesse, sest see kahandaks meie kasulikkust teiste jaoks. Pärast ülevaate tegemist palume Jumalalt andeksandmist ja küsime, milliseid parandusi saaksime teha.

Ärgates mõelgem eelseisva kahekümne nelja tunni peale. Me kaalume läbi oma selleks päevaks tehtud plaanid. Enne alustamist palume Jumalat, et ta suunaks meie mõtlemist ja eriti, et ta hoiaks meist eemal, ebaausad ja omakasupüüdlikud motiivid. Neil tingimus-

tel võime julgelt rakendada oma mõistust, sest Jumal on andnud meile aju ju kasutamiseks. Meie mõtteelu tõstetakse niiviisi palju kõrgemale tasemele, kui meie mõtetest on sõelutud välja valed motiivid.

Eelseisvale päevale mõeldes võime osutada otsustusvõimetuks. Võib-olla ei suuda me kindlaks teha, milline suund võtta. Siinkohal palume Jumalalt inspiratsiooni, mõne vaistliku mõtte või otsuse. Lõdvestume ja oleme rahulikud. Me ei rabele. Kui oleme püüdnud mõnda aega niiviisi olla, üllatavad meid sageli õiged vastused. See, mis oli aimdus või juhuslik inspiratsioon, muutub järk-järgult meie mõistuse toimivaks osaks. Kuna me oleme veel kogenematud ning alles äsja loonud teadliku kontakti Jumalaga, siis pole tõenäoline, et me seesugust inspiratsiooni kogu aeg kogeksime. Selle eelduse eest võime maksta igasuguste absurdsete tegude ja mõtete hinnaga. Sellegipoolest avastame, et meie mõtlemine hakkab aja möödudes ikka enam ja enam toimima inspiratsiooni tasandil. Me hakkame sellele toetuma.

Tavaliselt lõpetame meditatsiooni palvega, et meid terve päeva jooksul juhatataks, milline on meie järgmine samm – et meile antaks kõik, mida me vajame selliste probleemide lahendamiseks. Eriti palume, et oleksime vabad omaenda tahtest ja jälgime hoolikalt, et me ei paluks midagi ainult iseenda jaoks. Võime enda jaoks midagi paluda siis, kui sellest on abi teistele. Jälgime hoolikalt, et me iial ei paluks midagi pelgalt oma isekatel põhjustel. Nii mõnigi meist on sedamoodi palju aega raisanud ja see ei tööta. Põhjus on ilmselge.

Kui olukord võimaldab, siis palume ka abikaasal või sõpradel oma hommikuse meditatsiooniga ühineda. Kui meil on mõni kindel usutunnistus, mis nõuab konkreetset hommikust pühendumist, siis teeme ka seda. Kui

me usuühingusse ei kuulu, siis valime mõnikord välja ja jätame meelde mõned levinumad palved, mis rõhutavad meie eelnevalt käsitletud põhimõtteid. Saadaval on ka palju kasulikke raamatuid. Soovitusi raamatute osas võib saada oma preestrilt, pastorilt või rabilt. Tehkem endale kiiresti selgeks, milles religioossetel inimestel on õigus. Kasutagem seda, mida nad pakuvad.

Päeva jooksul teeme rahutuks muutudes või kahtluse korral pausi ja palume, et meile juhatataks õige mõte või tegu. Tuletame endale alataks meelde, et me ei juhi enam etendust ja lausume endamisi alandlikult mitu korda päevas: „Sinu tahtmine sündigu.” Sel kombel on ärevuse, hirmu, viha, mure, enesehaletsuse ja rumalate otsustuste oht palju väiksem. Muutume märksa tõhusamaks. Me ei väsi enam nii kergesti, sest ei kuluta arutult oma energiat nagu siis, kui püüdsime elu oma näo järgi korraldada.

See töötab – see tõepoolest töötab.

Meie, alkohoolikud, oleme distsiplineerimata. Seetõttu laseme Jumalal äsjakirjeldatud lihtsal viisil end distsiplineerida.

Kuid see ei ole veel kõik. Vaja on tegusid, rohkem tegusid. „Usk ilma tegudeta on surnud.” Järgmine peatükk on täielikult pühendatud *Kaheteistkümnendale Sammule*.

7. peatükk

TÖÖ TEISTE

PRAKTILINE KOGEMUS näitab, et miski ei taga immuunsust joomise vastu nii hästi kui innukas töö teiste alkohoolikutega. See aitab, kui miski muu ei toimi. Meie *kaheteistkümnnes soovitus* on selline: kandke seda sõnumit edasi teiste alkohoolikuteteni! Teie saate aidata seal, kus keegi teine seda ei suuda. Teie suudate võita nende usalduse, kui see teistel ebaõnnestub. Pidage meeles, et nad on väga haiged.

Elu omandab uue tähenduse. Näha inimesi tervene-
mas, teisi aitas, üksildust kadumas, näha sõpruskonda
enda ümber kasvamas ja leida arvukalt sõpru – sellest
elamusest ei tohiks te ilma jääda. Me teame, et te ei
taha sellest ilma jääda. Meie elu helgeks pooleks on tihe
kontakt uustulnukatega ja üksteisega.

Võib-olla ei tunne te ühtegi joodikut, kes tahaks ter-
veneda. Neid on kerge leida, kui küsite mõne arsti,
kirikuõpetaja, preestri või haiglatöötaja käest. Nad
aitavad teid suurima heameelega. Ärge hakake peale
nagu mõni jutlustaja või reformaator. Kahjuks on eel-
arvamusi palju. Teie ettevõtmine nurjub, kui te neid
esile kutsute. Kirikuõpetajad ja arstid on asjatundjad ja
soovi korral võite neilt palju õppida, kuid oma joomisko-
gemuse tõttu saate teistele alkohoolikutele erakordselt
kasulik olla. Niisiis, tehke koostööd; ärge iial kritisee-
rige. Abivalmidus on meie ainuke eesmärk.

Kui leiate mõne Anonüümsete Alkohoolikute kan-
didaadi, uurige tema kohta välja niipalju kui saate. Kui
ta ei taha joomist jätta, siis ärge tema veenmisele aega

raisake. Sellega võite edasised võimalused ära rikkuda. Sama nõu anname ka alkohooliku perekonnaliikmetele. Andes endale aru, et tegemist on haige inimesega, tuleb neil olla kannatlik.

Kui on mingeid märke, et ta tahab joomist maha jätta, siis pidage üks põhjalik jutuajamine inimesega, kes tema vastu enim huvi tunneb – tavaliselt on selleks abikaasa. Tehke endale selgeks, mismoodi see mees käitub, millised on tema probleemid, tema taust, kui tõsine on tema seisund ja millised religioossed kalduvused tal on. Seda informatsiooni vajate, et ise tema olukorda asetuda ja mõistmaks, millist lähenemist teie sooviksite, kui teie rollid oleksid vahetuses.

Mõnikord on kasulikum oodata, millal tal uus joomahoog peale tuleb. Perekond võib küll selle vastu olla, ent kui mehe füüsiline seisund ei ole ohtlik, on parem siiski riskida. Ärge hakake temaga tegelema, kui ta on väga purjus, välja arvatud juhul, kui ta käitub inetult ja perekond vajab teie abi. Oodake joomahoo lõpuni või vähemalt selgema vaheperioodini. Siis laske mõnel perekonnaliikmel või sõbral tema käest küsida, kas ta tahaks joomise lõplikult maha jätta ja kas ta oleks selle nimel kõigeks valmis. Kui ta vastab jaatavalt, siis tuleks tema tähelepanu juhtida teie kui tervenenu peale. Talle tuleks rääkida teie kuulumisest sõpruskonda, mille liikmed ühe osana oma tervenemisprotsessist püüavad aidata teisi ja kes rõõmuga vestleksid temaga, kui ta sooviks nendega kohtuda.

Kui ta ei soovi teiega kohtuda, siis ärge hakake talle peale käima. Ka perekond ei tohiks talt meeleheitlikult nõuda, et ta midagi ette võtaks, ega ka teist talle liiga palju kõnelda. Neil tuleb oodata tema järgmise jooma-

tuuri lõpuni. Asetage see raamat kuhugi, kus ta võib seda selgel vaheperioodil märgata. Mingit kindlat reeglit ei saa siin anda. Niisuguste asjade üle otsustamine on perekonna asi. Kuid paluge neid tungivalt mitte üle muretseda, kuna see võib kõik ära rikkuda.

Üldiselt ei peaks perekond ise püüdma teie lugu rääkida. Võimalusel vältige mehega kohtumist tema perekonna kaudu. Läbi arsti või ravisutuse lähenemine on kindlam valik. Kui mees vajab haiglaravi, tuleks ta haiglasse paigutada, kuid mitte vägisi, välja arvatud juhul, kui ta on vägivaldne. Paluge arstil, kui ta on sellega nõus, öelda mehele, et tema jaoks võib leiduda lahendus.

Kui mehel on juba parem, võib arst soovitada, et te teda külastate. Kuigi te olete perekonnaga rääkinud, jätke nad sellest esimesest vestlusest välja. Sellisel tingimustes näeb teie kandidaat, et talle ei avaldata survet. Ta tunneb, et võib teiega suhelda, ilma et perekond teda näägutaks. Külastage teda veel siis, kui ta on ikka veel värisev. Depressoonis on ta vahest vastuvõtlikumgi.

Kui võimalik, minge tema juurde üksinda. Kõigepealt alustage üldist vestlust. Natukese aja pärast suunake vestlus mõnele joomise staadiumile. Rääkige talle piisavalt palju oma joomaharjumustest, sümptomitest ja kogemustest, et julgustada teda endast rääkima. Kui ta soovib rääkida, siis laske tal seda teha. Niiviisi saate parema ettekujutuse, mismoodi peaksite jätkama. Kui ta ei ole suhtlemisaldis, visandage talle oma joomiskarjäär kuni selle hetkeni, mil te joomise maha jätsite. Kuid ärge öelge esialgu sõnagi, kuidas see teil õnnestus. Kui mees on tõsisel meeleolul, siis peatuge neil hädadel, mida alkohol teile põhjustas, moraliseerivat või õpetavat tooni tingimata vältides. Kui tema meele-

olu peaks olema rõõmsam, pajatage talle mõni lustakas lugu oma seiklustest. Pange ta ka ise oma seiklustest rääkima.

Kui ta näeb, et teate joomarlusest kõike, siis hakake ennast kirjeldama kui alkohoolikut. Rääkige talle, kui suures segaduses te omadega olite ja kuidas lõpuks teada saite, et olete haige. Jutustage talle ka oma ponnistustest, et joomist maha jätta. Näidake talle, milline on see moondunud mõtteviis, mis viib joomahoogu vallandava esimese napsini. Soovitame teil seda teha nii, nagu me seda esitasime alkoholismi käsitlevas peatükis. Kui ta on alkohoolik, siis mõistab ta teid kohe. Ta hakkab teie mõtlemise vastuolusid enda omadega kõrvutama.

Kui olete veendunud, et tegemist on tõelise alkohoolikuga, peatuge pikemalt selle tõve lootusetusel. Tehke talle oma kogemuse põhjal selgeks, kuidas esimese napsiga kaasnev kummaline meeleseisund takistab tahtejõu normaalset toimimist. Ärge selle etapis veel käesolevale raamatule viidake, välja arvatud juhul, kui ta on seda näinud ja soovib selle üle arutleda. Ja hoiduge tingimata teda alkohoolikuks nimetamast. Las ta teeb ise omad järeldused. Kui ta jääb ikka veel arvamusele, et suudab oma joomist kontrollida, siis kinnitage talle, et tõenäoliselt suudabki – kui ta ei ole liialt alkohoolik. Kuid rõhutage, et kui ta on juba tõsiselt hädas, siis võib olla vähe lootust iseseisvalt terveneda.

Jätkake juttu alkoholismist kui haigusest, surmavast tõvest. Rääkige ka sellega kaasnevatest keha ja mõistuse seisunditest. Hoidke tema tähelepanu peamiselt teie enda isiklikul kogemusel. Selgitage talle, et paljud kes oma olukorra tõsidust ei mõista, on hukule määratud. Arstidele on õigustatult vastumeelt alkohoolikutest pat-

sientidele kogu lugu ära rääkida, välja arvatud juhul, kui see teenib head eesmärki. Kuid teie võite temaga alkoholismi lootusetusest kõnelda, sest teil on pakkuda lahendus. Peagi tunnistab teie sõber, et tal on olemas paljud, kui mitte kõik alkohoolikule iseloomulikud tunnused. Kui ka tema arst on nõus talle ütlema, et ta on alkohoolik, siis seda parem. Isegi kui teie soosik ei ole oma seisundit veel täielikult tunnistanud, on temas tekkinud huvi teada saada, kuidas teie tervenestate. Las ta küsib teilt seda, kui soovib. *Rääkige talle täpselt, mis teiega juhtus.* Rõhutage julgelt ka asja vaimset külge. Kui mees on agnostik või ateist, toonitage, et *tal ei tarvitse teie jumalakäsitusega nõustuda.* Ta võib valida mistahes talle meelepärase käsitusviisi, peaasi, et see talle endale õige tunduks. *Peamine on tema valmidus uskuda temast suuremat Jõudu ning elada vaimsetest põhimõtetest lähtudes.*

Sellise inimesega tegeldes on vaimsete põhimõtete kirjeldamisel parem kasutada igapäevast kõnepruuki. Pole mõtet äratada temas eelarvamusi teatud teoloogiliste terminite ja arusaamade vastu, mille suhtes ta võib niigi segaduses olla. Ükskõik millised teie enda veendumused ka ei oleks, ärge tõstatage niisuguseid teemasid.

Teie kandidaat võib kuuluda mõnesse usulahku. Võimalik, et tema usuharidus ja -teadmised on teie omadest kaugelt üle. Sellisel juhul hakkab ta kahtlema, kuidas saaksite lisada midagi sellele, mida ta juba teab. Kuid ta tunneb huvi, miks tema veendumustest pole kasu olnud ja miks teie omad näivad nii hästi töötavat. Ta võib olla hea näide tõsiasja kohta, et usust üksi ei piisa. Et olla elujõuline, peab usuga kaasas käima eneseohverdus ja isetu konstruktiivne tegevus. Andke talle mõista, et te ei ole tema juures selleks, et talle religioosseid juhiseid

jagada. Möönge, et tema teab sellest võib-olla rohkem kui teie, kuid samas pöörake tema tähelepanu asjaolule, et kui sügavad tema usk ja teadmised ka ei oleks, pole ta neid ometi suutnud rakendada, sest vastasel juhul ta ei jookse. Vahest aitab teie lugu tal mõista, mis suhtes ta pole suutnud seda õpetust, mida ta nii hästi tunneb, ellu viia. Me ei esinda ühtegi konkreetset usku ega usulahku. Meie tegeleme ainult üldpõhimõtetega, mis on ühised enamikele usunditele.

Kirjeldage talle tegevuskava, selgitades, kuidas te ennast analüüsisite, kuidas oma minevikku klaarisite ja miks te nüüd püüate teda aidata. Tema jaoks on oluline mõista, et teie katse talle kõike seda edasi anda mängib elutähtsat osa teie enda tervenemises. Õigupoolest aitab tema teid võib-olla rohkemgi kui teie teda. Tehke talle selgeks, et tal ei ole teie ees mingeid kohustusi, et teie ainukeseks lootuseks on, et ka tema püüab teisi alkohoolikuid aidata, kui ta kord oma raskustest pääseb. Andke mõista, kui tähtis on teiste inimeste heaolu enda omast kõrgemale asetada. Tehke talle selgeks, et talle ei avaldata survet – et ta ei pruugi teiega enam kohtuda, kui ta ei taha. Kui ta tahab kohtumise lõpetada, siis ei maksa teil solvuda, sest ta on ehk teid aidanud rohkem kui teie teda. Kui teie jutt on olnud arukas, rahulik ja täis inimlikku mõistmist, siis võib-olla olete saanud endale ühe sõbra. Võib-olla olete ta alkoholiküsimuse suhtes ärevile ajanud. See tuleb ainult kasuks. Mida lootusetum olukord talle tundub, seda parem. Seda tõenäolisem on, et ta järgib teie soovitusi.

Võimalik, et teie kandidaat esitab põhjendusi, miks tal ei tarvitse programmi tervikuna järgida. Ta võib hakata mässama põhjaliku suurpuhastuse mõtte vastu, mis nõuaks kõnelusi teiste inimestega. Äрге hakake

sellistele vaadetele vastu väitma. Rääkige, et teie tundsite kunagi samamoodi nagu tema, kuid kahtlete, kas te erilist edu oleksite saavutanud, kui ei oleks tegutsema asunud. Oma esimesel külaskäigul rääkige talle ka Anonüümsete Alkohoolikute Sõpruskonnast. Kui ta selle vastu huvi ilmutab, siis laenake talle see raamat.

Kui teie sõber ei taha endast pikemalt rääkida, siis ärge tema külalislahkust kurjasti kasutage. Andke talle võimalus järele mõelda. Kui aga jääte kauemaks, siis laske tal juhtida vestlus mistahes talle sobivasse suunda. Mõnikord kibeleb uus inimene tingimata otsekohe algust tegema ja ka teil võib olla kiusatus lasta tal seda teha. Ent vahel on see viga. Kui tal hiljem raskusi tekib, ütleb ta tõenäoliselt, et kiirustasite teda tagant. Alkohoolikutega saavutate kõige suuremat edu siis, kui te ei ilmuta mingit ristsõja- või reformikirge. Kunagi ärge rääkige alkohoolikuga kõlbelistest ja vaimsetest kõrgustest alla vaadates; lihtsalt asetage tema ette uurimiseks vaimsete tööriistade komplekt. Näidake, kuidas neist teile kasu oli. Pakkuge talle sõprust ja sõpruskonda. Õelge talle, et kui ta soovib terveneda, siis olete tema aitamise nimel kõigeeks valmis.

Kui ta ei ole teie pakutud lahendusest huvitatud, kui ta ootab, et käituksite ainult nagu pankur tema rahamuredes ja halastajasõde tema joomahoogudel, siis peate ta võib-olla rahule jätma, kuni ta meelt muudab. See aga võib juhtuda, kui ta veelgi hullemasse hätta satub.

Kui asi teda siiralt huvitab ja ta soovib teiega uuesti kohtuda, siis paluge tal vahepeal käesolevat raamatut lugeda. Pärast seda tuleb tal endal otsustada, kas ta soovib jätkata. Teie, tema naine ega ta sõbrad ei peaks teda sundima või tagant torkida. Jumala leidmiseks peab see soov tulema tema seest.

Kui ta arvab, et võib ka mingil muul moel hakkama saada, või eelistab teistsugust vaimset lähenemist, siis julgustage teda toimima oma südametunnistuse järgi. Meil ei ole Jumala peale mingit monopoli; meil on lihtsalt lähenemisviis, mis meie puhul töötab. Kuid osutage sellele, et meil, alkohoolikutel, on palju ühist ja et te sooviksite igal juhul tema vastu sõbralik olla. Piirduge sellega.

Ärge heituge, kui teie kandidaat otsekohe ei reageeri. Otsige üles mõni teine alkohoolik ja üritage uuesti. Kindlasti leiate kellegi, kes on piisavalt meeleheitel, et teie poolt pakutavat innukalt vastu võtta. Meie arvates on ajaraiskamine ajada taga inimest, kes ei suuda või ei taha teiega koos töötada. Kui te niisuguse inimese rahule jätate, võib ta peagi veenduda, et üksinda ei suuda ta terveneda. Kulutada ühes kohas liiga palju aega tähendab mõnelt teiselt alkohoolikult ära võtta võimalus elada ja õnnelik olla. Üht meie Sõpruskonnast tabas esimese kuue kandidaadi puhul täielik ebaedu. Ta ütleb sageli, et kui ta oleks jätkanud tööd nende kallal, oleks ta paljud teised, kes tänaseks on tervenened, võimalusest ilma jätnud.

Oletagem nüüd, et te olete oma teisel külaskäigul selle mehe juurde. Ta on seda raamatut lugenud ja ütleb, et on valmis läbi tegema tervenemisprogrammi Kaksteist Sammu. Kuna teil on see kogemus olemas, siis saate talle palju praktilist nõu anda. Andke talle mõista, et olete alati kättesaadaval, kui ta soovib teha otsuse ja oma loo rääkida, kuid ärge talle peale käige, kui ta eelistab kellegi teisega arutleda.

Võimalik, et ta on rahatu ja kodutu. Kui nii, siis võite aidata tal tööd leida või teda pisut rahalist toetada. Kuid seejuures ei tohi te oma perekonda ega võlausaldajaid

neile kuuluvast rahast ilma jätta. Võib-olla soovite kutsuda teda mõneks päevaks enda koju. Ent tehke seda tingimata diskreetselt. Veenduge, et ta on teie perekonnas teretulnud ega püüa teie raha, sidemeid või peavarju kurjasti ära kasutada. Seda lubades teete talle ainult kahju. Sellega võimaldate tal olla ebasiiras. Tervenemise asemel võite niiviisi kaasa aidata hoopis tema hävingule.

Ärge kunagi vältige neid kohustusi, kuid veenduge, et teete õigesti, kui need enda kanda võtate. Teiste aitamine on teie tervenemise nurgakiviks. Aeg-ajalt tehtud heategudest ei piisa. Kui vaja, peate käituma Hea Samariitlasena iga päev. See võib endaga kaasa tuua palju unetuid öid, olulisel määral isiklikest mõnudest loobumist ja häireid tööasjades. See võib tähendada oma rahakoti ja kodu jagamist, meeleheitel naistele ja sugulastele nõu andmist, loendamatuid käike politseisse, kohtusse, sanatooriumidesse, haiglatesse, vanglatesse ja hullumajadesse. Teie telefon võib heliseda mistahes ajal nii ööl kui päeval. Teie naine võib vahel öelda, et ta on hooletusse jäetud. Joobnu võib purustada teie kodus mööbli või madratsi ära põletada. Kui ta on vägivaldne, siis tuleb teil võib-olla temaga rüselda. Mõnikord tuleb kutsuda arst ja tema näpunäidete järgi joobnule rahusteid manustada. Teinekord tuleb teil aga välja kutsuda politsei või kiirabi. Vahetevahel esineb selliseid olukordi.

Harva lubame alkohoolikul pikemat aega oma kodus elada. See ei tule talle kasuks ja mõnikord põhjustab see ka meie perekonnas keerulisi olukordi.

Kui ka alkohoolik ise ei reageeri, ei ole mingit põhjust tema perekonda unarusse jätta. Te võiksite nendega edasi suhelda. Võite pakkuda tema perekonnale enda

eluviisi. Kui nad peaksid selle võtma ja neid vaimsed põhimõtted rakendama, siis on palju rohkem lootust, et ka perekonnapea terveneb. Ja isegi, kui ta jätkab joomist, muutub elu perekonna silmis ikkagi talutavamaks.

Selline alkohoolik, kes suudab ja tahab paraneda, ei soovi ega vajagi heategevust selle tavalises tähenduses. Mehed, kes enne alkoholist vabanemist nutavad raha ja peavarju järele, on valel teel. Siiski läheme vahel väga kaugele, et neid üksteisele pakkuda, kui see on põhjendatud. See võib tunduda ebajärjekindlusena, kuid meie meelest ei ole see nii.

Küsimus ei ole mitte andmises, vaid selles, millal ja kuidas anda. See ongi sageli ebaõnnestumise ja edu vahe. Sel hetkel, kui meie tegevus muutub teenuste osutamiseks, hakkab alkohoolik lootma pigem meie kui Jumala abi peale. Ta nõuab nii seda kui teist, kinnitades, et enne ta alkoholist jagu ei saa, kui tema materiaalsed vajadused on rahuldatud. Rumalus. Mõned meist on väga valusate hoopide peale selgeks saanud järgmise tõe: olgu tööd või mitte, olgu naine või mitte, joomist pole võimalik maha jätta, kui me ei toetu Jumalale rohkem kui teistele inimestele.

Söövitage see idee iga abivajaja teadvusse, et paranemine on võimalik, sõltumata teistest inimestest. Ainus tingimus on, et ta usaldaks Jumalat ja korrastaks oma kodu.

Nüüd kodustest probleemidest: abikaasad võivad olla lahutatud, elada lahus või nende suhted võivad olla pingestatud. Kui teie kandidaat on oma perekonnale kõik võimalikult hästi hüvitanud ning neile põhjalikult seletanud uusi põhimõtteid, mille järgi ta elab, siis peaks ta neid põhimõtteid edaspidi ka oma kodus rakendama hakkama. Seda muidugi juhul, kui tal on õnn kodu

omada. Kuigi ka tema perekond võib paljuski eksinud olla, ei peaks ta selle pärast muretsema. Ta peaks keskenduma sellele, kuidas tema enda vaimsus väljendub. Vaidlusi ja vigade otsimist tuleb vältida kui katku. Paljudes kodudes osutub see raskeks, kuid seda tuleb teha, kui tulemusi soovitakse. Kui sellest paar kuud püsivalt kinni pidada, on positiivne mõju mehe perekonnale suur. Ka kõige kokkusobimatamad inimesed avastavad, et neil on midagi ühist, mida nad võivad aluseks võtta. Võimalik, et ka perekond hakkab tasapisi oma vigu nägema ja neid tunnistama. Neid vigu võib siis arutada abivalmiduse ja sõbralikkuse õhkkonnas.

Pärast esimesi käegakatsutavaid tulemusi võib ka perekonnal tekkida soov asjaga kaasa minna. See juhtub loomulikult teel ja omal ajal, muidugi tingimusel, et alkohoolik näitab jätkuvalt, et ta võib olla kaine, hooliv ja abivalmis, vaatamata sellele, mida keegi ütleb või teeb. Loomulikult jääb meil kõigil sellest ideaalist sageli palju puudu. Kuid me peame püüdma tehtud kahju parandada kohe, sest muidu on karistuseks joomahoo.

Kui abikaasad on lahutatud või elavad lahus, ei peaks nad taasühinemisega ülemäära kiirustama. Mees peaks oma tervenemises enne kindel olema. Naine peaks esmalt mehe uut eluviisi täielikult mõistma. Kui suhteid tahetakse taastada, siis tuleb need rajada paremale alusele, sest vana ei toiminud. See aga tähendab üleüldist uut suhtumist ja õhustikku. Mõnikord tuleb kõigile asjaosalistele kasuks, kui abikaasad endiselt lahku jäävad. Ilmselgelt ei saa siin mingeid reegleid kehtestada. Laskem alkohoolikul päev päevalt oma programmi jätkata. Kui aeg kooseluks hakata on küps, siis mõistavad seda mõlemad pooled.

Ärge laske ühelgi alkohoolikul öelda, et ta ei saa enne terveneda, kui ta perekonda tagasi ei ole saanud. See ei ole sugugi nii. Mõnel juhul ei pöördu naine ühel või teisel põhjusel enam kunagi tema juurde tagasi. Tuletage oma kandidaadile meelde, et tema tervenemine ei sõltu teistest inimestest. See sõltub tema suhtest Jumalaga. Me oleme näinud paranemas ka mehi, kes pole oma perekonda kunagi tagasi saanud. Oleme näinud libastumas neid, kelle perekonnad on liiga ruttu tagasi pöördunud.

Nii teie kui ka uustulnuk peate päev päeva järel mööda vaimse arengu rada edasi kõndima. Kui olete püüvad, siis juhtuvad imelised asjad. Tagasi vaadates mõistame, et see, mis meile osaks sai pärast enda Jumala kätte andmist, oli parem kõigest, mida oleksime osanud planeerida. Järgige Kõrgema Jõu juhiseid ja te hakkate elama praeguses hetkes, uues ja suurepärases maailmas, olenemata oma hetkeolukorrast!

Mehe ja tema perekonnaga töötades peaksite hoiduma nende vaidlustes osalemast. Vastasel juhul võite oma abistamisvõimalused ära rikkuda. Kuid toonitage perekonnale, et mees on olnud väga haige ja teda tuleks ka vastavalt kohelda. Peaksite neid hoiatama ka vimma või armukadeduse eest. Peaksite rõhutama seda, et mehe iseloomuvead ei saa üleöö kaduda. Näidake neile, et ta on asunud arenguteele. Kui nad on kärsitud, paluge neil meeles pidada seda õndsat tõi, et mees on kaine.

Kui olite oma koduste probleemide lahendamises edukas, jutustage ka uustulnuka perekonnale, kuidas see teil õnnestus. Sel viisil võite nad suunata õigele teele ilma nende suhtes kriitiliseks muutumata. Lugu sellest, kuidas teie ja teie naine oma raskustest üle saite, kaalub üles mistahes kriitika.

Eeldades, et oleme vaimselt vormis, võime teha paljusid asju, mida alkohoolikud ei peaks tegema. Inimesed on öelnud, et me ei tohi minna kohtadesse, kus pakutakse alkoholi; meil ei tohi kodus alkoholi olla; peame vältima joovaid sõpru; peame vältima joomissteenidega filme; me ei tohi käia baarides; meie sõbrad peavad oma pudelid ära peitma, kui neile külla läheme; me ei tohi alkoholist mõelda ja meile ei tohi alkoholi üldse meelde tuletada. Meie kogemus näitab, et see ei ole tingimata nii.

Sellised olukorrad tekivad iga päev. Alkohoolikul, kes ei suuda neid rahu­likult võtta, on ikka veel alkohooliku mõttelaad; tema vaimsel seisundil on midagi viga. Ainus koht, kus tal oleks võimalik kaine olla, on Gröönimaa jääväli, kuid isegi seal võib mõni eskimo viskipudeliga välja ilmuda ja kõik ära rikkuda! Küsige seda ükskõik milliselt naiselt, kes on oma mehe kuhugi kaugemale saatnud lootuses, et ta seal alkoholiprobleemi küüsisist pääseb.

Me usume, et mistahes plaan alkoholismiga võitlemiseks, mis näeb ette haige inimese kaitsmist kiusatuse eest, on määratud hukule. Kui alkohoolik püüab ise end ahvatluse eest kaitsta, siis võib see tal mõnda aega õnnestuda, kuid harilikult lõpeb see veel suurema pauguga kui kunagi varem. Me oleme neid meetodeid proovinud. Need katsed teha võimatut on alati ebaõnnestunud.

Seega ei ole meie reegliks vältida kohti, kus juuakse, *kui meil on õigustatult põhjust seal viibida*. Siia hulka kuuluvad baarid, ööklubid, tantsupeod, vastuvõtud, pulmad ja ka kõige tavalisemad kodused peod. Inimesele, kellel on olnud alkohoolikutega kogemusi, võib see tunduda Saatuse proovilepanekuna, kuid nii see ei ole.

Te märkate, et lisasime olulise määratluse. Seepärast küsige endalt iga kord: „Kas mul on küllaldane selts-

kondlik, ärialane või isiklik põhjus sinna minna? Või loodan niisuguse koha õhustikust ka endale salarõõme näpsata?” Kui vastate neile küsimustele rahuldavalt, ei ole teil põhjust muretseda. Minge või jätke mine-mata, kuidas just õigem tundub. Aga veenduge, et olete kindlal vaimsel pinnasel ja põhjus sinna minekuks on igati hea. Ärge mõelge, mida te sellest saate. Mõelge hoopis, mida te ise võiksite sellele anda. Kuid kui olete ebakindel, siis töötage parem selle asemel mõne alkohoolikuga!

Milleks istuda morni näoga kohtades, kus juuakse ja nutta taga vanu häid aegu. Kui tegu on rõõmsa peoga, püüdke tõsta sealolijate meeleolu; kui see on ärialane koosviibimine, siis minge ja tegelege innukalt oma äri-asjadega. Kui olete koos inimesega, kes tahab baari sööma minna, siis minge vabalt temaga kaasa. Andke sõpradele mõista, et nad ei pea oma harjumusi teie pärast muutma. Selgitage oma sõpradele õigel ajal ja õiges kohas, miks alkohol teile ei sobi. Kui teie selgitused on põhjalikud, ei hakka inimesed teid eriti jooma õhutama. Omal ajal juues irdusite vähehaaval elust. Nüüd naasete taas selle maailma seltskondlikku ellu. Ärge hakake jälle eemale hoidma lihtsalt sellepärast, et teie sõbrad alkoholi tarbivad.

Teie ülesanne on nüüd olla sellises kohas, kus võite olla inimestele maksimaalselt kasulik, nii et ärge iial kõhelge minemast sinna, kus teist võiks abi olla. Sellise eesmärgi nimel ärge kõhelge ka maailma kõige nurjatumasse paika minemast. Püsige nende eesmärkidega elu tulejoonel ja Jumal hoiab teid kaitstuna.

Paljudel meist on kodus alkoholi. Sageli vajame seda verivärskete tugevas pohmellis värvatavate abistami-

seks. Mõned pakuvad seda endiselt oma sõpradele, kui nood ei ole alkohoolikud. Kuid mõned arvavad, et me ei tohiks kellelegi alkoholi pakkuda. Nende küsimuste üle ei vaidle me kunagi. Me arvame, et iga perekond peab seda vastavalt olukorrale ise otsustama.

Me peame hoolega kinni sellest, et me ei ilmuta kunagi sallimatust või viha alkoholi tarbimise kui niisuguse vastu. Kogemus näitab, et sellisest hoiakust ei ole kellelegi kasu. Iga uus alkohoolik eeldab meie puhul niisugust suhtumist ja tunneb tohutut kergendust, kui leiab, et me pole mingid nõiajahtijad. Sallimatuse vaim võib eemale tõugata alkohoolikuid, kelle elu oleks olnud võimalik päästa, kui poleks olnud sellist rumalust. Ka mõõdukate pruukijate suhtes ei oleks niisugune asi õiglane, sest mitte ükski alkoholipruukija ei taha alkoholi kohta sõnagi kuulda inimeselt, kes seda vihkab.

Me loodame, et kunagi aitavad Anonüümsed Alkohoolikud üldsusel alkoholiprobleemi tõsidust paremini mõista, kuid meist oleks vähe kasu, kui meie hoiak oleks kibestunud või vaenulik. Joodikud ei poolda seda.

Lõppude lõpuks olid meie probleemid meie endi põhjustatud. Pudelid olid vaid sümbolid. Pealegi oleme lõpetanud võitlemise kellegi või millegi vastu. Me ei saa teisiti!

8. peatükk

NAISTELE*

MIE RAAMAT on siiani üksikute eranditega rääkinud meestest. Kuid öeldu kehtib samahästi ka naiste kohta. Meie tegutsemine joovate naiste heaks on hoogustumas. Kõik tõendid viitavad sellele, et naiste tervis taastub sama hästi kui meeste oma, kui nad meie soovitusi järgivad.

Kuid iga mehe puhul, kes joob, on mõjutatud ka teised – naine, kes väriseb hirmust järgmise laaberdamise ees; ema ja isa, kes näevad poega mandumas.

Meie hulgas on abielunaisi, sugulasi ja sõpru, kelle probleem on leidnud lahenduse, kuid ka neid, kes seni veel ei ole suutnud õnneliku lahenduseni jõuda. Me tahame, et Anonüümsete Alkohoolikute abikaasad pöörduksid naiste poole, kelle mehed liiga palju joovad. See, mida nemad ütlevad, kehtib peaaegu igatühe kohta, keda alkohoolikuga seovad veresidemed või armastus.

Anonüümsete Alkohoolikute abikaasadena soovime, et tunnetaksite, et meie mõistame teid nii, nagu vaid vähesed suudavad. Tahame analüüsida meie poolt tehtud vigu. Tahame, et teil tekiks tunne, et ükski olukord ei ole liiga keeruline ja ükski mure liiga suur, et seda ei saaks ületada.

Pole kahtlust, et meie teekond on olnud ränk. Oleme pikalt silmitsi seisnud haavatud eneseuhkuse, pettu-

**Kirjutatud 1939. aastal, mil Anonüümsete Alkohoolikute seas oli vähe naisi, eeldab peatükk, et kodus on alkohoolikuks enamasti mees. Ent paljusid selle peatüki soovitusi võib kohandada ka abistamaks inimest, kes elab koos alkohoolikust naisega – nii siis, kui naine veel joob, kui ka siis, kui ta Anonüümsetes Alkohoolikutes terveneb. Täiendavad juhised abi saamiseks on ära toodud lk 121.*

muse, enesehaletsuse, vääritimõistmise ja hirmuga. Need tunded ei ole meeldivad kaaslased. Oleme tundnud haletsevat kaastunnet ja kibedat vimma. Mõned meist kõikusid ühest äärmusest teise, aina lootes, et ühel päeval tulevad meie armastatud inimesed taas mõistusele.

Meie lojaalsus ja palav soov, et meie abikaasad oleksid nagu teisedki mehed, on toonud meile kõikvõimalikke katsumusi. Oleme olnud omakasupüüdmatud ja ennastohverdavad. Oleme lugematuid kordi valetanud, kaitsmaks oma uhkust ja oma abikaasade mainet. Oleme palvetanud, oleme anunud, oleme olnud kannatlikud. Oleme ägedalt vastu hakanud. Oleme minema jooksnud. Oleme olnud hüsteerilised. Meid on vallanud õud. Oleme otsinud kaastunnet. Oleme kättemaksuks teiste meestega maganud.

Nii sageli on meie kodust õhtuti saanud lahinguväli. Hommikul oleme suudelnud ja ära leppinud. Sõbrad on andnud meile nõu jätta oma mees kus seda ja teist ning meie oleme seda ka lõpliku otsustavusega teinud, et siis mõne aja pärast tagasi tulla, taas lootes, alati lootes. Meie mehed on pühalikult töötanud alkoholiga igaveseks lõpparve teha. Me oleme neid uskunud ka siis, kui keegi teine seda ei teinud ega tahtnudki teha. Ja siis, mõne päeva, nädala või kuu möödudes – uus plahvatus.

Harva käis meie kodudes sõpru, kuna me ei võinud iial teada, missugusena või millal meie mehed koju ilmuvad. Me saime vaid harva kellegagi midagi kokku leppida. Meie elu muutus peaaegu eraklikuks. Kui meid külla kutsuti, siis rüüpasid meie abikaasad vargsi nii palju, et see kõik ära rikkus. Ent teisalt, kui nad aga üldse ei võtnud, siis muutis enesehaletsus nad tuju-rikkujaiks.

Rahaasjades ei olnud kunagi mingit kindlust. Töökoht oli alati ohus või juba kaotatud. Isegi soomusmasinaga ei oleks olnud võimalik palgaraha koju tuua. Raha pangaarvel sulas nagu lumi juunikuus.

Mõnikord tekkisid meie meestel teised naised. Kui haigettegev oli see avastus; kui julm oli kuulda, et nemad mõistavad meie mehi, meie aga mitte!

Kõik need võlausaldajad, šerifid, vihased taksojuhid, politseinikud, paadialused, semud ja isegi naisterahvad, keda nad vahetevahel koju tassisid – meie abikaasad pidasid meid nii külalislahkusetuks. „Tujurikkuja, näägutaja, vingats” – nii nad ütlesid. Kuid järgmisel päeval tulid nad taas mõistusele ning meie andestasime ja püüdsime unustada.

Oleme püüdnud säilitada oma laste armastust isa vastu. Oleme öelnud põngerjatele, et isa on haige, mis oli isegi rohkem tõsi, kui me aimasime. Nad löid lapsi, tagusid sisse uksetahveldisi, purustasid kalleid lauanõusid ja kiskusid klaveri klahve välja. Keset kogu seda põrgut võisid nad minema tormata, ähvardades alatiseks teise naise juurde elama minna. Meeleheites oleme ka ise napsu võtnud – rohkem kui kunagi varem. Ootamatuks tulemuks oli, et meie meestele paistis see meeldivat.

Võib-olla oli asi nii kaugel, et lahutasime ning viisime lapsed oma ema ja isa juurde. Seepeale süüdistasid mehe vanemad meid teravalt, et oleme mehe hüljanud. Tavaliselt ei läinud me kuhugi. Me jäime ikka ja alati paigale. Lõpuks otsisime ise endale töö, sest meid ja meie perekonda ähvardas laostumine.

Joomahoogude sagenedes hakkasime nõu ja abi saamiseks pöörduma arstide poole. Ähvardavad kehas ja mõistuses avalduvad sümptomid, süvenev tüütu kahetsus, depressioon ja alaväärsustunne, mis meie kõige kallimaid

rusus – need kohutasid meid ja ajasid segadusse. Oleme nagu loomad jooksulindil – kannatlikult ja väsinult roni-nud, ent pärast iga tulutut katset kindlale pinnale jõuda oleme kurnatult tagasi langenud. Enamik meist jõudsid viimase staadiumini ühes kõigi selle juurde kuuluvate kuurortide, sanatooriumide, haiglate ja vanglatega. Vahel esines kriiskavat deliiriumi ja hullust. Tihti oli lähedal surm.

Sellistes tingimustes tegime loomulikult vigu. Mõned neist tulenesid alkoholismialasest võhiklusest. Mõnikord tunnetasime ähmaselt, et meil on tegu haige inimesega. Kui oleksime täielikult mõistnud alkoholismitõve olemust, siis oleksime ehk teisiti käitunud.

Kuidas võisid oma naist ja lapsi armastavad mehed olla nii mõtlematud, kalgid ja julmad? Mõtlesime, et sellistes inimestes ei saanud olla armastust. Ja just siis, kui hakkasime veenduma nende südametuses, üllatasid nad meid värskete lubadustega ja uue tähelepanuga. Mõneks ajaks muutusid nad taas meeldivateks, kuid ainult selleks, et see uus kiindumusevõrk taas puruks rebida. Küsimuse peale, miks nad uuesti jooma hakkasid, vastasid nad ikka mõne tobeda ettekäändega või olid hoopis vait. See oli nii segadusse ajav ja südantlõhestav. Kas me võisime siis meestes, kellega olime abiellunud, nii sügavalt eksida? Joobnuna olid nad meile võõrad. Mõnikord olid nad nii ligipääsmatud, et tundus, nagu oleks nende ümber tugev müür ehitatud.

Ja isegi kui nad oma perekonda ei armastanud, kuidas võisid nad enda suhtes nii pimedad olla? Mis oli saanud nende otsustusvõimest, tervest mõistusest ja tahtejõust? Kuidas nad ei mõistnud, et joomine tähendas neile hävingut? Miks oli nii, et nad olid nõus, kui nendele ohtudele osutati, ent läksid siis ja jõid end kohe jälle purju?

Need on mõned küsimustest, mis keerlevad iga naise peas, kellel on alkohoolikust abikaasa. Me loodame, et käesolev raamat on mõnele neist vastuse andnud. Vahest on ka teie abikaasa elanud selles veideras alkoholismimaailmas, kus kõik on moonutatud ja liialdatud. Te näete, et tema parem mina armastab teid tõepoolest! Loomulikult võib asi olla ka sobimatuses, ent peaaegu alati on nii, et alkohoolik ainult näib olevat külm ja hoolimatu; see, et ta selliseid koledaid asju ütleb ja teeb, tuleb enamasti sellest, et tema olemus on vääristunud ja haige. Praegu on enamik meie mehi paremad abikaasad ja isad kui kunagi varem.

Püüdke oma alkohoolikust abikaasat mitte hukka mõista, ükskõik, mida ta ütleb või teeb. Ta on lihtsalt üks väga haige ja ebamõistlik inimene. Kui suudate, kohelge teda nii, nagu oleks tal kopsupõletik. Kui ta teid vihale ajab, pidage meeles, et ta on väga haige.

Eelneva suhtes kehtib üks oluline erand. Me anname endale aru, et mõned mehed on läbi ja lõhki pahatahtlikud, et sinna ei saa parata ka kuitahes suur kannatlikkus. Sellise iseloomuga alkohoolik võib seda peatükki ilma pikemata kasutada nuiana teie pea kohal viibutamiseks. Ärge laske tal nii lihtsalt pääseda. Kui olete kindel, et ta on just sedasorti mees, siis võib teil tekkida tunne, et targem oleks minema minna. Kas on õige lasta tal purustada teie ja teie laste elu? Eriti siis, kui talle on pakutud viis, kuidas lõpetada joomine ja väärkohtlemine, ning ta on valmis seda hinda maksma.

Probleem, millega te heitlete, kuulub tavaliselt ühte alltoodud neljast kategooriast:

Esimene: Teie abikaasa võib olla ainult kõva alkoholi-pruukija. Tema joomine võib olla pidev või eriti ränk ainult teatud olukordades. Võib-olla kulutab ta alkoholi

peale liiga palju raha. See võib pidurdada tema mõistust ja keha, kuid ta ise seda ei näe. Mõnikord tekitab ta teis ja oma sõprades piinlikkust. Ta on veendunud, et suudab alkoholiga piiri pidada, et see ei tee talle kahju, et joomine on tema töö juures vajalik. Tõenäoliselt ta solvuks, kui teda alkohoolikuks nimetataks. Maailm on täis selliseid inimesi nagu tema. Mõned piiravad oma joomist või jätavad selle hoopis maha, mõned mitte. Suurest osast neist, kes edasi joovad, saavad mõne aja pärast tõelised alkohoolikud.

Teine: Paistab, et teie abikaasa on kaotanud kontrolli, sest ta ei suuda ree peal püsida ka siis, kui ta seda tahab. Tihtilugu läheb tal joomine täiesti käest ära. Ta tunnistab, et see on nii, kuid on samas ka veendunud, et suudab paremini hakkama saada. Koos teiega või üksinda on ta juba hakanud katsetama erinevaid viise, kuidas joomist piirata või üldse kuival püsida. Ehk on ta hakanud sõpru kaotama. Ka tööasjad võivad mõnevõrra kannatada. Vahel on ta murelik ning tal hakkab kujunema arusaam, et ta ei saa juua nagu teised inimesed. Mõnikord joob ta juba hommikul ja siis terve päeva vältel, et oma närve rahustada. Pärast tõsiseid joominguid on ta kahetsev ja ütleb teile, et tahab joomise maha jätta. Kui ta sellest joomahoost toibub, hakkab ta taas mõtlema, kuidas järgmisel korral mõõdukalt juua. Meie arvates on niisugune inimene ohus. Need on tõelise alkohooliku tunnused. Võib-olla suudab ta tööasjadega veel üsna kenasti hakkama saada. Kõik ei ole veel kaugeltki kadunud. Nagu me omavahel ütleme: „*Ta tahab tahta lõpetada.*”

Kolmas: See abikaasa on jõudnud palju kaugemale kui mees number kaks. Kuigi ta varem oli nagu number kaks, on nüüdseks tema lood palju hullemaks muutu-

nud. Sõbrad on kuskile kadunud, kodu on peaaegu rusudes ja ta ei suuda töökohta hoida. Võib-olla on ta juba pöördutunud arsti poole ning väsitav tiirutamine sanatooriumide ja haiglate vahel on alanud. Ta tunnistab, et ei saa juua nagu teised inimesed, kuid ei suuda mõista, miks. Ta klammerdub kujutluse külge, et suudab ükskord leida mooduse jätkata. Vahest on ta juba jõudnud niikaugemale, et tahab meeleheitlikult joomist maha jätta, kuid ei suuda. Tema juhtum tekitab lisaküsimusi, millele me katsume teie jaoks vastuse anda. Sellises olukorras võite olla üsna lootusrikkad.

Neljas: Võib-olla on teil abikaasa, kelle pärast olete täiesti meeleheitel. Teda on järgemööda paigutatud küll ühte, küll teise raviasutusse. Ta on vägivaldne ja paistab joobnuna täiesti hull olevat. Mõnikord joob ta juba teel haiglast koju. Vahest on tal ka esinenud *delirium tremens*. Arstid võivad pead vangutada ja soovitada ta luku taha pista. Võib-olla oletegi juba olnud sunnitud ta kuskile kindlasse kohta paigutama. See pilt aga ei pruugi olla nii sünge, nagu pealtnäha paistab. Meie paljude abikaasad olid täpselt sama hullus seisus. Ja ometigi nad tervenesisid.

Pöördugem tagasi abikaasa number üks juurde. Nii imelik kui see ka ei ole, on temaga sageli keeruline hakkama saada. Ta tunneb joomisest mõnu. Alkohool ergutab tema kujutlusvõimet. Sõbrad näivad kokteilklaasi taga lähedasemad. Võib-olla meeldib teilegi koos temaga juua, kui ta liiga kaugele ei lähe. Olete veetnud õnnelikke õhtupoolikuid koos kamina ees lobisedes ja juues. Vahest meeldivad teile mõlemale peod, mis ilma alkoholita oleksid igavad. Meiegi oleme selliseid õhtuid nautinud; meil oli tore olla. Me teame alkoholist

kui seltskondlikust ärgitajast kõike. Mõned meist, kuid mitte kõik, usuvad, et mõistliku tarvitamise korral on alkoholil omad head küljed.

Esimene põhimõte edu saavutamiseks on mitte iial vihastada. Isegi kui teie abikaasa muutub talumatuks ja te peate ta ajutiselt maha jätma, tuleb teil võimalusel, minna ilma vaenuta. Kannatlikkus ja leebus on esma- vajalikud.

Järgmiseks arvame, et te ei tohiks oma mehele iial öelda, mida ta peab oma joomise suhtes ette võtma. Kui ta võtab pähe, et te tema kallal norite ja ta tuju rikute, võivad teie šansid midagi kasulikku korda saata luhtuda. Mees hakkab seda kasutama ettekäändena, et rohkem juua. Ta ütleb teile, et teda ei mõisteta. See võib teie jaoks lõppeda üksildaste õhtutega. Ta võib otsida endale kellegi teise, kes teda lohutaks – ja selleks pole alati meesterahvas.

Olge kindlad selles osas, et abikaasa joomine ei riku teie suhteid laste või sõpradega. Nad vajavad teie seltsi ja abi. Isegi siis, kui teie abikaasa jätkab joomist, on võimalik elada täisväärtuslikku ja kasulikku elu. Teame naisi, kes sellistes tingimustes püsivad kartmatute ja isegi õnnelikena. Ärge võtke endale südameasjaks abikaasat ümber kasvatada. See ei tarvitse teil korda minna, ükskõik kuidas te ka ei pingutaks.

Teame, et neid soovitusi on teinekord raske järgida, kuid te säästate palju südamevalu, kui suudate neid täita. Võimalik, et teie abikaasa hakkab hindama teie mõistlikku suhtumist ja kannatlikkust. Sellest võib saada alus sõbralikule jutuajamisele tema alkoholismi-probleemist. Püüdke teha nii, et ta selle teema ise üles võtaks. Tingimata jälgige, et te niisuguse vestluse

ajal ei oleks kritiseeriv. Tehke hoopis katset end tema olukorda panna. Andke mõista, et soovite teda pigem aidata, mitte kritiseerida.

Kui jutuajamine tõesti tekib, siis võiksite tal soovitada lugeda seda raamatut või vähemalt alkoholismi käsitlevat peatükki. Öelge talle, et olete olnud mures, kuigi vahest asjata. Te arvate, et ta tunneb seda asja paremini, kuna igal inimesel peaks olema selge arusaam riskist, mille ta võtab, kui ta joob liiga palju. Näidake, et teil on usku tema võimesse joomine maha jätta või seda piirata. Öelge, et te ei taha muutuda mingiks tüütuseks; vaid soovite ainult, et ta oma tervise eest hoolitseks. Nii õnnestub teil ehk äratada temas huvi alkoholismi vastu.

Tõenäoliselt on tema tutvusringkonnas mitmeid alkohoolikuid. Võiksite oma mehele ette panna, et te mõlemad hakkate neisse tähelepanelikumalt suhtuma. Alkoholiprüukijatele meeldib aidata teisi alkoholiprüukijaid. Ehk tahab teie abikaasa mõnega neist kõnelda.

Kui selline lähenemine ei ärata teie abikaasas huvi, on ehk targem, kui jutu selleks korraks jätate, kuid enamasti pöördub teie abikaasa pärast sõbralikku vestlust ise nende teemade juurde tagasi. See võib teilt nõuda kannatlikku ootamist, kuid see on seda väärt. Vahepeal võiksite katsuda aidata mõne teise suure napsivenna abikaasat. Kui te nende põhimõtete järgi tegutsete, siis võib teie abikaasa joomise maha jätta või seda piirata.

Oletagem siiski, et teie mehe kohta sobib kirjeldus number kaks. Siingi tuleb rakendada samu põhimõtteid, mis abikaasa number üks puhul. Kuid küsige oma mehelt pärast järgmist joomahoogu, kas ta tahaks tõesti joomisest igaveseks lahti saada. Ärge paluge tal seda teie või kellegi teise pärast teha. Lihtsalt küsige, kas ta *tahaks* seda?

On võimalik, et ta tahab. Tutvustage talle seda raamatut ja rääkige, mida olete alkoholismi kohta teada saanud. Näidake, et olles ka ise alkohoolikud, teavad selle raamatu autorid, mida räägivad. Jutustage talle mõned huvitavad lood, mida olete lugenud. Kui arvate, et teie mees pelgab vaimset lähenemist, siis paluge tal vaadata peatükki alkoholismist. Ehk tekib tal siis asja vastu huvi.

Kui ta on entusiastlik, siis tähendab teie osalus palju. Kui tema suhtumine on leige või ta ei pea end alkohoolikuks, siis soovitame teil ta rahule jätta. Ärge õhutage teda meie programmi järgima. Seeme on tema ajju külvatud. Ta teab, et tuhanded temasugused inimesed on tervenened. Kuid ärge talle seda pärast joomist meelde tuletage, sest ta võib olla vihane. Varem või hiljem leiate oma mehe tõenäoliselt taas seda raamatut lugemas. Oodake, kuni korduv kukkumine veenab teda tegutsemise vajalikkuses, sest mida rohkem te teda tagant kiirustate, seda kauem võib tema tervenemisega minna.

Kui teil on abikaasa number kolm, siis võib teid saata edu. Olles kindel, et ta tahab joomist maha jätta, võite selle raamatuga tema juurde minna sama lõbusana, otsekui oleksite naftasoonale sattunud. Võib-olla ei jaga ta teie vaimustust, kuid päris kindlasti loeb ta seda raamatut ning võib otsekohe programmi kasuks otsustada. Isegi kui ta seda ei tee, ei tule teil tõenäoliselt kaua oodata. Jällegi ei tohi te talle peale käia. Las ta otsustab ise. Jääge rõõmsameelseks ka tema järgmiste joomahoogude korral. Kõnelege temaga ta seisundist või sellest raamatust ainult siis, kui ta ise selle teema üles võtab. Mõnikord on parem, kui raamatut tutvustab keegi väljaspoolt perekonda. Need inimesed võivad teie meest tegutsemisele ärgitada ilma temas vaenulikkust

äratamata. Kui teie abikaasa on muus mõttes normaalne inimene, siis on teie edulootused selles etapis head.

Võiks arvata, et neljandasse klassi kuuluvad mehed on üsna lootusetud, kuid see ei ole õige. Paljud Anonüümsed Alkohoolikud olid kunagi niisugused. Kõik olid nende peale käega löönud. Kaotus paistis kindel. Kuid ometi tegid sellised mehed läbi uskumatu ja võimsa tervenemise.

On ka erandeid. Mõned mehed on alkoholist nii rikutud, et ei suuda joomist jätta. Vahel esineb juhtumeid, kus alkoholismi komplitseerivad teised häired. Hea arst või psühhiaater oskab teile öelda, kas need komplikatsioonid on tõsised. Igal juhul katsuge teha nii, et teie abikaasa loeks seda raamatut. Tema reaktsioon võib olla entusiastlik. Kui ta on juba raviasutuses, kuid suudab veenda teid ja arsti, et tal on tõsi taga, andke talle võimalus meie meetodit proovida, juhul kui arst ei pea tema meeleseisundit liiga ebanormaalseks või ohtlikuks. Seda soovitus pakume teile teatud kindlustundega. Me oleme aastaid töötanud raviasutustes viibivate alkohoolikutega. Pärast selle raamatu esmailmumist on AA vabastanud kõiksugustest hullumajadest ja haiglatest tuhandeid alkohoolikuid. Enamik ei ole neisse asutustesse enam kunagi tagasi pöördunud. Jumala vägi ulatub sügavale!

Teil võib olla tegu ka hoopis vastupidise olukorraga. Võib-olla on teil abikaasa, kes vabalt ringi jalutab, kuid kes tuleks kindlasse kohta toimetada. Mõned mehed ei suuda või ei taha alkoholist jagu saada. Kui nad liiga ohtlikuks muutuvad, siis meie arvates on parim nad luku taha pista, kuid loomulikult tuleb enne konsulteerida hea arstiga. Selliste meeste naised ja lapsed kannatavad kohutavalt, ent mitte rohkem kui mehed ise.

Kuid vahel tuleb uut elu alustada. Teame naise, kes on seda teinud. Kui need naised omandavad vaimse eluviisi, siis on nende tee kergem.

Kui teie abikaasa joob, muretsete arvatavasti selle pärast, mida teised inimesed mõtlevad, ega taha oma sõpradega kohtuda. Tõmbute järjest rohkem endasse ja mõtlete, et kõik inimesed räägivad teie kodusest olukorrast. Isegi oma vanematega hoidute joomise teemat puudutamast. Te ei tea, mida lastele öelda. Kui teie abikaasa käitub halvasti, muutute värisevaks erakuks, kes soovib, et telefoni ei oleks iial leiutatud.

Meie arvates ei tarvitse teil sugugi nii suurt piinlikkust tunda. Kuigi te ei pruugi sõpradega oma mehe üle pikalt ja laialt arutada, võite neile hiljakesi tema haiguse iseloomu selgitada. Kuid peate teraselt jälgima, et te oma meest ei häbistaks või haavaks.

Kui olete inimestele hoolikalt selgitanud, et teie mees on haige, siis olete sellega loonud uue õhkkonna. Takistused, mis olid varem teie ja teie sõprade vahele tekkinud, hakkavad nüüd kaastundliku mõistmise kasvades kaduma. Teil ei ole enam ebamugav ning te ei tunne, nagu peaksite vabandama, nagu teie abikaasal oleks nõrk iseloom. Ta võib olla kõike muud kui nõrk. Teie uus julgus, heatahtlikkus ja ebamugavustunde puudumine teevad teie sotsiaalses elus imesid.

Sama põhimõtte kehtib ka käitumises lastega. Kui nad just ei vaja isa eest kaitset, on targem jääda erapooletuks nägelustes, mis teie mehel purjus olles lastega tekivad. Kasutage oma energiat, õhutamaks kõikjal mõistvat suhtumist. Sellega alaneb kohutav pinge, mille haardes on iga probleemse jooja kodu.

Te olete sageli tundnud vajadust öelda oma abikaasa tööandjale ja sõpradele, et ta on haige, kui ta tegelikult

oli purjus. Vältige sedasorti järelepärimistele vastamist nii palju, kui saate. Alati, kui võimalik, laske selgitusi esitada oma abikaasal. Vaatamata soovile meest kaitsta, ei tohiks te inimestele valetada, kui neil on õigus teada, kus ta on ja mida teeb. Rääkige sellest oma mehega, kui ta on kaine ja heas tujus. Küsige, mida peaksite tegema, kui ta teid jälle niisugusesse olukorda paneb. Kuid pidage silmas, et te ei ilmutaks möödunud korra suhtes mingit vimma.

On olemas veel üks halvav hirm. Te kardate ehk, et teie abikaasa kaotab oma positsiooni; mõtlete häbist ja raskustest, mis teile ja teie lastele osaks langevad. Selline kogemus võib teid ees oodata. Või olete seda juba sageli kogenud. Kui see peaks korduma, vaadeldge olukorda teise nurga alt. Võib-olla osutub see ainult õnnistuseks! Ehk veenavad need hädad teie abikaasat, et ta tahab joomise igaveseks maha jätta. Nüüd te teate, et kui ta soovib, siis ta suudab lõpetada! Korduvalt on see näiline häda ja viletsus osutunud meile õnnistuseks, sest see avas tee, mis viis Jumala avastamiseni.

Oleme juba varemgi märkinud, kui palju parem on elu, mida elatakse vaimsel tasandil. Kui Jumal suudab lahendada alkoholismi igivana mõistatuse, siis suudab Ta lahendada ka teie probleemid. Alkohoolikute naisena leidsime teiste inimeste sarnaselt, et meidki vaevavad uhkus, enesehaletsus, edevus ja kõik see, mis muudab inimese enesekeskseks; me polnud üle ka isekusest ega ebaaususest. Kui meie abikaasad hakkasid oma elus rakendama vaimseid põhimõtteid, siis nägime, et need oleksid ka meie jaoks väärtuslikud.

Esialgu ei uskunud mõned meist, et selline abi on meile vajalik. Arvasime, et oleme üldiselt päris tublid naised, võimelised kenamad olema, kui mehed joomise

jätaksid. Kuid oli rumal arvata, et olime Jumala vajamiseks liiga tublid. Nüüd püüame vaimseid põhimõtteid kõikjal elus rakendada. Seda tehes leiame, et meie probleemid lahenevad; sellele järgnev vabanemine hirmust, murest ja solvumistest on suurepärane. Teie abikaasat aitab kõige rohkem, kui teie suhtumine temasse on Jumala juhatusel radikaalselt muutunud. Kui vähegi võimalik, ühinege selles oma abikaasaga.

Kui teie ja teie abikaasa leiate rõhuvale joomisprobleemile lahenduse, siis teeb see teid kahtlemata väga õnnelikuks. Kuid kõiki probleeme ei saa ühekorraga lahendada. Seeme on hakanud tärkama uues pinnases, kuid kasvamine on alles alanud. Uuest õnnest hoolimata tuleb edaspidigi ette nii tõuse kui mõõnasid. Paljud vanad probleemid jäävad endiselt alles. Nii peabki olema.

Nii teie kui teie abikaasa usk ja siirus pannakse proovile. Taolistesse proovikividesse tuleks suhtuda kui ühte osasse oma haridusest, sest nõnda õpite elama. Te teete vigu, ent kui teie suhtumine on siiras, siis ei löö need teid jalust. Vastupidi – te lõikate vigadest isegi kasu. Kui neist on jagu saadud, avaneb teie ees parem eluviis.

Mõned takistused, millega kokku puutute on ärritus, haavatud tunded ja vimm. Teie abikaasa käitub vahel ebamõistlikult ning teie tahate teda kritiseerida. Pisikesed pilvekesed kodutaevas võivad muutuda äikeselisteks tülipilvedeks. Perekindlikud lahkarvamused on väga ohtlikud, eriti teie abikaasale. Sageli peate nende vältimise või kontrolli all hoidmise koorimat. Pidage meeles, et vimm võib anda alkohoolikule surmava hoobi. Me ei taha öelda, nagu peaksite iga tõsise lahkarvamuse korral oma abikaasaga päri olema. Pidage lihtsalt silmas, et te talle põlgikult ja kritiseerivalt vastu ei vaidleks.

Te avastate koos mehega, et paljudest tõsistest probleemidest suudate kergemini jagu saada kui tühistest. Järgmine kord, kui teil tekib äge vaidlus, olgu selle põhjus milline tahes, võiks üks teist kasutada eesõigust naeratada ja lausuda: „Asi läheb tõsiseks. Mul on kahju, et ma ägestusin. Räägime sellest hiljem.” Kui teie abikaasa proovib elada vaimsetele alustele rajatud elu, siis annab temagi endast parima, et erimeelsusi ja tülisid vältida.

Teie abikaasa teab, et on teile tänu võlgu rohkem kui ainult kainuse eest. Ta tahab teie vaeva hüvitada. Samas aga ei tohi te temalt liiga palju oodata. Tema mõtlemist ja käitumist mõjutavad aastatepikkused harjumused. Juhtsõnadeks olgu siin kannatlikkus, leplikkus, mõistev suhtumine ja armastus. Näidake talle, et see kõik on teis olemas, ning ta vastab teile samaga. Põhimõte on: ela ise ja lase teistel elada. Kui te mõlemad ilmutate valmisolekut oma puudusi parandada, siis on harva vaja teineteist kritiseerida.

Meie, naised, kanname endas kujutlust ideaalsest mehest, niisugusest mehest, kelle sarnastena me oma abikaasasid näha soovime. Igati loomulik on tunda, et kui joomisprobleem saab lahendatud, hakkab mees sellele ideaalile vastama. Tõenäolisem on siiski, et ta ei muutu selliseks, sest nagu teiegi, on ta alles oma arengutee alguses. Olge kannatlikud.

Teisalt kogeme tõenäoliselt ka pettumust, et armastus ja lojaalsus ei suutnud meie abikaasasid alkoholismist terveks ravida. Me ei taha leppida mõttega, et mõni raamat või teine alkohoolik võiks paari nädalaga hakkama saada sellega, mille kallal me aastaid vaeva oleme näinud. Sellistel hetkedel unustame, et alkoholism on haigus, mille üle meil ei saanudki mingit võimu

olla. Teie mees kinnitab teile esimesena, et just teie pühendumus ja hool viisid ta punkti, kus ta sai jõuda vaimse kogemuseni. Ilma teieta oleks ta juba ammu koost lagunenu. Kui tekivad vimmamõtted, tehke paus ja proovige olla tänulik kõige hea eest oma elus. Lõppude lõpuks on teie perekond taasühinenud, alkohol ei ole enam probleemiks ja te töötate koos abikaasaga seni-nägemata õnneliku tuleviku nimel.

Ometigi võib tekkida veel üks raskus – te võite muuta armukadedaks tähelepanu tõttu, mida teie mees osutab teistele inimestele, eriti alkohoolikutele. Olete igatsenud tema läheduse järele, tema aga veedab pikki päevi teisi mehi ja nende perekondi abistades. Te tunnete, et ta peaks nüüd teile kuuluma. Fakt on see, et kainuse säilitamiseks peab ta teiste inimestega töötama. Vahetevahel haarab see teda nii, et ta muutub tõesti hoolimatuks. Teie kodu on täis võõraid. Võimalik, et mõned neist ei meeldi teile. Teie mees on nende muredest haaratud, kuid teie omadest sugugi mitte. On vähe kasu, kui te sellele osutate ja endale rohkem tähelepanu nõuate. Meie meelest on tõeline viga tema alkoholismialase töö indu jahutada. Te peaksite tema püüdlustega nii palju kui võimalik ühinema. Me soovime pühendada osa mõtteid tema uute alkohoolikutest sõprade naistele. Nemad vajavad nõu ja armastust teiesuguselt naiselt, kes on kõik selle juba läbi teinud.

On tõenäoline, et teie ja teie abikaasa olete liiga palju üksildusse tõmbunud, sest joomine kipub sageli alkohooliku naise elust eraldama. Seetõttu vajate tõenäoliselt ka teie uusi huvisid ja uut suurt elueesmärki samavõrd nagu teie abikaasa. Kui te kurtmise asemel oma mehega koos töötate, siis leiate, et edaspidi tema ülemäärane tuhin vaibub. Teis mõlemas tärkab uus

vastutustunne teiste inimeste ees. Nii nagu teie abikaasagi, võiksite mõelda, mida saaksite elule anda, mitte sellele, kui palju elult võtta. Seda tehes muutub teie elu tingimata sisukamaks. Te kaotate vana elu, et leida eest uus ja palju parem.

Võib-olla teeb teie abikaasa uutel alustel hea alguse, ent kui asjad juba kenasti edenevad, üllatab ta teid eba-meeldivalt, tulles koju purjuspäi. Kui olete kindel, et ta tõepoolest tahab joomist maha jätta, ei tarvitse teil muretseda. Kuigi on lõputult parem, kui tal ei esineks üldse tagasilangusi, nagu on juhtunud paljude meie meestega, ei ole see mõnel juhul sugugi halb. Teie mees näeb kohe, et peab oma vaimset tegevust kahekordistama, kui loodab eluga pääseda. Te ei pruugi talle tema vaimset puudulikkust meelde tuletada – ta mõistab seda isegi. Hoidke ta tuju üleval ja küsige, kuidas saaksite teda veelgi rohkem aidata.

Vähimgi hirmu või sallimatuse märk võib teie abikaasa tervenemislootusi kahandada. Nõrkusehetkel võib ta selle, et te tema peoloomadest sõpru ei salli, võtta üheks hullumeelselt tühiseks joomise ettekäändeks.

Kunagi, mitte kunagi ei püüa me mehe elu selliselt ümber korraldada, et ta oleks kiusatuste eest kaitsitud. Vähimgi teiepoolne kalduvus suunata oma mehe kokkusaamisi ja asjaajamisi nii, et ta kiusatusse ei satuks, tuleb peagi ilmsiks. Tehke talle selgeks, et ta võib tulla ja minna nii, nagu ise soovib. See on tähtis. Kui ta end purju joob, ärge ennast süüdistage. Jumal kas on või ei ole kõrvaldanud teie abikaasa joomisprobleemi. Kui ei, siis ongi parem kui see kohe välja tuleb. Siis saate teie ja teie mees tagasi peamise juurde pöörduda. Et

kordumist ennetada, andke see probleem koos kõige muuga Jumala kättesse.

Mööname, et oleme teile palju juhiseid ja nõuandeid jaganud. Võib-olla mõjus see loenguna. Kui nii, siis palume vabandust, sest ka meie ei pea alati lugu inimestest, kes meile moraali loevad. Kuid kõik, millest rääkisime, tugineb kogemustele, millest mõned on piinarikkad. Meie omandasime need õppetunnid läbi raskuste. Seepärast oleme väga huvitatud, et te mõistaksite ning üritaksite vältida neid tarbetuid kannatusi.*

Niisiis ütleme teile, kes te võib-olla peagi meiega liitute: „Õnn kaasa ja Jumal õnnistagu teid!”

**Al-Anoni Peregruppide sõpruskond asutati umbes kolmteist aastat pärast selle peatüki kirjutamist. Kuigi see tegutseb Anoniimsetest Alkohoolikutest täiesti eraldi, kasutatakse seal abielumeeste, -naiste, sugulaste, sõprade ja teiste alkohoolikute lähedaste juhendamisel AA programmi üldpõhimõtteid. Eelnevad leheküljed (kuigi suunatud ainult naistele) osutavad probleemidele, mis neil inimestel võivad tekkida. Alateen, alkohoolikutest teismelistele mõeldud organisatsioon on Al-Anoni osa.*

Kui telefoniraamatus ei ole ära toodud Al-Anoni numbrit, võite täpsema informatsiooni saamiseks pöörduda kirja teel Al-Anoni Pererühmade (Al-Anon Family Groups) poole nende Maailmateenistuse kontoris (World Service Office):

*1600 Corporate Landing Parkway, Virginia Beach, VA 23454-5617.
Eesti Al-Anoni koduleht: <https://alanoneesti.wordpress.com>*

PEREKOND HILJEM

MIE NAISLIHKMED on alkohoolikute abikaasadele soovitanud mõningaid hoiakuid, mida võtta terveneva mehe suhtes. Võib-olla jäi neist mulje, nagu tuleks mees vati sisse mässida ja pjedestaalile asetada. Õnnestunud kohanemine eeldab vastupidist. Kõik perekonnaliikmed peaksid ühinema sallivuse, mõistva suhtumise ja armastuse pinnal. Sellega kaasneb enesekahandamine. Alkohoolikul, tema naisel, lastel, äiadel ja ämmadel on nähtavasti kujunenud kindel ettekujutus perekonna suhtumisest temasse. Igaüks on huvitatud, et tema soovidega arvestatakse. Meie arvates on nii, et mida rohkem üks perekonnaliige nõuab teistelt endale kuuletumist, seda rohkem vimma põhjustab see teistes perekonnaliikmetes. See põhjustab lahkumisi ja õnnetu olemist.

Ja miks? Kas mitte sellepärast, et igaüks tahaks juhirollis olla? Kas mitte igaüks ei proovi perekonnatendust oma maitse järgi sättida? Kas ta ei püüa mitte alateadlikult aru saada, mida ta perekonnavalust võtta, selle asemel, et ise midagi anda?

Joomise lõppemine on esimene samm tugevasti pingestatud ja ebanormaalsest olukorrast paremuse poole. Üks arst on meile öelnud: „Aastatepikkune kooselu alkohoolikuga muudab naise või lapse peaaegu kindlasti neurootikuks. Teatud määral on terve perekond haige.” Laskem sellele teele asuvatel perekondadel aru saada, et sugugi kõik ei lähe lepase reega. Kordamööda võib igaühel king kusagilt pigistama hakata ning eksimusi ette tulla. Tuleb ette ahvatlevaid otseteid ja kõrvale-

põikeid, mida mööda minema hakates võivad nad õige raja kaotada.

Räägime teile õige mõningatest raskustest, mida perekond kohtab; soovitame, kuidas neid vältida – või koguni teiste inimeste kasuks pöörata. Alkohooliku perekond igatseb õnne ja turvatunde taastumist. Neil on veel meeles ajad, kui isa oli romantiline, hooliv ja edukas. Tänapäevane elu on asetatud vaekausile nende aastate vastu ja kui see möödunud üles ei kaalu, on perekond tõenäoliselt õnnetu.

Perekonna usaldus isa vastu kasvab. Mõeldakse, et varsti on vanad head ajad tagasi. Vahel nõuavad pereliikmed, et isa selle hea põlve neile otsekohe tagasi tooks! Nad usuvad, et Jumal lausa võlgneb neile hüvituse pikalt maksmata võlgade eest. Kuid perekonnapea on kulutanud aastaid äriasjade, armastuse, sõpruse ja tervise lammutamisele – need kõik on praegu varemetes või kahjustunud. Vana risu koristamisega läheb aega. Kuigi lõpuks kerkivad vanade ehitiste asemele uhkemad, võtab nende valmimine aastaid.

Isa teab, et ta on süüdi; tal võib rahaasjades järje peale saamiseks kuluda mitme aastaaja jagu rasket tööd, kuid talle ei tohi seda ette heita. Võib-olla ei hakka tal enam kunagi palju raha olema. Kuid arukas perekond imetleb teda selle eest, kes ta püüab olla, mitte selle pärast, mida ta püüab saada.

Aeg-ajalt kummitavad perekonda mineviku varjud, sest peaaegu iga joodiku elu on täis seiklusi – naljakaid, alandavaid, häbiväärseid või traagilisi. Esimeseks reaktsiooniks on kõik luukered pimedasse kappi luku taha toppida. Perekonda võib olla vallanud mõte, et tuleviku õnn saab rajaneda ainult mineviku unustamisel.

Meie meelest on selline arusaam enesekeskne ja uue elukorraldusega otseselt vastuolus.

Henry Ford tegi kunagi targa tähelepaneku, et kogemus on elus ülim väärtus. See on õige ainult siis, kui minevikku püütakse tuleviku huvides hästi ära kasutada. Me kasvame sedamööda, kuidas oleme valmis oma vigadega silmitsi seisma ja neid parandama ning neid enda kasuks pöörama. Seega muutub alkohooliku minevik perekonnale peamiseks ja sageli peaagu ain-saks väärtuseks!

Valus minevik võib olla tohutult väärtuslik nende perekondade jaoks, kes ikka veel oma probleemiga maadlevad. Meie arvates võlgneb iga alkoholi küüsisst pääsenud perekond midagi ka neile, kellel see veel ei ole õnnestunud, ning kui olukord nõuab, peab iga sellise perekonna liige olema rõõmuga valmis kunagised eksimused, kuitahes kahetsusväärsed need ka ei oleks, peidust välja tooma. Just kannatajatele näitamine, kuidas meie kunagi abi saime on see, tänu millele pais-tab meie elu praegu nii elamisväärne. Jääge kindlaks mõttele, et Jumala kätes on must minevik teie suurim varandus – elu ja õnne võti teiste inimeste jaoks. Selle abil hoiate neid surmast ja viletsusest eemal.

Vanu eksimusi on võimalik ka nii üles kaevata, et need muutuvad koormaks, tõeliseks nuhtluseks. Näiteks oleme teadlikud olukordadest, kus alkohoolikul või tema naisel oli teisi armusuhteid. Vaimse kogemuse esimeses palangus andestasid nad teineteisele ja hakkasid rohkem kokku hoidma. Leppimise ime oli käeulatuses. Mõne tüli käigus toob solvunu aga vana afääri taas päevavalgele ja loobib tuha vihaselt laiali. Nii mõnigi meist on tundnud selliseid kasvuraskusi ning see teeb tõepoolest haiget. Mõnikord on mees ja naine sunnitud

elama lahus, kuni tekivad uued vaatenurgad ja haavatud uhkusest võitu saadakse. Enamikel juhtudel teeb alkohoolik selle katsumuse läbi ilma tagasilanguseta, kuid mitte alati. Seepärast leiame, et juhul, kui see ei teeni mõnd kiiduväärset ja kasulikku eesmärki, ei maksa minevikujuhtumit arutama hakata.

Meil, Anonüümsete Alkohoolikute perekondadel, on vähe luukeresid kapis. Kõik teavad oma kaaslaste alkoholismiga seonduvaid hädasid. Selline olukord tekitab tavaelus kirjeldamatut südamevalu; ette võib tulla skandaalseid kuulujutte, naeru teiste inimeste kulul ja kalduvust usalduslikku informatsiooni kurjasti ära kasutada. Meie hulgas juhtub seda haruharva. Me räägime üksteisest tõesti palju, kuid peaaegu eranditult mahendame selliseid vestlusi sallimise ja armastuse vaimuga.

Teine põhimõte, millest hoolikalt kinni peame, on see, et me ei räägi teise inimese isiklikke kogemusi edasi, kui me pole kindlad, et ta sellega nõus on. Meie meelest on võimalusel kindlam jääda omaenda lugude juurde. Inimene võib ise ennast kritiseerida ja enda üle naerda ning see mõjub teistele soodsalt, kuid teise inimese suust tulev kriitika ja naeruvääristamine annab tihti hoopis vastupidise efekti. Perekonnaliikmed peaksid üksikute asjade suhtes väga tähelepanelikud olema, kuna ühestainsast hooletust, hoolimatust märkusest võib terve põrgu valla pääseda. Meie, alkohoolikud, oleme tundlikud inimesed. Mõnel meist kulub palju aega, et sellest tõsisest puudusest välja kasvada.

Paljud alkohoolikud on entusiastid. Nad kalduvad äärmustesse. Tervenemise alguses valib mees reeglina ühe kahest võimalikust teest. Ta kas sukeldub meeleheitlikesse ponnistustesse, et äris jalule tõusta, või satub uuest elust nii suurde vaimustusse, et vaevalt millestki

muust mõtleb või räägib. Mõlemal juhul kerkivad perekonnas üles teatud probleemid. Nendega on meil ohtlalt kogemusi olnud.

Meie meelest on ohtlik, kui ta pea ees majanduslike raskuste kallale tormab. See avaldab mõju perekonnaliikmetele, esialgu küll meeldivalt, kuna nad tunnevad, et nende rahamured hakkavad peagi lahenema, kuid seejärel enam mitte nii meeldivalt, kui nad avastavad, et neid on unarusse jäetud. Õhtuks võib isa olla väsinud, päeval on ta aga hõivatud. Väikesed lapsed ei huvita teda võib-olla kuigivõrd ning ta võib ärritada, kui talle tema tegemata jätmisi ette heidetakse. Kui ta ka ei ärritu, võib ta tunduda tusase ja igavana, mitte rõõmsameelse ja armastavana, nagu perekond teda näha sooviks. Ema võib kurta, et talle ei pöörata tähelepanu. Kõik perekonnaliikmed on pettunud ja lasevad seda sageli ka isale välja paista. Sellised kurtmised on barjääri tekkimise alguseks. Perekonnapea pingutab iga viimastki närvirakku, et kaotatud aega tasa teha. Ta püüab varandust ja head nime tagasi saada ning talle näib, et tal läheb väga hästi.

Mõnikord ei ole aga ema koos lastega samal arvamusel. Et nad minevikus olid hooletusse jäetud ja nendega käituti ülekohtuselt, siis nüüd on isa nende meelest neile võlgu rohkem, kui ta tegelikult tagasi annab. Perekond tahab tema jaoks kõige tähtsam olla. Nad ootavad, et isa tooks tagasi need kenad ajad, mil ta nii palju ei joonud, ja näitaks välja kahetsust põhjustatud kannatuste eest. Kuid isa ei jaga ennast kuigi meelsasti. Vimm kasvab. Isa muutub veelgi väheseltsivamaks. Mõnikord vihas- tab ta tühja asja peale. Perekond on imestunud. Nad kritiseerivad teda, viidates sellele, et ta oma vaimset programmi järgida ei suuda.

Sellist olukorda on võimalik vältida. Eksivad nii isa kui ka perekond, kuigi mõlemal võivad olla mõningad õigustused. Vaidlemisest on vähe kasu, see teeb kimbatuse ainult hullemaks. Perekond peab mõistma, et kuigi isa on imeväel tervenunud, on ta siiski alles kosumas. Nad peaksid olema tänulikud, et ta on kaine ja saab jälle nende maailma kuuluda. Nad võiksid kiita tema edusamme. Nad peaksid meeles pidama, et tema joomine põhjustas kõikvõimalikku kahju, mille heastamisega läheb kaua aega. Kui nad seda kõike mõistavad, siis ei võta nad nii tõsiselt isa pahuruse-, masenduse- ja apaatiaperioode, mis kaovad, kui teda ümbritseb sallivus, armastus ja vaimne mõistmine.

Perekonnapea peaks meeles pidama, et tema on peamine süüdlane selles, mis tema kodu tabas. Ta suudab vaevu kogu seda võlga oma eluaja jooksul korvata. Kuid ta peab mõistma, et ülemäärane keskendumine rahalisele edule on ohtlik. Kuigi paljud meist on majanduslikult taas järje peale jõudmas, leidsime, et me ei või raha esikohale asetada. Meie puhul tuli materiaalne heaolu alati pärast sisemist arengut; mitte kunagi enne.

Kuna kodu on kannatanud rohkem kui miski muu, on hea, kui mees seal rohkem pingutab. Tõenäoliselt ei jõua ta kaugele mitte üheski suunas, kui tal ei õnnestu üles näidata isetust ja armastust omaenda katuse all. Me teame, et on keerulisi naisi ja perekondi, aga mees, kes proovib alkoholismist üle saada, peab meeles pidama, et nad on tema käitumise tagajärjel sellisteks muutunud.

Niipea, kui vimma kandva perekonna iga liige hakkab oma puudusi märkama ja julgeb neid teistele tunnistada, rajab ta sellega pinna kasulikele jutuajamistele. Sellised perekondlikud jutuajamised võivad olla väga

sisukad, kui neid peetakse ilma ägedate vaidluste, enesehaletsuse, eneseõigustuse ja vimmast kantud kriitikata. Vähehaaval hakkavad ema ja lapsed nägema, et nad nõuavad liiga palju, ja isa, et ta annab liiga vähe. Juhtpõhimõtteks saab andmine, mitte saamine.

Oletagem teisalt, et isa oleks justkui kohe alguses saanud võimsa vaimse kogemuse. Temast saab justkui üleöö teine mees. Ta muutub usuentusiastiks. Millelegi muule ei suuda ta enam keskenduda. Kui tema kainust hakatakse võtma igapäevase asjana, võib perekond oma veidrasse uude isasse suhtuda esmalt kummas-tuse, hiljem ärritusega. Vaimne jutt käib nii hommikul, päeval kui ka õhtul. Isa võib nõuda, et perekond leiaks kiiresti Jumala, või hoopis ilmutada pereliikmete vastu jahmatavat ükskõiksust ja öelda, et ta on maistest asjadest üle. Ta võib ka öelda emale, kes on kogu elu usklik olnud, et too ei taipa sellest kõigest õieti midagi, ja et tal oleks parem omandada seda laadi vaimsus nagu temal on, kuni selleks on veel aega.

Kui isa sellise pöörde teeb, võib perekonna reaktsioon olla ebasoodne. Perekond võib muutuda armukadedaks Jumala peale, kes neilt isa armastuse on röövinud. Kuigi nad on tänulikud, et ta enam ei joo, ei pruugi neile sugugi meeldida mõte, et Jumal on hakama saanud imega, mida nemad ei suutnud. Sageli unustatakse, et inimeste abist ei olekski isal enam abi olnud. Perekond ei mõista, miks nende armastus ja andumus ei suutnud teda korda teha. Nad ütlevad, et isa ei ole lõppude lõpuks hoopiski nii vaimne. Kui ta tahab oma minevikueksimusi heaks teha, siis milleks kogu see muretsemine iga inimese pärast maailmas, kui ta ei muretse oma perekonna pärast? Mida arvata tema

jutust, et Jumal kannab nende eest hoolt? Nad kahtlustavad, kas isa mitte pisut peast soe ei ole!

Isa ei ole omadega nii sassis, kui võidakse arvata. Paljud meist on tunda saanud isa rõõmujoovastust. Oleme nautinud vaimset joobumust. Nagu nälginud aardeotsijal, rihm viimase peal kokku tõmmatud, on meie kirka tabanud kullasoont. Eluaegsest meelehärmist vabanemise rõõm ei tunne piire. Isale tundub, et ta on sattunud millegi veelgi parema peale kui kuld. Mõnda aega võib ta püüda uut varandust enda päralt hoida. Ta ei pruugi kohe taibata, et on üksnes riivanud põhjatu maagilademe pinda, mis toob talle dividende ainult siis, kui ta seda kogu oma ülejäänud elu kaevandab ja jääb kindlaks selle juurde, et kogu kaevandatu tuleb ära anda.

Kui perekond kaasa lööb, hakkab ka isa peagi mõistma, et tema väärtuste taju on moonutatud. Ta tajub, et tema vaimne areng on vildakas, et temasuguse keskmise inimese vaimuelu, mis ei hõlma perekondlikke kohustusi, pole sugugi nii täiuslik. Kui perekond suudaks võtta isa hetkekäitumist lihtsalt kui üht arenguetappi, oleks kõik korras. Mõistva ja osavõtliku perekonna rüpes kaovad isa vaimse lapseea uidud kiiresti.

Kõik võib minna vastupidi, kui perekond isa hukka mõistab ja kritiseerib. Isa võib-olla tunnetab, et aastaid jättis joomine teda igas vaidluses kaotajaks, kuid nüüd, kus Jumal on tema poolel, peab ta ennast kõrgemaks inimeseks. Kui perekond jätkab kritiseerimist, võib see vaeleharusaam isas veelgi tugevneda. Selle asemel, et kohelda oma perekonda nii, nagu oleks tema kohus, võib ta veelgi rohkem endasse tõmbuda ja tunda, et tal on selleks vaimne õigustuski.

Kuigi perekond ei pruugi isa vaimseid tegevusi täielikult heaks kiita, peaksid nad laskma tal vabalt tegutseda. Isegi kui ta ilmutab perekonna suhtes teatud määral hooletust ja vastutustundetust, on hea, kui tal lastakse teiste alkohoolikute abistamises minna nii kaugele, kui ta soovib. Esimestel toibumispäevadel kindlustab see tema kainust rohkem kui miski muu. Kuigi mõned tema käitumismustrid võivad olla murettekitavad ja vastuvõetamatud, siis usume, et isa seisab kindlamal vundamendil kui selline mees, kes asetab äriasjad või ametialase edu vaimsest arengust kõrgemale. On vähem tõenäoline, et ta uuesti jooma hakkab, ning kõik muu on sellest parem.

Need meie hulgast, kes on kaua aega elanud vaimsete väljamõeldiste maailmas, on lõpuks mõistnud selle lapsikust. Unistuste maailm asendub kindla eesmärgitunnetusega, millega kaasneb kasvav teadlikkus Jumala väest meie elus. Oleme hakanud uskuma, et Tema tahaks, et meie pead oleksid pilvedes Tema juures, kuid jalad kindlalt maapinnal. Siin on meie saatusekaaslased ja siin peame oma tööd tegema. Selline on meie reaalsus. Me ei ole leidnud midagi kokkusobimatut võimsa vaimse kogemuse ning kaine ja õnnelikult kasuliku elu vahel.

Veel üks soovitus: olenemata sellest, kas perekonnal on vaimseid tõekspidamisi või mitte, oleks hea, kui nad tutvuksid nende põhimõtetega, mille järgi püüab elada alkohoolikust pereliige. Tõenäoliselt kiidavad nad need lihtsad põhimõtted heaks, olgugi et perekonnapeal ei õnnestu neid veel mitte iga kord rakendada. Vaimselt teelt kõrvale kaldunud mehe jaoks on kasulik, kui, abikaasa võtab omaks tervemõistusliku vaimse programmi, ning leiab sellele tõhusat igapäevast kasutust.

Koduses elus toimub veel teisigi põhjalikke muutusi. Aastaid tegi alkohol isa nii saamatuks, et emast sai perekonnapea. Ta võttis need kohustused vapralt enda peale. Asjaolud sundisid teda kohtlema isa kui haiget või isepäist last. Isegi kui isa tahtis end kehtestada, ei tulnud sellest midagi välja, sest alkohol jättis ta pidevalt kaotaja rolli. Ema koostas kõik plaanid ja jagas käske. Kainena isa tavaliselt kuuletus. Nii harjus ema täiesti tahtmatult perekonna ohje hoidma. Korraga uuesti ellu naasnud isa hakkab sageli oma õigusi taga nõudma. See aga töötab pahandust, juhul kui perekonnas ei jälgita tähelepanelikult üksteises neid kalduvusi ning ei jõuta nende osas sõbraliku üksmeeleni.

Joomine eraldab enamiku kodusid välisilmast. Isa on vahest aastaid kõik normaalsed tegevused – klubid, ühiskondlikud kohustused, spordi – kõrvale jätnud. Tema huvi taastärkamine võib põhjustada armukadedust. Perekonnale tundub ehk, et neil on isale eesõigus, nii suur eesõigus, et mitte kübetki ei või teistele jääda. Selle asemel, et ka endale uut tegevust otsida, nõuavad ema ja lapsed, et isa oleks kodus ja kõik puudujäägid tasa teeks.

Juba kõige alguses peaksid abikaasad otsa vaatama tõsiasjale, et mõlemal tuleb siin ja seal järeleandmisi teha, kui nad soovivad, et perekond mängiks nende tulevases elus olulist rolli. Isa veedab paratamatult palju aega teiste alkohoolikutega, kuid see tegevus peab olema tasakaalus. Võib tekkida uusi tutvusi inimestega, kes ei tea alkoholismist midagi, ning tuleks hoolikalt arvestada ka nende vajadustega. Tähelepanu võiks pöörata ka kogukonna probleemidele. Kuigi perekond ei ole ühegi usuliikumisega seotud, võib neil tekkida soov mõne usuorganisatsiooniga kontakti võtta või selle liikmeks astuda..

Sellistest kontaktidest on abi alkohoolikutele, kes varem usklikke inimesi pilkasid. Vaimsest kogemusest haaratuna leiab alkohoolik, et tal on nende inimestega palju ühist, kuigi ta võib neist erineda. Kui ta ei hakka usu üle vaidlema, leiab ta uusi sõpru ja võimalusi olla kasulik ja rõõmus. Tema ja ta perekond võivad mõjuda kogudustes ereda valguslaiguna. Ta võib tuua uut lootust ja uut julgust nii mõnelegi preestrile, pastorile või rabile, kes annab endast kõik, et muret täis maailmani sõnumit viia. Eelnenud juttu käsitleme lihtsalt kui kasulikku soovitusi. Mis meisse puutub, siis ei ole kõiges selles midagi kohustuslikku. Kuna me ise kogudustesse ei kuulu, ei saa me teiste eest otsustada. Iga inimene peab ise oma südametunnistusega nõu pidama.

Oleme teile rääkinud tõsistest, teinekord isegi traagilistest asjadest. Oleme kokku puutunud alkoholi kõige hullema tahuga. Kuid me ei ole mingisugune sünge kamp. Kui uustulnukad ei näeks meie eksisteerimises mingit rõõmu või lusti, siis nad ei tahaks seda. Me nõuame vaieldamatult, et elust tuntaks rõõmu. Me ei lõbusta end küüniliste märkustega maailma rahvaste saatuse üle, ega kanna kõiki maailma hädasid oma õlgadel. Kui märkame inimest alkoholismimülkasse vajumas, siis osutame talle esmaabi ja jagame temaga seda, mis meil on. Tema huvides meenutame ja justkui elame uuesti läbi oma mineviku õudused. Kuid need meie hulgast, kes on püüdnud kogu koormat ja teiste inimeste muret oma õlule võtta, leiavad, et me vajume varsti nende all kokku.

Niisiis arvame, et lõbus meel ja naer tulevad kasuks. Kõrvalseisjaid võib vahel šokeerida meie lõbususepuhang mõne pealtnäha traagilise sündmuse üle meie

minevikust. Kuid miks ei peaks me naerma? Oleme ter-
venenud ja meile on antud võime teisi aidata.

Kõik teavad, et inimesed, kellel on halb tervis ja kes harva lõbutsevad, ei naera kuigi palju. Laskem siis igal perekonnal mängida nii koos kui eraldi ja nii palju, kui olukord lubab. Oleme kindlad, et Jumal tahab, et oleksime õnnelikud, rõõmsad ja vabad. Me ei saa nõustuda väitega, et maailm on üks hädaorg, kuigi meist paljude jaoks see tõesti nii oli. Kuid on selge, et me ise põhjustasime oma õnnetuse. Seda ei teinud Jumal. Hoiduge seega sihilikult kannatusi tekitamast, kuid kui probleemid tekivad, kasutage neid julgelt võimalusena tõestada Tema kõikvõimsust.

Järgnevalt tervisest: keha, mida alkohol on rängalt söövitanud, ei parane üleöö ja ka moonutatud mõtlemine ega depressioon ei haju ühe silmapilguga. Oleme veendunud, et vaimne elulaad on kõige tõhusam ravija. Meie, kes me oleme paranenud tõsisest joomisest, oleme terve mõistuse imed. Kuid ka oma kehades oleme tähele pannud märkimisväärseid muutusi. Peaaegu mitte keegi meie hulgast ei ilmuta enam märke räsitusest.

Kuid see ei tähenda, nagu eitaksime inimestele tuntud ravivõtteid. Jumal on varustanud maailma rikkalikult suurepärase arstide, psühholoogide ja kõikvõimalike tervisetöötajatega. Ärge kõhelge oma tervisehädadega nende poole pöördumast. Enamik neist annab endast meeleldi kõik, et kaasinimesed saaksid tervest mõistusest ja kehast rõõmu tunda. Püüdke meeles pidada, et kuigi Jumal teeb meie seas imesid, ei tohi me iial alatahtsustada head arsti või psühhiaatrit. Nende teened on uustulnuka ravimisel ja tema haigusloo edaspidisel jälgimisel tihti asendamatud.

Üks paljudest arstidest, kel oli võimalus lugeda seda raamatut käsikirja kujul, rääkis meile, et sageli on kasu maiustamisest, ehkki see loomulikult sõltub konkreetse arsti soovitusel. Tema arvates peaksid kõik alkohoolikud pidevalt hoidma käeulatuses šokolaadi, kuna see annab väsimusehetkedel kiiresti uut energiat. Ta lisas, et vahel võib öösiti tekkida mingi ebamäärane tung, mida saab rahuldada kommidega. Paljud meist on täheldanud kalduvust maiustada ning see on meie meelest kasuks tulnud.

Pisut seksuaalsuhetest. Mõnele meeste jaoks mõjub alkohol seksuaalselt sedavõrd ergutavalt, et nad on selles osas liialdanud. Paarid avastavad teinekord halva üllatusena, et pärast alkoholist loobumist kipub mees olema impotent. Kui põhjust ei mõisteta, võivad tekkida emotsionaalsed pinged. Osadel meist on tulnud seda üle elada, et siis mõne kuu möödudes nautida suuremat lähedust kui kunagi varem. Kui murettekitav olukord püsib, ei maksaks kõhelda arsti või psühholoogiga konsulteerimast. Me ei tea kuigi palju juhtumeid, kus need raskused oleksid pikka aega kestnud.

Alkohoolikule võib tunduda keeruline oma lastega taas sõbralikke suhteid sisse seada. Isa joomise ajal oli nende noor meel vastuvõtlik. Seda viisakalt varjates, võivad nad teda südamis vihata selle eest, mida ta neile ja nende emale on teinud. Tihti valdab lapsi armetu kalkus ja küünilisus. Näib, et nad ei suuda andestada ja unustada. See võib kesta kuid, veel pikalt pärast seda, kui ema on isa uue eluviisi ja mõttelaadi omaks võtnud.

Aja jooksul mõistavad lapsed, et isa on nüüd uus inimene, ja annavad sellest ka isale ka omal moel teada. Kui see juhtub, võib neid kutsuda osa võtma hommikustest meditatsioonidest ja nad võivad ilma vaenu ja erapooliku-

seta osaleda ka igapäevastes aruteludes. Sellest hetkest alates hakkavad edusammud kiiresti tulema. Perekonna taasühinemisel on tihti imekspandavad tagajärjed.

Alkohoolik peab tervenemiseks vaimsetele alustele toetuma, olenemata sellest, kas perekond teeb seda või mitte. Teised peavad tema uues seisundis ilma ühegi kahtlusevarjuta veendunud olema. Ütlus „oma silm on kuningas” kehtib enamiku perede kohta, kes on joodikuga koos elanud.

Järgnevalt üks asjakohane juhtum: Üks meie sõpru on kõva suitsetaja ja kohvijooja. Polnud kahtlust, et ta läks sellega liiale. Seda nähes, ja ainult kõige paremate kavatsustega, hakkas naine teda sigarettide ja kohvi pärast hurjutama. Mees tunnistas, et tarvitab mõlemaid tõesti ülemäära palju, kuid lisas avameelselt, et ei ole valmis neid maha jätma. Tema naine on üks neid inimesi, kelle meelest sigarettides ja kohvis on midagi eriti pahelist, ja nii näägutas ta edasi, kuid tema sallimatus viis mehe raevuhoogu. Mees jõi end purju.

Loomulikult meie sõber eksis – eksis rängalt. Tal tuli seda valusalt tunnistada ja oma vaimset tارا kohendada. Kuigi ta on praegu ääretult tõhus Anonüümsete Alkohoolikute liige, suitsetab ja joob ta kohvi edasi, kuid ei tema naisel ega kellelgi teisel pole selles osas ütlemist. Naine mõistab, et eksis, kui tegi sellest põletava teema, samas kui mehe palju tõsisemad hädad kiiresti paranesid.

Meil on siinkohal kolm väikest asjakohast juhtumõtet. Siin need on:

*Esmased asjad kõigepealt.
Ela ise ja lase teistel elada.
Tasa ja targu.*

TÖÖANDJATELE

PALJUDE tänapäeva tööandjate seast meenub meile üks meie liige, kes on lõviosa oma elust veetnud suuräri maailmas. Ta on tööle võtnud ja valandanud sadu inimesi. Tema teab, milline paistab alkohoolik tööandja pilgu läbi. Tema järgnevad vaated võiksid olla ärimeestele üle kogu maailma erakordselt kasulikud. Kuid laskem tal endal rääkida:

Olin kunagi ühe korporatsiooni kuue tuhande kuuesaja töötajaga osakonna asedirektor. Ühel päeval astus mu sekretär kabinetti ja teatas, et härra B soovib minuga tungivalt rääkida. Palusin tal edasi öelda, et ma ei ole huvitatud. Olin meest mitu korda hoiatanud, et tal on jäänud vaid üks võimalus. Varsti pärast seda helistas ta mulle Hartfordist kahel järjestikusel päeval nii purjus peaga, et suutis vaevu rääkida. Ütlesin talle, et temaga on kõik läbi – lõplikult ja igaveseks.

Tagasi tulles teatas mu sekretär, et telefonil ei ole mitte härra B, vaid tema vend, kes soovib mulle midagi edasi öelda. Ootasin ka siis abipalvet, kuid telefonist kostsid järgmised sõnad: „Tahtsin teile ainult teada anda, et Paul hüppas möödunud laupäeval Hartfordis ühe hotelli aknast alla. Ta jättis maha kirja, milles nimetas teid parimaks ülemuseks, kes tal kunagi oli olnud, ja et teie pole milleski süüdi.”

Teine kord, kui avasin oma laual lebava kirja, kukkus sellest välja ajalehe väljalõige. See oli minu ühe kõigi aegade parima müügiagendi surmakuulutus. Pärast kahenädalast joomist oli ta varbaga vajutanud laetud

püssi päästikule – püssitoru oli tal suus. Kuus nädalat varem olin ta joomise pärast lahti lasknud.

Veel üks juhtum. Virginiast tulnud kaugekõnes kostis nõrk naisehää. Naine soovis teada, kas tema abikaasa firmapoolne elukindlustus on endiselt jõus. Neli päeva tagasi oli mees end oma puukuuris üles poonud. Mul oli tulnud ta joomise pärast vallandada, kuigi ta oli andekas, terane ja üks parimaid organisatooreid, keda ma eales olen tundnud.

Maailm kaotas need kolm erakordset meest, sest ma ei mõistnud alkoholismi nii nagu praegu. Milline saatuse iroonia – minust endast sai alkohoolik! Ja kui üks mõistev inimene poleks sekkunud, oleksin võinud minna nende jälgedes. Minu allakäik läks ärikogukonnale maksma tuhandeid dollareid, sest inimese väljaõpetamine juhtivale kohale nõuab märkimisväärselt raha. Selliseid kulutusi tehakse ühtelugu. Meie arvates on äriilmas kujunenud olukord, mida saaks parandada üleüldise mõistvama suhtumisega.

Peaaegu iga tänapäeva tööandja tunneb moraalset vastutust oma töötajate heaolu eest ning püüab oma kohustusi täita. Et ta pole seda alati alkohoolikute puhul teinud, on kergesti mõistetav. Tema jaoks on alkohoolik sageli tundunud esimese järgu lollina. Kuna töötajal on olnud erioskusi või kuna tööandja on tema vastu tundnud tugevat isiklikku poolehoidu, on teda teinekord hoitud tööl palju kauem, kui see oleks olnud mõistlik. Mõned tööandjad on proovinud kõiki teadaolevaid lahendusi. Ainult üksikutel juhtudel on puudu jäänud kannatlikkusest ja sallivusest. Ja meie, kes oleme oma parimaid tööandjaid alt vedanud, ei saa neid süüdistada, kui nad on meiega karmilt käitunud.

Siin on üks tüüpiline näide. Ühe Ameerika suurima pangandusasutuse juhtivametnik teab, et ma enam ei joo. Ühel päeval rääkis ta mulle teisest panga juhtivametnikust, kes tema kirjelduse järgi oli kahtlemata alkohoolik. See tundus mulle võimalusena olla kasulik, nii et kulutasin kaks tundi, rääkides alkoholismitõvest ja kirjeldades sümptomeid ja tagajärgi nii hästi, kui oskasin. Tema kommentaar oli: „Väga huvitav. Kuid olen kindel, et see mees on alkoholiga lõpparve teinud. Ta tuli just tagasi kolmekuuliselt palgata puhkuselt, on end ravinud, näeb suurepärase välja ja pealekauba on juhtkond talle teatanud, et see on tema viimane võimalus.”

Ainsaks vastuseks, mida ma sain anda, oli, et kui mees järgib tavalist mustrit, seisab tal ees suurem joomine kui kunagi varem. Tundsin, et see on vältimatu ja küsisin endalt, kas pank ei tee mehele ülekohut. Miks mitte teda mõnega meie alkohoolikute seltskonnast kokku viia? Tal võib veel lootust olla. Märkisin, et ma pole kolm aastat tilkagi alkoholi joonud ja seda kõigi raskuste kiuste, mis oleksid üheksa kümnest mehest jooma viinud. Miks mitte anda talle võimalust kuulda minu lugu? „Oh ei,” vastas mu sõber, „see mees on kas alkoholiga lõpparve teinud või saab sulle sappa. Kui tal on sama tahtejõud ja julgus nagu sinul, siis saab ta hakkama.”

Soovisin käed meeleheites üles tõsta, sest nägin, et mul ei õnnestunud oma pankurist sõpra aru saada panna. Ta lihtsalt ei suutnud uskuda, et tema kaastöötaja kannatas tõsise haiguse all. Ei jäänud üle muud, kui oodata.

Peagi libastuski see mees, ja ta lasti töölt lahti. Pärast vallandamist võtsime temaga ühendust. Ta nõustus

kiiresti nende põhimõtete ja meetoditega, mis meidki olid aidanud. Ta on kahtlemata paranemise teel. Minu jaoks näitab tema juhtum selgelt puudulikku arusaamist selles osas, mis siis õigupärast alkohoolikut vaevab, ja ka lünklikke teadmisi selles osas, millist kasulikku osa võiksid tööandjad nende haigete töötajate päästmises etendada.

Kui soovite kedagi aidata, oleks targem kõrvale jätta oma joomisharjumused või nende puudumine. Olene-mata sellest, kas olete kõva joodik, mõõdukas napsitaja või karsklane, võivad teil olla üsna kindlad seisukohad, ehk isegi eelarvamused. Mõõdukad alkoholipruuki-jad võivad alkohoolikute suhtes olla isegi kärsitumad kui karsklased. Kui te joote ainult aeg-ajalt ja mõis-tate oma reaktsioone, siis võivad teil paljuski tekkida üsna kindlad arvamused, mis aga alkohooliku puhul ei pruugi sugugi alati paika pidada. Mõõduka alkoholi-pruukijana võite nii juua kui joomata olla. Alati, kui soo-vite, suudate oma joomist piirata. Mõnel õhtul võite kergelt vindiseks jääda, kuid hommikul tõusete üles, värskendate end ja lähete tööle. Alkohool ei ole teie jaoks probleem. Te ei suuda mõista, miks peaks see mõne teise jaoks probleem olema, välja arvatud selgrootud ja rumalad.

Alkohoolikuga tegeldes võib tekkida loomulik ärrit-us selle üle, et üks inimene võib olla nii nõrk, rumal ja vastutustundetu. Isegi kui te seda haigust paremini mõistate, tunnete vahel, kuidas teis see tunne tärkab.

Pilk alkohoolikule teie organisatsioonis avab silmad paljudele asjadele. Kas ta pole tavaliselt andekas, kiire taibuga, hea kujutlusvõimega ja meeldiv? Kas ta ei tööta kainena tublisti ja kas tal ei ole erilist oskust asju joonde

ajada? Kui tal oleksid kõik need omadused ja ta ei jookse, kas teda oleks siis väärt edasi hoida? Kas temasse tuleks suhtuda samasuguse hoolivusega nagu teistesse haigestesse töötajatesse? Kas ta on seda väärt, et teda päästa? Kui otsustate positiivselt – olgu siis inimlikel, ärilistel või mõlematel kaalutlustel –, võivad järgnevad soovitud teile kasulikud olla.

Kas suudate kõrvale heita tunde, et teil on tegemist harjumuse, põikpäisuse või nõrga tahtejõuga? Kui see on keeruline, oleks kasulik uuesti lugeda teist ja kolmandat peatükki, kus alkohooliku haigust üksikasjalikult käsitletakse. Ärimehena tahate enne otsuse tegemist tutvuda kõigi vajalike asjaoludega. Kui nõustute sellega, et teie töötaja on haige, kas talle on siis võimalik andestada minevikus tehtu? Kas tema kunagisi rumalusi saab unustada? Kas on võimalik mõista, et ta on olnud kõveriti mõtlemise ohver, mida on otseselt põhjustanud alkoholi toime tema ajule?

Mäletan selgesti, kui vapustatud ma olin, kui üks väljapaistev Chicago arst jutustas mulle juhtumitest, kusaju oli selgroovedeliku survele rebenenud. Pole ime, et alkohooliku käitumine on kummaliselt irratsionaalne. Kellel ei oleks, kuiaju on sellise pinge all? Normaalsed alkoholitarvitajad ei ole nii mõjutatud ja nad ei suuda mõista alkohooliku kõrvalekaldeid.

Teie töötaja püüab tõenäoliselt varjata tervet rida äpardusi, millest mõned on võib-olla üsna tülikad. Need lood võivad olla väga ebameeldivad. Võimalik, et te ei suuda kuidagi mõista, et üks pealnäha asjalik sell on end sedamoodi sisse mässinud. Kuid kõiki neid äpardusi, kuitahes hullud nad ei oleks, saab seletada alkoholi ebanormaalse mõjuga tema mõistusele. Juues või jooma-

hoost toibudes võib alkohoolik, kes selge peaga on teinekord lausa aususe etalon, uskumatuid asju korda saata. Pärast seda tabab teda kohutav jälestus. Sellised hullud seigad viitavad peaaegu alati ainult ajutisele seisundile.

See ei tähenda, et kõik alkohoolikud on kainena ausad ja õiglased inimesed. Loomulikult ei ole see nii, ja tihti võivad sellised inimesed teid ära kasutada. Nähes teie püüdlusi neid mõista ja aidata, üritavad mõned teie lahkusest kasu lõigata. Kui olete kindel, et antud inimene ei taha joomist jätta, võite ta pigem vallandada, ja mida varem, seda parem. Teda edasi hoides, te teda ei aita. Töölt lahti laskmine võib sellisele inimesele lausa õnnistuseks osutuda. See võib olla just see tõuge, mida ta vajab. Tean omast käest, et ükskõik, mida firma ka ei oleks teinud, poleks miski suutnud mind joomisest tagasi hoida, sest nii kaua, kuni ma suutsin oma tööasjadega hakkama saada, ei oleks ma kuidagi suutnud oma olukorra tõsidust mõista. Kui nad oleksid mu esmalt lahti lasknud ja siis astunud samme, et mulle tutvustada käesolevas raamatus sisalduvat lahendust, oleksin nende juurde võib-olla kuue kuu pärast terve mehena tagasi tulnud.

Kuid paljud tahavad tõesti joomise maha jätta, ja nendega võite jõuda kaugele. Teie mõistev suhtumine neisse toob teile dividende.

Võib-olla meenub teile just selline inimene. Ta tahab joomise maha jätta ja teie tahate teda aidata, isegi kui see jääks vaid tulusa äritehingu tasemele. Teie teate praegu alkoholismist rohkem. Oskate näha, et selle inimese mõistus ja keha on haiged. Olete valmis tema varasemaid ebaõnnestumisi mitte arvestama. Oletame, et lähenete talle umbes niimoodi:

Öelge, et teate tema joomisest ja see peab lõppema. Võite ka öelda, et hindate tema võimeid ja tahaksite teda tööle alles jätta, kuid ei saa seda teha, kui ta joomist jätkab. Sellekohane kindel hoiak on paljusid meist aidanud.

Järgnevalt võite kinnitada, et ei kavatse talle loengut pidada, moraali lugeda ega teda hukka mõista; kui te seda varem tegite, tulenes see teadmatusest. Kui võimalik, näidake talle, et te ei kanna vimma. Siinkohal oleks hea selgitada alkoholismi kui haigust. Öelge talle, et usute, et ta on raskesti haige, lisades määratluse – vahest isegi eluohtlikult haige, ning küsige, kas ta sooviks paraneda? Küsige seda tingimata, sest paljud alkohoolikud, kes on sassis ja uimas, ei tahagi joomist maha jätta. Kuid kas tema tahab? Kas ta astub kõik vajalikud sammud ja kas ta on valmis kõigeks, et paraneda ning joomisest igaveseks loobuda?

Kui ta vastab jaatavalt, siis kas ta mõtleb seda tõsiselt või loodab kuskil südamepõhjas, et veab teid ninapidi ja et pärast puhkust ning ravi on tal jälle võimalik aegajalt mõni klaasike hinge alla kallata? Me usume, et mees tuleb nende küsimuste osas põhjalikult läbi uurida. Veenduge, et ta ei peta ei ennast ega teid.

Kas te käesolevat raamatut mainite või mitte, on teie enda otsustada. Kui ta venitab ja ikka veel mõtleb, et võib edaspidigi juua, kasvõi õlut, siis võite ta pärast järgmist joomahoogu, mis aga kindlasti tuleb, kui ta tõesti alkohoolik on, rahumeeli lahti lasta. Sellest peab ta äie selgusega aru saama. Teil on tegu kas inimesega, kes suudab ja tahab paraneda, või ei ole. Kui ei, siis milles tema peale aega raisata? Selline suund on tavaliselt parim, kuigi võib tunduda karm.

Kui olete isiklikult veendunud, et teie töötaja tahab terveneda ja on selle nimel kõigeks valmis, siis võite talle konkreetset tegevusplaani soovitada. Enamiku alkohoolikute jaoks, kes parajasti joovad või just joomahoost toibuvad, on füüsiline ravi teataval määral soovitatav, isegi hädavajalik. Füüsilise poole raviks peaksite loomulikult arutama arstiga. Olgu meetod milline tahes, eesmärgiks on ikka mõistus ja keha põhjalikult alkoholi mõjust puhastada. Pädevate arstide abiga ei võta see peaaegu kunagi väga palju aega ega ole ka eriti kallis. Teie töötaja asjad edenevad paremini, kui ta jõuab sellise füüsilise seisundini, et suudab selgelt mõelda ega tunne enam tungi alkoholi järele. Kui soovite talle niisugust ravikuuri, on võib-olla vajalik ka ravi eest ette maksta, kuid meie arvates tuleks kohe selgeks teha, et kõik kulutused arvestatakse hiljem tema palgast maha. Tal endal on parem tunda, et ta on kõige eest täielikult vastutav.

Kui mees on teie ettepanekuga nõus, tuleks selgitada, et füüsiline ravi on vaid väike osa suurest pildist. Kuigi te võimaldate talle parimat meditsiinilist abi, peab ta mõistma, et sisemine muutus on vältimatu. Joomisest jagu saamiseks on vaja muuta nii mõtteviisi kui ka hoiakuid. Meil kõigil tuli tervenemine esikohale asetada, sest ilma tervenemata oleksime kaotanud nii kodu kui ka töö.

Kas saate täielikult usaldada tema suutlikkust terveneda? Kui juba usaldusest rääkida, kas suudate võtta hoiaku, et see jääb rangelt teievaheliseks asjaks – et tema alkoholiga seotud eksimused ja eesolev ravi ei tule kunagi ilma tema nõusolekuta teistega jutuks? Kui ta tagasi tuleb, oleks mõistlik temaga pikem jutuaamine maha pidada.

Pöördugem nüüd käesoleva raamatu peateema juurde. Raamat sisaldab konkreetseid soovitusi, mille abil töötajal on võimalik oma probleem lahendada. Teie jaoks on mõned siintoodud mõtted uudsed. Võib-olla ei ole te meie soovitatud lähenemisviisiga lõpuni nõus. Mingil juhul ei paku me seda teile käsu vormis, ent mis meisse puutub, siis meid on see aidanud. Lõppude lõpuks, kas te ei otsi mitte meetodit, vaid tulemust? Meeldib see teie töötajale või mitte, aga ta saab teada süinge tõe alkoholismi kohta. Kuid see ei tee talle põrmugi kahju, isegi kui ta selle raviviisi kasuks ei otsusta.

Soovitame pöörata sellele raamatule tähelepanu ka arstil, kes hakkab teie patsienti ravima. Kui ta loeb raamatut veel siis, kui patsient on toibumas, aga sügavas depressioonis, võib arst tema tegelikku seisundit mõista.

Loodame, et arst räägib patsiendile tema seisundist tõtt, ükskõik milline see ka ei oleks. Kui ravialusele antakse käesolev raamat, on parem, kui keegi talle ei ütle, et ta peab neid soovitusi järgima. Seda peab inimene ise otsustama.

Te veate muidugi kihla, et teie muutunud hoiak ühes käesoleva raamatu sisuga saadavad korda ime. Mõnikord lähebki nii, mõnikord mitte. Kuid meie arvame, et olles järjekindel, saate tunda rõõmu edulugude protsendi üle. Sedamööda, kuidas meie haare laieneb ja meie liikmete arv kasvab, loodame, et teie töötajaid on võimalik mõnega meie hulgast isiklikult kokku viia. Seniks aga oleme kindlad, et ka ainuüksi raamatu abil on võimalik palju korda saata.

Vestelge oma töötajaga, kui ta tööle tagasi tuleb. Küsige temalt, kas ta arvab, et tal on vastus olemas. Kui ta tunneb end vabalt, arutades teiega oma probleeme, kui ta teab, et te teda mõistate ega ärritu ühegi asja

peale, mida ta öelda tahab, siis on tal tõenäoliselt ees kiire tee ülesmäge.

Kas suudate rahulikult jääda, kui töötaja asub teile šokeerivaid lugusid jutustama? Ta võib teile näiteks avaldada saladuse, et on oma kuluarvet võltsinud või kavatsenud teilt parimad kliendid üle lüüa. Kui ta on meie lahenduse omaks võtnud, mis teadupärast nõuab jäägitut ausust, võib ta teile tunnistada mida iganes. Kas suudate selle kõrvust mööda lasta nagu kehva aruande ja temaga otsast alata? Kui ta on teile raha võlgu, võib teil tekkida tahtmine talle oma tingimused esitada.

Kui teie töötaja kõneleb oma kodusest olukorrast, saate talle kahtlemata palju kasulikke soovitusi anda. Kas tal on võimalik teiega ausalt rääkida, ilma et see jutt kalduks äriklatši ja kaastöötajate kritiseerimisse? Sellise töötaja puhul tekitab niisugune suhtumine kustumatut lojaalsust.

Meie, alkohoolikute suurimad vaenlased, on vimm, armukadedus, kadedus, frustratsioon ja hirm. Kus iganes inimesed kogunevad äri tegemiseks, on alati konkurentsi, mis toob endaga kaasa ka teatavad tööalased intriigid. Mõnikord on meil, alkohoolikutel, tunne, et teised püüavad meid alla tõmmata. Sageli pole see nii, kuid vahel kasutatakse meie joomist poliitiliselt ära.

Meenub juhtum, kus üks pahatahtlik inimene heitis alkohooliku joomaseikluste arvel pidevalt kergelt sõbralikku nalja. Sel viisil levitas ta neid lugusid salakavalalt edasi. Oli ka teine juhtum, kus alkohoolik saadeti haiglasse ravile. Alguses teadsid sellest vaid vähesed, kuid lühikese aja jooksul levis jutt kogu firmas. Loomulikult vähendas see mehe tervenemisvõimalust. Tööandja saab paljudes olukordades kaitsta kannatajat selliste juttude eest. Tööandja ei tohi kedagi eelistada, kuid ta

saab alati kaitsta töötajat mõttetu provokatsiooni ja ebaõiglase kriitika eest.

Alkohoolikud on omaette energiline liik inimesi. Nad teevad kõvasti tööd ja lõbutsevad põhjalikult. Töenäoliselt on teie töötaja hoos, et asju heastada. Kuna ta on mõnevõrra nõrgestatud ja tal seisab ees mõistusega ja kehaga kohanemine alkoholivaba eluga, siis võib ta üle pingutada. Võimalik, et teil tuleb taltsutada tema soovi kuusteist tundi päevas tööd teha. Te võite teda vahetevahel ka lõbutsema julgustada. Võib-olla soovib ta teiste alkohoolikute heaks palju ära teha ja midagi sellist võib ka tööajal ette tulla. Siin on kasuks mõistlikul määral tegevusvabadust. See töö on talle vajalik kainuse säilitamiseks.

Kui töötaja on mitu kuud ilma alkoholita toime tulnud, siis võib-olla õnnestub teil nüüd tema teeneid kasutada teiste töötajate peal, kes oma alkoholiprobleemidega teile peavalu valmistavad – muidugi tingimusel, et nad on valmis kolmandat isikut asjasse pühendama. Tervenenud alkohoolik, kes töötab suhteliselt vähetähtsal kohal, võib vestelda mehega, kellel on parem positsioon. Kuna tema elu rajaneb teistsugususel alusel, ei püüa ta iial seda olukorda kurjasti ära kasutada.

Te võite oma töötajat usaldada. Pikaajaline kogemus alkohooliku ettekäänetega põhjustab loomulikult kahtlusi. Kui tema naine järgmine kord helistab ja teatab, et mees on haige, võite ennatlikult arvata, et ta on purjus. Kui nii ongi ja mees püüab ikkagi terveneda, siis räägib ta sellest teile ise, isegi kui see tähendaks töökoha kaotamist. Nimelt ta teab, et üldse ellu jäämiseks peab ta olema aus. Ta hindab seda, kui te tema pärast pead ei vaeva, teda ei kahtlusta, ega püüa tema elu korraldada nii, et ta oleks kaitstud kiusatuse eest juua. Kui ta

tervenemisprogrammi kohusetundlikult järgib, võib ta minna ükskõik millisesse kohta, kuhu teie tööülesanded teda saadavad.

Juhul, kui ta komistab, kasvõi ainult korra, tuleb teil otsustada, kas ta lahti lasta. Kui olete kindel, et ta ei võta asja tõsiselt, siis ei ole kahtlust, et teil tuleb ta vallandada. Kui te aga olete vastupidiselt kindel, et ta püüab kõigest väest, siis võib teil tekkida soov talle veel üks võimalus anda. Kuid te ei pea tundma kohustust teda tööl edasi hoida, kuna kõik teie kohustused tema suhtes on juba ammendatud.

Teil võib tekkida veel teinegi soov. Kui teie organisatsioon on suur, võiks teie madalama astme juhtidele jagada käesoleva raamatu eksemplare. Võiksite neile mõista anda, et ei ole oma organisatsioonis töötavate alkohoolikutega pahusis. Teie alluvad on tihti raskes olukorras. Mehed, kes omakorda nende alluvuses töötavad, on sageli ka nende sõbrad. Seepärast kaitsevad nad neid ühel või teisel põhjusel, lootes, et asjalood peagi paremuse poole pöörduvad. Nad seavad tihti ohtu ka oma töökoha, püüdes aidata raskeid joodikuid, kes oleks tulnud juba ammu töölt lahti lasta või kellele oleks tulnud pakkuda võimalust paraneda.

Pärast käesoleva raamatu lugemist võib teie madalama astme juht minna niisuguse mehe juurde ja lausuda talle umbes järgmist: „Kuule, Ed. Kas sa tahad joomist maha jätta või ei taha? Iga kord, kui end purju jood, paned mind sellega ebameeldivasse olukorda. See ei ole õiglane ei minu ega firma suhtes. Olen alkoholismi kohta üht-teist lugenud. Kui sa oled tõesti alkohoolik, siis oled üks pagana haige inimene. Sa käitud küll sedamoodi. Firma tahab sind aidata sellest üle saada ja kui sind huvitab, siis tea, et on olemas väljapääs. Kui sa selle

valid, siis unustatakse su minevik, ja asjaolu, et sa ravile läksid, ei mainita. Ent kui sa ei saa või ei taha joomist maha jätta, siis ma arvan, et sul tuleb töölt lahkuda.”

Teie madalama astme juht ei tarvitse selle raamatu sisuga nõustuda. Ta ei pea ja sageli ei tohigi lasta seda oma kandidaadile välja paista. Aga ta on vähemalt probleemi mõistnud ega lase end enam tavalistest lubadustest eksitada. Ta on võimeline võtma antud töötaja suhtes hoiaku, mis on silmatorkavalt aus ja õiglane. Tal ei ole enam põhjust alkohoolikust töötaja tegusid kalevi alla matta.

Kõik algab ikkagi sellest, et ühtki inimest ei tohi töölt lahti lasta lihtsalt sellepärast, et ta on alkohoolik. Kui ta tahab joomist maha jätta, siis tuleks talle anda selleks tõeline võimalus. Kui ta ei suuda või ei taha joomist maha jätta, siis tuleb ta vallandada. Erandeid on siin vähe.

Meie arvates aitab taoline lähenemismeetod saavutada mitmeid eesmäärke. See võimaldab heade töötajate rehabiliteerimist. Samal ajal ei ole teil raske vabaneda niisugustest töötajatest, kes ei suuda või ei taha joomist maha jätta. Raiskumineva aja, töötajate ja maine tõttu võib alkoholism teie organisatsioonile arvestatavat kahju tekitada. Loodame, et meie soovitused aitavad teil selle vahel tõsise leke kinni toppida. Meie arvates on ainult mõistlik teile tungivalt soovitada, et te niisuguse raiskamise lõpetaksite ja annaksite oma väärt töötajatele võimaluse end parandada.

Hiljuti püüdsime neis küsimustes vestelda ühe suure tööstuskontserni asepresidendiga. Ta ütles: „Mul on tohutult hea meel, et olete joomisest lahti saanud. Kuid meie ettevõtte poliitika näeb ette töötajate harjumustesse mitte sekkuda. Kui mees joob nii palju, et

töö selle all kannatab, siis laseme ta lahti. Ma ei tea, kuidas võiks teist meile abi olla, sest, nagu näete, ei esine meil alkoholismiprobleemi.” Seesama firma kulu- tab igal aastal teaduslikele uuringutele miljoneid dol- lareid. Nende toodangu kogumaksumust hinnatakse koma täpsusega. Nad pakuvad vaba aja veetmise võima- lusi. Firmas on oma kindlustussüsteem. Töötajate hea käekäigu vastu tuntakse nii humaansetel kui tööalastel kaalutlustel tõelist huvi. Kuid alkoholism – nojah, nad lihtsalt ei usu, et seda neil esineb.

Ehk on see tüüpiline suhtumine. Meie, kes me kõik koos oleme ärimaailmaga päris palju kokku puutunud, pidime vähemalt alkoholismi osas selle härra siira arva- museavalduse peale muigama. Teda võib-olla vapustaks teadmine, kui palju alkoholism tema organisatsioonile aastas maksma läheb. See firma võib endas varjata pal- jusid tegelikke ja potentsiaalseid alkohoolikuid. Meie meelest ei ole suurte ettevõtete juhtidel tihti kuigi selget ettekujutust, kui ulatuslik see probleem on. Isegi kui teile tundub, et teie organisatsioonis seda probleemi ei esine, tasuks siiski kõik uue pilguga käsuahtlas üle vaadata. Või- malik, et teete nii mõnegi huvitava avastuse.

Mõistagi viitab käesolev peatükk alkohoolikutele, haigetele, aru kaotanud inimestele. Meie sõbrast ase- president pidas silmas tavajoojat, ehk ühe õhtu joojat. Nende suhtes peab tema taktika kahtlemata paika, ent ta ei teinud vahet sellise inimese ja alkohooliku vahel.

Ei pea eeldama, et alkohoolikust töötaja peale kulu- tatakse ülemäära palju aega ja tähelepanu. Tema suhtes ei pea kehtima eelisolukorda. Õige mees, selline, kes teveneb, ei tahagi midagi niisugust. Ta ei muutu peale- tükkivaks. Kaugel sellest. Ta hakkab palehigis töötama ja tänab teid oma surmatunnini.

Praegu on mul väike firma. Mul on kaks alkohoolikust töötajat, kes teevad ära viie tavalise müügiagendi töö. Ja miks ka mitte? Neil on uus ellusuhtumine ja nad on pääsenud elavast surmast. Olen tundnud rõõmu igast hetkest, mis on kulunud nende jalule aitamiseks.”*

**Vt Lisa VI. Ootame rõõmuga teie kirju, kui saame teile kuidagi abiks olla.*

11. peatükk

TULEVIKUPILT TEIE JAOKS

SNAMIKU normaalsete inimeste jaoks tähendab joomine peomeeleolu, sõprust ja elavat kujutlusvõimet.

See toob kaasa vabanemise muredest, igavusest ja ärevusest. Seal on rõõmus lähedus sõprade vahel ja tunne, et elu on ilus. Kuid meie jaoks ei olnud see padujoomise viimastel päevadel enam nii. Vanad naudingud olid kadunud – neist oli jäänud vaid mälestus. Mineviku säravaid hetki ei õnnestunud enam tabada. Jäi vaid lakkamatu igatsus nautida elu nii, nagu kunagi varem, ning südantlõhestav kinnisidee, et mingisugune uus enesetaltsutamise ime võimaldab meil seda taas kogeda. Alati proovisime veel kord – alati järgnes järjekordne ebaõnnestumine.

Mida vähem meid taluti, seda enam kaugesime nii ühiskonnast kui elust enesest. Meist said Kuningas Alkoholi alamad, tema hullumeelsete valduste värisevad asukad ja üksindus langes meie peale nagu jäine udu. See tihenes ja muutus aina süngemaks. Mõned meist otsisid üles jõledad paigad, lootes sealt leida mõistvaid kaaslasi ja heakskiitu. Korraks see õnnestus – ja siis järgnes unustus ning kohutav ärkamine, hirmuäratavad Neli Ratsanikku otse silme ees – Õud, Hämming, Pettumus, Meeleheide. Õnnetud joodikud, kes seda lehekülge loevad, mõistavad!

Aeg-ajalt lausub parasjagu kuival olev kõva joodik: „Ma ei tunne alkoholist üldse puudust. Enesetunne on parem. Töö läheb paremini. Lõbusam on.” Endiste

probleemjoojatena muigame sellise märkuse peale. Me teame, et meie sõber on nagu väike poiss, kes pimedas tuju hoidmiseks endamisi vilet laseb. Ta petab ennast. Sisimas annaks ta ükskõik mida, et võtta pool tosinat napsi ja pääseda sellest tagajärgedeta. Varsti on ta vanas mängus tagasi, sest kainus ei tee teda õnnelikuks. Ta ei suuda oma elu ilma alkoholita ette kujutada. Ühel päeval ei suuda ta oma elu ette kujutada ei alkoholiga ega ilma. Siis kogeb ta niisugust üksindust, nagu ainult vähesed tunnevad. Ta on jõudmas kohta, kust alla viskuda. Ta soovib, et kõik lõpeks.

Me oleme teile jutustanud, kuidas põhjast üles tõusime. Teie ütlete: „Jah, olen selleks valmis. Kuid kas mulle saab siis osaks elu, kus olen rumal, igav ja süinge nagu mõned korralikud inimesed, keda olen näinud? Ma tean, et pean ilma alkoholita hakkama saama, ent kuidas? Kas teil on midagi, mis suudaks seda asendada?”

Jah, on olemas midagi, mis on palju enamat kui lihtsalt aseaine. See on sõpruskond Anonüümsetes Alkohoolikutes. Seal leiate eest vabanemise muretsemisest, igavusest ja ärevusest. Teie kujutlusvõime lööb lõkkele. Elu omandab viimaks ometi tähenduse. Teie elu kõige rahuldustpakkuvamad aastad on ees. Nii leidsime meie sõpruskonna, ja nii leiad ka sina.

„Mismoodi see peaks juhtuma?” küsite teie. „Kust ma need inimesed leian?”

Te kohtate neid uusi sõpru omaenese naabruskonnas. Teie lähedal surevad alkohoolikud abitult nagu inimesed uppuval laeval. Kui elate suuremas kohas, siis on neid sadu. Tuntud ja tundmatud, rikkad ja vaesed, nad kõik on Anonüümsete Alkohoolikute tulevased liikmed. Nende seast leiate endale eluaegseid sõpru. Teil tekivad nendega uued ja imelised sidemed, sest

te pääsete üheskoos õnnetusest ja asute õlg õla kõrval ühisele teekonnale. Siis mõistad, mida tähendab anda midagi endast, et teised võiksid pääseda ja elu uuesti üles ehitada. Hakkate mõistma „Armasta oma ligimest nagu iseennast” tõelist tähendust.

Võib tunduda uskumatuna, et neist saavad taas õnnelikud, austatud ja kasulikud inimesed. Kuidas saavad nad tõusta sellisest viletsusest, halvast mainest ja lootusetusest? Asjalik vastus on niisugune, et kuna need asjad on toimunud meiega, võivad need juhtuda ka teiega. Kui te seda üle kõige soovite, olete valmis meie kogemust kasutama, siis oleme kindlad, et nii ka läheb. Imede ajastu kestab veel! Meie endi tervenemine tõestab seda!

Me loodame, et kui see väike raamatuke ükskord maailma alkoholismilainel lahti lastakse, haaravad lüüasaanud joodikud sellest kinni, et neid soovitusi järgida. Oleme kindlad, et paljud tõusevad jalgele ja sammuvad edasi. Nad lähevad teiste haigete juurde ning Anonüümsete Alkohoolikute sõpruskonnad tärkavad igas linnas ja külakeses pakkudes varjupaika neile, kes peavad väljapääsu leidma.

Peatükist „Töö teistega” saite ettekujutuse, kuidas me teistele läheneme ja kuidas me neid tervise juurde aitame. Oletagem, et mitmed perekonnad on selle elulaadi teie kaudu omaks võtnud. Teil tekib soov rohkem teada saada, kuidas sealt edasi minna. Vahest parim viis pakkuda teile killukest teie enda tulevikust on kirjeldada meievahelise sõpruskonna kasvu. Järgnevalt toome ära lühikese ülevaate.

Aastaid tagasi, 1935. aastal, reisis keegi meie hulgast ühte lääneosariigi linna. Äri seisukohalt läks tema reis kehvasti. Kui tema ettevõtmised oleksid läinud edukalt, oleks ta majanduslikult järje peale tõusnud, mis näis

toona eluliselt oluline. Kuid tema ettevõtmised lõppesid hagiga ja kukkusid täielikult läbi. Uurimine tõi kaasa rohkesti vimma ja vaidlusi.

Kibedalt lüüasaanuna leidis ta end võõrast paigast, usalduse kaotanuna ja peaaegu laostununa. Olles veel kehaliselt nõrk ja ainult mõned kuud kainust pidanud, taipas ta, et tema olukord on ohtlik. Ta tahtis väga kellegagi rääkida, kuid kellega?

Ühel trööstitul pärastlõunal sammus ta hotelli fuajees edasi-tagasi ja pidas aru, kuidas arve tasutud saaks. Ruumi teises otsas klaasvitriniis oli kohalike kirikute kataloog. Teisel pool fuajeed avanes üks ahvatlevasse baari. Sees oli näha lõbusat rahvast. Seal leiaks ta kaaslasi ja vabaneks ka pingest. Ilma paari napsi võtmata ei pruugiks tal jätkuda julgust tutvusi sobitada ja eesootaks üksildane nädalavahetus.

Loomulikult ei tohtinud ta juua, kuid miks mitte istuda lootusrikkana lauda, pudel limonaadi nina ees? Lõppude lõpuks, kas polnud ta juba kuus kuud kaine olnud? Äkki ta suudaks kolme joogiga piirduda – aga mitte rohkem! Teda haaras hirm. Ta kõndis õhukesel jääl. Taas see vana kurikaval hullumeelsus – see esimene naps. Värinal pöördus ta ümber ja kõndis fuajee teise otsa kirikukataloogi juurde. Baarist kostuv muusika ja lõbus jutuvada ulatusid ikka veel tema kõrvu.

Ent mis saab tema kohustustest – tema perekonnast ja neist inimestest, kes sureksid, saamata teada, kuidas terveneda – jajah, neist teistest alkohoolikutest? Küllap on siin linnas seesuguseid palju. Ta helistas vaimulikule. Terve mõtlemine tuli tagasi ja ta tänas Jumalat. Valinud kataloogist juhusliku kiriku, astus ta telefonikabiini ja võttis toru hargilt.

Telefonikõne vaimulikule viis ta peagi kokku ühe linna elanikuga, kunagise võimeka ja austatud inimesega, kes nüüd oli jõudmas alkohooliku meeleheite madalpunkti. Olukord oli tavaline: kodu oli ohus, naine haige, lapsed segaduses, võlad kuhjunud ja maine rikutud. Mees tundis meeleheitlikku soovi joomine maha jätta, kuid ei näinud väljapääsu, sest oli juba tõsimeeli proovinud mitmeid pääseteid. Olles valusalt teadlik oma teatud ebanormaalsusest, ei mõistnud ta täielikult, mida tähendab olla alkohoolik.*

Kui meie sõber jagas oma kogemusi, nõustus mees, et ükskõik kui palju ta tahtejõudu ei rakendaks, ei suudaks ta ikkagi pikemat aega joomata olla. Ta tunnistas, et vaimne kogemus on täiesti hädavajalik, kuid pakutud tingimuste juures tundus hind liiga kõrge. Ta rääkis, kuidas ta elas pidevas mures, et keegi võiks tema alkoholismi avastada. Loomulikult vaevas teda tuttav alkohooliku kinnisidee, et vaid vähesed teavad tema joomisest. Miks, vaidles ta, peaks ta kaotama oma ülejäänud äri ja tooma oma perekonnale veel rohkem kannatusi, tunnistades oma häda inimestele, kelle kaudu ta oma elatist teenib? Ta ütles, et oleks valmis kõike tegema, ainult mitte seda.

Kuna see teema teda siiski köitis, kutsus ta meie sõbra enda juurde koju. Mõni aeg hiljem, just siis, kui ta mõtles, et olukord alkoholiga on kontrolli all, läks ta meeletule joomatuurile. Tema jaoks oli see jooming, mis tegi lõpu kõigile joomingutele. Ta mõistis vajadust ausalt oma probleemidele otsa vaadata Jumal poolt antud meelekindlusega.

Ühel hommikul haaras ta härjal sarvist ja läks oma muredest rääkima inimestele, keda kartis. Tema imes-

**Siin viidatakse Billi esimesele külaskäigule doktor Bobi juurde. Neist meestest said hiljem AA kaasasutajad. Billi lugu on ära toodud raamatu alguses; doktor Bobi lugu alustab isiklike lugude alajaotust.*

tuseks võeti ta hästi vastu ning ta kuulis, et paljud teadsid tema joomisest. Istunud autosse ja sõitis läbi inimesed, keda oli kunagi haavanud. Ta värises hirmust seda tehes, kuna see oleks võinud põhjustada hävingut, eriti tema ameti puhul.

Keskööl jõudis ta surmväsinuna, kuid väga õnnelikuna koju. Sellest ajast peale pole ta ühtegi napsi võtnud. Ta on oma kogukonnas hinnatud mees ning ka kolmekümne joomis aasta vältel tekkinud võlgnevused on nelja aastaga hüvitatud.

Kuid elu ei olnud kahe sõbra jaoks kerge. Nende teele tekkis hulganisti raskusi. Mõlemad mõistsid, et peavad vaimselt aktiivseks jääma. Ühel päeval võtsid nad ühendust kohaliku haigla vanemõega. Nad selgitasid oma põhjuseid ja küsisid, kas tal pole mõnda esimese järgu alkohoolikukandidaati.

Õde vastas: „Jah, meil on küll üks paras pähkel. Ta andis just äsja paarile õele kolki. Joomase peaga läheb ta omadega täitsa segi. Kainena on ta tore mees, kuid viimase kuue kuu jooksul on ta siin juba kaheksandat korda. Ta olevat kunagi olnud tuntud advokaat siin linnas, kuid hetkel on ta meil tugevasti kinni seotud.”*

Siin oli küll üks kandidaat, kuid kirjelduse järgi mitte just kuigi paljulubav. Toona ei mõistetud vaimsete põhimõtete kasutamist niisuguste juhtumite puhul nii hästi nagu praegu. Kuid üks sõpradest lausus: „Pange ta omaette palatisse. Me tuleme tema juurde.”

Kaks päeva hiljem vahtis Anonüümsete Alkohoolikute tulevane liige klaasistunud pilgul kaht võõrast oma voodiveerel. „Kes te sellised olete ja milleks see omaette palat? Varem olin alati ühispalatis.”

Üks külastajatest lausus: „Me pakume sulle ravi alkoholismi vastu.”

**Siin viidatakse Billi ja doktor Bobi esimesele külastäikule kolmanda tulevase AA liikme juurde. Vt alajaotust „AA rajajad”. Selle tulemusena loodi 1935. aastal Akronis Ohios esimene AA rühm.*

Mehe näole oli selgelt kirjutatud lootusetus, kui ta vastas: „Oh, aga sellest ei ole mingit kasu. Mind ei aita miski. Olen hukule määratud. Viimasel kolmel korral jõin end purju juba teel siit koju. Kardan isegi uksest välja minna. Ma ei suuda seda mõista.”

Tund aega jutustasid sõbrad talle oma joomakogemustest. Ikka ja jälle kordas mees: „Just nagu mina. Just nagu mina. Mina joon samamoodi.”

Voodisolijale räägiti, et ta kannatab ägeda mürgistuse all, mis laastab tema keha ja moonutab mõistust. Palju oli ka juttu esimesele napsile eelnevast meeleseisundist.

„Jah, just nagu mina,” kostis haige. „Täpselt samasugune. Teie, mehed, tunnete seda asja hästi, kuid ma ei mõista, mis kasu sest on. Teie, mehed, kujutate endast kedagi. Ka mina olin kunagi keegi, kuid nüüd olen tühi koht. Selle põhjal, mida te mulle olete rääkinud, taipan paremini kui kunagi varem, et ma ei suuda joomist maha jätta.” Selle peale purskasid mõlemad külastajad naerma. Tulevane Anonüümne Sõber lausus: „Minu arvates on siin küll pagana vähe põhjust naermiseks.”

Meie kaks sõpra jutustasid oma vaimsetest kogemustest ja rääkisid, millist tegevusplaani olid kasutanud.

Ta katkestas neid: „Olin omal ajal tubli kirikuskäija, kuid see ei teeks mind korda. Olen hommikuti hommelliga Jumalat palunud ja vandunud, et ei võta enam tillkagi, kuid kella üheksaks olin juba täis nagu tinavile.”

Järgmisel päeval oli kandidaat juba vastuvõtlikum. Ta oli asja üle järele mõelnud. „Võib-olla on teil õigus,” lausus ta. „Jumal peaks suutma teha ükskõik mida.” Seejärel lisas ta: „Minu jaoks ei teinud ta küll suurt midagi, kui püüdsin üksi sellest käraka ikkest vabanela.”

Kolmandal päeval usaldas see advokaat oma elu Looja hoole ja juhtimise alla ning teatas, et ta on täiesti valmis tegema kõike, mida vaja. Kui tema abikaasa saabus, julgemata liiga palju loota, arvas ta siiski, et märkab mehes mingit muutust. Mees oli hakanud tundma vaimset kogemust.

Tol pärastlõunal pani ta riidesse ja kõndis haiglast vaba mehena minema. Ta ühines valimiskampaaniaga, pidas kõnesid, käis sagedasti igasugustes rahva kogunemiskohtades, olles tihti terveid öid üleval. Ta kaotas napilt oma vastasele. Kuid ta oli leidnud Jumala – ja leides Jumala, oli ta leidnud iseenda.

See juhtus 1935. aasta juunis. Ta ei joonud enam kunagi. Ka temast on saanud oma kogukonnas lugupeetud ja kasulik inimene. Ta on aidanud teistel terveneda ja on mõjukas tegelane kirikus, kus ta vahepeal kaua polnud käinud.

Nagu näete, oli nüüd linnas kolm alkohoolikut, kes tundsid, et peavad teistele edasi andma selle, mis nad on leidnud, või muidu lähevad nad ise põhja. Pärast mitmeid edutuid katseid teisi alkohoolikuid leida ilmus nende juurde neljas mees. Ta tuli kellegi tuttava soovitusel, kes oli kuulnud häid uudiseid. Uustulnukas osutus uljaks noormeheks, kelle vanemad ei suutnud aru saada, kas ta tahab joomisest loobuda või mitte. Nad olid sügavalt religioossed inimesed, keda šokeeris väga poja keeldumine kirikuga mingit tegemist teha. Noormees kannatas kohutavalt oma joomahoogude pärast, kuid näis, nagu ei aitaks teda miski. Ta nõustus siiski minema haiglasse, kus sai endale just selle toa, kust advokaat hiljuti lahkus.

Talle tuli kolm külastajat. Natukese aja pärast ütles ta: „Selles, kuidas teie, kutid, sellest vaimsest värgist

räägite, on iva sees. Olen valmis asja tõsiselt võtma. Eks vist vanematel oli ikka õigus.” Nii sai Sõpruskond veel ühe liikme juurde.

Meie sõber, kellega see hotellifuaajee lugu juhtus, jäi kogu selleks ajaks sinna linna. Ta oli seal kolm kuud. Siis pöördus ta koju tagasi, jättes maha oma esimese tuttava, advokaadi ja ulja noormehe. Need mehed olid leidnud elus midagi täiesti uut. Kuigi nad teadsid, et peavad teisi alkohoolikuid aitama, kui tahavad ise kainekse jääda, muutus see motiiv teisejärguliseks. Sellest käis üle õnnetunne, mille nad leidsid ennast teistele andes. Nad jagasid oma kodusid, nappe vahendeid ja pühendasid rõõmuga oma vabad tunnid kaaskannatajatele. Nad olid valmis nii päeval kui öösel uut meest haiglasse toimetama ja teda pärastpoole külastama. Nende ring kasvas. Nad elasid läbi ka mõned valu-sad kaotused, kuid niisugustel juhtudel pingutasid nad selle nimel, et mehe perekonnas vaimset elulaadi juurutada, kergendades sellega oluliselt muret ja kannatusi.

Poolteist aastat hiljem oli neil kolmel õnnestunud endaga kaasata veel seitse inimest. Kuna nad olid palju koos, läks vaevalt mööda mõni õhtupoolik, kui kellegi kodus poleks istunud väike seltskond vabanemise üle õnnelikke mehi ja naisi, kes alatasa mõtlesid, kuidas nad saaksid oma avastuse uustulnukale edasi anda. Lisaks neile vabadele kokkusaamistele kujunes tava eraldada üks õhtupoolik nädalas kohtumiseks kõigile, või neile, keda huvitas vaimne elulaad. Sõpruskonna ja seltsielu kõrval sai peamiseks eesmärgiks määrata kindel aeg ja koht, kuhu uued inimesed saaksid oma muredega tulla.

Nende tegevuse vastu hakkas tekkima väline huvi. Üks mees ja tema abikaasa andsid oma avara kodu selle

iseäraliku seltskonna käsutusse. See abielupaar oli asjast niivõrd haaratud, et nad pühendasid oma kodu sellele tööle. Paljud segaduses naised on külastanud seda maja, et leida armastust ja mõistvaid kaaslasi teiste naiste seas, kes jagasid nende muret. Ühtlasi kuulsid nad alkohoolikutest meeste suust, mis oli nendega juhtunud. Lisaks, said nad nõu, kuidas oma trotslikku kaasat haiglasse toimetada – kuidas talle järgmise kukkumise korral läheneda.

Nii mõnigi uus, haiglakogemustest ikka veel juhmitunud mees on üle selle maja läve vabadusse astunud. Nii mõnigi sinna tulnud alkohoolik on lahkunud vastusega. Ta andis järele sellele lõbusale seltskonnale, kes naeris oma äparduste üle ja mõistis tema omi. Olles teda haiglas külastanud inimestest vaimustatud, andis tulija hiljem ühes maja ülakorruse toas täielikult alla, kui kuulis teiste meeste lugusid, kelle kogemused tema omadega täpselt ühte langesid. See ilme nende naiste nägudel, see seletamatu miski nende meeste silmis, selle maja innustav ja elektriline õhustik sulasid kokku teadmiseks, et siin asus lõpuks pelgupaik.

Asjalik lähenemine tema probleemidele, igasuguse sallimatuse puudumine, sundimatus, tõeline demokraatia ja nende inimeste ebaharilik mõistvus olid vastupandamatud. Mees lahkus koos naisega ülevas meeleolus, mõeldes sellest, mida nad saavad teha mõne abivajava tuttava ja tema perekonna heaks. Nad teadsid, et neil on terve hulk uusi sõpru – tundus, nagu oleksid nad neid võhivõõraid inimesi alati tundnud. Nad olid näinud imesid ja üks ime pidi sündima ka nendega. Nad olid näinud Suurt Tõelisust – oma armastavat ja Kõikvõimsat Loojat.

Praegu suudaks see maja küll vaevalt oma iganädalasi külalisi ära mahutada, sest reeglina on neid kuuskümmend kuni kaheksakümmend. Maja tõmbab alkohoolikuid ligi nii lähedalt kui kaugelt. Ümberkaudsetest linnadest sõidavad perekonnad pikki maid maha, et kokkusaamistel viibida. Ühes asulas viiekümne kilomeetri kaugusel on viisteist Anonüümsetest Alkohoolikutest liiget. Kuna koht on suur, siis usume, et kunagi ulatub sealne sõpruskond sadadesse.*

Kuid elu Anonüümsete Alkohoolikute seas ei ole ainult kokkusaamistel käimine ja haiglale külastamine. Vana rämpsu klaarimine, abi perekondlike lahkkelide lahendamisel, pärandusest ilma jäetud poja käitumise selgitamine tema vihastele vanematele, raha laenamine ja üksteisele töökohtade kindlustamine – kui see on põhjendatud – seda tuleb iga päev ette. Mitte keegi ei ole sedavõrd usaldust kaotanud või nii madalale langenud, et teda ei võiks südamlikult vastu võtta – kui tal on tõsi taga. Sotsiaalsed erinevused, tühine kemplemine ja armukadedus – need naerdakse kohe välja. Inimeste silmis, kes on koos laevahuku läbi elanud, pääsenud ja sama Jumala all ühinenud, ning kelle südamed ja mõtted töötavad ühes rütmis teiste heaolu nimel, ei oma paljud asjad, mis teistele olulised, enam kuigi suurt tähtsust. Kuidas nad saakski?

Pisut teistes tingimustes toimub sama ka paljudes idaosariikide linnades. Ühes seelses linnas on tuntud alkoholismi- ja narkomaaniaraviga tegelev haigla. Kuus aastat tagasi oli üks meie liige seal ravil. Paljud meist on tundnud selle haigla seinte vahel esmakordselt Jumala Lähedust ja Kohalolu. Oleme suure tänu võlgu selle haigla peaarstile, kes hoolimata asjaolust, et see võinuks

**Kirja pandud 1939. aastal.*

kujundada tema töö suhtes eelarvamusi, ütles meile, et ta on veendunud meie usu jõus.

Iga paari päeva tagant soovitab see arst meie lähene-mist mõnele oma patsiendile. Mõistes meie tööd, oskab ta välja valida need haiged, kes tahavad ja suudavad tervenemise rajada vaimsetele alustele. Paljud meist, endistest patsientidest, käivad seal abiks. Selles idapool-ses linnas toimuvad ka sellised mitteametlikud kogune-mised, nagu oleme teile kirjeldanud. Seal võib kohata kümneid meie sõpruskonna liikmeid. Nende vahel on samasugused tugevad sõprussidemed ja samasugune valmidus üksteist abistada, nagu märkate ka meie lää-nepoolsete sõprade juures. Ida ja lääne vahel reisitakse üsna sageli ning me näeme ette selliste vastastikku abis-tavate suhete kasvu.

Me loodame, et kunagi leiab iga reisiv alkohoolik oma sihtpunktist Anonüümsete Alkohoolikute Sõprus-konna. Osaliselt on see juba tõeks saanud. Mõned meie hulgast on ametilt müügimehed ja liiguvad palju ringi. Tänu kontaktile meie kahe suurema keskusega on ka teistes kogukondades tekkinud meie väikesed kahesed, kolmesed ja viiesed rühmad. Reisivad, astuvad meie liikmed nende juurde sisse nii sageli kui võimalik. See võimaldab meil üksteist toetada ja samas hoiduda tee peal ette tulevatest ahvatlustest, millest iga ringireisiv mees võib teile pikemalt rääkida.*

Nõnda me kasvame. Ja seda võite teiegi teha, ehkki seisate üksinda, see raamat käes. Me usume ja loodame, et see sisaldab kõike, mida te alustamiseks vajate.

Me teame, mida te mõtlete. Te ütlete endamisi: „Mul käed värisevad ja olen ükski. Ma ei saa sellega hakkama.” Kuid te saate. Te unustate, et keerasite nüüdsama lahti

Kirja pandud 1939. aastal. Aastaks 2017 on loodud üle 118 000 rühma. AA tegutseb ligikaudu 180 riigis ja hinnanguline liikmete arv on üle kahe miljoni.

jõuallika, mis on palju suurem kui te ise. Teha niisuguse seljatagusega järele seda, mis meil on juba saavutatud, on vaid tahtmise, kannatlikkuse ja töö küsimus.

Me teame ühest AA liikmest, kes elas suures kogukonnas. Ta oli seal elanud vaid mõne nädala, kui avastas, et selles paigas oli tõenäoliselt rohkem alkohoolikuid iga ruutkilomeetri kohta kui üheski teises linnas kogu riigis. See juhtus vaid mõni päev enne selle peatüki kirjutamist (1939). Võimud olid väga murelikud. Meie sõber otsis üles ühe tuntud psühhiaatri, kelle ülesandeks oli hoolitseda selle kogukonna inimeste psüühilise tervise eest. Arst osutus võimekaks ja äärmiselt innukaks kasutusele võtma kõiki toimivaid meetodeid olukorra lahendamiseks. Niisiis ta uuris, mis meie sõbral on pakkuda.

Meie sõber hakkas talle rääkima – ja niivõrd veenvalt, et arst nõustus katsetama oma patsientidega ning mõne kliinikus viibiva alkohoolikuga. Samuti lepidi kokku ühe suure riigihai gla peapsühhiaatriga, et valida veelgi rohkem inimesi sellest viletsuse hoovusest, mis sealt läbi käis.

Nii saab meie kaastöötajal peagi olema palju sõpru. Mõned neist võivad põhja minna ega pruugi kunagi pinnale tõusta, aga kui meie kogemus on mõõdupuuks, siis rohkem kui pool neist, kellele on lähenetud, saavad Anonüümsete Alkohoolikute sõpruskonna liikmeks. Kui mõned mehed selles linnas on end leidnud ja avastanud, milline rõõm on aidata teistel taas ellu naasta, siis ei tule sellele lõppu enne, kui igaüks seal linnas on saanud oma võimaluse terveneda – kui ta seda suudab ja tahab.

Ometi võite öelda: „Aga mul ei ole õnne kohtuda teiega, kes te selle raamatu olete kirjutanud.” Selles ei saa me kindlad olla. Selle üle otsustab Jumal ja te peate

** Anonüümsetel Alkohoolikutel on hea meel teie kirjade üle. Aadress: P.O. Box 1, 10 Toft Green, York, YO1 7NJ.*

meeles pidama, et võite alati Tema peale tõeliselt loota. Tema näitab teile, kuidas luua sõpruskonda, mille järele te igatsete.*

Meie raamat on mõeldud ainult soovituslikuna. Anname endale aru, et meie teadmised on kesised. Jumal avab meie ja teie jaoks pidevalt midagi uut. Küsige Tema käest igal hommikul mediteerides, mida te võiksite sel päeval teha inimese heaks, kes on veel haige. Te saate vastuse, kui teie oma kodu on korras. Ent ilmselgelt ei saa te edasi anda seda, mida teil endal ei ole. Hoolitsege, et teie suhted Temaga oleksid korras, ning teil ja lugematutel teistel seisavad ees suured sündmused. See on meie jaoks Suur Tõsiasi.

Andke end jäägitult Jumalale, nii nagu teie Jumalat mõistate. Tunnistage oma vigu Tema ja oma kaaslaste ees. Koristage ära risune minevik. Andke heldelt sellest, mida leiate, ja tulge meiega. Me oleme teiega Vaimses Sõpruskonnas Me ühineme teiega Vaimses Sõpruskonnas ja te kohtute kindlasti mõnega meist mööda Õnneliku Saatuse Maanteed rühkides.

Jumal õnnistagu ja hoidku teid – kuni selle ajani!

ISIKLIKUD KOGEMUSLOOD

*Kuidas nelikiimmend kaks alkohoolikut
tervenesid oma tõvest*

Alustades AA kaasasutaja „doktor Bobi” loost, on järgnevalt esitatud isiklikud kogemuslood kolmes alajaotuses.

1. OSA

AA TEERAJAJAD

See kümnest loost koosnev alajaotus näitab, et kainus AA-s võib olla kestev.

2. OSA

NAD LÕPETASID AEGSASTI

Seitseteist lugu võivad aidata teil otsustada, kas te olete alkohoolik ja kas AA on teie jaoks.

3. OSA

NAD KAOTASID PEAAEGU KÕIK

Need, kes usuvad, et nende joomine on lootusetu, võivad neis viieteistkümnes mõjus kogemusloos taas lootust leida.

1. OSA

AA TEERAJAJAD

Doktor Bob ning üheksa meest ja naist, kes siin oma lugusid jagavad, kuulusid algsete AA rühmade esimeste liikmete hulka.

Kõik kümme on tänaseks loomulikul teel surnud, olles säilitanud täieliku kainuse.

Tänapäeval võib leida sadu AA liikmeid, kellel ei ole esinenud tagasilangust rohkem kui viiekümne aasta jooksul

Kõik nad on seega AA teerajajad. Nemad on tunnistanud, et vabanemine alkoholismist võib olla tõesti püsiv.

DOKTOR BOBI PAINAJALIK UNENÄGU

Anonüümsete Alkohoolikute asutajaliige. Meie Ühingu sünni tähistab tema pideva kainuse esimene päev – 10. juuni 1935.

1950-ndaks aastaks, mil ta suri, oli ta AA sõnumi edasi andnud rohkem kui 5000-le alkohoolikust mehele ja naisele ning kõigile neile osutas ta ka meditsiinilist abi ilma tasu peale mõtlemata.

Selles imetlusväärses tegevuses oli talle suureks abiks üks meie Sõpruskonna suurimaid sõpru õde Ignatia Ohio osariigi Akroni linna St Thomase haiglast.

SÜNDISIN väikeses, umbes 7000 elanikuga küla-
keses Uus-Inglismaal. Sealsed käitumisreeglid
olid minu mäletamist mööda keskmisest rangemad.
Ümbruskonnas müüdi õlut ja muud kangemat kraami
ainult riiklikus alkoholipoes, kust võis hankida pool liitrit
napsi, kui õnnestus sealset ülemust veenda, et seda töö-
poolest vaja läheb. Vastavate tõendite puudumisel pidi
ootusrikas ostja tühjade kätega lahkuma, saamata piiskagi
seda jooki, mida ma hiljem hakkasin pidama imerohuks
kõigi inimlike hädade vastu. Meeste peale, kes lasksid
endale Bostonist või New Yorgist kiirrongiga alkoholi
tuua, vaatas enamik korralikke linnaelanikke umbusal-
dava ja sallimatu pilguga. Linnakeses oli arvukalt kirikuid
ja koole, kus ma alustasin oma varajast haridusteed.

Minu isa oli haritud ja tunnustatud inimene ning nii
tema kui mu ema olid väga aktiivsed kirikuskäijad. Nad
mõlemad olid ka keskmisest tunduvalt intelligentsemad.

Minu õnnetuseks olin ma peres ainuke laps ja see
võiski kujundada minus isekust, millel oli väga suur osa
minu alkoholismi tekkes.

Lapsepõlvest keskkooli lõpuni põhimõtteliselt sunniti mind käima kirikus, pühapäevakoolis ja õhtusel jumalateenistusel, esmaspäeva õhtusel tänujumalateenistusel ja mõnikord ka kolmapäevaõhtusel palvusel. Kõige selle tagajärjel töötasin ma endale, et kui ma ükskord vanemate võimu alt pääsen, ei tõsta ma enam jalgagi üle kiriku läve. Seda töötust järgisin ma rangelt nelikümme aastat, välja arvatud siis, kui minu puudumine oleks võinud näida kohatu.

Keskkoolile järgnesid neli aastat ühes meie riigi paremas kolledžis, kus peamiseks vaba aja veetmise viisiks paistis olevat joomine. Tundus, et sellega tegelesid kõik. Ka mina jõin aina rohkem ja rohkem ning elasin lõbusalt ilma eriliste kehaliste vaevusteta ja rahamuredeta. Tundus, et minul õnnestus joomajärgsetel hommikutel paremini vormi saada, kui mu napsikaaslastel, keda tabas karistusena (või hoopis õnnistusena) võimas hommikune iiveldus. Mul pole pea kunagi valutanud, mis sunnib arvama, et ma olin peaaegu algusest peale alkohoolik. Kogu mu elu näis keerlevat mu enese tahtmistele ümber, ilma et kellegi teise õigused, soovid või privileegid oleksid arvesse tulnud. Selline vaimne seisund aina süvenes aastate jooksul. Joomakaaslaste vennaskonna silmis lõpetasin ma õpingud „summa cum laude”, kuid mitte rektori silmis.

Järgmised kolm aastat veetsin ma Bostonis, Chicagos ja Montrealis ühe suure tööstuskontserni teenistuses ja tegelesin raudtee varuosade, igasuguste gaasimootorite ja muu rasketööstustoodangu müügiga. Neil aastail jõin ma nii palju kui rahakott lubas, ikka veel suuremate vaevusteta, ehkki mul vahel käed hommikuti värisesisid. Nende kolme aasta jooksul läks mul kaotsi ainult üks-ainus poolik tööpäev.

Järgmise sammuna alustasin ma meditsiiniõpinguid ühes Ühendriikide suuremas ülikoolis. Seal pühendusin ma joomisele tõsisemalt kui kunagi varem. Tänu tohutule võimele õlut juua valiti mind ühe joomaseltsi liikmeks ning varsti sai minust üks selle keskseid tegelasi. Hommikuti juhtus tihti, et läksin küll kooli täiesti ettevalmistunult, kuid pöörasin värinate tõttu ümber ja seadsin sammud tagasi üliõpilasseltsi majja, sest ma ei söandanud astuda loengusaali kartuses, et kui mind vastama kutsutakse, võin mingi stseeni korraldada.

Asi läks päris hulluks, kui ma teise kursuse kevadel peale pikka joomaperioodi otsustasin, et ei suuda kursust lõpetada, pakkisin oma kompsud kokku ja sõitsin Lõunasse, et veeta kuu ühe sõbra suures farmis. Kui mu pea klaariks sai, leidsin ma, et kooli poolelijätmine oleks väga rumal tegu ja et parem oleks tagasi minna ning õppetööd jätkata. Ülikooli naastes avastasin, et teaduskonnas oldi asjast teistsugusel arvamusel. Peale pikka vaidlemist lubati mul siiski tagasi tulla ja eksameid sooritada, mida ma ka edukalt tegin. Kuid õppejõudude seas tekitas see paksu verd ja mulle anti mõista, et nii seda asja ei jäeta. Pärast paljusid piinarikkaid jagelusi sain viimaks oma paberid kätte ja läksin üle ühte teise juhtivasse ülikooli, alustades selsamal sügisel esimesest kursusest.

Seal muutus mu joomine nii palju hullemaks, et poisid minu üliõpilasseltsi majast olid sunnitud kohale kutsuma mu isa, kes sõitis maha pika tee asjatus lootuses mind kaineks teha. Sellest ei tulnud midagi välja, sest ma jätkasin joomist ja pruukisin kangemaid napse rohkem kui enne.

Lõpueksamite eel alustasin eriti pikka joomatuuri. Eksamile minnes värises mu käsi nii, et ma ei suutnud

pliiatsit hoida. Andsin ära vähemalt kolm täiesti puutumata eksamitööd. Mõistagi põrusin ma müriinal läbi ja pidin veel üheks semestriks jääma, kui tahtsin ülikooli lõpetada ega tohtinud tilkagi võtta. See läks mul ka korda ning ma tõestasin teaduskonnale, et nii minu käitumise kui õppeedukusega võis rahule jääda.

Pidasin end nii kiiduväärselt ülal, et mul õnnestus saada väga ihaldatud internikoht ühes lääneosariigi linnas, kuhu ma jäin kaheks aastaks. Nendel kahel aastal oli mul nii palju tegemist, et ma vaevalt haiglast välja sain. Seetõttu polnud mul ka võimalik pahandustesse sattuda.

Kui need kaks aastat mööda said, avasin ma kesklinnas oma vastuvõtukabineti. Mul oli natuke raha, aega lõputult ja päris tõsine kõhuhäda. Peagi avastasin, et paar napsi leevendasid mu seedevaevusi vähemalt paariks tunniks ja nii polnud mul sugugi raske naasta oma varasema, ülemäära alkoholilembese eluviisi juurde.

Selleks ajaks oli joomine hakanud tõsiselt mu tervise peale käima ning lootuses kergendust leida pagesin ma vähemalt tosinal korral vabatahtlikult mõne kohaliku sanatooriumi seinte vahele. Olin nagu Skylla ja Charybdis vahel, sest kui ma ei joonud, piinas mind kõht, ja kui ma jõin, piinasid mind närvid. Nii kestis see kolm aastat, kuni ma lõpetasin kohalikus haiglas, kus arstid mind aidata püüdsid. Kuid mul õnnestus sõpru keelitada, et nad mulle salaja napsi tooksid, lubades muidu pihta panna kogu alkoholi terves hoones ja mu seisund halvenes kiiresti.

Lõpuks oli mu isa sunnitud mulle järele saatma ühe kodulinna arsti, kellel õnnestus kuidagimoodi mind koju tagasi toimetada ning jäin voodisse umbes kaheks

kuuks, enne kui julgesin nina välja pista. Veetsin kodulinnas veel paar kuud ja sõitsin siis tagasi, et oma praksist jätkata. Olin juhtunust, arsti sõndest või ilmselt mõlemast sedavõrd kohutatud, et ma ei võtnud kordagi napsi, kuni riik kehtestas kuiva seaduse.

Kui alkoholi keeluseadus oli vastu võetud, tundsin end päris kindlalt. Teadsin, et igaüks katsub vastavalt rahakotile osta mõne pudeli või kastitäie kangemat kraami ja varsti on alkohol müügilt kadunud. Järelikult ei olnud suurt vahet, kas ma nüüd võtan natuke napsi või mitte. Tollal ei osanud ma aimatagi, et valitsus muudab meile, arstidele, alkoholi peaaegu piiramatuse koguses kättesaadavaks. Samuti ei teadnud ma midagi puskariajajatest, kes nüüd lagedale ilmusid. Algul jõin mõõdukalt, ent kulus suhteliselt vähe aega, et langeda taas vanade harjumuste küüsi, mis varem nii katastroofiliselt olid lõppenud.

Paari järgmise aastaga kujunesid mul välja kaks selgepiirilist hirmu. Esiteks hirm, et ma ei saa magada ja teiseks kartus, et mul alkohol otsa lõpeb. Kuna ma polnud varakas mees, siis andsin endale aru, et kui ma ei suuda raha teenimiseks piisavalt kaine olla, jään ilma alkoholita. Seetõttu ei võtnud ma enamasti hommikust napsi, mille järele tundsin hirmsat tungi, vaid tuupisin end värinate vaigistamiseks rahusteid täis, mis mind kohutavalt ära kurnas. Vahel andsin hommikusele napsitungile järele, ent kui nii juhtus, läks vaid mõni tund ja olin täiesti võimetu tööd tegema. See omakorda vähendas šansse, et mul õnnestub õhtul alkoholi koju kaasa smugeldada, mis omakorda tähendas voodis vähkremist öösel ja talumatuid värinaid hommikul. Järgneva viieteistkümneme aasta jooksul jätkus mul vähemalt niipalju

mõistust, et ma vindisena nägu haiglasse ei näidanud ja ainult harva patsiente vastu võtsin. Mõnikord varjasin end mõnes klubis, mille liige ma olin, ja mõnedel puhkudel tavatsesin end vale nime all mõnda hotelli möllida. Kuid tavaliselt leidsid sõbrad mu siiski üles ja kui nad olid lubanud, et ei hakka mind noomima, läksin koju tagasi.

Kui mu naine kavatses pärastlõunal välja minna, hankisin suure alkoholitagavara, tõin selle salaja koju ning peitsin pudelid söekasti, pesukorvi, uksepiida ja keldri põiktalade peale või kiviplaatide vahele. Kasutasin selleks ka vanu kohvreid ja riidekirste, vana konservikasti ja isegi tuhaämbrit. Tualeti veepaaki ei kasutanud ma kordagi, sest see näis liiga lihtne. Hiljem sain teada, et mu naine kontrollis seda kohta pidevalt. Tavaliselt pistsin väikse alkoholipudeli karusnahkse vooderdisega kindasse ja viskasin selle tagaukse trepile, kui talvepäevad olid juba piisavalt pimedad. Mu puskariajaja peitis alkoholi tagatrepi juurde, kust sain selle sobival hetkel ära tuua. Vahel tõin alkoholi koju taskutes, kuid neid kontrolliti sageli ja see muutus liiga riskantseks. Vahel kallasin alkoholi ümber sajamilliliitristesse pudelitesse ja pistsin neid mitu tükki sokisääre vahele. Kasutasin seda meetodit edukalt kuni päevani, mil me naisega „Puksiirlaev Annie” etendusele Wallace Beeryt vaatama läksime, mispeale mu püksisääre- ja sokikavalus ilmsiks tuli!

Ma ei hakka raiskama trükiruumi, et pajatada kõigist minu haigla- ja sanatooriumikogemustest.

Nende aastate jooksul hakkasid sõbrad meid suuremal või vähemal määral vältima. Meid ei tahetud külla kutsuda, sest ma oleksin kindla peale nina täis tõmmanud ja samal põhjusel ei julgenud ka mu naine kedagi

meile kutsuda. Mu unetusefoobia nõudis, et ma end igal õhtul purju jooksin, kuid selleks, et järgmiseks õhtuks alkoholi juurde saada, pidin ma päeval vähemalt kella neljani kaine püsima. Väikeste eranditega kestis selline elu seitseteist aastat. See oli tõepoolest üks kohutav painajalik unenägu – kogu see rahateenimine, alkoholi muretsemine, selle salaja koju toimetamine, purju joomine, hommikused vabinad, suured rahustiportsud selleks, et suuta raha juurde teenida ja nii ad nauseam. Tihti lubasin ma oma naisele, sõpradele ja lastele, et rohkem ma ei joo. Nendest lubadustest piisas harva, et kasvõi selleksamaks päevaks kaineks jääda, ehkki lubadusi andes olin ma alati väga siiras.

Neile, kes kalduvad kõikvõimalikke eksperimente korraldama, mainiksin ka oma nn eksperimenti õllega. Kui õlu taas müügile tuli, arvasin ma, et nüüd on minu mure murtud. Võisin seda juua nii palju kui tahtsin. See oli ohutu, ega siis õllest keegi purju jää. Nii täitsingi ma oma hea abikaasa nõusolekul terve keldri õllevarudega. Ei läinud kuigi kaua, kui ma jõin päevas ära üle kasti õlut. Kahe kuuga võtsin ma kaalus ligi neliteist kilo juurde, nägin välja nagu pörsas ja kannatasin õhupuuduse käes. Siis torkas mulle pähe mõte, et kui inimene haiseb õllest, ei suuda keegi öelda, kas ta on peale õlle veel midagi joonud ja ma hakkasin oma õllesse kangeid napse segama. Mõistagi olid tagajärjed halvad ja see tegi mu õlleeksperimendile lõpu.

Umbes selle eksperimendiga samal ajal sattusin inimeste hulka, kes võlusid mind oma näilise tasakaalu, tervise ja õnnelikkusega. Nad rääkisid vabalt ja vähi-magi piinlikkusega, mida mina kunagi ei suutnud, näisid end kõigis olukordades väga vabalt tundvat ning paistsid ka väga hea tervise juures olevat. Veelgi enam – nad

tundusid olevat õnnelikud. Mina tundsin alailma kohmetust ja ebamugavust, tervis oli viimase piiri peal ja olin üdini õnnetu. Tajusin, et neil oli midagi, mida mul ei olnud, kuid mis võiks mullegi kasuks tulla. Avastasin, et see oli kuidagi seotud vaimsusega, mis mulle eriti ei meeldinud, kuid ma mõtlesin, et ega see mul tükki ka küljest ära ei võta. Arutlesin selle üle pikalt ja põhjalikult tervelt kaks ja pool aastat, kuid jõin end sellele vaatamata igal õhtul purju. Lugesin kõike, mida kätte sain ja rääkisin kõigiga, kes minu arvates võisid asjast midagi teada.

Mu naine hakkas asja vastu suurt huvi tundma ja see innustas mindki, kuigi ma ei tunnetanud kordagi, et see võiks lahendada minu alkoholiprobleemi. Ma ei mõista, kuidas mu naisel küll õnnestus oma usku ja vaprust kõigi nende aastate jooksul säilitada, kuid nii see oli. Kui ta ei oleks seda suutnud, siis olen veendunud, et ma oleksin kindlasti juba ammu surnud. Millegipärast paistab just meil, alkohoolikutel, olevat eriline anne leida endale abikaasad maailma parimate naiste seast. Miks peavad nemad taluma neid kannatusi, mida me neile põhjustame, seda ei oska ma seletada.

Umbes sel ajajärgul tuli ühel laupäeva pärastlõunal mu naisele külla keegi naisterahvas, kes soovis, et ma läheksin õhtul tema poole, kohtuma tema sõbraga, kes saaks mind ehk aidata. See oli emadepäeva eelne päev, olin purjuspäi koju jõudnud, kaenlas suur lillepott, mille ma keset lauda panin, seejärel otsejoones teisele korusele kobisin ja voodisse vajusin. Järgmisel päeval tuli too naine uuesti. Tahtes viisakas olla, ütlesin ma väga nadist enesetundest hoolimata: „Eks lähme siis,” ning pigistasin oma naiselt välja lubaduse, et me ei jää kauemaks kui veerand tunniks.

Astusime tolle naisterahva majja täpselt kell viis ja kell näitas veerand kahtteist õhtul, kui me lahkusime. Mul oli selle mehega ka hiljem paar lühemat jutuajamist ja ma jätsin joomise paugupealt maha. See kuiv periood kestis umbes kolm nädalat. Siis sõitsin ma Atlantic Citysse, et ühe riikliku ühingu liikmena osaleda mitmepäevasel koosolekul. Jõin ära kogu rongis leiduva viski ja ostsin teel hotelli veel mitu head pudelit. See oli pühapäeval. Võtsin end tol õhtul purju, esmaspäeval püsisin kainena kuni lõunasöögi lõpuni ja jõin end siis jälle täis. Jõin baaris nii palju kui mu sündsustunne lubas ning läksin siis oma tuppa, et õhtule punkt panna. Teisipäeval alustasin juba hommikul ning lõunaks olin paras poiss. Soovimata end häbistada, registreerisin ma end hotellist välja. Teel jaama ostsin veel alkoholi lisaks. Rongi tuli mõni aeg oodata. Sealtpeale ei mäleta ma midagi, kuni ärkamiseni ühe sõbra pool mu kodulinna lähedal. Need head inimesed teatasid juhtunust mu naisele, kes saatis mulle järele mu vastse sõbra. Ta tuligi, viis mu koju, pani voodisse, andis mulle õhtul veel paar napsi ja järgmiseks hommikuks pudeli õlut.

See oli 10. juunil 1935 ning need napsid jäid mu viimasteks. Neid ridu kirjutades on sellest möödunud juba neli aastat.

Teil võib loomulikult tekkida küsimus: „Mida tegi või ütles see mees erinevat kõigest, mida olid öelnud või teinud teised inimesed?” Meenutagem, et ma olin tublisti lugenud ja vahetanud arvamusi kõigiga, kellest ma teadsin või arvasin, et nad alkoholismist midagi jagavad. Kuid tema oli mees, kes oli kogenud aastatepikkust hirmsal kombel joomist, kes oli läbi elanud kõik, mis ühele joodikule võib osaks saada, kuid kes oli tervenendunud samade meetodite abil, mida minagi olin püüdnud

rakendada ehk teisisõnu – vaimse lähenemise kaudu. Tema tutvustas mulle põhjalikult alkoholismi olemust ja kahtlemata oli sellest abi. *Kaugelt tähtsam aga on asjaolu, et tema oli esimene inimene, kes teadis oma isikliku kogemuse põhjal täpselt, mida ta alkoholismi kohta ütles. Teiste sõnadega – ta kõneles minu keeles.* Tema teadis kõiki vastuseid ja mõistagi polnud need mitte raamatu-test hangitud.

Oli suurim õnnistus vabaneda minu peal lasunud nee-
dusest. Mu tervis on korras, olen suutnud taastada aus-
tuse enda vastu ja uuesti pälvinud ka kolleegide austuse.
Mu kodune elu on ideaalne ning mu töö edeneb nii hästi,
kui see praegusel ebakindlal ajal üldse olla võib.

Pühendan palju aega sellele, et anda neile, kes seda
tahavad ja hädasti vajavad, edasi kõike, mida ma ise olen
õppinud. Teen seda neljal põhjusel:

1. Kohusetundest.
2. See valmistab mulle rõõmu.
3. Sest niiviisi tasun ma võlga selle mehe ees, kes
kulutas oma aega, et sõnumit minuni tuua.
4. Sest seda tehes kindlustan ma iga kord end jälle
natuke rohkem võimalike libastumiste vastu.

Erinevalt enamikust meie liikmetest ei saanud ma
esimesel kahel ja poolel kainusaastal alkoholitungist
kuigivõrd jagu. See jälitas mind peaaegu pidevalt.
Kuid kordagi pole ma olnud sellele himule järeleand-
mise äärel. Ärritusin kohutavalt, nähes sõpru joomas
ja teades, et mina seda ei tohi, kuid ma harjutasin end
mõttega, et kuigi mul oli kunagi olnud samasugune voli,
olin ma seda nii koledal kombel kuritarvitanud, et see
oli minult ära võetud. Nii et pole siin kurta midagi. Lõp-
pude lõpuks pole mind ju keegi kunagi pikali löönud ja
vägisi alkoholi kõrist alla kallanud.

Kui sa arvad, et oled ateist, agnostik, skeptik või sa tunned mingit muud intellektuaalset uhkust, mis takistab sul seda raamatut omaks võtmast, siis tunnen sulle kaasa. Kui sa pead end endiselt küllalt tugevaks, et üksi seda mängu võita, siis on see su oma asi. Ent kui sa tõepoolest tahad joomise jäädavalt maha jätta ning tunned, et vajad abi, siis teame me, et võime sulle vastuse pakuda. See ei vea sind kunagi alt, isegi kui sa haarad sellest kinni kasvõi poolega sellest agarusest, mida sa varem ilmutasid järjekordse napsi hankimisel.

Sinu Taevane Isa ei vea sind iial alt!

(1)

ANONÜÜMNE ALKOHOLIK NUMBER KOLM

Maailma esimese AA rühma, Akroni rühma nr 1 teerajaja. Ta säilitas endas usu. Seeläbi on nii tema kui väga paljud teised leidnud uue elu.

SÜNDISIN Carlyle'i maakonnas ühes Kentucky farmis viielapselises perekonnas. Minu vanemad olid heal järjel ja nende abielu õnnelik. Abikaasa oli mul pärit Kentuckyst ning asus koos minuga elama Akronisse, kus ma lõpetasin Akroni Õigusteaduste Kooli.

Ühes asjas on minu juhtum küllaltki ebatavaline. Minu alkoholismi ei saa kuidagi seletada õnnetute lapsepõlvkogemustega. Mul oli loomupärane tõmme alkoholi poole. Mu abielu oli õnnelik ja nagu ma ütlesin, ei ole mul kunagi olnud ühtki põhjust, teadlikku või mitte, millega sageli seletatakse jooma hakkamist. Ent nagu nähtub mu elukäigust, sai minust äärmiselt raskekujuline alkohoolik.

Enne veel, kui joomine mu lõplikult maha murdis, jõudsin teha üsnagi edukat karjääri, olles viis aastat linnavolikogu liige ja hiljem sama linna koosseisu võetud äärelinna finantsdirektor. Kuid muidugi läks kõik süveneva joomise tõttu allamäge. Nii et selleks ajaks, kui ma dr Bobi ja Billiga kokku sattusin, oli mu jõud päris otsakorral.

Esimest korda kogesin purjusolekut kaheksa aastaselt. Selles ei olnud süüdi ei mu ema ega isa, nad mõlemad olid väga joomise vastu. Paar palgatöölist olid farmis abiks lauta puhastamas ja mina lasin end sõnnikukärul edasi-tagasi sõidutada ning kui nad para-

jasti uut koormat laadisid, rüüpasin mina laudas seisvast vaadist kanget siidrit. Pärast kahte-kolme koormat vaju-sin tagasiteel kokku ja mind tuli majja kanda. Mäletan, et isa hoidis arstlikel kaalutustel ja külaliste puhuks kodus viskit varuks ja mina võtsin sellest ikka lonksu, kui kedagi läheduses polnud, ning panin vett asemele, et vanemad mu joomist ei märkaks.

See jätkus, kuni astusin osariigi ülikooli ja avastasin nelja õpinguaasta järel, et minust oli saanud joodik. Hommik hommiku järel ärkasin haige peaga ja kohu-tavalt vabisedes, kuid minu voodi kõrval laual oli alati varuks pudel alkoholiga. Sirutasin käe välja, võtsin pudeli ja rüüpasin ning olin mõne hetke pärast jalul, võtsin veel ühe lonksu, ajasin habet, sõin hommikust, libistasin pläsku küljetaskusse ja läksin kooli. Tundide vaheajal lipsasin alla väljakäiku ja võtsin pudelist nii palju, et närve kosutada ning läksin siis järgmisesse tundi. See toimus 1917. aastal.

Jätsin ülikooli viimase kursuse teisel poolaastal poo-levi ja asusin sõjaväkke. Tollal nimetasin ma seda patrio-tismiks. Hiljem taipasin, et see oli põgenemine alkoholi eest. Kuigipalju see tõesti aitas, sest nüüd sattusin ma kohtadesse, kus oli võimatu joodavat hankida ja nii joomaharjumus katkes.

Siis jõustus alkoholikeeluseadus ja umbes kolm-neli aastat hoidis mind joomisest eemal teadmine, et kätte-saadav alkohol oli kohutav ja vahel isegi eluohtlik, lisaks see, et olin abiellunud ning pidin oma töökoha eest hoo-litsema. Kuid iga kord, kui mul oli alustuseks piisavalt alkoholi, võtsin end ometi purju. Kuulusime naisega bridžiklubidesse, kus hakati ise veini valmistama ja seda ka pakkuma. Siiski leidsin ma peale paari-kolme katset, et see mind ei rahuldanud, kuna nad ei pakkunud veini

minu jaoks piisavas koguses. Seega keeldusin joomisest sootuks. Peagi aga leidis see probleem lahenduse, sest hakkasin oma pudelit kaasas kandma ja seda tualettruumi või õue põõsastesse peitma.

Aja möödudes läks mu joomine järjest hullemaks. Olin kaks või kolm nädalat korraga töölt eemal – need olid kohutavad päevad ja ööd, mil lamasin kodus põrandal ja küünitasin pudeli järele, jõin ning langesin siis tagasi unustusse.

1935. aasta esimese kuue kuu jooksul sattusin alkoholimürgistusega kaheksa korda haiglasse ja olin kaks-kolm päeva voodi külge aheldatud, enne kui ma üldse aru sain, kus ma olin.

26. juunil 1935 aastal tulin ma järjekordselt haiglas teadvusele ning olin pehmelt öeldes meeleheitel. Kõigil seitsmel korral selle poole aasta jooksul olin ma haiglast välja saades sisimas kindlalt otsustanud, et ma ei joo end enam purju – seda vähemalt kuue kuni kaheksa kuu jooksul. Nii see aga ei läinud, ja ma ei saanud aru, milles asi oli ega mida teha.

Tol hommikul paigutati mind ümber teise palatisse ja seal ootas mind minu naine. Mõtlesin endamisi: „Sooh, nüüd ütleb ta, et see on lõpp,” ja mina mõistagi ei saanud teda süüdistada ega kavatsenudki püüda end õigustada. Naine rääkis mulle, et on paari inimesega joomise teemal vestelnud. See oli mulle väga vastumeelt, kuni ta teatas, et need mehed olid joodikud nagu minagi. See ei olnudki nii hull, kui üks joodik teisele midagi ütles.

Minu naine lausus: „Sa jätad joomise maha.” Sellel lausel oli palju kaalu, ehkki ma sellesse ei uskunud. Seejärel ütles naine, et neil kahel joodikul, kellega ta oli rääkinud, oli olemas mingi kava, mille abil nad loot-

sid joomisest loobuda ning osa sellest kavast nägi ette, et sellest tuli teisele joodikule rääkida. See pidi aitama neil endil kaineks jääda. Kõik inimesed, kellega ma olin vestelnud, olid tahtnud *mind* aidata ja uhkus ei lubanud mul neid kuulda võtta ning nende jutt tekitas minus vaid vimma. Kuid nüüd tundsin, et oleksin tõeline lurjus, kui ma neid kahte selli korraks ära ei kuulaks, juhul kui see *neid* terveks teeb. Naine lisas, et ma ei peaks neile raha pakkuma, isegi kui ma seda tahaksin ja kui mul raha oleks, aga mul ei olnud ka.

Mehed tulid minu tuppa ja tutvustasid mulle programmi, mis sai hiljem tuntuks Anonüümsete Alkohoolikute nime all. Tol ajal ei olnud seda palju.

Vaatasin üles ja nägin seismas kaht väga meeldiva välimusega pikakasvulist meest. (Hiljem sain teada, et need kaks meest olid Bill W ja doktor Bob). Ei läinud kaua, kui me hakkasime üksteisele jutustama joomisega seotud seikasid ja loomulikult taipasin ma üsna pea, et mõlemad mehed teadsid täpselt, millest räägivad, sest purjuspäi näeb ja tunneb inimene asju, mida ta muidu ei näe ega tunne. Ja kui mul oleks jäänud mulje, et nad ei tea õieti, millest nad räägivad, siis poleks ma nendega üldse vestlema soostunudki.

Mõne aja pärast sõnas Bill: „Nii, sa oled nüüd pikalt rääkinud, las ma ütlen ka mõne sõna.” Ja kui ta oli minu loost veel mõnda kuulnud, pöördus ta tohtri poole ja ütles – ma ei usu, et ta teadis, et ma ta sõnu kuulen, aga ma kuulsin – „Hüva, ma usun, et ta on päästmist väärt ja temaga tasub töötada.” Siis küsisid nad minu käest: „Kas sa tahad joomise maha jätta? Me ei ole siin selleks, et sundida sind sinu õigustest ja eelistest loobuma, kuid meil on programm, mille abil me loodame kaineks jääda. Osa sellest programmist näeb ette, et me anname

selle edasi mõnele, kes seda vajab ja kes seda tahab. Niisiis, kui sa seda ei soovi, siis rohkem me su aega ei raiska, vaid läheme mujale ja otsime kellegi teise.”

Järgmisena tahtsid nad teada, kas ma arvan, et suudan omal jõul, ilma igasuguse abita lihtsalt haiglast välja jalgutada ja mitte kordagi enam alkoholi tarvitada. Kui ma suudan, siis oleks see suurepärane, lihtsalt imeline, ja nad hindaksid sellist jõudu omavat inimest väga kõrgelt, kuid nemad otsisid kedagi, kes teab, et tal on probleem, kes ei tule sellega ise toime ja vajab välist abi. Järgmine asi, mida nad teada tahtsid, oli see, kas ma usun Kõrgemasse Jõusse. Mul ei olnud sellega raskusi, sest ma ei olnud tegelikult iial Jumalasse uskumast lakanud ja olin püüdnud palju kordi abi leida, kuid see polnud õnnestunud. Veel tahtsid nad teada, kas ma soovin selle Kõrgema Jõu poole pöörduda ja rahulikult, ilma midagi salgamata, abi paluda.

Nad jätsid mu selle üle järele mõtlema. Lamasin haiglavoodis, vaatasin oma elule tagasi ja mõtlesin, mida alkohol oli minuga teinud – kõikidest kasutamata jäänud võimalustest, mulle antud annetest, mida olin raisanud. Lõpuks jõudsin järeldusele, et isegi kui ma ei taha joomist maha jätta, siis peaksin seda tahtma, ning tegelikult olin valmis tegema ükskõik mida, et joomine lõpetada.

Olin valmis endale tunnistama, et olin jõudnud päris põhja, ning mõistsin, et olin sattunud millegi kütüsi, millega ma üksi toime ei tule. Kui olin kõige selle üle järele mõelnud ja mõistnud, kui kalliks alkohol mulle tegelikult oli maksma läinud, pöördusin ma igasuguse tingimusteta Kõrgema Jõu poole, mis minu jaoks tähendas Jumalat, ja tunnistasin, et olen alkoholi suhtes täiesti jõuetu ning valmis tegema ükskõik mida, et sel-

lest probleemist vabaneda. Õigupoolest tunnistasin, et olin valmis laskma Jumalal oma elu juhtmise üle võtta. Iga päev püüdsin selgust saada, milline on Tema tahe, ja katsusin seda järgida, selle asemel et püüda Teda veenda, et kõik, mille olin oma peaga välja mõelnud, oli mulle parim. Kui nad tagasi tulid, rääkisin neile sellest.

Üks neist, vist tohter, ütles: „Niisiis sa tahad joomise maha jätta?” Vastasin: „Jah, doktor, tahan maha jätta, vähemalt viieks, kuueks, kaheksaks kuuks, kuni mul õnnestub kõik joonde ajada ja ma võidan tagasi oma naise ja veel mõnede inimeste austuse, saan oma rahaasjad korda ja nii edasi.” Selle peale naersid nad mõlemad südamest ja lausused: „See on varasemast siiski märksa parem, kas pole?” See oli loomulikult tõsi. Kuid nad ütlesid veel: „Meil on sulle üks halb uudis. See oli halb uudis meie jaoks ja on seda ka sulle. Sellest ei aita, kui sa jätkad joomise kuueks päevaks, kuuks või aastaks. Kui sa välja lähed ja võtad napsi või kaks, siis lõpetad sa jälle kinniseotuna siin haiglas, nagu kõigil varasematel kordadel selle poole aasta jooksul. Sa oled alkohoolik.” Niipalju kui ma mäletan, oli see esimene kord, mil ma sellele sõnale tähelepanu pöörasin. Olin arvanud, et olen lihtsalt joodik. Kuid nemad ütlesid: „Ei, sa põed haigust, ja pole mingit vahet, kui kaua sa ilma oled. Pärast paari napsi lõpetad sa siinsamas, kus praegu.” Tookord oli see muidugi päris kõhedakstegev uudis.

Järgmisena küsisid nad: ”Sa ju suudad kahekümne neljaks tunniks loobuda, eks?” Mina vastasin: ”Jah, muidugi, kakskümmend neli tundi suudab igaüks vastu pidada.” Nad ütlesid: ”Just sellest me räägimegi. Vaid kakskümmend neli tundi korraga.” See võttis tõepoolest pinge maha. Iga kord, kui mõtlesin sellele, et ma ei

saa enam juua, kujutlesin ette pikki, kuivalt mööduvaid aastaid ilma alkoholita, aga mõte, et pean keskenduma vaid kahekümne neljale tunnile korraga, ja et edaspidi on kõik minu otsustada, aitas mind palju.

(Siinkohal sekkuvad toimetajad nii palju, et täiendada voodis lebava mehe, Bill D, jutustust Bill W vaatenurgaga ehk jutuga mehelt, kes istus voodi kõrval). Jutustab Bill W:

Doktor Bob ja mina nägime teda (Bill D-d) esimest korda 19 aastat tagasi suvel. Bill lamas oma haiglavoodis ja vaatas meid imestunult.

Kaks päeva enne seda oli doktor Bob mulle öelnud: „Kui sina ja mina soovime kaineks jääda, siis tuleb meil tegutseda hakata.” Bob helistas kohe Akroni linnahaiglasse ja palus ühendada vastuvõtuõega. Ta selgitas, et temal ja ühel New Yorgist pärit mehel on olemas ravim alkoholismi vastu. Ta küsis, kas neil on hetkel mõni alkohoolikust patsient, kelle peal võiks seda proovida? Tundes Bobi juba varasemast ajast, vastas õde naljaga pooleks: „Noh, doktor, ma oletan, et te olete seda enda peal juba katsetanud?”

Üks patsient oli tal tõepoolest – üks dändi. Ta oli just deliiriumist välja tulnud, kahel meditsiiniõel silmad siniseks löönud ja nüüd tugevasti voodi külge seotud. Kas selline sobiks? Pärast ravimite välja kirjutamist palus doktor Bob: „Paigutage ta eraldi palatisse. Me tuleme kohale niipea, kui ta klaariks saab.”

Bill ei paistnud sellest eriti vaimustuses olevat. Kurvemana kui kunagi varem poetas ta väsinult: „Noh, teie jaoks on see suurepärane, aga minu jaoks ilmselt mitte. Minu juhtum on nii kohutav, et ma kardan sellest haiglast väljudagi. Samuti ei pea te mulle religiooni müüma. Ma olin kunagi kiriku diakon ja usun siiani Jumalasse. Küll aga arvan, et Tema minusse mitte just kuigi palju.”

Siis ütles doktor Bob: „Noh, Bill, ehk tunned sa end homme paremini. Kas sa ei sooviks, et me sind uuesti vaatama tuleme?”

„Muidugi sooviksin,” vastas Bill, „Võib-olla ei tee see midagi head, aga ma tahaksin teid mõlemaid igal juhul näha. Te kahtlemata teate, millest räägite.”

Hiljem tупpa kiigates leidsime Billi koos oma naise Henriettaga. Ta osutas innukalt meie poole ja ütles: „Nemad ongi need sellid, kellest ma sulle rääkisin; nemad on need, kes mõistavad.”

Seejärel jutustas Bill, kuidas ta oli peaaegu kogu öö ärkvel olnud. Kõige sügavamast masendusest oli kuidagi sündinud uus lootus. Tema peast käis läbi mõte: „Kui nemad suudavad seda teha, siis suudan ka mina!“. Ta muudkui korrutas seda endale. Lõpuks puhkes tema lootusest veendumus. Nüüd oli ta kindel. Siis tuli suur rõõm. Viimaks valdas teda rahu ja ta jäi magama.

Enne meie külastuse lõppu pöördus Bill korraga oma naise poole ja ütles: „Kallis, mine too mu riided. Me hakkame minema.” Bill D sammus haiglast välja vaba mehena, kes ei joonud enam kunagi.

Esimene AA Rühm sündis selsamal päeval. (Bill D jätkab nüüd oma lugu.)

Järgmise kahe või kolme päeva jooksul pärast seda, kui olin esimest korda doktori ja Billiga kohtunud, jõudsin ma otsusele anda oma tahe üle Jumalale ja järgida seda programmi nii hästi kui suudan. Nende jutt ja teod olid sisendanud minusse teatud usaldust, kuigi ma ei olnud selles veel täiesti veendunud. Ma ei kartnud seda, et programm ei tööta, kuid kahtlesin ikka veel, kas suudan seda järgida. Ometi jõudsin järeldusele, et olin valmis panema kogu oma tahte mängu Jumala jõu abil ja et see on just see, mida ma teha tahan. Niipea, kui seda mõistsin, tundsin suurt vabanemist.

Teadsin, et mul on abiline, kelle peale võin toetuda ja kes mind hätta ei jäta. Kui ma Temale kindlaks jään ja

kuulan, tulen asjaga toime. Mäletan veel, et kui poisid tagasi tulid, ütlesin neile: „Olen pöördunud selle Kõrgema Jõu poole ning talle kinnitanud, et tahan Tema maailma kõigest ülemaks pidada. Olen seda juba teinud ning olen valmis seda siin teie juuresolekul kordama ja olen valmis seda edaspidi kordama ükskõik millises maailmanurgas ja ma ei häbene seda.” Ja nagu ma juba ütlesin, andis see mulle tõepoolest tublisti enesekindlust ning näis võtvat koorma mu õlgadelt.

Mäletan, et rääkisin neile veel, et mul seisavad nüüd ees rasked ajad, kuna mul oli veel teisigi halbu harjumusi – ma suitsetasin, mängisin raha peale pokkerit ja tegin vahel võiduajamistel hobuste peale panuseid. Selle peale kostsid nemad: „Kas sa ei leia, et joomine teeb sulle praegu rohkem muret kui miski muu? Kas sa siis ei usu, et teed edaspidi kõik, mis sinu võimuses, et joomisest lahti saada?” „Jah,” vastasin kõhklevalt. „Ilmselt teen.” Nemad aga jätkasid: „Unusta need teised asjad, see tähendab, pole vaja tahta neist ühekorraga lahti saada, keskendu joomisele.” Mõistagi olime koos läbi arutanud mu arvukad puudused ja olime koostanud nendest omamoodi inventuurinimekirja, mida polnudki eriti raske teha, sest minu puhul oli ilmselgelt tohutult palju asju viltu, mida ma ka ise täiesti mõistsin. Siis ütlesid nad: „Veel üks asi. Sa pead minema ja andma selle programmi edasi kellelegi, kes seda vajab ja soovib.”

Selleks ajaks olid minu tööasjad loomulikult täiesti nullseisus. Mul polnudki mingit tööd. Päris mõistetav, et veel mõnda aega oli minu füüsiline seisund samuti nõrk. Kulus aasta või poolteist, enne kui mu enesetunne paranes ja see oli raske aeg, kuid peagi kohtusin taas inimestega, kes olid kunagi olnud mu sõbrad ning

avastasin, et olles olnud mõnda aega kaine, hakkasid nad minusse suhtuma nagu varsematel aastatel, enne kui ma mülkasse vajusin, nii et finantsilisele poolele ma ülemäära ei keskendunud. Enamuse oma ajast kulus sellele, et neid sõprussuhteid taastada ja kuidagi heastada ka seda valu, mida ma oma naisele nii palju olin tekitanud.

Raske oleks hinnata, kui palju head AA minu jaoks on teinud. Ma soovisin tööpoolest seda programmi ja tahtsin seda järgida. Märkasin, et mu kaastastes tundus olevat väga suur vabanemistunne, õnn, midagi sellist, mille olemasolu ma inimeses väga tähtsaks pidasin. Püüdsin sellele jälile jõuda. Teadsin, et see oli midagi rohkemat, kui oskasin arvata, see oli midagi, mis mul puudus. Mäletan, et ühel päeval, nädal või paar peale seda, kui ma olin haiglast välja saanud, tuli Bill minu poole ja ajas minu ja mu naisega juttu. Sõime lõunat, ma kuulasin vestlust pealt ja püüdsin selgusele jõuda, miks mulle näis, nagu oleks neis selline vabanemistunne. Bill vaatas üle laua mu naisele otsa ja lausus: „Henrietta, Issand on minu vastu nii lahke olnud ja mind tervendadnud sellest kohutavast haigusest, et ma kohe tahan sellest kogu aeg rääkida ja teistele jutustada.”

Mõtlesin: „Nüüd on mul vist vastus käes.” Bill oli väga-väga tänulik, et ta oli sellisest kohutavast asjast vabanenud, andis Jumalale au selle eest ja oli nüüd nii tänulik, et tahtis sellest teistele rääkida. Tema lausest: „Henrietta, Issand on minu vastu nii lahke olnud ja mind tervendadnud sellest kohutavast haigusest, et ma kohe tahan sellest kogu aeg rääkida ja teistele jutustada,” sai kuldne loosung nii AA programmi kui ka minu jaoks.

Mõistagi hakkas aja möödudes mu tervis taastuma ja ma ei pidanud enam kogu aeg inimeste eest varjama – see on olnud lihtsalt imeline. Ma käin jätkuvalt koosolekutel, sest see meeldib mulle. Kohtun inimestega, kellega mulle meeldib vestelda. Teine põhjus, miks ma käin, on see, et olen siiani tänulik nende heade aastate eest, mis mul on olnud. Ma olen nii tänulik programmi ja seal osalevate inimeste eest, mistõttu tahan käimist jätkata Ilmselt kõige imepärasem asi, mida ma olen sellest programmist õppinud – olen seda AA Grapevine’is palju kordi näinud, inimesed on seda mulle isiklikult öelnud ja ma olen kuulnud inimesi koosolekutel püsti tõusmas ja seda ütlemas – on järgmine lause: „Ma tulin AA-sse ainult selleks, et jääda kaineks, kuid just AA kaudu olen ma leidnud Jumala.”

Ma arvan, et see on üks kõige imepärasemaid asju, mida inimene juhtuda teha.

TÄNULIKKUS TEGUDES

Dave B lugu, kes oli 1944. aastal üks Kanada AA asutajatest.

MA USUN, et oleks hea jutustada lugu oma elust. See annab mulle võimaluse meeles pidada, et pean olema tänulik Jumalale ja neile Anonüümsete Alkohoolikute liikmetele, kes teadsid AA-st enne mind. Oma loo jutustamine tuletab mulle meelde, et ma võin sattuda tagasi sinna, kus olin, kui ma ei mäleta neid imelisi asju, mis mulle on antud või kui unustan, et Jumal on teejuht, kes mind sellel rajal hoiab.

1924. aasta juunis olin ma kuueteistaastane ja lõpetanud äsja keskkooli Sherbrooke'is, Quebecis. Paar mu sõpra tegid ettepaneku, et läheksime õlut jooma. Ma polnud kunagi õlut või muud sorti alkoholi tarvitanud. Ma ei tea, miks, sest meie kodus leidis alati alkoholi (pean lisama, et meie perekonnas ei peetud kedagi kunagi alkohoolikuks). Eks ma kartsin, et kui ei tee nii nagu mu sõbrad, siis ma ei meeldi neile. Teadsin omast kogemusest seda salapärasest seisundist, kus inimesed näivad olevat kindlad, kuid tegelikult sööb neid seesmiselt hirm. Mul oli üsna tugev alaväärsuskompleks. Usun, et mul puudus see, mida mu isa nimetas „iseloomuks”. Nii et sel kaunil suvepäeval Sherbrooke'is vanas kõrtsis puudus mus julgus öelda „ei.“

Minust sai aktiivne alkohoolik alates tollest esimesest päevast, mil alkohol minus väga erilise tunde tekitas. Ma muutusin. Alkohol muutis mind äkki selliseks, nagu olin alati tahtnud olla.

Alkoholist sai minu igapäevane kaaslane. Alguses pidasin seda sõbraks, hiljem muutus see raskeks koor-maks, millest ma ei suutnud vabaneda. See osutus palju võimsamaks kui mina, isegi kui suutsin aastaid lühikesi kainusperioode hoida. Kordasin endale pidevalt, et ühel või teisel moel vabanen alkoholist. Olin veendunud, et leian viisi joomise lõpetamiseks. Ma ei tahtnud tunnistada, kui tähtsaks oli alkohol minu elus muutunud. Tõepoolest, see andis mulle midagi, millest ma ei tahtnud ilma jääda.

1934. aastal toimus minu joomise tõttu rida ebaõnnestumisi. Pidin Lääne-Kanadast tagasi tulema, sest pank, kus olin töötanud, kaotas minu suhtes usalduse. Liftiõnnetus läks mulle maksma kõik ühe jala varbad ja põhjustas koljumurru. Olin mitu kuud haiglas. Minu liigne joomine põhjustas ka ajuverejooksu, mis ühe mu kehapoolle täielikult halvas. Tõenäoliselt tegin oma Esi-mese Sammu päeval, mil saabusin kiirabiga haiglasse. Öövahetuses töötav õde küsis minult: „Härra B, miks te nii palju joote? Teil on imeline naine, väike terane poeg. Teil pole mingit põhjust niimoodi juua. Miks te seda teete?” Olles esimest korda aus, ütlesin: „Ma ei tea, õde. Ma tõesti ei tea.” See oli palju aastaid enne seda, kui ma Sõpruskonnast teada sain.

Võiks ju arvata, et ma ütlesin endale: „Kui alkohol põhjustab nii palju kahju, siis ma lõpetan joomise.” Ent ma leidsin lugematuid põhjusi endale tõestada, et alkoholil ei ole minu ebaõnnega midagi pistmist. Ütlesin endale, et see oli saatuse, et kõik olid minu vastu, et asjad ei sujunud hästi. Mõnikord arvasin, et Jumalat ei olegi olemas. Ma mõtlesin: „Kui see armuline Jumal tõepoolest eksisteerib, nagu öeldakse, siis ei kohtleks Ta mind niimoodi. Jumal ei käituks nii.” Neil päevil haletsessin ma end palju.

Minu pere ja tööandjad olid minu joomise pärast mures, kuid olin muutunud üsna ülbeks. Kasutasin vanaemalt saadud pärandust, et osta endale 1931. aasta Ford, ja sõitsime koos abikaasaga Cape Codile. Tagasiteel peatusime mu onu juures New Hampshire'is. See onu oli ema surma järel mind oma hoole alla võtnud ja tundis minu pärast muret. Nüüd ütles ta mulle: „Dave, kui sa lõpetad joomise terveks aastaks, annan sulle Ford roadsteri, mille just ostsin.” Ma jumaldasin seda autot, nii et lubasin otsekohe, et ei joo aasta aega. Ja ma tõesti mõtlesin seda. Ometi jõin uuesti juba enne, kui olime Kanada piirini jõudnud. Olin alkoholi ees jõuetu. Hakasin mõistma, et ei suuda sellele vastu astuda – ehkki ma seda fakti eitasin.

1944. aasta ülestõusmispühade nädalavahetusel leidsin end Montrealis vangikongist. Nüüdseks jõin juba selleks, et põgeneda kohutavate mõtete eest, mis tekisid mul alati siis, kui olin piisavalt kaine, et oma olukorrast aru saada. Jõin selleks, et mitte näha, milliseks olin muutunud. Töö, mis mul kakskümmend aastat oli olnud, ühes uus autoga olid ammu kadunud. Olin olnud kolm korda psühhiaatriahaiglas. Jumal teab, et ma ei tahtnud juua, kuid oma suureks meeleheitels läksin sellele põrgulikule karussellile alati tagasi.

Mõtlesin, kuidas see kannatuste jada küll lõpeb. Mind täitis hirm. Kartsin teistele oma tunnetest rääkida, kuna nad oleksid mind hulluks pidanud. Olin kohutavalt üksildane, täis enesehaletsust ja hirmu. Ennekõike olin ma sügavas depressioonis.

Siis meenus mulle raamat, mille mu õde Jean oli mulle andnud – see rääkis sama meeleheitel joodikutest nagu mina, kes olid leidnud viisi, kuidas joomisele lõpp teha. Raamatust selgus, et need joodikud olid leidnud mooduse, kuidas elada nagu teisedki inimesed: tõusma

hommikul üles, minema tööle ja naasma õhtul koju. See raamat rääkis Anonüümsetest Alkohoolikutest.

Otsustasin nendega ühendust võtta. New Yorgi AA-ga kontakti saamine osutus aga keeruliseks, sest see polnud toona veel kuigi tuntud. Lõpuks rääkisin ühe naise, Bobbie'ga, kes ütles sõnad, mida loodan kunagi mitte unustada: „Ma olen alkohoolik. Me oleme tervenunud. Kui sa tahad, siis me aitame sind.” Ta rääkis mulle oma loo ja lisas, et paljud teised joodikud on selle meetodi abil joomise maha jätnud. Kõige rohkem avaldas mulle muljet see, et inimesed, kes olid minust ligi kaheksasaja kilomeetri kaugusel, hoolisid minust piisavalt, et püüda mind aidata. Olin endas nii pettunud ja veendunud, et kellelegi ei lähe korda, kas olen elus või surnud.

Olin väga üllatunud, kui sain juba järgmisel päeval postiga „Suure Raamatu.” Ja peaaegu terve järgmise aasta jooksul sain iga päev kirja või sõnumi – kas Bobbie'lt, Billilt või mõnelt teiselt New Yorgi peakontori liikmelt. 1944. aasta oktoobris kirjutas Bobbie: „Sa tundud väga siiras ja nüüdsest peale loodame, et aitad AA Sõpruskonda oma kodukohas edendada. Lisame siia mõned alkohoolikute pöördumised. Usume, et oled nüüd valmis selle vastutuse võtma.” Kiri sisaldas umbes neljasadat pöördumist, millele vastasin järgnevatel nädalatel. Peagi hakkasin neilt inimestelt vastu-seid saama.

Olles oma murele vastuse leidnud, ütlesin entusiasmiga oma naisele Dorie'le: „Sa võid nüüd töölt ära tulla, mina hoolitsen su eest. Nüüdsest alates saad sa selles peres koha, mida sa väärid.” Kuid ta oli minust arukam ja ta vastas: „Ei, Dave, ma hoian oma töökohta veel aastakese, samal ajal kui sina joodikuid päästad.” Ja just seda ma tegema hakkasin.

Nüüd, tagasi vaadates, tegin ma toona kõike valesti, aga vähemalt mõtlesin enda asemel kellegi teise peale. Olin hakanud tundma üha rohkem seda, mis mind nüüd igati täidab – tänulikkust. Ma muutusin järjest tänulikumaks New Yorgi inimestele ja Jumalale, kellele nad viitasid, kuid kelleni mul oli raske jõuda. (Ometi mõistsin, et pean otsima Kõrgemat Jõudu, millest mulle räägiti.)

Olin sel ajal Quebecis täiesti üksinda. Toronto rühm oli tegutsenud juba eelmisest sügisest saati ja Windsoris oli üks liige, kes käis üle jõe Detroidis koosolekutel. See oligi kogu selle riigi AA.

Ühel päeval sain teate Halifaxis elavalt mehelt, kes kirjutas: „Üks mu sõber, joodik, töötab Montrealis, aga viibib praegu Chicagos, kus tal oli suur pummelung. Kui ta Montreali naaseb, sooviksin, et te temaga vestleksite.”

Kohtusin selle mehega tema kodus. Ta naine valmistas õhtusööki, noor tütar kõrval. Mees kandis sametpintsakut ja istus mugavalt salongis. Ma polnud kohanud just paljusid kõrgseltskonda kuuluvaid inimesi. Mõtlesin kohe: „Mis siin toimub? See mees ei ole alkohoolik!” Jack oli mees, kes oli kahe jalaga maa peal. Ta oli harjunud arutlema psühhiaatria üle ja Kõrgema Jõu kontseptsioon ei meeldinud talle kuigivõrd. Ometi sündis meie kohtumisest Quebeci AA.

Sõpruskond hakkas kasvama, eriti pärast seda, kui 1945. aasta kevadel ajakiri *Gazette* meile reklaami tegi. Ma ei unusta kunagi seda päeva, mil minu juurde tuli Mary – esimene naine, kes meie siinse Sõpruskonnaga liitus. Ta oli väga häbelik ja reserveeritud, äärmiselt hilitsetud. Ta oli kuulnud Sõpruskonnast just *Gazette*'i kaudu.

Esimesel aastal toimusid kõik koosolekud minu kodus. Terve maja oli rahvast täis. Liikmete naised tulid

koos oma abikaasadega, kuigi me ei lubanud neid meie kinnistele koosolekutele. Nad istusid tavaliselt diivanil või köögis, kus valmistasid kohvi ja suupisteid. Ma usun, et nad tahtsid teada, mis meist saab. Ometi olid nad sama õnnelikud kui meie.

Minu keldris tutvusid kaks esimest Kanada prantslast AA-ga. Kõik tänapäeval toimuvad prantsuskeelsed koosolekud kasvasid välja nendest esimestest koosolekutest.

Esimese kaine aasta lõpus nõustus mu naine töölt ära tulema, kui mina töö leian. Ma arvasin, et see saab olema lihtne. Pidin vaid tööandja juurde minema ja siis oleksin võimeline oma perekonda normaalselt ülal pidama. Siiski otsisin tööd mitu kuud. Meil ei olnud palju raha ja ma kulutasin selle vähese, mis meil oli, ühest kohast teise sõites, kuulutustele vastates ja inimestega kohtudes. Ma heitusin järjest enam. Ühel päeval ütles üks liige: „Dave, miks sa lennukitehasesse tööle ei kandideeri? Ma tean seal üht meest, kes saaks sind aidata.” Nii sain oma esimese töökoha. Kõrgem Jõud, kes meie eest hoolt kannab, on tõesti olemas.

Üks kõige põhimõttelisem asi, mida ma õppinud olen, on meie sõnumi edastamine teistele alkohoolikutele. See tähendab, et ma pean mõtlema teistele rohkem kui iseendale. Kõige tähtsam on rakendada neid põhimõtteid kõigis oma tegemistes. Minu arvates ongi see Anonüümsete Alkohoolikute olemus.

Ma ei unusta kunagi üht katkendit, mida lugesin esimest korda sellest Suurest Raamatust, mille Bobbie mulle saatis: „Andke end jäägitult Jumalale, nii nagu teie Jumalat mõistate. Tunnistage oma vigu Tema ja oma sõprade ees. Koristage ära risune minevik. Andke

heldelt sellest, mida leiate, ja tulge meiega.” See on väga lihtne – kuigi mitte alati kerge. Kuid see on tehtav.

Ma tean, et AA sõpruskond ei paku mingeid garantiisid, kuid ma tean ka seda, et ma ei pea enam jooma. Ma tahan seda leitud rahu, meelerahu ja rahulikkust oma elus säilitada. Täna olen taas leidnud kodu, kust lahkusin, ja naise, kellega abiellusin, kui ta veel nii noor oli. Saime veel kaks last ja nad peavad oma isa tähtsaks meheks. Mul on olemas kõik need imelised asjad – inimesed, kes tähendavad mulle rohkem kui miski muu siin maailmas. Hoian seda kõike ja ma ei pea jooma, kui pean meeles üht lihtsat asja – hoida oma kätt Jumala käes.

KA NAISED ON HAIGED

Kuigi sel naisel oli elus rohkesti võimalusi, oleks alkohol äärepealt ta elu lõpetanud. Ühe esimese AA liikmena levitas ta sõnumit naiste seas meie tegevuse alguspäevil.

MILLEST MA rääkisingi... Kuulsin justnagu deliiriumis kusagilt kaugelt oma häält – hüüdmaks kedagi „Dorothyks”, arutamas temaga riidepoodide, töökohtade üle..., sõnad muutusid selgemaks..., lähemale jõudes kohutas mind hääle kõla..., ja korraga seal ma olingi, rääkimas ei tea millest kellegagi, keda ma polnud varem kunagi kohanud. Vakatasin. Kus ma olin?

Olin varemgi ärganud tundmatutes kohtades, riietega voodil või diivanil; olin ärganud ka oma toas omaenda voodis, teadmata päeva või kella, kartes seda küsidagi... kuid see siin oli midagi muud. Seekord tundusin olevat juba täiesti ärkvel, istusin suures kiiktoolis ja vestlesin elavalt mulle täiesti tundmatu noore naisega, kellele see kõik aga üldse kummaline ei paistnud. *Ta* vattras muudkui sundimatult ja vabalt edasi.

Vaatasin hirmunult ringi. Viibisin suures ja hämaras, üsnagi kehvalt sisustatud toas – keldrikorteri elutoas. Mööda mu selgroogu hakkasid üles-alla jooksuma külma värinad, hambad lõgisesid, käed värisesid ja ma pidin oma värisevad käed istumise alla pistma, et nad ära ei lendaks. Mu hirm oli küll ehtne, kuid taolisi ägedaid nähte ei saanud see ometi põhjustada. Teadsin muidugi hästi, millest need tulid – üks naps paneks kõik jälle paika. Viimasest napsist pidi küll kaua aega möödas olema, kuid tollelt võõralt naiselt ei söandanud ma joo-

davat küsida. Pean siit välja saama. Pean iga hinna eest välja saama, enne kui teadmatusekuristik mu sinnasattumise ümbert hajub ja too naine taipab, et ma olen püstitihull. Ma olen hulluks läinud – mis muud.

Värinad süvenesid ja ma vaatasin kella – kell oli kuus. Mäletasin, et kui ma viimati kella vaatasin, siis oli see üks. Olin istunud mugavalt restoranis koos Ritaga, joomas oma kuuendat Martini't ja lootmas, et kelner unustab lõunatellimuse – vähemalt nii kauaks, et saaksin veel paar jooki võtta. Olin temaga koos joonud ainult kaks, kuid võtnud neli selle veerand tunni jooksul, mil teda ootas. Nagu ikka, olin võtnud lugematuid lonkse pudelist, olles valulikult ärganud ja end aeglase kramplikusega riidesse pannud. Tegelikult olin olnud kella ühe ajal väga heas vormis – ei mingit valu. Mis kõik küll *oleks* võinud juhtuda? New Yorgi kesklinnas, mürarikkal 42. tänaval ... see oli ilmselgelt vaikne elamurajoon. Miks „Dorothy” mind siia oli toonud? Kes ta oli? Kuidas ma temaga tuttavaks olin saanud? Mul polnud vastuseid ja ma ei julgenud ka küsida. Ta ei andnud märku, justkui tunneks ta midagi valesti olevat, kuid mida ma need viis tundi teinud olin? Mõtted keerlesid. Võisin olla teinud kohutavaid asju ja neid isegi mitte mäletada!

Kuidagi pääsesin ma sealt välja ja möödusin viie kvartali jagu liivakivimajadest. Ühtegi baari polnud silmapiiril, kuid leidsin metroopeatuse. Selle nimi oli mulle võõras ja pidin küsima, kuidas Grand Centralisse jõuda. Selleks kulus kolmveerand tundi ja kaks ümberistumist – tagasi oma alguspunktis. Olin olnud Brooklyni kaugeimas otsas.

Jõin end tol õhtul väga purju, mis oli tavaline, kuid ma mäletasin kõike, mis oli väga ebatavaline. Mäletan, et võtsin ette protseduuri, mida mu õde nimetas iga-

õhtuseks Willie Seabrooki nime otsimiseks telefoniramatust. Mäletasin oma valjuhäälsel avaldust, et leian ta ja paluda tal aidata mul jõuda sellesse „Astüülumisse”, millest ta oli kirjutanud. Meenub, kuidas kinnitasin, et kavatsen midagi *ette võtta*, et ma ei saa niimoodi jätkata... Mäletan, et silmitsesin igatsevalt akent kui üht kergemat lahendust ja vabisesin, meenutades üht teist akent kolm aastat tagasi ja hulluksajavat kuut kuud ühe Londoni haigla palatis. Mulle meenus, kuidas ma oma ravimikarbis oleva peroksiidipudeli džinniga täitsin, juhuks kui mu õde madratsi alla peidetud pudeli leidma peaks. Ja ma mäletasin selle lõputu öö hiilivat õudust, kus magasin lühikest aega ja ärkasin külmast higist tilkudes ja täielikust meeleheitest vapustatuna, et kiiruga oma pudelist lonks võtta ja taas halastatult uinuda. ”Sa oled hull, sa oled hull, sa oled hull!”, tagus mu aju iga kord, kui ma uuesti teadvusele tulin ja selle refrääni uputasin ma taas alkoholi.

See kestis veel kaks kuud, enne kui ma maandusin haiglas ja alustasin oma aeglast võitlust tagasi normaalsuse suunas. See oli kestnud nii üle aasta. Olin kolmekümne kahe aastane.

Kui ma vaatan tagasi sellele viimasele kohutavale aastale, mil ma pidevalt jõin, siis imestan, kuidas mu keha ja mõistus selle üle elasid. Muidugi oli seal perioode, mil ma selgelt mõistsin, kelleks olin muutunud, ja ma mäletasin, milline olin olnud ja milliseks olin lootnud saada. See kontrast oli üsna rabav. Istudes Second Avenue baaris ja võttes jooke vastu kõigilt, kes pakkusid pärast mu rahanatukese lõppemist, või istudes üksi klaasike-sega kodus, tuli mulle kõik meelde. Seda mäletades jõin ma veel rutakamalt, otsides kiiret unustust. Oli raske lepitada võigast olevikku lihtsate minevikufaktidega.

Mu vanemad olid jõukad – ei juhtunud kordagi, et mu materiaalsetele nõudmistele oleks keeldumisega vastatud. Parimad erakoolid ja viimane lihv Euroopa õppeasutuses sobitasid mu traditsioonilisse esiklapse ja noore daami rolli. Ajastu, mil ma üles kasvasin (keeluseaduse aeg, mida on jäädvustanud Scott Fitzgerald ja John Held juunior), oli mind õpetanud lõbutsema koos kõige lõbusamatega, mu oma sisetungid sundisid mind neid kõiki üle trumpama. Aasta pärast seltskonda ilmutmist läksin ma mehele. Kõik läks kenasti ja kavakohaselt nagu tuhandetel teistel. Ent siis asendus muinasjutt tõelisusega. Mu abikaasa oli alkohoolik – põlgasin inimesi, kellel polnud sellist hämmastavat alkoholitaluvust nagu minul – ja tagajärjed olid vältimatud. Abielulahutus langes kokku mu isa pankrotiga ja ma läksin tööle, visates nurka kõik suhted ja vastutuse kellegi ees peale iseenda. Minu jaoks oli töö lihtsalt teistsugune vahend, et samu eemärke saavutada, olla võimeline tegema just seda, mida mina tahtsin.

Seda ma järgmised kümme aastat ka tegin. Suurema vabaduse ja elamuste jahil kolisin välismaale. Mul oli oma äri, mis oli piisavalt tulutoov, et saaksin täita kõiki oma soove. Tutvusin kõigi inimestega, kellega ma tahtsin, nägin kõiki paiku, mida näha soovisin, tegin kõike, mida teha tahtsin – ja olin järjest õnnetum.

Põikpäiselt ja jonnakalt tormasin ma ühe lõbustuse juurest teise juurde, kuid leidsin, et sellest polnud kuhugi kasu. Pohmelused hakkasid võtma koletut kuju ja hommikusest napsist sai hädatarvidus. „Lünki” esines sagedamini ja koju jõudmist mäletasin harva. Kui sõbrad mulle vihjasid, et joon liiga palju, siis ei pidanud ma neid enam sõpradeks. Liikusin ühest seltskonnast ja ühest paigast teise – jätkates joomist. Õudustäratava salaka-

valusega oli alkohol muutunud minu jaoks esmatähtsaks. Ma ei tundnud temast enam mõnu – ta lihtsalt vaigistas valu –, kuid ma *pidin* teda saama. Olin kohutavalt õnnetu. Kahtlemata olin kodumaalt liiga kaua ära olnud – pidin tagasi koju, Ameerikasse minema. Läksingi. Ja mulle endalegi üllatuseks muutus joomine seal veelgi hullemaks.

Kui suundusin sanatooriumisse pikaajalisele psühhiaatrilisele intensiivravile, olin veendunud, et tegemist on tõsise närvivapustusega. Tahtsin saada abi ja püüdsin ise tervenemisele kaasa aidata. Ravikuuri käigus hakkas mulle selguma pilt minust enesest, nendest iseloomujoontest, mis olid mulle nii palju kurja teinud. Olin olnud ülitundlik, arglik ja idealistlik. Suutmatus elu karmi tõde omaks võtta oli minust teinud elus pettunud ja mõistmatu, maailma eest kaitsvasse raudrüüsse pugenud küüniku. Raudrüü muutus minu jaoks vanglaks, mis sulges mu üksindusse – hirmu. Ainus, mis mulle oli jäänud, oli raudne otsusekindlus elada võõra maailma kiuste oma elu edasi. Ennäe, siin ma nüüd olin, sisemiselt hirmunud, kuid pealtnäha trotslik naine, kes vajas jalul püsimiseks hädasti turgutust.

Selleks turgutuseks oli alkohol ja ma ei näinud võimalust ilma selleta elada. Kui arst mulle ütles, et ma ei tohi enam kunagi tilkagi võtta, siis ma lihtsalt *ei saanud endale lubada* seda luksust, et tema sõnu uskuda. Pidin edasi püüdma end sedavõrd korda saada, et suudaksin juua vajalikku alkoholi, ilma et see minu üle võimust võtaks. Pealekauba, kuidas *ta* saaks mõista. Tema ju ei joonud, tema ei teadnud, mida tähendab *vajadus* napsi järele või millist imet üks naps inimesega ainsa silmapilguga teha võib. Mina tahtsin *elada*, ja mitte kõrbes, vaid tavalises maailmas, ning minu ettekujutus tavalisest maailmast

hõlmas inimesi, kes jõid – karsklased sinna ei kuulunud. Olin kindel, et ma ei suuda olla kainena koos inimesetega, kes joovad. Selles oli mul õigus. Ilma joomata ei tundnud ma end mugavalt mitte *kellegagi*. Polnud eales tundnudki.

Ja loomulikult, hoolimata headest kavatsustest, hoolimata turvalisest elust sanatooriumi seinte vahel, jõin end mitu korda purju, olin hämmastunud... ja omadega täiesti läbi.

Just sel hetkel andis mu raviarst mulle lugeda raamatu *Anonüümsed Alkohoolikud*. Esimesed peatükid olid mulle ilmutuseks. Ma ei olnudki ainuke inimene maailmas, kes nõnda tundis ja käitus! Ma ei olnud hull ega paha – ma olin haige. Kannatasin tõelise haiguse all, millel oli oma nimi ja sümptomid nagu suhkrutõvel või vähil või tuberkuloosil – ja haigus on midagi väärikat, mitte mingi kõlbeline häbiplekk! Kuid siis ma takerdusin. Ma ei suutnud seedida religiooni ja mulle ei istunud see Jumala mainimine ja kõik need teised suure tähega kirjutatud asjad. Kui see oligi lahendus, siis igatahes mitte minu jaoks. Mina olin mõistuseinimene ja vajasin mõistuslikku, mitte emotsionaalset vastust. Rääkisin sellest keerutamata ka oma arstile. Tahtsin õppida ise jalul seisma, mitte asendada üht turgutit teisega, mis oli pealegi veel abstraktne ning kahtlase väärtusega. Ja nii kestis mitu nädalat, mille vältel ma end vaevaliselt läbi selle piinliku raamatu puurisin ja enda suhtes järjest enam lootust kaotasin.

Ent siis sündis äkitselt ime – *minuga*! Igaühega ei juhtu see nii ootamatult, kuid mina olin jõudmas sise-mise kriisini, mis täitis mu metsiku ning õiglaste vihaga. Niimoodi vihast keedes plaanisin end jälle korralikult täis võtta ja *neile näidata*, kui mu pilk langes ühele lau-

sele voodil lebavas avatult raamatus: „Me ei saa vihaga elada.” Müürid langesid ja valgus voogas sisse. Ma ei olnudki lõksus. Ma ei olnud abitu. Olin *vaba* ja ma ei pidanud jooma, et „neile näidata”. See ei olnud „religioon” – see oli vabadus! Vabadus vihast ja hirmust, vabadus tunda õnne ja vabadus tunda armastust.

Läksin koosolekule, et näha oma silmaga seda veidrike või peast põrunute kampa, kes sellise asjaga olid hakkama saanud. Igasugustele koosolemistele minek oli minu jaoks midagi, mis terve mu elu – sellest peale, kui ma jätsin raamatute ja unistuste salamaailma, et näha tõelist inimeste maailma, pidusid ja töökohti – oli tekitanud minus ebamugava eraldioli ja tunde. Olin kõrvalseisja, kes vajas teistega liitumiseks alkoholi soojendavat tõuget. Läksin värisedes ühte Brooklyn majja, mis oli täis võõraid inimesi... ning leidsin, et olen lõpuks koju, omasuguste juurde jõudnud. Heebreakeelsel sõnal, mis kuningas Jamesi piibliversioonis on tõlgitud sõnaga „lunastus”, on veel teinegi tähendus. See tähendab ka „koju jõudma”. Olin leidnud oma lunastuse. Ma ei olnud enam ükski.

Nii algas uus, täisväärtuslikum ja õnnelikum elu, mida ma iganes olen kogenud või võimalikuks pidanud. Olin leidnud sõpru, mõistvaid sõpru, kes tihti teadsid isegi minust paremini, mida ma parajasti mõtlen või tunnen ega lasknud mul mingi kujuteldava tühise solvangu või torke peale üksilduse ja hirmu vanglasse tõmbuda. Nendega kõike arutades näitasid mulle tohutud valgustuskiired, milline ma tegelikult olin, ja ma sarnanesin nendega. Meil oli sadu ühiseid jooni – hirme ja foobiaid, meeldimisi ja mittemeeldimisi. Korraga suutsin ma end omaks võtta, koos puu-

duste ja kõige muuga, sellisena nagu ma olin – sest kas ei olnud me kõik samasugused? Ja olles end niisugusena omaks võtnud, tundsin ma uut sisemist rahu, soovi ja jõudu midagi ette võtta nende iseloomujoontega, millega ma ei suutnud enam elada.

Kuid sellega asi veel ei piirdunud. Need inimesed teadsid, mida teha nende pimedate kuristikuga, mis minu ees haigutasid, valmis mind alla neelama, kui olin masendunud või närviline. Meie, kauaaegsete tegelikkuse eest põgenejate jaoks leidis konkreetne programm, mis oli kavandatud tagama meile võimalikult sügavat sisemist kindlustunnet. Hirm ähvardava õnnetuse ees, mis oli mind aastaid kummitanud, hakkas nüüd hajuma, kui ma üha enam ja enam järgisin Kaheistkümnne Sammu õpetust. See toimis!

Olles 1939. aastast AA aktiivne liige, tunnen end viimaks inimsoo vajaliku osana. Mul on anda inimkonnale oma panus, sest mul on ainulaadseid kogemusi. Võin kaaskannatajana pakkuda abi ja lohutust neile, kes on eluga silmitsi seistes komistanud ja kukkunud. Suurima saavutusrõõmu saan teadmisest, et minulgi on osa selles uues õnnes, milleni on jõudnud lugematu arv minusuguseid inimesi. Asjaolu, et suudan jälle töötada ning elatist teenida, on oluline, kuid siiski teisejärgulise tähtsusega. Usun, et mu kunagine ülemäärane enese tahe on lõpuks kadunud, sest nüüd suudan mitu korda päevas lausuda: „Sinu tahtmine sündigu, mitte minu,” ja seda ka tõepoolest mõelda.

(4)

MEIE SÕBER LÕUNAST

Üks AA teerajajatest, pastori poeg ja farmer lõunast küsis: "Kes olen mina ütlema, et Jumalat pole olemas?"

MU ISA on nelipühipastor ja töö viib teda mööda halbu teid kulgevatele pikkadele sõitudele. Tema koguduses on vähe liikmeid, kuid sõpru on tal palju, sest tema jaoks pole rassil, usutunnistusel ega sotsiaalsel staatusel vahet. Ei lähe kaua aega, enne kui ta hakkabki kogudusi pidi oma vana käruga ringi sõitma. Nii tema kui vana Maud on koju jõudmise üle rõõmsad. Sõit oli pikk ja külm, kuid ta oli tänulik kuumade telliste eest, mille keegi hooliv inimene talle jalgade soojendamiseks andis. Peagi on õhtusöök laual. Isa lausub söögi-palve, mis venitab minu rünnakut tatrappannkookide ja vorstide kallale.

Saabub magamamineku aeg. Ronin oma pööningul asuvasse tuppa. Kuna on külm, siis rooman viivitamata tekikuhja alla ja puhun küünlä ära. Tuul tõuseb ja ulub ümber. maja. Mul on soe ja turvaline. Vajun unenägudeta unne.

Olen kirikus. Isa viib teenistust läbi. Üks herilane ronib minu ees istuva naisterahva selga mööda üles. Huvitav, kas ta jõuab tema kaelani. Kurivaim! Minema lendas. Viimaks ometi! Jutlus sai läbi.

„Lase oma valgusel selliselt inimeste ees kiirata, et nad sinu väärt tööd näha võiksid.” Otsin viiesendist, et see annetustaldrikule poetada nii, et mu annetus nähtav oleks.

Olen teise kuti toas kolledžis. „Noh, rebane”, ütles ta mulle, „kas sa napsu ka võtad?” Ma kõhklesin. Isa ei olnud mulle kunagi otseselt joomisest rääkinud, kuid nii palju kui ma teadsin, ei joonud ta ise kunagi. Ema vihkas alkoholi ja kartis purjus mehi. Tema vend oli olnud joodik ja suri vaimuhaiglas. Aga temast ei räägitud minu kuuldes kunagi. Ma polnud kunagi alkoholi tarbinud, kuid olin näinud piisavalt poisse, kes olid end lõbusaks joonud, et sellest huvitatud olla. Minust ei saaks kunagi külajoodikut.

„Noh,” ütles vanem poiss, „võtad?”

„Vahetevahel,” valetasin ma. Ma ei saanud lasta tal arvata, et olen argpüks.

Ta valas meile kaks jooki. „Sinu terviseks,” ütles ta. Ma jõin selle kõik korraga ära ja hakkasin läkastama. See ei meeldinud mulle, aga ma ei öelnud midagi. Minusse valgus mõnus soojus. See polnudki nii halb. Muidugi, veel üks. Tunne läks veel soojemaks. Tuppa tulid veel mõned poisid juurde. Mu keel läks pehmeks ja jutt muutus vabamaks. Kõik naersid valjusti. Olin vaimukas. Mu alaväärsus kadus. Oi, ma isegi ei häbenenud oma kondiseid jalgu! See oli õige asi!

Ruumi täitis hägu. Valgus hakkas võbelema. Lambipirn jagunes kaheks. Teiste poiste näod muutusid ähmaseks. Mul hakkas halb. Komberdasin vannituppa. Poleks pidanud nii palju või nii kiiresti jooma. Aga nüüd ma teadsin, kuidas teinekord targem olla. Edaspidi joon nagu härrasmees.

Nii ma kohtusingi John Barleycorniga. See suurepärase kaaslane, kes tegi minust minu käsu peale lõbusa seltsilise, andis mulle nii kauni hääle, kui me laulsime ”Hail, hail, the gang’s all here” ja ”Sweet Adeline” ning

vabastas mu hirmudest ja alaväärsustundest. Vana hea John! Ta oli kindla peale tõeline sõber.

Käes on viimase aasta lõpueksamid ja ma võin veel kuidagi selle kooli lõpetada. Ma poleks seda kunagi üritanud, aga ema loodab sellele nii väga. Teisel kursusel päästsid leetrid mind välja langemisest.

Aga lõpp paistab. Minu viimane eksam ja see on lihtne. Silmitsen küsimustega tahvlit. Ma ei mäleta esimese küsimuse vastust. Proovin teise küsimusega. Ei midagi. Mulle ei koida mitte miski. Püüan keskenduda ühele küsimusele. Ma ei suuda oma tegevusele keskenduda. Muutun rahutuks. Kui ma kohe pihta ei hakka, pole mul aega tööd lõpetada. Miski ei aita. Ma ei suuda mõelda.

Lubatud on ruumist lahkuda. Lähen oma tuppa. Täidan pool klaasi teraviljapiirituse ja ülejäänud limonaadiga. Nüüd eksamile tagasi. Mu sulg liigub vilkalt. Tean läbi saamiseks piisavalt vastuseid. Vana hea John Barleycorn! Tema peale võib alati loota. Milline imeline mõju tal minu mõistusele on. Ta andis mulle diplomi!

Alakaaluline! Kuidas ma seda sõna vihkan. Kolm katset armeesse astuda ja kolm ebaõnnestumist, kuna olen liiga kõhn. Tõsi, olen hiljuti kopsupõletikku põdenud ja mul on põhjendus, aga mu sõbrad on sõjas või sinna minemas ja mina mitte. Külasthan sõpra, kes ootab kutset. Kõikjal valdab „söö, joo ja ole õnnelik” atmosfäär ja ma iman seda endasse. Joon igal õhtul palju. Kannan nüüd hästi, rohkem kui teised.

Mind kutsutakse arstlikku komisjoni ja ma läbin tervisekontrolli. Pean minema laagrisse 13. novembril. Relvarahu sõlmitakse üheteistkümnendal ja mobilisatsioon tühistatakse. Ei mingit teenistust! Sõda jätab

mulle paar tekki, tualetitarbed, õe kootud kampsuni ja veel suurema alaväärsustunde.

Kell on kümme laupäeva õhtul. Teen ühele suure korporatsiooni tütarettevõttele raamatupidamist. Mul on kogemust müügi, hanke ja raamatupidamisega ning minu karjäär liigub ülesmäge.

Siis saabub krahh. Puuvillaäril läks halvasti ja toodang jäi saamata. Kahekümne kolme miljoni dollari suurune ülejääk haihtus. Kontorid suleti ja töötajad koondati. Mina ja minu osakonna raamatupidamine viidi üle peakontorisse. Mul ei ole ühtegi abilist ja ma töötan nii öösiti kui nädalavahetustel. Minu palka kärbiti. Mu naine ja vastsündinud laps elavad õnneks sugulaste juures. Tunnen end kurnatuna. Arst ütles, et kui ma ei loobu siseruumides töötamisest, saan tuberkuloosi. Aga mis teha? Mul on pere ülal pidada ja pole aega teist tööd otsida.

Haaran pudeli järele, mille ma just liftipoiss George'ilt sain.

Olen reisiv müügimees. Päev on läbi ja äril ei lähe hästi. Lähen magama. Soovin, et oleksin kodus koos perega, mitte selles räpases hotellis.

Ohoo, vaata, kes siin on! Vana hea Charlie! Teda on hea näha. Kuidas poisil läheb? Võtame? Kindel see! Ostame neli liitrit "maisiviina", sest see on odav. Siiski olen magama minnes üsna sirge sammuga.

Käes on hommik. Tunnen ennast kohutavalt. Väike jook aitab mind jalule. Aga jalul püsimiseks vajan veel mõnda.

Minust saab poistekooli õpetaja. Olen oma tööd tehes õnnelik. Poisid on toredad ja meil on väga lõbus, nii klassis kui ka väljaspool seda.

Arstiarved on suured ja mu kontoseis kehvake. Naise vanemad tulevad meile appi. Tunnen haavatud uhkust ja enesehaletsust. Keegi ei näi mulle mu haiguse pärast kaasa tundvat ja mina ei oska hinnata kingituse taga olevat armastust.

Helistan salaviinamüüjale ja täidan oma kõrbenud vaati. Aga märjuke ei jõua vaadis valmidagi. Ma joon end täis. Minu naine on äärmiselt õnnetu. Äi istub minu kõrvale. Ta ei lausu kunagi ühtegi halba sõna. Ta on tõeline sõber, aga mina ei oska seda hinnata.

Me jääme äia juurde. Ämm on haiglas kriitilises seisundis. Ma ei saa magada. Pean end kokku võtma. Hiilin alla ja võtan veinikeldrist pudeli viskit. Kallan mitu klaasi sisse. Äi tuleb. „Lonksu tahad?” küsin. Ta ei vasta ja justkui ei näegi mind. Tema naine sureb seltsamal ööl.

Ema on juba pikka aega vähiga võidelnud. Tema lõpp on lähedal ja ta on nüüd haiglas. Ma olen nii palju joonud, aga ei jää üldse purju. Ema ei tohi sellest kunagi teada saada. Näen, et ta on peagi minemas.

Lähen tagasi oma ööbimiskohta hotellis ja tellin liftipoisilt džinni. Ma joon ja lähen magama. Järgmisel hommikul võtan peale ja lähen uuesti ema juurde. Ma ei suuda seda taluda. Lähen tagasi hotelli ja joon veel džinni. Joon vahetpidamata. Ärkan kell kolm öösel üles. Olemine on talutmatu piin. Panen tule põlema. Pean toast välja saama või muidu hüppan aknast välja. Kõnnin kilomeetreid. See ei aita. Lähen haiglasse, kus olen sõbrunenud valvearstiga. Ta paneb mind voodisse ja teeb mulle süsti.

Olen haiglas naist vaatamas. Meil sündis veel üks laps. Ta ei rõõmusta mind nähes. Lapse sündimise ajal ma jõin. Äi jääb tema juurde.

On külm ja sünge novembrikuu päev. Ma olen kõvasti võidelnud, et joomine lõpetada. Iga lahing on lõppenud kaotusega. Ütlen naisele, et ma ei suuda joomist maha jätta. Ta anub mind, et läheksin alkohoolikute haiglasse, mida mulle soovitati. Ma luban, et lähen. Ta korraldab kõik ära, aga ma ei lähe. Saan ise hakkama. Seekord olen olukorra peremees. Võtan vahel paar õlut.

On järgmise aasta oktoobri viimane päev, pime ja vihmane hommik. Ärkan laudas heinakuhjas. Otsin alkoholi, aga ei leia midagi. Kooserdan laua juurde ja joon ära viis pudelit õlut. Pean saama kangemat alkoholi. Korraga tunnen lootusetust, täielikku võimetust edasi minna. Ma lähen koju. Naine on elutoas. Ta oli mind eelmisel õhtul otsinud, pärast seda, kui ma autost väljudes öösse kadusin. Ta oli mind hommikul ka otsinud. Tema kannatus oli katkenud. Enam pole mõtet proovida, sest pole midagi, mida proovida. „Ära ütle midagi,” lausun ma talle. „Ma võtan midagi ette.”

Olen alkohoolikute haiglas. Ma olen alkohoolik. Ees ootab hullumaja. Kas ma saaksin lasta end koju lukustada? Järjekordne rumal mõte. Võiksin minna läände mõnda rantšosse, kus ma ei saaks juua. Ma võiksin seda teha. Veel üks tobe idee. Soovin, et oleksin surnud, nagu olen korduvalt varemgi soovinud. Ma olen liiga arg, et end tappa.

Neli alkohoolikut mängivad suitsust läbi imbunud ruumis bridži. Ükskõik, mis hoiaks mu mõtted minust enesest eemal. Mäng on lõppenud ja ülejäänud kolm lahkuvad. Hakkan koristama. Üks mees tuleb tagasi ja sulgeb enda järel ukse.

Ta vaatab mulle otsa. „Sa arvad, et oled lootusetu juhtum, eks ole?” pärib ta.

„Ma tean seda,” vastan.

„Ei ole sa midagi,” sõnab mees. „New Yorgi tänavatel on mehi, kes olid hullemas seisus kui sina ja nad ei joo enam.”

„Mida siis sina siin teed?” küsin ma.

„Ma väljusin siit üheksa päeva tagasi, öeldes et hakkan ausaks, aga ei hakanud,” vastab ta.

Järjekordne fanaatik, mõtlen endamisi, aga olen viisakas. „Mis see on?” uurin ma.

Seejärel küsib mees minult, kas ma usun jõesse, mis on suurem kui ma ise, nimetagu ma seda siis Jumalaks, Allahiks, Konfutsiuseks, Algpõhjuseks, Jumalikuks Meeleks või kuidagi muud moodi. Ma ütlesin talle, et mina usun elektrisse ja muudesse loodusjõududesse, kuid mis puudutab Jumalat, siis kui Jumal ka on olemas, ei ole Ta minu heaks küll midagi teinud. Edasi päris ta, kas ma olen valmis heastama kõiki eksimusi, mida ma kunagi kellelegi suhtes olen teinud, olenemata sellest, kui valesti nemad minu arvates käitusid. Kas ma olen valmis olema enda suhtes aus ja rääkima kellelegi kõik enda kohta? Kas ma olen valmis joomisprobleemist vabanemaks mõtlema teistele inimestele, nende vajadustele, selle asemel, et mõelda iseendale?

„Ma olen kõigeks valmis,” vastan ma.

„Siis on kõik su mured lõppenud,” ütleb mees ja lahkub toast. Selle mehe mõistusega ei ole kõik korras. Võtan kätte raamatu ja püüan lugeda, kuid ei suuda keskenduda. Lähen voodisse ja kustutan tule. Aga ma ei saa magada. Järsku tuleb mul pähe mõte. On see võimalik, et kõik need head inimesed, keda ma olen tundnud, eksivad Jumala osas? Siis leian end mõtlemas iseendale ja mõnele asjale, mida olin tahtnud unustada. Ma hakkan nägema, et ma ei ole see inimene, kelleks

olin ennast pidanud, et olen end alati teistest paremaks pidanud. See on šokk.

Korraga tabas mind mõttesähvatus nagu piksenool. See oli hää: „*Kes oled sina ütlema, et Jumalat ei ole olemas?*” See heliseb mu peas, ma ei saa sellest lahti.

Tõusen voodist ja lähen selle mehe tuppa. Ta loeb. „Ma pean sult midagi küsima,” lausun ma talle. „Kuidas see palvetamine üldse käib?”

„Vaata,” vastab ta, „sa oled ilmselt palvetanud nagu minagi. Kui oled olnud mingis jamas, siis oled öelnud: „Jumal, palun tee seda või toda.” Kui kõik on läinud nii, nagu sa soovisid, siis oled selle unustanud, ja kui mitte, siis oled öelnud, et Jumalat ei ole olemas või Jumal ei tee sinu jaoks midagi. Kas on nii?”

„Jah,” vastan ma.

„Nii see ei käi,” jätkas ta. „Mina ütlen seda nii: „Jumal, siin ma olen koos kõigi oma jamadega. Olen asjad kihva keeranud ja ei suuda midagi muuta. Võta mind, koos kõigi mu muredega ja tee minuga, mida iganes soovid.” Kas see vastab su küsimusele?”

„Jah, vastab küll,” sõnan. Lähen tagasi voodisse. See ei tundu loogiline. Äärmise lootusetuse laine pühib üle minu. Ma olen sügavaimas põrgupõhjas. Ja seal sünnib hiiglaslik lootus. See võib ikkagi tõsi olla.

Kobin voodist välja põlvili. Ma ei tea, mida öelda. Minusse valgub suur rahu. Tunnen, et mind tõstetakse üles. Ma usun Jumalasse. Ronin tagasi voodisse ja magan nagu laps.

Mõned mehed ja naised tulevad mu eelmise õhtu sõbrale külla. Ta kutsub mind nendega kohtuma. See on lõbus kamp. Ma ei ole kunagi varem nii rõõmsameelseid inimesi näinud. Vestleme. Ma räägin neile sellest

rahust ja usust Jumalasse. Mõtlen oma naisele. Pean talle kirjutama. Üks tüdruk soovitab mul talle helistada. Milline suurepärane mõte!

Naine kuuleb mu häält ja teab, et olen leidnud elule sihi. Ta tuleb New Yorki. Ma saan haiglast välja ja me külastame mõningaid mu uusi sõpru.

Olen jälle kodus. Olen oma Sõpruskonna kaotanud. Need, kes mind mõistavad, on kaugel. Samad vanad probleemid ja mured ümbritsevad mind ikka veel. Mu pere ajab mind närvi. Asjad ei suju. Ma olen kurb ja õnnetu. Äkki väike jook – panen mütsi pähe ja kihutan autoga minema.

Üks asi, mida kaaslased New Yorgist olid mulle soovitanud, pööra tähelepanu teiste inimeste elule. Ma lähen ühe mehe juurde, keda mul paluti külastada, ja räägin talle oma loo. Tunnen end palju paremini! Joogimõtted on kadunud.

Olen rongis teel linna poole. Jätsin oma naise haigena koju ja olin lahkudes tema vastu ebasõbralik. Ma olen väga kurb. Võib-olla on abi mõnest joogist, kui ma linna jõuan. Mind valdab suur hirm. Räägin enda kõrval istuva võõraga. Hirm ja hullumeelsed mõtted võetakse ära.

Kodus ei suju asjad hästi. Mõistan, et ma ei saa oma tahtmist nagu varasemalt. Süüdistan oma naist ja lapsi. Mind valdab viha, selline viha, mida ma kunagi varem pole tundnud. Ma ei kannata seda välja. Pakin oma koti ja lahkun. Peatun mõistvate sõprade juures.

Märkan, kus ma olen mõnes asjas eksinud. Ma ei ole enam vihane. Naasen koju ja vabandan oma vigade pärast. Olen jälle rahulik. Kuid ma pole veel mõistnud, et peaksin tegema abistavaid ja isetuid tegusid, ootamata vastutasu. Seda õpin mõne järgneva vihapurske järel.

Ma olen jälle masenduses. Tahan selle koha maha müüa ja ära kolida. Tahan minna sinna, kus leidub abivajavaid alkohoolikuid ja kus saan olla sõpruskonnas. Mulle helistab üks mees. Kas ma võtan ühe noore mehe, kes on kaks nädalat joonud, enda juurde elama? Varsti elab minu juures veel teisi alkohoolikuid ja mõned, kellel on muid probleeme.

Ma hakkan Jumalat mängima. Tunnen, et suudan nad kõik korda teha. Ma ei ravi kedagi terveks, aga saan kõva väljaõppe ja olen leidnud uusi sõpru.

Kõik on valesti. Rahaline olukord on halb. Pean leidma mooduse, kuidas raha teenida. Pere tundub mõtlevat ainult kulutamisele. Inimesed ajavad mind närvi. Proovin lugeda. Proovin palvetada. Mind ümbritseb süngus. Miks on Jumal mind maha jätnud? Norutan kodus. Ma ei lähe kodunt välja ega seo ennast millegagi. Mis lahti on? Ma ei saa aru. Ma ei taha selline olla.

Jooks end täis! See on külmavereline mõte. Ma planeerin kõik ette. Sean sisse väikese garaaži kohal oleva toakese koos raamatute ja joogiveega. Plaanin minna linna, et osta kärakat ning söögipoolist. Ma ei joo enne koju tagasi jõudmist. Siis keeraksin ukse lukku ja loeksin. Ja lugedes võtaksin pikema intervalliga väikseid lonkse. Võtaksin ennast mõnusalt vindiseks ja hoiaksin seda taset.

Istun autosse ja hakkan sõitma. Poolel sissesõiduteel tabab mind aga mõte. Olen igal juhul aus. Ütlen oma naisele, mida ma kavatsen teha. Tagurdan ukse juurde ja lähen majja. Kutsun oma naise teise tuppa, kus saame omavahel vestelda. Räägin talle vaikselt, milline on mu plaan. Ta ei lausu sõnagi. Ei lähe ka närvi. Ta jääb rahu-likuks.

Kui olen rääkimise lõpetanud, tundub kogu see mõte absurdne. Hirm on kadunud. Ma naeran selle hullu-

meelsuse üle. Me räägime tühjast tähjast. Nõrkusest võrsub tugevus.

Ma ei adu enam selle kiusatuse põhjust. Kuid hiljem sain aru, et see algas minu soovist saavutada materiaalselt edu, mis ületas mu huvi teiste alkohoolikute aitamise vastu. Hiljem mõistsin veelgi rohkem meie iseloomu alustala, aususe kohta. Õppisin, et kui me tegutseme kõrgeima võimalikku aususe mõistmise järgi, muutub meie aususe tunnetus teravamaks.

Ma sain aru, et ausus on tõde ja et tõde teeb meid vabaks!

NÕIARING

Kuidas see lõpuks murdis ühe lõunaosariiklase kangekaelsuse ja saatus viis selle müügimehe Philadelphiasse AA-d käivitama.

8. JAANUAR 1938 – see oli minu põhi. Asukohaks Washington. Viimane tõeline karussell oli alanud päev enne jõule ja ma olin nende neljateistkümne päeva jooksul tõesti palju korda saatnud. Esmalt oli mu uus naine koos kottide, asjade ja mööbliga välja kolinud; seejärel oli korteriomani mind tühjast korterist välja tõstnud ja lõpuks olin kaotanud järjekordse töökoha. Pärast paari päeva dollarihotellides ja ühte ööbimist kartseris maandusin lõpuks ema ukse taga – värisedes, mitmepäevase habemega ja nagu tavaliselt, rahatu. Paljud neist asjadest olid minuga juba varemgi juhtunud, kuid seekord olid need kõik kokku langenud. Minu jaoks oli see Lõpp.

Siin ma olin, kolmkümmend üheksa aastat vana ja täiesti läbikukkunud. Mitte miski polnud toiminud. Ema soostus mind vastu võtma ainult siis, kui ma väikesesse kambrisse luku taha nõustun jääma ja oma riided ja kingad tema kätte annan. Me olime seda mängu varemgi mänginud. Nii Jackie mind leidiski – oma naril aluspükstes lebamas, kuuma ja külma higiga kaetuna, peksleva südame ja selle kohutava kogu keha katva sügelusega. Mingil moel olin alati suutnud deliiriumi vältida.

Kahtlen tõsiselt, et ma oleksin kunagi abi palunud, kuid Fitz, mu vana koolivend, oli veennud Jackie't mind vaatama tulema. Kui ta oleks tulnud kaks või kolm päeva

hiljem, oleksin ta arvatavasti välja visanud, kuid ta tuli just siis, kui olin kõigeks valmis.

Jackie saabus umbes kell seitse õhtul ja rääkis kuni kella kolmeni öösel. Ma ei mäleta palju sellest, mida ta ütles, kuid sain aru, et ta oli täpselt samasugune tüüp nagu mina: ta oli olnud samades hullumajades ja vanglates, kogenud samuti töökohtade kaotust, samasuguseid pettumusi, igavust ja üksildust. Põhimõtteliselt oli ta kõike seda kogenud isegi rohkem ja sagedamini kui mina. Ometi oli ta õnnelik, rahulik, enesekindel ja rõõmsameelne. Sel ööl lasin esimest korda elus end tõeliselt vabaks ja tunnistasin oma üldist üksildust. Jackie rääkis mulle New Yorgis asuvast rühmast, kuhu kuulus ka mu vana sõber Fitz—mehed, kel oli sama probleem nagu minul ja kes, üksteist aidates, enam ei joonud ja olid õnnelikud nagu temagi. Ta rääkis midagi Jumalast või Kõrgemast Jõust, kuid ma tõrjusin selle kõrvale – see oli minu jaoks täielik jama. Mulle jäi meie vestlusest vähe meelde, kuid kui ma varem ei teadnud, mida tähendab korralik uni, siis nüüd magasin öö rahulikult lõpuni.

See oli minu jaoks sissejuhatus sellesse „mõistvasse Sõpruskonda”, kuigi meie Ühing hakkas Anonüümsete Alkohoolikute nime kandma alles rohkem kui aasta hiljem. Kõik AA liikmed teavad seda tohutut õnne, mis peitub kaine olemises, kuid esineb ka traagilisi juhtumeid. Minu tugiisiku Jackiega läks just nii. Ta tõi rühma paljud meie esimestest liikmetest, kuid ise ei pääsenud ja suri alkoholismi. Tema surm oli minu jaoks kõva õppetund ja püsib tänini meeles, kuid ma mõtlen sageli, mis oleks saanud, kui keegi teine oleks mulle selle esimese külastuse teinud. Seetõttu ütlen alati, et kuni ma 8. jaanuari mäletan, püsin kaine.

AA-s on aegade algusest päevakorral küsimus, kumb tekib enne, kas neuroos või alkoholism. Mulle meeldib arvata, et ma olin küllaltki normaalne inimene enne kui alkohol üle võttis. Minu varajane elu möödus Baltimores, kus mu isa oli arst ja teraviljakaupmees. Minu pere elas väga jõukates oludes ja kuigi mõlemad mu vanemad jõid, mõnikord liigagi palju, ei olnud kumbki neist alkohoolik. Isa oli väga tasakaalukas inimene ja ehkki ema oli närviline ning pisut isekas ja nõudlik, oli meie kodune elu suhteliselt harmooniline. Meid oli neli last, ja kuigi mõlematest mu vendadest said hiljem alkohoolikud – ja üks neist sellesse suri – ei ole mu öde elus tillkagi alkoholi pruukinud.

Kuni kolmeteistkümneaastaseks saamiseni käisin riiklikes koolides, kus ma ei jäänud istuma ja sain keskmisi hindeid. Ma ei ole kunagi olnud milleski eriliselt andekas ja mul polnud ka mingeid tõeliselt ebarealistlikke ambitsioone. Kolmeteistkümneselt saadeti mind ühte väga heasse protestantlikku internaatkooli Virginia osariigis, kus õppisin neli aastat ja lõpetasin ilma eriliste saavutusteta. Spordis kuulusin jooksu- ja tennisevõistkondadesse, sain teiste poistega hästi läbi ja mul oli üsna suur tutvusringkond, kuid mitte ühtegi lähedast sõpra. Ma ei tundnud kunagi koduigatsust ja olin alati üpris iseseisev.

Seal astusin ma aga tõenäoliselt esimese sammu alkoholismi suunas, arendades endas välja tohutu vastumeelsuse kõigi kirikute ja religioonide vastu. Selles koolis oli meil enne iga söögikorda piiblilugemine ja pühapäeval neli jumalateenistust. See tekitasi minus sellist tõrksust, et vandusin mitte iial hakata kiriku liikmeks ega tõsta jalgagi kirikusse, välja arvatud pulmade ja matuste korral.

Seitsmeteistkümmeselt astusin isa rõõmustamiseks ülikooli, kes tahtis, et õpiksin tema jälgedes arstiks. Just seal jõin oma esimese joogi, mida mäletan siiani, sest igal järgneval „esimesel” joogil oli täpselt sama toime – tundsin, kuidas see läbib kogu mu keha kuni varbaotseni. Iga järgmine jook tundus aga olevat vähem tõhus, ja pärast kolme või nelja olid need kõik nagu vesi. Ma ei olnud kunagi lõbus joodik, mida rohkem ma jõin, seda vaiksemaks muutusin, ja mida rohkem ma purju jäin, seda kõvemini pingutasin, et näida kaine. Nii et ilmselgelt ei saanud ma kunagi joomisest mingit naudingut – ma võisin paista seltskonna kõige kainem mees ja ühtäkki olin kõige rohkem täis. Juba sel esmasel ööl jõin end mäluauku, mis viitab sellele, et olin koheselt alkohoolik. Kolledži algusaastal vedasin end lihtsalt koolist läbi. Mängisin peamiselt pokkerit ja jõin. Ma ei soovinud liituda ühegi üliõpilasseltsiga, sest tahtsin olla vaba, ja sel aastal piirdusid minu joomised ühe õhtuga, kord või paar nädalas. Teisel aastal piirdus mu joomine nädalavahetustega, kuid mind visati kehva õppe-
edukuse pärast peaaegu koolist välja.

1917. aasta kevadel ennetasin enda koolist välja viskamist sellega, et läksin „patriootlikult” sõjaväkke. Ma olen üks neist tüüpidest, kes väljus teenistusest madalama auastmega, kui sinna minnes. Olin eelmisel suvel ülikooli ohvitseride väljaõppekorpuses käinud, nii et läksin sõjaväkke seersandina, kuid ära tulin sealt reamehena, ja selleks peab tõepoolest olema eriline anne. Järgmise kahe aasta jooksul pesin ma rohkem panne ja koorisin enam kartuleid kui ükski teine sõdur. Sõjaväes sai minust tsükljoodik – ja tsüklid tekkisid alati, kui mul oli selleks võimalus. Kuidagi õnnestus mul kartserisse

mitte sattuda. Minu viimane tsükkel sõjaväes kestis 5.-11. novembrini 1918. aastal. 5. novembril kuulsime raadiost, et järgmisel päeval allkirjastatakse vaherahu (see oli enneaegne teade), niisiis võtsin selle tähistamiseks paar konjakit, siis kargasin veoauto peale ja läksin hüppesse. Minu järgmine teadlik mälestus on Bar le Duc'ist, mis asus baasist mitme kilomeetri kaugusel. Oli 11. november – kellad ja pasunad kõlasid tõelise vaherahu tähistamiseks. Seal ma olin: habe ajamata, riided katki ja määrdunud. Sellest, et olin mööda Prantsusmaad ringi rännanud, ei mäletanud ma midagi, kuid kohalike prantslaste silmis olin loomulikult kangeline. Tagasi laagrisse jõudes andestati mulle kõik, sest see oli Lõpp, kuid asjadele tagasi vaadates on täiesti selge, et olin juba üheksateistaastaselt väljakujunenud alkohoolik.

Sõja lõppedes ja tagasi Baltimores oma vanemate juures, töötasin kolmel vähetähtsal töökohal ja seejärel asusin ametisse värbajana uues üleriiklikus finantsettevõttes, olles seal esimese kümne töötaja seas. Millise võimaluse ma seal tuulde lasin! See ettevõtte teenib nüüd aastas üle kolme miljardi dollari. Kolm aastat hiljem, kahekümne viie aastaselt, avasin nende Philadelphia kontori, asudes seda juhtima ning ma ei ole enne ega pärast seda rohkem teeninud. Olin küll ülemuste soosik, kuid kaks aastat hiljem maandusin mustas nimekirjas kui vastutustundetu joodik. Selleks ei lähe kaua aega.

Minu järgmine töö oli naftafirma müügiedenduses Mississippis, kus minust sai kohe kõrge ülemus ja mind patsutati palju õlale. Siis sõitsin lühikese aja jooksul kaks ettevõtte autot katki ja – bingo – sain jälle kinga.

Kummalisel kombel oli mu ülemus, kes mind sellest firmast vallandas, üks esimesi mehi, kellega hiljem New Yorgi AA-rühmas kohtusin. Ta oli samuti vett ja vilet näinud nagu minagi, ja juba kaks aastat kaine, kui ma teda uuesti trehvasin.

Pärast seda, kui naftatööstuse töökoht vastu taevast lendas ja naine mu lõplikult maha jättis läksin tagasi Baltimore'i ema juurde. Siis sain müügiesindajaks üleriigilisse rehvfirmasse. Korraldasin ümber nende müügipoliitika terves linnas ja poolteist aastat hiljem, kolmekümneaastaselt, pakuti mulle filiaali juhataja kohta. Selle edutamisega seoses saatsid nad mind oma üleriigilisele konverentsile Atlantic Citys, et räägiksin suurtele juhtidele, kuidas ma seda tegin. Sel ajal piirdusin nädalavahetustel joomisega, kuid ma polnud kuu aega tilkagi võtnud. Registreerisin end hotellituppa sisse ja märkasin kapil klaasi alla pistetud sildikest kirjaga: „Sel konverentsil ei ole MINGIT joomist”, mille oli allkirjastanud ettevõtte president. Sellest piisas! Kes, mina? Kõva mees? Ainus müügimees, kes on konverentsile kõnet pidama kutsutud? Mees, kes pidi peatselt ühe nende suurima filiaali üle võtma? Ma alles näitan neile, kes siin boss on! Rohkem ei näinud mind selles ettevõttes keegi – kümme päeva hiljem saatsin telegrammiga oma lahkumisavalduse.

Nii kaua, kui töö oli raske ja täis väljakutseid, suutsin alati üsna hästi vastu pidada, kuid kohe kui õppisin combineerima, sain süsteemile pihta ja ülemus mulle õlale patsutas, olin uuesti ree pealt maas. Rutiinsed tööd mind ei köitnud. Ma võtsin alati endale kõige raskema ülesande, mida leida suutsin, rabelesin ööd ja päevad, kuni sain kõik kontrolli alla. Siis ma tüdinesin ja kaotasin

asja vastu igasuguse huvi. Ma ei viitsinud kunagi asju lõpuni viia ja premeerisin end pingutuste eest alati selle „esimese” joogiga.

Pärast rehvfirmit tulid kolmekümnendad aastad, majanduslangus ja algas allakäigutee. Kaheksa aasta jooksul enne seda, kui AA mu leidis, pidasin üle neljakümne töökoha – müügitöö ja reisimine – üks asi teise järel ja sama vana rutiin. Töötasin kolm või neli nädalat nagu hull, tilkagi joomata, säästsin raha, maksin mõned arved ja „premeerisin” end seejärel alkoholiga. Siis olin jälle pankrotis, peitsin end odavates hotellides üle kogu riigi, istusin vahel mõne öö siin-seal soolaputkas ja alati valdas mind seesama kohutav tunne: „Milleks see – kõik on mõttetu.” Iga mäluaugu korral, teisisõnu igal joomisel, näris mind hirm: „Millega ma seekord hakkama sain?” Ükskord sain teada. Paljud alkohoolikud on õppinud, et nad võivad nihverdada oma pudeli odavasse kinosali ning pimeduses juua, magada, ärgata ja jälle juua. Ühel hommikul läksin oma pudeliga just sellisesse kohta ja kui ma vastu õhtut lahkusin, krabasin koduteel kaasa ajalehe. Kujutage ette minu üllatust, kui lugesin esilehe nupukesest, et mind oli keskpäeva paiku teadvusetult kinost välja talutatud, kiirabiga haiglasse viidud ja maoloputust tehtud ning seejärel vabaks lastud. Ilmselt olin ma kohe uuesti pudeliga kinosali kooserdanud, seal mitu tundi joonud ja siis hakanud koju minema, omamata toimunust mingisugustki mälestust.

Tegevalkohooliku meeleseisund on sõnulseletamatu. Mul ei olnud mingit vimma inimeste vastu – kogu maailm oli vale. Mu mõtted keerlesid ringiratast: „Mis selle kõige mõte üldse on?” Inimesed peavad sõdu ja tapavad üksteist; nad võitlevad ja lõikavad edu nimel

üksteise kõrisid läbi – ja mis nad sellest saavad? Kas ma ei ole olnud edukas, kas ma ei ole äris saavutanud erakordseid asju? Ja mis on selle tulemus? Kõik on täiesti vale ja – kerigu põrgu. Nende kahe viimase joomisaasta jooksul, palvetasin purjus olles alati, et ma enam ei ärkaks. Kolm kuud enne Jackiega kohtumist olin sooritanud oma teise mannetu enesetapukatse.

Nende sündmuste taustal olin valmis 8. jaanuaril kuulama. Pärast seda, kui olin kaks nädalat Jackie läheduses kaine püsinud, leidsin äkki, et minust oli saanud minu tugiisiku tugiisik, kuna ta oli end äkitselt täis joonud. Olin jahmunud, kui sain teada, et ta oli joomata olnud vaid umbes kuu aega, kui ta mulle sõnumi tõi! Sellest hoolimata tegin hädakõne New Yorgi rühmale, mille liikmetega ma polnud veel kohtunudki, ja nad soovitasid, et me mõlemad sinna tuleksime. Seda me järgmisel päeval tegimegi, ja oh, milline teekond see alles oli! Mul oli hea võimalus vaadata ennast mittejoovast vaatenurgast. Me saabusime Hanki koju, mehe juurde, kes oli mind üksteist aastat varem Mississippis lahti lasknud, ning seal kohtasin Billi, meie asutajat. Bill oli selleks ajaks kolm ja Hank kaks aastat kaine olnud. Toona pidasin neid lihtsalt kaheks ekstsentrikuks, sest nad ei kavatsenud päästa mitte ainult kõiki maailma joodikuid, vaid ka kõiki nii-öelda normaalseid inimesi! Sel esimesel nädalavahetusel rääkisid nad ainult Jumalast ja sellest, kuidas nad kavatsevad Jackie ja minu elu korda teha. Neil päevil võtsime korduvalt ja põhjalikult läbi üksteise iskliku inventuuri. Vaatamata kõigele *meeldisid* mulle need uued sõbrad, sest, nagu öeldud, nad olid minu moodi. Ka nemad olid olnud aeg-ajalt tähtsad tegelased, kes korduvalt valel ajal asjad vussi

keerasid, samuti oskasid nad ühe papist tiku kolmeks eraldi tikuks jagada. (See on väga kasulik oskus koh-tades, kus tikud on keelatud.) Ka nemad olid rongiga ühte linna sõites ärganud sadu kilomeetreid teises suunas, teadmata, kuidas nad sinna sattusid. Meil kõigil tundusid olevat sarnased käitumismustrid. Sel esimesel nädalavahetusel otsustasin ma jääda New Yorki ja omandada neilt kõik, mida nad jagasid, välja arvatud „Jumala värk”. Sain aru, et nemad peavad tõesti *oma* mõtlemise ja harjumustega tööd tegema, aga *minuga* oli kõik korras; *ma* lihtsalt jõin liiga palju. Andke mulle lihtsalt üks hea väljakutse, veidi raha ja ma olen peagi suures mängus tagasi. Olen olnud kolm nädalat kaine, jamad välja silunud ja ise oma tugiisiku kaineks teinud!

Bill ja Hank olid just ostnud väikese autopoleerimis-firma ja nad pakkusid mulle tööd – kümme dollarit nädalas ja elamine Hanki majas. Me olime kõik valmis, et tõrjuda DuPont turult välja.

Toona koosnes New Yorgi rühm umbes kaheteist-kümnest mehest, kelle põhimõtteks oli: iga joodik iseenda eest; meil ei olnud mingit valemit ega nime. Mõnda aega järgisime ühe mehe kava, siis leidsime, et tal pole õigus ja valisime uue juhtoina. Kuid kuni me ühtsed püsisime ja üksteisega rääkisime, *jääme* kaineaks. Nädalas oli üks koosolek Billi kodus Brooklynis, kus me kõik võtsime kordamööda sõna ja pajatasime sellest, kuidas me olime oma elu üleöö muutnud, mitu joodikut me olime päästnud ja kuivaks väänanud ning lõpuks, kuidas Jumal oli igäühele meist käe õlale pannud. Oh sa poiss, milline segaduses idealistide kamp. Ometi oli meil kõigil südames üks tõeliselt siiras eesmärk, ja see oli - mitte juua. Esimestel kuudel ohustasin meie iga-

nädalastel koosolekutel kõigi meelerahu, sest kasutasin iga võimalust kritiseerida „vaimset lähenemisviisi”, nagu me seda toona nimetasime, ja kõike, millel oli teoloogiline varjund. Sain hiljem teada, et vanemad olijad tegid mitmeid palvekoosolekuid, lootes leida viisi, kuidas mind välja visata, jäädes samal ajal sallivaks ja vaimseks. Näib, et nad ei saanud vastust, sest jäin ikkagi kaineks ja müüsin palju autovaha, millelt pealt nad tuhat protsenti kasumit teenisid. Niisiis rühkisin ma rõõmsalt oma iseseisvat teed kuni juunini, mil hakkasin Uus-Inglismaale autovaha müüma. Pärast väga head nädalat viisid kaks mu klienti mind laupäeval lõunale. Me tellisime võileivad ja üks mees lausus: „Kolm õlut.” Ma ei puutunud enda oma. Mõne aja pärast ütles teine mees: „Kolm õlut.” Ma ei puutunud ka seda. Siis oli minu kord, tellisin: „Kolm õlut,” kuid seekord oli kõik teisiti. Mul oli kolmkümmend senti sularaha – kümnedollarilise nädalapalga juures on see suur asi. Niisiis jõin kõik kolm õlut jutti ära ja ütlesin: „Näeme poisid,” ning läksin ümber nurga pudeli järele. Ma ei näinud neid kumbagi enam kunagi.

Olin 8. jaanuari, mil ma sõpruskonna leidsin, täiesti unustanud, ja veetsin järgmised neli päeva poolpurjus peaga mööda Uus-Inglismaad ringi jõlkudes, mis tähendas, et ma ei suutnud täis jääda ega kaineks saada. Püüdsin poistega New Yorgis ühendust võtta, kuid minu telegrammid pörkusid kohe tagasi ning kui ma lõpuks Hanki toru otsa sain, vallandas ta mu sedamaid. See oli hetk, mil ma tõesti esimest korda endale otsa vaatasin. Mu üksildus oli hullem kui kunagi varem, sest nüüd olid omasugused mulle selja keeranud. Seekord tegi see tõepoolest haiget, rohkem kui ükski senine pohmakas. Minu geniaalne agnostitsism kadus ja ma

taipasin esimest korda, et need, kes tõesti uskusid või vähemalt ausalt püüdsid leida endast kõrgemat Jõudu, tulid minuga võrreldes eluga paremini toime ja olid rahulolevamad. Nad näisid olevat saavutanud sellise õnnetunde, mida ma polnud kunagi kogenud.

Oma vahanäidised kulude katteks maha parseldanud, roomasin paar päeva hiljem väga alandatud meeleolus New Yorki tagasi. Kui teised minu muutunud suhtumist nägid, võtsid nad mu küll tagasi, kuid nad *pidid* selle minu jaoks raskeks tegema. Kui nad poleks seda teinud, ei oleks ma vist kunagi püsima jäänud. Taaskord oli ees väljakutse, kuid seekord otsustasin asjaga lõpuni minna. Pikka aega oli ainus Kõrgem Jõud, mida suutsin tunnistada, rühma jõud. Kuid see osutus palju enamaks, kui ma kunagi varem mõistnud olin. Ja vähemalt oli see mingi algus. See oli ühtlasi ka lõpp, sest alates 16. juunist 1938 ei ole ma pidanud enam kunagi üksi kõndima.

Sel ajal kirjutati meie suurt AA raamatut ja kõik muutus palju lihtsamaks. Meil oli kindel valem, mida umbes kuuskümmend meist pidasid parimaks lahenduseks kõigile kainust tahtvatele alkohoolikutele, ja seda valemit pole aastate jooksul raasugi muudetud. Ma ei usu, et poisid minu isiksuse muutuses väga veendunud olid, sest nad kõhklesid minu loo lisamises raamatusse. Minu ainus panus nende kirjanduslikesse püüdlustesse oli minu kindel veendumus – kuna olin endiselt teoloogiline mässaja – et sõna *Jumal* peaks olema täiendatud fraasiga „nagu meie Teda mõistame”, sest see oli minu jaoks ainus viis vaimsust omaks võtta.

Pärast raamatu ilmumist hakkasime üheskoos väga aktiivselt tegutsema, et päästa absoluutselt kõiki, kuid tegelikult tilendasin mina ikka veel AA äärealal. Kuigi ma osalesin kõigis tegemistes ja käisin koosolekutel, ei

võtnud ma kuni 1940. aasta veebruarini ühtegi juhiametit vastu. Siis sain väga hea töökoha Philadelphias ja mõistsin kiiresti, et kui soovin kaineks jääda, vajan enda kõrvale paari alkohoolikut. Nii leidsin end täiesti uue rühma südames. Kui hakkasin poistele rääkima, kuidas me New Yorgis kained püsisime ja mis on programmi vaimne osa, siis avastasin, et nad ei usu mind, kui mu sõnad ja teod kokku ei käi. Korraga mõistsin, et kui ma andsin järele sellele vaimsele või isiksuse muutusele, sain veidi rohkem meelerahu. Jutustades uustulnukatele, kuidas oma elu ja suhtumist muuta, avastasin äkki, et muudan end veidi ka ise. Ma olin olnud liiga isepäine, et moraalselt inventuuri kirjutada, aga avastasin, et juhtides uue mehe tähelepanu tema valele suhtumisele ja tegudele, võtsin tegelikult ette omaenda inventuuri. Ja kui ma lootsin temas muutust näha, pidin ka endaga tööd tegema. See muutus on olnud minu jaoks pikk ja aeglane protsess, kuid neil viimastel aastatel on sellest tõusnud tohutu kasu.

1945 aasta juunis tegin koos teise AA-lasega oma esimese – ja ainsa – kaheteistkümnenda sammu külastuse naisalkohooliku juurde. Aasta hiljem me abiellusime. Ta on olnud sellest ajast peale kaine ja see on olnud tore. Me saame koos sõpradega naerda ja pisaraid valada ning kõige olulisem, me saame jagada oma AA eluviisi ja meil on igapäevaselt võimalus teisi aidata.

Lõpetuseks võin öelda vaid seda, et mis tahes kasvamise või mõistmiseni ma olen jõudnud, ei ole mul mingit soovi lõpetada. Jätan väga harva kodurühma minemata ja minu keskmine rühmas käimise sagedus on minimaalselt kaks koosolekut nädalas. Ma olen viimase üheksa aasta jooksul kaasa löönud ainult ühes

toimkonnas, sest ma tunnen, et mul oli esimestel aastatel oma võimalus ja et neid rolle peaksid täitma uued liikmed. Nad on palju erksamad ja edumeelsemad kui meie vanakesed olime ja meie sõpruskonna tulevik on nende kätes. Me elame nüüd läänes ja meil on vedanud oma piirkonna AA-ga. See on hea, lihtne ja sõbralik ning meie ainus soov on jääda AA *sisse*, mitte AA *peale*. Meie lemmiklause on „Tasa ja targu.”

Ja ma ütlen ikka, et seni, kuni ma mäletan 8. jaanuari Washingtonis, nii kaua säilitan ma Jumala armust, nagu mina teda mõistan, oma õnneliku kainuse.

(6)

JIMI LUGU

See arst, AA esimese mustanahaliste rühma varajasi liikmeid, räägib kuidas vabadus saabus oma rahva seas töötades.

SÜNDISIN ühes Virginia osariigi väikelinnas tavalises usklikus perekonnas. Minu mustanahaline isa töötas maakohas arstina. Mäletan, et kui ma veel väike olin, riietas ema mind samamoodi nagu mu kahte õdegi ning ma kandsin kuni kuueaastaseks saamiseni lokke. Siis läksin ma kooli ja sain lokidest lahti. Kuid avastasin, et juba toona valdasid mind hirmud ja sisemised takistused. Me elasime baptistide kirikust vaid paari maja kaugusel ning ma mäletan, et kui seal matusetalitust peeti, pärisin ma emalt sageli, kas see inimene oli olnud halb või hea ning kas ta pääseb taevasse või läheb põrgu. Olin siis umbes kuuene.

Ema oli hiljuti usku pööranud ja temast oli saanud usufanaatik. Selles tema neurootilisus peamiselt avalduski.

Oma laste suhtes oli tal tugev omandiinstinkt. Ema kujundas minus kõigest väest äärmiselt puritaanlikke vaateid seksuaalsuhete, emaduse ja üldse naiste kohta. Olen kindel, et minu arusaamad sellest, milline elu peaks välja nägema, erinesid tunduvalt nende inimeste arusaamadest, kellega ma läbi käisin. Hilisemas elus jättis see mu ellu oma jälje. Mõistan seda alles nüüd.

Umbes samal ajal juhtus koolis midagi, mida ma pole tänini unustanud, sest selle vahejuhtumi tõttu sain aru, et olen füüsilises mõttes argpüks. Mängisime vahetunnis korvpalli, ja olin kogemata endast veidi suuremale poisile jala taha pannud. Ta haaras palli ning virutas sellega mulle näkku. See oli kaklemiseks piisav provokatsioon, kuid ma ei löönud teda ning mõistsin vahetunni lõpus, miks ma seda ei teinud. Ma kartsin. See teadmine oli mulle väga valus ja ebameeldiv.

Emal oli vanakooli kasvatus ning ta arvas, et kõik poisid, kellega ma läbi käin, peavad olema korralikud. Minu nooruspäevadeks oli selline mõtteviis loomulikult muutunud, kuid mu ema polnud ajaga kaasas käinud. Ma ei tea, kas see oli hea või halb, ent igatahes teadsin ma seda, et teised inimesed ei mõelnud samamoodi. Meil ei lubatud kodus isegi kaarte mängida, kuid mõnikord andis isa meile klaasikese viskit kuuma vee ja suhkruga. Meil oli majas ainult isa isiklik viskivaru. Ma ei näinud, et ta oleks ealeski purjus olnud, ehkki tal oli kombeks hommikuti üks naps võtta ja õhtul tavaliselt veel teine, ning sama tegin ka mina. Kuid enamasti hoidis isa viskit oma kabinetis. Ainsad korrad, mil ma olen näinud oma ema midagi joovastavat suhu võtmas, oli jõulude ajal, mil ta jõi natuke munalikööri või pisut lahjat veini.

Kui ma olin keskkooli esimeses klassis, soovitas ema mul mitte kadetiks hakata. Ta hankis arstitõendi, mis pidi mu sellest vabastama. Ma ei tea, kas ta oli patsifist või mõtles ta lihtsalt, et kui jälle sõda puhkeb, siis see ehk aitab mul sellest hoiduda.

Umbes samal ajal hakkasin ka aru saama, et minu vaated vastassoole ei sarnanenud päris enamiku minu tuttavate poiste vaadetega. Ilmselt seepärast abiellusingi ma palju nooremalt kui oleks pidanud, sest seda tingis mu kodune kasvatus. Oleme nüüd peaaegu kolmkümmend aastat abielus olnud. Vi oli esimene tüdruk, kelle ma kohtama kutsusin. Mu süda valutas tollal tema tõttu üsna kõvasti, sest ta ei olnud sedasorti tüdruk, keda mu ema oleks mulle naiseks tahtnud. Esiteks oli ta juba kord abielus olnud ning minust sai tema teine abikaasa. Mu emale oli see nii vastumeelt, et meie esimesel abieluaastal ei kutsunud ta meid isegi õhtusöögile. Meie esimese lapse sündides mu vanemad siiski leebusid, ent hiljem, kui minust sai alkohoolik, pöördusid nad taas minu vastu.

Mu isa oli pärit lõunast, kus ta oli pidanud omal ajal väga palju kannatama. Ta tahtis mulle vaid kõige paremat ning ükski teine elukutse peale arsti oma ei olnud tema meelest küllalt hea. Teisalt olen ma vist ka ise alati meditsiini vastu huvi tundnud, ehkki ma ei ole kunagi osanud seda näha tavalise inimese pilgu läbi. Ma töötan kirurgina, kuna see on midagi nähtavat ja käegakatsutavat. Kuid ma mäletan lõpukursuse ja internatuuri ajast, et kui ma patsiendi voodi juurde astusin ja sümptomite põhjal diagnoosi määrama hakkasin, pidin tihti lõpuks midagi puht oletuse peale kirja panema. Minu isa oli hoopis teistsugune. Arvan, et tal oli intui-

tiivse diagnoosi panekuks lihtsalt annet. Isa oli aastate jooksul loonud väga tõhusa posti teel antava arstliku konsultatsioonisüsteemi, sest tollal ei liikunud meditsiini valdkonnas piisavalt palju raha.

Ma ei usu, et ma oleksin oma rassikuuluvuse pärast eriti kannatanud, sest ma olin ju selle sees sündinud ja mingit muud olukorda ma ei tundnud. Tegelikult ei olnud suhtumine pahatahtlik ning kui vahel oligi, siis võis seda ainult taunida. Parata polnud sinna aga midagi. Kaugest lõunast oli mul selles osas küll hoopis teistsugune ettekujutus. Majanduslik seisund oli siinjuures väga oluline, sest ma olen tihti kuulnud oma isa rääkimas, kuidas tema ema vanasti võttis mõne kulunud jahukoti, lõikas selle nurkadesse ja põhja paar auku ning kleit oligi valmis. Kui isa peale kooli lõpetamist Virginiasse tööle asus, hakkas ta neid lõuna „valgeid matse”, nagu ta neid sageli nimetas, nii põlgama, et ei läinud isegi oma ema matustele. Ta ütles, et ei taha enam iial oma jalga sinna Sügavale Lõunasse tõsta ja ei tõstnudki.

Lõpetasin Washingtonis alg- ja keskkooli ning astusin Howardi Ülikooli. Internatuuri sooritasin Washingtonis. Koolis mul erilisi raskusi ei olnud. Õppimine läks hästi. Hädad algasid siis, kui ma seltskonda, inimeste keskele sattusin. Mis kooli puutub, siis püsis mu õppe-dukus hea kuni lõpuni.

Oli vist 1935. aasta ja umbes sel ajal hakkasin ma tõeliselt jooma. Aastatel 1930-1935 läksid tööasjad majanduskriisi ja selle järelmõjude tõttu järjest allamäge. Mul oli sel ajal Washingtonis oma praksis, mis hakkas kokku kuivama ning postikonsultatsioon soiku vajuma. Kuna mu isa oli suurema osa oma elust tegutsenud Virginia väikelinnas, ei olnud temalgi ülemäärast

raha, kuid tema kinnisvara ja vähesed säästud paiknesid Washingtonis. Ta oli juba ligemale kuuekümnene, kui ta 1928. aastal suri ja kõik tema ettevõtmised minu hooleks jäid. Esimesed paar aastat ei olnud lood eriti hullud, sest inertsist liikus kõik edasi. Kuid siis muutus asi kriitiliseks, kõik kippus nässu minema ja ka mina hakkasin koos sellega nässu minema. Mulle tundub, et kuni selle ajani olin ma ehk ainult kolmel või neljal korral alkoholijoobes olnud ja viski ei olnud minu jaoks mõistagi mingi probleem.

Isa oli kunagi ostnud ühe restorani, kuna ta arvas, et see aitab mul oma vaba aega sisustada ning seal ma Vi'ga kohtusingi. Ta tuli sinna õhtust sööma. Olime tuttavad juba viis või kuus kuud. Ühel õhtul otsustas ta minust lahti saada ja minna sõbrannaga kinno. Üks mu hea sõber, kes meie vastas apteeki pidas, astus paari tunni pärast läbi ja ütles, et oli Vi'd linna peal näinud. Seletasin talle, et Vi oli enda sõnul plaaninud kinno minna, ent muutusin arutult rahutuks. Kui mu äng oli kujutlustes lumepallina suureks paisunud, otsustasin minna välja ja end purju juua. See oli esimene kord minu elus, kui ma tõeliselt purjus olin. Mulle valmistasid meelehärmi hirm Vi'st ilma jääda ja mõte, et kuigi ta võis teha, mida ta tahab, oleks ta siiski pidanud mulle tõtt rääkima. Viga oli minus. Eeldasin, et kõik naised peaksid olema täiuslikud.

Arvan, et ma ei joonud haiglaselt palju enne 1935. aastat. Selleks ajaks olin ma ilma jäänud praktiliselt kogu kinnisvarast peale meie elukoha. Asjad läksid üha allamäge. See tähendas, et pidin loobuma paljustki harjumuspärasest, mis ei olnud minu jaoks just kuigi kerge. Usun, et peamiselt sel põhjusel ma 1935.

aastal üksi jooma hakkasingi. Tulin koju, pudel kaasas, ja mäletan hästi, kuidas ma passisin, et Vi seda mingil juhul pealt ei näeks. Miski oleks pidanud mind juba siis hoiatama, et kõik pole korras. Mäletan, kuidas Vi mind jälgis. Jõudis kätte aeg, mil ta selle teema üles võttis, kuid ma õigustasin end alati kas külmetuse või halva enesetundega. Nii kestis see umbes kaks kuud ja siis hakkas Vi mult joomise üle uuesti aru pärima. Viski oli peale keeluseaduse lõppemist taas müügile ilmunud ning ma võisin poodi minna, viskit osta, pudelid oma kabinetti viia ja seal laua alla panna, algul ühte nurka ja siis teise, kuni varsti olid kõik kohad tühje pudeleid täis. Minu nõbu elas sel ajal meie juures ning ma ütlesin Vi'le: „Võib-olla on need tema pudelid. Kust mina tean. Küsi talt järele. Mina ei tea nendest pudelitest midagi.” Lisaks sellele, et mul oli vajadus alkoholi järele, ma *tahtsin* juua. Sealtmaalt algab tavalise joodiku lugu.

Jõudsin niikaugele, et hakkasin pikisilmi nädalalõpu napsitamist ootama, rahustades end mõttega, et nädalalõpud on minu päralt ja see ei sega ei mu peret ega tööd, kui ma nädalalõppudel joon. Kuid nädalalõpud venisid esmaspäevani ning peagi jõudis kätte aeg, mil ma jõin iga päev. Selles punktis elatasime me end minu arsti-praksisest vaevu ära.

1940. aastal juhtus midagi eriskummalist. Ühel reedel õhtupoolikul astus minu kabinetti mees, keda ma olin juba aastaid tundnud. Minu isa oli teda omal ajal mitu korda ravinud. Selle mehe naine oli juba paar kuud raskesti haige olnud ning mees oli mulle natuke võlgu. Kirjutasin talle retsepti. Järgmisel päeval, laupäeval, tuli ta tagasi ja ütles: „Jim, ma jäin sulle selle eilse retsepti eest võlgu. Ma ei maksnud sulle.” Oma peas mõtlesin:

„Ma tean, et sa ei maksnud, sest ma ei kirjutanud sulle mingit retsepti.” Kuid tema lisas: „Noo, sellesama rohu eest, mille sa eile mu naise jaoks andsid.” Mind haaras hirm, kuna ma ei suutnud midagi sellist meelde tule-tada. See oli esimene kord, kui pidin tunnistama, et tegemist oli mäluauguga. Järgmisel hommikul viisin mehele uue retsepti järgi ostetud ravimi ning panin selle eelmise rohupudeli asemele. Pärast ütlesin oma naisele: „Pean midagi ette võtma.” Võtsin selle rohu-pudeli ja viisin oma hea farmatseudist sõbra kätte analüüsimiseks ning selgus, et too rohi oli täiesti korralik. Selles punktis teadsin, et ma ei suuda joomist lõpetada ning ka seda, et ohustan nii ennast kui teisi.

Rääkisin pikalt ja põhjalikult psühhiaatriga, kuid sel-lest ei tulnud midagi välja. Umbes samal ajal pidasin aru ka ühe pastoriga, kellest ma väga lugu pidasin. Ta vaatas mu muret usulisest küljest ja ütles, et ma ei käi piisavalt tihti kirikus ning et tema arvates peituski mu hädade põhjus selles. Olin sellele tuliselt vastu, sest keskkooli lõpu eel olin saanud Jumala kohta taipamise, mis muutis usuküsimused minu jaoks väga keeruliseks. Mulle tuli mõte, et kui Jumal on tõepoolest kättemaksu-himuline, nagu mu ema väitis, siis ei saanud ta samal ajal olla armastav Jumal. Ma ei suutnud seda enda jaoks lahti mõtestada. Mässasin selle vastu ja pärast seda ei käinud ma kirikus ilmselt rohkem kui tosin korda.

Peale toda seika 1940. aastal otsisin teisi sissetuleku-allikaid. Mul oli hea sõber, kes töötas riigiametis ja läksin tema juurde maad kuulama. Ta muretseski mulle töökoha. Olin riigiameti palgal umbes aasta ning jät-kasin ka õhtuseid vastuvõtte oma arstikabinetis, kuni valitsusasutused detsentraliseeriti. Pärast seda läksin

lõunasse, sest mulle kinnitati, et just see maakond Põhja-Carolinas, kuhu ma ümber asuda kavatsesin, oli kuiv maakond. Uskusin, et sellest on mulle palju abi. Kohtan uusi inimesi ja elan alkoholivabas keskkonnas.

Kuid Põhja-Carolinasse jõudes märkasin, et sealne olukord ei olnud kuigivõrd erinev. Osariik oli küll teine, kuid mina olin endine. Püsisin siiski umbes kuus kuud kainenena, sest teadsin, et Vi pidi mulle mõne aja pärast koos lastega järele sõitma. Meil oli siis kaks tütart ja poeg. Kuid midagi juhtus. Vi oli omale Washingtonis töö kindlustanud. Ka tema töötas riigiametis. Hakkasin lähikonnas maad kuulama, kust alkoholi saada, ning loomulikult selgus, et see polnud üldsegi keeruline. Viski oli seal vist odavamgi kui Washingtonis. Lood muutusid järjest halvemaks ja lõpuks nii hulluks, et valitsus otsustas mind uuesti testida. Et ma olin alkohoolik, mõnede säilinud aruriismetega libekala, läbisin kontrolli seekord terve nahaga. Veidi hiljem tabas mind esimest korda raske maoverejooks. Jäin töölt ära umbes neljaks päevaks. Sattusin ka kõikvõimalikesse rahalistesse raskustesse. Võtsin pangast viissada dollarit laenu ja pandimajast veel kolmsada ning jõin selle üsna ruttu maha. Seejärel otsustasin Washingtoni tagasi minna.

Naine võttis mu armulikult vastu, ehkki ta elas ühe-toalises köögikesega korteris. Olud ei võimaldanud rohkemat. Lubasin edaspidi õigesti käituda. Töötasime nüüd mõlemad ühes ja samas büroos. Ma jõin edasi. Ühel oktoobriõhtul kaanisin end purju, jäin vihma kätte magama ning ärkasin kopsupõletikuga. Sellest hoolimata töötasime koos ja mina jätkasin endiselt joomist, kuid ma arvan, et südamepõhjas teadsime me mõle-

mad, et ma ei suuda joomist jätta. Vi mõtles, et ma ei tahagi seda teha. Tülitseime ning ma lõin teda rusikaga kord või kaks. Ta jõudis järeldusele, et tal on sellest kõigest villand, läks kohtusse ja pidas kohtunikuga nõu. Koos haudusid nad valmis plaani, mis ei võimaldanud mul teda ahistada, kui ta seda ei tahtnud.

Läksin mõneks päevaks ema poole kirgede vaibumist ootama, sest ringkonna prokurör oli saatnud mulle ametliku kutse tema juurde ilmuda. Politseinik käis meie ukse taga ja küsis James S-i, kuid sellenimelist seal ei elanud. Ta käis mitu korda. Ei möödunud kümmet päevagi, kui purjuspäi võimuesindajatele vahele jäin ning seesama politseinik oli parajasti jaoskonnas, kui mind kambrisse toimetati. Pidin vabanemiseks maksma kolmsada dollarit kautsjoni, sest politseinikul oli minu jaoks ikka seesama kohtukutse taskus. Niisiis läksin ringkonna prokuröri jutule ja me leppisime kokku, et kolin oma ema juurde, mis tähendas, et mina ja Vi pidime hakkama lahus elama. Käisin tööl edasi ja lõunatasin endiselt koos Vi'ga ning keegi töö juures ei aimanud, et me tegelikult koos ei ela. Tihti sõitsime ka koos tööle ja sealt tagasi, kuid sisimas tegi selline lahusolek mu meele üsna mõruks.

Novembris võtsin peale palgapäeva mõned vabad päevad, et 25-ndal kuupäeval oma sünnipäeva tähistada. Nagu ikka, jõin ma end purju ja jäin kogu rahast ilma. Keegi oli selle mult pihta pannud. See oli tavaline muster. Vahel andsin raha ema kätte hoiule ja käisin hiljem seda tema käest tagasi lunimas. Mul olid näpud praktiliselt põhjas. Arvan, et mul oli taskus veel ainult viis kuni kümme dollarit. Sellegipoolest otsustasin ma 24. novembril, olles terve eelmise päeva joonud, et

tahan oma naisega kokku saada ja lepitust otsida või vähemalt temaga rääkida. Ma ei mäleta, kas ma läksin trammiga, jala või taksoga. Ainus, mida ma mäletan, on see, et Vi seisis kokkulepitud tänavanurgal ning mul on ka selgelt meeles, et tal oli ümbrik käes. Mäletan, et me ajasime juttu, kuid mis edasi juhtus, seda ma enam ei tea. Tegelikult aga juhtus see, et ma olin haaranud taskunoa ja susanud Vi'd sellega kolm korda. Seejärel läksin koju ja kobisin voodisse. Umbes kell kaheksa või üheksa tulid kaks suurt uurijat ning üks politseinik mind kallaletungi eest arreteerima ning ma olin üllatunuim inimene maailmas, kui nad ütlesid, et olin kellelegi kallale tunginud, veelgi enam, et olin kallale tunginud oma naisele.

Järgmisel hommikul viidi mind kohtu ette. Vi oli väga kena ja seletas kohtus, et ma olin põhimõtteliselt tore inimene ja hea abikaasa, kuid jõin liiga palju. Ta arvas, et ma olen aru kaotanud ning mind tuleks hullumajja panna. Kohtunik lausus, et kui Vi nii arvab, siis võib ta mu kohtu korras kolmekümneks päevaks uuringutele ja läbivaatusele saata. Kuid läbivaatust ei tulnudki. Mingi uurimine võib-olla toimus. Lähim asi psühhiaatril, mis ma nägin, oli üks intern, kes tuli mult vereproovi võtma. Kui kohtuprotsess läbi sai, muutusin taas suuremeelseks ning tunnetasin, et pean Vi'le tema lahkuse eest kuidagi tasuma. Seepärast sõitsin Washingtonist ära ja asusin tööle Seattle'is. Olin seal umbes kolm nädalat, muutusin siis aga rahutuks ja hakkasin mööda maad ringi hulkuma, kuni sattusin Pennsylvanias terasevabrikusse tööle.

Töötasin seal ligi kaks kuud, kuid siis hakkasin ennast vihkama ja otsustasin koju tagasi sõita. Kõige rohkem ajas mind vihale ilmselt see, et vahetult peale lihavõtteid

olin ma oma kahe nädala palga välja võtnud ning otsustanud osa sellest Vi'le läkitada. Kõige rohkem tahtsin oma väiksele tütrele lihavõttekostüümi saata. Kuid juhtumisi asus postkontori ja terasevabriku vahel alkoholipood ja ma astusin sisse, et saada see üks naps. Loomulikult ei näinud mu laps mingit lihavõttekostüümi. Kahesajast dollarist, mis olin palgapäeval saanud, jäi üsna vähe järele.

Teadsin, et ei oska ise oma raha hoida ja andsin selle hoiule ühe valge mehe kätte, kes pidas baari, kus ma sageli käisin. Ta hoidis mu raha alles, kuid ma tüütasin ta oma rahanurumisega surmani ära. Viimaks, laupäeval enne ärasõitu, vahetasin lahti oma viimase sajalise. Sain selle eest paari kingi, ülejäänud aga lendas tuulde. Viimase raha eest ostsin rongipileti.

Olin olnud kodus umbes nädala või kümme päeva, kui üks mu sõber palus aidata tal pistikupesa ära parandada. Mõeldes ainult nende paari-kolme dollari peale, mille eest saaks viskit osta, võtsin selle töö ette ning tutvusin sellega seoses Ella G-ga, kes töigi mu AA-sse. Läksin sõbra töökotta pistikut parandama ja märkasin toda naist. Naine silmitses mind ainiti, kuid ei öelnud midagi. Viimaks küsis ta: „Kas teie olete Jim S?” Vastasin jaatavalt. Seepeale tutvustas naine ennast. Tema nimi oli Ella G. Kunagi aastaid tagasi, kui ma teda tundsin, oli ta olnud sale tüdruk, kuid taaskohtumise ajal kaalus ta sama palju kui praegugi, see tähendab oma üheksakümmend kilo. Ma ei tundnud teda ära, ent niipea, kui ta oma nime ütles, meenus ta mulle otsekohe. Ta ei rääkinud AA-st sõnagi ega maininud sedagi, et ta muretseb mulle tugiisiku, vaid küsis ainult Vi järele ja mina vastasin, et Vi käib tööl ning seletasin, kuidas teda leida. Päev

või paar hiljem helises lõuna paiku telefon ja helistajaks oli Ella. Ta küsis, kas üks inimene võiks tulla minu poole üht äriasja arutama. Ta ei maininud poole sõnagagi mu viskijoomist, sest kui ta seda oleks teinud, oleksin ma talle pikema jututa eitavalt vastanud. Küsisin ainult, mis äriasi see on, kuid ta ei öelnud seda. Ta sõnas: „Sellel mehel on sulle midagi huvitavat pakkuda, kui sa ta vastu võtad.” Kinnitasin, et olen nõus. Ella palus veel üht asja. Ta pani mulle südamele, et ma katsuksin olla kaine, kui ma vähegi suudan. Võtsin tol päeval jõu kokku ja püüdin kaine olla, ehkki tött-öelda oli see kainuski nagu mingi uim.

Õhtul kell seitse astus sisse minu tugiisik Charlie G. Alguses tundus ta veidi kohmetu. Ta tajus mind ootamas, et ta kiiresti teeks, ütleks, mis tal öelda on, ja lahkuks. Tema aga hakkas endast pajatama. Ta rääkis, kui palju muresid tal oli olnud ja mina mõtlesin endamisi: „Mis asja ta mulle oma muredest patrab. Mul neid endalgi küllalt.” Viimaks juhtis ta jutu viski peale. Ta muudkui rääkis ja mina kuulasin. Kui ta oli umbes pool tundi rääkinud, soovisin ma endiselt, et ta kiiremini teeks ja kaoks, et ma saaksin välja minna ja enne poe sulgemist veel viskit osta. Ent kuna ta lobises endasi, sain aru, et esimest korda kohtasin samade probleemidega inimest, kes – nagu ma siiralt usun – mind inimlikult mõistis. Teadsin, et naine mind ei mõista. Nii talle kui oma emale ja sõpradele lubadusi jagades olin ma siiras, ent tung võtta see esimene jook osutus kõigest muust võimsamaks.

Kui Charlie oli mõnda aega rääkinud, mõistsin, et temas oli midagi. Selle lühikese ajaga istutas ta minusse midagi, mille olin ammu kaotanud – see oli lootus. Kui

ta lahkus, saatsin ta poole kvartali kaugusel asuvasse trammipeatusesse, kus tee peal oli kaks nurgapealset alkoholipoodi. Panin Charlie trammi peale ja kui ta ära sõitis, möödusin mõlemast poest, ilma nende peale isegi mõtlemata.

Järgmisel pühapäeval saime Ella G pool kokku. Seal olid Charlie ja veel kolm-neli inimest. See oli minu teada AA mustanahaliste rühma esimene koosolek. Pidasime Ella pool kaks või kolm koosolekut ning hiljem teist sama palju tema ema kodus. Siis aga tegi Charlie või keegi teine meie rühmast ettepaneku, et me prooviksime leida koosolekute pidamiseks ruumi mõnes kirikus või saalis. Käisin selle ettepanekuga mitme pastori jutul ja nad kõik kiitsid selle mõtte heaks, kuid ükski neist polnud nõus meile ruume eraldama. Nii läksin ma viimaks Noorte Meeste Kristlikku Ühendusse ja seal lubati meil lahkesti kahe dollari eest õhtu pealt üht ruumi kasutada. Sel ajal toimusid meie koosolekud reede õhtuti. Algul polnud need mõistagi mingid õiged koosolekud, sest enamjaolt istusime seal ainult mina ja Vi. Kuid lõpuks leidsime veel paar inimest juurde, kes pidevalt käima hakkasid, ning sealtpeale algas meie kasv.

Ma ei ole seda maininud, kuid minu tugiisik Charlie oli valge ja kui meie rühm tegevust alustas, saime teistelt valgetelt rühmadelt Washingtonis abi. Paljud neist tulid ja jäid meie kõrvale ning õpetasid, kuidas koosolekuid läbi viia. Samuti juhendasid nad meid tublisti Kaheteistkümnenda Sammu töö osas. On päris ilmne, et nende abita ei oleks meie rühmast asja saanud. Nad säästsid meile palju aega ja vaeva. Veelgi enam, nad toetasid meid ka rahaliselt. Isegi siis, kui me õhtu eest

ainult kaks dollarit maksime, tasusid nad sageli meie eest, sest meie kogutud summa oli nii väike.

Sel ajal ma tööl ei käinud. Vi hoolitses minu eest ja mina pühendasin kogu oma aja rühma ülesehitamisele. Tegin seda üksinda kuus kuud. Korjasin siit ja sealt üles alkohoolikuid, sest tahtsin hingepõhjas kogu maailma päästa. Olin leidnud elus selle uue „miski” ning tahtsin seda jagada kõigiga, kellel oli probleem. Ma ei päästnud maailma, kuid meil õnnestus mõningaid inimesi aidata.

Selline on minu lugu sellest, mida AA on minu heaks teinud.

MEES, KES SELJATAS HIRMU

Ta veetis kaheksateist aastat põgenedes ja leidis siis, et põgeneda pole tarvis. Niisiis pani ta aluse AA-le Detroitis.

KAHEKSATEIST AASTAT valitses minu elu ühe hirm, sellest ajast peale, kui olin kahekümne ühe aastane. Kolmekümneseks saades olin avastanud, et alkohol võtab hirmu ära – mõneks ajaks. Lõpuks oli mul ühe probleemi asemel kaks: hirm ja alkohol.

Olen pärit heast perekonnast. Usun, et sotsioloogid nimetaksid seda kõrgemaks keskklassiks. Kahekümne esimeseks eluaastaks olin veetnud kuus aastat välisriikides, rääkisin vabalt kolme keelt ja olin käinud kaks aastat kolledžis. Perekonna majanduslik mõõn sundis mind kahekümneselt tööle minema. Olles täiesti veendunud, et mind saadab edu, astusin ärimaailma. Selline mõtteviis oli mulle lapsepõlvest sisse juurutatud ning teismeeas näitasin märkimisväärset algatusvõimet ja loovust raha teenimisel. Minu mäletamist mööda puudusid mul igasugused ebatavalised hirmud. Puhkus koolist ja töölt tähendas minu jaoks reisimist – ja ma reisisin rõõmuga. Esimesel kolledžijärgsel aastal käisin ma pidevalt kohtingutel ja lõputult tantsupidudel, ballidel ja õhtusöökidel.

Ühtäkki see kõik muutus. Kogegin laastavat närvi-vapustust. Kolm kuud voodis. Veel kolm kuud viibisin kodus, olles suurema osa ajast voodis. Mind kurnasid kõik sõprade külaskäigud, mis kestsid üle veerand tunni. Täielik tervisekontroll ühes parimas haiglas ei paljasta-

nud midagi. Kuulsin esimest korda väljendit, mida ma hakkasin hirmsasti põlgama: "Orgaaniliselt ei ole midagi valesti." Võib-olla oleks abi olnud psühhiaatriast, kuid psühhiaatrid polnud veel Kesk-Läände jõudnud.

Saabus kevad. Ma läksin oma esimesele jalutuskäigule. Poole kvartali kaugusel majast püüdsin nurga taha keerata. Mind halvas hirm, kuid kohe, kui kodu poole tagasi pöördusin, see halvav hirm kadus. Sealt algas lõputu jada selliseid kogemusi. Rääkisin sellest murest oma perearstile – mõistvale mehele, kes kulutas minu aitamisele tundide kaupa oma aega. Ta ütles, et ma pean tingimata kogu kvartali läbi kõndima, põhjustagu see mu peas kui tahes suurt agooniat. Ma järgisin tema juhiseid. Kui jõudsin kohani, kust oleksin võinud lõigata läbi sõbra aja kohe koju, tundsin peaaegu ületamatutu soovi seda teha, kuid tegin kogu teekonna siiski läbi. Tõenäoliselt suudavad vaid mõned selle loo lugejad oma isiklike kogemuste põhjal samastuda selle elevuse ja saavutusrõõmuga, mida tundsin pärast selle näiliselt lihtsa ülesande sooritamist.

Ma ei hakka üksikasjalikult peatuma kõigil neil asjadel, mis tõid mind tagasi tavapärase elu juurde – esimene lühike trammisõit, kasutatud jalgratta ostmine, mis võimaldas mul avardada oma elu kitsast perimeetrit, esimene sõit kesklinna. Sain lihtsa osalise tööajaga töö väikese naabruskonna trükikoja trükiste müüjana. See laiendas mu tegevuste ringi. Aasta hiljem sain osta Model T auto ja võtta vastu parema töökoha ühes kesklinna trükikojas. Sellest ja järjekordsest töökohast trükikojas sain ma viisakalt sule sappa. Mul lihtsalt ei olnud särtsu teha külma müügitööd. Suundusin tööle kinnisvara vahendamise ja haldamise valdkonda. Avastasin

kiiresti, et kokteilid pärastlõunal ja napsid õhtul leevendavad hästi päevaseid pingeid. See õnnelik töö ja alkoholi kooslus kestis viis aastat. Loomulikult tappis viimane lõppkokkuvõttes esimese, kuid sellest lähemalt hiljem.

Kolmekümneselt see kõik muutus. Mõlemad mu vanemad surid samal aastal, jättes minu kui ülehoolitsetud ja pisut ebaküpse mehe üksi. Kolisin ühte „poissmeeste-elamusse”. Kõik sealsed mehed veetsid laupäeva õhtuid juues ja lõbutsedes. Minu joomismuster muutus nende omast väga erinevaks. Mul tekisid rasked, pingelised peavalud, eriti kuklapiirkonnas. Alkoholi leevendas neid. Lõpuks avastasin, et alkohol ravib kõike. Hakkasin samuti nautima neid laupäevaõhtuseid pidusid. Jäin argipäevaõhtutel pärast teisi üles ja jõin end magama. Alkoholist oli saanud ühelt poolt kark ja teiselt poolt vahend elust põgenemiseks.

Järgnevad üheksa aastat olid nii kogu riigis majanduslikult, kui minu isiklikus elus depressiooniaastad. Ma abiellusin meeleheitest võrsunud vaprusena ja alkoholist kannustatuna ühe noore kauni neiuga. Meie abielu kestis neli aastat. Vähemalt kolm neist aastatest pidid mu naise jaoks olema elav pörgu, sest ta oli sunnitud pealt vaatama, kuidas mehel, keda ta armastas, lagunesid mõistus, moraal ja rahaline seis. Poja sünd ei aidanud kuidagi seda allakäiguspiraali peatada. Kui ta lõpuks koos lapsega minema läks, lukustasin end majja ja olin kuu aega juua täis.

Järgmised kaks aastat olid lihtsalt üks pikk ja veniv protsess, kus viski joomine pikkamööda töö tegemist välja suretas. Lõpuks olin kodutu, töötu, rahatu ja sihitu, olles ebameeldivaks külaliseks lähedase sõbra juures, kelle pere oli linnast ära. Igapäevases udus

kummitas mind mõte (ja selliseid päevi oli selle mehe kodus kaheksateist või üheksateist): „Kuhu ma lähen, kui ta pere koju tuleb?” Kui nende tagasipöördumise päev peaaegu kätte jõudis ja enesetapp oli ainus lahendus, mis mu peas terendas, läksin ühel õhtul Ralphi tuppa ja rääkisin talle tõtt. Olles jõukas mees, oleks ta võinud teha seda, mida paljud mehed sellises olukorras teevad. Ta oleks võinud anda mulle viiskümmend dollarit ja öelda, et ma peaksin end kokku võtma ja uuesti alustama. Olen viimase kuueteistkümnne aasta jooksul palju kordi Jumalat tänanud, et see on täpselt *see*, mida ta ei teinud!

Selle asemel pani ta end riidesse, viis mind välja, ostis mulle kolm või neli topeltnapsi ja pani mu voodisse. Järgmisel päeval delegeeris ta mind ühele abielupaarile, kes polnud küll alkohoolikud, kuid tundsid dr Bobi ja olid valmis mind Akronisse sõidutama ning mind tema hoole alla andma. Nende ainus tingimus oli see, et ma pidin selle otsuse ise langetama. Millise otsuse? Valikud oli piiratud. Kas suunduda põhjapoolle tühja männimetsa ja ennast maha lasta või minna lõunasse lootuses, et kamp võõraid inimesi mind mu joomisprobleemiga aitab. Noh, enesetapp oli viimane õlekõrs ja ma polnud seda veel tõmmanud. Niisiis sõidutasid need kaks Head Samariitlast mind juba järgmisel päeval Akronisse ja andsid mind doktor Bobi ja tollase pisikese Akroni rühma hoolde.

Haiglavoodis lebades tulid mind vaatama selgete silmade, rõõmsate nägude ja kindla ning eesmärgipärase ilmega mehed, kes jutustasid mulle oma lugusid. Mõningaid neist lugudest oli raske uskuda, kuid polnud vaja olla ajugeenius tajumaks, et neil on midagi,

mida ma võiksin kasutada. Kuidas ma suudaksin seda vastu võtta? Nad ütlesid, et see on lihtne ja kirjeldasid mulle oma sõnadega tervenemise ja igapäevaelu programmi, mida tunneme tänapäeval AA Kaheteistkümnne Sammuna. Dr Bob rääkis põhjalikult, kuidas palve oli ta ikka ja jälle vabastanud peaaegu võitmatust sündmõttest juua. Ta ise oli veendunud ja veenis ka mind, et minust suurem Jõud võib mind elus ette tulevates kriisides aidata ja et vahend selle Jõuga suhtlemiseks on lihtne palve. Siin oli pikk, jõuline, kõrgharidusega jänki, kes rääkis Jumalast ja palvest täiesti vabalt. Kui tema ja need teised inimesed sellega hakkama said, siis suudan seda ka mina.

Haiglast välja saades, kutsuti mind dr Bobi ja tema kalli naise Anne juurde elama. Mind haaras ootamatult ja kontrollimatult kunagine halvav paanika. Haigla oli tundunud nii turvaline. Nüüd olin võõras majas, võõras linnas ja mind valdas hirm. Lukustasin end oma tuppa ja see hakkas tiirlema. Valitsesid paanika, segadus ja kaos. Sellest keerisest kerkisid pinnale vaid kaks arusaadavat mõtet: esiteks tähendaks joomine kodutust ja surma, teiseks ei saanud ma enam hirmu leevendada koju minekuga, nagu ma varasemalt sellises olukorras olin teinud, sest mul polnud enam kodu. Ma ei suuda meenutada kui kaua sellega aega läks, aga lõpuks taipasin – proovi palvet. Sul pole midagi kaotada ja võib-olla Jumal aitab sind – ainult võib-olla. Kuna mul polnud kedagi teist, kelle poole pöörduda, olin nõus kahtlevalt Talle võimaluse andma. Esimest korda kolmekümne aasta jooksul laskusin põlvili. Palve, mille ma laususin, oli lihtne. See kõlas umbes nii: „Jumal, kaheksateist aastat ei ole ma selle probleemiga toime tulnud. Palun lase mul see sinu hooleks anda”.

Koheselt langes minu peale tohutu rahu, millesse oli segunenud vaikne jõud. Heitsin voodisse ja magasin nagu laps. Tund aega hiljem ärkasin uude maailma. *Miski polnud muutunud ja ometi oli kõik teistmoodi.* Loor oli langenud mu silmadelt ja ma nägin elu õigest vaatenurgast. Olin püüdnud olla omaenda väikese maailma keskmeks, samas kui Jumal oli tohutu universumi keskpunkt, milles mina võisin olla küll oluline, kuid väga väike osakene.

Minu ellu tagasi tulemisest on nüüd möödas juba üle kuueteistkümne aasta. Ma ei ole sellest ajast peale tilkagi joonud. Juba ainuüksi see on ime. See oli vaid esimene imede seeriast, mida olen üksteise järel kogenud, tänu Kaheteistkümne Sammu põhimõtete rakendamisele oma igapäevases elus. Sooviksin teile visandada tipphetked sellest kuusteist aastat kestnud aeglasest, kuid kindlast ja rahuldustpakkuvavast arengust.

Kehv tervis ja täielik rahapuudus sundisid mind jääma dr Bobi ja Anne juurde peaaegu aastaks. Oleks võimatu libiseda üle sellest aastast, rääkimata oma armastusest ja võlgnevusest nende imelise inimese vastu, kes nüüdseks on meie hulgast lahkunud. Nemad ja nende lapsed lasid mul end tunda, nagu oleksin osa sellest perest. Selle pere ja sageli Akronit väisava Bill W eeskuju ligimeste aitamises olid mulle suureks eeskujuks ja sütitasid minus soovi neid jäljendada. Sisemiselt mässasin tol aastal mõnikord selle vastu, mida tajusin ajaraiskamisena ja selle üle, et pidin olema koormaks neile headele inimestele, kelle vahendid olid piiratud. Enne, kui mul avanes reaalne võimalus anda, pidin omandama teise, sama olulise õppetunni – kuidas armulikult vastu võtta.

Esimestel kuudel Akronis olin üsna kindel, et ma ei taha enam kunagi oma kodulinna näha. Seal oleks

mind tabanud liiga palju majanduslikke ja sotsiaalseid probleeme. Tahtsin alustada kusagil mujal puhtalt lehelt. Pärast kuue kuu pikkust kainust nägin olukorda teises valguses. Pidin Detroiti tagasi pöörduma, mitte ainult seal tekitatud segadusega silmitsi seismiseks, vaid ka seetõttu, et saaksin seal AA-le kõige rohkem kasu tuua. 1939. aasta kevadel sõitis Bill tööasjus Detroiti ja tegi vahepeatuse Akronis. Haarasin kinni võimalusest temaga kaasa minna. Veetsime seal koos kaks päeva, enne kui ta tagasi New Yorki sõitis. Sõbrad lubasid mul jääda nii kauaks, kui soovisin. Peatusin nende juures kolm nädalat ja kasutasin osa sellest ajast selleks, et hüvitada mitmeid asju, milleks mul varem võimalusi ei olnud.

Ülejäänud aja pühendasin AA ettevalmistustööle. Otsisin „küpsed” kandidaate ja tundsin, et üksikute baaris käivate alkohoolikute taga ajamine ei vii mind kuhugi. Seega veetsin suure osa oma ajast kohtudes inimestega, kes loogiliselt puutuksid alkohoolikutega kokku – arstid, vaimulikud, advokaadid ja tööstuste personaliinimesed. Lisaks rääkisin AA-st igale sõbrale, kes kuulata tahtis – lõunal, õhtusöögil, tänavanurgal. Üks arst andis mulle vihje esimese potentsiaalse kandidaadi kohta. Kohtusin temaga ja saatsin ta rongiga Akronisse, taskus pint viskit, et tal poleks kiusatust Toledos maha minna! Mitte miski ei ole tänini võrdne selle esimese juhtumi põnevusega.

Need kolm nädalat kurnasid mind täiesti ära ja ma pidin naasma Akronisse, et veel kolm kuud puhata. Seal olles saadeti meile Detroitist veel kaks või kolm sularahahuvilist (nagu dr Bob neid nimetas – ilmselt seetõttu, et neil ei olnud raha). Kui ma lõpuks Detroiti tagasi pöördusin, et leida tööd ja õppida ise hakkama

saama, oli pall vaikselt veerema hakanud. Ometi kulus veel kuus kuud tööd ja pettumusi, enne kui kolmest mehest koosnev rühm minu üürikorteri magamistoas oma esimesele AA koosolekule kogunes.

See kõlab lihtsalt, aga mul tuli ületada takistusi ja kahtlusi. Mäletan hästi ühte heitlust, mis mul oli endaga peagi pärast naasmist. See kõlas umbes nii. Kui ma hakkam avalikult rääkima oma alkoholismist, võib see takistada mul hea töö leidmist. Kuid mis siis, *kui kasvõi ainult üks inimene sureb* sellepärast, et ma isekatel põhjustel suu kinni hoidsin? Ei. Ma pidin täitma Jumala tahtmist, mitte enda oma. Tema tee oli minu ees selgelt nähtav ja pidin lõpetama õigustuste otsimise, justkui oleks minu jaoks võimalikud ka kõrvalteed. Ma ei saanud loota, et säilitaksin selle, mille olin saavutanud, kui seda teistele ära ei jaga.

Majandussurutus kestis endiselt ja töökohti nappis. Minu tervis oli ikka veel ebakindel. Niisiis lõin endale töökoha, müües naiste pudukaupu ja meeste eritellimussärke. See andis mulle vabaduse teha AA tööd ja kahe või kolme päeva kaup puhata, kui olin jätkamiseks liiga kurnatud. Rohkem kui üks kord tõusin ma hommikul üles vaid rahaga, millest piisas kohviks ja röstsaiaks ning bussipiletiks, et esimesele kohtumisele sõita. Ei tee müüki – ei saa süüa. Selle esimese aasta jooksul õnnestus mul siiski ots-otsaga kokku tulla ja vältida tagasipöördumist oma vana harjumuse juurde, kus ma raha teenimise asemel laenu võtsin. Juba ainuüksi see oli suur samm edasi.

Esimese kolme kuu jooksul korraldasin kõik need tegevused ilma autota, sõltudes täielikult bussidest ja trammidest – mina, kel pidi auto alati käepärast olema. Mina, kes ma ei olnud kunagi elus kõnet pidanud ja kes

ma oleksin sellest mõttest haigeks jäänud, astusin erinevates linnaosades Rotary klubide ees üles ja rääkisin Anonüümsetest Alkohoolikutest. Kantuna soovist teenida AA-d, osalesin tõenäoliselt esimeses raadiosaates AA-st, elades üle mikrofonihiimu ja tundes end peale seda sooritust nagu miljon dollarit. Ma elasin üle nädal aega hirmu, sest olin nõustunud kõnelema alkohoolikutest kinnipeetavate grupile ühes meie osariigi vaimuhaiglas. Autasu oli seal sama – rõõm tehtud tööst. Kas ma pean teile ütlema, kes sellest kõigest kõige rohkem võitis?

Aasta möödudes pärast minu Detroiti naasmist oli AA-l juba välja kujunenud umbes tosinast liikmest koosnev väike rühm, ja minulgi oli välja kujunenud tagasihoidlik, kuid kindel töökoht, kus ma pakkusin enda keemilise puhastuse teenust. Olin iseenda ülemus. Kulus viis aastat AA-elu ja mu tervis paranes märkimisväärselt, enne kui võtsin vastu täiskohaga kontoritöö, kus minu ülemus oli keegi teine.

See kontoritöö seadis mind silmitsi probleemiga, millest ma olin kogu oma täiskasvanuelu elu jooksul kõrvale hiilinud, nimelt väljaõppe puudumisega. Sedakorda võtsin ma selles suhtes midagi ette. Panin end kirja kaugõppekooli, kus õpetati ainult raamatupidamist. Tänu sellele erialasele väljaõppele ja vabakutselisele äriharidusele elukoolis suutsin ligikaudu kaks aastat hiljem avada enda raamatupidamisbüroo. Seitse aastat tööd selles valdkonnas lõi võimaluse ühendada jõud ühe oma kliendiga, kaaslasega AA-st. Me täiendame teineteist suurepäraselt, sest tema on sündinud müügimees ja mina eelistan rahandust ja juhtimist. Lõpuks ometi tegin ma tööd, mida olin alati teha tahtnud, kuid milleks

mul ei ole kunagi olnud piisavalt kannatust ja emotsionaalset stabiilsust, et ka vastav väljaõpe läbida. AA programm näitas mulle, kuidas tulla maa peale tagasi, alustada nullist ja end üles töötada. Ka see kujutas endast minu jaoks suurt muutust, sest minevikus olin harjunud alustama tipust juhi või pearaamatupidajana ja lõpetama sellega, et šerif hingab mulle kuklasse.

Nii palju minu tööelust. Ilmselt olin oma hirmudest piisaval määral üle saanud, et mõelda äriedust. Jumala abiga olin võimeline üks päev korraga kandma ärilisi kohustusi, mille võtmisest poleks ma veel mõned aastaid tagasi unistanudki. Mis aga sai minu sotsiaalsest elust? Mis sai nendest hirmudest, mis kunagi halvasid mind sedavõrd, et ma pooleldi erakuks muutusin? Mis sai minu hirmust reisimise ees?

Oleks imeline, kui ma saaksin teile öelda, et minu usaldus Jumala vastu ja igapäevane Kaheteistkümne Sammu rakendamine on hirmu täielikult eemaldanud. See ei oleks aga tõde. Kõige täpsem vastus, mis ma teile anda *võin*, on järgmine: hirm ei ole enam kunagi valitsenud mu elu alates sellest päevast 1938. aasta septembris, mil ma leidsin, et minust suurem Jõud suudab mitte ainult taastada mu terve mõtlemise, vaid ka hoida mind kainenena ja mu meeled selged. Mitte kunagi kuue- teistkümne aasta jooksul ei ole ma hirmu tõttu millestki kõrvale hoidnud. Ma olen eluga silmitsi seisnud, selle asemel, et elu eest põgeneda.

Mõned asjad, mida hirm mind varem teha takistas, muudavad mind nende tegemise ootuses ikka veel närviliseks, kuid härjal sarvist haarates, kaob närvilisus ja suudan seda nautida. Viimastel aastatel on mul olnud aega ja raha, et vahetevahel reisida. Päev või kaks enne

starti kipun küll üsna ärevusse minema, kuid ma teen siiski algust ja kui ma kord pihta *hakkan*, siis kõik sujub.

Kas ma olen nende aastate jooksul kunagi juua tahtnud? Vaid ühel korral vaevas mind peaaegu alistamatu sundmõtte haarata üks jook. Kummalisel kombel olid asjaolud ja ümbrus meeldivad. Olin kaunilt kaetud õhtusöögilaua taga, igati õnnelikus meeleolus. Olles olnud AA-s juba aasta, oli joomine viimane asi, mis mul mõtteis mölkus. Minu ette lauale oli asetatud klaas šerrit. Mind haaras peaaegu taltsutamatu kihk selle järele käsi sirutada. Sulgesin silmad ja palusin abi. Vähem kui viieteist sekundiga see tunne kadus. On olnud mitmeid kordi, mil olen joogi võtmise peale mõelnud. Sellise mõtlemise algatas tavaliselt mälestuste heietamine oma noorusaja meeldivatest joomistest. AA elu alguses õppisin, et ma ei saa selliseid lemmiklooma hellitamise sarnaseid mõtteid lubada, sest sellest lemmikloomast võib sirguda koletis. Selle asemel asendan ma kiiresti need värvikad stseenid oma viimaste joomiste õudustega.

Umbes kakskümmend aastat tagasi keerasin vussi oma ainsa abielu. Seega polnud selles midagi kummalist, et ma pärast AA-ga liitumist palju aastaid igasugustest tõsiseltvõetavatest abielumõtetest hoidusin. Võrreldes äritegevusega oli see midagi, mis nõudis isegi rohkeimat tahet vastutust võtta ja suuremat koostöö- ning kompromissivalmidust. Siiski tundsin ilmselt sügaval sisimas, et isekalt poissmeheelu elamine on poolik elu. Üksinda elades jäetakse oma elust välja küllaltki palju kurbust, kuid samas ka rõõmu. Igal juhul oli viimane suur samm täisväärtusliku elu suunas mul veel ees. Nii siis sain ma endale kuus kuud tagasi valmis perekonna, kuhu kuuluvad üks võluv naine, neli täiskasvanud last,

kellele olen pühendunud, ja kolm lapselast. Kuna ma olen alkohoolik, siis ei saa ma unistadagi sellest, et ma midagi poolikult teeksin! Minu abikaasa, kes on samuti AA-lane, oli olnud üheksa aastat lesk ja mina olin olnud kaheksateist aastat vallaline. Kohanemine on sellistes oludes raske ja võtab aega, kuid me mõlemad tunneme, et see on kahtlemata seda väärt. Me mõlemad sõltume Jumalast ja Anonüümsete Alkohoolikute programmi rakendamisest, et see ühine ettevõtmine õnnestuks.

Kahtlemata on veel liiga vara öelda, kui edukas ma tulevikus abikaasana olen. Küll aga tunnen, et see, et ma lõpuks *kasvasin* punkti, kus ma üldse suutsin vastu minna sellisele väljakutsele, on tipphetk selle mehe loos, kes kaheksateist aastat elu eest põgenes.

(8)

TA ALAHINDAS ENDA VÄÄRTUST

Ometi leidis ta, et on olemas Kõrgem Jõud, kes uskus temasse rohkem kui ta ise. Nii sündis AA Chicagos.

KASVASIN üles Ohio osariigis ühes Akroni lähedal asuvas väikelinnas, kus elu kulges sarnaselt iga teise keskmise väikelinna omaga. Olin väga huvitatud spordist ning tänu sellele ja vanemate mõjule ei joonud ega suitsetanud ma ei põhikoolis ega keskkoolis.

Kõik see muutus, kui asusin kolledžisse õppima. Pidin kohanema uue seltskonna ja kaaslastega ning tundus, et joomine ja suitsetamine on mõistlikud tegevused. Kolledžis ja mitu aastat pärast seda jõin normaalselt, piirdudes nädalavahetustega.

Pärast koolist lahkumist asusin tööle Akronisse ja elasin vanemate juures. Kodune elu avaldas taas piiravat mõju. Arvestasin vanemate tunnetega ja varjasin joomist nende eest. See jätkus kuni mu kahekümneseitsmenda eluaastani. Siis hakkasin reisima, minu tööpiirkonnaks said Ameerika Ühendriigid ja Kanada. Kuna mul oli nii palju vabadust ning piiramatut kuluarvet, hakkasin peagi igal õhtul jooma, lollitades end, et see kõik kuulub töö juurde. Nüüd tean, et 60 protsenti ajast jõin ma üksi, mitte koos klientidega.

1930. aastal kolisin Chicagosse. Varsti pärast seda, suuresti majandussurutise tõttu, avastasin, et mul on palju vaba aega ja et väike hommikune jook aitab. 1932. aastaks jõin juba kaks, kolm päeva jutti. Samal aastal sai mu naisel minu joomisest kodus täiesti villand ja ta helistas mu isale Akronis, et too mulle järele tuleks. Ta palus minuga midagi ette võtta, sest tema ei suutnud. Ma olin talle tülgastav.

See oli algus viieaastasele edasi-tagasi pendeldamisele minu Chicago kodu ja Akroni vahel, et kaineks saada. Sel perioodil, muutusid joomingud järjest sagedasemaks ja kestsid kauem. Kord tuli isa koguni Floridasse, et aidata mul kaineks saada, kui hotelli juhataja talle helistas ja ütles, et kui isa tahab mind veel elusana näha, peaks ta kiiresti kohale tulema. Mu naine ei suutnud mõista, miks ma isa jaoks kaineks saan, aga tema jaoks mitte. Nad said kokku ja isa selgitas talle, et ta lihtsalt võttis mul püksid, kingad ja raha ära, et ma ei saaks alkoholi osta ja ma lihtsalt pidin kaineks saama.

Ükskord otsustas ka mu naine seda katsetada. Leidnud kõik korterisse ära peidetud pudelid, võttis ta mu püksid, kingad, raha ja võtmed ära, viskas need tagumise magamistoa voodi alla ning pani ukse lukku. Kella üheks öösel olin ma meeleheitel. Leidsin paari villaseid sokke, mingid valged flanellpüksid, mis olid mulle põlvini, ning vana jope. Tõmbasin esiukse niimoodi kinni, et pääseksin tagasi sisse, ja läksin välja. Puhus jääkülm tuul. Oli veebruar, maa oli kaetud lume ja jääga ning ma pidin jalutama neli kvartalit lähima taksopeatuseni, kuid kohale ma jõudsin. Lähimasse baari sõites luiskasin taksojuhile sellest, kui hoolimatu inimene mu naine on ja kui väärilt ta mind mõistab. Selleks ajaks, kui me

baari jõudsime, oli ta valmis mulle oma raha eest liitri alkoholi ostma. Kui me siis tagasi korterisse jõudsime, oli ta nõus kaks-kolm päeva ootama, kuni ma oma terve korda saan, et saaksin alkoholi ja sõidu eest tasuda. Ma olin hea müügimees. Mu naine ei saanud järgmisel hommikul aru, kuidas ma rohkem täis olin kui eelmisel õhtul, kui ta mu pudelid ära oli võtnud.

Pärast eriti raskeid jõule ja aastavahetust võttis isa mind 1937. aasta jaanuari alguses uuesti käsile, et teha läbi tavapärane kaineestamisrutiin. See seisnes kolme-nelja päeva ja öö jooksul ringi tammumisest, kuni ma soostusin sööma. Seekord oli tal ettepanek. Ta ootas, kuni olin täiesti kaine, ja päev enne seda, kui pidin tagasi Chicagosse sõitma, rääkis ta mulle väikesest rühmast meestest Akronis. Tuleb välja, et neil oli minuga sama probleem, kuid nad olid selle vastu midagi ette võtnud. Väidetavalt olid nad kained, õnnelikud ja eneseväarikuse ning naabrite lugupidamise tagasi võitnud. Ta mainis neist kahte, keda olin aastate jooksul tundnud ja soovitas mul nendega rääkida. Minu tervis oli aga taastunud ja pealegi, arutlesin endamisi, olid nad palju hullemad kui mina võiksin kunagi olla. Alles aasta eest olin ma näinud Howardit, endist arsti, kes nuias joogi jaoks kümnesendist. Nii madalale ma ei langeks. Ma oleksin vähemalt kakskümmend viis senti küsinud! Niisiis ütlesin isale, et saan ise hakkama ning ma ei joo kuu aega tilkagi ja pärast seda ainult õlut.

Minu suhtumine oli täiesti muutunud, kui isa mitu kuud hiljem jälle Chicagosse mind üles korjama tuli. Ma ei suutnud ära oodata, et talle teatada oma soovist abi saada. Kui Akroni meestel on midagi, siis tahan ka mina seda ja teen selle saamiseks kõik. Alkoholi oli minust võitu saanud.

Ma mäletan veel väga selgelt, kuidas ma kell üksteist õhtul Akronisse jõudsin ja sellesama Howardi voodist välja ajasin, et ta mind aitaks. Sel õhtul jutustas ta mulle kaks tundi oma lugu. Ta rääkis, et oli teada saanud, et joomine on surmaga lõppev haigus, mis koosneb allergiast koos sundmõttega. Kui joomine on muutunud harjumusest sundmõtteks, oleme täiesti lootusetud ja meid ootab ees, kas eluaegne hullumaja – või surm.

Ta rõhutas väga oma suhtumise muutumist elu ja inimeste suhtes, ning enamik tema hoiakutest olid olnud minu omadele väga sarnased. Vahepeal tundus, et ta jutustab minu lugu! Olin arvanud, et olen teistest täiesti erinev ning hakanud pisut ära keerama. Eraldusin üha enam ja enam ühiskonnast, tahtes olla oma pudeliga üksi.

Siin oli mees, kellel oli põhimõtteliselt samasugune ellusuhtumine, selle vahega, et ta oli midagi ette võtnud. Ta oli õnnelik, nautis elu ja inimesi ning hakkas oma arstipraksist tagasi saama. Mõeldes sellele esimesele õhtule, mõistan, et mul tekkis esmakordselt lootus. Tundsin, et kui see on õnnestunud temal, siis võib see juhtuda ka minuga.

Järgmise päeva pärastlõunal ja õhtul külastasid mind veel kaks meest, kes jutustasid mulle oma lood, ning rääkisid, mida nad teevad sellest traagilisest haigusest tervenemiseks. Nende olekust kiirgas rahulikkust, rõõmu ja meelerahu. Järgmise kahe või kolme päeva jooksul suhtles minuga veel käputäis tegelasi sõpruskonnast, kes julgustasid mind ja rääkisid, kuidas nad püüavad seda tervenemisprogrammi oma ellu rakendada ja millist rõõmu see neile pakub.

Esimesel koosolekul lubati mul osaleda alles pärast seda, kui kaheksa või üheksa inimest olid mind põhjali-

kult juhendanud. Toimus see kellegi kodus, elutoas ning seda juhtis Bill D, esimene inimene, kellega Bill W ja dr Bobi töö oli olnud edukas.

Koosolek koosnes vast kaheksast-tüheksast alkohoolikust ja nende seitsmest või kaheksast naisest. See erines praegustest koosolekutest. Suurt AA raamatut ei olnud veel kirjutatud ja muud kirjandust peale mõnede usu-liste brošüüride neil kasutada ei olnud. Programmi anti edasi suusõnaliselt.

Koosolek kestis tund aega ja lõppes Meie Isa palvega. Pärast seda suundusime kõik kööki, kus jõime kohvi, sõime sõõrikuid ja arutlesime kuni varajaste hommikutundideni.

Kogu see koosolek avaldas mulle väga muljet, sealhulgas see, kui rõõmsad nad vaatamata oma materjaalsete vahendite nappusele olid. Suure majanduslanguse ajal olid kõigil selles väikeses rühmas rahaprobleemid.

Esimesel reisil viibisin Akronis kaks või kolm nädalat, püüdes ammutada nii palju kui võimalik endasse seda programmi ja filosoofiat. Et näha, kuidas pered programmi ellu rakendavad, olin väga palju aega koos Dr Bobiga, kui tal mahti oli. Veetsin aega veel paari-kolme inimese kodus. Üritades näha, kuidas kogu perekond programmi järgi elab. Igale õhtul kohtusime kellegi pool, jõime kohvi, sõime sõõrikuid ning veetsime koos seltskondliku õhtu.

Päev enne Chicagosse naasmist kutsus dr Bob mind enda kontorisse – tal oli vaba pärastlõuna, ja me käisime kolme-nelja tunni jooksul põhjalikult läbi Kuuest Sammust koosneva programmi, nagu see tol ajal oli. Need kuus sammu olid:

1. Täielik enese kahandamine.

2. Sõltumine Kõrgemast jõust ja temalt juhatuse saamine.
3. Moraalne inventuur.
4. Pihtimine.
5. Hüvitamine.
6. Jätkuv töö teiste alkohoolikutega.

Moraalse inventuuri juures tõi ta välja mitu minu halba iseloomujoont või puudust nagu isekus, ülbus, armukadedus, hoolimatus, sallimatus, tujutus, sarkasm ja vimmapidamine. Me arutasime need põhjalikult läbi ja lõpuks küsis ta minult, kas ma soovin, et need iseloomupuudused minult kõrvaldatakse. Kui ma vastasin jaatavalt, põlvitasime mõlemad tema laua juures ja palvetasime, paludes mõlemad, et need puudused eemaldataks.

Mul on see pilt väga selgelt meeles. Isegi kui ma peaksin elama saja-aastaseks, jääb see mulle eredalt meelde. See oli väga muljetavaldav ning ma soovin, et iga AA-lane saaks tänapäeval kogeda sellist toetust oma tugiisikult. Ma arvan, et aitas ka see kuidas Dr Bob rõhutas väga tugevalt usulist vaatenurka. Tean, et minule oli see abiks. Seejärel juhatas Dr Bob mind läbi hüvitamise sammu, kus ma koostas nimekirja kõigist inimestest, kellele olin kahju teinud, leides moodused ja vahendid, kuidas aegamisi seda kahju heastada.

Langetasin sel ajal mitu otsust. Esiteks otsustasin, et proovin luua rühma Chicagos. Teiseks otsustasin, et pean käima vähemalt iga kahe kuu tagant Akronis koosolekutel, kuni mul õnnestub Chicagos rühm käivitada. Kolmandaks otsustasin, et pean seadma programmi kõige muu ees esikohale, sealhulgas oma pere ees, sest kui ma ei suuda jääda kaineks, kaotan ma nad niikuinii.

Ilma kainuseta kaotaksin ka töö. Kui mul pole kainust ei ole mul ka sõpru. Tol hetkel olidki ainult mõned järel.

Järgmisel päeval pöördusin tagasi Chicagosse ja alustasin oma niinimetatud sõprade või joomakaaslaste seas jõulist kampaaniat. Nende vastus oli alati sama, kui neil seda kunagi vaja läheb, võtavad nad minuga kindlasti ühendust. Küllastasin vaimuliku ja ühte arsti, keda vanast ajast tundsin, ja nemad omakorda uurisid, kui kaua ma kaine olen olnud. Kui vastasin, et kuus nädalat, olid nad viisakad ja ütlesid, et võtavad minuga ühendust, kui mõnda alkoholiprobleemiga inimest kohtavad.

Pole mõtet vist lisada, et kulus üle aasta enne kui nad minuga ühendust võtsid. Reisidel Akronisse, et oma vaimu taastada ja teiste alkohoolikutega töötada, pärisin Dr Bobilt aru selle viivituse kohta. Mis mul viga on, et asjad ei edene? Ta vastas alati: „Kui sina oled õigel teel ja aeg on õige, siis Jumal juhib. Sina pead alati valmis olema ja jätkama kontaktide loomist”.

Mõni kuu pärast oma esimest visiiti Akronisse tundsin end üsna üleolevalt ja arvasin, et mu naine ei kohtle minusugust auväärset kodanikku piisavalt aupaklikult. Niisiis jõin ma end meelega purju, lihtsalt selleks, et talle näidata, millest ta ilma jäi. Nädal hiljem läks mul vaja üht vana sõpra Akronist, kes kulutas kaks päeva mind kaineks tehes. See oli minu õppetund, et moraalne inventuur ei tohi jääda vaid ühekordseks. Alkohoolik peab jätkama igapäevast inventuuri, kui ta soovib terveneda ja tervenenuks jääda. See oli minu ainus libastumine. Sain väärt õppetunni. Suvel 1938, peaaegu aasta pärast oma esmast kontakti Akroniga, pöördus minu poole mu ülemus, kes oli programmist teadlik. Ta küsis, kas ma saaksin aidata ühte ta müügi-meest, kes väga palju joob. Läksin vaimuhaiglasse, kus

seda meest kinni peeti ja avastasin oma üllatuseks, et ta oli huvitatud. Ta oli juba pikka aega tahtnud oma joomisega midagi ette võtta, kuid ei teadnud, kuidas. Veetsin temaga mitu päeva, kuid ma ei tundnud end piisavalt pädevana, et talle ise programmi edasi anda. Seega panin talle ette sõita paariks nädalaks Akronisse, mida ta ka tegi, elades seal ühe AA perekonna juures. Kui ta tagasi tuli, pidasime peaaegu iga päev koosolekuid.

Paar kuud hiljem tuli Chicagosse elama üks mees, kes oli olnud kontaktis Akroni rühmaga. Nüüd oli meid kolm, kes jätkasid üsna regulaarselt mitteametlike koosolekute pidamist.

Kevadel 1939 trükiti Suur Raamat ja meile saadeti New Yorgi kontorist kaks päringut, mis olid ajendatud veerandtunnisest raadiosaatest. Kumbki neist kahest ei olnud ise huvitatud, üks oli ema, kes soovis oma poja heaks midagi ette võtta. Soovitasin talle, et ta võiks pöörduda oma poja kirikuõpetaja või arsti poole ja ehk soovitavad nemad talle AA programmi.

Poja noor arst võttis ideest kohe tuld ja kuigi ta ei suutnud teda veenda, leidis ta kaks kandidaati, kes olid sellest programmist huvitatud. Meie kolm tundsim, et me ei ole ülesande kõrgusel ja pärast mõnda kohtumist veensime kandidaate, et ka nemad peaksid minema Akronisse, kus nad saaksid näha kogenumat rühma tegutsemas.

Samal ajal mõistis üks teine arst Evanstonis, et programmil on potentsiaali ja saatis meie juurde ühe naise, et me temaga midagi ette võtaksime. Naine oli täis entusiasmi ja käis samuti Akronis. Pärast tema naasmist 1939. aasta sügisel hakkasime kord nädalas pidama ametlikke koosolekuid ja oleme seda jätkanud ning laienenud.

Aeg-ajalt on mõnele meist antud võimalus näha, kuidas väikesest seemnest võrsub hiiglaslik headus. Minul on olnud selline võimalus nii üleriigiliselt kui ka oma kodulinnas. Käputäiest liikmetest Akronis oleme laienenud üle maailma. Ühest mehest, kes sõitis Chicagost Akronisse, oleme nüüd kasvanud enam kui kuue tuhande liikmeni.

Kuigi see väide võib näida kulunud, on viimased kaheksateist aastat olnud minu elu kõige õnnelikumad. Kui ma oleks jätkanud joomist, siis ma ei oleks saanud viimast viitteist aastat nautida. Arstid olid andnud mulle enne joomise lõpetamist kõige rohkem kolm aastat elada.

Hilisemas elus olen endale leidnud eesmärgi, mitte suurte saavutuste kaudu, vaid igapäevases tegutsemises. Varasemate aastate hirmud ja ebakindlus on asendunud julgusega igale päevale vastu astuda. Vanad kannatamatud püüdlused maailma vallutada on asendunud asjadega leppimisega sellisena nagu nad on. Ma olen lõpetanud tuuleveskitega võitlemise ja püüdnud selle asemel täita igapäevaseid väikesi ülesandeid, mis on iseenesest tähtsusetud, küll aga täisväärtusliku elu lahutamatu osa.

Seal, kus mind kunagi pilgati, põlati ja haletseti, tunnen nüüd paljude inimeste austust. Seal, kus olid kunagi juhututtavad ja heade-aegade-semud, on mul nüüd hulk sõpru, kes võtavad mind just sellisena, nagu ma olen. Minu AA-s veedetud aastate jooksul olen sõlminud palju tõelisi, ausaid ja siiraid sõprussuhteid, mida pean alati kalliks.

Enda hinnangul olen tagasihoidlikult edukas mees. Minu materiaalne varandus ei ole suur. Küll aga on

mu varanduseks sõprussuhted, julgus, enesekindlus ja aus hinnang oma võimetele. Eelkõige olen saavutanud kõige suurema, mis võib ühele inimesele osaks saada, selleks on armastus ja mõistmine armuliselt Jumalalt. Tema on tõstnud mind alkohoolsest risuhunnikust usaldusväärsele positsioonile, kus ma olen saanud nautida rikkalikku tasu, mis tuleneb pisukese armastuse väljendamisest teiste inimeste vastu ja nende teenimisest, nii hästi kui ma suudan.

KUNINGRIIGI VÕTMED

See elutark naine aitas käivitada AA Chicagos ja andis seega oma võtmed paljudele edasi.

VEIDI ROHKEM, kui viisteist aastat tagasi, leidsin end abituna täieliku hävingu suunas liikumas, milleni viis pikk rida laastavaid ja õnnetuid kogemusi. Mul polnud jõudu muuta oma elu kulgu. Ma ei osanud kellelegi selgitada, kuidas olin sellesse traagilisse tupikusse sattunud. Olin kolmekümne kolme aastane ja mu elu oli läbi. Olin sattunud väljapääsmatusse alkoholi- ja rahustite rattasse, ning teadvusel olemine oli muutunud talumatuks.

Ma olin sõjajärgse keeluaja, pööraste 20ndate produkt. Ajastu, mida iseloomustasid mässumeelsed ja enesekindlad naised, salajased baarid ja põuepudelid, poisipeasoenguga naised ja apteegikauboid, John Held Juunior ja Scott Fitzgerald, kes kõik olid täis teeseldud keerukust. Kindlasti oli see peadpööriv ja segane periood, kuid enamik teisi, keda ma tundsin, olid tulnud sealt välja tasakaalukalt ja täiskasvanulikult.

Lapsepõlvekeskkonda ei saanud ma samuti oma segaduses süüdistada. Ma ei oleks saanud valida armastavamaid ja kohusetundlikumaid vanemaid. Mul oli igas mõttes võimalusterohke ja eeskujulik kodu. Mulle võimaldati parimad koolid, suvelaagrid, puhkuse- ja reismisvõimalused. Mul oli mõistlikuse piires võimalik saada kõik, mida soovisin. Olin tugev ja terve ning üsna sportlik.

Kuueteistkümmneselt kogesin mõningast sotsiaalse joomise rõõmu. Alkoholi juures meeldis mulle kindlasti kõik – nii maitse kui mõju. Mõistan nüüd, et naps andis mulle ja tegi minuga midagi sellist, mida teised ei kogenud. Ei möödunud kaua, kui igasugune pidu ilma jookideta oli minu jaoks mõttetu.

Ma abiellusin kahekümneaastaselt, sain kaks last ja lahutasin kahekümne kolmeselt. Lagunenud kodu ja purunenud süda puhusid mu hõõguva enesehaletsuse päris suureks lõkkeks ja see andis mulle piisavalt põhjust, et juua veel ja veel.

Kahekümne viieselt oli mul välja kujunenud alkoholi-probleem. Hakkasin käima arstide juures, lootuses, et keegi neist võiks leida ravi mu kuhjivatele vaevustele, eelistatavalt midagi, mida saaks kirurgiliselt eemaldada.

Loomulikult ei leidnud arstid midagi. Lihtsalt eababiilne naine, distsiplineerimata, halvasti kohanenud ja täis arusaamatuid hirme. Enamik neist kirjutas välja rahusteid ning soovitas puhkust ja mõõdukust.

Kahekümne viie ja kolmekümne aasta vahel proovisin kõike. Kolisin uude keskkonda, kodust rohkem kui tuhande kilomeetri kaugusele Chicagosse. Õppisin kunsti püüdsin uues kohas, uute inimeste seas meeleheitlikult huvituda paljudest asjadest. Miski ei aidanud. Minu joomine süvenes hoolimata katsetest asja kontrolli all hoida. Proovisin juua ainult õlut, katsetasin veinidieeti, joomise ajastamist, kogustega piiri pidamist ja jookide vahel pausi tegemist. Proovisin neid segatult ja segamata, juua ainult õnnelikuna või ainult masenduse korral. Kuid tung juua oli juba kolmekümne aastaselt täiesti kontrolli alt väljunud. Ma ei suutnud joomist lõpetada. Võisin küll lühikest aega kaine püsida, kuid

alati järgnes sellele võimas *vajadus* juua. Kui see mind haaras, tabas mind tohutu hirm, ning ma uskusin, et kui ma kohe juua ei saa, siis ma tõepoolest suren.

On ütlematagi selge, et see polnud meeldiv joomine. Olin juba ammu loobunud igasugusest seltskondlikust kokteilitamisest. See oli joomine puhtast meeleheitest, üksinda kodus lukustatud ukse taga. Püsisin kodu suhteliselt turvaliste seinte vahel, sest ma ei julgenud riskida, et mul mõnes avalikus kohas või auto roolis pildi eest ära viskab. Ma ei suutnud enam hinnata, kui palju ma talun, võisin teadvuse kaotada teise või kümnenda joogi järel.

Järgmised kolm aastat möödusid sanatooriumides ja haiglates pendeldades, ükskord kümnepäevases koomas, millest ma napilt polekski taastunud, või kodus päevaste ja öiste õdede järelvalve all. Selleks ajaks tahtsin ma juba surra ja olin kaotanud isegi julguse endalt elu võtta. Olin lõksus ja mul polnud aimugi, kuidas või miks see oli minuga juhtunud. Ja kogu selle aja toitis minu hirmu kasvav veendumus, et varsti tuleb mind kinni panna. Inimesed ei käitu väljaspool hullumaja selliselt. Mul oli süda paha, häbi ja peaaegu paaniline hirm ning polnud enam mingit väljapääsu peale unustuse. Kindlasti oleks nüüd igaüks nõustunud, et ainult ime võib mind lõplikult kokkuvarisemisest päästa. Aga kes kirjutaks retsepti imele?

Umbes aasta enne seda oli üks arst jätkanud koos minuga võitlust. Ta oli proovinud kõike, alates sellest, et käin kell kuus igahommikusel missal, kuni kõige lihtsamate tööde tegemiseni tema tasuta patsientide heaks. Seda ei saa ma kunagi teada, miks ta minuga nii kaua vaeva nägi, sest ta teadis, et meditsiin mulle lahendust

ei paku. Nagu kõiki toonaseid arste, oli ka teda õpetatud, et alkohoolikuid ei saa ravida, neid tuleb eirata. Arstidel soovitati käia patsientide juures, keda meditsiin saab aidata. Alkohoolikule võisid nad pakkuda vaid ajutist leevendust ja viimases staadiumis isegi mitte seda. See oli arstide aja ja patsientide raha raiskamine. Ometi olid mõned arstid, kes teadsid, et alkoholism on haigus ja, et alkohoolikul puudub selle üle igasugune kontroll. Nad tajusid, et nende näiliselt lootusetute jaoks peab olema kusagil lahendus. Õnneks oli minu arst üks neist valgustunutest.

Ja siis, 1939. aasta kevadel trükiti New Yorgis väga tähelepanuväärne raamat pealkirjaga „*Anonüümsed Alkohoolikud*”. Rahaliste raskuste tõttu jäi trükkimine küll mõneks ajaks seisma, raamatule ei tehtud vähimatki reklaami ja isegi kui keegi selle olemasolust teadis, ei olnud seda loomulikult ka poodides saada. Mingil moel oli mu hea arst raamatust ja selle vastutavatest väljaandjatest kuulnud. Ta tellis New Yorgist ühe eksemplari ja pärast selle lugemist võttis raamatu kaenlasse ning tuli mind vaatama. See visiit oli minu elus pöördepunktiks.

Seni ei olnud keegi mulle kunagi öelnud, et ma olen alkohoolik. Vähesed arstid ütlevad lootusetule patsientidele, et neil ei ole tema jaoks lahendust. Tol päeval ütles arst mulle aga otse: „Sellised inimesed nagu sina on arstidele hästi teada. Iga arst saab oma jao alkohoolikutest patsiente. Mõned meist võitlevad koos nende inimestega, sest me mõistame, et nad on tõesti väga haiged. Samas teame, et kui ei juhtu imet, me neid aidata ei saa, välja arvatud ajutiselt. Neil läheb paratamatult aina hullemaks ja hullemaks, kuni juhtub üks kahest: nad kas surevad ägedasse alkoholismi või neil tekib pikaajalisest

alkoholi liigtarvitamisest tingitud ajukahjustus ja nad tuleb püsivalt hullumajja paigutada.”

Lisaks selgitas ta, et alkohol ei hooli soost ega taustast, kuid enamik alkohoolikuid, kellega ta kokku on puutunud, on üle keskmise heade võimete ja mõistusega. Ta lisas, et alkohoolikutel tundub olevat loomupärane teravus ja nad on tavaliselt oma valdkonnas edukad, sõltumata keskkondlikest või hariduslikest eelistest.

„Me näeme alkohoolikut töötamas vastutusrikkal ametikohal ja teame, et ta joob iga päev ohtralt, ning tema töövõime poole võrra vähenenud, aga sellegipoolest näib ta oma tööga rahuldavalt toime tulevat. Mõelda vaid, kuhu ta võiks jõuda, kui tema alkoholi-probleemi saaks kõrvaldada ja tal oleks võimalik sada protsenti oma võimetest tööle rakendada.”

„Otse loomulikult,” jätkas ta, „haiguse süvenedes kaotab alkohoolik lõpuks kogu oma suutlikkuse, ja seda tragöödiat on valus vaadata: terve mõistuse ja keha lagunemine”.

Siis rääkis ta mulle, et Akronis ja New Yorgis on käputäis inimesi, kes on välja töötanud tehnika oma alkoholismi ohjes hoidmiseks. Ta palus mul lugeda raamatut „*Anonüümsed Alkohoolikud*” ja seejärel soovis ta, et vestleksin ühe mehega, kes on suutnud oma alkoholismi ohjes hoida. Tema võiks mulle asjast täpsemalt rääkida. Lugesin seda raamatut kogu öö. See oli imeiline kogemus. See selgitas paljut, mida ma enda kohta polnud mõistnud, ja mis kõige parem – see lubas tervenemist, kui ma teen paari lihtsat asja ja olen valmis, et minu vajadus juua eemaldatakse. Siin oli lootus. Võib-olla leian sellest piinarikkast elust väljapääsu. Võib-olla leiaksin vabaduse ja rahu ning vahest saaksin isegi oma hinge enda omaks kutsuda.

Järgmisel päeval külastas mind üks tervenenu-
d alkohoolik ehk härra T. Ma ei tea, millist inimest ma
ootasin, kuid olin väga meeldivalt üllatunud, kui nägin
enda ees seismas tasakaalukat, intelligentset, hoolitse-
tud ja viisakat härrasmeest. Tema lahkus ja sarm aval-
dasid mulle kohe muljet. Ta rahustas mind juba paari
esimese sõnaga. Teda vaadates oli mul raske uskuda, et
ta oli kunagi olnud selline, nagu mina tol hetkel.

Kuid kui ta mulle oma lugu rääkis, polnud võima-
lik seda mitte uskuda. Ta oleks võinud rääkida minust,
kui ta kirjeldas oma aastatepikkuseid hirme ja kannat-
usi ajal, mil ta pimesi otsis vastuseid küsimustele, mis
näisid alatiseks vastuseta jäävat. Ainult isiklik kogemus
ja teadmine võisid talle sellise mõistmise anda! Ta oli
kaks ja pool aastat kaine olnud ja hoidis kontakti Akroni
tervenenu alkohoolikute rühmaga. Side selle rühmaga
oli tema jaoks ülimalt oluline. Ta avaldas lootust, et
kunagi luuakse säärane rühm ka Chicagos, kuid selleks
hetkeks ei olnud see veel õnnestunud. Tema arvas, et
mulle tuleks kasuks Akroni rühma külastada ja kohtuda
ka teiste temasuguste inimestega.

Tänu arstile ja raamatus sisalduvatele selgitustele
ning lootustandvale vestlusele härra T-ga olin valmis
vajadusel kasvõi maailma lõppu minema, et leida seda,
mille nemad olid leidnud.

Niisiis läksin ma Akronisse ja Clevelandi ning kohtusin
ka teiste tervenenu alkohoolikutega. Teadsin, et pean
ka ise omandama sellise rahulikkuse ja meelerahu, mida
nägin neis inimestes. Nad ei olnud teinud mitte ainult
iseendaga rahu, vaid tundsid elust sellist rõõmu, mida
kohtab harva, välja arvatud ehk väga noorte inimeste
puhul. Neil tundusid olevat kõik edukaks eluks vajalikud
koostisosad: filosoofia, usk, huumorimeel (nad oskasid

enda üle naerda), selged eesmärgid, lugupidamine ja eriti just mõistev suhtumine oma kaasinimestesse.

Kõige tähtsam asi nende elus oli vastamine teiste hädas olevate alkohoolikute appikarjetele. Nad ei pidanud kuidagi imelikuks, et sõita pikki vahemaid ja olla valmis võõraste inimeste aitamise nimel öö otsa üleval olema. Nad ei oodanud oma tegude eest kiitust, vaid pidasid seda privileegiks, et nad saavad alati rohkem vastu, kui ise annavad. Erakordsed inimesed!

Ma ei julgenud loota, et suudan saavutada kõik selle, mida need inimesed, ent kui ma suudaksin omandada pisutki nende köitvast elukvaliteedist ja kainusest, oleks see minu jaoks piisav.

Olles julgustust saanud minu kokkupuutest AA-ga, saatis arst varsti pärast minu Chicagosse naasmist meile veel kaks oma alkohoolikutest patsienti. Pidasime oma esimese koosoleku 1939. aasta septembris. Lõpuks oli meil kuuest alkohoolikust koosnev tuumik.

Sõltuvusest naasmine hea tervise juurde oli minu jaoks raske. Alkohool või rahustid olid olnud mulle palju aastaid kunstlikeks abivahenditeks. Kõigest korraga oli nii valus, kui ka kohutav loobuda. Üksinda poleks ma seda kunagi suutnud. Vajasin abi, mõistmist ja suurepärast seltskonda, mida pakkusid mulle mu eks-jotadest sõbrad ühes Kaheteist Sammu programmiga. Hakkasin omandama usku ja uut elufilosoofiat, kui õppisin neid samme oma igapäevaelus kasutama. Minu ees avanesid uued horisondid, uued kogemuste ammutamise võimalused, ning ellu tulid tagasi värvid ja see muutus huvitavaks. Peagi avastasin, et ootan ja naudin iga uut päeva.

AA ei ole tervenemiskava, mille saab läbi teha ja siis kõrvale heita. See on eluviis ja nendes põhimõtetes

sisalduv väljakutse on piisavalt suur, et igaühe jaoks on elu lõpuni arenguruumi. Sellest programmist ei saa välja kasvada. Olles ohjanud oma alkoholismi, peab meil olema elukava, mis võimaldab piiramatut arengut. Haiguse ohjes hoidmiseks on järjepidev samm-sammu järel liikumine ülioluline. Tavalised inimesed võivad ilma liigse ohuta tagurpidi triivida, kuid meile võib selline tagasimineki tähendada surma. See pole siiski nii raske, nagu esmapilgul võib tunduda, sest me mõistame, kui tähtis on joonel püsida ja avastame, et järjekindel pingutus toob meile kaasa arvukalt hüvesid.

Meie eluhoiak muutub täielikult. Nüüd võtame tänuga vastutuse seal, kust varem põgenesime, teades, et suudame seda kanda. Avastame, et keerulistest olukordadest põgenemise asemel läheneme neile üllatava innukusega, kuna need annavad meile võimaluse rakendada AA põhimõtteid.

Viimased viisteist aastat olen elanud sisukat ja täisväärtuslikku elu. On ka olnud omajagu probleeme, südamevalu ja pettumusi, sest see on elu, aga ühtlasi olen õppinud tundma rõõmu ja rahu, mis käib käsikäes sisemise vabadusega. Mul on palju sõpru ja AA sõpradega tajun erilist omavahelist sidet. Nende inimestega olen ma nimelt päriselt seotud. Esiteks ühise valu ja meeleheite läbi, teiseks ühiste eesmärkide ning uue leitud usu ja lootuse kaudu. Aastate möödudes, koos töötades, jagades üksteisega oma kogemusi ning ka vastastikkust usaldust, mõistmist ja armastust – ilma tingimuste ja kohustusteta – kujunevad välja suhted, mis on ainulaadsed ja hindamatud.

Enam ei ole seda üksildust, seda kohutavat leeven-damatut valu, mis pesitseb nii sügaval iga alkohooliku

südames, et selleni ei ulatu miski. See valu on kadunud ja ei pea enam kunagi tagasi tulema.

Nüüd on mul kuuluvustunne – tahetud, vajatud ja armastatud olemise tunne. Vastutasuks pudeli ja pohmelli eest on meile antud Kuningriigi Võtmed.

2. OSA

NAD LÕPETASID AEGSASTI

Praegusel ajal ei ole paljud AA-sse tulijad veel jõudnud alkoholismi viimastesse staadiumitesse, ehkki pikapeale võinuks see nende kõigiga juhtuda.

Paljudel neist on vedanud sellega, et neil on olnud vähe või üldse mitte kokkupuudet deliiriumi, haiglase, hullumajade ja vanglatega. Paljud olid rängalt joonud ja neil esines ka üksikuid tõsiseid vahejuhtumeid. Kuid paljude jaoks polnud joomine midagi rohkemat kui ajuti kontrolli alt väljuv nuhtlus. Harva olid nad kaotanud kas tervise, töö, perekonna või sõbrad.

Miks tulevad niisugused mehed ja naised AA-sse?

Järgnevad seitseteist inimest annavad sellele küsimusele vastuse. Need inimesed mõistsid, et neist olid saanud tõelised või potentsiaalsed alkohoolikud, ehkki nendega ei olnud veel midagi väga hullu juhtunud.

Nad taipasid, et korduv suutmatus oma joomist kontrollida, kuigi nad seda tahtsid, oli probleemjoomisele viitav eluohtlik sümptom. See ühes süvenevate tundeuhäiretega veenis neid, et nad on juba kompulsivse alkoholismi küüsis; täielik häving on ainult aja küsimus..

Nähes seda ohtu pöördusid nad AA poole. Nad mõistsid, et lõpptulemusena on alkoholism sama surmatoov haigus nagu vähk. Loomulikult ei jää ükski terve mõistusega inimene ootama, et pahaloomuline kasvaja muutuks surmavaks tõveks, enne kui ta abi otsima hakkab.

Seetõttu on need seitseteist AA-last ja sajad tuhanded nendesugused pääsenud aastaid kestvast lõputust piinast. Nad võtavad selle kokku nii: „Me ei jäänud ootama põhja jõudmist, sest tänu Jumalale nägime me seda põhja. Tegelikult oli põhi see, mis üles kerkis ja meile hoobi andis. See tõigi meid Anonüümsetesse Alkohoolikutesse.”

(1)

PUUDUV LÜLI

Ta pidas oma õnnetuse põhjuseks kõike, välja arvatud alkoholi.

KUI OLIN kaheksa või üheksa aastat vana, muutus elu järsku väga keeruliseks. Hakkasid tekkima tunded, mida ma ei mõistnud. Mu ellu hiilis depressioon, sest hakkasin end isegi rahvarohketes ruumides üksinda tundma. Tegelikult ei näinud ma elus eriti mõtet. Raske on öelda, mis selle kõik vallandas ja tuua välja üks asjaolu või sündmus, mis kõike igaveseks muutis. Fakt on see, et olin varakult õnnetu.

See kõik oli väga segadusttekitav. Mäletan end mänguväljakul omaette hoidmas ja vaatamas teisi lapsi naermas, naeratamas ja mängimas ning suutmatust nendega suhestuda. Ma tundsin end teistsugusena. Ma ei tundnud, et olen üks neist. Millegipärast arvasin, et ma ei sobi nende sekka.

Minu hinded koolis hakkasid peagi neid tundeid peegeldama ja minu käitumine ning suhtumine kõigis minu ümber muret tekitama. Peagi veetsin direktori kabinetis rohkem aega kui klassiruumis. Mu vanematel, kes olid kummastunud nii õnnetust pojast, hakkasid tekkima raskused. Kodu täitus vaidluste ja karjumisega sel teemal, kuidas minuga hakkama saada. Leidsin, et kodust põgenemine võib pakkuda ajutist lohutust. Kuni politsei mind muidugi üles leidis ja koju mures vanemate juurde tagasi viis.

Umbes sel ajal hakkasin käima terapeutide ja spetsialistide juures, kellel kõigil oli erinev teooria ja lahendus. Nad tegid spetsiaalseid teste ja usutlusi, mille eesmärk oli jõuda minu murede juurteni, ning jõudsid järeldusele, et mul on õpiraskused ja ma olen depressioonis. Psühhiaater määras mulle ravimid ja koolimured hakkasid laheneda. Isegi minu depressioon leevenes lühikeseks ajaks. Miski tundus aga endiselt olemuslikult valesti olevat.

Mis iganes see mure ka polnud, leidsin peagi lahenduse kõigele. Viieteistkümneaastaselt sõitsin koos perega Iisraeli. Mu vend pidi läbima Masada kindluse tipus *bar mitzvah*. Seaduslikku alkoholi tarvitamise vanusepiiri seal ei olnud, nii et sain vabalt minna baari ja tellida joogi. Selle reisi keskele langes ka aastavahetus ja kuna juudi kalendris tähistatakse seda teisiti kui Gregoriuse kalendri järgi, siis toimus ainus pidu ülikooli Ameerika sektoris. Sel õhtul jõin end esimest korda purju. See muutis kõike.

Õhtu algas peatusega baaris. Tellisin teenindajalt õlle ja pärast esimest lonksu oli miski kohe teisiti. Vaatasin ringi ja nägin endasti palju vanemaid inimesi, kes jõid ja tantsisid, naersid ja naeratasid. Järsku tundsin, et mingil moel kuulun minagi siia. Sealt suundusin ülikooli, kus leidsin sadu teisi ameeriklasi, kes tähistasid vanaaastaõhtut. Enne kui öö möödus, olin alustanud tüli mitmete kolledžiealiste purjus kuttidega ja naasin hotelli purupurjuspäi ja verevalumitest räsituna. Oh, milline suurepärase õhtu see oli! Tol ööl ma armusin jooki – alkoholi.

Ühendriikidesse naastes olin otsustanud jätkata oma uut armusuhet. Üritasin veenda oma sõpru endaga ühinema, kuid nad tõrkusid. Suure meelegendlusega

asusin otsima uusi sõpru, selliseid, kes võiksid aidata mul jätkata selle suurepärase lahenduse kasutamist minu kõige meeleheitlikumatele muredele. Algselt, piirdusid minu põgenemise püüdlused nädalavahetustega, aga järk-järgult sai sellest minu igapäevane kinnisidee. Esi-algu kulus mul mitu õlut, et piisavalt purju jääda. Kolme aasta pärast läks mul juba vaja üle liitri viina, pudel veini ja mitu õlut ühe õhtu jooksul, et ennast korralikult pildituks juua. Ma hankisin alkoholi igal võimalikul viisil. See tähendas valetamist, varastamist ja petmist. Minu moto oli, et kui sa tunneksid ennast nagu mina, siis jooksid sa end samuti purju.

Kui lootusetuse tunne ja depressioon süvenesid, siis süvenes ka minu joomine. Üha sagedamini ilmnesis enesetapumõtted. Tundus, et asjad ei muutu kunagi. Minu terapeudiga tehtud edusammud pidurdusid pea-aegu täiesti. Lootusetusele lisandus see, et ainus asi, mis mulle leevendust tõi, ainus asi, mis mind valust vabastas, oli hakanud mind lõppkokkuvõttes hävitama. Kartsin, et lõpp on lähedal.

Keskkooli viimane semester tähistas minu põhja. Siis jõin ma iga päev. Kuna mind oli juba kolledžisse vastu võetud, otsustasin teadlikult teha viimasest semestrist ühe suure peo. Kuid asi oli lõbust kaugel. Ma olin õnnetu. Kuidagimoodi õnnestus mul end koolist läbi vedada ja ühes töökojas tööd saada. Oli raske ühildada oma joomist ja tööd, sest mõlemad olid täiskohaga, kuid ma mõtlesin välja igasuguseid valesid tagamaks, et miski mu joomist ei segaks. Pärast seda, kui mulle oli tööl hommikuse hilinemise eest korduvalt etteheiteid tehtud, mõtlesin välja loo, millega varjata oma alatist pohmakat. Ütlesin oma ülemusele, et mul on vähk ja

pean igal hommikul arsti juures käima. Rääkisin kokku, mida iganes vaja, et varjata oma joomist.

Üha sagedamini kogesin neid väikseid selgusehetki, mil tajusin kindlalt, et olen alkohoolik. Neil hetkedel jõllitasin klaasi põhja ja küsisin endalt, miks ma seda teen. See pidi lõppema, midagi pidi muutuma. Oma enesetapumõtete taustal analüüsisin iga osa oma elust, et leida, mis võiks olla valesti. See lõppes sellega, et otsustasin ühel õhtul viimast korda juua ja oma tegelikule probleemile otsa vaadata. Ainuüksi selle peale mõtlemine ajas mul südame pahaks – ja veel hullem oli see, et ma püüdsin seda ikka olematuks juua. Olin sunnitud tõdema, et kõiges on ilmselt süüdi minu joomine.

Järgmisel päeval läksin tööle – taas hilinedes, nagu tavaliselt – ja ma ei suutnud terve päeva jooksul lõpetada mõtlemist sellele väga reaalsele probleemile. Ma ei suutnud enam niimoodi jätkata. Mis minuga toimub? Teraapia ei olnud mu elu korda teinud – kõik need seansid, ja ometi olin ma endiselt õnnetu. Võinuksin end sama hästi lihtsalt ära tappa, end unustusse juua. Viimases meeleheitlikus võitluses lahendus leida, tegin oma elust ülevaate, otsides puuduvat lüli. Kas olin jätnud tähelepanuta mingi olulise infokillu, mis viiks läbi-murdeni ja muudaks elu kasvõi pisut talutavamaks? Ei, midagi ei olnud. Peale minu joomise, muidugi.

Järgmisel hommikul läksin oma terapeudi juurde. Ütlesin talle, et loobun teraapiast, sest pärast kaheksat aastat see enam ei toiminud. Ühtlasi otsustasin talle rääkida, kuidas olin otsinud oma elus puuduvat lüli ja leidnud ainult ühe asja, mida ma ei olnud talle kunagi rääkinud: ma jõin. Ta hakkas mulle küsimusi esitama – küsis koguste ja sageduse ja selle kohta, mida ma jõin. Enne,

kui ta poole peale jõudis, murdusin ja puhkesin nutma. Hüüatasin: "Kas arvad, et mul on joomisprobleem?" Ta vastas: „Ma arvan, et see on üsna ilmselge.” Seejärel küsisin: „Kas arvad, et ma olen alkohoolik?” Ja ta vastas: „Selle pead ise välja selgitama.” Ta tõmbas kirjutuslaua sahtlist välja Anonüümsete Alkohoolikute koosolekute nimekirja, kus ta oli juba ära märkinud noorte koosolekud.

Ta soovitas mul koju minna ja ülejäänud päeva vältel mitte juua. Ta lubas mulle helistada kell üheksa õhtul, et kuulda, kas ma suutsin joomata olla. See oli karm, aga ma läksin koju ja lukustasin end oma tuppa, kus higistasin seni, kuni ta helistas. Ta küsis, kas olin joonud. Vastasin eitavalt ja küsisin, mida edasi teha. Ta soovitas mul ka homme sama teha, lisaks peaksin minema esimesele tema antud nimekirjas märgitud koosolekule. Järgmisel päeval seadsingi sammud oma esimesele Anonüümsete Alkohoolikute koosolekule. Olin kaheksateistaastane.

Umbes viisteist minutit enne koosoleku algust istusin ma autos, parklas, püüdes koguda julgust, et sisse minna ja endaga silmitsi seista. Mäletan, kuidas leidsin lõpuks piisavalt julgust, et uks avada ja autost väljuda – ainult selleks, et siis jälle uks kinni tõmmata ja kogu see mõte koosolekule minemisest naeruväärsena kõrvale heita. See otsustamatuse tants kordus umbes viiskümmend korda, enne kui ma lõpuks sisse läksin. Kui ma poleks läinud, usun, et ma ei oleks täna elus.

Ruum oli suitsune ja täis ilmselgelt õnnelikke inimesi. Leidsin koha tagaotsas, istusin maha ja püüdsin aru saada, kuidas kogu see formaat toimib. Kui koosoleku juhataja küsis, kas ruumis on uusi tulijaid, vaatasin ringi ja nägin, kuidas mõned käed tõusid – aga mina

polnud kindlasti valmis kätt tõstma ja endale tähelepanu tõmbama. Koosolek jagunes mitmeks väiksemaks rühmaks. Järgnesin ühele rühmale mööda koridori ja istusin maha. Nad avasid raamatu ja lugesid peatükki pealkirjaga „Seitsmes samm“. Pärast lugemist hakkasid nad ümber laua kommenteerima. Esimest korda elus tundsin, et olen ümbritsetud inimestest, kellega suudan päriselt samastuda. Ma ei tundnud end enam nagu täielik võõrkeha, sest siin oli toatais inimesi, kes tundsid end täpselt nagu mina – ja mu õlgadelt langes justkui tohutu koorem. Juhtus nii, et sattusin viimasena rääkima, ja kuna olin loetust segaduses, suutsin vaid küsida: „Mis pagana asjad need puudused üldse on?“

Taibates, et see on minu esimene koosolek, viisid paar liiget mind allkorrusele, istusid minuga maha ja tutvustasid programmi. Ma ei mäleta kuigi palju sellest, mida räägiti. Mäletan, et ütlesin neile liikmetele, et see programm, mida nad kirjeldasid, kõlas just sellisena, mida ma vajan, kuid ma ei uskunud, et suudan kogu ülejäänud elu kaine olla. Kuidas täpselt pidin ma joomisest hoiduma, kui mu kallim mu maha jätab, mu parim sõber sureb või isegi sellistel õnnelikel hetkedel nagu koolilõpetamised, pulmad ning sünnipäevad. Nad soovitasid, et võiksin lihtsalt üks päev korraga kaine püsida. Nad selgitasid, et lihtsam oleks ehk suunata oma pilk eelseisva kahekümne nelja tunni peale ja võtta teised olukorrad ette siis, kui nad peaksid saabuma. Ma otsustasin proovida päev korraga kaine olla ja olen sellest ajast peale just nii teinud.

Anonüümsete Alkohoolikute liikmeks astudes olin ma füüsiliselt räsitud, mu mõistustus oli kiikse täis ja olin vaimselt pankrotis. Ma teadsin, et olen alkoholi ees

jõuetu ja et pean olema avatud sellele, mida inimesed tervenemiseks soovivad. Siiski, kui tegemist oli vaimusega, võitlesin selle vastu pea igal sammul. Kuigi ma kasvasin etnilises ja religiooses juudi perekonnas, olin agnostik ja väga tõrksalt vastu kõigile ja kõigele, mis minu meelest mulle religioosseid tõekspidamisi peale surus. Minu üllatuseks pakkusid Anonüümsed Alkohoolikud välja midagi muud.

Mõte, et religioon ja vaimsus ei ole üks ja seesama, oli mulle täiesti uus. Minu tugiisik palus mul lihtsalt jääda avatuks võimalusele, et on olemas minust suurem Jõud – selline, nagu mina seda mõistan. Ta kinnitas, et keegi ei hakka mulle mingit ususüsteemi peale suruma, sest see on isiklik asi. Vastumeelselt avasin oma meele võimalusele, et võib-olla, ainult võib-olla, peitub selles vaimses eluviisis midagi tõelist. Tasa ja targu taipasin, et minust suurem Jõud on tõepoolest olemas. Peagi avastasin, et mu elus on täiskohaga Jumal ja et ma järgin vaimset teed, mis ei ole vastuolus minu isiklike usuliste veendumustega.

Vaimse tee järgimine muutis minu elu põhjalikult. Tundus, et see täitis selle üksildase augu, mida olin varem alkoholiga täitnud. Minu enesehinnang paranes märkimisväärselt ning ma tundsin enneolematut õnne ja rahulikkust. Hakkasin nägema enda eksistentsi ilu ja kasulikkust ning püüdsin oma tänulikkust väljendada igal võimalikul moel teisi aidates. Mu ellu saabunud usk ja usaldus paljastasid minu jaoks plaani, mis oli suurem ja parem, kui ma oleksin kunagi osanud ette kujutada.

See ei olnud ja ei ole kunagi lihtne olnud, kuid muutub palju paremaks. Alates sellest esimesest koosolekust on minu elu täielikult muutunud. Olles kolm

kuud programmis olnud astusin kolledžisse. Samal ajal, kui paljud mu kolledžikaaslased esimest korda alkoholi proovisid, käisin mina AA koosolekutel ja üritustel, hakkasin aktiivselt teenimises osalema ning arendasin suhteid Jumala, pere, sõprade ja lähedastega. Kahtlesin selles harva. See oli see, mida ma tahtsin ja mida mul oli vaja teha.

Viimase seitsme aasta jooksul on juhtunud peaaegu kõik, mille juures arvasin end olevat võimetu kaineks jääma. Tõepoolest, nii kainus kui elu on täis tõuse ja mõõnasid. Aeg-ajalt võib depressioon mu ellu tagasi hiilida ja see nõuab välist abi. Programm on aga andnud mulle vahendid, et püsida kaine vaatamata oma parimate sõprade surmale, ebaõnnestunud suhetele ja ilusatele hetkedele, nagu sünnipäevad, pulmad ning kooli lõpetamised. Elu on hüppeliselt parem kui kunagi varem. Ma elan elu, millest ma varem unistasin, kuid hulk tööd on veel ees. Mul on lootust pakkuda ja armastust jagada ning ma liigun edasi üks päev korraga, elades seda seiklust, mida nimetatakse eluks.

(2)

HIRM HIRMU EES

See naine oli ettevaatlik. Ta otsustas, ega lase kunagi oma joomist käest. Ja ta ei võtaks kunagi, mitte kunagi seda hommikust jooki!

MA EI ARVANUD, et olen alkohoolik. Ma arvasin, et minu probleem oli selles, et olin kakskümmend seitse aastat olnud joodikuga abielus. Ja kui mu abikaasa leidis AA, tulin koos temaga teisele koosolekule. Mulle tundus, et see oli tema jaoks imeline, lihtsalt imeline. Aga minule mitte. Siis läksin ma veel ühele koosolekule ja leidsin jätkuvalt, et see oli imeiline – tema, aga mitte minu jaoks.

See juhtus ühel kuuma suveõhtul Greenwich Village'i rühmas, nende vanas kohtumispaigas Sullivan Streetil oli väike veranda, mille trepile ma pärast koosolekut läksin, et veidi värsket õhku hingata. Uksel seisis üks armas noor tüdruk, kes küsis: „Kas sa oled ka üks meist napsitajatest?” Mina vastasin: „Oh, jumal, ei! Minu abikaasa on. Ta on seal sees.” Ta ütles mulle oma nime ja mina tõdesin: „Ma tunnen teid kusagilt.” Selgus, et ta oli koos minu tütrega keskkoolis käinud. Ma küsisin: „Eileen, kas sa oled üks neist inimestest?” Ja tema ütles: „Oh, jaa. Ma kuulun siia.”

Kui me mööda koridori saali tagasi kõndisime, ütlesin ma esimest korda elus teisele inimesele: „Ka minul on joomisega probleeme.” Ta võttis mul käest kinni ja tutvustas mind naisele, keda ma väga uhkelt oma tugi-

isikuks kutsun. See naine ja tema abikaasa on mõlemad AA-s, ja ta ütles mulle: „Oi, aga sina ei ole ju alkohoolik, sinu abikaasa on.” Ma vastasin: „Jah.” Tema küsis: „Kui kaua te olete abielus olnud?”. Vastasin: „Kakskümmend seitse aastat.” Ta ütles: „Kakskümmend seitse aastat alkohoolikuga! Kuidas sa selle välja kannatasid?” Mõtlesin, et küll ta on kena ja kaastundlik hing! See on minu jaoks. Ma sõnasin: „Noh, ma talusin seda, et hoida kodu koos ja tegin seda ka laste pärast.” Ta ütles: „Jah, ma tean. Sa oled lihtsalt märter, eks ole?” Eemaldusin sellest naisest hambaid kiristades ja sisimas teda kirudes. Õnneks ei öelnud ma teel koju George’ile sõnagi. Tol õhtul püüdsin ma aga magama jääda ja mõtlesin: „Sa oled ikka üks märter küll, Jane! Heidame pilgu ajaloole.” Ja kui ma seda tegin, siis teadsin, et olin sama suur joodik kui George, kui mitte hullemgi. Müksasin järgmisel hommikul George’i ja laususin: „Ma olen käsi.” Tema vastas: „Oh, ma teadsin, et sa lõpuks liitud.”

Hakkasin jooma peaaegu kolmkümmend aastat tagasi, kohe pärast abiellumist. Esimese joomingu pidasin maha maisiviskiga ja uskuge mind, ma olin selle suhtes allergiline. Mul oli tohutult halb iga kord, kui ma jõin. Aga pidime tihti külalisi vastu võtma. Mu abikaasale meeldis lõbutseda. Mina olin väga noor ja tahtsin samuti lõbutseda. Ainus viis, kuidas ma seda teha oskasin, oli koos temaga juues.

Sattusin oma joomisega tohututesse hädadesse. Tundsin hirmu ja olin otsustanud, et ma ei joo end kunagi purju, nii et olin valvas ja ettevaatlik. Meil oli väike laps ja ma armastasin teda väga, nii et see pidurdas mu joodikukarjääri üsna palju. Sellest hoolimata tundus, et iga kord, kui ma jõin, sattusin probleemi-desse. Tahtsin alati liiga palju juua, nii et olin valvas,

alati valvas, loendades oma jookke. Kui meid kutsuti mõnele tähtsale peole ja ma teadsin, et seal juuakse vaid üks või kaks jooki, siis ei võtnud ma tuldse. Olin väga ettevaatlik, sest teadsin, et kui ma võtan ühe või kaks, võib sellest saada viis või kuus või seitse või kaheksa.

Tulin paar aastat üsna hästi toime. Samas ei olnud ma õnnelik ega lasknud kunagi oma joomist käest. Pärast seda, kui sündis mu poeg, meie teine laps ja kui ta sai kooliealiseks ning oli suurema osa ajast koolis, juhtus midagi. Ma hakkasin täiesti piduramatult jooma.

Ma ei sattunud kunagi haiglasse ega kaotanud ühtegi töökohta. Mind ei pandud iial vangi. Ja erinevalt paljudest teistest ei võtnud ma ealeski hommikust jooki. Ma vajasin seda, aga kartsin juua hommikuti, sest ma ei tahtnud olla joodik. Joodik sai minust siiski, aga ma pelgasin väga hommikul peale võtmist. Mulle heideti seda korduvalt nina peale, kui käisin pärastlõunal bridži mängimas, kuid ma ei joonud tõepoolest kunagi hommikul. Olin ikka veel eelmisest õhtust uimane.

Ma oleksin pidanud kaotama oma abikaasa ja ma arvan, et meid hoidiski koos ainult see, et ka tema oli alkohoolik. Keegi teine ei oleks minuga koos püsima jäänud. Paljud naised, kes on jõudnud sellisesse stadiumisse, kuhu mina oma joomisega, on kaotanud abikaasad, lapsed, kodu – kõik, mis on neile kallis. Mul on mitmes mõttes vedanud. Oluline asi, mille kaotasin, oli mu eneseväärikus. Tundsin, kuidas mu ellu sisenes hirm. Ma ei suutnud inimestele otsa vaadata. Ma ei suutnud neile otse silma vaadata, kuigi olin alati olnud enesekindel ja uljas. Ma surusin oma tahte läbi ja puhtalt pääsemiseks valetasin nii, et suu suitses.

Küll aga tundsin, et mu ellu tungib hirm ja ma ei tulnud sellega toime. Varjasin end üsna sageli, ei vas-

tanud telefonile ja olin võimalikult palju ükski. Märkasin, et väldin kõiki oma häid tuttavaid, välja arvatud mu bridžiklubi. Mind ei huvitanud, mis mu sõprade elus toimus ja ma ei läinud kellelegi külla, välja arvatud juhul kui ma teadsin, et nad joovad sama rajult nagu mina. Ma ei saanud kunagi aru, et kõik saab alguse esimesest joogist. Arvasin, et olen mõistust kaotamas, kui taipasin, et ei suuda joomist lõpetada. See hirmutas mind kohutavalt.

George püüdis mitu korda ree peale saada. Kui ma oleksin olnud selles suhtes aus, mida ma arvasin end elus kõige rohkem soovivat – kaine abikaasa ja rõõmus ning õnnelik kodu – oleksin seda koos temaga teinud. Ma tõesti proovisin, päeva või kaks, kuid alati tuli midagi ette, mis mind ree pealt maha ajas. See võis olla mingi rumal tühine asi, viltune vaip või midagi muud, mis minu meelest valesti oli – ja ma puhkesin jooma. Ma varjasin oma joomist ja mul olid pudelid üle kogu korteri peidus. Ma ei arvanud, et mu lapsed sellest teadsid, aga hiljem avastasin, et eksisin. See on üllatav, kuidas me arvame, et kõiki oma joomisega ära petame.

Jõudsin sellisesse faasi, kus ma ei suutnud minna oma korterisse ilma joogita. Mind ei häirinud enam, kas George jõi või mitte. Mul pidi alkoholi olema. Mõnikord lebasin vannitoa põrandal, tundsin end kohutavalt, palusin, et sureksin, ja palvetasin Jumala poole, nagu ma alati olin juues Tema poole palvetanud: „Kallis Jumal, päästa mind sellest ja ma ei tee seda enam kunagi.” Seejärel lisasin: „Jumal, ära pööra mulle üldse tähelepanu. Sa tead, et ma teen seda homme jälle, täpselt sedasama.”

Ma mõtlesin välja vabandusi, et püüda George'i ree pealt maha raputada. Mul sai nii kõrini omaette joomi-

sest ja üksinda süükoorma kandmisest, et ma muudkui õhutasin teda uuesti jooma hakkama. Siis aga tülitseisin temaga, sest ta oligi alustanud! Ja kogu see karussell läks jälle käima. Tema, vaeseke, ei saanud üldse aru, mis toimub. Leides kodus kogemata mõne minu pudeli, tundis ta hämmingut, kuidas tal see konkreetne pudel kahe silma vahele jäi. Ma ei teadnud isegi kõiki kohti, kuhu ma need peitnud olin.

Me oleme olnud AA-s vaid paar aastat, kuid püüame kaotatud aega tasa teha. Minu abielu algust võib nimetada kakskümmend seitse aastat kestnud segaduseks. Nüüd on pilt täiesti muutunud. Meil on teineteise vastu usku, meie vahel on usaldus ja mõistmine. Selle on meile andnud AA. Siin olen õppinud nii paljusid asju. See on muutnud täielikult minu mõtlemist kõige kohta, mida teen. Ma ei saa endale lubada vimma ühegi inimese vastu, sest see on ettevalmistus uueks joomaks. Ma pean elama ja laskma teistel elada. Ja „mõtlemine” – see üks oluline sõna tähendab mulle nii palju. Minu elu oli alati tegutsemine ja reageerimine. Ma ei ole kunagi peatunud, et mõelda. Mu oli endast ja teistest täiesti kama kaks.

Püüan järgida meie programmi nii, nagu seda mulle selgitati – üks päev korraga. Püüan elada täna nii, et mul poleks homme hommikul ärgates häbi. Vanasti vihkasin ma ärkamist ja eelmisele ööle tagasi vaatamist. Ma ei suutnud kunagi järgmisel hommikul sellega silmitsi seista. Ja kui mul ei olnud mingit roosilist vaadet ees-seeisvale päevale, ei tahtnud ma üldse hommikul üles tõusta. See polnud päriselt elamine. Nüüd tunnen end nii tänulikuna mitte ainult oma kainuse eest, mida püüan päev päevalt hoida, vaid ka võimaluse eest teisi inimesi aidata. Ma ei arvanud kunagi, et võiksin kelle-

legi kasulik olla, välja arvatud oma abikaasale ja lastele ning võib-olla mõnele sõbrale. Aga AA on mulle näidanud, et ma saan aidata teisi alkohoolikuid.

Paljud minu naabrid pühendasid aega vabatahtlikule tööle. Eeskätt üks naine, keda jälgisin igal hommikul oma aknast, kui ta truult naabruses asuvasse haiglasse suundus. Ühel päeval, kui teda tänaval kohtasin, küsisin temalt: „Mis sorti vabatahtlikku tööd sa teed?“. Ta ütles, et see on kerge töö, mida võiksin minagi vabalt teha. Ta küsis: „Äkki soovid sina ka seda teha?“ Ma vastasin: „Hea meelega.“ Tema lisas: „Oletame, et ma panen su nime vabatahtlikuna kirja – isegi kui saad panustada vaid ühe või kaks päeva?“ Ent siis mõtlesin, aga oot, kuidas ma end järgmisel teisipäeval tunnen? Kuidas ma tunnen end järgmisel reedel, kui ma peaks lubama reedel tulla? Kuidas ma tunnen end järgmise laupäeva hommikul? Ma ei teadnud kunagi. Kartsin isegi ühte päeva ette öelda. Ma ei teadnud kunagi, kas mu pea on selge ja käed on kindlad, et tööd teha. Niisiis ei teinud ma kunagi mingit vabatahtlikku tööd. Tundsin end kurnatu ja räsituna. Mul oli aega, mul oli kindlasti võimekust, aga ma ei teinud kunagi midagi.

Nüüd püüan iga päev heastada kõiki neid isekaid, mõtlematuid ja rumalaid asju, mida ma oma joomise päevil tegin. Loodan, et ma ei unusta kunagi olla tänulik.

KODUPERENAIN, KES JÕI KODUS

Ta peitis oma pudelid riidekorvidesse ja riidekapi sahtlitesse. AA-s avastas ta, et ei ole midagi kaotanud, küll aga leidnud kõik.

JUHTUMISI RÄÄGIB MINU LUGU ühte kindlat tüüpi naisest: sellisest, kes kodus joob. Ma pidin kodus olema, sest mul oli kaks beebit. Kui alkohol minu üle võimust võttis, olid minu baariks köök, elutuba, magamistuba, tagumine vannituba ja kaks pesukappi.

Kunagi tähendas tunnistamine, et ma olin ja olen alkohoolik, minu jaoks häbi, kaotust ja läbikukkumist. Kuid selle uue arusaamise valguses, mille olen leidnud AA-st, olen hakanud nägema oma lüüasaamist, läbikukkumist ja häbi kui seemneid, millest võib võrsuda võit. Sest just tänu lüüasaamise ja läbikukkumise tunde, tänu võimetusele tulla toime oma elu ja alkoholiga, suutsin ma alistuda ja tunnistada, et mul on see haigus ning et ma pean õppima uuesti elama – ilma alkoholita.

Ma ei olnud kunagi kõva seltskondlik jooja. Umbes kolmteist aastat tagasi, kui olin suures stressis ja pinge all, pruukisin kodus üksi olles alkoholi, et saada korraks leevendust ja veidigi rohkem und.

Mul oli muresid. Meil kõigil on ja ma arvasin, et aeg-ajalt tarbides ei tee väike brändi või vein kindlasti kellelegi halba. Usun, et kui ma alustasin, ma isegi ei mõelnud sellest, kui joomisest. Ma *pidin* magama, ma *pidin* oma mõistuse puhastama ja *pidin* vabanema muredest ning lõõgastuma. Kuid alates ühest või kahest joogist pärastlõunal või õhtul, minu kogused kasvasid

ja kasvasid kiiresti. Ei läinud kaua aega selleni, kui ma jõin terve päeva. Ma pidin seda veini saama. Ainuke innustus, mis mul lõpu poole hommikul riidesse saamiseks oli, seisnes välja minemises ja nn „tagavarade” hankimises, mis aitasid mul päeva alustada. Kuid see aitas alustada ainult joomist.

Oleksin pidanud mõistma, et alkohol on mind enda haardesse saamas, kui hakkasin oma joomist varjama. Mul pidid olema käepärast varud inimestele, kes „ootamatult külla võivad tulla”. Ja loomulikult ei tasunud pooltühja pudelit alles hoida, niisiis tegin sellele lõpu peale ja mõistagi pidin kohe juurde hankima inimestele, kes „ootamatult külla võivad tulla”. *Ma ise* olingi alati see ootamatu külaline, kes pudeli tühjaks pidi jooma. Ma ei saanud enam lihtsalt minna veinipoodi, vaadata müüjale ausalt otsa ja osta pudelit, nagu varasemalt pidude tarvis, kus ma külalisi võõrustades jõin nagu nemad. Pidin talle jutustama loo ja küsima ikka jälle sama küsimuse: „Niisiis, kui paljudele sellest pudelist jätkub?” Tahtsin, et müüja oleks kindel, et ma ei kavatse üksi kogu pudelit ära juua.

Olin sunnitud oma pudeleid peitma nagu paljud teised inimesed AA-s on seda teinud. Peitsin pudeleid riidekorvidesse ja riidekapi sahtlitesse. Kui me hakkame alkoholiga selliseid asju tegema, on midagi väga valesti. Vajasin seda ja teadsin, et joon liiga palju, aga ma ei mõistnud, et peaksin lõpetama. Lasin aga edasi. Mu kodu oli sel ajal koht, kus käisin ringiratast. Käisin ühest toast teise: mõtlesin ja jõin, jõin ja mõtlesin. Võtsin välja mopid ja tolmuimeja, kõik vajalikud asjad, aga ei saanud midagi tehtud. Kella viie paiku panin kõik tagasi ja proovisin õhtusöögi lauale saada ning pärast õhtusööki lõpetasin töö ja jõin end magama.

Ma ei teadnud kunagi, kumb tuli enne: kas mõtlemine või joomine. Kui ma suudaksin mõtlemise lõpetada, siis ma ehk ei jook. Kui suudaksin joomise lõpetada, siis ma võib-olla ei mõtleks. Aga need olid omavahel segamini ja olin sisemuses täiesti sassis. Kuid ometi pidin ma seda jooki saama. Te teate, milline on pideva veinijoomise kahjustav, laostav mõju. Ma ei hoolinud karvavõrdki oma välimusest. Mind ei huvitanud, milline ma välja näen; mind ei huvitanud, mida ma tegin. Minu jaoks tähendas vannis käimine lihtsalt seda, et viibisin kohas, kus võisin koos oma pudeliga omaette juua. Pudel pidi mul ka öösel kõrval olema, juhuks kui ma ärkasin ja pidin jooma.

Ma ei tea, kuidas ma oma kodu üldse toimimas hoidsin. Joomist jätkates sain aina selgemalt aru, milliseks olin muutumas. Ma vihkasin end selle eest, olin kibestunud, süüdistasin elu ja kõike muud – välja arvatud seda, et oleksin pidanud kannapöörde tegema ja oma joomisega midagi ette võtma. Lõpuks ma enam ei hoolinud; ma ei suutnud enam hoolida. Tahtsin vaid elada teatud vanuseni, täita ära selle, mida pidasin oma ülesandeks laste ees – ja pärast seda... polnud enam tähtis. Pool ema oli ikkagi parem kui üldse mitte midagi.

Vajasin alkoholi. Ma ei suutnud ilma selleta elada. Ma ei suutnud selleta midagi teha. Kuid saabus punkt, kus ma ei suutnud enam ka sellega elada. Ja see saabus pärast minu poja kolmenädalast haigust. Arst kirjutas pojale välja teelusikataäie brändit, et aidata tal öösel magada, kui ta muudkui köhis. Noh, muidugi oli see just see, mida ma vajasin – kolmeks nädalaks üleminekut veinilt brändile. Ma ei teadnud midagi alkoholismist ega deliiriumist, kuid oma poja haiguse viimasel hommikul ärgates kleepisin ukse lukuaugu kinni, sest „nad

kõik üritavad sisse piiluda”. Mind kattis külma higi ja kõndisin korteris edasi-tagasi. Kisendasin telefoni, et mu ema kohale tuleks, sest midagi juhtub kohe – ma ei tea mis, aga kui ta kiiresti kohale ei tule, lähen ma lõhki. Helistasin ka mehele, käskides tal koju tulla.

Pärast seda istusin nädal aega, keha toolil, mõistus kusagil kosmoses. Arvasin, et need kaks ei saa kunagi kokku. Teadsin, et alkohol ja mina peame lahku minema. Ma ei suutnud sellega enam elada. Ja ometi, kuidas ma ilma selleta elama hakkaksin? Ma ei teadnud. Olin kibestunud, elasin vihkamises. Just see inimene, kes seisis minu kõrval läbi selle kõige ja oli mulle suurimaks abiks, oli see, kelle vastu ma pöördusin – minu abikaasa. Samuti pöördusin ma oma pere, oma ema vastu. Inimesed, kes oleksid tulnud mulle appi, olid just need, kellega ma ei tahtnud mingisugust tegemist teha.

Sellegipoolest hakkasin püüdma ilma alkoholita elada. Ent ma ainult võitlesin sellega. Ja uskuge mind, alkohoolik ei suuda alkoholiga võidelda. Ütlesin oma mehele: „Püüan hakata huvituma millestki muust ja saada end välja sellest rägastikust, milles ma siplen.” Ma arvasin, et lähen hulluks. Kui ma ei joonud, siis pidin tegema midagi muud.

Minust sai üks aktiivsemaid naisi kogukonnas, kes osales lapsevanemate ühenduses, teistes kogukonna organisatsioonides ja ettevõtmistes. Ma liitusin mitme organisatsiooniga ja ei läinud kaua aega, kuni olin juhatuses ja seejärel juhatuse esimees. Kui ma olin mõnes grupis, siis sain seal peagi varahoidjaks või sekretäriks. Aga ma ei olnud õnnelik. Minust sai „Jekyll ja Hyde” tüüpi inimene. Niikaua kui olin tegevuses ja sain kodust välja, ma ei joonud. Aga kuidagi pidin ma selle esimese

joogi juurde tagasi jõudma ja kui ma selle esimese joogi võtsin, läks tavapärase karussell käima. Sellest kannatas minu kodune elu.

Ma jõudsin järeldusele, et minuga saab kõik korda, kui leian midagi, mida mulle teha meeldib. Niisiis, kui lapsed olid kella üheksast kolmeni koolis, hakkasin tegelema väikest viisi ettevõtlusega ja olin selles üsna edukas. Küll aga mitte õnnelik. Ma leidsin nimelt, et kõik, millega ma tegelema hakkasin, muutus alkoholi aseaineks. Ja kui kogu elu on alkoholi aseaine, siis ei ole selles õnne ega rahu. Ma pidin ikkagi jooma; ma vajasin ikka veel alkoholi. Kui vajadus alkoholi järele alles jääb, siis pelgalt joomisest loobumisest alkohoolikule ei piisa. Läksin üle õllele. Ma olin alati õlut vihanud, kuid nüüd hakkasin seda armastama. Nii et ka see polnud lahendus.

Pöördusin uuesti arsti poole. Ta teadis, mida ma teen, kuidas ma üritasin. Ütlesin: „Ma ei leia oma elus kuldset keskteed. Lihtsalt ei leia. See on kas ainult töö või joomine.” Ta lausus: „Miks te ei proovi Anonüümseid Alkohoolikuid?” Olin valmis kõike proovima. Ma olin läbi. Teist korda elus olin ma löödud. Esimene kord oli siis, kui ma teadsin, et ei saa koos alkoholiga elada. Nüüd, teisel korral avastasin, et ma ei suuda elada ilma alkoholita ja olin hullemini rusutud kui kunagi varem.

Sõpruskond, mille ma AA-s leidsin, võimaldas mul oma probleemiga ausalt ja avameelselt silmitsi seista. Ma ei suutnud seda teha oma sugulaste ega oma sõprade seas. Kellelegi ei meeldi tunnistada, et ta on joodik, et ta ei suuda seda asja ohjata. Kui tuleme AA-sse, siis saame oma probleemile otse ja ausalt silma vaadata. Ma käisin kinnistel koosolekutel ja avatud koosolekutel. Võtsin vastu kõik, mida AA-l oli mulle anda. Tasa

ja targu, esmased asjad kõigepealt, üks päev korraga. Selles punktis jõudsin allaandmiseni. Kuulsin, kuidas üks väga haige naine ütles, et ta ei usu AA programmi allaandmise osasse. Taevast hoidku! Allaandmine on minu jaoks tähendanud võimet hallata oma kodu, seista silmitsi kohustustega nii, nagu seda peaks tegema, võtta elu nii, nagu seda mulle päev päevalt antakse ning lahendada oma probleemid. See on see, mida on allaandmine minu jaoks tähendanud. Kunagi andsin alla pudelile ja ei suutnud neid asju teha. Sellest ajast peale, kui ma oma tahte AA-le andsin, olen püüdnud teha kõike, mida mulle AA-s on soovitud, nii hästi kui võimalik. Kui mul palutakse minna appi, siis lähen. *Mina* ei teegi seda, AA juhatab mind sinna. AA annab meile alkohoolikutele suuna eluviisile, kus pole vajadust alkoholi järele. Seda elu elatakse minu jaoks üks päev korraga, jättes homsed mured homse varna. Kui saabub nendega tegelemise aeg, annab Jumal mulle selleks päevaks jõudu.

Mind oli kasvatatud Jumalat uskuma, aga ma tean, et kuni ma ei leidnud AA programmi, polnud ma kunagi leidnud ega tundnud usku Jumala tegelikkusesse ega Tema väesse, mis on nüüd minuga kõiges, mida ma teen.

ARST, RAVI ISEENNAST!

Elukutselt psühhiaater ja kirurg, eksles see mees seni, kuni ta ükskord mõistis, et Suur Ravitseja pole mitte tema, vaid Jumal.

O LEN ARST ja oman tegevusluba ühes lääneosariigis. Olen ka alkohoolik. Teistest alkohoolikutest erinen ma ehk kahes suhtes. Esiteks kuuleme me kõik AA koosolekutel inimestest, kes on kõigest ilma jäänud, vanglas istunud, perekonna ja sissetuleku kaotanud. Minuga pole midagi sellist juhtunud. Ma polnud kunagi rentslis. Viimasel jooma-aastal teenisin ma rohkem kui kunagi varem terves elus. Mu naine ei vihjanud kordagi, et ta võiks mu maha jätta. Olin edukas kõiges, millele ma algkoolist alates käe külge panin. Olin algkoolis õpilasesinduse president. Keskkooli vanemas astmes olin ma igal aastal oma klassi president ja viimasel aastal samuti kogu õpilaskonna president. Ka ülikoolis olin ma kõigil aastatel oma kursuse vanem ja *kogu* üliõpilaskonna president. Mind valiti kui meest, keda kõige tõenäolisemalt saadab edu. Sama kordus ka meditsiinikoolis. Ma olen rohkemate arstiühingute ja auseltside liige kui minust kümme ja kakskümmend aastat vanemad mehed.

Minu rentsliks osutus edu. Füüsiline rentsel on igas linnas haletsusväärne. Edukuse rentsel pole sellest sugugi vähem haletsusväärne.

Teine asjaolu, mille poolest ma ehk mõnedest teistest alkohoolikutest erinen, on järgmine. Paljud alkohoolikud väidavad, et neile alkohol eriti ei maitse, kuid neile meeldib selle toime. Mina aga armastasin alkoholi! Mulle meeldis, kui alkohol mu sõrmedele sattus, nii et

sain seda limpsida ja seda natuke veel maitsta. Tundsin joomisest suurt mõnu. Nautisin seda tohutult. Ent siis, ühel ebamäärasel päeval, mida ma ei suuda meenutada, ületasin ma piiri, mida alkohoolikud väga hästi tunnevad, ning sellest päevast peale oli mu joomine haletsusväärne. Kui enne seda olid paar jooki andnud mulle hea enesetunde, siis nüüd muutsid needsamad joogid mu armetuks. Püüdes sellest tundest vabaneda, kaanisin ma kähku veel mitu klaasitäit ning siis oli kõik kadunud. Alkohool ei suutnud enam oma eesmärki täita.

Oma viimasel joomapäeval läksin külla sõbrale, kellel oli alkoholiga kõvasti probleeme olnud ja kelle naine oli korduvalt maha jätnud. Ometi oli mees nüüd tagasi ja elas selle programmi järgi. Oma lihtsameelsuses läksin ma talle külla ähmase mõttega tutvuda AA-ga meditatiini seisukohast lähtudes. Kusagil hingepõhjas lootsin sellest ehk abi saada. Sõber andis mulle voldiku. Võtsin selle koju kaasa ja palusin naisel mulle ette lugeda. Seal olid kaks lauset, mis mind rabasid. Üks neist kõlas nii: „Ära pea end sellepärast märtriiks, et sa joomise maha jätsid,” ja see lajatas mulle otse lagipähe. Teine lause oli selline: „Ära arva, et sa jäta joomise maha kellegi teise kui iseenda pärast,” ja ka see lajatas mulle otseaette. Kui naine oli selle mulle ette lugenud, ütlesin talle nii nagu olin juba palju kordi meeleheites öelnud: „Pean midagi ette võtma.” Mu heasüdamliku loomuga naine lausus: „Mina selle üle ei muretseks, ilmselt midagi juhtub.” Ja siis läksime me koos üles mäenõlvale, kus meil on väike grilliplats, et sööd hakkama panna. Teel sinna mõtlesin ma endamisi – läheks kööki tagasi ja valaks oma klaasi uuesti täis. Kuid just sel hetkel juhtus tõesti midagi.

Mu teadvusse jõudis mõte – see on mu viimane! Selleks hetkeks olin juba teise suure pudeli kallal. Ja

kohe kui see mõte pähe turgatas, tundus mulle, nagu oleks keegi kummardunud ja mu õlgadelt raske palitu võtnud, sest see jook *jäigi* tõepoolest viimaseks.

Paar päeva hiljem helistas mulle Nevada City'st üks sõber – mu naise hea sõbranna vend. Ta ütles: „Kas sina, Earle?” Mina: „Jah, mina.” Tema: „Ma olen alkohoolik, mida ma peaksin tegema?” Ja ma andsin talle nõu, mida tuleks teha, ja nii tegin esimest korda Kahe-teistkümnendat Sammu veel enne, kui AA program-miga liitusin. Rahulolu, mida tundsin talle rääkides, mida olin sellest volikust lugenud, oli kaugelt suurem, kui ma patsiente aidates eales varem olin kogenud.

Nõnda otsustasin ma oma esimesele koosolekule minna. Mind esitleti kui psühhiaatrit. (Ma kuulun Ameerika Psühhiaatrite Liitu, kuigi ma ise psühhiaat-rina ei praktiseeri. Olen kirurg.)

Nagu keegi AA-s mulle mõni aeg hiljem ütles, pole midagi hullemat kui omadega sassis psühhiaater.

Ma ei unusta iial seda esimest koosolekut. Koos minuga oli kohal viis inimest. Ühes laua otsas istus kohalik lihakaupmees. Tema vastas meie kandi puusepp, laua kaugemas otsas mees, kes pidas pagariäri ja tema vastas minu sõber, kes oli ametilt mehaanik. Mäletan, et koosolekule minnes mõtlesin endamisi: „Siin ma nüüd siis olen: Ameerika Kirurgide Kolleegiumi, Rahvusvahelise Kirurgide Kolleegiumi, Ühendriikide ühe suurima erialakomisjoni ja Ameerika Psühhiaatrite Liidu liige ja ma pean minema lihuniku, pagari ja puusepa juurde, et nad aitaksid minust mehe vormida!”

Juhtus veel midagi. Selline mõte oli mulle nii uus, et ma hankisin kõikvõimalikud raamatud, milles oli juttu Kõrgemast Jõust, panin ühe Piibli oma voodi kõrvale ja teise autosse. See on praegugi seal. Ja ma panin Piibli

ka oma kappi haiglas. Ka lauale sättisin Piibli. Asetasin AA Suure Raamatu oma öökapile ja raamatu „*Kaksteist Sammu ja Kaksteist Traditsiooni*” haigla kappi, soetasin Emmet Foxi raamatud ja veel jumal teab kelle teosed ning asusin neid kõiki lugema. Ja äkitselt ma lausa kerkinis oma AA rühma kohale, lendasin üles, aina kõrgemale, kuni jõudsin tippu, eufoorilise roosa pilveni, mida tuntakse kui Roosat Seitset, ja muutusin taas õnnetuks. Mõtlesin endamisi, et pigem juba purjus olla, kui nõndamoodi kannatada.

Läksin Clarki, meie lihakaupmehe juurde, ja ütlesin: „Clark, mis mul viga on? Mul on imelik tunne. Olen olnud programmis kolm kuud ja mu enesetunne on kohutav.” Ja tema vastas: „Lähme korra kõrvale, Earle, et ma saaksin sinuga mõne minuti juttu ajada.” Seejärel tõi ta mulle tassi kohvi, tüki kooki, pani mu istuma ja lausus: „Sinuga pole midagi lahti. Sa oled kolm kuud kaine olnud ja tublisti vaeva näinud. Sul on kõik kenasti läinud.” Ent siis lisas ta: „Luba ma ütlen sulle midagi. Meil on siin üks organisatsioon, mis aitab inimesi, ja selle organisatsiooni nimi on Anonüümsed Alkohoolikud. Mis oleks, kui ka sina liituksid?” Küsisin vastu: „Mida mina siis sinu arvates teinud olen?” „Noh,” vastas Clark, „sa oled küll kaine olnud, kuid kuskil kõrgel pilve peal hõljunud. Mine õige koju, võta kätte meie Suur Raamat, ava see leheküljelt number viiskümmend kaheksa ja loe oma silmaga, mis seal seisab.” Nii ma tegingi, võtsin Suure Raamatu, hakkasin seda lugema ja seal oli kirjas järgmine lause: „Oleme harva näinud inimest, kes on meie teed põhjalikult järgides ebaõnnestunud.” „Põhjalikult” lõi kellukese helisema. Edasi oli raamatus öeldud: „Poolikud abinõud ei viinud meid kuhugi. Me seisime pöördepunktis.” Ja lõpuks oli veel

kirjutatud: „Palusime täielikus loobumuses Tema kaitset ning hoolt.”

„Täielikus loobumuses”, „poolikud abinõud ei viinud meid kuhugi”, „meie teed põhjalikult järgides”, „sellele lihtsale programmile täielikult pühenduda” – kumisesid mu ennast täis peas.

Aastaid tagasi otsisin psühhoanalüüsist leevendust. Kulutasin psühhoanalüüsi seanssidele 5^{1/2} aastat, kuid pärast seda sai minust joodik. Ärgu võetagu seda mingi halvustava märkusena psühhoteraapia aadressil – see on suurepärane vahend, mitte liiga tõhus, kuid siiski suurepärane. Võiksin seda korrata.

Katsetasin sisemise rahu saavutamiseks kõiki teadaolevaid nippe, kuid alles siis, kui alkohol oli mu põlvili surunud, kui ma sattusin ühte ja samasse rühma oma naabruskonna lihakaupmehe, pagari, puusepa ja mehaanikuga, kes oskasid need Kaksteist Sammu minuni tuua, sain lõpuks mingi selguse Esimese Sammu teise poole tähendusest. Olles astunud Esimese Sammu esimese poole ja üliettevaatlikult tunnistanud ennast Anonüümsete Alkohoolikute liikmeks, juhtus minuga midagi. Ja ma mõtlesin endamisi: „Kujuta ette alkohoolikut üldse midagi tunnistamas!” Kuid ometi ma tunnistasin.

Kolmandas Sammus oli kirjutatud: „Otsustasime anda oma tahte ja elu Jumala hoolde, nii nagu meie Teda mõistsime.” Või et nüüd paluti meil otsustada! Peame kõik usaldama mingi naljavenna hoolde, keda isegi näha ei saa! See lämmatabki alkohoolikut. Ta on jõuetu, juhitamatu, millegi endast tugevama haardes ja peab nüüd veel usaldama kõik kellegi teise kätte! See ajab alkohooliku marru. Me oleme võimekad inimesed. Me saame kõigega hakkama. Nii hakataksegi

endamisi aru pidama. Kes on see Jumal? Kes ta niisugune on, et me peame kõik tema kätte usaldama? Mida Ta saab meie heaks teha, mida me ise ei suuda? Ma ei tea küll, kes Ta on, kuid mul on sellest oma ettekujutus olemas.

Mis puudutab mind, siis minul on absoluutne tõestus Jumala olemasolust. Kord istusin pärast ühe naise opereerimist oma kabinetis. See operatsioon, keerukas kirurgiline protseduur, oli kestnud neli või viis tundi ja nüüd oli käes üheksas või kümnes operatsioonijärgne päev. Naine tundis end suurepäraselt ja liikus juba ringi. Sel päeval helistas mulle tema abikaasa ja sõnas: „Suur tänu, doktor, et mu naise terveks ravisite.” Tänasin teda õnnitluste eest ja meie kõne lõppes. Seejärel kratsisin kukalt ja laususin omaette: „Imetore, kui mees ütleb, et mina ravisin tema naise terveks. Siin ma nüüd olin oma kabinetis laua taga ja naine on haiglas taastumas. Mind ei ole tema kõrval ja kui ma ka oleksin, saaksin teda ainult moraalselt toetada. Ometi tänab tema mees mind selle eest, et ma olen ta naise terveks teinud.” Mõtlesin, *mis* seda naist tegelikult ravib. Tõsi, mina õmblesin kinni ta haavad. Suur Boss on andnud mulle diagnoosimis- ja opereerimisande, ja Ta on selle mulle laenanud elu lõpuni kasutamiseks. See anne ei kuulu mulle. Olen selle laenuks saanud ja olen täitnud oma kohust, kuid sellega kõik üheksa päeva eest ka piirdus. Mis see oli, mis tervendas need haavad, mis ma olin sulgenud? Seda ei teinud mina. Selles peitubki minu jaoks tõestus, et eksisteerib Miski, mis on minust suurem. Ilma Suure Ravijata ei saaks ma tegutseda arstina. Oma lihtsal moel aitan Temal patsiendid terveks ravida.

Varsti pärast programmiga tööle hakkamist mõistsin, et ma ei ole hea isa ega ka hea abikaasa, ent, nojah,

materiaalselt suutsin ma oma pere hästi kindlustada. Ma ei jätnud perekonda kunagi millestki ilma. Andsin neile kõik peale selle kõige väärtuslikuma siin ilmas – meelerahu. Läksin oma naise juurde ja küsisin talt, kas me ei saaks midagi ette võtta, et üksteisele taas lähedaseks muutuda. Ta pöördus kannalt ringi, vaatas mulle otse silma ja lausus: „Sulle on minu murest ükskõik.” Oleksin tahtnud teda lüüa, kuid sõnasin endale: „Säilita meelerahu!”

Naine läks minema, mina aga istusin maha, ristasin käed, vaatasin üles ja sõnasin: „Jumala pärast, aita mind.” Samal hetkel tuli mulle pähe üks lihtne tobe mõte. Ma ei tea üldse, kuidas olla isa. Ma ei oska niimoodi koju tulla ja nädalavahetustel käituda nagu teised abielumehed. Ma ei oska oma perekonna meelt lahutada. Kuid mulle meenus, et mu naine tõuseb igal õhtul peale sööki lauast, et nõusid pesta. Hüva, minagi võiksin nõusid pesta. Läksin naise juurde ja ütlesin: „Ma tahan elus vaid üht asja. Ma ei taha mingit tunnustust ega kiitust, ma ei taha sinult ega Janeylt ealeski midagi muud peale üheainsa: anda teile võimalus teha alati seda, mida te tahate, ja mina tahan alustada sellest, et hakkan nõusid pesema.” Nüüd pesen ma neid pagana nõusid igal õhtul!

Arstid on saanud halvas mõttes kuulsaks oma saamatusega alkohoolikute abistamisel. Nad on pühendanud meie probleemiga tegelemisele usumatult palju aega ja vaeva, kuid tundub, et nad ei ole suutnud ei teie ega minu alkoholismi suhtes midagi ära teha.

Ka kirikutegelased on tõsiselt püüdnud meid aidata, ent meil pole nende abist kasu olnud. Ja psühhiaater on tuhandete vastuvõtutundide jooksul nii teid kui mind palju-palju kordi oma kušetile pikali pannud, kuid meile

pole sellest suuremat abi olnud, ehkki psühhiaater kõigest väest püüdis. Oleme nii kirikutegelastele, arstidele kui psühhiaatritele palju tänu võlgu, kuid meie alkoholismi vastu pole neist abi olnud, mõned väga üksikud juhud välja arvatud. Ent Anonüümsed Alkohoolikud on meid aidanud.

Milles seisneb AA jõud? Selle ravijõud? Ma ei tea mis see on. Arst ütleks tõenäoliselt: „Tegu on psühhosomaatilise meditsiiniga.” Psühhiaater lauauks arvatavasti: „Tegu on heade inimestevaheliste suhetega.” Ülejäänud kostaksid ilmselt: „Tegu on rühma psühhoteraapiaga.”

Minu jaoks on see Jumal.

MINU VÕIMALUS ELADA

AA andis sellele teismelisele tüdrukule tööriistad, millega välja ronida oma meeleheite süngest kuristikust.

ASTUSIN SISSE Anonüümsete Alkohoolikute uksest seitsmeteistaastasena, ise täidetud vastuoludega. Pealtnäha olin ma klassikaline mässumeelne teismeline, kellel jagus küllalt iseloomu. Seesmiselt olin ma aga suitsiidne ja katki. Minu kõnnakus väljendus enesekindlusest, mida ma tegelikult ei tundnud. Minu riietus oli omane karmile tänavalapsele, kellega ei tahaks jamada. Sisimas aga värisesin hirmust, et keegi võib läbi minu müüride tegelikku mind näha.

Kui te oleksite näinud tõelist mind, siis oleksite, kas tülgaustest minema läinud või üritanud kasutada minu paljusid nõrkusi, et mind hävitada. Mõlemal juhul olin veendunud, et saan haiget. Kuna ma ei saanud lasta sellel juhtuda, siis hoidsin oma tõelist mina karmikoelise eesriide taga. Minu jaoks on endiselt arusaamatu, kuidas ma sellisesse kohta jõudsin.

Ma kasvasin üles armastusväärses keskklassi kodus. Meil olid omad probleemid. Kellel poleks? Igatahes, mingisugust väärkohtlemist ei olnud. Ei füüsilist ega verbaalset. Ei saa ka öelda, et mu vanemad ei oleks andnud minu kasvatamisel endast parimat. Mu vanaisad olid alkohoolikud ja üles kasvades jutustati mulle, kuidas alkohol nende ja nende lähedaste elusid laastas. Ei, ma ei tahtnud alkohoolikuks saada.

Varases teismeeas hakkas mind painama tunne, et ma ei kuulu teiste sekka. Seni olin ma eiranud tõsiasja, et ma ei ole "üks omade seast". Ma uskusin, et kui piisavalt

pingutan, siis varem või hiljem võetakse mind omaks. Neljateistaastaselt loobusin ma püüdmast. Peagi avastasin alkoholi rahustava mõju. Kinnitasin endale, et olen ettevaatlikum kui mu õnnetud vanavanemad, ja tahtsin lihtsalt end paremini tunda.

Joomine vabastas mind lämmatavast hirmust, ebapädevuse tundest ja sellest näägutavast häälest kuklas, mis ütles mulle, et ma ei ole piisav. Juues kõik need tunded lahustusid. Pudel oli minu sõber, kaaslane ja kaasas-kantav puhkusereis. Kui elu muutus liiga pingeliseks, siis alkohol aitas seda leevendada või pühkis probleemi mõneks ajaks sootuks minema.

Minu eesmärgiks oli end mäluauku juua. Kuigi see võib imelikult kõlada, siis need ei hirmutanud mind kunagi. Minu elu koosnes koolist ja kodust. Kui ma olin mäluaugus, siis ma lihtsalt lülitusin ülejäänud päevaks autopiloodile. Mulle meeldis väga mõte selles, et saan oma teismeea mööda saata ilma ühegi mälestuseta.

Ma ei olnud loobunud oma elust, vaid oma lapsepõlvest. Täiskasvanutel oli kõik hästi. Nemad kehtestasid reeglid. Alaealise elu oli jama. Kõik muutuks, kui ma vaid peaksin vastu kaheksateistaastaseks saamiseni. Sel ajal ei osanud ma aimatagi kui tõseks need sõnad võivad osutuda.

Sukeldudes pea ees kuuekümnendate subkultuuri jääkidesse, tõtsin „pane pidu oksendamiseni” uuele tasemele. Mulle meeldis juua. Mulle meeldis alkoholi mõju. Mulle ei meeldinud oksendamine. Õige pea avastasin, et oli veel aineid, mis aitaksid mul joomist „kontrollida”. Natuke seda ja teist ning ma suutsin rahulikult öö läbi tipsutada. Tundsin end hästi ja ei oksendanud.

Jõudsin lühikese ajaga sihile, või vähemalt nii mulle tundus. Mul oli hunnik sõpru, kellega aega veeta. Koo-

list puudumine, lõbusõidud ja joomine olid kõik osa sellest uuest elust. Mõnda aega oli see kõik suurepärase. Varasemalt oleks mulle valmistanud häbi direktori kabinetti minek ja politseis ülekuulamistel käimine, aga nüüd olin ma selliste asjade üle uhke. Minu võime nendest sündmustest läbi tulla, ilma et ma oleksin kellegi peale koputanud või endast välja läinud, tõi mulle eakaaslaste austuse ja usalduse.

Väliselt olin noor naine, kes tundis ennast oma nahas mugavalt. Ometi hakkasid teod, mida teadsin sisimas valed olevat, mind aegamööda närima. Minu esimene reaktsioon oli veel rohkem juua. Tulemus ei olnud see, mida ma ootasin. Kogused aina suurenesid, aga soovitud toime jäi tulemata. Mäluaukud hakkasid harvenema. Ei olnud enam vahet, kui palju ma joon või milliseid teisi aineid ma lisaks tarvitan – otsitud kergendust ma enam ei leidnud.

Kodus oli kõik lagunemas. Iga kord kui ma ümber keerasin, olin ma jälle teinud midagi, mis mu ema nutma ajas. Koolis otsiti võimalust, et mind välja visata. Abidirektor ütles üsna selgelt: „Võta ennast kokku või me viskame su välja. Lõplikult.”

Alustasin valusat allakäiguspiraali oma põhja suunasvaid paar aastat pärast joomisega alustamist. Teades, et pean kooli lõpetama, kohandasin oma elustiili, et mitte välja kukkuda. Vaatasin, kuidas mu sõbrad jätkasid lõbutsemist. Langesin depressiooni, mis kattis mind halli uduna. Ma ei saanud enam koolist puududa, mu poiss-sõber tuli kaitsevääst tagasi teise tüdrukuga, mu ema nuttis endiselt – ja kõik oli minu süü.

Olid mõned enesetapukatsed. Pean tänulikkusega tunnistama, et ma ei osanud seda eriti hästi. Seejärel, otsustasin, et ma loobun joomisest ja tarvitamisest, kuna

ei tundud nendest enam mingit mõnu. Milleks väärt jooki raisku lasta, kui ma tunnen ennast purjus olles sama halvasti kui kainenena? Ma ei lootnud, et hakkan ennast kainenena paremini tundma vaid lihtsalt ei tahtnud alkoholi raisata.

Mul ei tulnud pähegi, et ma ei suuda lõpetada. Iga päev sepiitsesin mingi uue meetodi, kuidas kaine püsida. Kui ma kannan seda särki, siis ma ei joo. Kui olen koos selle inimesega või selles kohas, siis ma ei joo. See ei toimunud. Igal hommikul ärkasin uue lahendusega kaine püsimiseks. Mõne erandiga olin lõunaks nii täis, et ei suutnud oma nime öelda.

Hääled mu peas muutusid üha kurjemaks. Iga ebaõnnestunud katse järel ütles hääl: „Näed, sa kukkusid jälle läbi. Sa teadsid, et su enesetunne ei parane. Sa oled läbikukkuja. Sa ei alista seda kunagi. Milleks üldse üritada? Joo edasi, kuni sa ära sured.”

Nendel üksikutel päevadel, kus ma ei olnud ennast lõunaks täis joonud, olid vaid mõned vaprad, kes julgesid minust saja meetri raadiuses viibida. Ma ei olnud kainenena meeldiv inimene. Olin vihane ja hirmul ning tahtsin teistes samu tundeid tekitada. Paaril korral üritati mind jooma survestada: „Näe, joo see ära, siis ei ole sinuga nii keeruline suhelda.” Mul oli alati valmis mingi vastik repliik ja võtsin pakutu vastu. Lõpupoole palvetasin igal õhtul, et Jumal võtaks magades mult elu, ja needsin Teda hommikul, kuna ta lasi mul edasi elada.

Mu plaan ei olnud kunagi lõpetada AA-s. Kui mainiti, et äkki joon liiga palju, siis naersin neile näkku. Ma ei joonud rohkem kui mu sõbrad. Ma ei joonud end kunagi vastu tahtmist purju – aga tahtsin alati. Ma ei saa olla alkohoolik. Olin liiga noor. Minu probleem oli

minu elu. Minu probleemiks olid teised ained. Kui ma saaksin lihtsalt elu korda, siis saaksin normaalselt juua.

Sain tööle pannkoogikohvikusse ettekandjana. Meie hilised lahtiolekuajad meelitasid ligi erinevat liiki kliente, nende hulgas ka Anonüümsete Alkohoolikute liikmeid. Nad ei olnud minu lemmikinimesed, keda teenindada. Ausalt öeldes ajasid nad mind jooma. Nad olid valjuhäälsed ja nende soove oli raske täita. Nad vahetasid laudu ja ei jätnud eriti jootraha. Teenindasin neid kuus nädalat, kuni sain lõpuks ühe vaba õhtu.

Seni olin mõelnud, et minu probleem oli hullumeelsus ja vabal õhtul juhtunu kinnitas seda. Igatsesin seda kirjut seltskonda, kes mind üle kuu aja oli vaevanud. Igatsesin nende naeru ja nende eredaid naeratusi. Liitusin ja jõin nendega kohvi.

Olen otsustanud uskuda, et see oli Kõrgem Jõud, kelle käivitatud sündmusteahela tulemusena veensid nad mind minema koosolekule. Mulle öeldi, et toimub eriline avatud AA sünnipäeva koosolek, kuhu võis minna igaüks. Ütlesin endale: „Miks ma ei võiks minna? Ma ju teenindan neid inimesi, äkki aitab see mul neid paremini mõista.”

Jõudsin määratud õhtuks kohale ja avastasin, et sünnipäevakoosolek on järgmisel nädalal, aga nad hääletasid ja otsustasid, et võin koosolekule jääda. Olin šokeeritud ja tundsin alandlikkust. Nad tahtsid minusugust enda hulka? Mul oli seda raske omaks võtta. Jäin koosolekule kuulama, ühtlasi neile rõhutades, et minul endal ei ole probleemi.

Läksin ka sellele sünnipäevakoosolekule järgmisel nädalal, plaanides mitte kunagi enam minna. Ma ei olnud alkohoolik. Mul oli teisi probleeme, millega oli tarvis tegeleda ja siis saaks minuga kõik korda. Järgmi-

sel nädalal küsis üks minu alkohoolikust sõber, kas ma lähen koosolekule. Mu mõistus hakkas ülikiirusel tööle. Kui see inimene arvab, et ma peaksin minema, siis äkki peakingi. Aga ma ei olnud ju alkohoolik.

Käisin koosolekul ja otsustasin, et minu probleem on narkootikumid. Sellel õhtul lõpetasin nende tarvitamise täielikult, mille tulemusena hakkasin oluliselt rohkem jooma. Teadsin, et nii ei saa. Ühel õhtul koju vaarudes mõtlesin, et kui ma kasvõi mõneks ajaks joomise lõpetaksin, saaksin ehk asjad kontrolli alla ja siis võiksin taas juua.

Mul läks ligi kolm kuud taipamiseks, et ma ise olin enda probleem. Joomine süvendas seda probleemi. Teised ained olid kõigest abivahendid, millega kontrollida oma joomist. Kui peaksin valima, siis eelistaksin kõigele muule ikka joomist. Oleks vähe öelda, et olin vihane, kui pidin ennast alkohoolikuks tunnistama.

Kuigi olin tänulik, et ma ei olnudki hull, nagu alguses arvasin, tundsin ennast siiski petetuna. Kõik inimesed, keda ma nägin Anonüümsete Alkohoolikute laua taga, olid saanud palju rohkem aastaid juua kui mina. See polnud õiglane! Keegi ütles mulle, et elu on harva õiglane. See ei lohutanud mind, aga joomise jätkamine polnud enam valik.

Kolme kuu kainuse juures taipasin oma pisut selginenud mõtlemisega, et olin jõudnud põhja. Kui ma edasi jooks, siis saaks juhtuda ainult üks kahest asjast: mul õnnestuks enesetapp või ma elaksin zombina. Olles näinud, milline näeb välja teine variant, eelistaksin pigem surma.

Selles punktis andsin alla. Tunnistasin, et olen alkohoolik, aga ei teadnud, mida selles osas ette võtta.

Paljud minu ümber tahtsid, et ma läheksin ravile, aga puiklesin vastu. Ma ei tahtnud, et koolikaaslased teada saaksid, mis minuga toimub. Kui ma ravile läheksin, siis nädalaga teaks terve kool. Mis veel olulisem, ma kartsin. Kartsin, et raviasutus, teeks mulle testid ja ütleks: „Sa ei olegi alkohoolik. Sa oled lihtsalt hull.” Teadsin südames, et see ei ole nii. Minu pea, aga vajas natuke rohkem veenmist. Mõte AA-st ilma jäämisest hirmutas mind. AA oli mulle ankruks segadusemeres. Kihutasin minema kõik, mis tundus ohustavat minu turvatunnet. Mul ei olnud toona midagi raviasutuste vastu ja ei ole praegugi. Ma lihtsalt ei tahtnud minna ja ei läinudki.

Püsisin kaine. Piisas ühest suvest koos inimestega, kes nautisid elu kainenena, et hakata tahtma kainust rohkem kui jooki. Ma ei hakka väitmagi, et tegin kõike, mida mulle öeldi, siis kui mulle öeldi ja nagu mulle öeldi, sest ma ei teinud. Nagu enamik, kellele see programm on uus, nii proovisin minagi leida lihtsama ja kergema mooduse. Nagu Suur Raamat ütleb, ma ei leidnud seda moodust.

Kui ma ei suutnud leida lihtsamat ja kergemat moodust, hakkasin otsima inimest võlukepiga – sellist inimest AA-s, kes suudaks kõik paremaks muuta nüüid ja kohe. See oli tüütu ettevõtmine ja lõpuks mõistsin, et kui ma tahan samasugust elu, siis pean tegema seda, mida teised on teinud. Keegi ei sundinud mind jooma ja keegi ei saanud mind kaineaks teha. See programm on neile, kes seda tahavad, mitte neile, kes seda vajavad.

Kui kõik, kes AA-d vajavad kohale ilmuksid, läheksid meie ruumid lõhki. Kahjuks, enamik ei jõua ukseniigi. Usun, et olin üks õnneseentest. Mitte ainult seetõttu, et leidsin selle programmi nii noorelt. Mul on vedanud,

et üldse AA leidsin. Minu joomaharjumused tõid mind Suures Raamatus kirjeldatud allaviskumise kohta palju kiiremini, kui keegi oleks suutnud ette kujutada.

Olen veendunud, et kui oleksin samal kursil jätkanud, ei oleks mul jäänud kaua elada. Ma ei arva, et olin teisest targem, olgugi et mulle on seda hiljem öeldud. See oli minu aeg, minu võimalus elule ja ma haarasin sellest kinni. Kui joomine oleks mulle veel rõõmu valmistanud või kui oleks isegi mingi ähmane võimalus, et joomine mulle kunagi jälle rõõmu valmistaks, siis ma ei oleks veel joomist lõpetanud.

Mitte keegi, kes jõi nii nagu mina, ei ärka ühel hommikul kuristikul serval, lausudes: „Asjad paistavad päris hirmuäratavad, parem oleks lõpetada joomine enne, kui ma alla kukun.” Olin veendunud, et võin laskuda ükskõik kui sügavale ja siis jälle välja ronida kui enam lõbus ei ole. Tegelikuses juhtus see, et ma leidsin ennast kanjoni põhjast ja arvasin, et ma ei näe päikest enam kunagi. AA ei tõmmanud mind sellest august välja. See andis mulle redeli ehitamiseks tööriistad, milleks olid Kaheteist Sammu.

Kainus ei ole üldse selline, nagu ma kujutlesin. Algu- ses meenutas see võimsaid emotsionaalseid ameerika mägesid, täis teravaid tippe ja sügavaid langusi. Mu emotsioonid olid uued ja mulle võõrad ning ma polnud kindel, kas ma tahangi neid üldse tunda. Nutsin kui pidanuks naerma. Naersin kui pidanuks nutma. Sünd- mustest, mis tundusid maailmalõpuna, said hoopis kingitused. See kõik oli väga segadusttekitav. Tasapisi hakkasid asjad ühtlustuma. Kui hakkasin astuma samme tervenemise suunas, sai mulle selgeks, milline oli minu roll mu elu haletsusväärse seisus.

Kui minult küsida, mis on tervenemise juures kaks kõige olulisemat asja, siis vastaksin: valmisolek ja tegutsemine. Ma olin valmis uskuma, et AA rääkis mulle tõtt. Tahtsin uskuda, et see on tõene viisil, mida ma ei suuda sõnadega kirjeldada. Tahtsin, et see asi töötaks. Seejärel hakkasin tegutsema vastavalt kirjeldatud tegevuskavale.

Suure Raamatu põhimõtete järgimine ei ole olnud alati mugav ja ega ma taotlegi täiuslikkust. Suures Raamatus ei leidu kohta, mis ütleks: „Nüüd oled sa Sammud läbi teinud, ilusat elu.” Programm on juhend terveks eluks, üks päev korraga. On olnud juhuseid, kus kiusatus laiselda on peale jäänud. Võtan neid kui võimalusi õppida.

Kui olen valmis tegema õiget asja, siis saan vastutasuks sisemise rahu, mida ükski alkoholikogus ei suudaks iial anda. Kui ma ei ole valmis õiget asja tegema, siis muutun rahutuks, ärrituvaks ja rahulolematuks. See on alati minu valik. Kaheteist Sammu kaudu on mulle kingitud valikuvõimalus. Ma ei ole enam selle haiguse meelevaldas, mis ütleb mulle, et joomine on ainus lahendus. Kui valmisolek on võti, mis keerab lahti põrguvärvate luku, siis tegutsemine lööb need valla ja lubab meil vabalt kõndida elavate seas.

Oma kainuse ajal olen kogenud palju võimalusi areneiseks. Ette on tulnud nii raskusi kui saavutusi. Kõige selle keskel ei ole ma pidanud jooma, ega üksi olema. Valmisolek ja tegutsemine on mind selles kõiges saatanud, koos armastava Kõrgema Jõu ja AA sõpruskonna juhatusega. Kui tekib kõhklus, siis on mul usk, et asjad lähevad nii nagu peab. Kui kardan, siis palun teise alkoholiku abikätt, et end rahustada.

Elu ei ole mulle kuhjanud rahalisi rikkusi, samuti ei ole ma saavutanud kuulsust maailma silmis. Minu

õnnistusi ei saa selle mõõdupuu järgi võtta. Ükskõik kui palju raha või kuulsust ei oleks võrdne sellega, mis mulle on antud. Võin praegu jalutada igal tänaval kartmata kohata kedagi, kellele olen liiga teinud. Minu mõtteid ei valitse täna ohjeldamatu tung järgmise joogi järele ega kahetsus kahju pärast, mida tegin viimase joomise käigus.

Täna elan elavate keskel, olemata parem või halvem ühestki teisest Jumala lapsest. Täna ennast meikides vaatan peeglistse ja naeratan, mitte ei löö pilku häbist kõrvale. Tunnen end täna oma nahas mugavalt. Olen rahujalal enda ja mind ümbritseva maailmaga.

Kasvades üles AA-s, on mind õnnistatud lastega, kes pole oma ema kunagi purjus näinud. Mul on abikaasa, kes armastab mind lihtsalt sellepärast, et olen olemas, ja ma olen pälvinud oma pere austuse. Mida enamat võiks üks räsitud joodik paluda? Issand teab, et see on palju rohkem, kui ma kunagi võimalikuks pidasin, ja palju rohkem, kui ma väärisin. Kõik sellepärast, et mul oli valmisolek uskuda, et AA võib ka mind aidata.

ELU ÕPILANE

Kodus vanematega elades püüdis ta kasutada tahtejõudu, et saada võitu joomatungist. Alles siis, kui ta kohtas teist alkohoolikut ja läks AA koosolekule, kinnistus ta kainus.

HAKKASIN JOOMA 18-aastaselt, tänapäevaste standardite kohta võrdlemisi hilja. Kui alustanud olin, tabas alkoholism kui haigus mind tõsiselt ning kaotatud aeg sai kohe tasa tehtud. Kui olin mõne aasta joonud ja tõsiselt imestama hakanud, kas mul võib alkoholiga probleem olla, lugesin üht "Kas oled alkohoolik?" stiilis küsitlust. Enda kergenduseks avastasin, et mitte ükski punkt ei käinud minu kohta. Ma ei olnud kaotanud tööd, abikaasat, lapsi ega ühtegi omandit alkoholi pärast. Tõdemus, et joomine ei olnud lasknud mul üldse neid asju saada, tekkis mul alles AAsse jõudes.

Ma ei saa ühegi alkoholisõõmu eest süüdistada oma kasvatust. Mu vanemad olid armastavad ja toetavad ning on abielus 35 aastat. Keegi teine mu peres ei joo alkohoolselt ega käitu nagu alkohoolik. Vaatamata kõigile võimalustele, mis mul kasvades olid, kujunes minust millegipärast selline täiskasvanud naine, kes on surmani hirmunud ümbritseva maailma ees. Olin erakordselt ebakindel, olgugi et seda hoolikalt varjasin. Olin võimetu tulema toime oma emotsioonidega ning nendest aru saama. Tundsin alati, et teised inimesed saavad asjast aru ning teavad, mida tuleb teha. Minu elu tundus ainsana selline, millele polnud manuaali kaasa antud.

Avastanud alkoholi, hakkas kõik muutuma. Võtsin esimese joogi esimesel õhtul kolledžis. Läksin õpilaspeole, millesarnaseid tuli veel palju ette. Mind ei huvitanud õlu, nii et proovisin juua süütuna näivat punši. Mulle selgitati, et sinna on veidi piiritust lisatud. Ma ei mäleta koguseid ja minu mälestused ülejäänud õhtust on hägused, aga mäletan seda: kui ma jõin, siis mul oli hea olla. Sain aru. Kõik tundus loogiline. Sain tantsida, rääkida ja nautida enda nahas olemist. Ma oleks nagu olnud lõpetamata pusle, millest on üks tükk puudu ning juues asetust viimane tükk sujuvalt paigale.

Koju jõudmist ma ei mäleta. Ärkasin järgmisel hommikul riietes ning meigiga. Mul oli süda paha, kuid mul õnnestus ronida duši alla ning valmistuda esimesteks tundideks kolledžis. Terve tunni jooksul vaatasin professorit anuvate silmadega, et ta meid varem ära lubaks. Aga ta ei lasknud meid enne kella ära. Kui see helises, tormasin ma naiste tualetis esimesse kabiini ning oksendasin kõik välja.

Haiguse hullumeelsus oli juba hakanud endast märku andma. Mäletan, et mõtlesin kabiinis oksendades, kui fantastiline see oli. Elu tundus suurepärane, olin viimaks leidnud vastuse – alkohol! Jah, pingutasin eelmisel õhtul üle, kuid see oli kõik minu jaoks uus. Pidin lihtsalt joomise ära õppima ja siis võis minuga kõik hästi olla.

Üritasin „õigesti juua” järgmised kaheksa aastat. Areng oli erakordne. Mu joomiskarjäär ei ole ühtegi perioodi, kui ma oleks sotsiaalselt joonud. Mul tekkis mäluauk peaaegu iga kord, kui alkoholi jõin, kuid otsustasin, et saan sellega elada. See oli väike hind, mida maksta jõu ja enesekindluse eest, mida alkohol mulle

andis. Olles joonud vähem kui kuus kuud, oli minust juba saanud igapäevane jooja.

Mulle määrati teise aasta esimesel semestril katse-aeg (keskkoolis olin alati olnud aunimekirjas) mispeale vahetasin lihtsalt eriala. Minu elu õpilaslinnakus keerles pidutsemise, joomise ja meeste ümber. Ümbritsesin end inimestega, kes jõid samamoodi nagu mina. Kuigi mitmed inimesed olid juba väljendanud muret mu joomise pärast, ratsionaliseerisin oma käitumist sellega, et tegin lihtsalt sama, mida iga teine kuumavereline kolledžiõpilane.

Kuidagi õnnestus mul kool lõpetada, aga kui suurem osa mu sõpru leidsid omale head töökohad ning lõpetasid äkitselt joomise, näis et mina jäin õpilaslinnakusse kinni. Olin otsustanud, et minagi hakkam korralikuks ja joon mõistuspäraselt, kuid ärritaval kombel avastasin, et ma polnud selleks võimeline.

Läksin masendavale müügitööle, mille eest ei makstud peaaegu midagi, nii et jätkasin vanematega elamist. Jäin sellele tööle kaheks aastaks ühel põhjusel – sain juua vähese vahelesegamisega. Mu tavaline muster tähendas 0,75l pudeli viski ostmist millalgi kohtumiste vahel ning selle pudeli autoistme alla jätmist. Kui ma õhtul koju jõudsin, jõin pool pudelit teleka ees ära ning vaatasin saadete kordusi, kuni kustusin. Tegin sedasi igal õhtul omaette peaaegu kaks aastat. Minust oli saanud igapäevane üksinda jooja ning hakkasin muutama pisut närviliseks.

Mu käitumine sel ajal oli alkohoolikule tüüpiline: peitsin kodus igale poole pudeleid; võtsin oma vanemate varust vahel lonksu, kui mul alkohol otsa sai; viskasin pudeleid ära sellise täpsusega, et nad koti sees ei

kõlksuks; panin oma vanemate viina- ja džinnipudeli-tesse vett ja nii edasi. Mul tekkis ka harjumus lindistada oma lemmiksaadete kordusi, sest mul läks alati pilt eest, enne kui need lõppesid.

Umbes sel ajal oli eetris telefilm *"Mu nimi on Bill W"*, mis rääkis AA asutajast. Uudishimust hakkasin seda koos viski- ja toonikupudeliga vaatama. Kui Bill võttis ühes stseenis plasku välja, et enne äia külastamist julgust koguda, siis ohatasin kergendusest. „Oh, mul ei olegi asjad nii hullud,” mõtlesin endamisi. Siis jõin end pildituks. Filmist ma enam ei mäleta.

Mu vanemad olid täiesti nõutud. Ma ei liikunud elus kuskile ning käitusin ärritunult ning vaenulikult. Kuna neil puudus alkoholismiga kogemus, ei osanud nad ette kujutada, mis minuga toimub või mida selles osas tegema peaks. Mina ka ei teadnud. Teadsin, et joon liiga palju ja mu elu on masendav, aga ei seostanud neid asju kunagi. Vanemad tegid ettepaneku, mis tundus neile loogiline: nad pakkusid, et aitavad mind rahaliselt, kui tahan jälle kooli minna. Kuna minu silmis polnud teist pääseteed, haarasin võimalusest kinni.

Mul läks kaks aastat, et lõpetada kool 1200 km kaugusel kodust. Võin ausalt öeldes, et tean, miks räägitakse geograafilisest ravist. Üheksaks kuuks õnnestus mul joomisega tugevalt piiri pidada. Jõin ikka peaaegu iga päev, aga mitte tavapäraseid koguseid. Mul ei läinud sageli piltki eest. Olin võimeline keskenduma esimesel aastal koolitööle ja leidsin omale uusi sõpru. Siiski on geograafiline ravi ainult ajutine. Minu oma kestis vähem kui aasta. Umbes kümne kuu möödudes hakkasin langema tagasi oma vanadesse mustritesse. Aegamööda hakkasin jooma täpselt sama suuri viskikoguseid nagu koduski

ning jõin end pidevalt uuesti pildituks. Mu hinded läksid halvemaks ning sõbrad hakkasid imestama. Mul tekkis isegi jälle harjumus saadete kordusi vaatata. Olin võtnud kodus salvestatud videokassetid kooli kaasa.

Õnneks õnnestus mul kool lõpetada, aga ma ei olnud kuhugi edasi jõudnud. Pärast kooli lõpetamist naasin vanemate juurde, sest mul ei olnud õnnestunud tööd leida. Olin tagasi. Olin uuesti vanas magamistoas ning jätkasin harjumust juua igal õhtul kuni kustumiseni, ja see muutus aina hullemaks. Alustasin joomist päeva jooksul üha varem ja varem ning jõin aina suuremaid koguseid alkoholi. Mul polnud tööd ega sõpru, nägin ainult oma vanemaid.

Selleks hetkeks olin endast täiesti väljas. Kas ma polnud siis teinud kõike, mida minult oodati? Kas ma ei olnud mitte kolledžit magistrikraadiga lõpetanud? Ma polnud istunud vangis, ühtegi autot sodiks sõitnud ega pahandustesse sattunud, nagu tõeline alkohoolik. Kui ma veel tööl käisin ei jäänud mul joomise pärast ühtegi päeva vahele. Mul ei tekkinud võlgu ning ma ei väärkohelnud abikaasasid ega lapsi. Muidugi ma jõin palju, kuid mul ei olnud probleemi. Kuidas neid oleks saanud tekkida, kui ma isegi ei teinud ühtegi asja, mis tõestavad inimese alkohoolikuks olemist? Milles siis häda oli? Tahtsin lihtsalt normaalset töökohta, et võiksin olla iseseisev ja töökas. Ma ei mõistnud, miks elu ei võinud mulle lihtsalt vastu tulla.

Tegin vanemate heaks kodus juhutöid, et enda tuba välja teenida, kuni sain tööd kohaliku ettevõtja juures. See töökoht ei pakkunud erilisi võimalusi elus edasi jõudmiseks ning palk polnud suurem asi, kuid vähemalt sain vanemate juurest lahkuda ning see esitas mitme-

suguseid väljakutseid. Sel ajal käis mul tõsine lahing, et oma joomist kontrolli all hoida. Teadsin, et kui ühe napsu võtan, kaotan täielikult kontrolli ja joon end pildituks. Üritasin siiski ühe päeva kaupa enda alkoholi kinnisideed taltsutada.

Ühel päeval pärast tööd ostsin kaks liitrit viskit ning jõin rohkem kui kolmandiku sellest vähem kui nelja tunni jooksul samal õhtul. Mul oli järgmisel päeval meeltult paha, aga suutsin ikkagi tööle minna. Kui tagasi koju jõudsin, istusin oma vanemate diivanil ja teadsin, *ma teadsin*, et teen selle pudeli jälle lahti, olgugi et mul oli eelmisest õhtust ikka väga halb. Teadsin ka, et ei taha tegelikult juua. Seal diivanil istudes jõudis mulle pärale, et uskumus „Võiksin lõpetada, kui tahan, aga ma lihtsalt ei taha,” sedapuhku ei kehtinud, sest mul polnud soovi tol hetkel juua. Siiski ma tõusin järsku diivanilt ja valasin endale joogi. Tagasi diivanile istudes hakkasin ma nutma. Mu eitamine oli murtud; arvan, et sel õhtul leidsin oma põhja, aga ma ei teadnud seda tol hetkel. Arvasin lihtsalt, et olen hull. Ma jõin pudeli tühjaks.

Kuus kuud hiljem saatis boss mu Californiasse messile. Vihkasin messe, kuid mulle meeldis reisida, nii et ma läksin. Olin reisi pärast äärmiselt närviline, sest mu ülemusele meeldis pidu panna ning kutsusime ühe endavanuse tüübi Hawaiilt endaga kaasa. Sel hetkel oli mul õnnestunud 31 päeva joomata olla ning ma kartsin paaniliselt, et annan kiusatusele järele, mis tekib, kui olla kõik hinnas reisil, võimalustest tulvil linnas koos kahe peoloomaga. Mul oli olnud raske 31 päeva kuival olla, kinnisidee saatis mind iga päev.

Jõudsin reedel hilja kohale ning suutsin õhtul mitte jooma hakata. Järgmisel hommikul messil pakuti mulle

kingitust, mis muutis mu elu. Meie Hawaii müügimees oli pinges. Ma arvasin, et ta oli pettunud, sest tal ei olnud õnnestunud ühe paari tellimust saada, kellega ta just suhtles. Läksin teda lohutama. Ta ütles, et tema tujul pole selle paariga mingit pistmist. Ta ütles, et oli samal nädalal ilma jäänud tüdruksõbrast, kukkunud koolist välja, kaotanud oma korteri ning töökoha. Ta lisas: „Ma olen alkohoolik. Olin poolteist aastat kaine, aga eelmisel nädalal uuesti jõin. Olen selle tõttu omadega sassis.”

Sel hetkel kuulsin enda peas üht sõna. Sõna oli „nüüd”. Ma teadsin, et see tähendab: „Ütle midagi nüüd!”

Enda hämmastuseks lausisin sõnad: „Mike, ma olen vist ka.” Mike'i tuju muutus hetkega. Nüüd mõistan, et temas tekkis lootus. Hakkasime rääkima. Muuhulgas ütlesin talle, et ma ei olnud kuu aega joonud, kuid ei käinud AAs. Kui ta küsis, miks AAd vältisin, siis vastasin, et ma polnud enda meelest põhja jõudnud. Ta ei hakanudki naerma, vaid kostis: „Põhi tuleb siis, kui kaevamise lõpetad.” Ta viis mind mu esimesele kolmele AA koosolekule.

Teisel koosolekul tekkis mul kindlameelne soov kaineks jääda. Kohal oli umbes 35 inimest, aga ruum oli väike, nii et koosolek tundus meeletult rahvarohke. Kuna ma olin võõrast linnast, tõusin püsti ning tutvustasin end, kui koosoleku juhataja mul seda teha palus. Hiljem paluti mul sel koosolekul oma lugu rääkida. Tõusin ning jalutasin hädavaevu mikrofoni ja kõnepuldi ette – ma polnud kunagi elus nii närvis olnud. Aga mul õnnestus rääkida muretult ja ma kirjeldasin kõiki sündmusi, mis olid eelnenud sellele koosolekule jõudmisele.

Kui rääkisin, vaatasin ruumis ringi. Mis veelgi tähtsam, vaatasin teiste ruumis viibivate inimeste nägusid ning märkasin. Märkasin mõistmist, kaastunnet, armastust. Täna olen veendunud, et sel hetkel nägin oma Kõrgemat Jõudu esimest korda nendes nägudes. Olles seal kõnepuldis, jõudis mulle päralt: seda ma olingi terve elu otsinud. See oli vastus, siinsamas minu ees. Mind tabas kirjeldamatu kergendus. Teadsin, et võitlus on läbi.

Ikka veel kergenduse ja lootuse lummuses, meenus mulle selsamal õhtul kolledži kempsus veedetud päratlõuna, kui ma olin nii veendunud, et olin alkoholi näol vastuse leidnud. Nägin nüüd selgelt, et see oli olnud vale. Minu jaoks ongi see alkoholi kohta parim kirjeldus: see on vale, kuri, salakaval vale. Ajasin seda valet pikka pikka aega taga. Isegi siis, kui oli ilmselge, et ma seisan elus paigal ning tapan end selle käigus. Sel AA koosolekul teiste nägusid vaadates taipasin viimaks tõde.

Kodulinna tagasi jõudes pühendasin ennast AA'le. Käisin 90 päeva jooksul 90 koosolekul, sain omale tugiisiku ning liitusin kodurühmaga. Tegin kõike, mida mul teha soovitati. Valmistasin kohvi, võtsin kohustusi ja teenisin. Kihutasin varase kainuse ameerika mägedel ning iga sekund oli seda väärt, et jõuda sinna, kus olen praegu.

Mu tervenemise jaoks on väga oluline õppida ja Sammude kallal töötada. Sammukoosolekutel käin siiani vähemalt kaks korda nädalas. Mul on tugiisik, kes juhendab mind läbi Sammude õrnalt, kuid mõjusalt – samasuguse kindlameelsusega, mida loodan jäljendada kahe naisega, kellele mina olen tugiisikuks. Lubadused

on hakanud mu jaoks täide minema ja palju tööd on veel teha.

Peaaegu võimatu kirjeldada, kui palju programm on mulle andnud, isegi nende kuue lühikese aasta jooksul. Pean juba viis aastat ennast ise üleval, mul on oma korter ning plaanin järgmisel aastal maja osta. Mul on hea töökoht paljutöotava tulevikuga ning minu sissetulek on kainuse ajal 150% tõusnud.

Aga just nagu alkoholism ei eelda alati materiaalseid kaotusi, ei ole materiaalsed võidud kainuse õiged mõõdupuud. Tõeline tasu ei ole materiaalne. Mul on nüüd sõbrad, sest ma tean, kuidas olla sõber, ja ma oskan väärtuslikke sõprussuhteid hoida ning julgustada. Selle asemel, et olla pikale veninud üheöösuhetes nendega, keda nimetasin peigmeesteks, on mu elus eriline kaaslane, kellega olen peaaegu viis aastat suhtes olnud. Ja mis kõige tähtsam, ma tean, kes ma olen. Tean oma eesmärged, unistusi, väärtusi ja piire, ning oskan neid kaitsta, hoida ja ellu viia. Need on kainuse tõelised viljad, mida olen alati otsinud. Olen tänulik, et mu Kõrgem Jõud sekkus, et aidata mul jõuda tõeni. Palvetan iga päev, et ma sellele kunagi selga ei keeraks. Tulin AAsse, et lõpetada joomine; vastu sain oma elu.

EITAMISE JÕE ÜLETAMINE

Lõpuks mõistis see naine, et kui ta nautis joomist, ei suutnud ta seda kontrollida, ja kui ta seda kontrollis, ei suutnud ta seda nautida.

EITAMINE ON KÕIGE salakavalam, segadusttekitavam ja võimsam osa minu haigusest, milleks on alkoholism. Kui ma nüüd tagasi vaatan, on raske ette kujutada, et ma ei näinud enda joomises probleemi. Aga selle asemel, et näha tõde, kui kõik need „veel-id” (nagu, seda pole minuga juhtunud – „veel”) juhtuma hakkasid, lasin oma latti „veel” madalamale.

Mu isa oli alkohoolik ja mu ema jõi terve oma raseduse aja, aga ma ei süüdista neid enda alkoholismis. Lapsed, kes kasvasid üles palju viletsamades oludes, ei sirgunud alkohoolikuteks, kuid see juhtus paljude paremates tingimustes võrsunutega. Tõtt-öelda pole ma enam ammu vaevunud küsima „Miks just mina?”. See oleks nagu põlevate pükstega inimene, kes seisab sillal, jõe kohal ja mõtiskleb, miks küll tema püksid põlevad. See pole oluline. Hüppa lihtsalt vette! See on täpipealt see, mida tegin mina AA-s, kui ma lõpuks eitamise jõe ületasin!

Üles kasvades tundsin, nagu oleksin mina ainus asi, mis mu perekonda koos hoiab. See ühes hirmuga, et ma ei ole küllalt hea, avaldas mulle kui väikesele tüdrukule palju survet. Kõik muutus esimese joogiga kuueteistaastaselt. Kogu minu hirm, ujedus ja haigus aurustusid esimese, otse pudelist võetud, põletava viskilonksuga, mille ma ühel pidžaamapeol alkohoolikapist varastatasin. Ma jäin purju, mäluauku, oksendasin, tundsin kuuma-

laineid ja teadsin, et ma teen seda võimalusel uuesti. Esimest korda tundsin end seltskonda kuuluvat, ilma et peaksin olema täiuslik.

Ülikoolis sain käia tänu stipendiumidele, tööta-õpi programmidele ja õppelaenule. Loengud ja töö ei jätnud mulle aega, et tõsiselt juua, lisaks olin ma kihlatud ühe kutiga, kes ei olnud alkohoolik. Oma viimasel õppeaastal lõpetasin meie suhte, kui olin avastanud *sex, drugs & rock n' rolli*-i, mis olid minu parimale sõbrale, alkoholile, head kaaslased. Edasi uurisin kõike seda, mida hilised kuuekümnendad ja varased seitsmekümnendad pakkusid. Pärast seljakotiga mööda Euroopat rändamist, otsustasin ühte suurlinna paiksiks jääda.

Nojah, jõudsin täie hooga alkoholismini. Suurlinn on suurepärase koht, kus alkohoolik olla. Keegi ei märka. Päev päeva järel kolme martiiniga lõunasöögid, joogid peale tööd ning hilisõhtune naps nurgabaaris. Ja kas mitte kõik ei joo end pildituks? Mulle meeldis nalja heita, kuidas mäluaugud on suurepärased, kuna nendega hoiad aega kokku. Ühel hetkel oled siin, järgmisel hetkel seal. Tagasi vaadates on ilmne, et see naljatamine aitas mu vankumatut eitamist kinnistada. Teine nõks oli valida kaaslasi, kes jõid alati pisut rohkem kui mina. Siis sain näpuga nende peale näidata.

Üks selline kaaslane aitas kaasa minu esimesele arreteerimisele. Oleks ta tee äärde tõmmanud, kui politsei vilkurid peale pani, siis oleks kõik korras olnud. Olnuks ta vait, kui ma meid sellest jamast välja rääkisin, oleks kõik korras olnud. Aga ei, tal oli vaja hakata patrama sellest, kuidas ta käis võõrutusravil. Pääsesin väärteomenetlusega ja jätsin selle vahistamise aastateks tähelepanuta, sest see kõik oli tema süü. Ma eitasin tõsiasja, et olin terve päeva joonud.

Ühel hommikul helistati haiglast mulle tööle ja paluti kiiresti kohale tulla. Mu isa oli haiglas alkoholismi suremas. Ta oli 60-aastane. Olin teda varem ka haiglates näinud, aga seekord oli see teistmoodi. Ta kõht oli tugevalt vedelikest tursunud, mida tema neerud ja maks ei suutnud enam töödelda. Ta pidas haiglas kolm nädalat vastu. Alkohoolne surm on väga piinarikas ja aeglane. Kui nägin teda alkoholismi kätte koolemas, olin veendunud, et minust ei saa kunagi alkohoolikut. Teadsin sellest haigusest liiga palju, mul oli liialt eneseteadmist, et selle ohvriks langeda. Saatsin isa surnukeha koju tagasi, ilma et ma oleks matustele läinud. Ma ei suutnud isegi aidata enda vanaemal oma ainsat poega matta, kuna selleks ajaks olin lahutamatult suhtes, kus valitsesid seks ja alkohol.

Langedes haletsusväärssesse ja mõistetamatusse moraalsesse laostumisse, milleks see suhe oli kujunenud, toimus minu esimene vahistamine joobes juhtimise tagajärjel. See hirmutas mind, oleksin võinud kellegi ära tappa. Sõites täielikus mäluaugus, tuli mul pilt ette siis, kui ulatasin politseinikule oma juhiloa. Vandusin, et seda ei juhtu enam kunagi. Kolme kuu pärast see kordus. Mida ma tollal ei teadnud oli see, et kui alkohol satub minu organismi, siis olen ma jõuetu kontrollima, kui palju ja kellega ma joon – kõik minu head kavatsused uppusid eitamisse.

Mäletan, kuidas ma naljatasin, et enamik inimesi saadavad terve oma elu mööda ilma, et nad näeksid arrestimaja seestpoolt, ja siin on minusugune „auväärt naine”, kel on sellega juba kolmekordne kogemus. Kuid, mõtlesin, ma ei ole ju ometi kunagi päris vanglas istunud. Seejärel kohtasin ma Härra Valet, oma tule-

vast abikaasat ja kõik see muutus. Veetsin oma pulmaöö vangis. Nagu varemgi, ei olnud see tegelikult minu süü. Seal me olime, endiselt oma pulmarõivais. Kui ta oleks politsei saabudes lihtsalt oma suu kinni hoidnud, oleks kõik korras olnud. Ma veensin politseid, et ta oli meie pulmaautojuhti rünnanud, kuna meie pulmaraha oli kadunud. Tegelikult kahtlustas ta, et autojuht pani meie marihuaana pihta. Reaalsus oli see, et olin nii täis, et kaotasin selle ise ära.

Minu abikaasa muutus sohvri ülekuulamise ajal res-torani parklas nii vägivaldseks, et ta tuli politseiautosse kinni panna. Mehe katse peale auto tagaklaas jalaga välja lüüa, politseinik sekkus. Samal ajal kui ma proo-visin teda veenda, saabus teine politseinik ning pruut ja peigmees toimetati soolaputkasse. Seejärel avastati minu asjade hulgast ka need „varastatud” marihuaane suitsud ja lisati toimikusse. Mind areteeriti kolme sea-duserikkumise eest, sealhulgas avalikus kohas joobes ole-mine ning rahu rikkumine, ning kahe väärteo eest, aga see kõik oli minu abikaasa süü. Mul ei olnud põhimõtte-liselt sellega mingit pistmist, temal oli joomisprobleem.

Jäin sellesse vägivaldsesse abiellu seitsmeks aastaks ja jätkasin *tema* probleemile keskendumist. Meie abielu lõpu poole, püüdlustes silmakirjalikult talle hea eeskuju olla (lisaks ta jõi liiga palju minu viina), keelasin majas kärakat hoida. Siiski, miks ei tohtinud mina, pärast pin-gelist tööpäeva kontoris lubada endale väikese kokteili, kui temal oli probleem? Niisiis hakkasin ma oma viina peitma magamistoas ja endiselt ei näinud ma selles käi-tumises midagi imelikku. *Tema* oli minu probleem.

Peale meie lahutust, võtsin vastu ametikõrgenduse koos suunamisega (jah, ma olin endiselt karjääriredelil

edukas). Nüüd olin veendunud, et mu probleemid on möödas, aga paraku võtsin ma ennast endaga kaasa. Kui olin uues kohas üksi, sai minu joomine hoopis hoogu juurde. Ma ei pidanud enam hea eeskuju olema. Esimest korda taipasin, et minu joomine on hakanud pisut käest ära minema, kuid igaüks jookis, kui tal oleks minu stress: hiljutine lahutus, uus kodu, uus töökoht, tuttavate puudumine ning teadvustamata progresseeruv haigus, mis mind hävitas.

Lõpuks leidsin omale sõbrad, kes jõid samamoodi nagu mina. Meie joomised olid maskeeritud kalaretkedeks või kokandusõhtuteks, aga realselt olid need lihtsalt ettekäänded, et nädal otsa tina panna. Pärast ühte pesapalli taha looritatud terve päev kestnud joomingut, riivasin koju sõites autoga ühe vanaproua sõiduki stangeti. Loomulikult ei olnud see minu süü, ta keeras mulle ette. Tõsiasi, et see intsident juhtus videvikus ja mina jõin alates kella kümnest hommikul, ei olnud sellega kuidagi seotud. Minu alkoholism oli viinud mind nii sügavale eitamise sügavikku ja ülbuse tippu, et ootasin politsei poolt enda õigusele kinnitust. Noh, neil ei läinud mõistmiseks kaua. Jällegi, rebiti mind autost välja, löödi käed selja taha ja heideti arrestikambrisse. Aga see ei olnud minu süü. Seda vanamutti ei tohiks auto rooli lastagi, kinnitasin ma endale. *Tema* oli minu probleem.

Kohtunik määras mu kuueks kuuks Anonüümsetesse Alkohoolikutesse ja ma olin raevunud! Selleks ajaks oli mind *viiel* korral arreteeritud, aga mina nägin endas lihtsalt kõva pidutsejat, mitte alkohoolikut. Kas te inimesed ei tee neil vahet? Niisiis, hakkasin neil lollakatel koosolekutel käima ja tunnistama, et olen alkohoolik, et

te mu kohtupaberitele alla kirjutaks, kuigi ma tegelikult ei saanud ju alkohoolik olla. Mul oli kuuekohaline palk ja oma enda kodu. Mul oli auto-telefon. Ma kasutasin jääkuubikuid, jumal hoidku. Kõik ju teavad, et AA-d vajav alkohoolik on parm prügikasti taga, kes kannab räpast mantlit ja joob paberkotist. Nii et iga kord, kui te loete Suure Raamatu viiendast peatükist seda kohta: „Kui te olete otsustanud, et tahate ka endale seda, mis meil on, ning olete selle nimel valmis kuitahes kaugele minema...”, siis mu kõrvad sulgusid. Teie kannatasite alkoholismi kui haiguse käes, ja viimane asi, mida mina tahtsin, oli olla alkohoolik.

Lõpuks rääkisite te koosolekul minu tunnetest ja ma ei suutnud enam oma kõrvu kinni hoida. Ma kuulsin naisi, ilusaid, edukaid tervenevaid naisi rääkimas asjust, mida nad olid joovana teinud, ja mõtlesin: „Mina tegin seda” või „Ma tegin hullemaidki asju!”. Siis hakkasin märkama neid imesid, mis juhtuvad ainult AA-s. Inimesi, kes peaaegu roomates uksest sisse tulevad, haiged ja murtud, kes peale paari nädalat koosolekutel käimist ja üks päev korraga mitte joomist, saavad oma tervise tagasi, leiavad tööotsa ja sõpru, kes tõesti hoolivad ja siis leiavad enda elus Jumala. Kõige kõitvam asi AA-s, mis pani mind tahtma seda kaine olemise asja proovida, oli aga naer, see puhas rõõmus naer, mida kohtab ainult kaine alkohoolikute juures.

Siiski, mõte kaineeks saamisest hirmutas mind. Ma vihkasin, milliseks naiseks ma olin muutunud. Sundmõtteline, kinnisideeline, igapäevane jooja, nädalavahetustel kasimata, alati kartes, et alkohol saab otsa. Hakkasin joogist mõtlema lõunal ja lahkusin kontorist aina varem ja varem. Või lubasin, et ma täna õhtul ei

joo ja siiski leidsin ennast alati külmkapi eest, jook käes vandudes, et Homme. Homme ma ei joo. Ma põlgasin kõike seda, aga vähemalt oli see tuttav. Mul polnud aimugi, mis tunne on olla kaine ja ma ei suutnud kujutleda elu ilma alkoholita. Olin jõudnud sellesse hirmutavasse allaviskumise kohta, kus ma ei saanud juua ega joomata olla. Kahekümne kolme aasta vältel olin ma oma reaalsuse nihutamiseks teinud peaaegu iga päev midagi, ometigi pidin ma nüüd proovima seda kainuse asja.

Inimesed, kes enne pühi kaineks jäävad, hämmastavad mind tänaseni. Ma ei söandanud seda isegi enne Super Bowli lõppu proovida. Viimane suur pidu ja vannun, et ma ei joo end täis. Kui alkohol satub minu organismi, siis ma kaotan võime valida, kui palju ma joon ja selle aasta Super Bowli pühapäev ei olnud kuidagi erandiks. Oma voodi asemel lõpetasin kellegi diivanil ja olin terve järgmise päeva tööl rängas pohmellis. Sel nädalal pidin minema ka hokit vaatama. See oli tööüritus, seega proovisin valvsalt oma joomist jälgida, jõin ainult kaks suurt toopi õlut, mis ei tekitanud minus isegi väikest surinat. Ja sealt algas minu vaimne ärkamine. Istusin ärritunult esireas, jää ääres, mõeldes sellest, kuidas kaks suurt õlut ei toonud mulle mitte mingit leevendust. Mingi hääl mu peas – ma tean, et see ei olnud minu hääl – ütles: „Milleks üldse üritada?” Sellel hetkel ma mõistsin, mida Suures Raamatus mõeldi kui kirjutati – igal väärastunud joodikul on suur kinnisidee, et ühel päeval suudab ta mingil kombel oma joomist talitseda ja seda nautida. Super Bowli pühapäeval, kui ma seda nautisin, ei suutnud ma seda kontrollida, ja hokimängul, kui ma seda kontrollisin, ei suutnud ma

seda nautida. Polnud enam võimalik eitada, et olen alkohoolik. Milline ilmutus!

Läksin järgmisel õhtul Anonüümsete Alkohoolikute koosolekule, teades, et tahan seda, mis teil on. Istusin sellele samale külmale metallist toolile, nagu olin seda juba viis kuud teinud, ja lugesin sajandat korda seina peal olevat Esimest Sammu. Seekord aga palusin ma Jumalalt kogu südamest abi ja juhtus kummaline asi. Tundsin nagu puhta energia laine voogaks läbi minu ja tajusin Jumala kohalolu selles armetus väikses ruumis. Sellel õhtul koju minnes ei pidanud ma esimest korda üle aastate avama köögikappi, et sealt suur viinapudel välja urgitseda – ei sellel, ega ühelgi järgneval õhtul pole ma enam pidanud seda tegema. Jumal oli taastanud mu terve mõtlemise, ja ma astusin Teise Sammu täpselt sel hetkel, kui alistusin ja tunnistasin oma jõuetust alkoholi ees ja oma elu juhimatust.

Käisin vähemalt ühel koosolekul päevas, tühjendasin tuhatoose ning pesin kohvikanne, ja esimese kuu medali saamise päeval viis üks sõber mind AA kokkutulekule. Olin täiesti vapustatud, kui 2000 kainet alkohoolikut hoidsid kätest kinni ja lugesid koos lõpupalvet, ja ma tahtsin jääda kaineks rohkem kui elu. Koju jõudes laskusin põlvili ja palusin, et Jumal aitaks mul püsida veel ühe päeva kaine. Ütlesin Jumalale, et võta mu maha, võta mu töökoht, võta kõik, kui see on vajalik mu kaineks jäämiseks. Sellel päeval õppisin ma kahte asja. Kolmanda Sammu tõelist tähendust, ja alati tuleb olla ettevaatlik, mida ma Jumalalt palun.

Pärast viit kuud kainust kaotasin selle kuuekohalise palganumbriga töö. Mu mineviku rusud olid mu kätte saanud ja olin aasta otsa töötu. Oleksin selle töö kaotanud sõltumata sellest, kas ma oluaks kaine või purjus,

aga Jumal tänatud, et ma olin kaine või muidu oleks ma endale tõenäoliselt otsa peale teinud. Kui ma jõin, siis minu eneseväärtus sõltus mu töökoha mainest, olles ainus asi, miks keegi võiks üldse mind armastada. Sain hakata ennast armastama, sest AAlased olid mind tingimusteta armastanud hetkeni, mil olin selleks ise võimeline. Viiendal kuul taipasin, et maailm ei ehita minu kainuse puhul mulle kunagi mingit pühamut. Sain aru, et maailma ülesanne ei ole mõista minu haigust, pigem oli minu ülesanne teha oma programmiga tööd ja mitte mingil juhul juua.

Kainuse üheksandal kuul jäin ma ilma oma suurest majast, mille olin soetanud ainult teile tõestamiseks, et ma ei saanud ju ometi alkohoolik olla. Viienda ja üheksanda kainuse kuu vahel käidi minu majas vargil, mulle tehti emakakaela biopsia ja murti süda. Ja kõikide imede ime oli see, et ma ei pidanud nende sündmuste pärast kordagi jooma. Ja seda naine, kes muidu pidi iga sündmuse puhul klaasi kergitama. Olin siia jõudes nii eriline ja ülbe ning usun, et Jumal teadis, kuidas mulle varakult näidata, et joomine ei tee *midagi* paremaks. Jumal näitas mulle, et Tema armastus ning Sammude ja Sõpruskonna jõud suudavad mind üks päev korraga napsist eemal hoida, vahel tunni kaupa, ükskõik mis ka ei juhtuks. Üks jook ei tooks tagasi mu tööd, maja ega meest, nii et milleks üldse üritada?

Ma leidsin Anonüümsetes Alkohoolikutes kõik, mida kunagi olen otsinud. Kui ma vanasti tänasin Jumalat, et ta tõi AA minu ellu, siis nüüd tänan AA-d, et ta tõi Jumala minu ellu. Olen leidnud oma hõimu, sotsiaalse struktuuri, mis rahuldab kõik mu kamraadluse ja lustakuse vajadused. Ma õppisin elama. Kui ma küsisin,

kuidas võiksin leida enda väärtust, öeldi mulle: „Tehes väärtuslikke tegusid!“. Mulle selgitati, et Suures Raamatus ei ole peatükke nagu „Mõtlemä“ või „Tundma“ vaid ainult „Tegutsema.“ Olen leidnud AA-s palju võimalusi tegutseda. Võisin olla Anonüümsete Alkohoolikute kaine naisena nii tegus ja teistele kasulik, kui vaid soovisin. Ma ei olnud kunagi suur „liituja“, aga hakkasin süvitsi osalema AA teenimises, kuna te ütlesite, et teenides ei pea ma enam kunagi jooma. Öeldi, et niikaua, kuni panen AA oma elus esikohale, muutub kõik teisel kohal olev, esmaklassiliseks. See on ikka ja jälle kinnitust leidnud. Seega olen jätkuvalt AA ja Jumala seadnud esmaseks ja kõik, mis ma olen kaotanud on mulle mitmekordselt korvatud. Karjäär, mille ma kaotasin, on ennistatud veelgi suurema eduga. Maja, mille ma kaotasin, on asendatud just minu jaoks sobiva suurusega ridaelamuga. Nii et siin ma olen – kaine, edukas, meele- rahus. Need on vaid mõned kingitused, mida programm pakub, kui alistuda, võtta vastutust ning seista iga päev eluga silmitsi. On häid ja halbu päevi, reaalsus on pöörane sõit ja ma ei annaks seda mitte mingi hinna eest ära. Ma ei sea kahtluse alla, kuidas see programm töötab. Ma usaldan oma Jumalat, teenin AA-d, käin palju koosolekutel, teen teistega tööd ja praktiseerin sammudes sisalduvaid põhimõtteid oma parima äranägemise järgi iga päev. Ma ei tea, milline neist hoiab mind kainenena ja ma ei üritagi seda välja selgitada. Kuna see on nüüd juba päris mitu päeva toiminud, siis ma arvan, et proovin seda homme uuesti.

SEST MA OLEN ALKOHOOLIK

See jooja leidis viimaks ometi vastuse oma piinavale küsimusele: „Miks?”

KÜLLAP OLEN ma alati enda olemuse vastu huvi tundnud. Lapsena mõtlesin ma maal eraldatuna elades välja lugusid ning leiutasin endale kujuteldavaid kaaslaseid, kellega mängida. Hiljem suurde linna kolinnuna ja lastest ümbritsetuna tundsin ma end teistest eraldatuna, justkui väljaheidetuna. Ja ehkki ma õppisin kasvades kultuurinorme järgima, tundsin end sügaval sisimas siiski teistsugusena.

Alkohol aitas. Või nii ma vähemalt arvasin, kuni olin näinud rõhuvat kolmekümneaastast varju, mida see mu elule heitis. Ma avastasin joomise enda jaoks kolledžis. Ma ei joonud küll alguses tihti (mul polnud selleks võimalust), ent kui ma juba jooma hakkasin, jõin ma nii kaua, kuni mu ümber veel alkoholi leidis. See oli refleks. Ma ei mäleta, et mulle selle maitse meeldinuks, aga mulle meeldis selle ellu äratav mõju. Alkohol andis mulle ka kohtingute ja pidude üleelamiseks vajaliku rääkimisvõime. See tõi mind välja august, mida enda sees tundsin, ja langetas seina, mille olin loonud enda ja mistahes minus ebamugavust tekitava inimese või olukorra vahele.

Kümme aastat väldanud kolledži- ja magistriõpingute ning nende vahele jäänud töötamise jooksul jõin ma korrapäraselt. Nii oli mul lihtne end sotsiaalseks nap-sitajaks pidada. Tagasi vaadates näen, et alkohol aitas mul luua endast haritud suurlinna naise kuvandi. See kahandas minu tunnet, nagu oleksin ma mahajäänud

maaplika. Õppisin vanemate aastakäikude veinide kohta ja valisin neid suure hoolega gurmeeroogade kõrvale. Õppisin vastavalt sünnimusele kokteile tegema. Õppisin, kuidas lisada martiinikokteili pisim tilgake kuiva vermutit. Samal ajal kasvas aga minu alkoholitaluvus. Joomise algusaegadel hakkas mul paha või ma mines-tasin, ent aja möödudes suutsin ma nähtavate mõjude avaldumiseta taluda aina suuremaid alkoholikoguseid. Seda muidugi järgmise hommiku pohmellini.

Pealispinna varjus paistis tõeline elu minu jaoks kättesaamatus kauguses olevat. Ma tahtsin end täiskasvanuks pidada, ent tundsin sisimas ennast väikese ja abituna, nagu ma oleksin vaevu olemas. Vaatasin oma sõpru – meeldivaid, huvitavaid, häid inimesi – ning üritasin end nende kaudu määratleda. Kui nad nägid minus midagi, mis neid minu seltskonda meelitas, pidi mul ju ometi olema midagi pakkuda. Kuid nende armastus minu vastu ei asendanud enesearmastust, see ei täitnud tühjust minu sees.

Nii jätkasin ma fantaasiamaaailmas elamist, ja nüüd andis alkohol minu unistustele hoogu. Ma tegin suuri avastusi. Võitsin Nobeli preemia nii meditsiinis kui ka kirjanduses. Alati unistasin ma aga millestki muust, millestki kaugemale jäävast, ning tegin ennast otsides läbi mitu geograafilist ravikuuri. Mulle pakuti Pariisis tööd ja ma haarasin sellest võimalusest kohe kinni. Pakkisin kohvri kokku, jätsin korteri poiss-sõbrale ja asusin teele, peas keerlemas mõte, et leian viimaks ometi tõelise kodu ja tõelise enda.

Hakkasin iga päev jooma, õigustades seda ratsionaalse argumendiga, et Prantsusmaal tulebki ju söögi kõrvale veini juua. Pärast õhtusööki ja veini ootasid juba muidugi liköörid. Minu päevikud ja kirjad annavad tun-

nistust minu õhtu jooksul aina halvenevast käekirjast. Kirjutades jõin ma muudkui edasi. Prantsusmaal muutusin ka esmakordselt alkoholist sõltuvaks. Pärast tööd Alliance Française'i tundidesse minnes võtsin ma tee peal bistroost kohalejõudmiseks vajaliku julguse leidmiseks klaasikese konjakit. Minu joomisvajadus oli võimsam piinlikkustundest, mida põhjustas naisena 1950. aastatel üksinda joomine. Ühe puhkuse käigus külastasin ma Šotimaal sõpru, reisides läbi Inglismaa ja Walesi maapiirkondade. Sõpradele kingiks ostetud konjaki- ja benediktiiinipudelid jõin ma ammu enne kohalejõudmist väikestes hotellitubades tühjaks. Kuni neid jagus, suutsin pubidest eemale hoida.

Euroopa polnud kujunenud minu elu parandavaks muutuseks. Nii alustasin ma taas läänes. Cambridge'is töötasin ma esimest korda vähem juua. Ma andsin tosin aastat samu vanu uusaastalubadusi, samal ajal muutusid mu joomine ja elu aina hullemaks. Alkoholi oli minust enda orja teinud. Ma olin selle köidikuis, ehkki kinnitasin endale ikka veel, et joomine oli nauditav ja minu enda valik.

Varsti algasid mäluauhud. Minu ellu tekkis mälust pühitud tundidepikkuseid tühimikke. Esimene mäluauk leidis aset pärast minu korraldatud pidulikku õhtusööki. Ma ärkasin järgmisel päeval, ilma et mäletanuksin külalistega hüvastijätmist ja magamaminekut. Ma tuhnisin niidiotsi otsides korteri läbi. Laua peal olid kuhjades laiali magustoidutaldrikud ja kohvitassid. Pudelid olid tühjad, klaasid niisamuti. (Mul oli kombeks kõigile allesjäänud jookidele lõpp peale teha.) Minu viimane mälestus oli õhtusöögilt. Sõime me üldse õhtusöögi lõpuni? Ent taldrikud olid ju laual. Kartsin hirmsalt, et olin hakkama saanud millegi kohutavaga,

kuni sõbrad mulle helistades teatasid, et olid õhtut nau-
tinud.

Üks kord purjetasime me Guadaloupe'ist ühele pisi-
kesele saarele piknikkut pidama. Me ujusime kaldalt
laevale. Pärast lõunasööki, mille käigus sai joodud oht-
ralt veini, olin ma koos ühe prantsuse suusainstrukto-
riga. Ta rääkis trobikonna väikeste poistega, kes olid
teel koolist koju. Ta üritas neile troopilise saare ela-
nikele selgitada, mida lumi endast kujutab. Mäletan,
kuidas nad itsitasid. Järgmisel hetkel olin ma äkitselt
tagasi ja kõndisin söögisaali poole. Tuli välja, et olin
enne seda jõudnud laevale ujuda, sadamasse purje-
tada ja siis ühe bussiloguga teisele poole saart sõita.
Mul polnud nende tundide jooksul toimunust mitte
sekunditki meeles.

Mäluaugud sagenesid, üheskoos nende sagenemi-
sega kasvas ka minu hirm. Telefoniarvetelt selgus, et
olin öösiti hilja kaugetesse kohtadesse helistanud. Sain
telefoninumbrate järgi aru, kellele helistanud olin, ent
mida ma küll rääkinud olin? Mõnel hommikul ärkasin
ma üles, kõrval võõras, kes oli mind eelmise õhtu peolt
koju toonud. Sellised vahejuhtumid rususid mind, ent
ma ei suutnud lõpetada joomist neid põhjustas. See
hävitas minu viimased eneseaustuse riismed, mis mul
enda arvates veel olla võisid. Ma ei suutnud joomist ega
oma elu kontrollida.

Mul oli tarvis juua igale poole minnes: teatrisse,
peole, kohtingule, hiljem juba töölegi. Lahkusin korter-
ist, lukustasin ukse ja läksin trepist alla. Siis pöörasin
aga ümber ja läksin tagasi tuppa veel üht jooki võtma,
et ikka planeeritud paika kohale jõuda. Mul oli tarvis
juua ka kõige tegemiseks: kirjutamiseks, kokkamiseks,
koristamiseks, seinte värvimiseks, vanniminekuks.

Ära vajudes ja varakult voodisse varisedes ärkasin ma juba kella neljast või viiest ja jõin päeva alustuseks Iiri kohvi. Avastasin, et pohmelli leevendamiseks oli õlu apelsinimahlast kordades etem. Kartuses, et kolleegid või õpilased võivad tööl mu hingeõhku tunda, hoidsin ma ettevaatlikult vahemaad. Kui ma liiga hilja ärkasin ja vaid kohvist kindlust saanuna laborisse tormasin, värisesid mu käed nii kõvasti, et katsete läbiviimise jaoks vajalike ainete kaalumine milligrammi täpsusel oli lihtsalt ilmvõimatu. Kui ma mõne teise alkohoolikuga lõunasöögile läksin, ei pruukinudki me tol päeval enam tagasi tööle jõuda.

Kuidagi õnnestus mul siiski töökoht ja suurem osa sõpradest alles hoida. Minu sõbrad olid kõigest sotsiaalsed napsitajad, kes käisid mulle peale, et ma vähem jooksin. See nõu ajas mind ainult vihale, ent sügaval sisimas olin enda pärast mures. Ma küsisin oma psühholoogilt, vahel lausa õlut käes hoides, kas ma peaksin joomise lõpetama. Tema vastus oli alati, et meie ülesandeks oli välja selgitada minu joomise põhjus. Olin seda juba üritanud, ent ei suutnud seda põhjust iial välja selgitada. Vastuse sain alles AA-s: sest ma olen alkohoolik.

Joomist piirata üritades ei hoidnud ma enam alkoholi kodus. Ma jõin mitu korda kõik kodus olnud alkoholi ära ja otsustasin enam mitte seda juurde osta. Nii pidin ma töölt koju minnes või õhtul väljas käies vaatama, kas mul õnnestub pudeli ostmiseks vajalik summa kokku kraapida. Viinapoode leidis peaaegu igas kvartalis ja ma käisin neis vaheldumisi, et ükski müüja teada ei saaks, kui palju ma tegelikult jõin. Kui viinapoed pühapäeviti suletud olid, pidin ma toime tulema toidupoest ostetud õlle või kange siidriga.

Õudused muudkui kuhjusid. Sisemised õudused. Kõrvalt vaadates tundus, et pidasin enam-vähem vastu,

ent sügaval sisimas närbusin ma päevade möödudes aina enam. Minu sees oli palju hirme, millele ma nime anda ei osanud, ent mis viisid mind närvivapustuse ääreni. Minu suurim hirm oli, et ma olen alkohoolik. Ma polnud kindel, mida see täpselt tähendaks. Teadsin vaid seda, et võin lõpetada New Yorkis Bowery tänaval, kus olin näinud lakardeid tänavapervel kerra tõmmanna lamamas. Andsin järjekordse uusaastalubaduse. Ma kavatsesin joomise täielikult lõpetada, kuni suutnuksin seda jälle taltsutada, ja kui see juhtub, ütlesin ma endale, on mulle taas vein ning õlu lubatud.

Elasin esimese päeva värisevate käte ja kehaga ning lõhkuva peaga üle, kuni olin lõpuks üpriski turvaliselt alkoholivabas korteris voodis pikali. Kuidagi õnnestus mul veel paar päeva üle elada, ehkki võõrutusnähud mõjusid ängistavalt. Hoolimata sellest, et mul õnnestus tol perioodil kaineks jääda, pole mul mingit kahtlust, et AA-d leidmata oleks see lubadus sarnaselt kõigile varasematele purunenud.

Ma ei käinud enam selle psühholoogi juures, kes ei suutnud minu joomise põhjust välja selgitada. Vanaaastaõhtul läksin ma oma uue psühholoogi koju peole. Paar päeva hiljem ütles psühholoog mulle teraapiarühmas: „Sa jood veel rohkem, kui arvata oskasin. Sa oled alkohoolik. Ma arvan, et sa peaksid joomise lõpetama ning arsti juurde ja AA-sse minema.”

Olin oma lubadusest kolm päeva kinni pidanud ja protesteerisin, et ma pole alkohoolik. See oli minu viimane eitus.

Ta soovitas mul vastupidist öelda. „Ma olen alkohoolik.” Ma laususin seda sosinal, ent see kõlas õigesti. Olen seda sellest ajast saati tuhandeid kordi öelnud, ja nüüd juba tänutundega. See, mida tol õhtul kõige

rohkem tunnistada kartsin, päästis mind lõpuks köidikuist vabaks.

Psühholoog palus mul sealsamas helistada meie teraapiarühma liikmele, ühele alkoholismiga tegeleva haigla personali kuuluvale arstile. Ma lubasin talle helistada järgmisel päeval.

„Helista talle kohe.” Psühholoog ulatas mulle telefoni.

Kui ma tema käest küsisin, kas ma ikka olen alkohoolik, vastas ta, et minu joomist näinuna peab ta seda täiesti võimalikuks. Ta soovitas mul rääkida tema ülemusega. Hirmust värisedes määrasin ma endale vastuvõtuaja ja pidasin sellest kinni. Ta rääkis mulle alkoholismi sümptomitest. Mul olid need kõik. Ta andis mulle nimekirja AA koosolekutest ja soovitas eraldi üht neist.

Ma käisin sel koosolekul. See oli väike naisterühm. Olin hirmul ja kannatasin võõrutusnähtude käes. Keegi teretas mind ja ma laususin pomisedes oma nime. Keegi tõi mulle tassi kohvi. Inimesed jagasid minuga oma telefoninumbreid ja käisid mulle peale, et ma kindlasti helistaksin, et ma tõstaksin pitsi asemel hoopis telefonitoru hargilt. Nad olid soojad ja sõbralikud. Nad ütlesid, et ma ikka tagasi tuleksin.

Ja tulingi. Ma istusin nädalate kaupa ruumide tagumistes otsades. Olin vagusi, kui teised oma kogemustest, jõust ja lootusest rääkisid. Kuulasin nende lugusid ja leidsin nii palju kattuvusi, mitte küll kõigis tegudes, ent häbitundes ja lootusetuses. Õppisin, et alkoholism pole patt, vaid haigus. See võttis minult ära süütunde. Õppisin, et ei peagi joomisest igaveseks loobuma. Ma ei tohtinud kõigest võtta seda esimest jooki. Ainult üks päev, isegi üks tund korraga. Selleks olin ma küll võimeline. Nendes ruumides naerdi ja valati vahel ka pisaraid. Üks oli aga kindel, armastust võis sealt alati leida, ja kui

ma suutsin lõpuks armastuse endasse lasta, aitas see mul terveneda.

Ma lugesin selle haiguse kohta kõike, mis mulle kätte sattus. Loetu vastas suure täpsusega minu elus juhtunule ning ennustas, mil viisil ma joomist jätkates sureksin. Mul oli ligipääs heale meditsiiniraamatukogule, ent mõne aja järel taipasin, et haigusega seotud geneetikast ja keemiast polnud mulle alkohoolikuna mingit tolku. Mul oli tarvis teada vaid seda, mis aitaks mul kaineks saada ja terveneda. Selle kohta sain ma õppida AA-s.

Mind oli õnnistatud võimalusega elada linnas, kus toimusid koosolekud alatasa, nii päeval kui ööl. Seal olin ma kaitstud. Ja just seal, oma korterist kõigest paari kvartali kaugusel, leidsin ma viimaks ometi selle tõelise enda, keda otsides ma tuhandeid kilomeetreid rännanud olin. Mind esmalt judisema ajanud seintel rippuvad laused hakkasid mulle lõpuks muljet avaldama. Need olid tõed, mille järgi sain ma elada: „Üks päev korraga.” „Tasa ja targu.” „Hoi asjad lihtsana.” „Ela ise ja lase teistel elada.” „Lase lahti ja las Jumal juhtib.” „Meelerahupalve.”

Pühendumine ja teenimine olid tervenemise osad. Mulle öeldi, et saamiseks tuleb kõigepealt ise anda. Alguses tegin kohvi ja vastasin hiljem rühmadevahelises büroos õhtuses vahetuses kõnedele. Käisin tegemas Kaheteistkümnenda Sammu tööd, rääkisin koosolekutel ja teenisin oma rühma esindajana. Vähehaaval hakkasin ma avanema. Esialgu hoidsin ust paakil, olles valmis seda kinni lööma vähimagi hirmu korral. Ent ka minu hirmud vaibusid. Ma avastasin, et suudan rühmas kohal olla ja avada end kõiksugustele inimestele, tänu ühisele vundamendile, mis meid kõiki koos hoiab. Siis hakkasin ma vaikselt tavaellu naasma, seda jõudu endaga kaasas kandes.

Avastasin, et suutsin nüüd paljusid asju joomata teha. Ma suutsin kirjutada, telefonile vastata, väljas söömas ja pidudel käia, armatseda, elada üle nii päevad kui ka öhtud. Öösiti ma magasin ning järgmisel päeval tõusin taas üles, valmis uut päeva alustama. Olin hämmastunud ja uhke, et olin nädal aega joomata vastu pidanud. Siis täitus juba kuu. Ja äkitselt olin ma elanud terve aasta kainelt, läbides sünnipäeva, jõulude, probleemide ja õnnestumiste sasipuntra, millest moodustubki elu.

Tervenesis füüsiliselt ja tundsin end hästi, minu meeled muutusid taas endiseks. Hakkasin kuulma tuule käes värisevate lehtede õrna häält, tundma näol lumehelveste puudutust ja nägema värskeid kevadlehti.

Siis hakkas tervenema ka minu tundeelu. Ma hakkasin kogema tundeid, mida olin juba nii ammu endasse peitnud, et need olid kärbuma hakanud. Mõnda aega hõljusin ma sellel roosal pilvel. Siis valasin ma aga aasta otsa pisaraid ja olin seejärel veel aasta otsa lausa raevus. Mu tunded tulid tagasi ja hakkasid siis vaikselt vaibudes üha mõistlikumat kuju võtma.

Mis kõige tähtsam, ma tervenesis ka vaimselt. Sammud viisid mind sellele teerajale. Ma olin tunnistanud, et olen alkoholi ees jõuetu ja et mu elu oli muutunud juhitamatuks. See aitas mul üle ukسلäve astuda. Siis jõudsin arusaamisele, et minust suurem Jõud suudab taastada minu terve mõtlemise. Ja lõpuks otsustasin anda oma tahte ja elu jumala hoolde, nii nagu mina teda mõistsin. Aastaid varem olin ma otsingute käigus uurinud hulganisti erinevaid religioone ja need kõik sinnapaika jätnud, sest neis jutlustati patriarhaalsest Jumalast, kuhu ma naisena ei sobitunud. Mulle öeldi, et Anonüümsete Alkohoolikute programm on vaimne, mitte religioosne. Isegi pimedusaastate jooksul jäi mu hinge mingi vaimne säde alles. See aitas mul AA-sse jõudmiseni ellu jääda.

Programmi hoole all hakkas see osa minus kasvama ja arenema, kuni täitis lõpuks tühimiku, mida olin nii kaua enda sees tundnud. Liikusin samm sammu järel vaimse ärkamise poole. Samm sammu järel klaarisin minevikuga arved ja liikusin olevikuga edasi.

AA on nüüd minu kodu. AA rühmi leidub kõikjal. Käin koosolekutel nii kodumaal kui ka teistes riikides reisides. Võtan kõiki AA-lasi pereliikmetena selle tõttu, mida jagame. Oma kahekümne kaheksandal kainusaastal seda teksti kirjutades vaatan hämmastusega ajas tagasi ja meenutan seda naist, pigem isegi last, kes ma siis olin. Uskumatu, kui kaugele välja ma sellest põhjatust sügavikust roninud olen. Anonüümsed Alkohoolikud on võimaldanud mul eluplaanide fantaseerimise asemel neid teostama hakata, üks päev korraga. Minu esimene kolimine, mis polnud lihtsalt geograafilise ravi eesmärgil, viis mind linnast maale. Loobusin teadlasekarjäärist ja minust sai hoopis aednik. Avastasin, et olen lesbi ja armastan naisi. Tegutsen oma pikaaegse unistuse kallal, nimelt kirjutan ilukirjandust, mida ka avaldatakse. Aga need on kõigest asjad, millega ma tegelen, minu kaine elu erinevad osad. Kõige hinnalisem avastus on see, kes ma tegelikult *olen* – sarnaselt oleme kõik palju enamat kui lihtsalt ego või väljamõeldud kujutelmad.

Mind pikka aega painanud tunne, et olen teistsugune, haihtus kui märkasin niite, mis meid kõiki omavahel seovad. Lugusid ja tundeid jagades avaldasid mulle kõige enam muljet need kohad milles oleme samasugused. Erinevused on kõigest ilusad kaunistused pealispinnal. Need on nagu erinevat värvi kostüümid, ja ma naudin neid. Ent nüüd torkavad mulle silma, millised me inimestena üldiselt tavalistes olukordades oleme. Ma hakkasin nägema, et me kõik oleme tõesti ühtsed, ja ma ei tunne end enam üksinda.

OLEKS VÕINUD KA KEHVEMINI MINNA

Alkohol oli ähvardav pilv selle pankuri helges taevas. Haruldase ettenägelikkusega mõistis ta, et sellest võib vallanduda keeristorm.

KUIDAS SAAB alkohoolikuks muutuda inimene, kellel on tore perekond, kena kodu, suurepärase ametikoht ja hea maine tähtsas linnas?

Nagu mulle hiljem AA abil selgeks sai, siis alkohol ei hooli ei inimese majanduslikust olukorrast, ühiskondlikust või ärialasest mainest ega intelligentsusest.

Mind kasvatati nagu enamikku Ameerika poisse, kes on pärit tagasihoidlikul järjel peredest, käivad riigikoolides, osalevad Kesk-Lääne linnakese seltsielus, teevad lisatööd ja natuke sporti. Auahnuse süstisid mulle sisse mu Skandinaavia juurtega vanemad, kes olid ümber asunud siia maale, kus oli nii rohkesti võimalusi. „Ole ikka toimekas ja hoolitse selle eest, et sul oleks alati midagi kasulikku teha.” Koolivaheaegadel ja peale kooli tegingi ma igasugust tööd, püüdes leida seda ühte, mis mulle kõige rohkem meeldiks ja millele oma elu pühenduda. Sõja ajal katkestas mu plaanid väeteenistus, pärast sõda aga oli tarvis haridusteed jätkata. Siis tuli abiellumine, perekond ja esimesed sammud oma erialal. Minu lugu ei erine kuigivõrd tuhandete teiste minu põlvkonda kuuluvate noorte meeste lugudest. See ei selgita, mis või kes oli süüdi minu alkoholismis.

Soov edasi pürgida ja edu saavutada hoidis mind palju aastaid liialt rakkes, et suuremaid seltskonnaelu kogemusi omandada. Tollal oleks mul alkoholi peale raisa-

tud ajast ja rahast kahju olnud. Õigupoolest pelgasin seda proovidagi, kartes lõpetada nii, nagu paljud kõvad purjutajad seda sõjaväes minu nähes tegid. Ma ei sallinud inimesi, kes jõid, kõige vähem aga neid, kes jõid sedavõrd palju, et see hakkas segama nende tööalast toimetulekut.

Mõne aja pärast sai minust meie maa ühe suurema kommertspanga ametnik ja direktor. Saavutasin oma erialal ülemaalse tunnustuse ning sain paljude suurlinna elu tähtsate küsimustega tegelevate asutuste juhiks. Mul oli perekond, mille üle ma uhkust tundsin ja kes usinalt jagas minu kui eeskujuliku kodaniku vastutust.

Minu joomine algas alles siis, kui olin kolmkümmend viis aastat vana ja olin teinud juba küllaltki edukat karjääri. Eduga kaasnes järjest ulatuslikum seltskondlik tegevus ning nägin, et paljud mu sõbrad nautisid seltskonnas võetud napsi, ilma et sellest neile ega teistele pealtnäha midagi halba oleks juhtunud. Mulle ei meeldinud teistest erineda ja nii liitusin nendega vähehaaval.

Alguses oli kõik tõesti nii – vaid aeg-ajalt võetud naps. Siis hakkasin ma nädalalalõppudel ootama golfi ja üheksateistkümnendat rada. Kokteilipaus muutus iga-päevaseks harjumuseks. Tasapisi kogused suurenesid, napsivõtmist õigustavad sündmused sagesid – raske päev, mured ja pinged, halvad uudised, head uudised – napsi võtmiseks tekkis järjest rohkem ja rohkem põhjuseid. Miks ma tahtsin alkoholi üha suuremates kogustes? Kõik oli see, et alkohol kippus järjest rohkem asendama asju, mis mulle tegelikult meeldisid. Golf, jahilkäimine ja kalapüük olid nüüd ainult ettekääneteks ohjeldamatule joomisele.

Andsin lubadusi nii endale kui oma perekonnale ja sõpradele – ning murdsin neid kõiki. Lühikesed kainus-

perioodid lõppesid kõva joominguga. Püüdsin oma joomist varjata, käies kohtades, kus oli vähe tõenäosust mõnd tuttavat kohata. Pohmelus ja süümeepiinad olid mu alatised kaaslased.

Järgmiseks tulid pudeli peitmine ja ettekäänded ära-sõitudeks, et piiramatult juua. Salakaval, segadusttekitav ja võimas alkohol – järk-järgult saginev ja koguselt suurenev joomine, mille mõju inimesele on kõigile silmnähtav, välja arvatud joojale endale.

Kui mu joomine muutus sedavõrd tähelepandavaks, et mulle hakati märkusi tegema, nuputasin ma viise, kuidas salaja tinistada. „Uute nippide harjutamine” muutus tavaliseks, tulles või minnes kohast, kus napsi pakuti, hakkasin ma lisaks baaridest läbi astuma. Saades mitte kunagi piisavalt, tundes alati tungi enama järele, hakkasundmõte alkoholist järk-järgult valitsema kõiki mu tegemisi, eriti reiside ajal. Joomaplaanid muutusid tähtsamaks kõigist muudest kavadest.

Lugematu arv kordi sain ajutiselt ree peale, kuid tundsin end alati õnnetu ja ahistatuna. Katsetasin ka psühhiaatriaga, kuid mõistagi ei saanud minust psühhiaatriga koostöö tegijat.

Elasin pidevas hirmus, et jään purjuspäi autoroolis vahele ning kasutasin seetõttu sageli taksot. Siis hakkasid esinema mälulüngad ja sellest sai pidev mure. Ärgata kodus, teadmata, kuidas ma olin sinna jõudnud ja taibata, et olin ise autot juhtinud – sellest kujunes tõeline piin. Teadmatus sellest, kus ma olin olnud ja kuidas koju jõudnud, ajas mu meeleheitele.

Seejärel tekkis vajadus lõunase napsi järele – algul vaid üks, kuid edaspidi järjest rohkem. Mu tööaeg oli paindlik ja seetõttu ei pidanud ma alati tagasi kontoris minema. Hiljem muutusin hoolimatuks ja läksin tagasi ka

siis, kui poleks tohtinud. See vaevas mind. Kaks viimast jooma-aastat muutsid täielikult mu iseloomu, tehes mu küüniliseks, sallimatuks ja ülbeks inimeseks, mis sugugi ei vastanud mu tegelikule olemusele. Just sel ajajärgul hakkas mu ellu kogunema vimma. Pidasin vimma kõigi ja kõige vastu, kes võisid sekkusid mu isiklikesse plaanidesse ning tegemistesse – eriti siis, kui see segas mu joomist – olin täis enesehaletsust.

Ma ei saa iial teada, kui paljusid inimesi ma riivasin, kui paljusid sõpru ma väärkohtlesin, kui suurt alandust oma perele põhjustasin, kui palju muret oma töökaaslastele tekitasin ja kui ulatuslikud need kahjud olid. Üllatun alati, kohates inimesi, kes küsivad: „Sa ei ole vist enam kaua aega napsi võtnud, kas pole?“. Üllatav oli minu jaoks tõsiasi, et nemad teadsid, kui hulluks mu joomine oli muutunud. Selles osas me tegelikult petame ennast. Arvame, et võime piiramatult juua, ilma et keegi seda aimaks. Kõik teavad seda. Ainsad, kelle eest me tõde varjame, oleme me ise. Õigustame ja vabandame oma eitumist uskumatul moel.

Olime naisega alati lastele öelnud, et nad võivad oma sõpru meile kutsuda, kuid pärast paari episoodi purjus isaga kriipsutasid nad kodu sõpradega koosolemise paikade nimekirjast maha. Toona ei läinud see mulle eriti korda. Olin hõivatud kõikvõimalike ettekäänete väljanuputamisega, et joomasemudega väljas olla.

Mulle tundus, et iga kord oli mu naine järjest sallimatam ja mõistmatum. Iga kord, kui me koos välja läksime, näis ta tegevat kõike võimalikku ja võimatut, et ma ei võtaks rohkem kui vaid ühe napsi. Milline alkohoolik lepiks vaid ühe napsiga? Pärast mõnda kokteiliõhtut või õhtusööki ütles ta mulle alati, et ta ei mõista, kuidas ma võin ühestainsast napsist sellisesse joobnud äraole-

kusse vajuda. Muidugi ei taibanud ta, kui salakaval võib üks alkohoolik olla ja mida kõike ette võtta, leidmaks peale esimest napsi mooduseid, kuidas rahuldada oma vajadust järjest uute ja uute napside järele. Ka mina ei teadnud.

Lõpuks jäi küllakutseid järjest vähemaks, kui sõbrad hakkasid mu joomismustreid mõistma.

Kaks aastat enne seda, kui ma AA-ga liitusin, sõitis mu naine pikale reisile ja kirjutas mulle, et ta lihtsalt ei suuda enam koju tagasi tulla, kui ma oma joomisega midagi ette ei võta. See oli muidugi šokk, ent ma lubasin joomise maha jätta ja ta tuli tagasi. Aasta hiljem, kui me koos puhkereisil olime, pakkis ta oma asjad minu ohjeldamatu joomise tõttu kokku, et tagasi koju sõita, kuid ma keelitasin teda töötusega saada aastaks ree peale. Lubasin küll, ent ei möödunud kahte kuudki, kui ma jälle pihta hakkasin.

Järgmisel kevadel läks ta ühel päeval mu juurest ära, ilma et ta oleks vihjanud, kuhu, lootes mulle sedasi mõistuse pähe panna. Paar päeva hiljem helistas mulle tema advokaat ja teatas, et nüüd tuleb midagi ette võtta, sest kui ma selliseks edasi jään, ei suuda mu naine mu juurde enam tagasi tulla. Lubasin taas midagi ette võtta. Murtud lubadused, alandused, lootusetus, mure, ärevus – aga nendest ei piisanud endiselt.

Kord jõuab kätte hetk, mil eluisu on kadunud, kuid surra ka ei taha. Mingi kriis viib lõpuks niikaugemale, et tuleb langetada otsus joomisega midagi ette võtta – tehes katsed kõigega. Abi, millest on kunagi keeldutud ja soovitud, mis kord tagasi lükati, võetakse nüüd meelega vastu.

Langetasin lõpliku otsuse, kui mu tütar ütles pärast joomingut, mis mu naise sünnipäeva ära rikkus: „Ano-

nüümsed Alkohoolikud – või muidu!”. Seda oli mulle varemgi lugematu arv kordi soovitatud, kuid nagu kõik alkohoolikud, tahtsin minagi oma probleemiga omal moel hakkama saada, mis tegelikult tähendas seda, et ma ei soovinud, et keegi mu joomist segaks. Püüdsin leida kergemat ja valutumat moodust. Nüüd aga oli mul juba raske elu ilma alkoholita ette kujutada.

Sellegipoolest olin ma leidnud oma põhja. Mõistsin, et olen järjest madalamale langenud. Olin ise õnnetu ja olin teinud õnnetuks ka kõik need, kes minust hoolisid. Ka füüsiliselt ei suutnud ma seda enam kauem taluda. Külm higi, närvilisus ja unetus muutusid väljakannatamatuks. Mis puudutab minu mõistust, siis mind kohutasid hirmud ja pinged, täielik iseloomumuutus ja halvenenud väljavaade tulevikule. Nii ei saanud enam elada. Oli jõudnud kätte aeg otsustada ja ma tundsin kergendust, öeldes „jah”, kui mu perekond teatas, et nad kutsuvad mulle appi Anonüümsed Alkohoolikud. See oli kergendus, ehkki ma kartsin, tundes, et nüüd on kõigel lõpp.

Järgmisel hommikul vara tuli minu poole üks mees, advokaat, kelle nime ma hästi teadsin. Poole tunniga sai mulle selgeks, et AA on minu jaoks ainuõige lahendus. Veetsime suurema osa päevast vesteldes ja õhtul läksime koosolekule. Ma ei tea, mida ma olin oodanud, kuid päris kindlasti ei osanud ma ette kujutada toatäit inimesi, kes räägivad oma joomisprobleemidest, viskavad oma isiklike tragöödiate üle nalja ja tunnevad ühtlasi sellest kõigest suurt lõbu.

Ent olles ära kuulanud mõned lood, milles räägiti vanglatest, haiglatest, purunenud perekondadest ja allakäigust, hakkasin ma kahtlema, kas ma ikka olen alkohoolik. Lõppude lõpuks ei olnud ma ju noorelt

jooma hakanud ja mul oli mõnevõrra tasakaalukust ning küpsust, mis oli mind mõnda aega ohjeldanud. Kohustused olid mind vaos hoidnud. Ma ei olnud seadusega pahusis, ehkki oleksin võinud korduvalt olla. Ma ei olnud veel kaotanud oma kodu ja tööd, kuigi mõlemad olid nüüd mineku äärel. Ka mu rahaline olukord ei olnud halvenenud.

Kas ma võisin olla alkohoolik, kui mul puudusid taolised judisemapanevad kogemused, mida ma koosolekul kuulnud olin? Vastuse sain hõlpsasti Esimesest Sammust. „Tunnistasime, et olime jõuetud alkoholi ees – et meie elu oli muutunud juhitamatuks.” See ei tähendanud, et ma oleksin pidanud kümme, viiskümmend või sada korda vangis istuma. See ei tähendanud, et ma oleksin pidanud oma perekonnast ilma jääma. Samuti ei tähendanud see, et ma oleksin pidanud elama prügikastis, jooma „Lonnit” või süütevedelikku. See tähendas vaid, et ma tunnistasin, et olin jõuetu alkoholi ees ega suutnud oma eluga toime tulla.

Päris kindlasti olin ma jõuetu alkoholi ees – mu elu oli muutunud juhitamatuks. Asi polnud mitte selles, kui madalale ma olin langenud, vaid selles, mis suunas ma liikusin. Minu jaoks oli tähtis mõista, mida alkohol oli minuga teinud ja veel edasi teeks, kui ma kuskilt abi ei saa.

Teadmine, et olen alkohoolik, mõjus algul vapustavalt, kuid seda leevendas mõistmine, et mul oli lootus. See segadusttekitav probleem, et jõin end purju hoolimata kindlast kavatsusest olla kaine, muutus arusaadavaks. Oli suur kergendus teada, et ma ei *pea* enam jooma.

Mulle öeldi, et pean tahtma kaineks jääda iseenda pärast, ja ma olen veendunud, et see on tõsi. Esmakord-

sel AA-sse pöördumisel võib olla mitmeid põhjusi, kuid peamine põhjus, peab olema soov olla kaine ja elada AA eluviisi iseenda pärast.

Mulle meeldis AA programmis algusest peale kõik. Meeldis kirjeldus alkohoolikust kui inimesest, kes on avastanud, et alkohol häirib tema tööd ja seltskondlikku elu. Allergia mõistest sain hästi aru, sest olen mõnede õietolmude suhtes allergiline. Mitmed mu perekonnaliikmed on allergilised mõningate toitude suhtes. Mis võiks olla ilmsem kui asjaolu, et osa inimesi, kaasa arvatud mina, on alkoholi suhtes allergilised!

Käsitlus alkoholismist kui kahetahulisest haigusest – ühest küljest kehaline allergia, teisest küljest vaimne sundmõte – lahendas minu jaoks rea küsimusi. Allergia vastu ei saa midagi teha. Miskipärast olid meie kehad jõudnud seisundisse, kus organism ei suutnud enam alkoholi omistada. Pole tähtis, *miks* see nii on; *fakt* on see, et üks naps vallandab meie organismis reaktsiooni, mis nõuab rohkem alkoholi, ja et üks naps on liiga palju ning sada napsi liiga vähe.

Vaimse sundmõtte olemust oli veidi raskem mõista, ent igal inimesel on ju mitmesuguseid kinnisideid. Alkohooliku puhul esinevad need veel eriti võimendatud kujul. Aja jooksul on ta endasse kogunud enesehaletsust ja vimma kõigi ning kõige vastu, mis tema joomist segab. Tasapisi hiilivad ligi ja muutuvad alkohooliku elu osaks sellised iseloomu puudused nagu ebaaus mõtlemine, eelarvamused, egoism, vaenulikkus kõigi suhtes, kes söandavad talle vastanduda, edevus ja liigne kriitilisus. Elu täis hirmu ja pinget tekitab paratamatult soovi seda pinget leevendada, mida alkohol paistab ajutiselt tegevat. Kulus natuke tükk aega, enne kui ma hakkasin mõistma, et AA Kaheteistkümmne Sammu eesmärgiks on

taoliste iseloomuvigade ja joomise sundmõtte kõrvaldamine. Kaksteist Sammu, mis minu jaoks tähendavad vaimset eluviisi, hakkasid peagi tähistama ausat mõtlemist, mitte soovmõtlemist, avatud meelt, valmisolekut proovida ja usku vastu võtta. Need tähistasid kannatlikkust, sallivust ja alandlikkust ning eelkõige usku, et minust suurem Jõud saab mind aidata. Otsustasin seda Jõudu nimetada Jumalaks.

Valmisolek järgida kõike seda, mida mul teha paluti, muutis programmi minu jaoks lihtsaks. Ärge lihtsalt lugege AA raamatut – süvenege sellesse. Mulle soovitati käia koosolekutel ja ma teen seda ikka veel iga kord, kui selleks võimalus avaneb, olgu see mu kodukandis või mõnes teises linnas. Koosolekutul käimine ei ole minu jaoks kunagi väsitav olnud. Samuti ei ole see minu jaoks tüütu kohustus. Peale rasket päeva mõjuvad koosolekud mulle lõdvestavalt ning värskendavalt. Mulle öeldi: „Ole aktiivne,“ ja nii asusin teisi aitama igal võimalusel ja teen seda siiani.

Minu jaoks tähendas vaimne kogemus koosolekutel käimist ja kohtumist inimestega, kes kõik olid kokku tulnud üksteise aitamiseks; see tähendas Kaheteistkümmene Sammu ja Kaheteistkümmene Traditsiooni ning meieisapalve kuulamist, mis AA koosolekul omandasid erilise tähenduse – „Sinu tahtmine sündigu, mitte minu.“ Vaimne ärkamine hakkas minu jaoks peagi tähendama püüdu olla iga päev pisut hoolivam, tähelepanelikum, pisutki lahkem nende vastu, kellega ma kokku puutusin.

Enamikul meist kulub kõigi eksimuste heastamiseks terve elu, kuid me võime viivitamatult sellega algust teha. Ainuüksi kaine olek korvab meie vigu paljude inimeste silmis, keda me oma joobnud tegudega kahjusta-

nud oleme. Eksimuste heastamine tähendab mõnikord selliste asjade tegemist, milleks me oleme suutelised, kuid mis alkoholi tõttu jäid tegemata – see tähendab ühiskondlike kohustuste täitmist nagu annetamine, Punase Risti töös osalemine, haridus- ja usualane tegevus, vastavalt meie võimetele ja energiale.

Asusin äärmise tõsidusega asja kallale, et mõista, mida minult kui AA liikmelt oodatakse ning astuda iga samm kaheteistkümnest nii kiiresti kui võimalik. Minu jaoks tähendas see kolleegidele rääkisimist, et ma liitusin Anonüümsete Alkohoolikutega; et ma ei teadnud, mida AA minult ootas, kuid sellest hoolimata oli see kõige olulisem asi mu elus; et kainus oli mulle tähtsaim asi maailmas. See oli nii oluline, et miski ei saanud seda tähtsusest ületada.

AA-s on hulk lühikesi ütlusi ja väljendeid, milles peitub sügav tõde. „Esmased asjad kõigepealt.” Lahendame oma kõige pakilisemad probleemid enne, ja siis asume ülejäänute kallale, sest muidu satuksime segadusse oma mõtetest ja tegudest. „Tasa ja targu” – tõmba hetkeks hinge. Püüa saavutada sisemist rahu. Ükski inimene ei suuda kanda kogu maailma koormat. Kõigil on probleemid. Purju joomine neid ei lahenda. „Kakskümmend neli tundi päevas,” – täna on see päev. Elamise kunst seisneb selles, et me anname oma parima, elame iga päeva täie eest. Eilne päev on läinud ja me ei tea, kas me homme veel siin oleme. Kui me elame täna täisväärtuslikult ja homme kätte jõuab, siis on meil hea võimalus ka homme täisväärtuslikult elada – miks, siis ette muretseda?

AA elulaad on midagi sellist, mida me oleksime pidanud kogu elu järgima. „Anna meile meelerahu leppida asjadega, mida me ei saa muuta, julgust muuta asju,

mida me muuta saame ja tarkust nende vahel vahet teha.” Sellised mõtted muutuvad meie igapäevase elu osaks. Need mõtted ei väljenda elule käega löömist, vaid kindlate elu põhitõdede äratundmist.

Asjaolu, et AA on vaimne programm, ei hirmutanud mind eemale ega tekitanud minus eelarvamusi. Eelarvamus oli luksus, mida ma ei saanud endale lubada. Olin omal moel proovinud ja läbi kukkunud.

AA-ga liitudes oli mul silme ees vaid üks eesmärk, kaineks saada ja kaineks jääda. Ma ei teadnud siis, et leian palju enamat, kuid peaaegu kohe hakkas minu ees avanema uus ja teistsugune vaade elule. Iga järgmine päev tundub olevat hulga viljakam ja rahuldusttoovam. Tunnen elust palju suuremat rõõmu. Leian sisemist rahulolu lihtsatest asjadest. Täna sees päevas elamine on meeldiv seiklus.

Üle kõige olen ma AA-le tänulik oma kainuse eest, mis on minu perekonnale, sõpradele ja äripartneritele ülimalt tähtis, sest Jumal ja AA suutsid minu heaks teha seda, mida ma ise ei suutnud.

(10)

KÖIELKÕND

Alkohoolikust geimehe üksildane näitemäng kahe maailma vahel kõikudes lõppes, kui ta viimaks AA-sse sattus.

ALKOHOOLI TARVITAMINE oli mu perekonnas tavaline. Kõik mehed minu peres jõid; mu isa ja hiljem ka vennad jõid väga palju. Seni, kuni inimene suutis oma töökohta pidada, ei valmistanud oma perele või sõpradele liiga tihti piinlikkust ja hoidis end eemal sekeldustest, oli tal õigus regulaarselt juua. Joomine oli täiskasvanuliku tegevus, see oli osa suureks saamisest. Ei usu, et mulle oleks kunagi pähe tulnud mõte, et ma ei peaks jooma.

Mind kasvatati konservatiivses usus ja ma õppisin kodust kaugel asuvates religioossetes koolides. Kuna mul oli kiire taip ja olin akadeemiliselt võimekas, sai minust õpetajate lemmik. Selle tulemusena olin tõsine, häbelik, pisut nohiklik laps ja teismeline, kellel oli oma eakaaslastega raske suhestuda. Nii et kui ma kolledžisse läksin, olid mul olemas kõik eeldused, et kujuneda alkohoolikuks. Minu suhe alkoholiga oli algusest peale kui armulugu. Ehkki ma ei olnud selle maitsest eriti vaimustunud, armastasin ma selle mõju. Alkohol aitas mul oma hirme varjata; minu võime joobnuna vestelda oli häbelikule ja üksildasele inimesele suisa imeline kingitus.

Sel ajal olin ma hädas ka oma seksuaalsuse küsimusega. Minu jaoks oli mõeldamatu olla homoseksuaal – sõna „gei” polnud siis veel üldkasutatav. Joomine aitas mul unustada ja põgeneda. Ühtlasi pakkus see mõnimgast katet: purjus isiku puhul ei üllata teisi inimesi tema suutmatus või vastumeelsus naistele tõsisemaid lähenemiskatseid teha. See võitlus kestis aastaid, täis ebaõnnestunud kohtinguid ja teesklemist.

Kui ma lõpuks otsustasin oma ihade järgi tegutseda, tundsin üha rohkem süütunnet ja häbi ning hakkasin rohkem ka jooma. Nüüd pidin ma varjama mitte ainult oma mõtteid, vaid ka tegusid. Püüdsin endast alati jätta konservatiivse, maskuliinse, madalahääle üksildase mehe mulje, kelle minevikus oli salapärane, võib-olla et traagiline, kuid alati heteroseksuaalne suhe. Lõpuks elasin kahte eraldiseisvat ja erinevat elu – geimehe elu, kel olid vastavad sõbrad ja huvid, ja heteroseksuaalse mehe elu, kellel olid täiesti teistsugused sõbrad ja huvid.

Mu elu oli kui köielkõnd, kus püüdsin hoida tasakaalu erinevate maailmade vahel ja samal ajal rajada kindlat erialast karjääri. Pärast kolledžit läksin edasi õigusteaduskonda, kus igapäevane joomine muutus normiks. Ma õigustasin end mõttega, et paar jooki aitavad mul lõõgastuda ja keskenduda õpingutele. Kuidagi õnnestus mul ülikoolis hästi hakkama saada ja pärast seda mitmeid mainekaid juriidilisi ametikohti pälvida. Üsna pea avastasin, et ma ei saa päeval juua; kui ma jõin lõuna ajal isegi ühe joogi, siis oli ülejäänud pärastlõuna kasutu. Selle asemel hakkasin jooma kohe pärast tööd ja tegin siis kaotatud aja tasa.

Töö õigusbüroos lisas mu niigi lõhestunud elule kolmanda tahu. Lisaks oma gei- ja heterosõpradele pidin püüdma säilitada sotsiaalseid suhteid firma omanike,

klientide ja kolleegidega. Ütlema tagi on selge, et ma hakkasin veel rohkem jooma ja asjad muutusid üha segasemaks. Lõpuks muutusid pinged väljakannatamatuks. Mul oli tekkinud tõsine suhe ja otsustasin, et ei saa enam teesklust jätkata. Selle asemel vahetasin karjääri ja hakkasin õpetajaks.

Mõnda aega näis, et asjad lähevad hästi, ent tasapisi mu aktiivne alkoholism süvenes. Olin end esimest korda pildituks joonud juba mitu aastat tagasi. Tookord ütlesin endale, et kui see kunagi kordub, lõpetan joomise. See juhtus aga uuesti ja uuesti, ent ma ei lõpetanud. Ma suutsin alati leida mingi selgituse, vabanduse või põhjenduse, mis õigustas mu jätkuvat joomist. Aja jooksul hakkas juues mu käitumine regulaarselt muutuma. Olin alati olnud terava keelega, kuid kui ma jõin, muutusin sageli mürgiseks. Teinekord võisin olla sarmikas ja südamlilik, vahel lausa pealetükkivalt. Inimesed ei teadnud kunagi, mida minult oodata.

Mõne aasta pärast jõin ma end igal õhtul pildituks. Minu kaaslane jõi samuti palju ja ma hakkasin oma joomist tema omaga võrdlema. Sisendasin endale, et mul ei ole probleemi, sest tema jõi vahel rohkemgi kui mina. Kusjuures soovitasin talle, et ta võiks minna AA-sse. Kui ta proovis seda Sõpruskonda, tegin ma kõik endast oleneva, et nurjata tema püüdlusi kaineks saada – tema paranemine oleks olnud ilmne, ehkki varjatud, oht minu joomisele. Lõpuks muutus meie suhe liiga stressirohkeks ja me läksime lahku, kuid enne oli mul õnnestunud tema kainenemine nurjata.

Allakäik jätkus. Enamik mu sõpru ei suutnud taluda minu käitumist – seda verbaalset ja mõnikord ka füüsilist väärkohtlemist, südaõiseid telefonikõnesid, unustatud kutseid ja isekat hoolimatust kõige suhtes, peale

minu enda vajaduse juua. Neid väheseid sõpru, kes ise eemale ei tõmbunud, peletasid minu vimmakus ja süvenev paranoia. Ma lõikasin inimesed oma elust välja, ei vastanud telefonikõnedele ja ignoreerisin neid, kui me juhuslikult kohtusime. Joomiskarjääri lõpuks jäi järele vaid paar inimest, kes olid nõus minuga suhtlema. Nad mõlemad olid paadunud joodikud, keda mu teod ei üllatanud.

Väljaspool kodu juues suurenes katastroofiliste juhtumite hulk. Lõin pidudel ja tööl inimestele ebameeldivalt külge – nii meestele kui naistele. Vahel ärkasin läbi klobituna, kell või rahakott kadunud või hoopis võõraste inimeste seltsis, kelle nimesid ma ei mäletanud ega tahtnudki teada. Vigastused ja õnnetused olid vältimatud. Mind visati baaridest välja, sest varastasin baaritöötajatelt joot- ja vahetusraha, või teiste klientide tagant, et maksta jookide eest, mille jaoks mul enam raha ei olnud. Teinekord sattusin vaidlustesse ja olin sunnitud lahkuma.

Selle tagajärjel tegin loogilisena tunduva otsuse mitte väljaspool kodu juua. Selle asemel jõin nüüd enamasti üksinda. Kui ma töölt lahkusin, tegin õhtusöögi ajal paar kanget jooki ja läksin koju. Võtsin köögist klaasi, natuke jääd ja toonikut. Läksin oma magamistuppa, kus olid suured džinni- ja viinapudelid „lugema”, kuni jää sulas, toonik sai otsa ja vahel läks klaaski katki. Jõin end igal õhtul pildituks. Tõeliselt halvad korrad olid need, kui pidin hilisõhtul viinapoe või baari poole rühkima, ise tuigerdades ja püüdes mitte komistada, sest olin valesti arvestanud ja alkohol oli otsa saanud.

Mul oli üha raskem teha midagi muud peale tööl käimise ja joomise. Kartsin kasutada ühistransporti ja isegi tänaval kõndida. Mu kõht oli pidevalt korrast ära ja arst

oli diagnoosinud mul mitmeid soolehaigusi. Kuigi ma jõin harva kodust eemal, oli mu keha täis sinikaid, sest pildituks joonuna kukkusin ma sageli. Ma ei kandnud kunagi lühikeste varrukatega särke, isegi mitte suvel, sest inimesed küsisid minult sinikate kohta. Ühel hommikul ärgates märkasin, et mu jalg oli täiesti tuim, olin kodus mäluaugus kuidagi kaht selgrootiski nihestanud.

Viimased neli aastat elasin üksi väikeses majas. Ühe toa lagi oli sisse kukkunud ja kõikjal oli krohvitolm, mis kattis põrandal lebavat prügi ja ajalehti. Tühjad toidukarbid, õllepurgid, pudelid ja räpased riided lebasid seal, kuhu need olid visatud. Võtsin endale kassi, sest hiiri oli siginenud kohutavalt palju. Ma ei olnud aga piisavalt kohusetundlik, et kassi järelt koristada. Pole üllatav, et mul käis vähe külalisi ja naabrid kippusid mind vältima. Viimased kuud olid täis hirmu ja enesehaletsust. Hakkasin üha sagedamini mõtlema enesetapule, kuid kartsin siiski surra. Mäletan mõtet, et elu muudkui kestab ja kestab, ent ei lähe kunagi paremaks ning hääbub aeglaselt.

Siis hakkasin kuulma sosinaid. Olin veendunud, et minu majas elavad inimesed. Ma ei näinud neid, välja arvatud aeg-ajalt vilksamisi silmanurgast, ning järeldasin siis, et nad on väikesed ja elavad kusagil seintes või trepi all. Ma kuulsin, kuidas nad plaanisid mu mõrva. Oli öid, mil läksin voodisse, nuga enda kaitseks käes. Teistel öödel lukustasin end vannituppa, et nad mind kätte ei saaks. Ühel ööl jätsin pitsi viina kaminasimsile, et nad sellele keskenduksid ja mind rahule jätaksid.

Siis juhtus ime. Saabus õhtu, mil otsustasin, et võtan väljas ühe joogi ja lähen siis otse koju. Jõin selle joogi ära ja hakkasin kodu poole minema. Järgmine pilt, mida mäletan, on see, et ärkasin hommikul võõra ini-

mese kõrval, kelle olin baarist üles korjanud. Ilmselt olin läinud autopiloodile ja vaid ühest joogist tekkinud mäluaugus olin sattunud joomahoogu. Võõra näo vastikust ja haletsust väljendav ilme oli see raputus, mida ma vajasin. Järsku mõistsin, et mu elu on täiesti hullumeelne, et mu joomine on väljunud kontrolli alt ja ma olen kas alkohoolik või hullumaja kandidaat. Kuna ma ei tahtnud end luku taha lasta panna, otsustasin proovida Anonüümseid Alkohoolikuid.

Ma helistasin oma eksile ja ta andis mulle ühe inimese kontakti, kes mind esimesele koosolekule viis. Kuigi ma ei mäleta sellest kohtumisest peaaegu midagi, kuulsin kahte asja, mida ma ei ole kunagi unustanud. Esimene oli „Sa ei pea enam jooma.” See oli mulle täielik ilmutus. Olin pikka aega uskunud, et alkohol on üks väheseid positiivseid asju, mis mu ellu veel jäänud on. Ootasin igal õhtul oma esimest jooki ja arvasin, et alkohol hoiab mu elu koos. Pidin jooma, et ellu jääda, kuigi see ei pakkunud enam mingit lohutust. Ometi ütlesid inimesed, kes olid olnud samas olukorras, et ma ei pea jooma. Tõenäoliselt ma neid tollel õhtul ei uskunud, kuid see andis mulle piisavalt lootust, et ülejäänud päeva jooksul mitte juua.

Teine asi, mida ma kuulsin, oli „Sa ei pea enam üksi olema.” Ka see oli ilmutus. Aastaid olin ma sõpru, lähedasi, perekonda ja Jumalat eemale lükanud või olid nemad mind tõrjunud. Olin ükski ja hirmul. Minu elu oli piirdunud töö ja pudeliga ning töö oli jäänud pildile ainult seetõttu, et see oli hädavajalik pudeli ostmiseks. Alkoholismiga kaasnev eraldatus ja üksildus painasid mind rängalt ja need sõnad võtsid mu õlgadelt tohutu hirmukoorma. Jällegi, ma pole kindel, et seda täielikult uskusin, aga esimest korda aastate jooksul tärkas minus lootus.

Ma ei armunud AA-sse esimesest silmapilgust. Mees, kes mind esimesele koosolekule viis, sai hiljem minu esimeseks tugisikuks ja pidi taluma vastuväiteid, vaidlemist, küsimusi ja kahtlusi – kõike, mida koolitatud, kuid väga segaduses juriidiline mõistus talle näkku võis paisata. Ta oli minuga kannatlik, surumata mulle oma arvamusi peale. Ta sai aru, et mul on nii hirmunud ja nii harjunud olema üksinda, et poleks suutnud taluda jõulist ja otsekohest lähenemisviisi. Ta kuulas mu küsimusi, vastas mõnele neist ja pakkus, et teistele küsimustele võiksin ma ise kõige paremini vastata. Ta keeldus vaidlemast, kuid oli valmis selgitama ja oma kogemusi jagama. Ma olin palunud teda oma tugisikuks enne, kui tema ametist teada sain, ja korraga tundsin, et ei saa sellest suhtest enam taganeda, kui avastasin, et ta on kirikuõpetaja.

Minu alkoholism ja elustiil olid viinud selleni, et olin hüljanud oma religioosse kasvatus ja Jumala; ma ei olnud neid millegagi asendanud. Selle asemel olin agnostik, kahtlesin Jumala olemasolus, kuid kartsin seda välja öelda, juhuks kui ma eksin. Minu enesehaletsus ja ohvritunne panid mind kahtlema, et hooliv Jumal võiks olemas olla. Kui oligi, siis miks oli Ta mulle nii palju raskusi põhjustanud? Olin väga ettevaatlik nende AA liikmete suhtes, kes oma vaimsest elust rääkisid.

Minu tugisik oli mu sallimatuse leevendaja. Kuid veelgi enam, ta ütles mulle, et mul on õigus Jumalas kahelda, et AA ei ole religioosne programm ja sellesse kuulumiseks ei pea ma mingeid kindlaid uskumusi omaks võtma.

Ta pakkus, et algatuseks oleks hea juba seda tunnistada, et ma ei ole maailma valitsemisega hakkama saanud – lühidalt öeldes: võtta omaks, et mina ei ole

Jumal. Ta soovitas ka, et ma võiksin aeg-ajalt proovida käituda nii, nagu ma usuksin. Kusagilt olin kuulnud, et lihtsam on uutmoodi käituma hakata ja seeläbi oma mõtlemist muuta kui vastupidi. See toetas mu tugiisiku mõtet „tegutse nii, nagu see oleks tõsi.”

Mulle tundus, et koosolekutel käitusid inimesed mõnikord liiga tõrksalt ja tundsid rohkem muret oma sõprade ja tuttavate kui minu, uustulnuka pärast. Mul hakkas juba vaikselt nende vastu vimm tekkima, kui seda oma tugiisikule väljendasin. Ta ütles, et küllap märkaksin, et inimesed on suhtlemisaltimad, kui võtan endale kohustuse oma rühmas kohvi keeta. Kuigi arvasin, et olen kohvi tegemiseks liiga eriline, leidsin, et kohvikeetjana oleks mul võimalus valida korralikke küpsiseid, nii et ma nõustusin. Minu tugiisikul oli taaskord õigus. Inimesed hakkasid tõepoolest minuga rääkima – olgugi et see oli vaid nurin kohvi ja küpsiste üle. Aga kui suhtlemisega kord on algust tehtud, siis tihti vestlus jätkub.

Alustasin tööd sammudega, ja olgugi, et Kolmas Samm ja „Jumala kontseptsioon” olid minu jaoks liialt keerulised, hakkas mul välja kujunema usaldus AA-rühma ning Sõpruskonna ideaalide vastu, mis olid minust suurema Jõu ilming. Kuigi ma ei suutnud veel mitu aastat omaks võtta Jumalat, kes sekkub isiklikult ja otseselt inimeste ellu, olin ma nõus tunnistama ideed väest, mis liigub koosolekuruumides ja käivitab AA liikmetes tingimusteta armastuse tunde. See rahuldab minu vaimseid vajadusi kauaks.

Hilisem tugiisik toetas mind rasketel hetkedel, kui läbisin Kaheksandat ja Üheksandat sammu. Oma kolmandal kainuseaastal olin varasema selgrootiski vigas-

tuse tõttu üle kuu aja voodihaige, mu isa suri, üks suhe lõppes ning mu sõprade ja tuttavate seas hakkas levima AIDS. Selle ja järgmiste aastate jooksul surid peaaegu pooled mu geisõpradest. Sel ajal õppisin, et kui ma abi palun, ei anna Kõrgem Jõud mulle kunagi midagi, millega ma toime ei tuleks.

Sel perioodil hakkasin tegelema teenimisega ka väljaspool rühmatasandit. Olin aidanud asutada esimese AA rühma geidele oma linnaosas ja mind valiti üldteenistuse esindajaks pärast seda, kui olin teeninud teistes rühma ametites. Tol ajal ei teadnud ma midagi üldteenistusest ja otsustasin õppida, mida see endast kujutab, et saaksin teha korralikku tööd ja viia sõnumit uutele tulijatele. Pärast kahte aastat asusin tegema mitmeid teisi teenimistöid AA-s.

Kõigil neil teenimiskohtadel ei tundnud ma kunagi kohustust oma seksuaalsust varjata või eitada. Olen alati tundnud, et minu piirkonna rühmade esindajatele oli tähtis see, kuidas me tervenemise sõnumit edasi kanname, mitte see mida ma oma isiklikus elus teen.

Kui ma esimest korda sellesse Sõpruskonda tulin, olin kaotanud oma füüsilise tervise ja terve mõtlemise, sõbrad, suure osa oma perekonnast, eneseaustuse ja oma Jumala. Aastate jooksul olen kõik selle tagasi saanud. Mul ei ole enam seda ähvardavat tunnet, et kohe juhtub midagi hukatuslikku. Ma ei soovi enam surra ega vaata ennast peeglist jälestusega. Olen leppinud oma Kõrgema Jõuga; pärast enam kui tosinat aastat AA Sõpruskonnas liitusin religioosse ühendusega ja olen nüüd seal aktiivne. Mul on täisväärtuslik ja õnnelik elu, mul on sõbrad ja armastav perekond. Hiljuti jäin pensionile ja olen hakanud mööda maailma

reisima. Olen osalenud AA koosolekutel ja tundnud end teretulnuna, kus iganes ma nii Ameerika Ühendriikides kui ka väljaspool käinud olen. Veelgi olulisem on see, et olen naasnud oma kodurühma ja mul palutakse endiselt kohvi keeta. Mul on nüüd rahvusvaheline laiendatud perekond, mille kõiki liikmeid ühendavad jagatud valu ja rõõm.

TUNNETEST ÜHE UJUTATUD

Kui tamm tema ja Jumala vahelt minema uhuti, jõudis see end agnostikuks nimetav inimene Kolmanda Sammuni.

SMAKORDSELT AA-sse jõudes arvasin, et kõik on joonud rohkem kui mina ja sattunud suurematesse jamadesse. Kuid jätkuvalt koosolekutel käies hakkasin peagi kuulma, kust nende lood alguse said.

Oma esimese napsi võtsin keskkooli lõpuklassis. Tol õhtul lipsasin aknast välja, et mu vanemad mu lahkumist ei kuuleks. Olime neljakesi ja tõime kaasa vaid neli pudelit koduõlut. Seda viga ei korranud ma enam kunagi!

Järgmisel nädalal läksime kambaga telkima ja võtsime kaasa mitu kasti õlut. Jõime kõik ära. Ka teised jõid palju, aga mina olin see, kes ärkas keset ööd ja hakkas kuuvalgel mööda ümbrust ringi kondama. Ma kõndisin kilomeetreid ja otsisin midagi. Nüüd tean, mida ma otsisin. Erinevalt teistest, tahtsin ma veel juua.

Sel suvel oli mul keskkooli ja kolledži vahelisel ajal tõeliselt lõbus. Kõik keerles joomise ümber: joomine ja jalgpall, joomine ja jahipidamine, joomine ja piljard, joomine ja autojuhtimine. Midagi väga halba ei juhtunud, aga oleks võinud juhtuda. Mind oleks peaaegu vahistatud. Üks sõber oleks peaaegu kuuli saanud. Sain auto napilt enne kokkupõrget pidama.

Ma ei usu, et enamik mõõdukaid, seltskondlikke alkoholitarbijaid mäletab väga selgelt, millal nad esimest korda jõid. Olen kindel, et väga vähesed neist tähistavad igal aasta seda päeva, juues end nii purju kui võimalik. Teisel joomaaastal hakkasin ma kiitlema, et kui sa ikka veel oma nägu tunnend, siis ei ole sa piisavalt purjus. Oma kolmandal aastal jõin kodukootud virsikuveini ja kui see otsa sai, jätkasin viskiga. Oksendasin sel ööl mäluaugus.

Varsti avastasin, et viinast ei tule nii suurt pohmakat. Viina joomine oli ulme – võisin olla ühel hetkel ühes kohas ja hetkega transporteeruda kuhugi mujale. Ma ei suutnud kunagi õigesti doseerida. Mäletan, et läksin ühele peole. Hakkasin jooma ja võisin järsku rääkida ükskõik kellega. Mul oli väga lõbus, kuid jätkasin joomist. Varsti suutsin vaevu kõndida. Sõber viis mind tol õhtul koju, aga mõnikord, kui olin kõndimiseks liiga purjus, sõitsin ka autoga.

Minust sai õpetaja ja mõnda aega jõin üsna harva. Kui ma siiski jõin, siis peaaegu alati purju. Õpetajad kogunesid paar korda aastas pokkerit mängima. Tavaliselt ei joonud ma midagi. Kuid ühel korral siiski võtsin ja tegin kohe omal margi täis. Otsustasin, et joomine pole enam lõbus. Loobusin sellest.

Minu ravi joomise vastu oli eraldumine. Tõusin üles, läksin tööle, tulin koju, vaatasin televiisorit ja läksin magama. See viis selleni, et ma ei suutnud meenutada, et midagi lahedat oleks üldse kunagi juhtunud. Ma ei suutnud ette kujutada, et tulevikus juhtuks midagi tore-dat. Elu oli kahanenud lõputuks, kohutavaks olevikuks. Depressioon muutus nii raskeks, et ainult meditsiini-line ravi hoidis mind enesetappu sooritamast. Seitsme

kuu pärast lõpetas arst mu ravikuuri. Ma ei olnud küll enesetapumõtetes, aga ei olnud ka kuigi õnnelik.

Kooli tuli uus õpetaja ja ma kutsusin end tema juurde napsile. Mäletan, et ütlesin talle klaasi kergitades, et see ei pruugi olla eriti hea mõte, aga „ma usun, et see on seda riski väärt.” Nii, möödaminnes, hakkasin jälle jooma. Talvevaheajaks läks ta oma poiss-sõbra juurde. Olin jälle üks.

Kaks päeva enne jõule läksin ühele peole. Ma ei kavatsenud juua, sest olin läinud sinna autoga ja teadsin, et joomine ja juhtimine ei ole minu puhul kuigi hea mõte. Ma ei tundnud end ei hästi ega halvasti – lihtsalt veidi ebamugavalt, sest ei tundnud enamikku seal olevatest inimestest. Istusin diivanil ja järgmisel hetkel seisin ja jõin veini. Mingit teadlikku kavatsust jooma hakata mul ei olnud.

Jõudnuna sellesse punkti, ütlevad paljud inimesed: „Ja ma jõin veel kümme aastat.” Selle asemel juhtus kummaline asi. Paar päeva hiljem tuli üks õpetaja tööle minu juurde ja ütles, et ta on alkohoolik ja käib AA-s. Ei tea, mis teda selleks ajendas, sest ta ei olnud mind kunagi joomas näinud.

Järgmisel päeval küsisin temalt, kui tihti ta koosolekutel käib. „Üks kord nädalas?” uurisin ma. Ei. Ta vastas, et on käinud kuus kuud, peaaegu iga päev. See tundus veidi äärmuslik, kuid arutlesin, et kui ma koos temaga koosolekul käin, võib see teda aidata. Pealegi olin ma üksildane.

Poole koosoleku pealt tabas mind äärmiselt kummaline mõte. Inimesed tutvustasid endid alkohoolikutena, ja mul tekkis ka tahtmine seda teha. Kummaline tunne, sest muidugi ei olnud ma seda. Hiljem küsis mu sõber,

mida ma sellest koosolekust arvasin. Vastasin, et tegelikult ma ei tea. Hiljem mõistsin, et esimest korda aastate jooksul tundsin end tõeliselt kuhugi kuuluvat.

Järgmisel päeval läksime teisele koosolekule ja seekord tunnistasin, et olen alkohoolik. Kolmandale koosolekule läksin üksi. Olin närvis. Tundsin, et poen nahast välja. Tegin midagi enda jaoks hämmastavat. Midagi, mis mind tõeliselt üllatas. Enne koosolekut ulatasin käe ja esitlesin end kui uut tulijat. Leidsin kellegi, kellega rääkida. See rahustas mu maha.

Aeg-ajalt rääkisin tõtt ka. Rääkisin ühel koosolekul, et pelgan võtta tugiisikut, kuna kardan, et ta sunnib mind midagi tegema. Lahkusin sellelt koosolekult telefoninumbriga. Aimasin, et see juhtub, ja tõepoolest, minu uus tugiisik hakkas mind Suure Raamatu abil juhendama, kuidas samme läbida.

Helistasin talle iga päev. Kaeblesin, kuidas ma lihtsalt ei taha olla alkohoolik. Ta vastas, et pole tähtis, mida ma tahan. Pidin vastama ise küsimusele, kas ma olen või ei ole alkohoolik. Ta soovitas isegi proovida, selguse saamiseks natuke kontrollitult juua. Teadsin, et ma polnud suutnud seda kunagi teha. Ma ei vajanud enam selleteemalist „uurimistööd”. Kõik, mida tegema pidin, oli heita pilk oma senisele joomiskarjäärile.

Mäletan end aastaid tagasi ütlevat ühele sõbrale, et mul ei ole probleemi joomisega, mul on probleem joomise lõpetamisega. Me naersime. See oli tõsi, kuid oli veel midagi, mida ma ei olnud kunagi märganud enne AA-sse jõudmist. Mul ei olnud probleemi ainult lõpetamisega. Mul oli ka probleem alustamisega. Ükskõik mitu korda ma lõpetasin, või kui pikaks ajaks, puhkesin alati uuesti jooma.

Kui olin kolm kuud joomata olnud, rääkisin telefonitsi sõbraga, kes oli mind esimesele koosolekule viinud. Halasin talle oma probleemidest töö ja sellest, kuidas mu tugiisik mind ei mõista. Vestluse käigus tõin välja, et kuigi ma pidasin end agnostikuks, tundus mulle siiski, et keegi hoolitseb minu eest. Ta küsis: „Kas ei oleks aeg otsus langetada?”.

Teadsin täpselt, kust Suurest Raamatust otsida ja olin seda lehte seni hoolikalt vältinud. Pöördusin Kolmanda Sammu palve juurde ja lugesin selle talle telefonis vaikselt ette. Midagi ei juhtunud. Ma ei oodanudki, et midagi juhtuks. Siis pöördusin mingil põhjusel tagasi sõnade juurde: „Keegi meist pole suutnud neid põhimõtteid alati jäägitult omaks võtta.” Need sõnad kaikusid mu peas.

Siis juhtus midagi. Tamm uhuti teelt. Mind haaras ilma liigutamata või rääkimata kaasa emotsioonide laine, kuid samal ajal olin täiesti teadlik iseendast ja ümbristsevast. Kuulsin oma sõbra häält pärimas, mis minuga juhtunud oli. Ma ei suutnud vastata. Ma ei oska seda tänini seletada.

Tean, et astusin tol õhtul Kolmanda Sammu (andes oma elu ja tahte üle Kõrgemale Jõule), sest järgmisel päeval hakkasin kirjutama Neljanda Sammu inventuuri ja jätkasin kirjutamist, kuni tegin koos tugiisikuga läbi Viienda Sammu. Peagi oli mul nimekiri inimestest, kellele olin halba teinud. Arutasin kõik heastamised koos tugiisikuga läbi. Kui hakkasin klaarima asju perega, tundsin oma enesetunnet paranemas.

Enam kui üksteist aastat hiljem on mul raske selle õhtu tundeid taas elustada. Mida ma selle tulemusena usun? Võin vaid öelda, et Jumala olemasolus kahtlemine

ei olnud vaimse kogemuse saavutamisel mingi takistus. Samuti võin nentida, et selline kogemus ei andnud mulle mingit kindlust Jumala olemasolu suhtes. Anonüümsed Alkohoolikud annab mulle vabaduse uskuda ja kahelda nii palju kui vaja.

Ma tean, et mu elu on nüüd teistsugune. Ma ei ole AA-sse tulekust saadik kordagi joonud. Minus on vähem vimma ja ma ei kuluta eriti aega mineviku peale mõtlemisele. Ma olen hakanud nägema, et minu kogemustest võib teistele inimestele abi olla. Olen hakanud uskuma, et rasked ajad ei ole lihtsalt mõttetut kannatus ja et midagi head võib juhtuda igal hetkel. See on suur muutus inimesele, kes ärkas varasemalt hommikul üles, tundes, et iga järgnev päev on tema jaoks karistus. Täna on mul ärgates palju võimalusi. Jõuan vaevu oodata, mis järgmiseks juhtub.

Ma tulen ikka tagasi, sest see toimib.

VÕITJA VÕTAB KÕIK

Peaaegu pimedana, kuid mitte enam üksi olles leidis ta viisi jääda kaineks, luua perekond ja anda oma elu Jumala hoolde.

MINU VANEMAD OLID väga armunud ja otsustasid luua pere peale mõne aastase abielu. Nad olid oma esimese poja sünni üle väga elevil. Neil oli väike äri ja koos poja saabumisega perre tundus elu täiuslik – kuni saabus katastroof. Vanemad sõid restoranis einet ja laps lõi rõõmsalt plaadimasina muusika saatel tantsu. Siis järgnes ta suurematele lastele õue ja jäi auto alla. Ta viidi kiirabiga ligi viiekümne kilomeetri kaugusel asuvasse haiglasse, kus ta saabumisel surnuks tunnistati. Mu vanemad olid sügavas leinas.

Kogu selle valu keskel tõi neile veidi rõõmu ime, et ema oli taas lapseootel. Väikese tüdruku sünn tõi neile palju rõõmu. Ta küll ei asendanud oma venda, kuid pakkus neile omal moel siiski meelehead. Nad üritasid taas poega saada, kuid said hoopis minu. Ma ei olnud mitte ainult tüdruk, vaid olin sündides peaaegu pime. Aastake hiljem said nad lõpuks soovitud poja ja tema sünni tähistamiseks korraldati suur pidu.

Tundsin end algusest peale teistsuguse ja soovimatuna. Nagu lapsed ikka elu mõtestavad, jõudsin juba väikesena järeldusele, et olen halb ja Jumal teadis seda, seega karistas ta mind puudega. Arvasin, et minu perekonnas valitsev varjatud kurbus oli minu süü. Hiljem mõistsin, minu puudel võis selles küll oma osa olla, kuid nad elasid jätkuvalt leinas. Mu isa hakkas jooma ja oli väga vihane mees. Meie üles sirgumise ajal oli ta väga

kriitiline. Mulle rõhutati igapäevaselt, et olen laisk ja rumal. Kooli minnes, sain kohe aru kui erinev ma teistest lastest olen. Lapsed olid väga julmad ja tegid minu üle nalja. Võiksin teile pikalt ja laialt rääkida sellest, kui halvasti mind koheldi, ehkki lood oleksid erinevad, oli tunne alati sama. Ma ei olnud piisavalt hea ja mul oli valu.

Eripedagoogika oli mõeldud peamiselt vaimse alaarenenud lastele, nii et oma õpetajatelt ma palju tuge ei saanud, kuigi kaks õpetajat muutsid minu elu märkimisväärselt. Üks neist oli kolmanda klassi õpetaja, kes hankis mulle suures kirjas raamatuid. Oli tore tunda, et keegi mõistis mu probleemi, kuid selle kaalus üles piinlikkus, mis kaasnes neid raamatuid kaasas tassides. Teine oli kümnenda klassi õpetaja, kes mu läbi kukutas. Ta oleks justkui öelnud: „Sa suudad paremini.” Kõik teised õpetajad lasid mu lihtsalt läbi, olenemata sellest, kas ma oskasin ainet või mitte. Kui ma keskkooli lõpetasin, tundsin, nagu oleksin mingist vanglast pääsenud. Tundsin, et olen rumal, kuna lõpetasin meie lennu 152 õpilase seas 150. kohal.

Minu probleemid lõppesid keskkooli ajal kui ma avastasin alkoholi. Nüüd olin tark ja ilus. Esimest korda tundsin, et sobitun teiste hulka. Ma ei näinud küll endiselt – aga noh, pole hullu, ma tundsin end hästi.

Läksin mehele ja sain kaks last. Abiellusin mehega, kes polnud või ei osanud olla aus. Peale abiellumist ei tarvitanud ma aastaid alkoholi. Mu õde lahutas ja kolis minuga samasse linna. Et olla hea õde, läksin temaga koos välja, sest ta ei tundnud siin kedagi. Me läksime ühte kantri-vestern stiilis kohta, kus toimus suur pralle. Maksid teatud summa, et sisse saada ja võisid juua nii

palju kui süda lustis. Tundsin, et olen taevas. Kordasime seda mitu korda nädalas, siis hakkas ta inimestega kohtuma ja kohtingutel käima. Noh, mina ei saanud autot juhtida, seega hakkasin üha rohkem kodus jooma.

Mõne aasta pärast oli alkohol mu elu täielikult enda kontrolli alla haaranud. Minu lemmik t-särgil ilutses kiri, mis mulle kangesti meeldis; seal seisis: „Ma vihkasin ennast hommikuti. Nüüd magan lõunani.” See kirjeldas mu tundeid väga kenasti.

Kui mu tütar pidi viis päeva haiglas olema, püüsin selle aja kaine, ja kinnitasin endale, et alkoholiprobleem on kadunud. Teel haiglast koju jõin end taas purju. On võimatu meenutada, mitu korda ma ise lõpetada püüdsin. Mu poeg vaatas mulle otsa ja sõnas: „Ema, miks sa pead nii palju jooma?”. Ta oli sel ajal umbes üksteist. Nüüsi langesin ühel ööl põlvili ja ütlesin: „Jumal, muuda mind või lase mul surra.”

Sellega jõudis kätte hetk minu elus, mil helistasin Anonüümsetesse Alkohoolikutesse ja palusin abi. Minu juurde saadeti kaks naist. Nad kuulasid ja mina rääkisin neile, et joon, sest mu abielu on vilets. Üks naistes hoidis mu kätt ja lausus: „Sa ei joo sellepärast.” Siis ütlesin neile, et ma jõin, kuna olen pooleldi sakslane. Ta patsutas mu kätt ja ütles: „Ei, sa ei joo sellepärast.” Järgmiseks väitsin et jõin, sest olen peaaegu pime. Nemad vastu: „Ei, sa ei joo sellepärast,” ja nad selgitasid mulle, et alkoholism on haigus. Nad rääkisid mulle oma lugusid ja kirjeldasid, kuidas alkohol nende elu üle oli võtnud.

Hakkasin käima koosolekutel ja minu lugu kõlas mõnede seal kuuldud lugude kõrval nii igavana. Kõige põnevam lugu, mille suutsin välja käia oli see, kui mu

purjus sõbrad mu rooli panid. Nalja kui palju – oleksin meid kõiki äärepealt ära tapnud! Peaaegu pime, purjus ja autoroolis. Jumal hoolitses kindlasti tol õhtul nii minu kui mu kaaslaste eest; ma lihtsalt ei teadnud seda tol ajal.

Tõttöelda toimus lõviosa minu joomisest üksinda kodus. Helistasin inimestele ja lobisesin, ning järgmised hommikud olid kohutav meenutada, mida ma kokku olin vadranud. Ühmasin abikaasale umbes nagu: „Kas see õhtune kõne polnud mitte huvitav?“, lootes talt mingi infot välja õngitseda. Kuigi mu käed olid hakanud ilma alkoholita värisema, kahtlesin AA-sse jõudes, kas ma üldse kuulun sinna, sest minu joomalogiraamat polnudki nii põnev.

Siis ütles sõber mulle ühel õhtusel AA koosolekul, et kuigi ta oli vangis istunud ja väga palju igasugu jama korda saatnud, ei olnud ta minust kuigi erinev. Ta tundis samuti nagu mina. Toona mõistsin, et ma polegi ainulaadne, et inimesed tõesti mõistavad minu sees olevat valu.

Kohtusin ühe naisega, kel oli puudega laps ja me õppisime üksteiselt nii palju. Mulle sai selgeks, et *puue* ei ole neljätäheline ropp sõimusõna. Sain aru, et ma ei ole halb – et olen üks Jumala eriline laps, ja Jumalal on minu eluga oma plaan. Inimesed AA-s näitasid mulle, kuidas saan mineviku enda kasuks pöörata. Ma sain tugiisiku ja hakkasin sammudega tööle. Suure Raamatu lubadused hakkasid minu jaoks täituma. Otstarbetuse tunne ja enesehaletsus kadusid ja ma nägin, kuidas minu kogemustest võiks teistele kasu olla.

Kui olin olnud kolm aastat kaine, langetasin oma senise elu kõige raskema otsuse. Lahutasin abielu. Ma ei lahkunud sellepärast, et ma teda ei armastanud. Armastan teda

endiselt, kuid selle abielu õhustik ei olnud minu jaoks terve keskkond. Leidsin end kaht last üksi ülal pidamas. Olin peaaegu pime ja mul puudusid kutseoskused. Kui ma välja kolisin, kolisin kõigepealt pimedatele mõeldud sotsiaalmajja. See oli minu jaoks šokeeriv kogemus, kuid väga arendav. Eelnevalt koostas in oma päevaplaani justkui oleks in nägija, seejärel planeerisin selle ringi selle arvestusega, et mu nägemine on piiratud.

Pimedate organisatsiooni kaudu liitus in program-miga, mis aitab vaegnägijatel alustada iseseisvat ettevõtlust. Pärast kolmekuulist väljaõpet, kolisin mitmesaja kilomeetri kaugusel asuvasse linna, kus ma esiti kedagi ei tundnud. Pidas in kohvikut oma korterist ligi kahe kilomeetri kaugusel. Karts in, kõndides hommikul 6.30-ks tööle, kaasas 200 dollarit sularaha kohviku avamiseks. Minu alluvuses töötas kaks inimest, kellest üks ei ilmunud kohe teisel päeval kohale. Olles ettevõtte juhtimises võhik, tundus in kolmekuuline koolitus lihtsalt ebapiisav. See oli minu jaoks raske aeg. Üks proua suurest toiduainete tarnefirmast tuli minult toidukapade tellimust võtma, kuid mul polnud aimugi kui palju kohvi, peekonit või hamburgeriliha vajasin. Ta toetas mind, jagades eelmise juhataja koguseid ning aitas mul tellimuse vormistada.

Jumal üks in teab, kuidas me selle teema peale sattusime, kuid ta oli AA liige ja hiljem sai temast minu uus tugisõber. Ta võttis mind peale ja viis koosolekutele. Ühel koosolekul kohtusin mehega, kes mind järgmisel aastal iga päev tööle sõidutas. Maks in talle igal hommikul dollari. Olen kindel, et see ei katnud tema kütust, kuid pani mind tundma, et maks in oma osa. Esimest korda elus pidasin ennast ise üleval.

See on lihtsalt näide sellest, kuidas Jumal minu elus tegutseb. Ma ei pidanud enam jooma, kuid see tähendas palju enamat. Mulle oli antud kõik, mida ma vajasin. Mul oli Jumal, nii nagu mina teda mõistsin, kes mind igakülselt minu elus abistas.

Töö sammudega muutis minu elu. Ma mõtlen ja tunnen täna teisiti. Ma olen uueks saanud. Meie AA koosolekuruumis on silt kirjaga: „Oota ime ära.” Minu kainus on tulvil imesid. Kui mu poeg kolledžisse astumise avalduse esitas, tegin seda ka mina ja mindki võeti vastu. Peagi alustan viimast aastat ja minu keskmine hinne on 3,71. Tänu AA-le olen teinud kõva arengu võrreldes sellega, mis pulgal olin õppeedukuselt keskkoolis. Mul võtab materjali lugemine palju kauem aega, sest kasutan kaamera abi (panen raamatu kaamera ette ja tekst ilmub suures kirjas ekraanile). Mul on räakiv kalkulaator, mis aitas mind statistika loengutes ja teleskoop, mis aitab näha tahvlile. Ma saan erivajadustega üliõpilastele mõeldud toetust ja kasutan meeledi vabatahtlikke märkmetegijaid.

Õppisin leppima asjadega, mida ma muuta ei saa (antud juhul minu nägemine) ja muutma asju, mida saan (saan olla tänulik ja võtta vastu visuaalseid abivahendeid, selle asemel et end häbeneda ja neist keelduda, nagu tegin nooremana).

Ma olen teile juba kõnelenud mõnedest imedest. See pole veel kõik. Tahan teile kirjeldada, mida ma enda sees tunnen. Ma ei ole enam vaimselt pankrotis. See oleks justkui mul oleks elus mingi maagiline sisemine allikas, mis annab mulle kõik, mida ma vajan. Tähistasin paar kuud tagasi oma kaheteistkümnendat kainusaastat. Kui ma esimest korda AA-sse tulin, polnud mul aimugi,

kes ma olen. Minu tugiisik ütles: „Võrratu – kui sa ei tea, kes sa oled, võid saada selleks, kellenä Jumal sind näha soovib.”

Teen täna asju, millest ma kunagi ei osanud isegi und näha. Veelgi tähtsam on see sisemine rahu ja meele- rahu, mis mind siia ikka tagasi toob. Olen elanud läbi raskeid aegu nii kainen kui jooval ajal, kuid enne AA-d polnud oluline, kui hästi asjad läksid – mul oli alati tunne, et midagi on halvasti. AA-st alates, pole tähtis, kui kiiva asjad kisuvad – tunnen alati, et kõik saab korda.

Kaheteistkümne Sammuga töötades on minu elu ja vana mõtteviis muutunud. Mul puudub kontroll mõninate asjade üle, mis mu elus juhtuvad, kuid Jumala abiga saan nüüd valida, kuidas ma neisse suhtun. Otsustan olla täna õnnelik ja kui ma ei ole, siis on mul selle programmi tööriistad, mis mind tagasi õigele rajale juhata- vad.

MINA, ALKOHOLIK?

Alkohol pitsitas seda kirjameest üsna kõvasti – kuid ta pääses üsna tervena.

PÜÜDES KUJUTLEDA oma elu sellisena, nagu see oli „enne”, tuleb mulle silme ette kahe poolega münt.

See külg, mille ma pöörasin enda ja maailma poole, oli väärikas – mõnes suhtes isegi silmapaistev. Olin isa, abikaasa, maksumaksja, majaomanik. Olin klubi- liige, sportlane, kunstnik, muusik, kirjanik, toimetaja, lennukipiloot ja maailmarändur. Olin kirjas teatmikus „Kes on kes Ameerikas” kui ameeriklane, kes oli oma saavutustega silma paistnud.

Mündi teine külg oli süinge ja segadusttekitav. Olin sisemiselt peaaegu alati õnnetu. Esines hetki, mil väärikas ning saavutusterohke elu tundus talumatult igav – pidin sellest välja murdma. Selleks võtsin ma ette täiesti „boheemlasliku” õhtu, tõmbasin nina täis ja vedasin end alles varavalges koju. Järgmisel päeval piinas mind tohutu kassiahastus. Püüdsin kümne küünega oma austust tagasi saada ning mõneks ajaks see jäigi püsima – kuni vältimatu järgmise korrani.

Alkoholismi salakavalus on hukatuslik. Tervelt kahekümne viie aasta jooksul võtsin ma vaid harva hommi- kuti mõne napsi. Mu laaberdamised olid ühepäevased. Vaid kord või kaks minu joomise algaastatel venis mu pummelung kahepäevaseks ja niipalju kui ma mäle- tan, vaid ühel korral kolmepäevaseks. Tööl ei olnud ma kunagi purjus, mul ei jäänud ainsatki tööpäeva vahele, haruharva tegi pohmelus mu töövõimetuks ning minu

kulutused alkoholile püsisid alati mõistlikes piirides. Tegin oma erialal jätkuvalt edusamme. Kuidas saab sellist inimest alkohoolikuks nimetada? Mõitlesin, et mis iganes võiks olla minu masenduse juurpõhjuseks, kärakas see olla ei saanud.

Muidugi ma jõin. Kõik tegid seda seltskonnas, kuhu minu silmis kuulusid tsivilisatsiooni tipptegijad. Kuna mu naine armastas juua, siis pummeldasime tihti koos nimetades seda õnnelikuks abieluks. Mu kolleegid ja kõik teravmeelsed ning kirjanduslikud suurkujud, keda ma nii väga imetlesin, jõid samuti. Õhtune kokteil oli sama enesestmõistetav nagu hommikune kohv ning ma arvan, et ma jõin päevas keskmiselt pool liitrit alkoholi, ehk natuke rohkem või vähem. Isegi minu (esialgu) harvadel joomaõhtutel ei ulatunud see kogus üle liitri.

Kui lihtne oli alguses unustada, et sellised joomingud olid üldse toimunud! Peale päeva või paari kestnud põrmustavaid süümepiinu tulin ma lagedale seletusega: „Närvipinge kuhjus ja lihtsalt pidi vallanduma,” või „Ma olin pisut kurnatud ja see kange kraam lihtsalt hakkas kohe pähe.” Või: „Sattusin jutuhoogu ega pannud tähele, kui palju ma jõin, kuni see lõpuks nuiaga andis.” Alati kaasnes sellega uus valem, kuidas edaspidi selliseid prohmakaid vältida. „Tuleb napsivõtmise vahel pausi pidada ja vahepeal kõvasti vett juua,” või „Vooderda magu pisut oliivõliga,” või „Joo ükskõik mida, *ainult mitte* seda neetud martinit.” Möödus mitu nädalat, ilma et ainsatki prohmakat oleks ette tulnud ja mul tekkis kindel tunne, et olin viimaks ometi õige valemi leiutanud. Joomahoog oli lihtsalt üks sihuke „teada värk”. Kuu aja pärast tundus juba lausa uskumatu, et midagi sellist oli üldse aset leidnud. Veel kolm nädalat ja

see läks täielikult meelest. Esialgu oli joomingute vahe kaheksa kuud.

Mu järjest süvenev masendus oli aga tõsiasi ja ma teadsin, et sellega tuleb midagi ette võtta. Üks mu sõber oli saanud abi psühhoanalüüsist. Peale üht eriti inetut ühe õhtu pummelungi soovitas mu naine, et ka mina seda prooviksin, ning jäin nõusse. Teaduseajastu haritud lapsena, nagu ma olin, uskusin ma inimmõistust puuduvat teadust. Tervenemine on garanteeritud ning ühtlasi on see põnev seiklus. Kui kõditav on tundma õppida neid varjatud saladusi, mis juhivad inimeste käitumist, kui tore on viimaks ometi enda kohta kõik teada saada! Pika loo asemel olgu paari sõnaga öeldud, et selle psühhiaatrilise seikluse peale kulutasin ma seitse aastat ning kümme tuhat dollarit ja lõpetasin hullemas seisundis kui kunagi varem.

Kahtlemata sain ma teada palju huvitavat ning paljustki oli mul hiljem tõepoolest abi. Sain teada, millist hävitavat mõju avaldab lapsele see, kui teda esmalt poputatakse ja kõrvust tõstetakse, siis aga täispööre tehakse ja ta julmalt läbi pekstakse, nii nagu minuga oli juhtunud.

Samal ajal muutus mu seisund aina hullemaks nii sisemise kurbuse kui joomise osas. Mu päevane alkoholikogus püsis kogu aeg samades piirides või oli ehk vaid pisut suurenenud ning mu joomingud piirdusid endiselt ühe õhtuga. Kuid nüüd esinesid need kurjakuulutava sagedusega. Seitsme aasta jooksul kahanesis vahed kaheksalt kuult kümne päevani! Ja need joomahood muutusid järjest koledamaks. Ühel õhtul jõudsin vaevu oma kesklinna klubisse; oleks mul veel viisteist meetrit minna olnud, oleksin ma rentsliisse maha vajunud. Teine kord jõudsin koju üleni verisena.

Olin meelega ühe akna sisse löönud. Kõike seda arvestades oli mul üha raskem säilitada maailma silmis oma silmapaistvat ning väarikat positsiooni. Seda üritades oli kogu mu olemus katkemiseni pingul, skisofreenia irvitas mulle näkku ning ühel õhtul viis meelega mu enesetapumõtteni.

Väliselt tundus, nagu käiks mu käsi erialal endiselt hästi. Juhtisin nüüd ühte kirjastusprojekti, millesse oli investeeritud ligi miljon dollarit. Mu arvamusi tsiteeriti koos äratrükitud näopildiga Time'is ja Newsweekis, ma esinesin nii raadios kui televisioonis. See oli fantastiline ehitis, kuid rajatud murenevale vundamendile. Ta vankus ning oli määratud kokku varisema. Nii juhtuski.

Oma viimaselt joomatuurilt koju jõudnud, lõhkusin ma söögitoamööbli tükkideks, lõin puruks kuus akent ning kaks trepikäsipuud. Ärgates seisin silmitsi oma kätetööga. Ma ei suuda oma meelega kirjeldata.

Olin järgitult uskunud teadusesse ja ainult teadusesse. „Teadmistes peitub jõud,” oli mulle alati õpetatud. Nüüd aga olin sunnitud tõdema, et minu puhul *ei olnud* need teadmised jõud. Teadus oskas mu mõistuse osavalt tükkideks lahti võtta, kuid ilmselt ei osanud ta enam seda tagasi kokku panna. Roomasin tagasi oma psühhoanalüütiku juurde, mitte niivõrd sellepärast, et mul oleks temasse usku olnud, vaid seetõttu, et mul ei olnud kusagile mujale minna.

Olles temaga mõnda aega vestelnud, kuulsin end lausumas: „Doktor, ma arvan, et olen alkohoolik.”

„Jah,” vastas ta minu üllatuseks, „oled küll.”

„Jumala pärast, miks sa pole siis kõik need aastad seda mulle öelnud?”

„Kahel põhjusel,” vastas ta. „Esiteks ei olnud ma selles kindel. Piir kõva alkoholipruukija ja alkohooliku vahel

pole alati päris selge. Alles hiljaaegu jõudsin ma sinu suhtes selgusele. Ja teiseks poleks sa mind uskunud, kui ma oleksin sulle seda öelnud.”

Pidin tunnistama, et tal oli õigus. Olin valmis end nimetama „alkohoolikuks” alles siis, kui meeleheide oli mu põlvili surunud. Nüüd tunnistasin ma seda täielikult. Loetud raamatute põhjal teadsin, et alkoholism on pöördumatu ja ravimatu. Teadsin samuti, et olin mingil hetkel minetanud võime joomist lõpetada. „Hüva, doktor,” sõnasin ma, „mis me siis nüüd pihta hakkame?”

„Mina ei saa midagi teha,” vastas ta, „ja ka meditsiin on siin võimetu. Siiski olen ma kuulnud organisatsioonist „Anonüümsed Alkohoolikud”, kus sinusuguste inimeste puhul on häid tulemusi saavutatud. Nad ei anna mingit garantiid ja see ei õnnestu neil alati. Ent kui sa soovid, võid seda proovida. See võib toimida.”

Järgnevatel aastatel olen palju kordi Jumalat tänanud selle mehe eest, kellel oli piisavalt julgust, et oma nurjumist tunnistada, mehe eest, kel jätkus piisavalt alandlikkust tunnistada, et tema vaevaga kogutud erialased teadmised ei suuda lahendust pakkuda. Leidsin endale sobiva AA koosoleku ja läksin kohale – üksinda.

Seal leidsin ma selle koostisosa, mis oli kõigis mu enesepäästmiseks tehtud ponnistustes puudu olnud. Seal oli *jõud*! Seal oli jõud elada igasugune päev lõpuni, jõud vaadata järgmisele päevale silma, jõud omada sõpru, jõud aidata inimesi, jõud püsida terve mõistuse juures, jõud jääda kaineks. Sellest on möödunud seitse aastat ja palju AA koosolekuid – ja ma pole need seitse aastat kordagi joonud. Veelgi enam, olen sügavalt veendunud, et senikaua, kuni ma jätkan oma kohmakal moel nende põhimõtete järgimist, millega ma käesoleva raamatu eelnevates peatükkides esmakord-

selt kokku puutusin, siis voolab see erakordne jõud jätkuvalt läbi minu. Mis jõud *see* on? Koos oma AA-lastest sõpradega oskan ma öelda vaid seda, et see on minust suurem Jõud. Kui mulle peale käia, võin vaid tsiteerida ammu-ammu enne mind kirja pandud psalmi: „*Jätke järele* ja teadke, et mina olen Jumal.”

Minu loo lõpp on õnnelik, kuigi mitte tavapärane. Mul tuli veel kõvasti põrgust läbi käia. Kuid milline vahe on põrgust läbi käia ilma endast kõrgema Jõuta ja koos sellega! Nagu arvata oligi, varises mu ülemaailmse edu kõikuv torn kokku. Minu alkohoolikutest äripartnerid lasid mu lahti, haarasid võimu ning ajasid firma pankrotti. Mu alkohoolikust naine leidis endale teise mehe, lahutas minust ning võttis endale kogu allesjäänud vara. Kõige valusam hoop tabas mind, aga juba kaineks saanuna AA-s. Võib-olla ainus inimväärsuse säde, mis mu joomapäevade hämust läbi kumas, oli mu kohmakas kiindumus minu kahe lapse, poja ja tütre vastu. Ühel ööl tapeti traagiliselt mu poeg kõigest kuueteistaastasena. Kõrgem Jõud oli kohal ja juhatas mind, et sellest kainenena läbi tulla. Usun, et Ta on juhatamas ka mu poega.

Olen kogenud ka imelisi asju. Mu uuel naisel ja minul ei ole mingit märkimisväärsset vara, mida eraldi välja tuua ning silmipimestav edu ei ole enam minu teema. Kuid meil on väike laps, kes – andestage väike alkoholi-järgne sentimentaalsus – on tulnud otse taevast. Mu töö on praegu palju tõsisem ning mõjusam kui kunagi varem ning ma ise olen üsnagi heas loomingulises vormis, suhteliselt terve mõistusega inimene. Ja kui mind peaksid taas tabama rasked ajad, siis ma tean, et ma ei pea neid enam kunagi üksi läbi elama..

(14)
ALATINE OTSING

See advokaat proovis psühhiaatreid, biotagasiside terapiat, lõdvestusharjutusi ja mitmeid muid tehnikaid, et oma joomist kontrolli alla saada. Ta leidis lõpuks lahenduse ainulaadselt kohandatud AA Kahe-teistkümmnes Sammus.

KUI ALUSTASIN värske kriminaalõiguse advokaadina praktiseerimist oli meie advokaadibüroos viis inimest. Minu lemmikadvokaat oli ekstsentriline, sasitud, metsiku pilguga iiri õigusprofessor, kes oli sõltuvalt vaatenurgast, kas geenius või hull, puhastades pidevalt musta küünega oma piipukambrit ja haarates igal võimalusel vodka-martiini järele. Siis oli meil veel üks uus, kuid maailmast väsinud kohtuvaidluste advokaat, kes rääkis lõputuid lugusid oma kunagisest elust valge veini ja Bouillabaisse supiga Vahemere päikese all, juhtides oma ekspordiäri Rivas. Miks ta küll jättis sellise ideaalse, veinirohke töö päikselises kliimas, et aastaid juurakoolis rassida? See ei mahtunud mulle pähe. Siis oli seal veel üks suur südamluk karumõmm, tänaseks kohtunik, kes tegeles rohkem teiste kuulamise ja abistamisega kui kriminaalõigusega. Sellisesse kontoris maandusime meie: paar kõike-teadvaid, kiiresti tegutsevaid kuid mitte liiga kogenud noori advokaate – mina ja mu abikaasa.

Tosina aasta jooksul surid kolm neist viiest paljulubavast advokaadist oma karjääri tipul alkoholismi tõttu. Kohtuhärra oli ja jäi alati kaine kohtunikuks. Minust sai kuidagi tahtmatult ja isegi juues ettevõtte

jurist ja õnneks hiljem ka Anonüümsete Alkohoolikute liige. Professori neerud ütlesid liigsest martinitamisest üles; ekspordiga tegelenud advokaat jätkas joomist, kuni suri vaatamata maksa siirdamisele; kui mina olin kümme aastat kaine olnud jättis mu endine abikaasa elu tulekahjus, mis tema sõnul pidi olema viimane joomine enne *uuesti* AA-sse minemist. Olen käinud liiga paljudel enneaegsetel matustel, mille põhjustajaks on meie hea sõber alkohol.

Kohtusime ning abiellusime abikaasaga õigusteaduskonnas õppides – alkoholi, säravate tuled ja paljutöotavuse romantilises udus. Paistsime välja sellega, et olime ainus abielupaar meie kursusel. Töötasime ja pidutsesime kõvasti, matkasime, telkisime ja suusatsime, korraldasime oma peentele sõpradele vägevaid pidusid ja uhkustasime sellega, et suutsime püsida eemal narkootikumidest. Tegelikult oli see hirm, mis hoidis mind narkootikumidest eemal – hirm, et kui mind süüdistatakse ebaseaduslike narkootikumide oamises, siis ei võetaks mind advokatuuri liikmeks. Veelgi olulisem oli see, et minu parim sõber oli suurepärase, võimas alkohol ja ma armastasin seda.

Kuni nelja-aastaseks saamiseni elasin ma ühe kõrtsi ülemisel korrusel, kus nägin mitmeid joodikuid ringi kakerdamas. Minu ema töötas sugulaste juures, kes elasid samuti kõrtsi kohal, ja minu eest hoolitses see, kellel parajasti aega oli. Hoolimata minu palvetest, abiellus ema vägivaldse mehega ja me kolisime ära, elama elu, mille kõrval mu elu kõrtsis paistis väga püha. Jooksin pidevalt kodust ära kõrtsi tagasi, kuni selle lammutamiseni. Vaatan siiani heldusega selle koha fotosid.

Mu esimene purjusolek oli neljateistaastaselt, see lõppes väikese politsei visiidiga koju. Kaheksateisaastaseks saades olin juba igapäevane jooja, ja kahekümne ühe aastaselt toimus minu esimene terve aasta kestnud jooming Prantsusmaal, mida ma kutsusin pehmendavalt oma õppeaastaks välismaal. Naasin koju väga põdura ja joobnuna. Paar kuud hiljem läksin ühel õhtul Šoti viski pudeliga voodisse ja otsustasin, et astun õigusteaduskonda. Kui sul on probleeme, proovi midagi veel keerulisemat, et „neile näidata.” Selline oli minu filosoofia. Sellest piisas, et mind jooma ajada.

Õigusteaduskonnas õppides jõime üliõpilaspubides palju õlut, väideldes selle üle, kas kividel on hing ja milline on kohtuprotsessi olemus, justkui nendel teemadel poleks kunagi varem arutletud. Noorte advokaatidena töötasime mina ja mu abikaasa hommikuti innukalt kontoris, et kaitsta julgelt abivajajaid. Lõuna oli aeg, mis kätkes endas alatist otsingut parima martini leidmiseks – tavaliselt kulus neid kaks või kolm, et harutada lahti sõlm, mis minu kõhus püsivalt pinget tekitas. (Ma ei teadnud, et see esindas hirmu ja et ma ei olnudki kartmatu kaitsja). Pärastlõunad olid täis loomingulist juriidilist argumentatsiooni kohtus. Kui kohtuistung lõppes varakult, jõudsime võib-olla kontoris tagasi, või siis mitte.

Õhtuti jõime parimas seltskonnas: advokaadid, kirjanikud, meediainimesed, kes kõik konkureerisid, et pajatada parimaid lugusid, mis muidugi muutusid joo-budes ja kella edenedes aina naljakamaks. Kui ma jõin, haihtus hirm ja ma muutusin sõnaosavaks ja ilmselt väga, väga naljakaks – või nii nad toona väitsid. Aastaid hiljem jõin nii palju, et ma polnud enam naljakas. Kuid

tol ajal tundusid joogid, lood ja kamraadlus sama ime-
lised kui minu vaimukus. Koju magama saime ühe või
kahe paiku öösel ja järgmisel hommikul olime varakult
jalul, et kõike uuesti alustada. Nooruse meelekindlus ja
vastupidavus muutsid meid alistamatuks.

Paraku lagunes meie abielu selleks ajaks koost, kui
tundus, et oleks aeg luua perekond ja alustada „päris
elu.” Olin siis kahekümne kaheksa aastane, keset lahu-
tust, jõin pidevalt ning käisin kolm korda nädalas psüh-
hiaatri juures, püüdes lahendada oma probleemi, mis
iganes see ka polnud.

Arvasin, et mul on osa vastusest käes, kui komistasin
juhuslikult ühe kontrollitud joomise programmi otsa,
mille algtingimuseks oli kohustus olla kuu aega kaine,
kududes igal öhtul rida-realt hiigelsuurt vaipa, sageli
hiliste öötundideni välja. „Veel üks rida!” korrutasin ma
hambad ristas ja vägisi mitte juues endale. Minu kainus-
periood aitas mul saada parema töökoha ärimaailmas,
eemal kõigist neist kõvasti joovatest kriminaalõiguse
advokaatidest, ning uue kolmekorruselise, nelja maga-
mistoaga maja. Just selle, mida iga üksi elav naine vajab!
See aitas ka loobuda psühhiaatrist. Ühtlasi suutsin selle
kainusperioodi jooksul teha lõpparve haige suhtega, kus
taaselustus minu lapsepõlves kogetud vägivald.

Uskumatul kombel ei seostanud ma oma elu para-
nenud juhitevust selle lühikese kainusperioodi jook-
sul kuidagi napsi puudumisega. Pikemas perspektiivis
polnud see oluline, sest kahjuks hakkasin end jälle täis
jooma. Mäletan, et olin täiesti haaratud sellest esimesest
veiniklaasist, mille võisin juua päeval, kui mu juhendaja
teatas, et olen valmis hakkama kontrollitult jooma. Mul
hakkas suu sisuliselt vett jooksuma.

Pärast paljusid pummelunge, proovisin kõike, mida leida suutsin: rohkem teraapiat, erinevaid psühhiaatreid (alati pidi järgmine minu probleemi lahendama), biotagasisidet, lõdvestusharjutusi, Antabus'i, palju eneseabiraamatuid Freudist Jungini ning kõiki moodsaid võtteid, mida avaldati või õpetati. Kõik see oli muidugi asjata, sest ma lõpetasin alati purjus peaga.

Tuli päev, mil ma mõistsin, et ei saa end enam hommikul tööle lohistada ja kulutada iga päev pool energiat selle varjamisele, et olen vaevu funktsioneeriv joodik. Ma läksin koju ja jõin end pildituks, ärkasin keset ööd hirmunult, kuulasin raadiot ja langesin ülemaailmse telefoniga helistamise sõltuvusse, lõpuks uinusin koidu ajal, just nii, et äratuskella peale ärgata ja kogu ring läks uuesti käima. Lõpetasin kõik olulisemad suhted, kohusin sõpradega järjest vähem ja panin punkti enamikel sotsiaalsetel üritustel käimisele, kuna ma ei saanud kunagi kindel olla, kas olen kaine. Suurema osa ajast lihtsalt töötasin ja läksin koju jooma — ja joomine hakkas üha rohkem tööd varjutama.

Ühel päeval olin lõuna paiku nii suures pohmellis, et helistasin sõbrale ja tõnnisin pisut. „Olen proovinud kõike, aga miski ei toimi,” kaeblesin ma, loetledes arste ja erinevaid mittetoiminud ravimeetodeid. Mulle ei meenunud, et kolmteist aastat varem, olles kahekümne ühe aastane, käisin paaril Anonüümsete Alkohoolikute koosolekul pärast seda, kui olin ühel hommikul ärganud teadmata, kus ma olen. Olin just astunud õigusteaduskonda ja pidevalt hirmul, nii et läksin hirmu vaigistamiseks joomingule, mis muutis asja ainult hullemaks. Mul pole aimugi, mis mind toona AA-sse minema ajendas. Koosolekutel polnud noori inimesi ja kõik imestasid

pidevalt, kui noor ja värske ma välja näen. (Kolmteist aastat hiljem AAsse tagasi tulles, ei öelnud seda enam keegi.)

Mu sõber pakkus, et võtaksime ühendust tuttava mehega, kes oli Anonüümsete Alkohoolikute liige, ja ma nõustusin talle helistama. „Võib-olla võiks tema sulle helistada,” ütles ta abivalmilt ja seal peitus võti, sest selleks õhtuks olin juba täiesti korras ja ei vajanud peale ühe või kahe joogi mingit välist abi. Kuid ta jätkas mulle pidevalt helistamist ja peale käimist, et ma läheksin koosolekule. Kui ta ütles, et käib kolm või neli korda nädalas AA koosolekutel, mõtlesin, et vaene mees, tal pole midagi paremat teha. Milline igav elu tal peab olema, kui ta jookseb AA koosolekute vahet ja ei saa midagi juua! Tõesti igav: ei mingit vastu seina põrkumist, treppidest alla kukkumist, regulaarseid visiite traumapunkti, ega kadunud autosid ja nii edasi.

Minu esimene AA koosolek pärast pausi oli ebatavaliselt kuumal juuniõhtul, kuid kiriku keldris ei olnud midagi jahutavat juua. Suits oleks võinud hobuse lämmatada (tänapäeval on olukord palju parem) ja üks säravate silmadega fanaatiline naine seletas mulle innukalt, et seal on mingi tähtis raamat, mille ma peaksin soetama. Arvates, et nad reklaamivad raamatut lihtsalt selleks, et neil on raha vaja, laususin kindlalt: „Ma annan teile raha, aga ma ei taha teie raamatut!“. See võtab üldjoontes kokku minu suhtumise ja seletab, miks ma järgnevatel kuudel joomist jätkasin, hoolimata sellest, et ma oma maise keha iga paari päeva tagant koosolekutele vedasin. Vahtisin oma köögikapis olevat suurt viinapudelit ja ütlesin: „Sa ei saa mind kätte!“ Aga ometi ta sai; kaotasin alati lahingu ja lõpetasin täis peaga.

Minu viimane pohmell oli reedel enne pikka suvist nädalavahetust. Olin päev läbi vaevelnud, tundes end väikese ja lootusetuna, varjates käte värisemist, kui pidin dokumente allkirjastama, ja pingutasin meeleheitlikult, et koosolekutel sõnu selgelt välja hääldada. Sel reede õhtul, pärast piinavalt pikka tööpäeva, lohisesin tühjal tänaval, mõeldes, et peale minu oli kogu maailmal sellel pikal nädalavahetusel kuhugi minna ja veel enam, neil kõigil on keegi, kellega minna.

Esimene erinevus selle õhtu ja kõigi teiste vahel oli see, et ma ei läinud sirgelt baari, et end alkoholi uputada, ega koju koos oma tavalise tohutu nädalavahetuse napsivaruga. Selle asemel läksin spordiklubisse ujuma, kus ma kummalisel kombel samuti ei joonud. Mul oli nii tohutu pohmell, et loobusin katsetest ujuda, selle asemel mähkisin end hommikumantlisse ning istusin kaks tundi pimedas riietusruumi puhketoa nurgas, tundes meeletut enesehaletsust.

Ma ei tea, mis nende kahe tunni jooksul juhtus, kuid kella kaheksa paiku kargasin püsti, hüppasin riietesse ja kihutasin koosolekule, kuhu mul polnud eelnevalt kavatsustki minna. See oli natuke nagu pauk nähtamatu haamriga pähe ja pöördeline muutus ajus, sest see koosolek tundus olevat täiesti erinev võrreldes viimase korraga, kui olin seal käinud. Inimesed nägid välja elujõulised, sel õhtul ei märganud ma varem kohal käinud veidrikke ja välja pandud raamatud näisid päriselt huvitavad. Otsin raamatu *Anonüümsed Alkohoolikud*, kuulasin tähelepanelikult ja läksin esimest korda pärast nende inimestega kohvi jooma, ja kuulasin veel.

Sel hilisõhtul kodus olles tundsin samas toas, millegi kohalolekut, kuigi ma elasin üksi. Teadsin järgmisel hommikul, et ma ei pea jooma. Sel õhtul läksin Sammu-

koosolekule, kus arutleti Teise Sammu üle: „Jõudsime arusaamisele, et mingi meist suurem jõud võib taastada meie terve mõtlemise”, ja ma rääkisin tõesti Jumalast, kes oli mind hüljanud, kui olin väga väike, väga hirmul ja väga haavatud. Järgnevatel nädalatel ja kuudel tegin kõike, mida mulle soovitati. Käisin iga päev koosolekutel, lugesin raamatuid ja muud kirjandust ning leidsin tugiisiku, kes soovitas mul hommikuti võtta vaikne hetk, proovida palvetada ja mediteerida või vähemalt paar minutit paigal istuda enne kui kihutan igapäevatoimetustesse. Kuna olin võtnud intellektuaalselt nõuks põhimõtte, mitte halvustada midagi enne sellega tutvumist, püüdsin hoida avatud meelt, ükskõik mida keegi ütles ja kui rumalaks ma seda pidasin. See päästis ilmselt minu elu.

Liitusin kesklinna rühmaga, mis kogunes kohe pärast tööd kell 17.15 minu kontori lähedal. (Ma ei oleks kaheksani vastu pidanud.) Peagi hakkasin teenima. Mulle anti rühma kassa, rühma korralduskoosolekute märkmed ja mitmesugused muud juhised ning paluti teha kõik vajalik, et koosolekud töös hoida. Tegin seda tööd üsna pikka aega. Samuti algatasin regulaarsed rühma teeninduskoosolekud ja leidsin innuka uustulnuka, kellele ma lõpuks laekuriameti ja paberimajanduse üle andsin.

Alguses oli mul palju probleeme, kuid ükskõik, miline mu mure ka polnud, öeldi mulle korduvalt, et peaksin püüdlema suurema vaimse arengu suunas, mis mind ei huvitanud. Samuti öeldi mulle, et minu eesmärk siin maa peal on olla maksimaalselt kasulik Jumalale ja inimestele minu ümber, ja ka see ei huvitanud mind kuigivõrd. Siiski ei öelnud ma midagi, kuulasin ja käisin jätkuvalt koosolekutel, enamasti Sammukoosolekutel, kus kuulsin inimesi kõnelemas sellest, kuidas nad

Samme kasutavad, rääkimas Suurest Raamatust, meie isekusest ja teiste aitamisest. Mõnikord arvasin, et nad on napakad, need koosolekud; tihti tundsin, et need on igavad, kuid ma kuulasin edasi ja püüdsin suhestuda.

Varsti pärast seda, kui üks mu sõber purjuspäi kiirteel vales suunas sõites surma sai, rääkis üks veoautojuht, et teeb purjus peaga pikamaavedusid. Tundsin õõvastust ja eemaletõukavust, kuni tegin pausi ja meenutasin, et sõitsin ju autoga kui ma ei suutnud jalgel püsida. Kui mu sõber hukkus, ütlesid mu AA- sõbrad: „Ära joo! Ära mõtle! Käi koosolekutel!” Ma läksin koosolekule, kus ma nutsin ja kiristasin hambaid, kuid ma ei joonud.

Hakkasin suhtuma AA-sse sama kompulsiivselt nagu joomisse, mis oli vajalik, sest mulle öeldi, et peaksin koosolekutel veetma sama palju aega, kui olin kulutanud joomisele. Käisin igal võimalikul AA koosviibimisel ja olin AA-st läbi imbunud. Kuulasin AA kogemuslugude kassette. Lugesin korduvalt AA kirjandust, kihistades hiliste õhtutundideni naeru raamatu *Dr. Bob and the Good Oldtimers* saatel. Registreerusin *Loners-Internationalist* kirjarühmaga, ning jagasin kirjasõnas inimestele, kes kohale tulla ei saanud teavet koosolekutelt, millel osalenud olin. See aitas mul kuuldut meelde jätta ja minu jagamine toetas omakorda kedagi teist. Ükskord kirjutasin mehele, kes sai minu kirja samal päeval, kui ta oli autoõnnetuses kellegi surnuks sõitnud, selline asi muudab kahtlemata inimese väga-väga januseks.

Kuigi alkohol ei ole enam osa minu elust ja mul ei ole enam sundi juua, võib mulle ikkagi palju aastaid hiljem meenuda, kuidas hea jook maitstes ja mida see minuga tegi, alates erksatest alkohooliku maitsemeeltest kuni surisevate varbaotsteni. Nagu mu tugiisik tavatses rõhutada, on sellised mõtted nagu punased lipud, mis näi-

tavad mulle, et midagi on valesti ja ma olen sirutunud üle enda kainuse piiride. On aeg pöörduda tagasi AA põhitõdede juurde ja vaadata, mis vajab muutmist. See eriline suhe alkoholiga on alati olemas ja ootab, et mind jälle võrgutada. Olen kaitstud, kuni jätkan aktiivse AA liikmena.

Kõige raskem asi, millega ma pidin kainena toime tulema, oli minu enda viha ja lapsepõlves läbi elatud vägivald. Olin andestanud asjaosalistele nii palju kui suutsin, kuid mõistus ei paista kunagi unustavat. Olin võtnud aastaid tänulikult vastu välist abi, sest mulle öeldi, et mu joomine oli vaid sügavamate probleemide sümptom. Kuid vaatamata paljude spetsialistide abile tean, et ma ei oleks kunagi taastunud vägivallast ja alkoholismist ilma ainulaadselt minusugustele inimestele kohandatud AA Kaheteistkümneme Sammuta.

Sama oluline on minu jaoks uskuda, et tervenesisin tänu Kõrgema Jõu armule, hoolimata sellest, et olin väga vihane ega tahtnud Anonüümsetesse Alkohoolikutesse jõudes Jumalaga mingit tegemist teha. Tegelikult ei olnud mul vaja Jumalat otsida. Mul oli vaja ainult avatud meelt ja ta leidis mind ise.

Kui ma olin viis aastat kaine, kohtasin AA-s üht meest, kes oli samuti viis aastat kaine olnud. Ta ütles, et minu peas olevad kivid sobivad kenasti tema peas olevatesse aukudesse. Täna on meil tütar, kes pole kunagi näinud oma vanemaid joomas ja kes näeb, kuidas nad püüavad Anonüümsetes Alkohoolikutest teisi aidata. Meil on kena kodu ja kaine pereelu kogukonnas, kus on palju AA sõpru ja koosolekuid. Sellest esimesest AA koosolekust on möödas pikk, pikk tee ja palju paremaks ei saakski enam minna.

(15)
JOODIK NAGU SINA

Mida rohkem ta koosolekutel kuulas, seda rohkem mõistis ta omaenda joomise ajalugu.

7 AVALISELT ALGAVAD meie lood sellest, et me räägime, millised me olime, mis meiega juhtus ja millised me praegu oleme. See, milline mina olin, ei olnud midagi isesugust – ei mingeid probleeme, mitte midagi erilist ei juhtunud. Vähemalt mitte midagi sellist, mida ma oleks märgata osanud. Aegamööda, kuulates teiste lugusid sellest, mis nendega, millal ja kuidas juhtus, mõistsin, et samad asjad olid ka minu minevikus.

Minu lugu algab keskelt. Mis siis juhtus? Osalesime perega ühe sugulase ümberlõikamise tseremoonial. Pärast tseremooniat ja lõunasööki jäin ma magama. Kui oli aeg lahkuda, äratati mind üles. Autosõit koju oli väga vaikne. Abikaasa ja mu kaks last ei öelnud midagi. Hiljem selgus, milles oli asi.

Kui nad mind äratama tulid, olin ma väga sõjakas ja ähvardav. Nad ehmatasid ära. Nad kartsid, et ma löön neid. Nüüd aitas. Sain aru, et midagi tuleb ette võtta. Minu sotsiaaltöötajast kälimehe naine soovitas, et läheksime nõustaja juurde. Nõustusin, et see võib olla hea mõte. Mul esinesid ilma nähtava põhjuseta ärevushood. Varasemalt suutsin ilma suurema vaevata esitleda oma ettevõtte tooteid kõrgetasemelistele juhtidele; nüüd muutusid isegi väikesed tootetutvustused raskeks..

Samuti oli mul raskusi tehnilise personali palkamisega. Varem sain valida, kuna olin hea ülemus ja projektid olid huvitavad ning uutest ideedest tulvil. Olen alati

olnud äkilise loomuga, kuid nüüd hakkasid asjad kontrolli alt väljuma. Näiteks peksin tooliga oma kirjutuslauda.

Kõige tõsisem probleem oli see, et ma kavatsesin enesetappu. Mul oli konkreetne plaan – selline, mis ei ärataks kindlustusseltsi kahtlusi. Tervemõistuslikumal hetkel otsustasin seetõttu, et oleks tark abi otsida. Isegi kui ma polnud veel päris aru kaotanud, siis olin sellele väga lähedal.

Niisiis leidsime abikaasaga kohalikust juudi pere-teenistusest psühhiaatrist sotsiaaltöötaja. Ta võttis meid vastu paarina, siis eraldi, siis koos, ja kulges see nii. Kui olime koos, käsitlesime omavahelisi probleeme. Kui käisin tema juures üksinda, siis rääkis ta joomisest. Ma ei tea, miks ta selle kogu aeg jutuks võttis. Ma jõin, aga mitte nii palju. Ma isegi ei maininud oma joomist, välja arvatud juhul, kui ta küsis; siis vastasin: „Jah, ma joon.” Probleem ei olnud selles – vaid muudes asjades. Ühel päeval esitas ta mulle voldikust mõned küsimused, millele vastasin ausalt. Ta järeldas, et võib-olla joon liiga palju, ja me rääkisime sellest mitmel kohtumisel.

Ühel päeval küsis ta, kas ma suudaksin piirduda viie joogiga päevas. „Loomulikult,” kinnitasin. Oma suureks üllatuseks avastasin, et ei suuda. See oleks võinud olla esimene märk, et tal on õigus, aga mulle ei tulnud see mõttesegi.

Siis leidsin nutika lahenduse. Mul on mitu akadeemilist kraadi ja minusugune tarkpea võiks selle probleemi ju lahendada. Idee oli lükata esimest jooki võimalikult kaua edasi ja minna pärast viimast jooki magama. See toimis hästi ja ütlesin nõustajale, et suutsin hoida päevas viie joogi piiri, ilma et see oleks eriliseks probleemiks

osutunud. Tema aga lausus, et kui pead midagi kontrollima, on see juba kontrolli alt väljas.

Ühe seansi ajal soovitas ta, et ma prooviksin terve nädalavahetuse kaine olla. „Olgu,” vastasin. Ta soovitas ka, et ma saadaksin lapsed nädalavahetuseks kuhugi ära, kuna ma võin olla kergesti ärrituv.

Vaatasin palju hilisõhtuseid filme – see oli minu aeg mõne napsi toel lõõgastuda. Selline harjumus sai alguse õhtustel kursustel, kui mul oli täiskohaga töö ja õppisin öösiti keemiat. Olin näinud filmidest, mis juhtus inimestega, kellel oli alkoholiprobleeme: *The Lost Weekend*, *Days of Wine and Roses* ja teised. Seetõttu kartsin, et võin minna raevu, kaotada kontrolli ja muutuda vägivaldseks, nagu mu naine oli kinnitanud. Nii pakkisime lapsed ja (kogu) kāraka kokku ning viisime kõik mu naise vanemate juurde.

Minu suureks üllatuseks läks nädalavahetus hästi – ei mingeid probleeme – ja järgmisel kohtumisel ütlesin seda oma nõustajale. Ta küsis: „Aga kuidas koosolek oli?”. Ma küsisin: „Millise koosolekuga?”. Ta vastas: „AA koosolekuga.” Ma ütlesin: „Millise AA koosolekuga? Me ei ole sellest midagi rääkinud.” Ta selgitas, et olin nõustunud minema AA koosolekule. Lauale ilmus koosolekute nimekiri. Ta kirjeldas mulle avatud ja kinniseid koosolekuid. Valisin ühe, mis minu arvates sobis – meeste arutelukoosolek. Need oleksid minu sarnased inimesed, ja aeg sobis minu graafikuga hästi. Koosolekute nimekiri algas pühapäevast. Ma ei alustanud kunagi ühegi projekti ega muu asjaga pühapäeval. Esmaspäev oli minu *M.A.S.H.* seriaali õhtu. Teisipäeval oli mul filmiõhtu, ja ma olen vanade firmide fänn. Seega otsustasin proovida seda AA koosolekut kolmapäeval.

Koosolek läks kenasti. Rääkisime kellegi probleemist anonüümsuse rikkumisega tema arsti juures. Koosole-

kul osalejad soovitasid talle asju, mis ei omanud minu jaoks mingit tähendust, nagu „Ela ja lase teistel elada”, „Tasa ja targu”, „Üks päev korraga”, „kasuta Meelerahupalvet”, „räägi oma tugiisikuga”, ja siis jõudis laua ümber kord minuni. Kuna nad kõik ütlesid, et on alkohoolikud, ei olnud mul raske öelda oma nime ja: „Tere, ma olen alkohoolik” ning soovitada, et see mees peaks lihtsalt teise arsti juurde minema. Ta tänas mind väga ja ütles pärast koosolekut, et peaksin järgmisel nädalal kindlasti tagasi tulema.

Koosoleku ajal mainis keegi, et liiga palju aega kulub vaagimisele, kui tegelikult peaks rohkem keskenduma Esimesele Sammule ja uustulnukatele laua taga. Nii et järgmisel nädalal läksin Esimese Sammu rühma. Mõttevahetus oli väga huvitav. Ma ei arvanud, et olin „alkoholi ees jõuetu”, kuid teadsin, et „minu elu oli muutunud juhitamatuks”.

Ühel õhtul rääkisime sellest, millal me jooma hakkasime ja ma ütlesin, et olen kogu oma elu joonud. Tegelikult sain oma esimese joogi ümberlõikamise tseremoonial. Seda tehakse tavaliselt, kui poiss on kaheksa päeva vana. Nii et laulusin, et kõik juudi poisid hakkavad varakult jooma. Pidin tunnistama, et pärast seda jõin ainult tavalist piima ja mahla, kuni olin võimeline koos perega laua ääres istuma, ja siis joodi igal reede õhtul kiddush veini. See polnud just parim kraam – selles sisaldus magus vein ja mineraalvesi, nii et ma ei joonud seda eriti palju. See ei meeldinud mulle. Hiljem sain aru, kes on sotsiaalne napsitaja: keegi, kes suudab võtta või võtmata jätta.

Kui ma olin umbes kümneaastane, tulime kõik oma nõo *bar mitzvah* tseremoonial tagasi, et seda vanaema juures tähistada. Seal jõin ma oma esimese päris joogi. Kõik täiskasvanud istusid laua taha napsu võtma. Erine-

vate alkoholipudelite ees olid pisikesed klaasid, ja kõik võtsid ühe, nii ka mina. See oli hea – soe, pehme ja imeline. See meeldis mulle, nii et võtsin veel ühe. See ei olnud enam nii pehme – see oli alla neelates kuum ja mitte nii imeline.

Pärast seda jõin, mida sain, kui sain ja kus sain. Kümneaastasena ei joonud ma palju, ega ka tihti. Esi-mese Sammu rühmas laua taga jõudsim järel-duse, või vähemalt nemad jõudsid, et see on oli alkohoolne joomine – peale esimest napsi kohe teise järele haaramine. Nüüd ma tean, et ma ei joonud kunagi ühte, mitte kunagi.

Ühel õhtul räägiti sellest kui palju keegi joob. Üks mees rääkis kui palju õlut ta jõi, teine šotte, kolmas jõi kokteile, millest ma kunagi kuulnudki polnud, ja keegi rääkis pintidest ja nii see jutt ümber laua käis. Kui tuli minu kord, ütlesin, et ei tea. „Vau, nii palju,” ütlesid nad. „Ei,” täpsustasin ma. Pidasin silmas, et ei tea täpset kogust. Ma jõin enamasti kodus, valasin mingi koguse kõrgesse klaasi ja libistasin seda, tegin seda mitu korda. „Noh, kui mitu korda sa klaasi täitsid?” „Ma ei tea.”

Keegi esitas küsimuse teise nurga alt. Ta küsis, kui palju ma ostsin. „Noh,” ütlesin, „käisin iga päev poes ja ostsin ühe.” „Ah-haa,” ütles ta. „Kui palju sul nädala lõpuks alles jäi?” Olin nurka surutud. „Mitte ühtegi,” vastasin. „Pudel päevas mees.” ütles ta. Mul polnud midagi öelda – küsimus vastati minu eest.

Käisin kord nädalas nõustaja juures ja kord nädalas sellel meeste koosolekul ning kõik hakkas ülesmäge minema. Millalgi nägin, kuidas keegi sai üheksakümne päeva rinnamärgi. Ma otsustasin, et mina seda ei soovi. Minu positsioonilt vaadates, ei kavatsenud ma mingit

AA märki kanda. Ühel hetkel sai keegi 90 päeva medali, mida ta sai õnne toomiseks hõõruda, ja otsustasin, et tahan ka endale ühte sellist. Kui mul kolm kuud täis sai, läksin kirjanduse eest vastutava mehe juurde ja ostsin omale ühe. Ta pakkus, et oleks tore, kui see mulle kõigi ees üle antaks. Ma ei olnud just väga vaimustuses teiste ette minemisest. Kuid ta õhutas, et see oleks uutele tulijatele hea; see näitaks neile, et programm on töötanud. Niisiis nõustusin ja palusin Esimese Sammu koosoleku juhatajal selle mulle üle anda. Talle maksti koosoleku läbiviimise eest, või vähemalt nii ma toona arvasin. (Hiljem sain teada, et talle maksti tagasi toodud suupisted.) Nii et järgmisel nädalal sain oma medali ja tänasin kõiki, et nad olid andnud mulle jõudu alkoholist üle olla. Nüüd olin alkoholist tugevam, sest esimest korda üle pika aja oli mul valik, et ma ei pea seda tarbima.

Mõned nädalad hiljem toimus suures ettevõttes, kus ma töötasin ja mis oli mind koos perega oma kulul ümber paigutanud, ulatuslik personali koondamine, mis tabas ka mind – mind vallandati. Uskusin, et olen kõigutamatu. Olin väga tähtis ametimees ja tegin tähtsat tööd. Olin juhtiv teadur uue toote arendamisel ning osalesin strateegilise planeerimise koosolekutel. Olin väga närvis. Lõppude lõpuks olin nüüd tervem ja ma olin jälle hea töötaja ning meeskonnamängija, kuid asjaltult.

Tööotsingute tarvis võimaldati meil olla kohapeal spetsiaalsetes kontorites. Nende tööotsingutega seoses lubati mul osaleda edelas toimuval erialasel konverentsil.

Nüüd, kuidagi, töö kaotamise ja konverentsile lendamise vahepeal, otsustasin, et võib-olla ma ei olegi alkoholik ja seda teooriat oli vaja testida. Lõppude lõpuks

olin ma teadlane ja asju tuli testida. Otsustasin, et lennukis (see tundus turvaline koht) testin selle asja ära. Kui ma oleksin võinud võtta ühe napsi ja mitte rohkem, siis ma ei olnuks alkohoolik – alkohoolikud seda teha ei saa. Nii et, kui stjuardess tuli küsima, kas ma soovin juua, vastasin: „Jah”. Ta valas kaks väikest pudelit klaasi („Ilma jääta, tänan väga!”) ja läks mööda vahekäiku edasi. Tagasi tulles küsis ta, kas soovin veel üht, ja sõnasin: „Jah.” Ma jõin kogu lennu aja – enne õhtusööki, õhtusöögi ajal ja pärast õhtusööki. Kui hakkasime maاندuma, otsisin taskust pastakat, et täita pardaajakirja vastusekaarti. Leidsin ühe mündi. Võtsin selle välja, et vaadata, mis see on. See oli minu üheksakümnepäevane kainusemedal ja mulle meenus, mida ma tegin. Ja mulle jõudis kohale: Vau, neil meestel koosolekul oli õigus – ma olen alkoholi ees jõuetu. Panin selle mündi taskusse tagasi ja sellest päevast kuni tänaseni, umbes viisteist ja pool aastat hiljem, ei ole mul olnud vajadust juua.

Kui ma oma koosolekule tagasi jõudsin, rääkisin neile, mis oli juhtunud. Ma ei tea, miks – see polnud minu moodi midagi üles tunnistada. Neid huvitas ainult see, kas ma jõin ikka veel. Ma vastasin: „Ei, ma ei joo.” Kartsin, et nad võtavad mu mündi tagasi. Neid huvitas vaid, mida ma nüüd teen. Mul polnud aimugi. Neil aga oli. Nad ütlesid, et mul on vaja tugiisikut – nii et ma leidsingi endale tugiisku. Nad ütlesid, et mul on vaja rohkem koosolekuid. „Kui palju?” tahtsin teada. Nad ütlesid, et ma pean koosolekutel käima ainult nendel päevadel, mil ma oleksin muidu joonud. Nad ütlesid, et peaksin samastuma, mitte võrdlema. Ma ei saanud aru, mida nad mõtlesid. Mis seal vahet oli? Nende arvates tähendas samastumine seda, et ma püüaksin leida, kuidas

olen sarnane inimestega, kellega koos olin. Nad selgitasid, et võrdlemine tähendas erinevuste otsimist, tavaliselt seda, kuidas ma ennast teistest paremaks pidasin.

Ühel päeval rääkisime vaimsest ärkamisest. Kõik rääkisid natuke sellest, mis nendega juhtus ja millal ja kuidas ja kõik see. Siis tuli minu kord. Ütlesin, et minul ei olnud seda veel juhtunud, aga olin sellele avatud.

Kaks inimest hakkasid kohe samal ajal rääkima. „Mida sa meile kogu aeg sellest lennureisist rääkisid?“. „Noh,“ vastasin, „ma jõin ja see münt tuletas mulle meelde, mida ma tegin. Ja ma otsustasin, et olen jõuetu ja ei suuda enam juua ning lõpetasin ära.“ Üks mees sõnas: „Noh, see ongi see. Mida sa veel tahad?“. Ma küsisin: „Aga see pimestav valge sähvatus?“. „Mis sellega on?“ päris ta. „Loe Suurt Raamatut. Lisas selgitatakse järsu muutuse ja järkjärgulise muutuse olemust, ning et mitte kõik ei koge pimestavat välgusähvatus.“ „Oh,“ ütlesin ma, „kas see oligi kõik – see oligi minu oma?“. „Jah,“ vastati mulle. „Mida sa veel tahad?“. Tegelikult tahtsin midagi dramaatilisemat, ja mu tugiisik ütles taas kord: „Noh?“. Ja ma leidsin end ütlevat: „Noh, kui see ongi kõik, siis peab sellega leppima.“ „Leppima?“ hüüatas ta. „See oli suurem ja parem kui enamikul teistel ning mis kõige tähtsam — see toimis. Sa lõpetasid joomise ja ei alustanud uuesti.“

No vot, minul see töötas. Olen jäänud Anonüümsete Alkohoolikute Sõpruskonda piisavalt kauaks püsima, et leida Suurest Raamatust programm ja järgida selle põhimõtteid päeva kaupa kõigis oma tegemistes.

Viimane suur takistus oli koosoleku lõpetamine meieisapalvega. Juudina tundsin end selle suhtes ebamugavalt ja otsustasin sellest oma tugiisikuga rääkida.

Niisiis laususin: „Meieisapalve häirib mind. Ma ei taha sellega lõpetada.” „Ahsoo,” vastas ta, „milles probleem?”. „Vaata, ma olen juut ja see ei ole juudi palve.” „No siis,” ütles ta, „ütle seda siis juutide keeles.” Ma puiklesin: „See oleks ikkagi meieisapalve.” „Seda küll,” nentis ta. „Siis ütle midagi muud, mis sulle sobib. Sinu Kõrgem Jõud, kuidas iganes sa teda nimetad, aitab sind ja sul on vaja teda tänada.”

See oli minu jaoks suur samm; lõpuks hakkasin eristama oma elu religioosseid külgi AA vaimsest programmist. Erinevus seisneb selles, et religioon on rituaalne, ja selles oleme me kõik erinevad, kuid vaimsus on see, kuidas suhtume sellesse, mida me teeme. See on seotud minu isikliku suhtega ja arusaamaga minu Kõrgemast Jõust, sellisena nagu ma Teda mõistan.

Kõik on pöördunud paremusele. Leidsin uue töö, millest otsustasin kohe loobuda. Rajasin oma ettevõtte. Ma suutsin toetada oma kahe poja ülikoolis õppimist toetada. Minu vanima poja suur kirg oli koolivaheaegadel koju tulemise eest pääsemiseks autoreisidel käia; nüüd tuleb ta regulaarselt koju ja toob kaasa ka sõpru. Noorem poeg tuleb tihti koju ja helistab sageli.

Minu varem kriisis olnud abielu on nüüd parem kui kunagi varem. Ja kõige parem on veel ees. Kõik selle ja palju muudki võlgnen neid koosolekuid pidavale Sõpruskonnale ja programmile, mis sisaldub käesolevas raamatus.

(16)
LEPPIMINE OLİ LAHENDUS

See arst arvas, et ta ei ole sõltuvuses – ta lihtsalt kirjutas oma arvukate tõbede jaoks välja meditsiiniliselt näidustatud ravimeid. Leppimine oli tema võti vabanemiseks.

KUI KEEGI ON ÜLDSE KUNAGI eksikombel AA-sse sattunud, siis olin see mina. Ma lihtsalt ei kuulunud siia. Isegi kõige metsikumatel hetkedel ei tulnud mulle pähe, et mulle võiks meeldida olla alkohoolik. Mu ema ei olnud kordagi isegi vihjanud, et kui ma suureks sirgun, võiksin tahta saada AA presidendiks. Ma ei vaaginud kunagi, kas alkohoolik olla on hea või halb, vaid ma isegi ei hoomanud, et mul üldse joomisega suuri probleeme oleks olnud! Muidugi oli mul *probleeme*, kõikvõimalikke probleeme. Ma tundsin: „Kui teil oleksid minu probleemid, jooksite teie samuti.”

Enamik mu probleeme tulenes abielust. „Kui teil oleks minu naine, jooksite samuti.” Olime Maxiga kakskümmend kaheksa aastat abielus olnud, kui ma lõpuks AA-sse sattusin. Esialgu oli meil päris hea abielu, kuid edaspidiste aastate käigus halvenes see sedamööda, kuidas Max läbi erinevate arenguastmete Al-Anoni jaoks sobilikuks kujunes. Kõigepealt ütles ta: „Sa ei armasta mind. Miks sa seda ei tunnista?”. Hiljem hakkas ta rääkima: „Ma ei meeldi sulle. Miks sa seda ei tunnista?”. Ja oma haiguse lõppstaadiumis, karjus ta: „Sa vihkad mind! Sa vihkad mind! Miks sa ei tunnista, et sa mind vihkad?”. No ma siis tunnistasin .

Mäletan väga hästi, kuidas ma ütlesin: „Maailmas on ainult üks inimene, keda ma sinust rohkem vihkan, ja see olen ma ise.” Ta nuttis natuke ja läks siis magama. See oli ainus lahendus, mis tal veel oma probleemidele oli. Poetasin ka pisara ja segasin endale uue joogi. (Täna ei pea me enam niiviisi elama.)

Max ei olnud selliseks muutunud mitte sellepärast, et ma temast ei hoolinud. Tegelikult tundus, et ma hoolin temast ülemäära palju. Olin saatnud ta järgemööda nelja psühhiaatri juurde ja ükski neist ei olnud mind kaineks teinud. Saatsin oma lapsedki psühhiaatrite juurde. Mäletan, et kord sai isegi koerale psühhiaatri-line diagnoos pandud. Röökisin Maxile vastu: „Mida sa sellega öelda tahad, et koer vajab lihtsalt rohkem armastust! Ütle sellele kassi-ja-koera tohtrile edasi, et ta ei ole mingi Beverly Hillsi psühhiaater. Ma tahan ainult teada, miks see koer iga kord mu märjaks laseb, kui ma ta sülle võtan?” (Peale seda, kui ma AA-ga liitusin, pole koer mind kordagi täis lasknud ja ka mina pole seda teinud!)

Mida rohkem ma Maxiga jändasin, seda haigemaks ta jäi. Nii et kui see asi päädis hullumajaga, ei olnud ma sugugi üllatunud. Alles siis, kui rauduks kinni kolksatas ja Max oli see, kes koju läks, olin tõsiselt üllatunud.

Olin hakanud jooma farmaatsiakooli esimestel aastatel selleks, et und saada. Kui ma olin terve päeva koolipinki nühkinud, terve öhtu perekonna apteegis töötanud ja siis kella ühe või kaheni öösel õppinud, ei saanud ma enam und, kuna kogu õpitu tiirles mul peas. Olin poolunes, poolärkvel ja hommikuks ühtaegu väsinud ja juhm. Siis leidsin lahenduse – olles õppimise lõpetanud, jõin ära kaks õlut, kargasin voodisse, uinusin imekähku ja ärkasin terava meelega.

Jõin kõigis koolides, kus ma käisin, algusest peale ja sain ka kõikjal tunnustatud. Apteekriõppe, magistrantuuri, meditsiinikooli, internatuuri, arstipraktika, spetsiaalse väljaõppe ja lõpuks tööle asumise käigus kasvas mu joomine pidevalt. Ma leidsin, et see tulenes minu suurenenud vastutuskoormast. „Kui teil oleks minu vastutus ja vajaksite und sama hädasti kui mina, siis jooksite teie samuti.”

Ma jõin peale tööpäeva lõppu. Mäletan, et ärkasin kord keset ööd arstide parkimisplatsil haigla juures, üks jalg autos, teine maas, ise teadmata, kumb neist on kumb; või avastasin end telefonitoru hargile panemas ning taipasin, et olin voodist üles tõusnud, toru võtnud, tule põlema pannud ja patsiendiga pika jutu maha pidanud. Ma ei teadnud, kas ma olin käskinud tal haiglasse kiirustada ja lubanud temaga seal kohtuda või võtta kaks aspiriini ja helistada mulle hommikul. Selline asi ei lasknud mul enam uinuda. Nii ma istusingi üleval, vaatasin öö läbi vanu Wallace Beery filme ja jõin.

Mida kauem ma niiviisi jõin, seda lühemaks ajaks suutis alkohol mind uinutada; pidin end öö jooksul mitu korda uuesti magama jooma. Kuid hommikust napsitajat ei saanud minust kunagi. Olin kehtestanud endale reegli mitte juua peale kella viit hommikul. Kui viiest puudus üks minut, jõin end uuesti magama. Kui aga kell oli üks minut viis läbi, jäin üles ja käitusin terve järgmise päeva märtrina. Hommikune tõusmine muutus üha raskemaks, kuni ma ühel päeval esitasin endale küsimuse, mida ma teeksin patsiendiga, kes end sama sandisti tunneb. Vastus oli kohe valmis – annaksin talle midagi, mis teda virgutaks.

Nii et ma hakkasin sedamaid võtma ja süstima virgutavaid aineid. Lõpuks võtsin ma hommikul voodist välja

saamiseks 45mg pikaajalise toimega ja 45mg lühiajalise toimega Benzedrini. Päeva jooksul võtsin laksu saamiseks lisa, ja veel veidi, et seda hoida; kui ma kogemata üle doseerisin, võtsin maandamiseks rahusteid. Need ergutid mõjusid vahel mu kuulmisele ja ma ei suutnud piisavalt kiiresti kuulata, et aru saada, mida ma räägin. Mõtlesin: „Imelik, miks ma seda asja jälle ütlen – olen seda juba kolm korda rääkinud.” Sellest hoolimata ei suutnud ma vait jääda.

Tasakaalu saavutamiseks sobis minu meelest lausa ideaalselt veeni manustatav Demerol, kuid ma avastasin, et peale morfiumisüsti on mul raske meditsiiniga korralikult tegeleda. Peale süsti pidin ühe käega oma pidevalt sügelevat nina kratsima ning mul esinesid ka äkilised kontrollimatud oksendamisehood. Kodeiinist, Percodan'ist ja rahustitest ei saanud ma erilist efekti. Siiski mõnda aega süstisin omale veeni Pentothal'i, et magama jääda. See on seesama kraam, mida hamba- ja kirurgid kasutavad pannes nõela veeni ja siis ütlevad: „Lugege kümneni,” ja enne kaheni jõudmist olete juba uinunud. Selline paugupealt kustumine oli suurepärane. Mõistsin, et ma ei saa voodis lesida ja seda kraami endale manustada, kui mu naine ja lapsed minu ümber seisavad ning pealt vaatavad, mistõttu hoidsin seda rohtu oma kotis, kotti autos ja autot garaažis. Õnneks avanes garaažiuks otse majja. Suskasin garaažis süstla veeni ja püüdsin ise välja rehkendada, kui palju ma pean süstima, et ületada turgutavate tablettide toimet, arvestades ühtlasi sisse võetud uinuteid ja mitte unustades rahusteid, nii et seda oleks just parasjagu palju, et ma jõuaksin nõela välja tõmmata, žguti lahti päästa ja autosse visata, autoukse kinni lüüa, läbi esiku joosta ja voodisse kukkuda, enne kui ma magama jään.

Õiget kogust oli keeruline välja arvestada. Ühel ööl pidin end kolm korda magama panema ja viimaks otsustasin sellest meetodist loobuda. Kuid et seda teha, pidin kogu kraami oma kodust ja enda valdusest kõrvaldama. Lõppeks pidin samuti talitama ka alkoholiga ja *kõigi* tablettidega. Kuni need majas olid, ei suutnud ma kemikaalide tarvitamisest loobuda. Kui neid käepärast oli, leidsin alati põhjuse neid tarvida – eriti tablette. Ma ei võtnud kordagi elus ühtegi rahustit, uinutit ega turgutavat tabletti seepärast, et ma oleksin tabletomaan. Võtsin neid alati põhjusel, et mul esines mõni sümptom, mida just see tablett võis leevendada. Seetõttu olid kõik tabletid nende manustamise ajal meditsiiniliselt näidustatud. Minu puhul ei tekita tabletid soovi neid alla neelata, nad tekitavad sümptomeid, mille leevendamiseks tuleb võtta sisse neidsamu tablette. Arstina ja apteekrina, kes kasvas üles ravimeid täis kodus, oli mul iga tõve jaoks oma rohi, ja ma olin väga haige.

Täna tean, et ma ei suuda AA programmi järgida, kui võtan tablette, ega tohi neid isegi varuks hoida kohutavate hädaolukordade tarbeks. Ma ei saa öelda: „Sinu tahtmine sündigu,” ja siis tabletti võtta. Ma ei saa öelda: „Olen alkoholi ees võimetu, kuid tahket alkoholi võin võtta küll.” Ma ei saa öelda: „Jumal võib mulle tagasi anda terve mõtlemise, ent kuni Ta seda teeb, saan ma end juhtida – tablettide abil.” Ainult alkoholist loobumine ei olnud minu jaoks piisav, pidin loobuma kõigist meeolelu ja vaimset seisundit mõjutavatest kemikaalidest, et jääda kaineks ja end mugavalt tunda.

Kahel korral otsustasin nädalavahetusel, et ma ei võta absoluutselt mitte midagi. Mõlemal puhul tabasid mind pühapäeva hommikul krambid. Mõlemal korral mõtlesin kohe sellele, et ma ei olnud eelmisel õhtul midagi

joonud, järelikult polnud siin alkoholiga midagi pistmist. Neuroloogil, kelle poole ma pöördusin, ei tulnud pähe küsidagi, kas ma joon ja mul ei tulnud pähe talle seda öelda. Selle tagajärjel ei osanud ta krampide põhjust kindlaks teha ning ta otsustas mu Mayo kliinikusse saata. Mulle tundus, et ma vajan esmalt konsultatsiooni. Juhtumisi olin tol ajal nimelt just mina kõigist mulle teadaolevatest diagnostikutest parim ja mõistagi tundsin ma oma haiguslugu paremini kui keegi teine. Istusin iseenda visiidil maha ja võtsin läbi kõik krampide oletatavad põhjused – isiksuse muutused, igapäevased peavalud, ähvardava lõpu ettekujutus, eesootava hullumeelsuse aimdus. Korraga sai mulle kõik selgeks – mul on ajukasvaja ja ma suren ning kõigil hakkab minust kahju. Mayo kliinik tundus mulle minu diagnoosi kinnitamiseks õige kohana.

Peale üheksat päeva analüüse Mayo's pandi mind ei kuhugi mujale kui kinnisesse osakonda! Siis juhtuski see, et rauduks kolksatas kinni ning Max oli see, kes koju läks. Mulle ei meeldinud põrmugi hullumajas olla ja kõige hullem oli see, et mind sunniti jõululupaäeval piparkooke kaunistama. Tõstsin sellist lärmi, et viimaks otsustati mind arstlike näidustuste vastaselt välja kirjutada. Max võttis vastutuse minu eest enda peale, kui ma olin lubanud enam elades mitte juua, enam iial mitte tablette süüa, mitte kunagi vanduda ega tüdrukutega rääkida. Istusime lennukisse ja kohe puhkes meil äge tüli selle üle, kas ma joon tasuta pakutavat napsi või ei. Max jäi võitjaks; ma ei joonud. Aga, olgu taevas mulle tunnistajaks, ma ei rääkinud ega söönud ka midagi! Nii veetsimegi kaheksa aastat tagasi jõulu esimese püha mina, Max ja meie kaks tütart.

Koju jõudes otsisin välja pudeli viskit ning heitsin voodisse. Järgmisel päeval helistas Max neuroloogile

ning rääkis talle Mayo psühhiaatri seisukohtadest. Neuroloog korraldas mulle kokkusaamise kohaliku psühhiaatriga, kes langetas kärke otsuse, et minu koht on naabruskonna haigla psühhiaatriaosakonnas. Seal taheti mind paigutada ühispalatisse, ehkki nii mina kui Max teadsime, et mulle sobiks rohkem omaette olla. Viimaks küsis Max: „Kas te ikka teate, et ta on selle haigla töötaja?“. Nii ma saingi omaette palati.

Teist korda hullumajas, möödus aeg väga-väga pikkumisi. Ma ei saanud toimuvast mitte mõhkugi aru ning küsisin endalt vahetpidamata: „Mida minusugune kena sell niisuguses kohas ometi teeb?“. Minult nõuti, et ma valmistaksin nahkrihmasid! Kas ma olin selleks kõik need aastad koolipinki nüskinud, et nüüd nahkrihmu meisterdada? Pealegi ei saanud ma isegi valmistamisjuhendist aru. Õde oli mulle seda juba neli korda selgitanud ja mul oli piinlik talt veel kord küsida. (Märgin siinkohal uhkusega, et olles käinud vaid paaril AA koosolekul, sain juba hakkama ühe päris kena mokassiinipaariga ning tegin valmis peaaegu pool rahakotti. Järgmised seitse aastat kandsin neid mokassiine igal õhtul, kuni need läbi kulusid. Minu seitsmendaks AA sünnipäevaks lasi mu programmikindel Al-Anoni abikaasa need mokassiinid pronksi valada. (Nüüd olen ma võib-olla et kõige hinnalisema mokassiinipaari omanik, keda keegi eales on näinud ning need aitavad mul meeles pidada, millest ma läbi tulin.)

Haiglas hoidsin kramplikult kinni arvamusest, mis mul oli enamiku elust olnud: kui ma lihtsalt suudaksin kontrollida väliskeskkonda, muutuks sisemine olustik kohe palju paremaks. Palju aega kulus Maxile kirjade kirjutamisele, märkuste tegemisele, käskude andmisele ja nimekirjade koostamisele, kuna ta hoolitses mu kontoris õena, et maailm ikka edasi pöörleks, kuni ma

ise luku taga viibin. Peab olema päris haige, et midagi sellist teha ja ehk isegi haigem, et iga päev uue nimekirja järele tulla, nagu Max seda tegi. (Praegu ei pea me enam niiviisi elama. Max töötab endiselt koos minuga vastuvõtukabinetis, kuid me oleme usaldanud oma tahte, elu ja töö Jumala hoolde. Olles teineteisele tunnistajaks, tegime Kolmanda Sammu kuuldavalt nagu Suures Raamatus kirja pandud. Ning elu muutub järjest lihtsamaks ja kergemaks, kui püüame Kaheteistkümne Sammu abil toimida vastupidiselt minu kunagisele arvamusele, hoolitsedes oma sisemaailma eest ning lastes välismaailmal ise enda eest vastutada.)

Ühel päeval seal haiglas niimoodi istudes, ilmus psühhiaater mu selja taha ja küsis: „Kuidas oleks, kui räägiksid ühe mehega AA-st?“. Minu reaktsioon oli, et ma olen juba kõiki haigeid siin osakonnas aidanud ning mul on endalgi piisavalt probleeme, miks ma peaksin mingit AA joodikut aitama. Kuid nägin psühhiaatri näost, et tal oleks tõsiselt hea meel, kui ma nõustuksin. Nii jäingi nõusse vaid selleks, et talle headmeelt valmistada. Mõistsin oma viga kohe, kui too hiiglaslik kloun mu tuppa kargas ja suisa röögatas: „Minu nimi on Frank ja ma olen alkohoolik, ha-ha-haa!“. Mul oli temast tõsiselt kahju. Ainus, millega ta oma elus uhkustada võis, oli see, et ta on alkohoolik. Hiljem rääkis ta mulle, et on advokaat.

Eirates oma sisetunnet, läksin tol õhtul koos temaga koosolekule ning juhtus kummaline asi. Psühhiaater, kes mind varem pigem eiras, hakkas nüüd minu vastu lausa huvi tundma; iga päev esitas ta mulle kõiksugu küsimusi AA koosolekute kohta. Mõtlesin algul, et ehk on ta ka ise alkohoolik ning saatis mu sinna selleks, et AA-d paremini tundma õppida. Kuid peagi nägin ma

tema lapsiku plaani läbi – kui ta suudab mind saata võimalikult paljudele koosolekutele haiglas olles, käin haiglast välja saades seal ka edaspidi. Niisiis palusin ma Frankil lihtsalt selleks, et psühhiaatrit ninapidi vedada, end igal õhtul koosolekule viia. Frank korraldas asja nii, et ma käisin rühmas iga päev, välja arvatud reedeti, mil ta arvas, et tal võib olla kohting oma tüdruksõbraga. „On see vast pagana imelik viis üht organisatsiooni juhtida,” mõtlesin ma ning rääkisin sellest oma psühhiaatrile, keda see aga ei paistnud häirivat. Ta otsis lihtsalt kellegi teise, kes mu reedeti koosolekule viiks.

Viimaks kirjutas psühhiaater mu haiglast välja ning me hakkasime koos Maxiga ise koosolekutel käima. Kohe algusest peale tajusin, et nad aitasid Maxi, aga minu heaks ei teinud nad küll midagi. Istusime tagumises reas ja vestlesime ainult omavahel. Kulus täpselt aasta, enne kui ma AA koosolekul sõna võtsin. Kuigi nautisime algusaegadel nalja ja naeru, kuulsin ma ka palju asju, mis olid minu meelest rumalad. Mina tõlgendasin sõna „kaine” järgmiselt – joob, aga ei ole purjus. Kui üks suurt kasvu ja tervisest pakatav noormees tõusis ja lausus: „Minu päev on edukas, kui ma täna ei joo,” mõtlesin ma: „No mida, mul on täna tuhat asja korda ajada, enne kui võiksin hakata uhkustama, et ma pole täna napsi võtnud, Jumala pärast!”. Muidugi, jõin ma sel ajal ikka veel. (Täna ei ole minu jaoks midagi tähtsamat maailmas kui hoida seda alkohoolikut kainena. Igapäevaselt on kindlasti kõige olulisem asi mitte võtta napsi.)

Tundus, et ainus, millest koosolekutel räägiti, oli ikka joomine, joomine, joomine. See ajas jooma. Tahtsin rääkida enda arvukatest *suurtest* probleemidest, joomine paistis teisejärguline. Ja ma teadsin, et „loobuda esimesest napsist, üheks päevaks” ei muudaks midagi.

Lõpuks, seitse kuud hiljem, otsustasin seda siiski proovida. Tunnen tänaseni imestust, kui suur osa minu probleemidest – millest enamikul ei olnud minu arvates joomisega mingit pistmist – on muutunud lahendatavateks või on lihtsalt kadunud pärast seda, kui ma joomise maha jätsin.

Selleks ajaks, kui ma esimest korda AA-sse tulin, olin juba loobunud kõigist narkootikumidest, enamikust tablettidest ja osaliselt ka alkoholist. Juuli alguseks olin alkoholi täielikult maha jätnud ning järgnevate kuude jooksul sain ka kõigist tablettidest lahti. Kui sundmõte alkoholi järele vaibus, oli juba suhteliselt lihtne joomata olla. Kuid veel mõnda aega oli mul raske hoiduda võtmast mõnd tabletti, eriti kui mul oli vastav sümptom nagu köha, valud, ärevus, unetus, lihasspasm või seedehäired. See on muutunud järjest lihtsamaks. Praegu tunnen, et olen kasutanud ära oma õiguse keemiliste vahendite abil meelerahu saavutada.

Mind aitas palju veendumus, et alkoholism on haigus, mitte moraali küsimus; olin joonud haiglasliku sundmõtte tulemusena, ilma et oleksin tollal seda sundmõtet ise adunud, ning et kainus pole tahtejõu küsimus. Inimestel AA-s oli midagi, mis paistis palju parem kui see, mis oli minul, kuid ma ei julgenud veel midagi uut proovida; vana ja tuttav oli kuidagi turvaline.

Lõpuks osutus minu joomisprobleemi võtmeks leppimine. Kui olin käinud seitse kuud AA-s, vähendanud alkoholi ja tablettide tarbimist, ning programm ei olnud minuga eriti hästi tööle hakanud, suutsin lõpuks öelda: „Olgu, Jumal. On tõesti tõsi, et mina – naljakas küll, et just mina ja pealegi vastu oma tahtmist – olen tõepoolest mingis mõttes alkohoolik. Ja ma võtan selle omaks. Mida ma nüüd siis sellega seoses pihta hakkan?“. Niipea,

kui ma lõpetasin elamise probleemis ja hakkasin elama lahenduses, kadus probleem sedamaid. Sellest hetkest alates ei ole mul kordagi tekkinud joomise sundmõtet.

Ja *kõigi* mu probleemide lahenduseks on leppimine. Kui olen millestki häiritud, siis tuleb see sellest, et ma ei lepi mõne inimese, koha, asja või olukorraga – mõne tõi gaga oma elus – ja ma ei leia meelerahu enne, kui ma selle isiku, koha, asja või olukorraga täpselt sellisena ei lepi, nagu see just antud hetkel on. Miski, absoluutselt mitte miski ei sünni Jumala maailmas juhuslikult. Kuni ma oma alkoholismiga ei leppinud, ei suutnud ma kaine püsida; kuni ma ei lepi eluga sellisena nagu see on, ei saa ma olla õnnelik. Pean keskenduma mitte niivõrd sellele, mida maailmas on vaja muuta, kuivõrd sellele, mis vajab muutmist minus ja minu hoiakutes.

Shakespeare on kirjutanud: „Maailm on lava ja mehed-naised kõik vaid näitlejad.” Ta unustas lisada, et mina olin ülemkriitik. Oskasin alati näha vigu igas inimeses ja olukorras. Ja ma osututan neile rõõmuga näpuga, sest teadsin, et nii nagu mina, tahavad kõik täiuslikkust. AA ja leppimine on mulle selgeks teinud, et kõige halvemaski inimeses leidub kübeke head ja parimaski inimeses natuke halba, et me kõik oleme Jumala lapsed ja kõigil on õigus siin olla. Kui ma enda või teie üle nurisen, nurisen ma Jumala kätetöö üle. Siis väidan, et tean paremini kui Jumal.

Pikki aastaid olin ma veendunud, et halvim, mis minusuguse toreda selliga juhtuda võiks, on see, et ma osutun alkohoolikuks. Täna leian ma, et see on parim asi, mis minuga üldse kunagi aset on leidnud. See tõendab, et ma ei tea, mis on mulle hea. Ja kui ma ei tea, mis on mulle hea, siis ei tea ma ka seda, mis on hea või halb teie või ükskõik kelle jaoks. Seega on mul mõistlik

mitte nõu anda, mitte arvata end teadvat, mis on parim, ja lihtsalt leppida eluga nagu see täna on – eriti mu enda eluga, täpselt nagu see on. Enne AA-d hindasin ma end oma kavatsuste järgi, samas kui maailm hindas mind mu tegude järgi.

Leppimine on olnud lahendus ka mu abieluprobleemidele. Tundub, nagu oleks AA mulle uued prillid andnud. Max ja mina oleme nüüd kolmkümmend viis aastat abielus olnud. Enne meie abiellumist, kui ta oli uje, õbluke neiu, suutsin ma temas näha seda, mida teised näha ei pruukinud – ilu, veetlust, rõõmsameelsust, annet vabalt vestelda, huumorimeelt ja palju teisi toredaid omadusi. Selle asemel, et Midase kombel kõike puudututatut kullaks muuta oli mul luubina töötav mõistus, mis suurendas kõike, millele see suunatud oli. Läbi aastate Maxi peale mõeldes, tema head omadused kasvasid ja kasvasid ja kui me abiellusime, siis kõik need omadused muutusid mulle üha rohkem ja rohkem selgemaks, ja me olime õnnelikumad ja õnnelikumad.

Kuid sedamööda, kuidas ma üha rohkem ja rohkem jooma hakkasin, näis alkohol mu pilku mõjutavat: selle asemel, et näha oma naises endiselt head, hakkasin ma märkama tema puudusi. Iga puudus, millele viitasin, muutus aina suuremaks ja suuremaks. Iga kord, kui ma talle ütlesin, et ta pole midagi väärt, taandus ta veidi rohkem olematusse. Mida rohkem ma jõin, seda rohkem ta närtsis.

Siis, ühel päeval AA-s öeldi mulle, et mu prilliläätsed on tagurpidi, „julgus muuta asju” meelerahupalves tähendab, et ma pean mitte muutma oma abielu, vaid pigem iseennast ja õppima, kuidas leppida oma elukaaslasega sellisena, nagu ta on. AA on andnud mulle

uued prillid. Ma võin taas keskendada oma naise headele külgedele ja näha, kuidas need kogu aeg kasvavad ja kasvavad ja kasvavad.

Sedasama võin ma teha ka AA koosolekuga. Mida rohkem koondub minu tähelepanu rühma puudustele – hilinenud algus, pikad joomarimonoloogid, suitsuhais –, seda halvemaks see koosolek muutub. Ent kui ma üritan mõelda, mida ma saaksin teha, et aidata koosolekut paremaks muuta, mitte mida mina sellest saada võiksin, ja kui ma keskendun sellele, mis on hea, mitte halb, siis muutub koosolek järjest paremaks ja paremaks. Kui ma keskendun tänasele heale, on mul hea päev, ja kui ma keskendun halvale, siis tuleb sellest halb päev. Kui ma keskendun probleemile, probleem kasvab; kui ma keskendun lahendusele, siis seda lähemale lahendus tuleb.

Nüüd üritame me Maxiga rääkida sellest, mida me tunneme, mitte sellest, mida mõtleme. Varem vaidlesime ühtelugu meie erinevate vaadete üle, kuid tunnete üle pole võimalik vaielda. Võin küll talle öelda, et ta ei peaks nii- või naamoodi mõtlema, ent mingil juhul ei saa ma talt võtta tema õigust tunda täpselt nii nagu ta tunneb. Tunnete kaudu suheldes, saame me iseendast ja üksteisest palju paremini aru.

Selline suhe Maxiga pole tulnud kergelt. Vastupidi – kõige raskem on mul olnud programmi rakendada omaenda kodus, omaenese laste ja eriti Maxi puhul. Võiks arvata, et ma oleksin pidanud esmalt õppima armastama oma naist ja perekonda, viimasena aga AA uustulnukat. Kuid kõik toimus hoopis vastupidi. Lõpuks pidin ma just Maxi silmas pidades kõik Kaksteist Sammu uuesti otsast peale läbi tegema, alates Esimesest,

öeldes: „Olen jõuetu alkoholi ees ja minu kodune elu on muutunud minu poolt juhitamatuks,” ja lõpetades Kaheteistkümnendaga, mispuhul ma üritasin mõelda Maxist kui haigest Al-Anoni liikmest ja kohelda teda samasuguse hoolivusega, mida ma osutaksin haigele AA uustulnukale. Kui ma seda teen, saame me kenasti läbi.

Ehk on minu jaoks kõige olulisem asi meeles pidada, et mu meelerahu on pöördvõrdeline ootustega teistele. Mida suuremad on mu ootused Maxi ja teiste suhtes, seda väiksem on mu meelerahu. Võin jälgida, kuidas mu meelerahu kasvab, kui ma taolistest ootustest loobun. Ent siis tõstavad pead minu „õigused” ja needki võivad mu meelerahu kahandada. Pean loobuma oma „õigustest” nagu oma ootustest, küsides endalt: „Kui tähtis see tegelikult on? Kui oluline on see minu meelerahu ja emotsionaalse kainusega võrreldes?”. Ja kui ma oma meelerahu ning kainuse kõigest muust kõrgemale asetan, suudan ma neid ka säilitada kõrgemal tasemel – vähemalt selleks hetkeks.

Täna on leppimine võti ka minu suhtele Jumalaga. Ma ei istu kunagi niisama käed rüpes, ega oota, mida Ta mul teha käsib. Selle asemel teen ma seda, mis parasjagu tegemist tahab ja jätan tulemused Tema hooleks; mis ka ei juhtuks, on see Jumala tahe minu suhtes.

Ma pean suunama oma suurendusklaasina toimiva mõistuse leppimise *peale*, ja ootuste pealt *ära*, sest minu meelerahu võrdub minu leppimisega. Kui ma seda meeles hoian, tunnen, et mul pole kunagi nii hea olla olnud. Tänu Jumalale AA eest!

(17)
VÕIMALUSE AKEN

See noor alkohoolik astus läbi teise korruse akna ning maandus AAs.

SAIN KAINES juba kolledžis käies. Kord kuulsin pärast AA koosolekut väljas vestlust ühe kaine üliõpilase ja naise vahel, kes elasid samas linnas, kus mina koolis käisin.. Naine selgitas, miks üliõpilased nii paljudele kohalikele ei meeldinud. Tema kirjelduse järgi peeti enamikke üliõpilasi ülbeteks ja enesekesketeks ning jutustas siis järgneva loo.

„Olen medõde ja töötan traumapunktis. Kaks aastat tagasi toodi kiirabiautoga keset ööd meile üks üliõpilane. Ta oli end purju joonud, kõndinud läbi teise korruse aknaklaasi ning kukkunud kuus meetrit pea ees betoonist keldriakna süvendisse. Traumapunkti jõudes oli ta üleni verine. Tema pea oli paistetanud arbuusi suuruseks. Ta muudkui sõimas õdesid ja arste, käskis neil käed eemal hoida ning ähvardas nad kohtusse kaevata. Ta oli kahtlemata kõige ebameeldivam inimene, keda olen üldse kohanud.”

Sel hetkel segasin ta jutule vahele. „See olin mina,” ütlesin. „See oli mu viimane jooming.” Mina olingi 19-aastaselt läbi selle akna kõndinud.

Kuidas ma omadega nii kaugele jõudsin? Olin alati olnud üles kasvades „hea laps”, täpselt selline poeg, keda emad armastavad. Õppeedukuselt olin igas tunnis parim ning esimese seitsmeteistkümne eluaasta jooksul ei olnud ma peaagu kordagi pahandustesse sattunud. Mulle meeldiks mõelda, et see oli ainult tänu minu

heale moraalsele kasvatusale, kuid tegelik põhjus oli hirm. Mu kõige esimesed mälestused on sellest, kuidas mu vanemad ähvardasid mind tänavale kupatada iga väiksemagi sõnakuulmatuse pärast. Mõte sellest, et peaksin hakkama elama tänaval, oli kuueaastase lapse jaoks võrdlemisi hirmus. Need ähvardused koos füüsilise karistamisega hoidsid mind kuuleka ja kartlikuna.

Vanemaks saades koostas in plaani. Tantsin vanemate pilli järgi kuni keskkooli lõpetamiseni. Siis põgenen kolledžisse, kindlustan seal oma majandusliku tuleviku ning ei lähe enam kunagi koju tagasi. Kohe pärast 18. sünnipäeva läksingi kolledžisse õppima. Olin enda meelest viimaks vaba. Mind ootas ees karm äratus.

Paljudele alkohoolikutele sarnaselt, olin suure osa elust tundnud end teistsugusena, nagu ma ei sobiks inimeste sekka. Varjasin neid tundeid ja oma madalat enesehinnangut sellega, et üritasin igas seltskonnas oma taibukusega välja paista. Ühtlasi sai minust seltskonnas esineja, kes oli valmis igas situatsioonis kildu rebima ja teravmeelseid kommentaare loopima. Selle tulemusena sai elus tõesti palju naerda.

Kolledž, kuhu ma astusin, oli pilgeni täis selliseid inimesi, kes olid terve elu olnud klassi priimused või sellele väga lähedal. Korraga ei olnud ma sugugi nii eriline. Asja tegi veelgi hullemaks see, et paljudel neist oli midagi, millest mina võisin ainult unistada – raha. Olin pärit töölisklassi perekonnast ning pidime läbi ajama selle vähesega, mida mu isa teenis. Raha oli alati olnud suur murekoht ning minule tähendas raha turvatunnet, mainet ja väarikust. Mu isa rõhutas pidevalt, et elu eesmärk on raha teenida. Mul oli klassikaaslasi, kelle nimesid võis seostada jõukusega. Ma tundsin häbi, häbenesin oma peret ja häbenesin iseennast. Mu niigi

habras enesekindlus purunes lõplikult. Mind kohutas, et teised saavad teada. Teadsin, et kui teised teada saavad, kes ma tegelikult olen, ei meeldi ma neile enam ning jään üksi – väärtusetu ja üksikuna..

Siis avastasin alkoholi. Olin seda keskkoolis paaril korral proovinud, aga mitte kunagi piisavalt, et purju jääda. Teadsin, et purju jäämine tähendas kontrolli kaotamist. Mu põgenemisplaan nõudis, et mu mõistus oleks alati selge. Kartsin liialt kontrolli kaotamist. Kui kolledžisse jõudsin, oli see hirm minust kadunud. Selleks, et sobituda, teesklesin esmalt, et mul on selja taga sama pikk joomiskarjäär, kui ükskõik millisel klassikaaslasel. Ei läinud kaua, kuni mu joomiskarjäär oligi kõige muljetavaldavam.

Mu joomatee oli lühike ja hävituslik ning alkohoolne progress väga kiire. Esimest korda jõin end purju oktoobris. Novembriks olid inimesed valmis raha panustama, et ma ei suuda nädalatki joomata olla. (Ma võitsin ja tähistasin sellega, et jõin oksendamiseni.) Jaanuariks oli minust saanud igapäevane jooja ning aprilliks ka igapäevane uimastitarvitaja. Ma ei pidanud kuigi kaua vastu.

Vaadates sellele ajale tagasi mõistan nüüd, kui tõsi on see, et üks peamisi erinevusi alkohoolikute ja mittealkohoolikute vahel seisneb selles; mittealkohoolik muudab oma käitumist vastavalt oma eesmärkidele, seevastu alkohoolik muudab oma eesmärgi vastavalt oma käitumisele. Alkoholilaine pühkis minema kõik, mis oli olnud mulle tähtis, kõik mu unistused, eesmärgid või kavatsused. Taipasin ruttu, et ma ei saa juua ning samal ajal kõrgetasemel funktsioneerida. See ei olnudki oluline. Olin valmis loobuma kõigest, et jätkata joomist. Viimees oli peagi koolist väljaviskamise äärel,

klassivanema kandidaadist sai järsku põlatud paaria. Ma ei käinud peaaegu üldse tundides ning lugesin vähe kohustuslikke materjale. Ma ei külastanud ühtegi kolledži poolt kinni makstud kultuuriüritust. Loobusin kõigest, mis kolledži üldse kasulikuks muudab, et saaksin juua. Mõnikord helkis kaose, vimma ja hirmu pilkasesest pimeduses mõni killuke uhkust, mis veenis mind oma elule otsa vaatama. Aga häbi oli liiga võimas, mistõttu kustutasin selle helgi viinapudelite ja õllekastidega.

Kuna mu kolledž oli võrdlemisi väike, ei kulunud kaua, et ma jääksin silma kolledži dekaanidele. Nende valvsa pilgu all olin ma esimest korda valmis nõustaja poole pöörduma. Kui kooli juhtkond nägi selles võimalust aidata hädas õpilast, nägin mina seda võimalusena kaubelda. Teen nad õnnelikuks, lähen nõustamisele, mille eest nad jäävad mulle teene võlgu. Pole ime, et nõustamisest ei olnud mingit tolku. Mu igapäevane joomine jätkus samas rütmis.

Aasta hiljem mõistsin, et olen hädas. Olin talvisel semestril ühes õppeaines läbi kukkunud (käisin harva kohal ning jätsin esitamata töö, millel põhines 50% lõpuhindest). Kevadsemester paistis sama lootusetu. Ühe õppeaine puhul olin käinud vaid korra tunnis. Ma ei olnud kirjutanud ühtegi tööd ega vaevunud ilmuma vaheeksamile. Mind ootas läbikukkumine ning koolist välja heitmine. Mu elu oli muutunud juhitamatuks ja ma teadsin seda.

Läksin tagasi dekaani juurde, kes oli mind saatnud nõustamisele, ja esimest korda tunnistasin endale ning kellelegi teisele, et mul on probleem alkoholiga. Ma ei pidanud end alkohoolikuks. Ma vist isegi ei teadnud, mida see tähendab. Aga ma teadsin, et mu elu on kont-

rolli alt väljunud. Dekaan lubas mul selle aine vahele jätta vaid päev enne lõpueksamit kuid ühel tingimusel – ma pidin minema võõrutusravikeskusesse. Olin sellega nõus.

Mõni päev läks mööda. Kui pinge alanes, ei paistnudki mu elu enam nii juhitamatu. Tegelikult jäi hoopis mulje, et olen tagasi sadulasse roninud. Täna sin dekaani abi eest, kuid selgitasin talle, et saan ise hakkama. Ma ei läinud võõrutusravile. Kahe nädala pärast kõndisingi läbi teise korruse akna.

Olles solvanud traumapunkti töötajaid, kaotasin viieks päevaks teadvuse. Ärkasin kaelatoega ja nägin topelt. Mu vanemad olid maruvihased. Pidin koju tagasi lendama ning tulevik tundus tume. Jumala ajastus aga on laitmatu.

Mu kolledžis oli käinud terve rida joodikuid, sealhulgas Dr Bob. Minu õnnetuse ajal üritasid dekaanid välja mõelda, kuidas lahendada alkoholi liigtarvitamise probleemi õpilaste seas ning kibelesid proovima oma kõige värskeimat ideed. Anonüümsed Alkohoolikud. Mina olin katsejänes. Nad ütlesid mulle, et mind lubatakse sellesse kolledžisse tagasi ainult tingimusel, et lähen AA-sse. Selle surve all suundusingi oma esimesele koosolekule.

Tagasi vaadates võib see olla esimene eluterve otsus, mille ma alkoholi suhtes kunagi teinud olen. Põhja jõudmist määratletakse muu hulgas ka punktina, kus viimane asi, mille kaotasid, või järgmine asi, mille kohe kaotad, on tähtsamad kui alkohol. See punkt on igatihe jaoks erinev ja mõned meist surevad, enne kui sinna jõuavad. Aga minu jaoks oli see selge. Olin valmis tegema mida iganes, et kooli tagasi saada.

Esimesele AA koosolekule minnes ei olnud mul aimugi, mida AA endast kujutab. Olen pärit suurest

katoliiklikust Iiri perekonnast ja nii mõnedki mu pere-liikmed on programmi vahet pendeldanud. AA-d, nagu ka vanglat, peeti häbiväärseks ja sellest ei räägitud kunagi. Samuti ei teadnud ma midagi alkoholismi olemusest. Mäletan, kuidas üks tüdruksõber mulle ütles, et tema emal on joomisprobleem, ehkki ta ei ole alkohoolik. Uudishimust uurisin, milles seisneb erinevus. „Alkohoolik,” selgitas tüdruk, „on keegi, kes peab iga päev alkoholi jooma, isegi kui see tähendab vaid ühte napsu. Joomisprobleemiga inimene ei pea iga päev jooma, ent kui ta peaks alustama, ei suuda ta piiri pidada.” Selle definitsiooni järgi olin mina joomisprobleemiga alkohoolik.

Mind üllatas mu esimene koosolek. See toimus kirikus ja, mida iganes ma ka ei oodanud, oli see midagi sootuks teistsugust. Ruum oli täis hästi riides olevaid, naeratavaid, rõõmsameelseid inimesi. Mitte ühtegi räpast mantlit või mitmepäevast habemetüügast. Ei mingeid punaseid silmi, haiglaseid kõhahooge või värisevaid käsi, ainult naer. Keegi kõneles Jumalast. Olin kindel, et sattusin valesse kohta.

Siis alustas juttu üks naine, kes nimetas ennast alkohoolikuks. Siis mõistin, et olen AA-s. Ta kõneles oma tunnetest, kuidas ebakindlusest oli saanud enesekindlus, hirmust usk, vimmast armastus ning meeleheitest rõõm. Kõiki neid tundeid teadsin minagi. Minus olid ebakindlus, hirm, vimm ja meeleheide. Ma ei suutnud seda uskuda. Siin mu ees oli inimene, kes oli õnnelik. Ma polnud ammu ühtegi sellist inimest näinud.

Pärast koosolekut võeti mind avasüli vastu ning mulle jagati telefoninumbreid. Arutelukoosolekule järgnes spiikrikoosolek, kus toimus mu esimene ärkamine AA-s. Spiiker ütles: „Kui peaksid olema õun, siis sul on või-

malik saada ainult kõige paremaks õunaks, aga mitte kunagi apelsiniks.” Olin tõepoolest õun, ja esimest korda jõudis mulle pärale, et olin terve elu püüdnud olla apelsin. Vaatasin õunu täis toas ringi ja kui ma spiikerist õigesti aru sain, siis enamik neist ei üritanud enam olla apelsinid.

Minu areng AA-s oli sellegipoolest aeglane. Keeldusin minemast koosolekutele, mis asusid minu kodukantist eemal, mis tähendas, et käisin ainult teisipäeva ja neljapäeva õhtuti. Pärast koosolekut tundsin end alati paremini. Mäletan, kuidas vahel juhtus reedel midagi ärritavat ning sõnasin endale: „Oleks praegu hoopis teisipäev, siis saaksin koosolekule minna.” Kuigi mul soovitati korduvalt teistesse rühmadesse minna ja pakuti isegi küüti, ei läinud ma ühelegi teisele koosolekutele.

Mulle anti muidki häid soovitusi. Öeldi, et peaksin hoiduma suhetest. Olin noor ja vallaline, mistõttu eirasin seda ettepanekut kohe. Esimesel aastal pörkasin ühest haigest suhtest teise. Mulle öeldi, et leiaksin tugiisiku. Ma ei teadnud, mida see tähendab ning olin liiga uhke, et kelleltki küsida ja olin kindel, et ma seda ei vaja. Ma olin ju nendest inimestest targem. Võib-olla peab neile keegi ütlema, kuidas oma elu elada, aga vaatamata topeltnägemisele ning kaelatoele, sain ma ju omapäi üsna hästi hakkama. Koosolekutel soovitati, et leiaksin Kõrgem Jõud. Mind ei saanud lollitada. Teadsin, et kui nad rääkisid Kõrgemast Jõust, pidasid nad silmas Jumalat. Ja ma teadsin, et Jumal ootab ainult ühte vääratust, et saaks oma viha minu peale välja valada. Mina ei tahtnud Jumalaga mingit tegemist teha.

Just sellise tõrksusega lohisesin mõne kuu mööda kainuse rada. Kui keegi minu käest küsis, kuidas mul

läheb, vastasin ma „hästi, muidugi hästi”, kuigi ma sissimas nutsin. Siis jõudsin ristteele. Olles kuus kuud kaine olnud, ei hakanud mul üldse parem. Mõitlesin enesetapule iga päev. Mu tunded kõikusid halvava meelete ning mõrvarliku raevu vahel, mõnikord üheainsa hetke jooksul. Ma ei olnud õnnelik, rõõmus ega vaba. Olin masenduses ja mul oli kõigest kõrini.

Otsustasin, et mul on küllalt saanud. Läksin oma teisipäevaõhtusele koosolekule, võtnud nõuks kõik ausalt ära rääkida. Kohale jõudes avastasin, et seal polegi kedagi. See rühm, kus tavaliselt käis kakskümmend inimest, oli tühi. Ootasin mõne minuti ja olin juba valmis ära minema, kui uksest tuli sisse mees, keda vaevu tundsin. Ta pakkus välja, et võiksim kahekesi koosolekut pidada. Olin kindel, et see on halb mõte. Ta küsis, kuidas mul läheb. Sellest piisas. Valu, hirm, masendus, viha, kaotusevalu, vimm ja meeletehede voolasid minust välja. Halasin sellele mehele kolmveerand tundi järjest ja ta muudkui noogutas, naeratas ja ütles: „Jah, ma mäletan neid tundeid.” Esimest korda tundsin siirast osadust teise inimesega. Näitasin kellelegi, kes ma päriselt olen, kartmata tõrjumist. Ma astusin sammu, mille eesmärgiks oli mitte parem välja paista, vaid end paremini tunda. Mulle vastati omaksvõtu ja armastusega.

Olles rääkimise lõpetanud, ütles ta mulle midagi lihtsat: „Sa ei pea selle pärast jooma.” Milline taipamine! Olin mõelnud, et olukorrad panid mind jooma. Kui olin vihane, siis ma jõin. Kui olin õnnelik, siis jõin. Igavusest või elevusest, rõõmust või masendusest, ma jõin. Siin oli mees, kes selgitas mulle, et sõltumata sellest, mis mu elus toimub, ei pidanud ma jooma. Kui ma peaksin

AA-sse jääma, suudan kaine püsida ükskõik millistes tingimustes. Ta andis mulle lootust ja paljusi sümboliseeris ta seda ust, mille kaudu ma lõpuks Anonüümsetesse Alkohoolikutesse astusin.

Ma hakkasin muutuma. Hakkasin palvetama. Hakkasin tegusalt sammude kallal töötama. Olin varem eiranud neid kui vaimselt puudulikele inimestele mõeldud abivahendeid, kuid nüüd võtsin need omaks kui pulgad redelil, mille kaudu ronida lunastuseni. Hakkasin töötama tugiisikuga ning sain kodurühmas aktiivseks liikmeks. Ma ei mõistnud, kuidas kohvi keetmine või pärast koosolekut koristamine saaks kaineks jäämisega seotud olla, ent kuna vanemad liikmed kinnitasid, et teenimine hoiab mind kainenena, otsustasin seda proovida. See toimis.

Mu elu hakkas muutuma. Pärast esimest kainet sünnipäeva võeti mind kolledžisse tagasi. Üliõpilaslinnakusse naasmisel tundsin surmahirmu. Olin seal ainult joonud. Kuidas ma sellises keskkonnas kaineks jään? Vastus oli lihtne – pühendusin AA-le. Mitmed väga hoolivad inimesed võtsid mu oma tiiva alla. Sain teiste õpilaste peal teha üksjagu Kaheteistkümnenda Sammu tööd, ja kui kooli lõpetasin oli seal õitsev AA kogukond.

Pärast kolledži lõpetamist asusin ülikooli juurat õppima. Seal sattusin sellisesse AA rühma, millega ma üldse harjunud ei olnud. Uskusin, et joon end ikkagi purju, sest „need inimesed on ju valesti kained!“. Mu tugiisik kolledži ajast, kes teadis minu kalduvust teistes vigu leida, kinnitas mulle, et kui mu uued sõbrad „õigesti kained ei ole“, siis on minu kohustus neile näidata kuidas olla. Ja seda ma tegin. Hirmust ja enesemettlusest aetuna, hakkasin AA-s enda nägemust ellu

viima. Olen veendunud, et kui AA liikmeks olemine sõltuks sellest, kui palju sa rühmakaaslastele meeldid, siis mind oleks välja visatud.

Mõne aja pärast helistasin oma tugiisikule, et kirjeldada edusamme. Ta peatas mu jutu ühe lihtsa küsimusega: „Need inimesed ei tee seda sinu meelest õigesti, aga kas nad kained on?”. Ma tunnustasin, et vaatamata nende vajakajäämistele, olid nad ikkagi kained. „Tore,” ütles ta. „Oled neile öelnud, mis on AA. Nüüd on sinu kord neid kuulata ja selgitada välja, kuidas nemad kainenena püsivad.” Järgisin soovitusi ning hakkasin kuulama. Pikkamööda hakkas minusse imbuma arukust ja alandlikkust. Muutusin õpetatavaks. Nägin, kuidas Jumal toimetab minu ümber, kuigi varem olin end alati üksinda tundnud. Avades silmad piisavalt, et imet märgata, leidsin selle olevat enda ees. Olin kasvamas Jumala armastuses.

Mul vedas, et mul tekkis võimalus õppida välismaal juurat. Olin sellest unistanud juba joomise ajal, aga kui oli tarvis tegutseda, ma hoopis purjutasin. Olles nüüd kaine, olen käinud koosolekutel vähemalt tosinas riigis ning tundnud alati imestust selle üle, kuidas AA sõnum ulatub kõrgemale kõikidest keelelisest või kultuurilisest erinevusest. Lahendus on olemas. Koos saame elada kainelt, rõõmsalt ja vabalt.

Mu elu on olnud tõepoolest õnnelik. Olen nüüd 33-aastane ja kui Jumal seda tahab, saan ühe kuu pärast tähistada oma 14. sünnipäeva AA-s. Mind ümbritsevad armastavad sõbrad, kellele ma saan loota ja kes saavad omakorda loota minu peale. Olen leppinud ära oma vanematega, kellest ma olin võõrdunud. Mu elu on taas täis naeru, mille alkohol oli täielikult ära võtnud.

Abiellusin kohe pärast üheksanda kainusaasta täitumist armastava naisega. Üks nädal enne mu kaheteist-

kümnendat sünnipäeva sündis meil poeg. Tema kaudu olen veelgi rohkem õppinud tingimusteta armastust, imede väärtust ning elus olemise puhast rõõmu. Mul on võrratu töökoht, mida ma (enamikel päevadel) oskan hinnata. Osalen aktiivselt AA teenimises ning mul on tugiisik ja mul on au töötada mitme tugilapsega. Need on kõik Jumala kingitused. Väljendan oma tänulikkust sellega, et tunnen nendest kingitustest rõõmu.

Teadsin kord naist, kes enne koosolekut nuttis. Tema juurde tuli viieaastane tüdruk, kes ütles talle: „Sa ei pea siin nutma. See on hea koht. Nad võtsid mu issi enda hoolde ja tegid ta paremaks.” Seda tegi AA ka minu jaoks; ta võttis mu enda hoolde ja tegi mu paremaks. Selle eest olen igavesti tänulik.

3. OSA

NAD KAOTASID PEAAEGU KÕIK

Need viiestest lugu selles alajotusesräägivad kirjeldavad alkoholismi kõige kohutavamad külge.

Paljud proovisid kõike – haiglaid, eriraviseid, sanatooriume, vaimuhaiglaid ja vanglaid. Miski ei toiminud. Üksildus, meeletu füüsiline ja vaimne agoonia – need olid tavalised. Enamik olid läbi elanud purustavaid kaotusi igal elurindel. Mõne püüdisid alkoholiga edasi elada. Teised soovisid surra.

Alkoholism ei austa kedagi, ei rikkaid ega vaeseid, harituid ega kirjaoskamatu. Kõik nad avastasid ennast suundumas samasse hävingusse ja nad paistsid olema võimetud seda peatama.

Nüüd aastaid kainenena, räägivad nad kuidas nad tervenesid. Nad tõestavad peaaegu kõigile, et mitte kunagi ei ole hilja proovida Anonüümseid Alkohoolikuid.

(1)

MINU PUDEL, MINU VIMMAD JA MINA

Kogenud lapsepõlvetraumat ja saanud agulijoodikuks, leidis see hulgas lõpuks Kõrgema Jõu, mis tõi talle kainuse ja andis tagasi ammu kaotatud perekonna.

KUI SÕITSIN tühjas kaubavagunis väikesesse mägilinna, oleks mu pulstunud habe ja määrdunud juuksed peaaegu vööni ulatunud, olnuks mul vöö olnud. Mul oli seljas täidest kubisev räpane Mehhiko pontšo, mille all haisev pidžaamapluus ja räbaldunud teksapiüksid, mis omakorda topitud kontsata kauboisaabastesse. Ühes saapas kandsin nuga ja teises 38 kaliibrist revolvrit. Kuus aastat olin ellujäämise nimel võidelnud agulites ja sõitnud kaubarongiga läbi kogu maa. Ma polnud ammu midagi sünninud, nii et olin pooleldi nälginud ja kaalusin alla 60 kilo. Olin tige ja purjus.

Kuid ma ruttan sündmustest ette. Usun, et minu alkoholism sai tegelikult alguse siis, kui olin üheteistaastane ja mu ema jõhkralt mõrvati. Kuni selle ajani oli mu elu olnud paljuski samasugune nagu igal teisel väikelinna poisil.

Ühel õhtul ei jõudnud mu ema töölt autotehasest koju. Järgmisel hommikul polnud temast endiselt kippu ega kõppu; suure hirmuga kutsuti politsei. Kuna olin memmekas, oli see minu jaoks eriti traumeeriv. Ja nagu asi poleks saanud veel uskumatult hullem olla, tuli paar päeva hiljem politsei ning arreteeris mu isa. Nad olid leidnud ema vigastusi täis surnukeha linnast väljas põllult ja tahtsid isa küsitleda. Sel hetkel hävines elu, mida ma tundsin, täielikult! Mu isa vabastati peagi, sest polit-

sei leidis mõrva sündmuskohalt prillid, mis ei kuulunud talle. See vihje viis meheni, kes oli mu ema nii jõhkralt tapnud.

Koolis levisid õelad kuulujutud. Kodus valitses kaos ja keegi ei rääkinud mulle, mis toimub, nii et ma tõmbusin endasse ja proovisin ümbritsevat reaalsust välja lülitada. Kui ma suudaksin teeselda, et seda ei ole, siis võib-olla see kaobki. Muutusin äärmiselt üksildaseks ja trotslikuks. Segadus, valu ja lein olid hakanud juba vaibuma, kui ühes krimiajakirjas ilmus artikkel minu perekonna õnnetusest. Koolis hakkasid lapsed taas kuulujutte levitama. Tõmbusin veelgi rohkem endasse ning muutusin vihasemaks ja eraklikumaks. Sedasi oli kergem, sest inimesed jätsid mu rahule, kui käitusin tõrjuvalt juba enne igasuguseid küsimusi.

Kuna mu isa ei suutnud kõigi üheksa lapse eest hoolitseda, tuli perekond laiali jagada. Umbes aasta hiljem abiellus ta uuesti ja mu vanim vend pakkus, et ta võtaks mind enda juurde. Tema ja ta vastne naine püüdsid mind aidata, kuid ma olin lihtsalt nii kaitses, et ei nemad ega keegi teine saanud suurt midagi teha. Mõne aja möödudes võtsin vastu töötasa toidupoes, kus ma peale kooli sorteerisin limonaadipudeleid, ühtlasi avastasin, et kui töötan piisavalt agaralt, suudan kõik unustada. Lisaks oli see hea koht, kust õlut varastada ja teiste õpilaste ees koolis kõva meest mängida. Niimoodi saigi minu joomine alguse, see oli minu moodus valu leevendada.

Pärast mitu aastat kestnud poolkuritegelikku nooruspõlve, olin piisavalt vana, et astuda mereväkke. Pääsedes minema oma kibestumise tekkekohast, arvasin, et mu elu muutub paremaks ja joomine pole enam nii hull. Kuid baaskursusel taipasin, et see ei ole lahendus.

Disipliin, autoriteet ja tihe ajakava olid kõik mu loomusega vastuolus, kuid kuna teenistus kestis kaks aastat, pidi leiduma viis toime tulla vihaga ning siis vihkamisega, mis minu sees pulbitses. Igal õhtul istusin baaris ja jõin, kuni mind välja visati. See aitas mul nädala üle elada; nädalavahetustel käisime lähedal asuvas klubis. Seda kohta pidasid inimesed, kes jõid sama palju või rohkem kui mina. Minust sai püsiklient. Tülid ja kaklused olid seal sagedased.

Mul õnnestus need kaks aastat läbida, sain auväärse teenistusest vabastuse ja mind saadeti oma teed. Jättes mereväebaasi seljataha ja tundes koduigatsust oma vana keskkonna järele, sõitsin põidlaküüdiga tagasi vanasse kodulinna venna juurde. Peagi sain maalrina tööd ühes linna ehitusettevõttes. Nüüdseks oli joomine muutunud mu elu lahutamatuks osaks.

Paari sõbra kaudu kohtasin naist, kellest ma väga hoolisin ning peagi olime abielus. Aasta hiljem sündis meie tütar ja seejärel kaks poissi. Oh, kuidas ma oma pesakonda armastasin! See kena väike pere oleks pidanud aitama mul paikseks jääda, kuid selle asemel mu joomine süvenes. Lõpuks jõudis asi nii kaugele, et minuga oli võimatu koos elada, ja mu naine andis sisse lahutuse. Muutusin täiesti pööraseks ja šeriff käskis mul linnast lahkuda. Teadsin, et kui ma jääksin linna, siis viha minult lapsed röövivad naise vastu tekitaks mulle palju pahandusi, mida ma välja ei kannaks, niisiis läksin taaskord minema. Lahkusin oma vihkamise, vimma ja seljas olnud riietega. Seekord igaveseks.

Mind võis nüüd leida lähedal asuva suurlinnas agulist, puruvaesena end unustusse joomas. Alguses sain üüri- ja toiduraha juhutöid tehes, kuid peagi kulus kogu raha käraka peale. Leidsin missionikeskuse, kus abivajajad

said tasuta magada ja süüa. Seal aga oli nii palju putukaid, toit nii kohutav ja inimeste seas nii palju vargaid, et otsustasin magada väljas ja et sööma ei pea ka tegelekult nii tihti. Avastasin, et hulguste laagrid, pargitud autod ja mahajäetud hooned olid kenad kohad minu pudelile, minu vimmadele ja minule. Keegi ei julgenud mind tülitada! Olin täiesti hämmeldunud sellest, kuhu elu oli mind viinud.

Teised hulgused õpetasid mulle, kuidas kõige ohutumalt liikuva kaubarongi peale hüpata ja end kaitsta. Nad seletasid mulle, kellelt on kõige lihtsam almust saada ja kuidas neid üle kavaldada. Minu suurim mure oli toona see, kuidas saada piisavalt alkoholi, et end reaalsusest eemal hoida. Viha neelas mind endasse! Järgmise kuue aasta jooksul kulgesin ma ühest agulist teise. Mulle sobis ükskõik millises suunas liikuv kaubarong. Mul polnud kuhugi minna. See oli kindel, ma ei eksinud ära, sest mind ei huvitanud kunagi, kus ma olen! Sõitsin kolm korda läbi Ameerika Ühendriikide ilma igasuguse plaanita, ilma põhjusega, pool ajast täiesti söömata. Jõlkusin teiste omasuguste heidikute seltskonnas. Keegi ütles, et Floridas, New Yorgis või Wyomingis otsitakse töölisi ja me panime ajama. Selleks ajaks, kui lõpuks sinna jõudsimme, öeldi meile, et enam palgalisi ei vajata. Sellest polnud midagi, sest me ei tahtnud niikuinii tööd teha.

Ühel palaval päeval, kui olin keset kõrbe mingis linnas joomas, juhtus midagi ebatavalist. Tundsin, et olin jõudnud punkti, millest ma ei suutnud enam edasi minna. Mul õnnestus leida kärakat ja et kõigist eemale saada, hakkasin sügavamale kõrbesse minema, otsustades jalutada kuni suren. Olles nii purjus, et ei suutnud ainsatki sammu astuda, kukkusin maha ning ulgusin: „Oh, jumal! Palun aita mind!” Ma vist minestasin, sest tulin

teadvusele ja leidsin tee tagasi linna alles mitu tundi hiljem. Ma ei taibanud toona, mis pani mind surma suhtes ümber mõtlema. Täna tean, et minu Kõrgem Jõud, võttis mu elu üle.

Selleks ajaks olin ma nii metsistunud pilguga ja räpane, et inimesed kartsid mind. Vihkasin nende hirmunud nägusid, kui nad mind nägid. Nad vaatasid mind, nagu ei oleks ma inimene, ja võib-olla ma ei olnudki. Ühes suures linnas hakkasin magama ventilatsioonirestidel ja tekina tõmbasin endale peale kiletüki, et ma ära ei külmuks. Ühel ööl leidsin riiete äraandmise konteineri, kuhu ma pääsesin sisse; see oli mõnusalt soe magamiskoht ja hommikul sain uued riided. Keset ööd viskas keegi veel riideid juurde. Avasin kaane, vaatasin välja ja hüüdsin: „Tänan!“. See naine tõstis käed taeva poole ja lidus minema, karjudes: „Issand, Issand!“. Ta hüppas oma autosse ja lahkus kummide vilinal.

Vaevalt leidub kurvemat vaatepilti, kui mina sellelt vagunilt maha hüppamas, ilmselt olin nii õnnetu ja hale kuju, kui üks mees üldse olla saab. Leidsin tühjana seisva külmutusvaguni ning asusin sellesse elama. Siinkandis oli sotsiaaltoetust väga lihtne saada, seega läksin seda taotlema. Nüüd sain ma süüa! See oli minu kolmas kord selles linnas, seega suundusin otse oma lemmikbaari. Kohtasin baaridaami, kes jõi nagu kaevul ja ma polnud nii õelat naist varem näinud, kuid tal oli elamispind, nii et kolisin tema juurde. Nõnda algaski elu suurim armulugu!

Mul oli lõpuks ometi katus pea kohal, voodipesu ja toit! Me ei teinud midagi muud kui jõime ja kaklesime, aga kuna ta käis baaris tööl, siis hoidis see meid ree peal. Meil oli raha ainult alkoholi jaoks ja jõime mitu kuud vahetpidamata. Ükskord kärakajahile minnes kohtasin

üht oma vana hulgusest sõpra, vanemat meest. Mäletasin teda kui ülisuurt joodikut, „alkohoolikut”. Ja siin ta nüüd oli, kõndides mulle tänaval vastu valge särgi, lipsu ja ülikonnaga ning nähes vapustav välja! Suur naeratus näol rääkis ta mulle, et ta on joomisest loobunud, kuidas tal see õnnestus ja kui palju paremini ta end tunneb. Minu esimene mõte oli, et kui tema seda suudab, siis suudan ka mina – ja paremini, sest mina olen alles kolmekümne kolme aastane.

Ta viis mind klubisse, kus olid veel mõned tervenenud alkohoolikud. Jõin kohvi, samal ajal kui nad kõik rääkisid mulle, kuidas nad olid muutunud. Tundus, et nende jutus võib iva olla! Kui nemad seda suutsid, siis võib-olla, tõepoolest võib-olla, suudan ka mina. Nende entusiasm oli nakkav. Minus kasvas põnevus, ent mul polnud aimugi, miks. Tormasin oma sõbratarile jututama, mis oli juhtunud ja kui tore oleks, kui me joomise lõpetaksime. „Sa oled hull!” karjus ta mulle. „Sa võid lihtsalt oma tagumiku tagasi sinna külmutusvagnisse vedada, minul on veel pidusid pidada!”. Ehkki näis, et ma ei suutnud talle oma erutust edasi anda, jätkasin jutustamist.

Järgmisel päeval jätsime me mõlemad joomise maha. Ei ole sõnu, millega kirjeldada, miks või kuidas see juhtus; see lihtsalt juhtus. See oli ime! Iga järgnev kainenena veedetud päev, oli järjekordne kingitus Kõrgemalt Jõult, millest olin loobunud pikki aastaid tagasi.

Järgmisel aastal hakkasime tööle linnast väljas asuvas laagris, kuhu saadeti joodikuid võõrutusele ja kainenemisele. Meie ülesanne oli hoolitseda selle eest, et neil oleks toitu ja et nad pahandustesse ei satuks. Mõlemad ülesanded olid kohati peaaegu võimatud, kuid me üritasime. AA vanade liikmete toel pidasime vastu ühe

aasta. See oli vabatahtlik töö ja meil oli enda jaoks vähe raha. Kui aasta läbi sai, vaatasin läbi nimekirja alkohoolikutest, kes olid laagrist läbi käinud, neid oli kokku 178. Hüüatasin oma kaaslasele: „Mitte ükski neist ei ole tänaseks kaine!“. „Jah,“ vastas ta, „aga mina ja sina oleme!“. Ja sellel õnnelikul noodil me abiellusimegi.

Minu tugiisik sõnas mulle, et kui tahan luua suhet oma Kõrgema Jõuga, on mul tarvis muutuda. Ühel õhtusel koosolekul kuulsin ühte liiget lausumas: „Asi ei ole selles, kui palju sa jood, vaid selles, mida joomine sinuga teeb.“ See mõte muutis kogu mu suhtumist. Loomulikult pidin alistuma ja võtma omaks, et olen alkohoolik. Mul oli raske loobuda vihast oma endise naise vastu, kes röövis mult lapsed, mehe vastu, kes mõrvas mu ema, ja isa vastu, kes mind minu arvates hülgas. Kuid need vimmad leevenesid aja jooksul, kui hakkasin mõistma omaenda iseloomu puudusi. Tutvusin mõnede lähedalasuva kloostri munkadega, kes kuulasid mu lugu mõningase imestusega ja aitasid mul ennast mõista. Samal ajal aitas minu tugiisiku ja teiste meid oma tiiva alla võtnud vanade olijate armastus meil ühiskonnaga taasühineda.

Tasapisi sulas mu jäätunud süda ning ma muutusin sedamööda, kuidas kasvas minu suhe Kõrgema Jõuga. Elu hakkas omandama täiesti uut tähendust. Ma heastasin võimalikud kahjud, kuid teadsin, et pean naasma lapsepõlvkodusse, et see osa oma minevikust ära klarrida. Paraku aga olime selleks hetkeks omaenda värvimistöde ettevõttega sedavõrd hõivatud, et aastad möödusid, ja võimalust koju tagasi minna lihtsalt ei tekkinud.

Nüüd kus, joomise maha jättime päevale järgnenud kuudest on saanud aastata, olen järjest rohkem pühendunud sellele programmile, mis ei päästnud

ainult minu, vaid ka mu abikaasa elu. Lõpuks hakkasin osalema AA teenimises ja aitasin käivitada üldteenindust meie rühmadele. Me mõlemad hakkasime aktiivselt osalema üldteeninduses ja reisisime koosolekutele üle kogu riigi. Minu üllatuseks anti meile mõlemale võimalus olla üldteeninduse konverentsi delegaadid. Millist rõõmu see meile pakkus! Üks minu meelde jäävamaid hetki oli see, kui konverentsi avamisel ütles AA üldteeninduse juhatuse esimees: „Me kõik oleme täna õhtul siia kogunenud mitte üksikisikutena, vaid selleks, et üheskoos aidata kaasa Anonüümsete Alkohoolikute paremaks muutmisele kogu maailmas.” Meenus aastatetagune hetk, kus ma olin sellesama hotelli ees ventilatsioonirestil, püüdes mitte ära külmuda. Olin rabatud Jumala armust, et ma lihtsalt saan siin olla!

Ühel päeval küsis üks mu elukutselisest kirjanikust sõber, kas ta võiks minu eluloo ajakirjas avaldada. Ta kinnitas mulle, et anonüümsusega probleeme ei teki ja ma nõustusin. Olin selleks ajaks olnud peaaegu kakskümmend viis aastat kaine ja mul polnud aimugi, mida Jumal, nagu mina teda mõistsin, minu heaks teha kavatses. Minu vanim vend, kes oli mind enda juurde elama võtnud, oli juhuslikult selle ajakirja tellija ja sattus lugema seda artiklit. Nii käivitus hämmastav sündmusteahel, mis on muutnud mitte ainult meie, vaid ka minu pere ja paljude teiste inimeste elusid. See ei ole vähemat, kui moodsa aja ime. Jumal on teinud minu jaoks seda, mida ma ise ei suutnud teha!

Artiklis oli ära toodud minu elukohajärgse linna nimi, nii et pärast seda, kui mu vend ja tema naine olid loo lugemise lõpetanud, helistasid nad numbriinfosse ja siis minule – rääkisime esimest korda üle kolmekümne

aasta. Ma puhkesin nutma ja nemad samuti. Nad rääkisid, et pärast minu kadumist abielulahutuse järel oli mu perekond korduvalt püüdnud mind üles leida. Nad olid mures, sest keegi oli neile öelnud, et ma olen kas surnud või riigist lahkunud. Tundsin end halvasti, et olin neid niimoodi muretsema pannud, kuid oma enesekesksuses polnud mulle lihtsalt pähegi tulnud, et nad võiksid nii palju hoolida. Rääkisin järgmise kahekümne nelja tunni jooksul ükshaaval kõigi oma vendade ja õdedega. Vend andis mulle mu omaenda tütre telefoninumbri, keda ma polnud kakskümmend seitse aastat näinud, ja ma helistasin talle. Seejärel rääkisin oma mõlema pojaga. Oh, Jumal, milline kogemus! Kõik mälestused ja kaotatud aastad haarasid mind nii endasse, et mul oli raske isegi rääkida. Veetsin mitu nädalat nuttes, sest kõik vanad valud tõusid taas pinnale ning paranesid siis.

Hiljem toimus meil minu kodulinna suur perekonna taasühinemine. See oli meie kõigi jaoks õnnelik päev, kui me esimest korda pärast lahkuminekut taas koos olime. Mu isa oli surnud, kuid kõik tema lapsed olid seal koos oma peredega – suur ja rõõmsameelne seltskond. Lõpuks, pärast kõiki neid pere peale mõelnud aastaid oli mu Kõrgem Jõud minu sõbra kaudu lahti harutanud kõik segased asjaolud ja võimaldanud mul heastada tehtud kahju neile inimestele, kellele minu kibestumus oli haiget teinud.

Usun, et olen elav tõestus AA ütlusele. „Ära anna enne alla, kui juhtub ime.”

(2)

TA ELAS VAID SELLEKS, ET JUUA

„Mulle oli loetud moraali, mind oli analüüsitud, sõimatud ja nõustatud, kuid keegi polnud kunagi öelnud, „Ma samastun sellega, mis sinuga toimub. See juhtus ka minuga ja ma toimin selles suhtes nii.”

VAADATES OMA ELULE TAGASI, ei näe ma ühtki märki, mis oleks võinud mind või mu perekonda hoiatada meid peagi tabava alkoholismi laastava mõju eest. Meie kollektiivses mälus ei esinenud kummaski pereliinis joomist. Pärineme pikkade traditsioonidega lõuna-osariikide baptistidest misjonäride perest. Minu isa oli pastor ja me käisime igal pühapäeval koos perega tema kirikus ning olin nagu nemadki usutöös väga aktiivne. Ühtlasi olid mu vanemad pedagoogid; isa oli minu koolis direktor ning ema õpetaja. Nad mõlemad olid väga lugupeetud kogukonnaelu eestvedajad. Meie peres oli hoolivust ja ühtekuuluvustunnet. Meiega koos elas minu emapoolne vanaema, sügavalt usklik naine, kes aitas mind kasvatada ja oli elav näide tingimusteta armastusest.

Moraalseid väärtusi ja õppimise tähtsust rõhutati mulle juba varakult. Mulle õpetati, et kui sa oled hästi haritud ja moraalselt väljapaistev, siis ei ole midagi, mis võiks sinu edule selles või järgmises elus takistuseks saada. Lapse ja noore mehena olin evangeelne – sõna otseses mõttes moraalsest innukusest ja intellektuaalsetest ambitsioonidest joobunud. Ma olin koolis silmapaistev ja unistasin õpetajakarjäärist ning teiste aitamisest.

Alles täiskasvanuna, perest eemal olles ja maineka ida-ranniku ülikooli tööalase praktika käigus, proovisin ma esmakordselt kangemat alkoholi. Olin varemgi mekinud pisut õlut ja veini ning juba ammu otsustanud, et puuviljamahl maitseb paremini. Ma ei olnud kunagi baaris käinud, kuni ühel õhtul veensid mõned kaasüliõpilased mind minema koos nendega kokteilibaari. Olin vaimustuses. Mäletan siiani udust, suitsust atmosfääri, vaikset häält, jää kõlinast klaasides. See oli väga stiilne. Kuid kõige eredamalt meenub mulle see esmane soe tunne, mille viski mu kehasse tõi.

Jõin sel õhtul nii palju, et keegi ei uskunud, et ma ei olnud pidev alkoholitarvitaja, ühtlasi ei jäänud ma täis, kuigi kõiki seiku tollest õhtust järgmisel päeval ei mäletanud. Kõigest muust tähtsam oli sel õhtul aga see, et kuulusin sinna. Olin universumis omal kohal; tundsin end inimestega mugavalt. Hoolimata minu aktiivsest kiriku- ja koolielust lapsena olin end alati tundnud ebamugavalt; tegelikult olin inimeste keskel väga närviline ja ebakindel ning enamasti sundisin end olema seltsiv nagu mu vanemad, sest pidasin seda enda kohuseks. Kuid tol ööl baaris oli kõik teisiti. Vähe sellest, et olin täiesti rahulik, ma armastasin päriselt kõiki võõraid inimesi enda ümber ja mulle tundus, et nad armastasid mind vastu ja seda kõike tänu sellele võlujoogile, alkoholile. Milline avastus! Milline ilmutus!

Järgmisel aastal alustasin õpetajakarjääri. Minu esimene töökoht oli kolledžis, mis asus kaheksakümne kilomeetri kaugusel minu kodulinnast. Veel enne kooliaasta lõppu paluti mul joomise tõttu ametist lahkuda. Selle lühikese aja jooksul olin võtnud joomise, kui elustiili omaks. Ma armastasin kärakat. Armastasin inimesi,

kes jõid, ja kohti, kus nad jõid. Kuigi olin kaotanud oma esimese töökoha ja häbistanud oma perekonda, ei tulnud mul tol ajal kordagi pähe, et probleem võiks olla alkoholis. Alates esimesest õhtust baaris, aasta varem, olin langetanud märgilise otsuse, mis suunas minu elu paljudeks aastateks: Alkohol oli minu sõber ja ma järgneksin talle maailma lõppu.

Pärast esimest töökohta kaotasin oma joomise tõttu veel palju teisi. Õpetasin paljudes koolides ja erinevates osariikides. Ma ei olnud enam see moraalne noormees, kes oli näinud oma saatust selles, et aidata inimestel paremini elada. Olin valjuhäälnud ja ülbe, vihane, väärkohtlev, alati teisi süüdistav ja vastanduv. Mind vahistati ja sain peksta. Ropendasin palju ning olin sageli purjus nii tundides kui ka avalikes kohtades. Viimaks lõppes minu õpetajakarjäär täiesti häbistatult. Mu perekond ei mõistnud, mis minuga toimub, ma ise ka mitte. Selgematel hetkedel täitis mind häbi, süütunne ja kahetsus; olin muutunud häbiväärseks kõigile, kes minusse uskusid; teiste jaoks olin muutunud naljanumbriks. Tahtsin surra. Nüüd oli alkohol jäänud minu ainsaks sõbraks.

Lõpuks sattusin vaimuhaiglasse, mis ilmselt päästis mu elu. Ma ei mäleta, kuidas sinna sattusin; tean vaid, et olin muutunud suitsiidseks. Tundsin seal end mugavalt ja mõni kuu hiljem nutsin, kui mind sealt välja kirjutati. Selleks ajaks oli selge, et ma ei tule maailmas toime. Tundsin ennast haigla trellitatud akende taga turvaliselt ja tahtsin kogu ülejäänud eluks sinna jääda. Juua seal ei saanud, kuid rahusteid ja teisi ravimeid oli külluses ning tarvitasin neid meelsasti. Sõna *alkohoolik* ei mainitud kordagi. Ma ei usu, et arstid alkohoolismist minust palju rohkem teadsid.

Kui mind hullumajast välja lasti, kolisin suurlinna, et alustada uuesti. Mu elu oli muutunud lõputuks uute

alguste jadaks. Ajapikku haarasin taas joogi, leidsin häid töökohti ja kaotasin need, nagu varemgi. Kogu hirm ja kahetsus ning kohutav depressioon tulid kümnekordselt tagasi. Mulle ei jõudnud ikka veel pärale, et joomine võib olla kogu selle viletsuse põhjuseks. Müüsin oma väarikuse maha. Müüsin oma verd. Olin prostituut; ja jõin veelgi rohkem. Jäin kodutuks ja magasin bussi- ja rongijaamades. Korjasin kõnniteedelt sigaretikonisid ja rüüpasin koos teiste joodikutega ühisest veinipudelitest. Jõin end meeste munitsipaalvarjupaika ja muutsin selle koduks. Kerjasin raha. Selleks ajaks elasin ainult, et juua. Ma ei pesnud ennast ega vahetanud riideid; haisesin; jäin kõhnaks ja haigeks; hakkasin hääli kuulma ja võtma neid surmaendena. Olin hirmul, ülbe, vihane ja kandsin vimma inimeste, Jumala ja universumi peale. Mul ei olnud enam midagi, mille nimel elada, kuid suremiseks olin liiga hirmul.

Sel hetkel tuli üks naine, kes oli agulis sotsiaaltöötaja ja Anonüümsete Alkohoolikute kaine liige, ning kutsus minu oma kontoris ja jutustas mulle oma loo – kuidas ta jõi, mis juhtus ja kuidas ta kaineks sai. Keegi polnud seda varem teinud. „Mulles oli loetud moraali, mind oli analüüsitud, sõimatud ja nõustatud, kuid keegi polnud kunagi öelnud, „Ma samastun sellega, mis sinuga toimub. See juhtus ka minuga ja ma toiminis selles suhtes nii.” Samal õhtul viis ta mind esimesele AA koosolekule.

Esimestel päevadel kogunesid koosolekutel osalenud inimesed lahkelt minu ümber, ja ma ei joonud. Kuid võõrutuse vaimsed demonid laskusid minu peale. Olen mustanahaline ja need inimesed olid valged. Mida teadsid nemad kannatustest? Mida oli neil mulle öelda? Olin must ja silmapaistev, kuid maailm tõrjus mind järjekindlalt. Vihkasin seda maailma, selles ela-

vaid inimesi ja selle karistavat Jumalat. Ometi uskusin, et AA inimesed olid siirad ja see, millesse nad uskusi, toimis nende jaoks. Ma lihtsalt ei uskunud, et AA võib ka minu kui mustanahalise joodiku jaoks töötada.

Uskusin siiralt, et olen teistsugune, alles hiljem taipasin, et olin teinud läbi oma esime vaimse ärkamise: ma olin alkohoolik ja ma ei pidanud enam jooma! Samuti kogesin, et alkoholism on võrdsete võimaluste haigus ja ei tee vahet rassil, usutunnistusel ega geograafilisel asukohal. Lõpuks vabanesin oma ainulaadsuse kammitsest.

Kainuse alguses pidin elama edasi tegevjoodikuid täis odavas varjupaigas. Kuna ma enam ei joonud, hakkasin oma ümbrust teravalt tajuma – vastikut haisu, müra, vaenulikkust ja füüsilist ohtu. Minu vimm kasvas, kui mõistsin, et olin oma karjääri hävitanud, perekonda häbistanud ja neist võõrdunud ning sattunud kõige viletsamasse asutusse – kodutute varjupaika. Ühtlasi mõistsin, et see leegitsev raev ja vimm kutsuvad mind tagasi jooma ja vajuma edasi surmasohu. Taipasin, et pidin eraldama oma kainuse kõigest muust, mis mu elus toimus. Ükskõik, mis juhtus või ei juhtunud, ma ei tohtinud juua. Tegelikult ei olnud minu kainusega seotud ükski neist asjadest, millega ma tol ajal silmitsi seisin; elu lained voogavad lõputult, nii head kui halvad, ja ma ei saa lasta oma kainusel sõltuda nendest elu tõusudest ja mõõnadest. Kainus peab elama oma elu.

Veelgi olulisem on see, et ma jõudsin veendumusele, et ma ei saa üksi hakkama. Hoolimata kogetud armastusest ei olnud ma lapsepõlvest alates lasknud endale ligi ka mulle kõige lähedasemaid inimesi. Kogu oma elu olin elanud sügaval valedes, ma ei jaganud mitte kelle-

gagi oma tõelisi mõtteid ja tundeid. Arvasin, et mul on otsetee Jumalani ja ehitasin enda ümber usaldamatuse müüri. AA-s puutusin kokku kaheteistkümne sammu läbiva „meie” põhimõttega ja sain tasapisi aru, et ma saan oma kainuse eraldada ja kaitsta seda välise ohu eest ainult niivõrd, kuivõrd ma toetun teiste AA-liikmete kainuse kogemusele ja jagan nende teekonda läbi sammude tervenemiseni.

Tasu, mis saadakse kainusest, on rikkalik ja sama progressiivne kui haigus, mille vastu võideldakse. Kindlasti on nende hüvede hulgas minu jaoks vabanemine erilisuse vanglast ja arusaamine, et AA eluviisis osalemine on õnnistus ja hindamatu privileeg – õnnistus elada elu, mis on vaba joomise valust ja allakäigust ning täidetud kasuliku, kaine elu rõõmuga, ning privileeg kasvada kainuses päev korraga ja tuua lootuse sõnumit, nagu see mulle toodi.

(3)
TURVALINE SADAM

See AA-lane taipas, et tõelise mina leidmise protsess algas teadmisest, kes ta olla ei taha.

VANGLA. Milline imeline elu see on. Siin ma olen, istun kongis ja ootan, et mu veepott keema läheks, et saaksin teha tassi lahustuvat kohvi ja meenutada minevikku. Mõtiskledes oma praeguse olukorra üle, pean nentima tõsiasja, et olen juba neljandat aastat vangistuses. Mõnedel hommikutel ärgates, loodan endiselt, et see kõik oleks lihtsalt üks halb unenägu.

Ma ei kasvanud üles kodus, kus oleks alkoholi tarvitatud, aga kui ma kolmeteistkümneaastaselt esimest korda jõin, siis teadsin, et kordan seda. Kuigi mind kasvatati kodus, kus moraalsed standardid olid kõrged, ei sisendanud see mingit hirmu tagajärgede ees, mis kaasnesid kui võtsin lonksu alkoholi. Mõnikord jalgrattaga naabruskonnas ringi sõites, luurasin ühe täiskasvanu järel, kes oma aias õlut jõi. Kui teadsin, et teda kodus ei ole, tulin hiljem tagasi, murdsin ta majja sisse ja varastasin külmutuskapist seda kuldset jooki.

Mäletan liiga hästi hommikut, mil mina ja üks teine tüüp varastasime mu isa krediitkaardi ja pikapi, et põgeneda Californiasse ning hakata filmistaarideks. Meil oli üks püstol, millega saime poode röövida, kui oli aeg oma õlle-, sularaha- ja suitsuvarusid täiendada. Kuid veel enne esimese reisiräpva lõppu teatasin oma sõbrale, et ma ei saa edasi minna ja pean koju naasema. Teadsin,

et selleks ajaks on mu ema ja isa juba murest murtud. Mu sõber keeldus tagasi tulemast, seega lasin ta autost välja; ma ei näinud teda enam kunagi. Mu vanemad võisid näha minu käitumises tõsist teismeeva mässu, kuid neil polnud aimugi, et selle taga oli haigus nimega alkoholism.

Kuueteistkümnepäevaseks sain osalise ajaga töö kohaliku raadiojaama diskorina. Asjatundjad märkasid, et mul on selle ameti peale annet nii, et tulin keskkoolist ära ja ja hakkasin täiskohaga plaate keerutama. Joomine ja pidutsemine käisid selle ametiga käsikäes. Peatselt kujunes välja muster, mis kestis palju aastaid. Kui mu tööandjad märkasid minu alkoholismi ja see hakkas tööd segama, lahkusin ametist ja asusin tööle mõnes teises ringhäälingufirmas.

Mulle meenub päev kui tegin ühte keskpäevasaadet ja tundsin, et ei suuda enam ühte minutitki ilma joogita olla. Panin ühe plaadi mängima ja jalutasin vaikselt ning märkamatuks raadiojaamast välja. Sõitsin alkoholipoodi ja ostsin pudeli viskit, läksin tagasi autosse, panin raadio mängima ja hakkasin jooma. Istudes seal ja kuulates laulu laulu järel, lõppes ükshetk album ja ainus mida kuulda võis oli plaadimängija nõela kraapimine. Lõpuks taipas keegi raadiojaamas, et mind ei olnud enam stuudios ja pani uue plaadi mängima.

Minu raadios töötatud aastate jooksul, olin aeg-ajalt tormipüüdja. Minu töö oli radari informatsiooni põhjal järgneda tormidele ja märgata tornaadosid, rahet, üleujutusi ja tormiga seotud ohte või kahjustusi. Seejärel kasutasin autos olevat mobiiltelefoni, et teha raadiosse otseülekandeid kui tormi jälitasin. Ühel ööl oli torm eriti pöörane. Meie kuulajaskond oli suurem kui kunagi

varem ja mina tegin oma otseülekannet, mis kõlas nagu ma oleksin sõjatoonilis eesrindel.

Järgmisel päeval tunnustas üks ajaleht meie raadiojaama kena artikliga, mis kirjeldas meie professionaalset tööd ilma kajastamisel. Mida keegi ei teadnud oli see, et need „professionaalsed” tormireportaažid olid ette kantud minu turvaliselt tagahoovi terassilt ning iga viski-koola klaasitäie järel minu improvisatsioon paranes.

Aegajalt töötasin reporterina ja tegin kohapeal ülekandeid mitmetest uudislugudest. Jõin töö juures regulaarselt ja olin sageli umbjoobes kui tulid kutsed minna kajastama joobes juhtimisega seotud liiklusõnnetusi. Seal ma olin, ühes käes mikrofoni, teises plasku, hüpatas uudistebussi ja kihutades sündmuspaiigale sama purjusvõi isegi rohkem täis kui see, kes õnnetuse põhjustas. Oli vältimatu, et ühel päeval põhjustan oma joomise tõttu ise raske liiklusõnnetuse, ning selle asemel et ise uudiseid kajastada, *saab* minust uudis.

Olin mitmel korral eadusega pahuksis – trahvide maksmata jätmine, avalik joove, kaklemine ja joobes juhtimine. Aga miski pole võrreldav selle korraga, kui politsei kutsus mind ülekuulamisele seoses ühe mõrvaga. Olin eelneval ööl joonud ja sattunud ohtlikku vahejuhtumisse. Teadsin, et ma ei olnud toime pannud mõrva, aga ometi oli minust saanud peamise kahtlusalusena. Peale ühte või kahte tundi küsitlemist selgitati välja, et mina ei olnud seda kuritegu toime pannud ja mul lubati minna. Siiski oli see piisav, et panna mind asjade üle järele mõtlema.

Läksin koju ja helistasin ühele sõbrale, keda olin nädala eest näinud kaubanduskeskuses. Ma ei olnud temaga paar aastat rääkinud, aga märkasid kui teist-

moodi ta välja nägi ja käitus. Meie vestluse käigus mainis ta mulle, et ta ei ole rohkem kui aasta joonud. Ta mainis mulle sõprade rühma, kes aitasid tal kainena püsida. Ma valetasin talle ja väitsin, et ka mina ei olnud mõnda aega joonud. Arvan, et ta ei jäänud mind uskuma, aga ta andis mulle oma numbri ja julgustas mind endale helistama, juhuks kui ma tahaksin tema sõpradega kohtuda. Kui olin piisavalt julgust kogunud ja talle helistasin, tunnistasin oma joomisprobleemi ja soovi lõpetada. Ta korjas mu peale ja viis mind mu esimesele AA koosolekule. Anonüümsetes Alkohoolikutes teadsin, et olen leidnud ohutu sadama. Järgneva nelja ja poole aastal jooksul langesin kategooriasse, mida AA kõnepruugis tuntakse kui „kroonilised kukkujad.” Suutsin kokku kraapida tubli kuus kuud kainust, siis hankisin tähistamiseks pudeli.

Tegin kõiki neid asju, mida mul soovitati mitte teha. Esimesel AA aastal võtsin vastu suuri otsuseid nagu näiteks, abiellusin, üürisin võimalikult kalli korteri, ei töötanud tugiisikuga, vältisin samme, tõllerdasin oma vanade joomasemudega endistes kohtades, ja koosolekutel rääkisin rohkem kui kuulasin. Lühidalt, ma ei andnud AA imele võimalustki. Minu haigus süvenes ja minust sai püsikunde võõrutushaiglates, intensiivravi osakondades ja ravikeskustes. Lõplik hullumeelsus oli väga lähedal ja surmaväravad juba paistsid.

On ütlus, et alkohoolikul läheb kas kõri kinni, kongi üks kinni või kirstu kaas kinni. Kuna ma ei olnud siiralt valmis tegema neid asju, mis kõri kinni paneks, pidin teiste valikutega silmitsi seisma. Ma ei kujutanud ette, et see võib nii kiiresti juhtuda.

Oli ilus septembri nädalavahetus just enne tööpüha. Otsustasin osta kasti õlut ja pudeli veini. Õhtu edenedes

jõin õlle ja veini peale viskit, jäin mäluauku, panin täis peaga toime kuriteo, mind arreteeriti ja kõigest kümne päeva jooksul mõisteti süüdi ja määrati kahekümneks aastaks vangi. Tundub, et alkohoolne surm tuleb paljuski samamoodi: ma joon, ma langen mäluauku ja ma suren. Vähemalt vanglas olles antakse mulle veel üks võimalus elada.

On võimatu kirjeldada pealesunnitud alandlikkust, mida üks vangi pistetud alkohoolik tunneb. Ehkki väärin vangis istumist, oli see kohutav trauma. Ainus julgustus ja lootus, mille suutsin leida oli isiklike kogemustlugude lugemisest räbaldunud Suurest Raamatust, mille leidsin oma kongist. Siis ühel päeval, kuulsin midagi, mis oli muusika minu kõrvadele. Üks vangivalvur teatas, et kabelis toimub AA koosolek. Kui ma koosolekule sisse astusin, võtsin koha sisse toolide ringis, kus leidsin taas ohutu sadama.

Kui ma seda lugu kirjutan, on möödunud kolm ja pool aastat sellest koosolekust kabelis. Olen kolinud suuremasse vanglaosakonda ja jäänud väga aktiivseks Anonüümsete Alkohoolikute hämmastavas programmis. AA on minu elus nii palju asju korda saatnud. See on andnud mulle vaimse tervise ja üleüldise tasakaalutunde. Nüüd, olles valmis kuulama ja soovitusi vastu võtma, olen avastanud, et tõelise mina leidmise protsess algas teadmisest, kes ma olla ei taha. Ja kuigi alkoholismitõbi minu sees on nagu gravitatsioon, mis tahab mind alla tõmmata, on AA ja Kaksteist Sammu nagu jõud, mis lennuki õhku tõstab: See toimib ainult sel juhul, kui piloot teeb õigeid asju, et see toimima panna. Niisiis, olles programmiga tööd teinud, olen ma emotsionaalselt ja intellektuaalselt kasvanud. Mitte

ainult pole ma Jumalaga rahu teinud, minu sees on ka Jumala rahu aktiivse Jumalateadlikkuse kaudu. Lisaks alkoholismist tervenemisele olen saanud terviklikuks inimeseks – kehalt, vaimult, hingelt.

Minuga on üks „Jumala-asi” teise järel juhtunud, sellest ajast peale, kui alistusin AA põhimõtetele. Mind süüdi mõistnud kohtuametnikud ühes minu kuriteo ohvritega on kõik otsustanud toetada minu enneaegset vabanemist vanglast. Kokkusattumus? Ma arvan, et mitte. Olen saanud kirju oma endistelt tööandjatelt, kes on kuulnud minu kainusest ja pakkunud mulle taas võimalust raadios töötada. Need on lihtsalt näited sellest, kuidas Jumal teeb minu heaks seda, milleks ma ise suuteline ei olnud.

Ühe kohustuse, mille ma olen endale võtnud, vastutaksuks Jumala armu eest, on koheselt hakata aktiivselt osalema paranduskomitee töös kui mind välja lastakse. AA sõnumi toomine tagasi vanglatesse on mulle ja minu kainusele täna äärmiselt oluline.

Kogemuse põhjal olen aru saanud, et ma ei saa minna tagasi ja teha täiesti uut algust. Kuid läbi AA saan alustada praegusest ja luua täiesti uue lõpu.

(4)
KUULATES TUULT

Läks tarvis „Inglit”, et tutvustada sellele põlisameeriklasest naisele AA-d ja tervenemist.

ALUSTASIN JOOMIST, kui olin umbes 11-aastane. Elasin oma venna ja tema abikaasaga New Mexicos Gallupi lähistel. Me olime vaesed. Minu jaoks sümboliseeris kodu ubade ja värskete tortillade lõhn. Magasin voodis koos kolme teise lapsega, kus külma talve jooksul sooja saamiseks pidime hoidma lähestikku. Ümberringi oli kõikjal sügav lumi.

Mul oli raskusi lugemise ja koolitööst arusaamisega, seega tegin poppi nii palju kui sain. Isa ja vanaema olid mulle jutustanud lugusid meie rahva katsumustest rännates läbi kõrbede ja üle mägede. Kohtusin ühe poisiga, kellega koos lasime koolist jalga, varastades tagatipuks veoauto. Jõime tekiilat ja avastasime koos kõrbekuivasid maastikke. Mõnikord istusime otse üle tee asuva kauplemispunkti taga. Reservaadi lähedal asuvast tolmusest linnast läbi mürisev rong töötas meile kaugeid, võluvaid paiku.

Kui olin 15, saabusin üksi San Franciscosse, kaasas kitarr, väike kohver ja 30 dollarit. Proovisin kohalikes kõrtsides ja kohvikutes esinedes tööd leida. Uskusin, et võiksin lauljana karjääri teha. Kolm päeva hiljem leidsin end magamas kuskil uksepakul, pütides leida vihma eest pelgupaika. Mul oli külm, olin rahatu ning mul polnud kuhugi minna. Ainus, mis mul oli, oli uhkus. Seesama uhkus hoidis mind helistamast oma vennale ning minemast tagasi ainsate inimeste juurde, kes olid mind üldse kunagi tundnud.

Ühe pika ja rahutu öö jooksul pani üks keskealine valge mees oma käe minu õlale ja lausus: „Kuule, noor daam, lähme otsime sulle sooja koha ja midagi süüa.” See hind, mida ta minult vastutasuks küsis, tundus selle külma ja vihmase öö kõrval tühine. Lahkusin tema hotellitoast, 50 dollarit näpus. Seal algas minu pikk ja mingis mõttes isegi tulus prostituudikarjäär. Pärast öö läbi töötamist jõin end täis, et unustada, mida kõike pidin üüri maksmiseks tegema, uinudes alles päikese-tõusul. Möödusid nädalad.

Siis hakkasin varastama ja röövisin bensiinijaama ning alkoholipoodi. Mul oli vähe sõpru. Olin õppinud inimesi mitte usaldama. Ühel õhtul umbes kaheksa paiku, nägin autot tee ääres peatumas, kui olin jõudsin end vastu maja seina nõjatada, ise poolpurjakil. Arvasin, et mu tänaõhtune seltsiline on saabunud. Viisaka vestluse käigus leppisime hinnas kokku, mille järel istusin autosse. Äkki tundsin pimestavat lööki oimukohta. Mind löödi meelemärkusetuks. Linnast väljas, maha-jäetud alal, tiriti mind autost välja, peksti püstoliga läbi ning jäeti mudasse surema, vihm õrnalt minu peale sadamas. Tulin teadvusele trellitatud akendega haiglas.

Veetsin seal järgmised seitse nädalat ning pärast korduvaid operatsioone teadvusele tulles, tundsin ümbritseva vaevu ära. Lõpuks, kui olin võimeline natuke kõndima, ütles mulle naispolitseinik, et mind viiakse maakonna vanglasse. See oli mul kahe kuu jooksul kolmas vahistamine. Peaaegu kaks aastat tänavatel oli jätnud oma jälje.

Kohtunik leidis, et ma olen rehabiliteerimatu ja mulle esitati süüdistus 18. kuriteoepisoodis. Järgmised 26 kuud olin tänavatest eemal. Olin sel ajal seitseteist. Esimeste kuude jooksul, oleksin alkoholi saamiseks mida iganes teinud. Teadsin, et narkootikumide ees olen jõuetu, aga ma ei suutnud mõista, mida halba võiks teha alkohol. Suvel pääsesin vabadusse. Mul polnud õrna aimugi, kuhu ma suundun, kuid teadsin, et selle uue vabaduse tähistamiseks kuluks üks hea külm õlu ära. Otsin kuuspaki ja bussipileti.

Bussist maha astudes leidsin tööd baaris ettekandjana. Oma esimese vahetuse lõpuks sain piisavalt raha, et osta endale üks pudel ja võtta lähedalasuvas räpases motellis tuba.

Mõni nädal hiljem kohtasingi teda, üle pika aja esimest indiaanlast. Kui tulin tööle, nõjatus ta üle piljardilaua. Panin selga põlle, haarasin kandiku ja sammusin tema poole, et vajadusel uuesti täita tema joogiklaas.

„Kes sul reservaadist lahkuda lubas?” küsis ta. Olin maruvihane ja tundsin end alandatu ning häbistatuna.

Sellest mehest sai minu esimese lapse isa. Meie suhe kestis vaid mõne kuu ja oli üks paljudest vastastikku vägivaldsetest suhetest, mis ootasid lähiaastatel ees. Mõni nädal pärast seda kohtumist leidsin end üksi, purjus, kodutu ja rasedana. Kartes jälle vanglas lõpetada, kolisin oma venna ja tema naise juurde.

Mu vend oli saanud väga hea töökoha ning kolis Hawaiile. Seal nägi ilmavalgust ka minu poeg ja sel päeval avastasin oma elu mõtte: olin emaks sündinud. Ta oli ilus, sirgete mustade juuste ja tumedate silmadega. Ma ei olnud kunagi varem end niimoodi tundnud. Võisin oma mineviku taas selja taha jätta ja liikuda lapsega edasi uude ellu.

Umbes aasta pärast sai mul saareelust ja tolleaegsest peikast villand. Jätsin ettekandjaameti ja perega hüvasti ning kolisin oma 1-aastase lapsega Californiasse.

Mul oli vaja transporti, kuid autod maksid liiga palju. Kust ma palju raha saaksin? Ei tundunud sobilik minna tagasi prostituutide sekka samas linnas, kus ma oma poega kasvasin. Ma võiksin sõita bussiga järgmisesse linna, töötada terve öö ja tulla hommikul koju, kui ma leiaksin kellegi, kes mu väikest poega valvaks. Öötöö eest maksti hästi. Kõik oleks hästi senikaua, kuni ma ei tööta kodu lähedal, kus mu laps koolis käima hakkab. Samuti saaksin tööl juua. Tervisekindlustuse säilitamiseks hoidsin ka sotsiaalabi alles.

Rahaliselt läks mul päris hästi. Umbes aasta pärast leidsin suure ookeanivaatega korteri, ostsin uue auto ja puhast tõugu kollikoera. Sotsiaaltöötajad muutusid uudishimulikuks ja mina ei mõistnud, mis nende probleem oli. Elasin topeltelu – päeval olin superema, öösiti purjus prostituut.

Kohtusin rannas imelise mehega ja me armusime. Kõik tundus kui maapealne paradiis, kuniks ta küsis, kellena ma töötan. Loomulikult ma valetasin, et töötan valitsuses ja mul on kõrgeim julgeolekukategooria, mis tähendas täielikku salastatust. Seetõttu pidin töötama nädalavahetustel, öösiti ja salaja, linnast väljas. Lootsin,

et siis ta ei päri nii palju. Selle asemel tegi ta mulle abieluettepaneku.

Me kolisime kokku ja minu töökorraldus muutus pea-aegu võimatuks. Nii nagu ka minu südametunnistus. Ühel õhtul tööle minnes istusin maanteel tipptunni liikluses ja puhkesin nutma. Tundsin, et kogu elatud vale purskub mu sees laiali. Vihkasin ennast ja tahtsin surra. Ma ei suutnud talle tõtt öelda, aga ei tahtnud ka valemist jätkata. Järsku tabas mind valgustumine. Parim idee, mille peale eales olin tulnud. Sõitsin järgmisel väljasõidul kiirteelt maha, läksin koju ja ütlesin talle, et mind vallandati! Ta võttis selle uudise hästi vastu ja tähistasime seda koos tohutu suure pudeli veiniga.

Minu mineviku painajate varjamine nõudis palju alkoholi, aga olin veendunud, et saan sellest väikesest probleemist õige pea jagu. Ma ei saanud kunagi. Läk-sime minu joomise tõttu lahku, mille järel pakkisin lapse, koera ja oma kolm kassi väiksesse autosse ning me kolisime mägedesse.

Seda mägilinna olin isa ja vanaemaga lapsena külastanud. Mälestused külvasid mind üle lugudega, kuidas indiaanlased sinna omal ajal olid jõudnud. Sain tööd kohalikus puhkekeskuses tubade koristajana ja õige pea naasin ka sotsiaaltoetusele. Varsti pärast kolimist läks mu poeg kooli. Selleks ajaks tarbisin pea igapäevaselt pudeli tekiilat ja olin pidevalt mäluaugus.

Ühel päeval tõusin üles nagu tavaliselt. Viimane asi, mida mäletan, oli see, et värisesin nii tugevalt, et suutsin vaevu püsti seista. Sõin supilusikataie mett, lootuses, et see annab mulle vajaliku suhkrulaksu. Järgmine kord tuli mul pilt ette erakorralise meditsiini osakonnas. Sealt öeldi, et kannatan alatoitumise all. Olin umbes 13 kg ala-

kaalus. Ja neil oli jultumust küsida, kui palju ma joon! Kus siin seos on? Lubasin, et ei joo enam kunagi.

Esimest korda elus püüdsin kõigest väest joomist maha jätta. Pärast mõnepäevaseid värinahooge ja iiveldamist otsustasin, et üks pits tekiilat ei tee halba. Mul õnnestus veidi kaalus juurde võtta, aga 6 kuud hiljem kukkusin kokku ja mul tuvastati sisemine verejooks. Sel korral olin haiglas neli päeva. Mulle öeldi, et kui ma joomist ei lõpeta, siis tõenäoliselt suren.

Mu poeg helistas oma vanavanematele ja nad sõitsid meile mägedesse külla. Ma polnud neid aastaid näinud. Saime läbi paremini, kui olin arvanud. See suhe, mille nad mu pojaga löid, oli imeline. Isa võttis oma lapse-lapse loodusesse matkama ja ema aitas mu poega hoida, kui pidin tööle minema. Mu tervis vedas jätkuvalt alt. Lõpuks kolisid mu vanemad meie linna, et mind ja oma lapselast aidata.

Otsustasime isaga minna indiaanlaste kokkutulekule. Ma polnud neil hõimupäevadel lapsest saadik käinud. Kui kuulsin neid trummiheliseid ja nägin tantsijaid, tärkas minus mingi tohutu valu. Tundsin end kõrvalseisjana. Tahtsin juua. Mu juuksed ulatusid vööni ja kandsin türkiissiniseid ehteid, mida olin aastate jooksul kogunud. Nägin välja nagu nemad, aga ma ei tundnud end ühena nende seast. Tundsin, nagu nad kõik teaksid midagi, mida mina ei tea.

Püüdes tõestada, et mul läheb üha paremini, jõudsin tagasi tänavatele, et teenida veelgi rohkem raha. Vanematele ütlesin, et sõidan mägedesse sõpradele külla. Mind vahistati kolmandat korda, kui sõitsin purjus peaga oma järjekordselt nädalavahetuse tööotsalt tagasi. Öö vangikongis tundus ilma alkoholita lõputult pikk.

Möödusid nädalad ja kuud ning mäluaugud läksid hullemaks. Siis kohtasin kohalikus baaris üht meest. Ta ei meeldinud mulle eriti, aga tal oli palju raha ja mina meeldisin talle küll. Ta viis mind kenadesse restorani-desse ja tegi kalleid kingitusi. Niikaua kui mul mõnest joogist aur üleval oli, suutsin teda taluda.

Üks asi viis teiseni ja niisiis me abiellusime. Kõige mõjuvam põhjus oli teadmine, et ma ei pea enam tänavatele minema ja minu eest kantakse hoolt. Olin hakanud arvama, et mul pole palju elada. Arstide näod muutusid iga kord aina süngemaks, kui mind haiglasse kainenema viidi.

Kogu abielu oli farss ja peatselt hakkas ka mees sellest aru saama. Keegi oli talle minu minevikust rääkinud ja ta tahtis teada tõde. Mul iiveldas, olin väsinud ja purjus. Tunnistasin talle kõik üles, sest mind ei huvitanud enam miski. Sellest ajast saadik tülitseksime igapäevaselt ja minu haiglaskäigud muutusid üha sagedasemaks. Ühel pärastlõunal otsustasin, et ei soovi enam elada ja haarasin kamina kohalt relva. Võlgnen abikaasale oma elu. Ta kuulis õuest mu lapse karjumist ja sööstis tuppa. Ta haaras relvast ja kiskus selle mu käest. Ma olin juhm ja ei suutnud mõista, mis oli just juhtunud. Mu poeg võeti ametivõimude poolt ära ja mind paigutati kinnisesse kriminaalhooldusosakonda. Olin seal kolm päeva.

Pärast vabanemist möödusid järgnevad nädalad kui udus. Ühel õhtul jäi mu mees teise naisega vahele. Me tülitseksime ja ma järgnesin talle autoga, püüdes teda linna peatänaval alla ajada. See intsident põhjustas kuue auto ahelavarii ja kui võimud mu hiljem kätte said, saadeti mind jälle trellide taha. Ma ei mäleta sinna saabumist ja ärgates ei saanud ma aru, kus viibin. Olin

randmetest, pahkluudest ja kaelast laua külge seotud. Nad süstisid mulle veeni kaudu kangeid rahusteid ning ja hoidsid mind pikalt sedasi. Viie päeva pärast sain vabaks. Vabanedes polnud mul kedagi järel, seetõttu pidin koju hääletama. Maja oli lukus ja pime ning ei olnud kedagi, kes mind sisse oleks lasknud. Hankisin endale pudeli ja istusin tagumisel verandal lumme ja jõin.

Ühel päeval otsustasin minna pesumajja riideid pesema. Seal oli naine lastega. Ta oli krapsakas ja voltis riideid ilusatesse hunnikutesse suurte korvide sisse. Kust ta oma energia sai? Järsku avastasin, et pean oma riided kuivatisse panema. Mulle ei meenunud, millisesse masinasse olin nad pesema pannud. Vaatasin tulutult enam-vähem 20 erineva masina sisse. Otsustasin selle olukorra lahendada selliselt. Olen seal, kuni kõik teised on oma pesud välja võtnud ja lahkunud. Ma võtaksin endale kõik riided, mis maha jäid, ja enda omad samuti. Kui too teine naine oma ülesanded lõpetas, kirjutas ta midagi väikesele paberile. Ta laadis oma korvid ja lapsed autosse ning tuli tagasi pesumajja. Ta tuli otse minu juurde ja ulatas mulle väikese sinise paberitüki. Ma ei saanud aru, mis seal kirjas oli. Naeratasin viisakalt ja laususin sõbralikult: „Aitäh.” Hiljem lugesin välja telefoninumbriga ja selle all kirjutatud sõnumi: „Kui sa tahad kunagi joomise maha jätta, siis helista Anonüümsetele Alkohoolikutele, 24 tundi ööpäevas.”

Miks ta mulle selle andis ja mis andis talle alust arvata, et ma joon? Kas ta siis ei näinud, et selles pudelis oli limonaad? Milline jultumus! Olin häbistatud! Voltisin paberi kokku ja surusin selle oma pükste tagataskusse. Järgmiste nädalate jooksul jäin üha haigemaks. Ühel

hommikul ärkasin üksi nagu tavaliselt. Ma polnud oma abikaasat juba tükk aega näinud. Mul oli hädasti jooki tarvis ja voodi kõrval olev pudel oli tühi. Proovisin tõusta püsti, aga mu värisevad jalad ei suutnud keha raskust kanda. Kukkusin põrandale ja hakkasin mööda maja roomates pudelit otsima. Ei midagi! See tähendas, et pidin kodust lahkuma ja poodi minema.

Leidsin põrandalt oma tühja käekoti, kuid teadsin, et sellises seisus ei jõua ma kunagi autoni. Mind valdas hirm. Kellele võiksin helistada? Mul polnud enam sõpru, ammugi ei saanud ma oma perele helistada. Meenus tek-sade tagataskus olev number. Ma polnud mitu päeva isegi riideid selga saanud. Kus need püksid üldse olid?

Otsisin maja läbi ja leidsin need lõpuks sealt samast magamistoa põrandalt. Number oli taskus. Pärast kolme katset õnnestus mul see valida. Naishääl vastas.

„Ma ... oeh ... sain selle numbri teie käest... oeh... Kas see on AA?\": küsisin ma.

„Jah. Kas te tahate joomise maha jätta?”

„Palun, jaa. Ma vajan abi. Oh, Jumal.” Tundsin, kuidas tulised pisarad mu näole voogavad.

Viis minutit hiljem sõitis ta minu sissesõiduteele. Ta pidi olema mingit sorti ingel. Kuidas oli ta sel päeval pesupoes tühjast kohast välja ilmunud? Kuidas oli ta teadnud? Kuidas olin ma kogu selle aja tema numbri alles hoidnud, ilma et oleksin selle ära kaotanud?

AA naine hoolitses selle eest, et mul ei oleks majas alkoholi. Ta oli minu vastu tükk aega väga karm. Käisin iga päev koosolekutel ja hakkasin tegema samme. Esimene Samm näitas mulle, et ma olen jõuetu alkoholi ja kõige muu ees, mis ohustab mu kainust või ähmas-tab mu mõtlemist. Alkohol oli ainult sümptom palju

sügavamatele probleemidele, nagu ebaausus ja eitamine. Nüüd tuli mul jõuda endast suurema Jõuni. See oli minu jaoks väga raske. Kuidas võisid kõik need *valged* inimesed üldse arvata, et nad suudavad *mind* mõista? Nad kutsusid kohale kaine indiaani naise, kes minuga terve päeva töötas. See oli väga võimas päev. See indiaani naine ei andnud mulle üldse armu. Ma ei unusta teda kunagi. Ta veenis mind, et ma pole ainulaadne. Ta ütles, et need *valged* tüübid on parim asi, mis on minuga kunagi juhtunud.

„Kus sa ilma nendeta oleksid?“ küsis ta. „Millised on alternatiivid? On sul endal paremaid lahendusi? Mitut *indiaanlast* sa tead, kes sul kaineks jääda aitavad?“. Tol hetkel ei tulnud mulle ühtegi meelde. Pisarates alistasin, mul polnud vastuseid ning otsustasin teha nagu nad ütlevad. Ma leidsin, et minu jaoks on Kõrgem Jõud koosolekutel osalejate kohal hõljuv maagia. Otsustasin seda Jõudu nimetada Suureks Vaimuks.

Kaksteist Sammu tungisid sõrgkangina minu ebaaususe ja hirmude sisse. Mulle ei meeldinud see, mida ma enda kohta teada sain, kuid ma ei tahtnud ka minna tagasi sinna, kust olin tulnud. Avastasin, et planeedil pole olemas ainet, mis aitaks mul ausaks saada. Olin nõus tegema peaaegu mida iganes, et vältida endaga töö tegemist.

Mind hoidis kainenena see armastus, mida tundsin Anonüümsete Alkohoolikute ruumides, kuniks hakkasin mõistma aususe olemust. Sealt leidsin oma elu esimesed sõbrad. Tõelised sõbrad, kes hoolivad päriselt isegi siis, kui mul on näpud põhjas ja olen meeleehtel. Pärast kahekümne kahe kuulist kainust suutsin viimaks teha ausa inventuuri. Viies Samm aitas mul näha

mu enda osa neis vimdades ja hirmudes. Suure Raamatu peatükk „Kuidas see töötab”, seadis mu ette mitu küsimust. Vastused neile küsimustele aitasid mul teada saada, millised on minu reaktsioonid elu tingimustele. Iga vastus igale vimmale, tõelisele või kujuteldavale, oli olnud haige ja enesehävituslik. Ma olin lasknud teistel kontrollida oma heaolu ja käitumist. Mõistsin, et teiste käitumine, arvamused ja mõtted ei puutu üldse minusse. Mind puudutasid ainult minu omad. Palusin oma Kõrgemal Jõul eemaldada kõik see, mis takistab mul Talle ja teistele kasulik olla ning abi ehitada üles uus elu.

Oma praeguse abikaasaga tutvusin AA koosolekul. Koos kanname seda sõnumit ka teistele indiaanlastele reservaatides üle riigi. Pärast ligi kahte aastat kainust hakkasin koolis taas viienda klassi tasemel õppima. Peale ülikooli alustasin oma äri. Tänaseks avaldan enda kirjutatud raamatuid. Meie tütar sündis minu kainusaastate algul ja on praeguseks juba keskkoolis. Ta ei ole kunagi näinud oma ema joomas. Meie pere on pöördunud oma esivanemate vaimsuse juurde. Me võtame osa higitelkide rituaalidest ja teistest iidsetest traditsioonidest suveräänse põlisrahva maal. Korraldame indiaanlaste internaatkoolides ja teistes asutustes kainete põliselanike vestlusringe ja räägime oma tervenemisest.

Täna elan ma ausat elu. Iga tegu, sõna, palve ja kaheistkümnenda sammu sõnumi viimine on investeering minu hingelisse vabadusse ja eneseteostusesse. Olen armunud ja uhke, et olen indiaanlane. Ühel AA koosolekul indiaanlaste reservaadis kuulsin sõnu „Kainus on traditsiooniline”. Ma seisan selle püha mäe tipus ja kuulan

tuult. Täna on mul oma Loojaga teadlik igapäevane side ja Ta armastab mind. Tänu taastumisele Anonüümsetes Alkohoolikutes, Kaheteist Sammu programmile ja armastusele on kõik minu elus Püha.

(5)
TOPELT ÕNNISTATUD.

Maksatsirroosi diagnoosi saanud alkohoolik saavutas kainuse – lisaks tehti talle elupäästev maksasiirdamine.

7 ÄNA ON PÜHAPÄEV, minu lemmikpäev nädalas. Asjad on tavaliselt rahulikud ja mul on alati see suurepärase alandlik tunne, kui imeline on olla elus. Mul on hea meel tõdeda, et väga vähe päevi möödub ilma selle tundeta.

Vanadel aegadel olid pühapäevad üsna pöörased. Nii kutsun ma oma joomapäevi – vanad ajad. See oli nädalavahetuse viimane päev, millega lõppes sõpradega koos paar päeva kestnud pidutsemise. Ma ei läinud kunagi kuhugi, kus pidu ei olnud, ja kui pidutsemiseks põhjust ei leidunud, mõtlesin selle ise välja ja viisin peo endaga kaasa. Ma ei mäleta oma elus aega ilma kärakata. Isegi kui olin noor ja veel ei joonud, oli alkohol igal pool. Oma joomise alguses mäletan siiski end mõtlemas, et minust ei saa kunagi alkohoolikut – teadsin oma isiklikust kogemusest, kuidas alkohoolik elab. Olin siis teismeline ja kujutasin ette, et panen lihtsalt pidu ja suudan alati oma joomist täielikult kontrollida. Selleks ajaks, kui ma päriselt seadusliku joomise ikka jõudsin, olin kindlasti ületanud nädalavahetusel pidutsemise piirid, ja pühapäevast sai taaskord nädala esimene päev, nädala pikkuse joomise alguspunkt.

Noorukieas oli joomine minu viis teistega suhestumiseks. Ma ei tundnud kedagi, kes ei jooks, ja kõik minu huvid, sõbrused ning intiimsuhted keerlesid täielikult joomise ümber. Aastatega kasvasin pealtnäha suureks ja alustasin justkui normaalset elu, kuid see oli ainult

fassaad. Tegelikult ei saanud ma kunagi küpseks, välja arvatud füüsiliselt. Välja paistsin normaalne. Ma teadsin, et joon nagu ka kõik teised, kuid ma käitusin üldiselt viisakalt ja õnneks suutsin suurematest jamadest enamasti hoiduda. Nüüd tagasi vaadates, näib minu kainusele eelnenud elu kui pikk jada pooleli jäänud asju. Aastate jooksul olin pooleli jätnud kõik, mis midagi tähendas: kolledži, ametikõrgenduste taotlemise, suhted – vähemalt need suhted, mis nõudsid mingisugustki pingutust.

Siis hakkasid asjad muutuma. Mõned aastad enne seda, kui joomisest lõplikult loobusin, hakkas mu keha märku andma, et sellel kursil jätkamine ei pruugi olla nii muretu, kui see seni oli tundunud. Kui mul hakkasid tekkima kõhuprobleemid, läksin arsti juurde ja küsimusele minu joomisharjumuste kohta, üritasin jätta muljet, et ma ei liialda alkoholiga. Tehti uuringuid, kuid kindlat diagnoosi ei pandud. Mul soovitati tervislikult toituda ja jälgida alkoholi tarbimist ning arst andis ka muid asjalikke soovitusi. Olin veel noor ja mõtlesin endamisi, et kui veidi tempot maha võtan ja annan kehale pisut puhkust, siis muutub kõik endiseks. Järgneva paari aasta jooksul oli mul korduvalt paha olla, ent kuna ma ei tegelenud kunagi tegeliku probleemiga, süvenes mu joomine üha rohkem. Kui uusi sümptomeid juurde tekkis, olin sunnitud tõsiselt kaaluma võimalust, et joomine võib olla kõigi minu terviseprobleemide peamine põhjus. Viivuks mõistsin, et tõenäoliselt tuleb tulevikus alkoholist loobuda. Selle arusaamaga kaasnesid hirm ja mitmed küsimused. Kuidas ma elama hakkan? Mida ma oma eluga teen? Kindlasti tähendaks elu ilma kärakata, et nalja enam ei saa, ja ilmselgelt ei oleks mina elan lõbus kaaslane.

Kuni hetkeni, mil taipasin, et tõenäoliselt tuleb joomisest loobuma, olin end pidanud üdini õnnelikuks. Mul oli hea elu, hea töökoht, kena elukoht, auto, sõbrad – kõik need asjad, mida arvasin elus vajavat. Mõtted abi otsimisest joomise lõpetamiseks olid aeg-ajalt pähe tulnud, kuid need olid põgusad ega arenenud millekski tõsiseltvõetavaks. Viimaks oli mu tervis hakanud tõsiselt halvenema. Ma ei suutnud sageli voodist tõusta, et tööle minna ja kummalised uued probleemid hakkasid end regulaarselt ilmutama. Otsustasin pudelist lahti öelda, kuid ainuüksi proovimine lõppes katastroofiga. Kuivaldel perioodidel olin väga nõrk ja haige. Siis ajuti jõin ma kontrollimatult. Eraldusin maailmast ja olin tsüklik; need viimased joomingud lõppesid kontrollimatute värinate, oksendamise ja isegi hallutsinatsioonidega. Lõpuks olin ma hirmul ja piinlesin, tundes, et olen maailmas täiesti üksi.

Erinevad asjaolud viisid mu uue arsti juurde. Pidin külastama arsti, kuna olin taaskord hirmuäratavalt haige ja võimetu tööd tegema. Mu kõht oli punsunud ja mu pahklud paistetanud vedelikupeetuse tõttu ligi kaks korda tavalisest suuremaks. Mu silmavalged olid kollatõve tõttu kollaseks muutunud, kogu mu kehal olid ämblikuvõrgu sarnased lõhenenud veenid, nahk sügeles kõikjalt ja muutus jubedalt rohekashalliks. Mu veri oli ilmselt vedeldunud, sest kõige kergemgi puudutus tekitas kohutavaid sinikaid ja isegi väike kriimustus veritses väga kaua. Tumedad laigud ilmnesisid mu näol ja kätel, juuksed hakkasid välja langema ning kuna mul puudus isu, olin väga nõrk ja äärmiselt kurnatud. Uus arst vaatas mu välimust ja vereproovi tulemusi ning küsis, kas ma joon. Väitsin, et varem jõin, aga olin juba päris kaua hoidunud. See oli täielik vale.

Tegelikult olin ainus, kes petta sai, mina ise. Minu uus arst selgitas, et mul on haigus nimega maksatsirroos. Selle arengut oli raske hinnata, kuid sümptomite ja testide tulemuste põhjal näis haigus olevat üsna kaugele arenenud. Tema maalitud pilt oli väga süinge. Haiguse süvenedes muutuksin ma üha haigeimaks ja nõrgemaks, tavaliselt viiks lõpuks aeglane ja valulik protsessi tapva kõhusisese verejooksuni või koomasse langemise ja surmani. Sellega suunas ta mind spetsiaalsesse kliinikusse, mitte tavaliste arstide juurde, vaid maksasiirdamiskliinikusse.

Esimesel vestlusel nende arstidega sai mulle selgeks, et kui soovin elada, pean tõestama, et olen alkoholi oma elust välja jätnud. Olin tol ajal 37-aastane, suhteliselt noor naine, arvestades seda, mis mu kehaga toimus. Äkitselt kartsin väga surra ja olin meeleheitel.

Olin ka varasemalt käinud AA koosolekutel, kuid arstide sõnad olid lõpuks teed sillutama asunud. Sellel esimesel õhtul toimunud koosolekul hakkas rohkem sellest, mida inimesed AA-s rääkisid, jõudma läbi mu kõrvade, mulle pähe ja lõpuks ka südamesse. Anonüümsete Alkohoolikute liikmed pakkusid mulle kingitust, kingiks elu. Pärast mõnenädalast lihtsalt kohal käimist, tundsin ja hakkasin uskuma, et programm võib mind aidata. Järgmised kuus kuud käisin iga jumala päev koosolekutel, vähemalt ühel, vahel kahel või kolmel. Leidsin imelise, kannatliku tugiisiku, kes aitas mul töötada sammudega ja neid põhimõtteid kasutada.

Kuus kuud kestnud hindamisperioodi jooksul kliinikus käies, tehti mulle iganädalasi vereanalüüse, vahel ka pisteliselt, tegemaks kindlaks, et ma ei joo. Iga nädal kohtusin siirdamismeeskonna psühhiaatriga. Minu pere liikmed osalesid mõnel neist kohtumistest ja arst

suhtles ka minu tugiisikuga. Üks nõue oli, et pidin alus-
tama professionaalse grupi- või individuaalse psühho-
teraapiaga. Ise ei oleks ma seda valinud, kuid see on
osutunud väga positiivseks jõuks minu elus. Hindamis-
perioodi lõpus pidin tõestama, et ma teen kõik hoid-
maks oma kainust. Pärast kuu kuu möödumist, lisati
mind ametlikult maksasiirdamise kandidaatide nime-
kirja.

Selleks ajaks, kui minu nimi kanti maksasiirdamise
ootenimekirja, olin juba väga haige. Mu maks oli üha
enam lakanud töötamast ja ametlik ootamine oli tegeli-
kult alles alanud. Mul polnud aimugi, kui kaua võib aega
võtta, enne kui sobiv elund vabaneb ja millal ma kerkin
järjekorras esimeseks. Kohati tundsin vimma valiku-
protsessi, testide, minu AA-programmi range järele-
valve ja lõputuna näiva ootamise üle. Kahtlemata ainult
tänu Anonüümsete Alkohoolikute programmile suut-
sin sellest vimmast lahti lasta. Tegelikult leidsin nende
operatsioonile eelnevate kuude jooksul rohkesti rahu ja
meelerahu. Läks veel kuus kuud kui sain teise võima-
luse ja kingituseks teise elu. Operatsioon läks suure-
päraselt ja minu taastumine toimus tagasilöökideta.

Mõned aastad on möödunud ja kui ma vaatan tagasi
praeguse hetke selgusega, siis näen, et minu jaoks ei
saanud olla kergemat teed. Ma ei oleks vabatahtlikult
vahetanud oma elu kurssi. Karm reaalsus pidi mulle
näitama, millist kahju alkoholi kuritarvitamine nii
mitmel viisil põhjustab. Mind tuli sundida leppimise ja
alandlikkuseni.

Minu füüsiline olek on kindlasti muutuse läbi teinud,
kuid suurim muutus on olnud vaimne. Lootusetus on
asendunud küllusliku lootuse ja siira usuga. Inime-

sed Anonüümsetes Alkohoolikutes on andnud mulle pelgupaiga, kus teadlikuks jäädes ja oma meeli vaiksena hoides, juhhib mu Kõrgem Jõud mind imeliste taipamisteni. Ma leian rõõmu igapäevaelust, teenimisest, lihtsalt olemisest. Olen leidnud nendes ruumides imelisi inimesi ja minu jaoks on kõik Suure Raamatu lubadused täitunud. Asjad, mida olen õppinud oma kogemustest, Suurest Raamatust ja AA sõpradelt – kannatlikkus, leppimine, ausus, alandlikkus ja tõeline usk endast Suuremasse Jõudu – on tööriistad, mida kasutan selle elu, selle väärtusliku elu elamiseks.

Minu elu täidavad täna suured ja väikesed imed, millest ükski poleks sündinud, kui ma ei oleks Anonüümsete Alkohoolikute ukseni jõudnud.

(6)
EHITADES UUT ELU

See kunagi õnnelik olnud pereisa sai hallutsinatsioonide nähes ning politsei ja haiglapersonali poolt talt-sutatuna, Jumalalt ootamatu kingituse – kindla aluse kainusele, mis püsib nii headel kui ka halbadel aegadel.

ME OLIME TERVE päeva põllul heina teinud. Kui tööpäev lõppes, tõid mehed välja neljaliitrise pudeli muskaatveini. Võtsin paar lonksu, sest tahtsin olla teiste moodi ja mõneks minutiks tundsin end nagu üks neist. Siis jäin magama õues oleva laua alla, mille taga ema töölisi toitis. Sealt leitult, kanti mind voodisse ja järgmisel päeval sain noomida. Olin siis kuueaastane.

Minu noorusaastad möödusid tädi ja onu talus. Nad kasvasid mind pärast seda, kui mu isa ja ema lahutusid. Isale juurde jäid minu kaks venda ja õde; vanaema võttis mind beebina endale ning kui lapse kantseldamine muutus talle liiga koormavaks, saadeti mind tallu.

Elu oli toona raske. Me kasvasime oma toidu ise, mõned asjad saime poest vahetuskaubana. Kaheksa aastaselt kündsin juba hobusega põldu. Perekonnas ja meie põllumeeste kogukonnas räägiti ainult hispaania keeles. Alles siis, kui ma kooli läksin, sunniti mind kõnelema inglise keelt ja õeldi, et hispaania keeles rääkimine pole õige. Tundsin alati, et ma pole sama tark ega sama hea kui teised lapsed. Talus teadsin, et saan kõigega hakkama; koolis oli hoopis teine lugu.

Kolmeteistkümnepäevaseks olin pikk, tugev ja nägin vanem välja. Minu tädi ja onu saatsid mu elama ühte

suurema linna perre lootuses, et saaksin seal koolitarkust, mida mul arvati vaja olevat. Jõlkusin koos kaheksateistaastaste kuttidega ja nad viisid mu Halloweeni peole. Esimene viskilonks tõmas hinge kinni, aga peale teist sõõmu tundsin, et see on tegelikult päris hea kraam. Samastusin teiste poistega. Polnud tähtis, et olin alles kolmeteist; oluksin justkui sama vana kui nemad. Õhtu lõpuks panin kõrvalhoones pildi tasku ja sõber pidi mu koju tassima.

Kui ma viieteistaastaselt raha teenimiseks suvel saaki koristasin, hiilisin öösiti koos teiste korjajatega põllule õlut jooma. Õlled sees, suutsin tüdrukutega rääkida ja tantsima minna. Olin nagu kõik teisedki; suutsin olemist nautida. Isegi kui teised olid vanemad, olin nendega võrdne.

Järgmisel suvel läksin koolivaheajal ehitusele tööle. Tegin tööd koos vanemate meestega ja päeva lõpus läksime koos baari. Baarmen pani õlle minu kõrval oleva mehe ette, kuid see oli mõeldud mulle. Ma armastasin reedeid – palgapäevi – kui läksime välja ja jõime ent täis. Nädalavahetustel tantsima minnes hakkasin napsu võtma. Suhtlesin meestega, kes jõid nagu mina. Et saada õhtuks piisavalt jooki, klappisime rahad kokku ja kuna ma nägin vanem välja, siis mulle müüdi. Võisin plikadega rääkida. Olin kuttide seas kõva mees, sest mul oli nii napsu kui tüdrukuid.

Kaks päeva enne jõule olin ma teel noorsõduri baaskursusele. Eelviimases peatuses hüppasime oma kodukandi kuttidega rongist maha ja tormasime baari, et osta jõulude tähistamiseks kärakat. Tagasi vagunis hoiatati meid, et sõjaväepolitsei viskab pudelid aknast välja, niiis kulistasime kõik kiiresti sisse ja jäime täis.

Pärast baaskursust saadeti meid erinevatesse väeosadesse. Jõin harva, sest tahtsin läbi lüüa, aga ühelgi joomisel ei saanud ma pidama enne, kui kõik oli otsas. Mul puudus oskus öelda: „Nüüd aitab.”

Linnaloal olles abiellusin noore naisega oma kodulinnast ja järgmisel aastal sündis meie esimene tütar. Lennuväest koju saabudes, läks peagi tõeline pidu lahti. Suur kangelane nagu mina! Esialgu jõin ainult nädalavahetustel, jõin ja tantsisin koos oma vanade semude ja nende uute naistega. Ainus autoõnnetus, millesse ma purjus peaga sattusin, juhtus tol aastal. Rammisin seisvat autot, mu sõber tõmbas pörkeraua lihtsalt eest ära ja me jätkasime sõitu. Järgmisel hommikul vaatasime ajalehest, kas õnnetust mainiti. Ei midagi, ja kunagi ei saadud teada, et need olime meie.

Sama ehitusfirma, kus olin keskkooliõpilasena suvel töötanud, palkas mind tisleri õpipoisiks. Olin tark ja õppisin kiiresti. Siis sain liiga targaks ja unustasin kõik, mida see ettevõtte minu jaoks teinud oli. Ma hädaldasin mingi raha pärast, mida nad minu arvates mulle võlgnesid ning nad lasid mu lahti.

G.I. Bill'i programmi abil asusin õhtuti mehaanikakoolis õppima ja sain linnas tööd. Siis hakkasin ma päriselt jooma. Nendel meestel oli rituaal. Niipea kui nad tööle tulid, ostsid nad pudeli veini. Alguses ma selles ei osalenud. Minusugune kõva mees ei joonud veini. Ühel päeval otsustasin, et miks ka mitte võtta. Jõin paar lonksu ja see meeldis mulle. Järgise viie aasta jooksul olin iga päev purjus.

Ühel hetkel sain tööl vigastada ja mind saadeti nädalaks koju, kuid pidin iga päev tööle helistama. Ma ei teinud seda, ma ei saanud; olin kogu aeg täis. Neljandal

päeval tuli ülemus minu koju mind kontrollima. Mind ei olnud kodus, aga jõudsin täis peaga tagasi, enne nende lahkumist. Nad ei öelnud midagi, aga järgmisel päeval teatas ametiühingu juht mulle, et mind vallandatakse. Läksin linnavalitsusse ja ütlesin koha üles.

Meie perre oli nende aastate jooksul sündinud veel kolm tütart. Tundsin kahetsust, süütunnet ja hirmu, sest mul ei olnud tööd. Ma teadsin, et olin asjad ära käkinud. Toona polnud töötu abiraha võimalik saada. Muidugi polnud asi minus vaid halvas õnnes. Ma võtsin vastu kõikvõimalikke ehitustöid, isegi ametühinguvälised – mis iganes saadaval oli.

Sündis minu esimene poeg ja kaks aastat hiljem teine. Mu uhkus oli taastunud ja mõtlesin, miks peaksin teistele inimestele nii palju raha teenima. Leidsin, et on aeg luua oma ehitusfirma, niisiis sooritasin eksami ja sain litsentsi. Piirasin veidi oma joomist ja äri edenes hästi, mispeale hakkasin rohkem jooma. Läksin baari ja jätsin töölised omapead objektile. Kolmandaks aastaks veetsin kogu oma aja baarides. Ma ei suutnud oma töid lõpule viia ja olin kogu raha ära kulutanud. Seis oli halb. Olin täielik alkohoolik ning süüdistasin Jumalat ja ebaõnne. See oli mind põlvili surunud; ma lihtsalt ei suutnud enam üles tõusta ja jäin oma ettevõttest ilma.

Järgmised kolm aastat tegin juhutöid, kaks päeva siin, kolm päeva seal. Tulin vaevu ots otsaga kokku, sest mul oli suur pere ülal pidada. Ma ei toonud koju piisavalt raha. Jõin selle maha. Naine nurises ja kirus ning ma tahtsin kõigest sellest eemale pääseda.

Hakkasin võtma töid linnast väljas. Kord olin alumii-niumpiirete firmas töödejuhataja. Ma ei tea, kuidas me tööd valmis saime. Igal hommikul olin ma pohmellis ja

tundsin end kohutavalt. Töölised ei saanud ilma minuta alustada ja pidid ootama, et pead parandada, läksin keskpäeval baari ja siis pidutsesin kogu öö.

Kodus olid ainult tülid ja ma kolisin välja, et lapsed mind purjuspäi ei näeks. Mõtlesin, et nüüd saan rahulikult juua. Naine hakkas saama sotsiaaltoetust ja mina lõpetasin koguni mõne aja pärast pere toetamise. Mul pidi olema piisavalt, et juua. Jätkasin ehitustööd, kuid ma polnud eriti usaldusväärne. Töötasin kolm või neli nädalat hästi ja seejärel ei tahtnud ma hommikul enam töusta. Mõtlesin, et leian mõne teise töö, aga mind lasti alati lahti.

Mõned aastad hiljem arreteeriti mind purjus peaga sõitmise eest, kuid minu politseinikust sõbra abiga läks kirja hooletu juhtimine. Samas lisati, et kui tuleb veel üks rikkumine, võtavad nad mu juhiloa ära. Samal ajal proovisin ma esimest korda AA-d. Ma ei suutnud olla kaine ega suutnud olla purjus. Tundsin hirmu, kahetsust ja süüid. Jooksin oma korteri lähedal asuva hamburgeriputka juurde, otsisin telefoniraamatust AA rühma numbri ja helistasin neile. Kaks meest tulid minu korterisse ja jäid minuga, juues kohvi kuni baaride sulgemiseni. Nad tulid jälle ja jälle ning vedasid mind kuu aega koosolekutele. Arvasin, et minuga on kõik korras, nii et ma ei vajanud neid enam. Tundus, et need kaks meest ei jätnud mind rahule ja käisid liialt pinda. Nüüsiis, et neile koht kätte näidata jõin ma end täis.

Pärast seda kolisin Californiasse. Mu lapsed said sotsiaaltoetust, samal ajal kui mina mööda ilma ringi kolistasin. Mul ei olnud aimugi, et Californias võib ametühingus olles ehitustööga nii palju raha teenida, nii et sain kõik korralikult maha juua. Ma ei tundnud

ennast laste pärast pahasti, sest olin kogu aeg purjus. Saatsin neile kingitusi. Kui aga kaineks sain, tundsin end nende ees kohutavalt süüdi, seega jõin jälle. Kaine olemine oli talumatu, sest ma ei kannatanud mõtet sellest, et ei olnud suutnud oma laste eest hoolitseda.

Jõin töö juures palju. Puusepad töötasid lühikestes pükstes ja neil olid õllejahutid. Õllepurgid vedelesid kõikjal tööplatsil. Otsin igal hommikul varakult poest oma termosesse pudel veini, mis mind lõunani üleval hoidis. Seejärel hankisin veini pärastlõunaks. Õhtuks krahmasin koduteel kuuspaki õlut ja pudeli veini. Ja selline oli mu elutsükl.

Ühel korral vänderdasin autoga sõbra juurest koju sõites kui mind peatati ja mulle määrati karistus joobes juhtimise eest. Sain 300 dollarit trahvi ja aastase katseaja, kuid ma ei uskunud hetkekski, et saaksin sellega hakkama ning otsustasin koju tagasi kolida.

Olin kolm kuud töötu abiraha peal, mis minu jaoks tähendas kolme kuud pidutsemist. Kui raha otsa sai, otsisin töö. Kuigi mu California ametiühingukaart siin ei kehtinud, sain oma esimese tööandja juures töödejuhatajana palgale. Nüüd sellele tagasi mõeldes imestan, kas Jumal oli minu vastu lahke või mis? Kuid mina süüdistasin kõigis oma hädades Jumalat.

Kuna see oli minu esimene töö umbes kolme kuu jooksul, jõin selle tähistamiseks ja ei saanudki kaineks. Läksin objektile ja panin tööllised tööle, seejärel suundusin jooma. See kestis päevani, mil sõimasin ettevõtte omanikku ning mind vallandati. Selle töö kaudu pääsesin aga ametiühingu värbamisnimekirja ja sain häid töökohti heades ettevõtetes. Hakkasin proovima kaine püsida. Mõnikord suutsin nädala või kaks vastu

pidada. Siis hakkasin jälle tinutama. Sel ajal nägin lapsi sageli. Kolisin oma naise maja taga asuvasse korteris elama, mida jagasin oma äiaga. Mu tütreid olid selleks ajaks abielus ja pojad keskkoolis. Mind ei kaasatud pereüritustele, aga olin olemas.

Tol aastal läbisin alkoholiravi programmi kaks korda. Esimesel korral, kui olin ravil, raseerisin end vannitoas peegli ees ja mulle tundus, et mu habe kasvab tagasi sama kiiresti, kui ma seda maha ajasin. Ehkki olin haigla riietes, põgenesin sealt ära, jooksin mööda tänavaid ja kargasin üle aedade. Kui politsei saabus, olin ühe naise verandal ja prõmmisin uksele, et ta mind sisse laseks. Üritasin neid veenda, et ta on mu naine ja meie lapsed on kodus, kuid nad nägid haigla paela mu käel ja viisid mu tagasi programmi.

Tol ajal seoti sind deliiriumis enda kaitseks kinni. See oli kõige hullem deliirium, mida olin kogenud. Ma ei olnud kunagi varem elus niimoodi kartnud. Arvasin, et gangsterid jälitavad mind ja tahavad mu ära tappa. Kuna ma olin kinni seotud, siis püüdsin vaikselt peituda, et nad mind ei leiaks. Arst ütles mulle, et kui ma veelkord niimoodi deliiriumisse langen, ei pruugi ma sellest enam välja tulla. Pärast seda kogemust jäin kolmeks kuuks kaineks, käies mõnedel AA koosolekutel. Siis hakkasin ma jälle jooma. Mõni kuu hiljem olin raviprogrammis tagasi, seekord mitte nii haigena ja jäin veel kolmeks kuuks kaineks.

Siis põrutasin kümnepäevasesse tsükklisse. Olin hirmu täis ja ei suutnud kõndida. Vannituppa pidin roomama. Lõpuks kasisin end puhtaks ja suutsin taas tööd teha. Tänapüha pidu töö! käivitas taas mu igapäevase joomise, mis kestis jõuludeni. Pärast seda mind vallandati;

siis hakkasin ikka tõsiselt jooma. Jaanuari keskpaigaks tekkisid mul hallutsinatsioonid, mis ei tahtnud kaduda.

Ma helistasin statsionaarravi programmi ja ütlesin, et vajan abi. Nad olid valmis mind vastu võtma kolme päeva pärast. Et vastu pidada, jõin need kolm päeva. Hämmastaval kombel teadsin, et kui ma programmiga liitun, lõppeb minu joomine.

Üks mu tütardest sõidutas mu kohale ja aitas mul paberid vormistada. Majja sisenedes oleksin peaaegu kukkunud. Mul hakkasid taas hallutsinatsioonid ja töötajad toimetasid mu pehmete mattidega kaetud põrandaga tuppa, mida nad nimetasid televiisoritoaks. Hakkasin arvama, et olen vanglas ja need tüübid tahavad mind tappa. Kui nad toa ukse avasid, jooksin koridori akna poole lootes põgeneda. Nad haarasid minust kinni, kartes, et püüan sealt läbi hüpata. Puksisin õlaga vastu seina, et toast välja murda, ja kiskusin oma küüsi, kuni sõrmeotsad olid verised. Töötajad kutsusid minu kinni hoidmiseks abi ja selleks, et mulle rahustav süst teha läks tarvis, kolme abipolitseinikku, kahte nõustajat ning kahte medõde. Lõpuks lamasin seal vaikselt, valmis surema nagu mees.

Ärkasin kolm päeva hiljem, alasti ja haisvana. Mind pesti puhtaks ja ma tundsin end suurepäraselt, polnudki end kunagi varem nii hästi tundnud, nagu ma ei oleks eales joonudki. Käisin raviseanssidel ja kuulasin kõike, mida räägiti. Nad viisid meid AA koosolekutele. Tahtsin seda, mis AA-lastel oli. Ma ei usu, et olin kunagi midagi nii väga tahtnud kui seda programmi. Seal olid toona mehed ülikondades, kes nägid head välja. Just selline tahtsingi ma olla. Mõte joomisest ei ole mulle sellest ajast peale pähegi tulnud. Olen küll tahtnud teha

midagi hullumeelset, aga pole kordagi soovinud juua. Minu jaoks on kainus Jumala kingitus minule. Joomine tähendaks kingituse tagasi andmist. Kui sa annad kingituse tagasi, ütub inimene selle tagasi, eks ole? Kui Jumal selle tagasi võtab, olen ma surnud.

Esimesel aastal käisin AA-s vähemalt seitsmel koosolekul nädalas. Ma lihtsalt armastasin seda. Kandsin ülikondi nagu mehed, keda olin näinud. Asusin tööle ostukeskuse ehitusel ja seal töötas üks AA liige, kel oli kaheksa aastat kainust; me jagasime iga päev üksteisega oma kogemusi. Nüüd tean, et Jumal pani selle mehe sinna minu jaoks.

Selle aasta jooksul pakuti mulle tööd linna alluvuses ja ühes ehitusfirmas linnast väljas. Minu toemee soovitas mul jääda sinna, kus mul oli rühma ja AA sõprade toetus; seikluste otsimiseks olin ma programmis veel liiga värske. Valisin linna ja läksin ka sealt pensionile. Selline mees nagu mina – kaheksateist aastat ühe tööandja juures!

Kui olin kaineks saanud, võttis naine mu tagasi. Tundsin, et pean minema tagasi, et hoolitseda laste eest, kelle olin kunagi sotsiaalabi hoolde jätnud. Minu kolmas poeg on meie AA beebi. Olen näinud sportimas kõiki meie poisse. Meeskondades olid ka teiste AA-lastel lapsed, ja me veetsime koos aega ning käisime mängu vaatamas. Nautisin seda täielikult. Kainuses sündinud laps on nüüd kolledžis. Mul on imelised suhted kõigi oma lastega.

Oma tugiisiku õhutusel hakkasin kohe teenima ja see meeldis mulle väga. Nüüd olen oma hispaaniakeelse rühma teeninduskogu esindaja, õppides rääkima sellest vägevast kainuse kingitusest oma emakeeles.

Nende kainete aastate jooksul on olnud ka raskeid aegu. Kui olin viiendat aastat kaine, läks kaduma mu tütar, kes viis mind raviprogrammi ja aitas mind haiglasse sissekirjutamisel. Minu AA sõbrad aitasid mul teda otsida, kuid teda ei ole tänaseni leitud. Kasvatasime naisega tema kolme tütart. Ma ei pidanud jooma. Käisin palju koosolekutel, et valu leevendada. Tegin sama asja kui kaotasin mõne aasta eest teise tütre vähile.

Olen kogenud, et ei loe, milliseid talumatuid raskusi ja kaotusi olen kaine olles läbi elanud, ma ei ole pidanud tagasi jooma minema. Nii kaua kui ma järgin programmi, jätkan teenimist, käin koosolekutel ja hoian oma vaimse elu korras, võin elada normaalset elu.

Vaadates tagasi leian, et lõpetasin küpsemise viieteistaastaselt, kui hakkasin koos vanemate semudega tina panema. Tahtsin olla iseendaga rahunud ja tunda end teiste inimestega mugavalt. Juues ei leidnud ma seda kunagi. Olen leidnud AA-s ja kainuses selle kuulumise tunde, mida olen alati otsinud. Ma ei mõtle joomisele. Jumal on minuga. Mul tugiisik on minuga. Kogu au kuulub Jumalale. Üksinda ei oleks ma suutnud loobuda. Ma tean, ma proovisin.

(7)
LIIKVEL

AA programmiga töötamine näitas sellele alkohoolikule, kuidas jõuda pideva kolimise asemel tänulikkuseni.

A ARVASIN, ET MU ELU ON LÄBI, kui ma kahekümne kaheksa aastasena esimest korda AA koosolekule jõudsin. Olin joonud varasest teismeeast peale ja minu arusaamise kohaselt ei olnud minu probleemiks kärakas vaid see oli minu probleemidele lahenduseks. Sellegipoolest pidin tunnistama, et elu oli muutunud üsna halvaks ja valikud hakkasid otsa lõppema. Meeleheites nõustusin minema *ühele* AA koosolekule.

Nüüd tagasi vaadates oma joomispäevadele on selgesti näha, et juba algusest peale mängis alkohol pea-aegu igas minu ebaõnnestumises oma rolli. Juba väga noorena, kümne- või üheteistaastaselt, varastasin vanemate selja tagant salaja napsi või veensime koos sõpradega, et keegi keskkoolist ostaks meile mõned õlled. Sealt hakkasid mu probleemid aeglaselt, kuid järjekindlat kasvama.

Kõik algas väikestest vahejuhtumitest koolis. Lahendasime sõpradega kamba peale lõunasöögi ajal kuuspaki ja arvasime, et keegi ei pane tähelegi. Mulle ei tulnud mõttessegi, et kolmeteistkümnenaastane ei suuda isegi ühe õlle mõju naljalt varjata. Kui olin neliteist või viisteist võtsid asjad palju tõsisema pöörde ja minu joomise tagajärjed muutusid igal moel aina kulukamaks – sotsiaalsel, moraalsel ja rahalisel.

Pöördepunkt saabus kui ma olin viisteist aastat vana. Mu emal oli käimas kohutav abielulahutus. Enda ruma-

lusest arvasin, et mul on lahendus. Olles planeerinud ette iga liigutust, püüdsin purjus peaga kakeldes tappa oma kasuisa. Mäletan ähmaselt, kuidas politsei mu majast välja lohistas ja ja tulin taas teadvusele, kui püüdsin seletada, mida olin purjus peaga teinud. Tulemuseks oli, et kohtunik seadis mu valiku ette: kas minna kahekümneviienda eluaastani noortevanglasse või lahkuda osariigist ja mitte naasta enne kahekümne esimest eluaastat. Ma ei tahtnud minna noortevanglasse, niiis tegin loogilise valiku ja otsustasin, et targem oleks minna sealt nii kaugele kui võimalik.

Järgmise kolmeteistkümne aasta jooksul, enne kui ma AA uksest sisse astusin, ei läinud mu elu sugugi paremaks. Küll aga õppisin ma pideva ümberkolimise peent kunsti. Oma kodust idarannikul jõudsin ma Jaapanisse. Seejärel kolisin tagasi Ameerikasse, Uus-Inglismaale, ja edasi Californiasse, kus kuue aasta vältel alkoholism uputas mind häbi, piinlikkuse ja meeleheite uutesse sügavustesse. Nagu üks mu varjastest AA tugiisikutest tavatses öelda, ma ei sõbrustanud halbade kaaslastega, vaid minust oli saanud halb kaaslane.

Üksikasjad on enam-vähem samasugused nagu enamikel alkohoolikutel. Käisin kohtades, kuhu ma olin vandunud mitte minna. Tegin asju, mida ma ei oleks suutnud endale ettegi kujutada. Suhtlesin inimestega, kelle vältimiseks oleksin varasemalt üle tänava pageanud. Mingil hetkel ei saanud ma peeglisse vaadates aru, kes sealt vastu vaatab. Vähe oleks öelda, et ma olin jõudnud allaviskumise kohta. Elu lihtsalt ei saanud niiviisi jätkuda.

Alustasin elu kiiremini lõpetamise protsessi. Minu epikriisis on kuus või seitse enesetapukatset. Enamik

neist olid haledad appikarjed, kuigi ma neid tol ajal sellistena ei näinud. Minu viimane eriti avalik katse demonstreeris ilmekalt, kuidas ma olin täielikult kaotanud kontakti reaalsusega ja minetanud võime mõista, kuidas minu teod võivad teisi mõjutada.

Mulle tundub, et ühel sõbral hakkas minust lihtsalt hale ja kutsus mind tänupuhadeks oma koju. Tema vanemad olid saabunud idarannikult tagasi ja ta korraldas suure peo. Tõusin söögilauas püsti ja viisin kõigi ees läbi enesetapukatse. Selle sündmuse mälestus on alati mu mälus kui haletsusväärse mõistetamatu moraalse laostumise definitsioon, millest Suur Raamat räägib. Veel kurvem on see, et sel ajal tundusid need teod mulle mõistlikud.

Selle intsidendi tulemusena hakkasin psühhiaatri juures käima, et välja selgitada, mis mul viga on. Minu esimesel külastusel palus ta, et ma „räägiksin endast.” Nii ma ka tegin, aga ta peatas mind kui ma olin kõigest viis minutit rääkinud. Ta selgitas, et tal on tegelikult ainult kaks asja mulle öelda: esiteks, et ma ei rääkinud sõnagi tõtt ja teiseks, et ma olen alkohoolik. (Mul võttis väga kaua aega, et mõista, kuidas minu elu kirjeldus võiks panna kedagi mõtlema, et ma olen joodik.) Arst ütles, et kui ma tahan teda edaspidi veel näha, siis ma pean kahe asjaga nõustuma. Esiteks ta andis mulle visiitkaardi telefoninumbriga. Ta lisas, et järgmine kord kui ma proovin ennast ära tappa, siis pean kõigepealt sellele numbrile helistama. Teiseks andis ta mulle ühe raamatu ja palus mul, enne järgmist kohtumist lugeda sealt esimesed paarsada lehekülge. Enne kui ma lahkusin tol päeval, andis ta mulle Suure Raamatu.

Aega võttis, aga jõudsin lõpuks oma esimesele koosolekule. Ma olin vanaaasta õhtul välja läinud. Kui mul

pilt taas ette tuli, arvasin, et on järgmine hommik. Võttes aspiriini ja proovides kohvi juua, märkasin ajalehe esikülge. Oli 9. jaanuar ja olin üle nädala aja olnud mäluaugus. Pärast kõike muud, mis oli juhtunud, oli see piisavalt hirmutav, et tuua mind esimesele Anonüümsete Alkohoolikute koosolekule.

Sõites sellele esimesele koosolekule märkasin, et sellel aadressil on hoopis kirik. Toreda juudi poisina ei hakanud ma kirikusse sisse jalutama; teadsin, et ma ei ole seal teretulnud. Peitsin ennast autos ja piilusin aknast välja, et näha, kas joodikuid hakkab mööda jalutama. Kõik tundusid normaalse inimestena, seega arvasin, et olen vales kohas. Olin just lahkumas, kui märkasin ühte oma joomasõpra mööda minemas. Hüppasin autost välja ja asusin teda tervitama. Naljakas küll, aga see oli ka tema esimene Anonüümsete Alkohoolikute koosolek. Milline kokkusattumus! Nii me jalutasimegi sisse – uude maailma, mis keeras kogu mu elu pahupidi.

AA ja sealsed inimesed ei meeldinud mulle pikka aega. Ma ei usaldanud kedagi ja mul sai villand koosolekutel istumisest ja kuulamisest, kuidas uustulnukad hakkasid rääkima sellest, kuidas nad on leidnud Jumala, kuidas nende pered on taasühinenud, kuidas ühiskond suhtub nendesse lugupidamisega ja kuidas nad on leidnud meelerahu. Mulle ei tulnud pähegi, et neil olid tugiisikud ja nad töötasid Kaheteist Sammu tervenemisprogrammiga. Mul oli, nagu ma nüüd seda kutsun, „selle kuu toemee.” Mul oli alati tugiisik, aga kui ta „hoolivalt soovitas”, et ma midagi teeksin, siis lasin ta lahti ja liikusin edasi uue juurde. Jäin vihaseks, kibestunuks ja eraldatuks, kuigi käisin viiel või kuuel koosolekul nädalas ja ei joonud. Olles seitse kuud kaine, hakkas mulle AA igav tunduma ja ma imestasin, kas see

ongi kõik, mis elul mulle pakkuda on. Mõte enam mitte joomisest tundus natukene äärmuslik ja ma arvasin, et järsku seekord läheb teisiti.

Siis juhtus midagi, ja ma usun nüüd, et see aitaski mul kaineks jääda ja leida oma Kõrgem Jõud. Ma ärkasin ühel hommikul tundmata oma jalgu. Sain endiselt kõndida, aga raskendatult ja see läks ajaga hullemaks. Mõned kuud hiljem peale arste, haiglaid ja uuringuid, pandi mulle polüskleroosi diagnoos. Minu rada sellest ajast peale on olnud paras teekond. Nüüd kõnnin karkudega või kasutan ratastooli. On olnud palju kordi, kus olen tahtnud või kavatsenud uuesti juua. Oma teisel kainusaastal muutusin aina vihasemaks ja vihasemaks. Ma olin, nagu mu tugiisik nüüd sellele viitab, oma „viha aastates.” Ma olin üks neist inimestest, keda näeme koosolekutel ja imestame, kuidas nad küll kained püsisivad.

Kodurühma liikmed ei kaotanud minu suhtes lootust; nad armastasid mind endiselt. Ühel päeval teatas meie rühma üldine teeninduskogu esindaja, et ta kolib ära ja peab oma kohustused edasi andma ning nad valisid mind tema ametisse. Mulle selgitati, et tõsine kaheaastane teenimiskohustus on täpselt see, mida ma vajan. Proovisin neile selgitada, et mina ei ole sobilik, aga nad ütlesid mulle, et ma mingi igakuisele üldisele teenindus majanduskoosolekule ja et ma rääkigu neile oma teenimise probleemidest. Ei pea vist lisama, et nad ei lubanud mul ka loobuda.

Sellel teekonnal õppisin, et parim asi AA teenistuskohustuste juures on see, et mõneks ajaks sain iseenest eemale. Ühel hetkel hakkasin ma oma suud kinni hoidma ja päriselt kuulama seda, mida inimesed koos-

olekutel rääkisid. Pärast peaaegu kahte aastat AA-s hambad ristas olemist, murdusin lõpuks ja mõistsin, et ma ei suuda üksi kaine püsida, kuid mind hirmutas surmani mõte minna tagasi jooma. Peale kõiki enesetapukatseid, ei olnud mul enam hirmu suuremise ees, aga ma ei kannatanud ära mõtet sellest, et minna tagasi vana elu juurde. Olin selles kohas, mida vanemad olijad ja meie kirjandus nimetab „alla viskumise punktiks”. Ma ei teadnud mida teha.

Ühel õhtul tegin midagi kujuteldamatut – vähemalt minu jaoks. Peale seda kui oma selle kuu toemehe peale võtsin, et koosolekule minna, sõnasin ma talle, et olen valmis töötama Anonüümsete Alkohoolikute Kaheteistkümmne Sammuga. Enamikes aspektides algas minu elu sel õhtul uuesti. See mees juhendas mind läbi nende sammude nii sõbralikul ja hellal viisil, et ma olen talle tänulik kogu oma ülejäänud elu. Ta õpetas mind enda sisse, oma hinge vaatama, lubama Kõrgemal Jõul minu ellu tulla ja õpetas mind sirutuma teiste inimeste poole. Ta õpetas mulle, kuidas peeglisse vaadata ja kuidas sealt vaataks vastu meeldiv ja lausa austust vääriv mees.

Üheksanda Sammu juures lõi mu entusiasm kõikuma. Ärkasin ühel hommikul higisena ja ei suutnud üle saada õudusunenäost – et see oli minu viimane kaine päev. Kui ma olin helistanud oma sõpradele ja tugisikule, siis ma teadsin, mida tuleb teha. Pühendasin terve päeva kaheksa või üheksa tundi, käies inimeste kontorites ja hüvitades neile tehtud kahju. Mõned oli minu nägemisest vaimustuses. Üks naine kutsus politsei. Kui nad saabusid, siis selgus, et politseinik oli AA-s ja veenis seda naist süüdistuse esitamisest loobuma. Ma isegi pörkasin kokku kellegagi, kes ma arvasin surnud olevat,

niisiis viisin ma „surnud tüübi” lõunale ja hüvitasin talle tehtud kahju. Mõtlesin ja tundsin esmakordselt nagu ka mina oleksin Anonüümsete Alkohoolikute liige, kellel on mida koosolekutel jagada.

Kui olin neli aastat kaine olnud, reisisin tagasi kodulinna, kus ma olin vaid mõne korra käinud, pärast seda, kui olin sealt vangla ähvardusel lahkunud. Hüvitasin mehele, keda ma olin püüdnud viieteistaastaselt tappa. Küllastasin ja palusin andestust mitmelt inimeselt, kes olid istunud selle tänupüha õhtusöögi laua taga ja olid vaadanud, kuidas ma püüdsin nende ees enesetappu sooritada. Koju jõudsin väsinuna, kuid teadsin, et olin kuidagi teinud õiget asja. Tõenäoliselt ei ole juhus, et järgmisel aastal kutsus mu vana sõber mind tagasi tänupüha õhtusöögile.

AA ja tervenemise sammud on mulle näidanud, kuidas vaadata toimuvat teise nurga alt. Ma suudan nüüd mõista, kuidas mõned asjad, mis kunagi tundusid suurte katastroofidena, on osutunud tegelikult õnnistusteks. Kahtlemata kuulub minu alkoholism sinna kategooriasse. Olen täna tööpoolest tänulik alkohoolik. Ma ei kahetse oma minevikku, ega soovi selle ees silmi sulgeda. Need sündmused, mis panid mind varem häbi tundma, lubavad mul nüüd jagada teistele seda, kuidas saada kasulikuks inimkonna liikmeks. Minu invaliidsus ei ole seda suhtumist muutnud; kui üldse, siis paremaks. Kaua aega tagasi õppisin, et üksõik kui ebamugav mul ka füüsiliselt ei oleks, siis ma hakkan ennast alati paremini tundma, kui ma saan endast eemale ja aitan kedagi teist. See on aidanud mul õppida, kuidas enda üle naerda ja mitte võtta ennast nii tõsiselt. Olen teadlik sellest, et ma ei ole ainus inimene siin maamunal, kellel on probleemid.

Kogemuste kaudu üldteeninduses on AA mulle näidanud, kui ülemaailmne ja mitmekesine see programm on. Ma olen reisinud kõikjal Ameerika Ühendriikides ja olin isegi paar aastat tagasi mitu kuud Iisraelis. Seal olles käisin koosolekutel ja olin sekretär koosolekul, mis asus pommivarjendis.

Nagu kõigil, on mul paremaid ja halvemaid päevi. Vastupidiselt mu joova aja suhtumisele, tunnen harva hirmu selle ees, mis minuga täna juhtuda võib. Mul on olnud isegi võimalus näha oma isa AA-sse tulemas. Me oleme koos käinud mitmel AA konventsioonil ja oleme üksteisele jaganud paari viimase aasta jooksul rohkem kui kunagi varem kokku. Arvan, et oleme mõlemad oma minevikuga rahu teinud ja tunneme mõlemad ennast olevikus mugavalt.

Viimastel aastatel olen ma alustanud uusi õpinguid ja uut karjääri. Kui ma veeren oma ratastoolis ringi, olen hämmastunud, kui mõistan, et ei suuda ausalt öeldes elu ette kujutada teisiti, kui see on olnud. – ja see sobib mulle hästi. AA kainuse ja tervenemise tööriistad on minu jaoks igas elu valdkonnas olemas ja ma vajan ainult valmisolekut tegeleda sellega, mis ees seisab. Olen tänulik, et minusugusel joodikul oli piisavalt õnne, et ellu jääda, kuni ma jõudsin Anonüümsetesse Alkohoolikutesse.

(7)

NÄGEMUS TERVENEMISEST

Vilets palve aitas sellel mikmaki indiaanlasel luua kestva sideme Kõrgema Jõuga.

PIDASIN END TEISTSUGUSEKS, sest olen indiaanlane.” Kuulsin seda väidet oma esimestel AA koosolekutel paljudelt pärismaalastelt. Selle peale kehtitasin ma kõigest õlgu ja mõtlesin omaette: „Teie peate ennast teistsuguseks, aga mis veel siis minust rääkida? Mina olen ju punapäine indiaanlane.”

Ma kasvasin üles ühes Kanada reservaadis. Noorena olin ma uhke mikmaki indiaanlane. Mu perel oli kõvade kõride, vägivaldsete ja karmikoeliste tegelaste maine ja ma tundsin selle üle uhkust. Mulle räägiti, et minu vanaisa oli meie kogukonna pealik, aga pidi ühe mehe tulistamise pärast vangi minnes kohast loobuma. Meie peres oli vangis istumine peaaegu nagu aumärk, või nii see mulle vähemalt näis. Ma mäletan, kuidas väikese poisina õllekasti peal seisin (õlut leidis meil kodus alati palju) ja endale ütlesin: „Mõne aasta pärast olen ma just nii pikk.”

Vahel sattusin aga nägema isa raevuhooge ning värisin alati hirmust. Vandusin, et ei muutu iial temasuguseks. Ma ei osanud aga näha, et alkohol ja raevuhood olid omavahel seotud.

Pidasin end alati teistsuguseks. Soovisin tihti, et mul oleks sarnaselt sõpradele mustad juuksed. Meie kodus räägiti mikmaki keelt, mina keeldusin seda aga rääkimast. Terve mu pere rääkis mikmaki keeles, aga kui mind kõnetati, vastasin ma inglise keeles. Arvasin, et ei

osanud mikmaki keelt vanematega sama hästi rääkida. Seega otsustasin seda üldse mitte rääkida.

Olin esimest korda alkoholi juues kümneaastane. Näppasin vana-aastaõhtul vanemate tagant kaks klaasi-täit viina. Ei saa just öelda, et see oleks mulle mõju-nud eelduslikul moel. Ma oksendasin kohutavalt ja sain kõhulahtisuse. Järgmisel päeval valdas mind meeletu hirm, et vanemad saavad kõigest teada. Sain tänu sellele mõneks ajaks õppetunni kätte.

Kui ma paar aastat hiljem põhikoolis käisin, hankisime paari sõbraga salaalkoholimüüjalt endale pudelitäie rummi. Ma jäin korralikult purju, ja see oli suurepärase tunne. Mäletan, et tundsin täielikku vabadust. Ma jõin järgmised viisteist aastat. Joomisest sai minu elu suur osa ja ma pidasin seda normaalseks. Siis tulid vägivald, kaklemine, seaduserikkumised ja „kõva mehe” kuvand. Pere oli minu üle uhke. Mõned sugulased julgustasid mind lausa samamoodi jätkama.

Ma voorisin aastate kaupa noortevanglatest sisse ja välja. Pärast kaheksateistkümnendat sünnipäeva ootas mind juba maakonnavangla. Tundsin end koju tulles alati, nagu hõljuksin, sest sõbrad ja sugulased hakkasid minust vanglas istumise ja meheks saamise tõttu rohkem lugu pidama.

Kui ma kodust 800 kilomeetri kaugusel alaealiste kinnipidamisasutuses viibisin, sain ma teada, et mu ema oli vähki suremas. Mul lubati koju minna, et saaksin temaga koos olla. Ühel õhtul palusid pereliikmed, et ma emaga koju jääksin ja talle ravimeid annaksin. Ma olin juba paar jooki võtnud ja olin ootusärevil, millal saan juba sõpradega välja pidutsema minna. Olin siiski vastu-meelselt nõus jääma. Mind tabas enesehaletsushoog,

suutsin mõelda vaid sellele, kui lõbus mul välja minnes olla võinuks. Muutusin emaga äärmiselt kannatamatuks ja kui ta rohtu võtmast keeldus, toppisin selle talle pea-aegu sunniviisiliselt suhu; seejärel läksin välja sõpradega pidutsema. Ärkasin järgmisel hommikul kodust umbes 160 kilomeetri kaugusel maakonnavanglas. Olin üritanud kuhugi sisse murda ja politseinikele vahele jäänud.

Mu ema suri täpselt selsamal õhtul, kui ma vangis istusin. Mind lubati välja tema matusele, ja ma mäletan ikka veel, kui üksildasena ma end isegi teiste pereliikmetega koos olles tundsin. Tundsin häbi ja kahetsust, isegi aastaid hiljem uskusin end olevat mingil põhjusel ema surma eest vastutav. See intsident jäi mind aastateks painama. Alkohol võttis selle tunde mingiks perioodiks ära, ent kahetsustunne tuli ikka ja alati tagasi. Üritasin endale lohutuseks öelda, et minu eluviis oli osa nii minu kui ka paljude mu pereliikmete saatusest, kuis see ei võtnud ära kahetsustunnet.

Mäletan vaid üht head asja, mis sel ajaperioodil juhtus. Kui ema surivoodil lamas, rääkisin ma temaga mikmaki keeles. Ta nägi nii õnnelik välja ja ütles mulle, kui ilusalt minu mikmakikeelne jutt tema jaoks kõlas. See mälestus on minu jaoks väga kallis.

Kohtasin üht noort tüdrukut ja mulle sündis poeg. Uhkusest pakatades panin ma talle enda järgi nime. Mõnda aega jõin ma vähem. Ühel päeval lubasin ma pojale, et viin ta „järgmisel päeval” kinno. Mõtlesin seda täiesti siiralt ning ootasin kinnominekut suure elevusega. Võtsin sel õhtul ühe joogi, mis ei jäänud muidugi kaugeltki viimaseks. Mul oli järgmisel päeval pohmell ja ehkki ma olin lubanud poja pärastlõunal kinno viia, võtsin ma peaparanduseks veel ühe joogi. See jook ei jäänud taas viimaseks. Õigustasin tol päeval joomist sel-

lega, et mu poeg oli niikuinii liiga noor ja talle ei jääks filmist niikuinii midagi meelde jäänud. Järgmisel päeval valdasid mind süümeepiinad ja kahetsus. Tundsin, et ei kõlba kuhugi. Vaatasin pojale otsa, ent kuulsin vaid seda, millise elevusega ta kinnominekest rääkis. Ma ei suutnud midagi öelda, sest seda filmi ei näidatud enam. Jätsin poja ema talle kõike selgitama.

Järgmised paar aastat elas in ma isaga oma vanas kodus, sest tüdruk oli mu maha jätnud ja poja endaga kaasa võtnud. Minu joomine läks veel hullemaks, nagu ka mu süü-, kahetsus- ja hirmutunne. Mind viidi vedelikupuuduse tõttu haiglasse, mind tabas kergekujuline insult, veetsin nädala psühhiaatriaosakonnas. Lisaks esines mul veel mitmeid alkoholi tarbimisest tingitud krambihooge. Kaotas in pere ja sõprade usalduse. Nad ei saanud enam milleski minu peale loota. Loobusin mõneks ajaks joomisest, ent hakkasin alati uuesti jooma.

Suudan hästi samastuda sellega, mida meie kaasa-
sutaja Bill W ütleb Suures Raamatus neljandal lehe-
küljel: „Juues tuli tagasi vana metsik sihikindlus võita.”
Võtaksin joogi, ja siis teaksin, et kõik saab jälle korda.
Kavatsesin end kokku võtta. Kõik pidi kohe-kohe muu-
tuma – küll te kõik näete! Seda ei juhtunud; miski ei
muutunud. Ma üritasin nii mitmel moel seda mängu
võita; käisin kirikus ja andsin töotuse; käisin indiaanlaste
higitelgis; sain jälle millegagi hakkama, et mind ometi
vangi pandaks; vandusin, et hoian kangest alkoholist
eemale. Miski ei toiminud. Siis tulid juba tabletid, et
värinad lõpeks ja saada vähemalt mõneks ajaks kärakast
eemal.

Ühel õhtul toimus minu kodus pidu, mille käigus tek-
kinud vaidlus viis kakluse ni, nagu ikka üldiselt juhtuma
kippus. Üks minu vendadest pussitas mind noaga selga

ja ma langesin teadvusetult põrandale. Tulin teadvusele haiglas. Mulle öeldi, et mul oli üks kops kokku langenud ja et mulle pandi kopsu meditsiiniline toru. Järgmisel päeval külastasid mind sõbrad, kes tõid mulle pudeli kanget alkoholi. Mul oli see uhkus ikka veel alles. Olin ikka veel kõva mees. Lamasin voodis, meditsiinilised torud kopsu tühjendamas, suitsetasin sigarette ja jõin alkoholi. Ja siis oli mul veel kunagi hiljem AA-sse jõudes jultumust Teises Sammus kahelda ning juurelda selle üle, „miks on vaja taastada minu terve mõtlemine.”

Ma võin käsi südamel öelda, et enne Anonüümsete Alkohoolikutega liitumist ei toiminud minu jaoks ükski lahendus. Sattusin lõpuks sõltuvusravikeskusesse ja hakkasin pärast kahekümne kaheksa päeva pikkuse programmi läbimist regulaarselt AA koosolekutel osalema. Sõltuvusravikeskuses tutvustati mulle Anonüümsete Alkohoolikute Suurt Saamatut. Ma lahkusin sealt teadmiseга, et minu ainsaks lootuseks olid Kaksteist Sammu.

Mulle räägiti, et AA on vaimne programm ja et mul pidi kindlasti olema mingi Kõrgem Jõud. Ma ei teadnud Jumalast ega Kõrgematest Jõududest midagi ja üritasin endale mõne sellise leida. Esmalt arvasin ma, et peaksin indiaani päritolu tõttu praktiseerima indiaanlaste traditsioonilist usku. Siis mõtlesin aga, et peaksin ehk minema reservaadi kirikusse. Siis uskusin ma, et kui ma piisaval hulgal AA koosolekutel käin ja seal lihtsalt istun, tabab mind ilmutus ja ma tervenen täielikult. Ühel päeval küsis üks liige minu käest, kas ma usun, et Kõrgem Jõud on päriselt olemas. Ma uskusin tõepoolest, et mingit sorti Jumal olemas on. Ta ütles mulle, et sellest piisab. Ta lisas, et uskumise ja koosolekutel

osalemise toel leian ma vastavalt oma enda arusaamisele Kõrgema Jõu. Täna olen ma selle nõuande eest äärmiselt tänulik.

Pärast kolme AA-s veedetud kuud tulin ma ühel õhtul peale koosolekut koju ning kuulsin kõrvalukse tagant muusikat ja valjuhäälsset naeru. Sellel peol olid ka mõned minu joomasõbrad ja ma lihtsalt teadsin sisimas, et satun ise ka kuidagi sinna. Ma ei tahtnud juua, ja ometi tõmbas pidu justkui magnetina mind enda poole. Teisele poole tänavat telefoniputkasse joostes olin täidetud hirmuga. Helistasin oma tugiisikule, aga ta ei võtnud vastu. Koju tormates tabas mind juba paanika. Läksin magamistuppa ja istusin voodi äärel. Vaatasin üles ja laususin järgnevad sõnad: „Noh, semu, küllap oleme siin ainult kahekesi.” Uskuge või mitte, aga see töötas. Need lihtsad sõnad toimisid. Midagi juhtus: tasapisi tuli minusse rahu ja ärevus kadus, siis heitsin ma pikali ja uinusin. Magasin tol ööl hästi, see oli esimest korda üle pika aja, kui hästi magada sain. See vilets Jumalale esitatud palve töötas. Olin aus ja soovisin siiralt Jumala abi. Teadsin sellest päevast alates, et olin Kõrgema Jõu leidnud ja Ta aitab mind ka edaspidi.

Järgmise paari kuu jooksul hakkas mu elu vaikselt muutuma, kui töötasin programmi Esimese Sammu kallal. Kuulasin spiikreid ja alustasin ühe vanema liikme abil Suure Raamatu õppimise rühmaga. Mikmaki folklooris räägitakse tillukestest inimestest nimega bugalademujd. Nad elavad mägedes, ent hiilivad tihti meie kodudesse meile vempe viskama, tavaliselt teevad nad seda öösiti, et me neid ei näeks. Kui ma märkasin, et Suure Saamatu neljas peatükk „Meie, agnostikud” oli hakanud muutuma, ütlesin AA liikmetele, et meie fol-

kloori tillukesed inimesed viskavad minu Suure Raamatuga vempe. Ja teate – nad teevad seda praeguseni.

Mõistan nüüd, et minu peamiseks mureks peaks olema see vaimne tõbi ja mida rohkem mul usku on, seda vähem esineb minu elus probleeme. Täna on mul rohkem usku kui eales varem. Usu kasvades kahanevad minu hirmud.

Aastaid vanglates, haiglates ja psühhiaatriaosakonnas istunud tüübile, kes ei suutnud mitte mingil moel joomist lõpetada, leidis vaid üks vastus: Anonüümsed Alkohoolikud ja Kaksteist Sammu. Mul vedas tohutult, et mind õiges suunas juhiti. Minu elus leidis aset drasiline muudatus. Loodan, et saan varsti tähistada oma kestva kainuse teist aastapäeva. Minu elu on kahe aastaga täielikult muutunud. Täna olen ma tugiisik teistele. Ma mõistan, mida tähendab sõna *kaastunne*, ja suudan seda tõeliselt tunda. Töötan hetkel Kaheksanda Sammu kallal ja olen vankumatult kindel, et minu ellu tuleb õnne aina juurde „mööda Õnneliku Saatuse Maanteed rühkides.”

(9)
RENTSLI BRAVUUR

Üksinda ja töövõimetult anti talle kohtu poolt kaks valikut, otsi abi või mine vangi, ja nii tema teekond õppimisvõimele algas.

SÜNDISIN ÜHES suuremas kesklääne linnas, päris beebibuumi lõpul. Mu vanemad ei olnud heal järjel, aga viiekümnendate keskel käisid nad tööl ja püüdsid Ameerika unelma poole. Minu isa oli endine politseinik, kes oli lõpetanud õigusteaduse eriala ja töötas pankadega ning kinnisvara maaklerina. Ema oli lõpetanud tuntud ida-ranniku kolledži ajakirjanduse erialal ja kolis läände, et mu isaga abielluda ja pere rajada. Nad mõlemad olid tööd rügavate Euroopa immigrantide lapsed.

Sirgudes käisime vanema vennaga pühapäeviti kirikus ja õppisime kihelkonnakoolis. Meil oli piisavalt söögi-poolist ning eluks vajalikud baasvajadused rohkem kui rahuldatud. Olin tark, aga vallatu laps ja mingil hetkel otsustasin, et lihtsam on valetada kui kannatada oma tempude tagajärgede pärast. Isale olid väga olulised reeglid ja kord ning valetamist ei sallinud ta kohe üldse. Meil oli palju konflikte. Muus osas oli minu varajane lapsepõlv suhteliselt õnnelik.

Lõpuks läks mu vend kolledžisse ja mina hakkasin omaette maailma avastama. Nautisin sõprade seltskonda ja me seiklesime palju. Sel ajal hakkasid pihta minu esimesed katsetused alkoholiga. Minu lähenemisviis küpsusele ja täiskasvanueale oli reede õhtul sõpradega õlut või varastatud pudelit jagada. Koolis kujunes

mul oma täielikku potentsiaali mitte ära kasutava noormehe maine. Mulle tundus, et kogu maailm võtab asju liiga tõsiselt. Kui mina tajusin ennast rõõmujanulise ja muretuna, siis teised nägid mind vastutustundetu ja häbematuena. Mässajalik natuur hakkas pinnale kerkima.

Kuuekümnendate keskel tekkis mul võimalus külastada oma venda, kellel oli stipendium ühes California ülikoolis. Need olid peadpööritavad ajad ja minu sealsed kogemused jätsid minusse sügava jälje. Õhus oli muusika ja tänavatel tants. Pole ime, et keskläände tagasi jõudes tekkisid mul probleemid distsipliiniga. Pettunud kooli argistes tühisustes, muutus kesken-dumine aina raskemaks. Ihkasin muretut elu. 1968. a sügiseks, lahkununa kolmest erinevast koolist, leidsin, et mulle aitab. Kavatsusega alustada uut elu viskasin õpikud nurka, kitarr seljas ja täis nooruslikku optimismi, lahkusin kodust ning suundusin tagasi läänerrannikule.

Minu toidupaluke hakkas peagi otsa lõppema ja tööd oli raske leida. Proovisin kerjata, aga mõistin, et olin selle jaoks liiga uhke või õigemini ei olnud piisavalt näljane. Hakkasin elama peost-suhu, aga mu ellujäämis-
oskused ei olnud nii head kui olin arvanud. Soojemate ilmadega telkisin rannikuäärse maantee lähedal metsas. Merelõvide haukumine ei lasknud magada. Talve lähemisel jõlkusin rannapiirkonnas ja tänavatel, magasin laoruumides ja räpastes hotellides või teesklesin hooajavälisel ajal linnas viibivat farmitöölisest migranti ja ööbisin nende juures.

Mis oli alanud seiklusena, hakkas kujunema õudusunenäoks. Põgenemishetked sellest ebamugavast reaalsusest saabusid siis, kui mul õnnestus veenda kedagi

oma veini või viina minuga jagama. Jook rinnus, taastus mu enesekindlus ja mu suund paistis mulle selgepiirilisena ning ma kümblesin oma kõrgelennulistes plaanides ja tulevikuunelmates. Joomine põgenemiseks osutus sama oluliseks kui söömine elamiseks. Kogu see rentsli bravuur ja sihikindlus põrmustusid kui seadusega pahuksisse sattusin. Võimud saatsid mu tagasi keskläände, ainsaks varanduseks mu seljas olevad riided.

Koju jõudes võlusin oma sõpru ülepaisutatud juttudega ebatavalistest inimestest ja veidratest juhtumustest, millest mõned olid ka tõesed. Me läksime kohe jooma ja jätkasin sealt, kus pooleli olin jäänud. Eesmärk oli alati ennast „täis juua”. Kuigi mul oli vahel raske oma joomist talitseda, olin valmis rohkem pingutama. Leidsin, et võti edukale joomisele oli sama, mis edukale musitseerimisele – harjuta, harjuta, harjuta.

Peale katsetust ülikooliga, proovisin leida töökohta, tihti pohmellisena. Leitud töökohad tundusid mulle labastenad. Ma ei teadnud siis veel, et kõik tööd on väärikad. Hooldustöö, galvaniseerimine, töö tehases ja meditsiinitööstuses (peale prügi välja viimist, hakkasin ma pihta riiulitega) olid kõik minu CV-s. Minu CV-sse ei mahtunud varastamine, hilinemine, tööluus ja valdamise põhjused. Olin üldiselt rahulolematu, kuid ei taibanud, et probleem oli minus. Ihkasin peenemaid asju, aga avastades, et need nõuavad pingutust, loobusin ma neist, tembeldades need süsteemi lõksudeks. Minu tulevikuplaan oli pigem leida tee äärest kotitäis raha.

Vaatamata minu joomisele, õnnestus mul natuke raha kõrvale panna. Oma esimese tuhande dollari eest ostsin mootorratta. Sellega hankisin elustiili, mitte transpordi-

vahendi. Peale seda elasin aastaid mootorratturi eluviisi. Mu elu, kohati karm ja põnev, tiirles mootorrataste ehitamise ja võidusõitmise ümber. Uued reeglid olid: sõida täiega, ela täiega ja sure noorelt. Nädala sees hüppasin kodukandis baarist baari. Nädalavahetused möödusid kesklinna klubides. Aastate möödudes mu sõpruskond aina kahanes. Mõned surid õnnetustes, mõned tapeti, mõned läksid vangi ja mõned lihtsalt võtsid mõistuse pähe, astusid välja ja said suureks. Viimased olid need, keda ma ei mõistnud. Igatahes uusi sõpru ma ei saanud ja leidsin end üha rohkem üksinda.

Seitsmekümnendate keskel sain ametiühingu all hea palgaga töökoha terasetööstuses. Peatselt kandideerisin meistrimehe ametile ja hakkasin õppima elektriiku kutset. See töö oli palav, räpane ja ohtlik. Kõik töötasid liikuva graafikuga ja oma vahetuse lõpus oli mul tunne nagu oleksin läbi elanud tõsise katsumuse. Esimene peatus oli kõrts mäe otsas. Tihti jäigi see viimaseks peatuseks. Alkohool ei olnud seal ainus saadaval olev lõõgastusvahend ja mulle polnud neist ükski võõras. Seal sain ma oma esimese avatud baariarve, mis tähendas, et ükskõik kui põhjas mu näpud ka ei olnud, mulle anti alati peale tööd oma napsid kätte. Samal ajal, kui kutid minu ümber ostsid endale kodusid, löid peresid ja elasid vastutustundlikult, oli mul raskusi kommunaalarvete maksmise ja auto töökorras hoidmisega. Jälgisin siiski, et baariarve saaks tasutud.

Minu elu sihiks sai pidev joobesolek. Pärast mõnda napsi tundsin ennast palju normaalsema ja enesekindlamana. Muutusin arglikust erakust peoloomaks. Mu naljad olid naljakamad, tüdrukud olid ilusamad, mängisin piljardit paremini ning plaadimasinast kõlasid pare-

mad lood. Suutsin vaadata inimestele otsa ja suhelda neist silmapaistvamatega.

Aeg-ajalt käisin tööalastel täiendkursustel kolledžis. Normaalseste inimeste seltskonnas taipasin, kui pööraseks olin muutunud. Minu armastatud individuaalsus oli muutunud eraklikkuseks. Hakkasin muretsema, et olen nõiaringis. Mul ei olnud sõpru – ainult tuttavad. Seda tõsiasja kinnitasid ka kuuliaugud minu autos, mille oli jätnud minult petta saanud tutvav. Ainus kergendus oli pudelis, aga seegi hakkas alt vedama. Minu unistused olid ammu hääbunud, mu elul ei olnud eesmärki, mu enesekindlus oli kadunud ning joomine ei suutnud neid enam taastada nagu varem. Isiklik hügieen jäi tagaplaanile. Esines perioode, kus ma üritasin olla joomata, aga see oli raske ja lõppes harilikult kõige ebasobivamal hetkel. Erilisteks sündmusteks nagu pühad, matused, tööintervjuud ja kohtuistungid, sain ennast korda, ainult selleks, et viimasel hetkel libastuda ja lennata pudelisse tagasi nagu bumerang. Planeeritud kainus oli väga närvesööv.

Minu elu allakäiguspiraal hakkas tegema üha väiksemaid ringe. Mul oli nii palju liiklusõnnetusi ja trahve, et see oleks pannud iga politseiniku kulmu kergitama. Kui mul oli kindlustus, siis oli see suure riskikattega. Muutusin aina salakavalamaks ja vähem silmatorkavalt sõjakaks. Vaatamata aastatepikkusele seadusterikkumisele, suutsin enamasti hoiduda suurematest jamadest. Paaril korral said nad mu peaaegu kätte, aga mul õnnestus nad mingi tehnilise nüansiga siiski ära petta või anti mulle lihtsalt andeks. Lõpuks tuli mind kummitama üks aastaid tagasi sooritatud apsakas. Olin peaaegu sunnitud seisma silmitsi föderaalse kohtusüsteemiga. Mulle

hakkas tunduma, et olen kloun, kes žongleerib liiga paljude pallidega. Iga pall kujutas endas probleemi, mida ma õhus hoidsin. Mu käed hakkasid väsima ja teadsin, et ma ei suuda seda enam kaua jätkata, kuid ma ei kavatsenud alla anda. Minu uhkus ja ego ei oleks lubanud. Minu probleemide põhjuseks olid ülemused, kohtunikud, kaastöölised, advokaadid, parkimistrahvid, baariarved, rahalaenajad, kommunaalarved, üürileandjad, mu tüdruksõber, inimesed keda olin petnud – suutmata näha kõige põhilisemat probleemi: minu joomine ja mina ise. Teadsin juba mõnda aega, et ma tahan väga sellelt karussellilt maha saada, kuid mul polnud aimugi, kuidas.

Kohtunikul seevastu olid mõned ideed. Mind määrati elektroonilise jälgimisega koduaresti ja range järelevalvega katseajale, mille käigus pidin andma pisteliselt uriiniproove. Vastasel juhul ootaks mind viis aastat vangistust. Jätkasin veiderdamist kuniks võimudele sai selgeks, et ma ei suuda oma katseaja tingimustest kinni pidada. Üस्कõik millised olid tagajärjed – ma ei suutnud joomist lõpetada ja loobusin proovimast. Kui kohus mind mu rikkumiste pärast lõpuks kohale kutsus, anti mulle kaks valikut: otsi abi või mine vangi. Pärast hoolikat vaagimist, valisin esimese. Nüüd saadetakse kas mind kuhugi või mina saadan end kuhugi. Valisin teise ja nad andsid mulle nädala, et teha vastavad korraldused. Viivitades võttis see lõpuks kolm nädalat. Taaskord, olles meeleheitel nurka surutuna ja täieslikus põhjas, sõnasin ainsa palve, mida ma endiselt teadsin: „Jumal aita mind – kui sa mind seekord päästad, siis ei tee ma seda enam kunagi.” Mu elu oli lõpuks muutunud juhitamatuks.

Ma polnud enam peoloom, olin pankrotis ja mu üüri-arve oli maksmata. Mustad nõud kuhjunud kraanikaussi ja hallitanud potid pliidil. Kotid prügi ja pudelitega seisis ukse kõrval reas ja mu wc-pott oli umbes. Hunnikutes varastatud panna lebas põrandal. Olin kandnud samu riideid liiga kaua ja ma ei söönud muud kui valmis makarone juustuga ja pirukaid. Kuuldes koputust uksele, jooksin vannituppa ja piilusin aknast välja, et näha kes tuli mind vahistama. Joomata olla oli võimatu, aga joomine ei aidanud. Sellises seisundis lahkusin kodust ja kirjutasin ennast sisse haiglasse, kus mind ootas minu viimne kohtupäev.

Olin tol hetkel nii purjus, et ei mäleta vastuvõttust peale närilisuse midagi. Mõne tunni möödudes tundsin ennast turvalisemalt. Minu kartus asendus vaikselt kergendustundega. Äkki nad siiski saavad mind aidata. Mul ei olnud aimugi, kui raskeks mu tervislik seisund kujuneb. Võõrutuse esimesed viis päeva seitsmeteistkümnest olid täielik põrgu. Suutsin ainult voodis lamada. Ma polnud aastaid nii pikalt kaine olnud. Nädala pärast tundsin ennast pisut paremini ja hakkasin ümbrust uurima. Mul hakkas tekkima asjade suhtes oma vastuarvamus. Leidsin, et arstid ja õed olid kompetentsed ja asjatundlikud, kuid tajusin, et kuigi nad teadsid palju alkoholismist, oli see pelgalt raamatutarkus – nad ei olnud seda ise kogenud. Ma ei vajanud teadmisi. Vajasin lahendusi. Keegi peale lootusetute ei teadnud, mis tunne on elada ilma lootuseta. Minu sisemine skeptik lõi välja, otsides igat võimalikku lünka ja vabandust, et kõike kahtluse alla seada ning tähelepanu oma seisundilt kõrvale juhtida. Algne optimism lõi kõikuma. Kas see oli kogu lugu?

Üks mees personalist hulgast tundus siiski olevat teistsugune. Ta näis rahulik ja paistis midagi teadvat. Ilmselgelt ei olnud see tüüp nii ametlik nagu teised, ja kui ta rääkis mulle oma loo, olin üllatunud, kui sarnane see oli minu omaga – ainult et tema ei teinud sellest saladust. Ta mainis, et ta on Anonüümsete Alkohoolikute liige. Kuidas on võimalik, et ta oli välja teeninud personali austuse, olles eelnevalt elanud kriminaalset elu? Kuidas saab olla nii, et ta oli paljuski minu moodi, aga oli leidnud tee tagasi? Siin oli keegi, kes on kaine, samas lahe; alandlik, aga kindel oma põhimõtetes; tõsine, aga mitte ilma huumorimeelela. Ta oli keegi, kellega suutsin suhestuda ja ehk isegi usaldada. Võib-olla päästis ta mu elu lihtsalt oma kohalolekuga ja ta ei tea sellest tänaseni midagi.

Järgmise paari päeva jooksul rääkisin jätkuvalt vähe, aga kuulasin ja vaatasin. Sain aimu, kuidas Anonüümset Alkohoolikud töötab ja kohtasin veel mõnda liiget. Leidsin, et see ei ole midagi, mille nad koju minnes haiglasse jätavad; see on eluviis. Mõistsin, et see on vaimsus mitte religioon. Nägin, et nad olid rõõmsad ja nad olid selles asjas ühel meelel: kui ma tahtsin oma ellu sama muutust, mis oli toimunud nendega, siis pidi mul olema valmisolek teha sama, mida nemad tegid. Ma olin vaimustunud. Siin ma olin, täielik kõnts, ja nad kutsusid mind sellele vaatamata endaga liituma. Tundsin, et kui üldse soovin mingit muutust, siis parem juba nüüd. See võib olla minu viimane võimalus. Pidin niikuinii ametivõimudega tegelema ja kaasa mängides ei olnud mul midagi kaotada. Niisiis, lugesin nende raamatu läbi, hakkasin nende sammudega tööle, ning nagu nad soovitasid (uksed lukus, tuled kustus) palusin Kõrgemalt Jõult natukene abi. Lõpuks soovitasid nad tungivalt, et

ma osaleksin nende koosolekutel – eriti esimesel õhtul pärast haiglast välja saamist.

Väljusin sealt ühel päikeselisel pärastlõunal. Kavatsesin sel õhtul koosolekule minna, aga ühtlasi oli mul põhjust tähistamiseks ja kümme dollarit taskus. Olin kakskümmend kaks päeva kaine olnud ja olin enda üle uhke. Peagi hakkasid mu vanad instinktid taas võimust võtma. Päikseline päev. Kümme dollarit. Tähistamine. Hea enesetunne. Enne kui ma arugi sain, jalutasin ma tagaukse kaudu sisse ühte joomakohta, mida vanasti sageli külastasin. Sisenedes tundsin alkoholi lõhna ja mu suu hakkas vett jooksuma. Istusin leti äärde. Tellisin oma tavalise kokteili. Kas ma ei suuda kõigest ühte päeva joomata olla? Kui viimane küsimus niipidi esitada, siis jah, suudaksin küll ühe päeva joomata olla. Pealegi pidin ma sel õhtul koosolekule minema ja kes teab, järsku on neil seal alkomeetrid. Panin oma dollari letile, ronisin puki pealt maha ja jalutasin uksest välja. Kui tahan, võin homme juua – ja see oligi minu plaan.

Sellel õhtul, minu esimesel koosolekul, käitusid kõik nii nagu peab – nad panid mind tundma ennast teretunnuna. Kohtasin teisi endasuguseid ja see oli hea tunne. Äkki see ongi päris asi. Niisiis läksin järgmisele koosolekule ja tundsin samamoodi. Siis järgmisele koosolekule. Homsed tulid ja läksid ja kuni tänase päevani, pole ma tundnud vajadust järgmise joogi järele. See oli üle kuue aasta tagasi.

Mu tugiisiku sõnul on Suures Raamatus kõige olulisem asi sõna „meie” ja koosolekutel käimine tõi selle minu ellu. „Tunnistasime, et olime jõuetud alkoholi ees...” Ma ei pidanud enam üksi olema. Kuna sõpruskond ja aktiivus innustasid mind ikka tagasi tulema, jõudsin Kaheteistkümne Sammuga töötamiseni. Mida

rohkem töötasin, seda paremini ennast tundsin. Hakasin aega veetma oma tugiisiku ja teiste tegusate liikmetega. Neid jälgides mõistsin, et tänulikkust väljandatakse, sellest ei räägita – tänulikkus on tegudes. Nad mainisid, et olen õnnega koos, kuna mul on veel alles mu autoromu, seega võiksin kaaluda nende inimeste koosolekutele toomist, kellel pole nii hästi läinud. Mulle tuletati meelde, et kõiketeadjatele ei saa midagi õpetada, nii et püsi õppimisvõimeline. Nad juhtisid sellele tähelepanu, kui mu vanad käitumisviisid hakkasid taas pead tõstma. Kui elu tundus liiga raske, siis tehti juttu usalduse loomisest ja oma Kõrgemale Jõule toetumisest. Nad selgitasid, et probleemiks on jõu puudumine ja lahendus on olemas. Haarasin AA-st kohe kinni ja usaldas inimesi nagu laps, et kui surun oma uhkuse piisavalt alla ja järgin nende õpetust, saan minagi selle, mis neil on. Ja see töötas. Alguses tahtsin lihtsalt võimud enda kraest maha raputada. Ma ei osanud oodanud, et see programm muudaks täielikult mu elukäiku või juhataks mulle teed vabaduse ja õnnelikkuseni.

Endiselt väga kannatamatu, tahtsin saada kõike kohe. Seetõttu samastusin nii hästi looga kogenematust uustulnukast ja vanast olijast. Kui uustulnuk läks vana olija juurde kadestades tema saavutusi ja pikka kainusestaaži, lajatas vana olija käega vastu lauda ja pahvatas: „Olen nõus vahetama kohe oma kolmkümmend kainusaastat sinu 30 päeva vastu!” Ta teadis, et uustulnuk ei olnud veel mõistnud, et tõeline õnn peitub teekonnas, mitte sihtkohas.

Niisiis, täna olen oma eluga palju paremas kohas, nagu Anonüümsetes Alkohoolikutes lubati ja ma tean, et neil on õigus, kui nad ütlevad, et läheb aina pare-

maks. Minu olud on pidevalt paranenud koos vaimse elu kasvu ja küpsemisega. Kirjeldamaks neid tundeid südames, jääb sõnadest väheks, kui mõtisklen sellest, kui palju mu elu on muutunud, kui kaugele olen jõudnud ja kui palju on veel avastada. Kuigi ma ei tea, kuhu mu teekond võib mind viia, siis tean, et võlgnen selle Jumala armule ja kolmele sõnale Kaheteistkümnest Sammu: jätkata, täiustada ja harjuda.

Ah ja üks asi veel, mis mulle öeldi: Alandlikkuses peitub võti.

(10)
HINGES TÜHI

See naine puutus üles kasvades AA-ga palju kokku ning teadis kõiki vastuseid – välja arvatud küsimustes, mis puudutasid tema enda elu.

ELASIN OMA ELU „käitudes, nagu” – teisisõnu käitudes, nagu mulle oleksid vastused juba teada (hoidusin koolis õpetajatele küsimuste esitamisest, sest nad ei tohtinud aru saada, et ma ei teagi vastust), või käitudes, nagu mind lihtsalt ei huvita. Alati näis, et kõigil teistel on elujuhised juba eos olemas ja mind polnud parasjagu kohal, kui Jumal neid laiali jagas. Minu meelest teadsid inimesed nagu iseenesest, kuidas midagi teha, või lihtsalt ei teadnudki. Sa kas oskad klaverit mängida või ei oska. Sa kas oled hea pallimängija või ei ole.

Mul pole aimugi, kuidas mul tekkis selline suhtumine, et peab kõike teadma, aga mu elus kehtis see lausa reeglina ning see äärepealt tappis mu. Mõte sellest, et inimene peab endale eesmärgi seadma, nägema selle saavutamiseks vaeva ning seeläbi tulemusteni jõuab, oli mulle täielikult võõras. Sa kas „teadsid” või mitte, ja kui ei teadnud, siis ei tohtinud seda välja näidata – see jätaks ju halva mulje. Ma ei tulnud kunagi selle pealegi, et inimesed on kõige hea saavutamiseks tõsiselt tööd teinud. Tasapisi muutus selline hoiak põlguseks inimeste suhtes, kellel tööpoolest vastused olemas olid – muidugi mõista kipub alkohoolik ülalt alla vaatama inimestele, kes elus läbi on löönud!

Mu isa liitus Anonüümsete Alkohoolikutega, kui olin seitsmeaastane. Lapsena istusin sageli reedeõhtuti lastistel AA koosolekutel, sest meil ei olnud lapsehoidja palkamiseks raha (mind võis näha AAs toanurgas istu-

mas ja raamatut lugemas). Millist mõju see mulle lapsena avaldas? Ma teadsin, et alkohoolikuks olemine tähendas, et rohkem juua ei tohtinud ja pidi käima AA-s. Alustades enda joomiskarjääri, üritasin seega vältida enda nime seostamist A-tähega sõnaga. Muidu oleks mulle kodus kohe koosolekute nimekiri nina alla topitud. Pealegi teadsin, et AA on koht, kus vanamehed kohvi lürbivad, suitsetavad ja sõõrikuid mugivad – olin seal olnud. (Nüüd meenutades olen kindel, et need „vanad mehed” olid vaevu 30-aastased.) AA oli mu jaoks välistatud. See oleks tähendanud mitte joomist. Ja kui ma jõin, mu elu muutus.

Esimest korda jõin end purju viieteistaastaselt. Ma oskan öelda, kus ma olin, kellega ma koos olin ja mis mul seljas oli. See oli mu jaoks oluline päev. Juba üheainsa aastaga oleks minust võinud saada teismeliste alkoholi-ravi reklaamnägu. Mu hinded kukkusid kolinal, sõprade ring muutus, sõitsin ühe auto sodiks, mu välimus läks allamäge ning mind kõrvaldati koolist. (Hiljem kaineks saades imestasin, miks vanemad mind ravile ei saatnud. Siis meenus mulle, et kui olin teismeline, polnud noorte sõltuvusravikeskusi veel olemaski. Kusjuures, mul on siiani alles keraamikat, mida isa valmistas psühhiaatria-haiglas, sest sel ajal kui *tema* jõi, ei olnud üldse ravikeskusi). Noorena juues oli mul aga alati varrukast võtta lubadus olla tublim, rohkem pingutada, end kätte võtta, oma potentsiaali täita. Potentsiaal – vot see on ühe alustava alkohooliku needus!

Kuidagi õnnestus mul siiski kool lõpetada ja edasi kolledžisse minna, kust langesin peagi välja. Ma ei jõudnud tundidessegi. Tagasi vaadates olen sellele leidnud kaks põhjust. Esiteks, kui kellelgi teisel tundi polnud, jõlkusin hoopis temaga kaasas. Tahtsin kogu aeg hoopis

sõpradega olla. Kartsin, et minuta aega veetes võivad nad hakata arutlema, miks me üldse temaga tegemist teeme? Nad võisid taibata, et neil ongi ilma minuta toredam. Ja siis nad võivad seda teistelegi öelda, kes ütlevad omakorda teistele, ja ma jääksingi üks.

Teiseks, sotsiaalne vestlus oli oskus, mida mina kunagi ära ei õppinud. Kellegagi tuttavaks saades tundsin end täiesti saamatuna. Kui tutvustasin end sõnadega „Tere, mu nimi on —”, järgnes kurdistav vaikus, nagu oleks teine mõelnud, et mis siis? Kuidas üldse inimesed vestelda oskasid? Kuidas see käis, et nad kohtusid ja hakkasid omavahel rääkima, nagu oleksid teineteist aastaid tundnud? Minu jaoks oli see järjekordne asi, mida ei tohtinud mitte teada. Seega jätkasin lihtsalt joomist. Kui ma jõin, siis ei omanud see tähtsust.

Siinkohal on oluline märkida, et ma tõesti armastasin joomist. See paiskas mind elu keskpunkti. Olin sotsiaalne jooja – napsutamine tegi mind ülimalt selt-sivaks. Mulle ei meeldinud eriti teiste naistega juua; panin tina suurte poistega. Mulle mahtus palju alkoholi sisse, ja kui avastasin, et olen kibe käsi ka piljardis, sain kohalikes kõrtsis päris popiks. Vahepeal oli mul lausa oma mootorratas. Lugeses Suurest Raamatust „Billi lugu”, kus ta räägib „pärale jõudmisest”, teadsin nende sõnade tähendust.

Neljateist aasta jooksul viis joomine mind kohtadesse, kuhu ma minnagi ei plaaninud. Esmalt kolisin lõunasse, kuna kodulinn oli probleem. (Kuulsin kord üht tüüpi AA koosolekul lausumas, et lausa kolme–nelja osariigi piiril võiks seista silt: „See osariik ka ei kõlba!”) Tegin asju, mida naised teevad. Mu esimene abielu polnud muud kui viis aastat kestnud üheöösuhe – ma ei suutnud tunnistada, et see oli viga. Saanud kaks last, tahtsin

ühtäkki tema juurest ära, aga lahkumine tähendaks vastutuse võtmist. Jõin, kuni ta mu lihtsalt välja viskas. Siis oli see tema süü, et meie abielu karidele jooksis.

Kord enne koju tagasi kolimist jäin joomise pärast väga olulisest töökohast ilma. Nõnda läksin esimest korda Anonüümsete Alkohoolikute koosolekule ja ütlesin: „Ma olen alkohoolik.” Väiksena isaga koosolekutel kaasas käies olin öelnud: „Tulin isaga.” Helistasin talle ning teatasin, et läksin koosolekule. Nädalaga saabus mulle isalt postiga karp, kus sees olid raamat „Anonüümised alkohoolikud”, tema spiiker-salvestus AA koosolekult, mõned mediteerimise raamatud, raamat „Kaksteist sammu ja kaksteist traditsiooni” ning veel mõned asjad. Ma arvan, et ta oli oodanud päeva, mil olen valmis.

Olles lahutanud, kolisin koju tagasi. Vähem kui aastaga olin vahi all laste elu ohtu seadmise eest. Olin oma magavad lapsed üksinda koju jätnud ja jooma läinud. Jäin ilma hooldusõigusest ja nad anti mu ema hoole alla. Mina aga alustasin ravikeskustes käimist. Jutt jooksis mul libedalt. Olin ju üles sirgudes palju aega AA ruumides veetnud. Just minul palusid nõustajad rääkida teiste naistega, kes kartsid ravi nimel lastest eemal olla. Oskasin lausa terve kõne pidada: „Me ei saa olla head emad, kui me ei ole kained.” Probleem oli selles, et sisimas tundsin kergendust, et lapsed pidid hoopis mu emaga elama. Lapsevanemaks olemine oli mulle liiga raske. Aga ma ei saanud seda inimestele tunnistada – nad oleks muidu mind halvaks emaks pidanud.

Ja ma *olingi* halb ema. Lausa kohutav ema. Ma küll ei peksnud lapsi, ja muidugi kinnitasin neile, et armastan neid. Aga sõnum, mis lapsed minult said oli: „Jah, ma armastan teid, aga minge nüüd ära.” Nad pidid minuga

elades end täiesti nähtamatuna tundma. Mul polnud neile emotsionaalselt midagi anda. Nad tahtsid muudkui mu tähelepanu ja armastust, aga alkoholism röövis minult oskuse seda neile anda. Ma olin hinges tühi.

Kui ravil olin, suri mu isa ja ma pärsin temalt pea-aegu piisavalt raha, et ennast surnuks juua. Sain kaks ja pool aastat juua täpselt nii, nagu soovisin. Kindlasti jõudsin tänu sellele ka siia kiiremini.

Enne lõppu elasin pööningukorteris; raha oli ammu otsas. See oli külmal ja kõledal novembrikuul. Kell pool kuus ärgates oli väljas hall. Kas kell oli pool kuus hommikul või õhtul? Ma ei saanud aru. Vaatasin aknast välja, jälgisin inimesi. Kas nad suunduvad tööle? Või tulevad koju? Läksin tagasi magama. Taas ärgates oli väljas kas valge või pime. Silmi avades oleks kui tunnid möödunud, kuid kell näitas kolmveerand kuus. Oli hall. Ma olin siis 28-aastane.

Laskusin lõpuks põlvili ja palusin Jumalalt abi. Ma ei suutnud oma elu sedasi jätkata. Olin selles korteris elanud augustist saati ja polnud isegi asju lahti pakkinud. Ma ei pesnud end. Ma ei suutnud telefonile vastata. Ma ei suutnud nädalavahetustel lapsi vaatama minna. Nii-siis palvetasin. Miski sundis mind ühte kasti kaevuma, kust leidsin isa poolt saadetud Suure Raamatu. (Soovitan alati inimestel osta kõvade kaantega versioon – millegipärast on neid raskem minema visata). Lugesin uuesti „Billi lugu”. Seekord sain sellest aru. Suhestusin nüüd temaga. Magasin, hoides raamatut, nagu kaisukaru. Ärgates tundsin üle mitme kuu ennast esimest korda puhanuna. Ja ma ei tahtnud juua.

Mulle meeldiks väga siinkohal öelda, et olen sellest hetkest saati kaine püsinud, aga nii see ei läinud. Ma ei

tahtnud tol päeval juua, kuid ma ei teinud midagi, mis mind selle vastu kindlustaks. Vaadake, usun, et saame Jumalalt rohkem kui üheainsa „armuliku hetke” – aga meie asi on sellest hetkest kinni haarata ja vastavalt tegutseda. Ma kuulasin seda häält, mis ütles: „Võid ju samahästi juua. Sa tead, et sa teed seda nagunii jälle.”

Järgmistel päevadel oma lemmikurkas käies, ümberritsesid mind inimesed, kes rääkisid kaineks saamisest. Isegi baarmen tahtis joomise lõpetada. Kutt, kellega piljardit mängisin, rääkis plaanist AA-sse tagasi minna. Keegi mu kõrval baarileti ääres rääkis kuidas ta oli olnud kohalikus AA klubimajas. Ma jätsingi joomise (enam-vähem) mõneks kuuks, kuid siis algas mu viimane tsükkel.

Kuna pärast kaks nädalat kestnud joomist ei rääkinud minuga enam keegi, sõitsin tagasi lõunasse, kus nad kõik mind kindlasti juba igatsesid. Paraadi minu auks ei korraldatud. Inimesed vaevu mäletasid mind ja nädala lõpuks oli raha otsas. Ei saanud isegi lennupiletit koju broneerida. Taskus oli vähem kui dollar ning mind vaevas üks *neist* pohmellidest. Teadsin, et kui prooviksin istuda lennujaama baaris piisavalt kaua, et keegi mulle joogi välja teeks, oleks mu kavatsus liiga ilmselge, ja mu uhkus ei taluks mõtetki sellest, et mul palutakse sealt lahkuda. Kaalusin põgusalt mõne pisema vanaproua röövimist ja tema käekoti varastamist, aga teadsin, et valiksin kindlasti sellise, kes on veel heas vormis.

Olnuks mul dollar rohkem, ei pruugiks ma täna kaine olla. Juues oli mul alati plaan, aga tänu Jumala armule olid plaanid otsas. Mul polnud enam ainsatki ideed. Helistasin emale, selgitasin, kus ma olen ja palusin tal

mind koju lennutada. Hiljem ta tunnistas, et ta poleks seda peaaegu teinud, kuid ta kartis, et nad ei näe mind enam kunagi.

Ta kupatas mind kohalikku võõrutusravikeskusesse öeldes, et võin minna sisse või mitte, aga temal on minust kõrini. Olin omapead. Võõrutusravil anti sama signaal. Arvasin, et nad peaksid mind edasi saatma taastusravikeskusesse – mõte kuu aega sooja toidu söömisest ja puhkamisest oli väga ahvatlev –, kuid nad ütlesid, et tean juba niigi, mida seal õpetama hakatakse, võiksin pihta hakata ning jätta voodikoha kellelegi, kes seda tõesti vajab. Sellest ajast saati olen kaine olnud. Olin lõpuks vastutav omaenese tervenemise eest. Vastutus tähendas tegutsemist. Varem oli mu lemmikmänguks olnud teha kellegi teise asjaks see, et minu töö saaks tehtud. See mäng oli läbi.

Ma ei uskunud, et kolmekümneaastaseks elan. Selleks hetkeks olin 29,5 aastat vana ning ei ilmutanud lähiajal suremise märke. Teadsin südames, et tegelikult jään elama nii juues kui kainen, ja ükskõik, kui paha seis on, saab see alati hullemaks minna. Mõned inimesed saavad kaineks, sest nad kardavad surra. Ma teadsin, et jään ellu ja see oli kordades hirmutavam. Olin alla andnud.

Esimesel võõrutusravi järgsel öhtul suundusin koosolekule, kus üks naine rääkis, et alkoholism oli ta viinud punkti, kus ta ei tahtnud enam tööl käia ega oma tütre eest hoolitseda, vaid ainult juua. Ma ei suutnud oma kõrvu uskuda! See olin mina! Temast sai mu esimene tugiisik ja ma tulin tagasi.

Teisel öhtul istusin toolil, mida nüüd nimetan „uustulnuka-tooliks” – teises reas, seina ääres (kui istud kõige tagumises reas, saadakse kohe aru, et oled uus, ja kui

istud esireas, pead äkki kellegagi rääkima). Kui saabus aeg koosoleku lõpus kätest kinni hoida ja palvetada, ei olnud ühel pool mind vajalikku kätt. Mäletan end mõtlemas: „Ma ei sobitu siia kunagi” ning pead norgu laskmas. Tundsin, et mul võeti käest kinni – keegi eesreast oli vaevunud veenduma, et ring oleks täielik. Ma ei tea siiani, kes see oli, aga tänu sellele inimese tulin järgmisel õhtul tagasi – see inimene päästis mu elu. Ja ma hakkasin tagasi tulema.

Sealses klubimajas oli lõunane Suure Raamatu koosolek, ja käisin seal iga päev. Mitte selleks, et kaineks saada, olgu märgitud, ja kindlasti mitte selleks, et saada raamatust rohkem teada. Mõtlesin hoopis sedasi: Suurt Raamatut tuleb iga päev lugeda ja seal rühmas lugesid liikmed vaheldumisi terve peatüki ette nii et see peaks ju arvesse minema, eks? See omakorda võttis pool tundi, nii et oli vähem tõenäoline, et mind kutsutaks rääkima. Ja see rühm oli lõuna ajal, mis jättis õhtud vabaks. Mõtlesin kõik selle oma terava alkohooliku mõistusega välja!

Õnneks läks mul meelest, et tulemuste eest hoolitseb Jumal. Ma tegutsesin lõpuks ja motiivid ei omanud tähtsust. Arvasin, et töötan seal rühmas Suure Raamatu ühe korra kaanest kaaneni läbi, siis „lõpetan” ja jätkan arutelukoosolekutel, kuid selles rühmas naerdi palju ja seetõttu jätkasin käimist. Ma polnud sellist tüüpi inimene, kes esimest korda koosolekule minnes lausub: „Jumal tänatud, olen jõudnud koju.” Ma isegi otseselt ei tahtnud seda, mis neil oli, aga ma ei tahtnud ka enam seda, mis minul oli – ja see oli alandlik algus, mida ma vajasin.

Kuna Suure Raamatu koosolekud toimusid mugavalt lõunal, tähendas, et käisin päevas kahel koosolekul; mul polnud õhtuti nagunii muud teha. Hakkasin seal

märkama liikmeid, kes olid juba mitu aastat kained olnud – omaenda laiskusest olin sattunud ühte patta kõige aktiivsemate inimestega Anonüümsetes Alkohoolikutes. Sain teada, et inimestel, kes korrapäraselt käisid Suure Raamatu koosolekutel, oli kombeks mitte ainult raamatut lugeda, vaid ka teha, mida seal soovitatakse.

Olnud kaks nädalat kaine, suri ühe liikme üheksa-aastane tütar joobes juhi tõttu, ja juba kolm päeva hiljem rääkis ta koosolekul, kuidas ta pidi uskuma, et see ei olnud asjata. Et võib-olla innustab see vähemalt ühte alkohoolikut kaineks saama. Lahkusin sel päeval endamisi arutledes, mis oleks saanud, kui see oleks juhtunud minu enda lastega või minuga? Mida nad minust mäletaksid? Mind läbis tunne (nüüd tean, et see oli tänutunne) ning taipasin, et ma võin oma lastele kohe helistada ja öelda, et ma armastan neid. Et ma ilmun välja, kui olen lubanud seda teha. Et ma hakkan neile antud sõna pidama. Ja isegi, kui peaksingi alati olema „ema, kes tuleb ainult nädalavahetustel”, siis saab minust hea nädalavahetuse ema. Mul tekkis võimalus viia suhe lastega uuele tasandile, mis seisab Jumala ja Anonüümsete Alkohoolikute vundamendil, selle asemel, et püüda alati minevikku heaks teha. Aasta hiljem suutsin sellele mehele jagada, et võib-olla see ei olnudki juhtunud põhjusest, sest tol päeval muutus minu elu.

Pärast ühe kuu möödumist olin korralikult Anonüümsetes Alkohoolikutes kanda kinnitanud. Jätkasin ikka tagasi tulemist. Võimatu oleks loetleda kõiki imelisi asju, mis on juhtunud AA-s oldud aastate jooksul. Mu lapsed olid neli ja kuus aastat vanad, kui ma kaineks sain, nemadki on AA-s „üles kasvanud”. Võtsin neid endaga lahtistele koosolekutele kaasa ja sealsed inimesed pakku-

sid neile seda, mida mina alguses ei suutnud – armastust ja tähelepanu. Aegamööda sai neist jälle osa minu elust ning nüüd on mul taas oma laste hooldusõigus.

Teistkordselt abiellusin juba Anonüümsetes Alkohoolikutes olles, mehega, kes usub AA-sse nagu minagi. (Ma teadsin, et oleme teinud hea alguse, kui ta ei vihasanudki selle peale, et läksin ükskord temaga kokku saamise asemel Kaheteistkümnenda Sammu tööd tegema.) Lepisime kokku, et tähtsuse järjekorras oleme teineteise jaoks kolmandal kohal, kohe Jumala ja Anonüümsete Alkohoolikute järel. Ta on mu partner ja parim sõber. Oleme kumbki tugiisikuks mitmele inimesele ning meie kodu on täidetud armastuse ja naeruga. Meie telefon heliseb pidevalt. Jagame omavahel ühise lahenduse rõõmu.

Meil on olnud raskeid aegu. Meie poeg kuulub mu pere AA liikmete kolmandasse põlvkonda. Pärast seda, kui ta neljateistaastaselt enesetapukatse sooritas, leidsime, et temagi on alkohoolik. Ta on käinud AA-s ühe aasta ning edasist on raske ennustada, kuid me usaldame Anonüümseid Alkohoolikuid, isegi neil päevadel, kui me oma poega ei usalda. Meie tütar on ilus ja enesekindel teismeline, kes on leidnud oma tee Jumalani ilma joomata. Ta on Anonüümsete Alkohoolikute armastuse ja usu vili.

Mul on endiselt tugiisik ja kodurühm. Ma olen Anonüümsete Alkohoolikute hinnatud liige. Õppisin olema hea AA liige, jälgides teisi AA liikmeid ja nende tegusid. Ma sain teada, kuidas toimib hea abielu, jälgides heas abielus olijaid ja tehes mida nemad teevad. Ma õppisin olema lapsevanem, jälgides häid lapsevanemaid ja tehes, mida nad teevad. Ja mul on lõpuks vabadus uskuda, et ei pea kõike teadma.

(11)
MAAPINNALE TOODUD

Alkohol kärpis selle piloodi tiivad, kuniks kainus ja raske töö ta tagasi taevasse viisid.

OLEN ALKOHOLIK. Olen osalt komantši indiaanlane ja kasvasin üles vaeses, kuid armastavas kodus seniks, kuni alkoholism võttis mu mõlemad vanemad. Seejärel algasid lahutused, mõlemal vanemal kolm ja mina omandasin vihameele, mis on lahutamatu osa sellisest alkohoolikute pereelust. Töötasin, et minust ei saa kunagi alkohoolikut. Oma indiaanlaste kogukonna aktiivse liikmena nägin, mida alkohol seal tegi ja tundsin selles suhtes vastikust ja tülgastust.

Lõpetasin keskkooli seitsmeteistkümmeneselt ja astusin kohe mereväkke. Tundsin end seal kui kodus, nautides sealset karmi distsipliini, kamraadlusest ja ühtsustundest koosnevat elu. Paistsin silma ja olin üks kolmest, keda edutati peale sõduri baaskursuse lõpetamist. Neli ja pool aastat hiljem avanes mul võimalus õppida lenduriks. Kaheksatteistkuulise programmi läbimine tähendas tiibadega rinnamärki ja ohvitseri palka. Paistsin taas silma. Ehkki mu eakaaslastel olid kolledžiharidused ja hirm läbikukkumise ees mind pidevalt painas, lõpetasin siiski oma kursuse parimate seas.

Oli veel üks asi, millega ma silma paistsin. Joomist julgustati; piloodiks olemine eeldas karmi ning söakat lendamist ühes karmi joomisega, ja *happy hour*’ist osavõtt oli kohustuslik. Mina ei vajanud täiendavat julgustust ja nautisin eskadrilli kamraadlust, heatahtlikku naljatlemist ning nendel üritustel olevat võistlusmomenti.

Aasta pärast jõudsin kursuse lõppfaasi, kus kohtasin ühte noort kaunitari. Sel õhtul kohtudes olin purjus ja ta keeldus minuga tegemist tegemast, aga alkoholist saadud võltsjulguseta ei oleks ma iial sõandanud talle lähenedagi. Järgmisel päeval nägin teda jälle, olles seekord kaine, ja me hakkasime kohtamas käima. Lõpetasin lennukoolituse tema kahekümnendal sünnipäeval ja tema pani mulle kuldsete tiibade lendurimärgi rindu ja leitnandi pagunid õlale. Abiellusime kahe nädala pärast. Tähistasime hiljuti oma kolmekümne viiendat pulmaaastapäeva ja ta on kõige imelisem inimene, keda oleksin võinud iial kohata.

Peagi sündisid meile kaks poega ja ma läksin Vietnami sõtta. Naasin kolmeteist kuu pärast. Olin mereväes kokku üksteist ja pool aastat, enne kui otsustasin sealt lahkuda, kuna sõjaväekarjäär nõudis pidevat perest eemalolekut. Olin näinud piisavalt kaost perekonnas mõistmaks, et ma ei saaks kunagi lasta sellel juhtuda omaenda perega, mistõttu loobusin oma ametikohast vastumeelselt ja isegi valulikult ning liitusin ühe suure lennufirmaga. Olin uhke mereväes omandatud maine üle. Mul oli ette näidata arvukalt saavutusi, tunnustatud lahingutegevuse kogemus ja head oskused piloodina.

Töötades end aegamisi selle lennufirma struktuurides üles sain kahekümne aasta möödudes kapteniks. See oli üks konfliktidest kubisev lennufirma ja meie pere pidi üle elama keerulisi aegu. Ühe pika streigi ajal adopteerisime väikese beebitüdruku. Ta muutis meie pere täielikuks. Kui me ta koju tõime oli ta kõigest seitsmeteist päevane, poolenisti *chippewa* päritolu, kaunis beebi.

Minu joomine süvenes, aga ma ei uskunud, et jooma-kaaslastega võrreldes teistsugune. Eksisin rängalt. Mul

oli aastaste vahedega kaks joobes juhtimise süüdistust, mida pidasin lihtsalt halvaks õnneks, ja maksin karistust leevendamiseks suured õigusabi kulud. See juhtus aastaid enne, kui Föderaalne Lennuamet hakkas kõrvutama liiklusregistri andmeid lennupiloodi lubadega.

Mind koos kahe meeskonnaliikmeka arreteeriti pärast lõunast hilisõhtuni kestnud rasket joomist. Meile esitati süüdistus föderaalse seaduse rikkumises, mis keelab ühistranspordivahendi juhtimise joobes olekus. Seda ei olnud varem lennupilootide vastu kasutatud. Olin muserdatud. Järsku leidsin end katsumusest, mis oli hullem kui minu halvim õudusunenägu.

Jõudsin järgmisel päeval raske südamega koju, ning olin võimetu oma naisele otsagi vaatama. Häbistatuna ja murtuna külastasin sel päeval kahte arsti ja mul diagnoositi alkoholism. Juba samal õhtul sain ravile, kaasas ainult seljas olevad riided. Uudised olid selle loo üles korjanud ja seda pasundati üle kogu maailma, kõigis suurimates televisioonikanalites ja minu häbi ning alandus olid kirjeldamatud. Kogu minu elu valgus oli kustunud ja kaalusin enesetappu. Ma ei suutnud ette kujutada, et ma veel kunagi naerataks ega päeva, mil paistaks helge horisont. Tundsin üleiniimlikku valu ja soovisin, et see valu lõppeks.

Sain kommertslennunduses kurikuulsaks ja meedia nautis võimalust mind avalikkuse ette tirida. Kaotasin alkoholismi diagnoosi tõttu FAA meditsiinisertifikaadi ja FAA andis välja erakorralise korralduse, millega tühistati kõik minu lennuload. Mõtlesin oma vanema-tele (nüüdseks mõlemad surnud), oma indiaani rahvale ja kõikidele neile, keda olin eelnevalt pidanud alkohoolikuteks ning mõistsin, et minust oli saanud just see, kelleks ma olin töötanud mitte saada.

Nädal pärast ravile minemist, sain õhtustest uudistest teada, et mu karjäär on läbi. Keeldusin telerit vaatamast, kuid minu kaaspatsiendid hoidsid mind toimuvaga kursis. Olin nädalaid uudiste esilugu. Olin naljanumber hilisõhtustes komöödiasaadetes ja nad naeruvääristasid mind, minu ametit ja minu lennufirmat.

Sain ka teada, et lähen föderaalvanglasse. Karistus läheks täitmisele, kui mind süüdi mõistetak, ja mul polnud kahtlustki, et nii läheb. Kui mul polnud enam midagi kaotada, pühendusin täielikult tervenemise kohta õppimisele. Uskusin siiralt, et minu kainuse ja ühtlasi ellujäämise võti peitub kõiges selles, mida mulle õpetati, ja ravil olles ei raisanud ma ühtegi hetke. Töötasin sama innukalt, kui oma tiibu välja teenides, aga seekord oli kaalu minu elu. Läbides üksteise järelt juriidilisi kriise, oli vaimse sideme taastamine väga raske.

Lahkusin ravikeskusest kindla otsusega käia üheksakümnel AA koosolekul üheksakümne päevaga, aga kartes et kohtukuupäevad vahele segavad, käisin üheksakümnel koosolekul kuuekümne seitsme päevaga. Tegin läbi kolme nädalase kohtuprotsessi, mida saatis intensiivse meediakajastus. Enamikel õhtutel pärast kohut otsisin pelgupaika AA koosolekutel ja taastasin oma jõu järgmiseks päevaks. Tervenemine ja kõik, mida olin õppinud, võimaldasid mul asjadega toime tulla väga erinevalt oma kahest teisest kaassüüdistatavast. Minu üllatuseks rääkisid paljud minu meelerahust kogu selle kohutava kogemuse vältel. Seesmiselt ma seda ei tundnud, mida teised paistsid nägevat.

Mind mõisteti süüdi ja mulle määrati karistuseks kuusteist kuud föderaalvanglas. Minu kahele kaassüüdlasele määrati kaheteistkuulised karistused ja nad otsustasid jääda vabadusse lootuses edasi kaevata, see-

vastu mina otsustasin vangi minna ja selle asjaga ühele poole saada. Olin õppinud elama elu mitte enda, vaid elu tingimustel. Mäletasin keskkooli ajast ühte luule-rida, mis kõlas umbes nii: „Arad surevad tuhat surma, vapper mees ainult korra,” ja ma tahtsin teha, mida tuli teha. Kartsin vanglasse minekut ning ütlesin oma lastele, et ei saa tagaukse kaudu välja tulla enne, kui pole eesukse kaudu sisenenud. Mulle meenus, et julgus ei olnud hirmu puudumine; see oli võime sellele vaata-mata edasi minna.

Päeval mil sisenessin vanglasse, hakkasid mu üheksa kaaspilooti tasuma minu majalaenu makseid, mida nad tegid peaaegu neli aastat. Pärast vanglast vabanemist proovisin neli korda maksmist enda kätte võtta, aga nad keeldusid igal korral. Nii paljud tulid meile appi kohtades, kust me ei osanud ettegi kujutadaagi.

Istusin föderaalvanglas 424 päeva. Algatasin seal AA koosolekud, millele vangla juhtkond vastu seisis, ja nad kiusasid meid iganädalaselt, kui me koosolekute pidamiseks kokku tulime. Iganädalane koosolek oli vaikne oaas kõrbes, mõned meelerahu hetked hullumeelses vanglas.

Minu vanglakaristusele järgnes kolm aastat katse-aega, mis keelas reisimist ja sisaldasid veel kolmeteist tingimust. Vanglast vabanedes ja enam mitte piloodina töötades, läksin tagasi samasse ravikeskusesse, kus olin kord patsient ja hakkasin täiskohaga töötama teiste alkohoolikutega. Palk oli väike, aga mind kuulati ja mul oli suur soov tasuda osa sellest, mida paljud olid mulle andnud. Tegin seda kakskümmend kuud.

Pikka aega ei kaalunud ma uuesti lendama hakkamist, kuid oma südames ei suutnud ma sellest unistusest loobuda. Ühes minu meditatsiooniraamatus seisis: „Enne

kui mõni unistus täitub, peab unistus olema .” Mulle oli öeldud, et kui tahan üldse veel lennata, siis pean alustama madalaimalt tasemelt, erapiloodi loast, kuigi omasin varasemalt kõige kõrgemat luba, mida FAA välja andis, liinipiloodi luba. Õppisin ja tegin kõik pikad FAA kirjalikud eksamid. Pidin minema tagasi ja õppima uuesti asju, mida olin õppinud kolmkümmend aastat tagasi ja ammu unustanud. Ootamatult olin suutnud taastada oma FAA meditsiinitõendi pärast seda, kui olin tõestanud ära oma kaheaastase kainuse.

Kohtunik oli määranud mulle piirangud, mis tegid taas lendamise minu vanuse tõttu võimatuks. Advokaadist oli saanud minu sõber ning ta töötas minu heaks sentigi võtmata kolm aastat pärast süüdimõistmist. Ka tema oli üks nendest inimestest, kes tuli minu ellu selisel moel, mida saab kirjeldada ainult jumaliku sekumisenä. Ta viis kohtunikule ettepaneku eemaldada piirangud ja pisarad voolasid minu põskedelt tema telefonikõne ajal, kui ta teatas, et kohtunik oli ettepaneku heaks kiitnud. Nende piirangute eemaldamisega muutus võimatu nüüd pisut vähem võimatuks. Erakordselt palju tööd oli veel teha, aga vähemalt tasus nüüd proovida.

Keegi mu sõpradest ei uskunud, et on võimalik saada load täiesti nullist alustades tagasi, kuid olin õppinud paljusid asju tegema üks päev korraga, üks väike samm korraga, nii et lähenesin lubade taotlemisele just sel moel. Kui oleksin vaadanud kõiki lubade nõudeid tervikuna, oleksin loobunud; seda oli lihtsalt liiga palju. Aga ühe päeva ja ühe asja kaupa olid need tehtavad. Niisiis tegin ma need ära.

Teadsin, et keegi ei võtaks mind tööle lennutama reisijaid. Olin endine vang, süüdimõistetud kurjategija,

joodik. Mul olid kõhklused sellegi osas, kas mind lubatakse kunagi kaupa lennutama. FAA-l võttis mitmeid kuid aega, et mu lube menetleda ja need mulle saata. Täpselt sel päeval, kui need minuni jõudsid, juhtus järjekordne ime. Ma sain kõne pilootide ühingu esimehelt, kes teatas mulle, et lennufirma president oli isiklikult otsustanud mind uuesti ametisse ennistada. Ma ei olnud edasi kaevanud, kuna ma teadsin et minu tegusid ei oleks saanud kuidagi kaitsta või õigustada. Olin järjekindlalt aktsepteerinud vastutust, televisiooni kaamerate ees ja ravikeskuses, kuna minu tervenemine nõudis jäägitut ausust.

Tundus võimatu uskuda, et lennufirma president võiks kunagi kaaluda, et nad laseksid mul uuesti nende heaks töötada. Imetlesin selle mehe ja lennufirma vaprust. Mis siis, kui ma libastun? Mis siis, kui ma jälle purjus peaga lendan? Meedial oleks hea päev. Järgnevatel hommikutel ärkates oli mu esimene mõte, et see on kõigest unenägu, et seda ei saanud tegelikult juhtuda.

Peaaegu neli aastat peale minu vahistamist ja minu elu plahvatuslikku laostumist, allkirjastasin oma tööle tagasi minemise lepingu. Mu staaž ennistati, kaotatud pensionifond anti tagasi ja taaskord olin lennufirma piloot. Suur rahvahulk kogunes minu dokumentide allkirjastamist vaatama.

Nii palju oli minu elus juhtunud. Kaotasin peaaegu kõik, mille nimel olin töötanud. Mu pere oli pidanud taluma avalikku laimu ja alandust. Ma olin olnud põlguse, häbi ja alanduse objekt. Aga palju muudki oli juhtunud; iga kaotus oli asendatud autasuga. Nägin, kuidas Suure Raamatu lubadused täitusid sellises ulatuses, mida ma ei oleks iial suutnud ette kujutada. Olin

saanud kaineks. Olin oma pere tagasi saanud ja me olime taaskord lähedased ja armastavad. Olin õppinud, kuidas kasutada Kahteteist Sammu ja kuidas elada seda suurepärase programmi, mis asutati paljude aastate eest kahe joodiku poolt.

Võttis aastaid, aga õppisin olema tänulik oma alkoholismi eest, tervenemisprogrammi eest, kuhu see mind tõukas, kõigi *minuga* ja minu *jaoks* juhtunud asjade eest, varasemaid teadmisi kaugelt ületava elu eest. Mul ei saaks seda täna olla, kui ma ei oleks kogenud kõiki eilseid.

Minu tööle tagasi minemise lepingus oli kirjas, et ma lähen pensionile kaaspiloodina. Aga selle programmi imed ei ole kunagi minu jaoks lõppenud ja eelmisel aastal teatati mulle, et lennufirma president oli mulle andnud loa olla taas kapten.

Läksin pensionile kuukümne aastaselt ja lahkusin 747 kaptenina, mis tähendab, et minu viimane aasta lennufirmas lõppes vasakpoolisel istmel. Ring, mis on nii püha minu indiaanlastele oli jälle sulgunud.

Saan juhtunust väga vähe enda arvele kirjutada. Ma olin valmis ja ilmusin kohale, aga see AA programm, armastava Jumala arm ja paljude inimeste abi minu ümber on vastutanud palju enam kõigi sündmuste eest minu elus. Täna on minu poeg olnud kolm ja pool aastat kaine, olles peaaegu kaotanud oma elu alkoholile ja narkootikumidele. Ta on tõepoolest veel üks nendest imedest, mille eest olen sügavalt tänulik.

Olen tagasi oma indiaani rahva juures pärast pikka ja häbi täis eemalolekut. Tantsin jälle ja tulen tagasi nende vanade kommete juurde, mille olin maha jätanud. Olen kõnelenud kahel põlisameeriklaste AA konventsioonil,

mida ma ei oleks noorukina üles kasvades kunagi uskunud näha saavat. Raskused tõepoolest tutvustavad meid endile. Aga me ei pea nende raskustega kunagi üksi tegelema, senikaua kuni me leiame veel ühe alkohooliku Anonüümsete Alkohoolikute koosolekult.

(12)
VEEL ÜKS VÕIMALUS

See vaesuses virelev ja alkoholi täielikus meelevaldas olev mustanahaline naine tundis, et elamisväärne elu on tema jaoks kättesaamatu. Vanglakaristust kandma hakates avanes talle aga uks.

OLEN AFROAMEERIKLASEST alkohoolik. Ma ei tea, millal minust alkohoolik sai, aga usun, et alkohoolik sai minust seetõttu, et jõin liiga tihti liiga palju.

Süüdistasin joomises alati oma vaesust või ükskõik mida peale tõe – mulle lihtsalt meeldis, kuidas kära- kas mulle mõjus ning juues tundsin end igaühega sama tähtsana ja varaliselt võrdsena. Ma ei tunnistanud eales, et jõin liiga palju või et kulutasin raha, mille eest pidanuksin ostma süüa oma kahele pisikesele pojale.

Aja möödudes hakkasin aina enam jooma. Ma ei suutnud ühelgi töökohal püsida – keegi ei taha ju joodikut palgal hoida. Leidsin alati mõne joomakohta pidava või viskit müüva poiss-sõbra, ent need suhted ei jäänud kunagi kauaks kestma. Valmistasin kõigile purjus peaga kohale ilmudes või pildituks juures piinlikkust. Siis jõudis asi nii kaugele, et ma ei suutnud enam kongi sattumata juua. Ühel sellisel korral, pidas kohtunik mind vist päästmise vääriliseks, sest ta otsustas mind vangla asemel kuuks ajaks AA-sse saata.

AA-sse ma ka läksin. Või siis vähemalt läks sinna minu keha. Vihkasin seal oldud ajast iga hetke. Ma ei jõudnud oodata, et koosolek lõppeks ja saaksin taas jooma hakata. Kartsin enne koosolekuid juua. Arvasin, et kui nad minu viskist hingeõhku tunneksid, saadetak mind vangimajja, ja ma poleks suutnud joomata elada. Ma vihkasin seda

kohtunikku, et ta mind sellesse joodikutest kubisevasse paika saatis. Mina polnud ju mingi alkohoolik!

Jah, vahel võisin ehk tõesti joomisega pisut üle piiri minna – kõik minu tuttavad jõid. Ma ei mäleta aga, et keegi minu tutvavatest oleks eales baaris magama jäänud ja talvel jalanõudeta üles ärganud ega ka toolidelt maha kukkunud. Minul aga juhtus selliseid asju. Ma ei mäleta, et mõnda minu tuttavat oleks maksmata jäänud üüri tõttu talvel korterist välja tõstetud. Minu jaoks oli aga viski oma kahele pojale peavarju tagamisest olulisem.

Asjalood kiskusid nii halvaks, et kartsin tänavale elama sattuda. Pöördusin Emade Abistamise Seltsi poole. See oli üks kõige hullematest asjadest, mis võinuks ühe alkohoolikust naisega juhtuda. Ootasin sarnaselt igale heale emale igal kuul postiljoni saabumist. Kui postiljon mulle aga tšeki ulatas, panin selga oma parima kleidi ja läksin otsima omale alkohoolikust sõpra. Kui ma kord jooma hakkasin, ei hoolinud ma karvavõrdki, et üür oli maksmata, et kodus polnud süüa või et pojad uusi jalanõusid vajasisid. Jäin välja seniks, kuni kõik raha otsa sai. Siis läksin ma kahetsusest tulvil südamega koju ja pidasin aru, mida ma järgmise tšeki saabumiseni ette võtan.

Aja möödudes hakkas mul väljas käies kodutee ununema. Avastasin end ärgates mõnest võõrastemajalobudikust, prussakad ümberringi. Jõudis kätte aeg, mil ma ei saanud endale enam viskit lubada. Hakkasin jooma veini. Lõpuks läks seis nii näruseks, et kui sõbrad mind nägid, tundsin meeletut häbi. Hakkasin käima kõige õudsemates joomaürgastes. Päevalgel käisin mööda kõrvaltänavaid, et keegi mind mingil juhul ei näeks.

Tundsin, et mul pole enam millegi nimel elada. Üritasin korduvalt enesetappu. Ometi ärkasin ma iga kord psühhiaatriaosakonnas, kus algas järjekordne pikk

raviprotsess. Mõne aja pärast hakkasin taipama, et hullumajja oli hea end ära peita, kui olin mõne varastatud asja pandimajja viinud. Arvasin, et kui ka politseinikud haiglasse tuleksid, ütleksid arstid neile vaid seda, et olen peast segi ja ei vastuta oma tegude eest. Siis ütles mulle aga üks hea arst, et peale liigse joomise polnud minuga midagi valesti. Ta lisas, et kui ma peaksin veel kord tagasi tulema, saadetak mind haiglasse. Sellega lõppesid minu käigud hullumajja.

Varsti saabus aeg, mil hakkasin ärkama siniste silmadega ega teadnud, kust ma need sain või oli mul ärgates suurem summa raha, mille päritolu ma ei teadnud. Varsti selgus, et ma varastasin poodidest riideid ja müüsin need hiljem maha. Ühel hommikul oli mul ärgates tuhat dollarit. Üritasin parajasti meenutada, kust see pärines, kui äkki ilmusid välja kaks kõige kogukamat politseinikku, keda ma eales näinud olin. Nad viisid mind arrestimajja. Tuli välja, et olin ühele naisele karusnahkse kasuka müünud. Võmmid olid ta vahele võtnud, ja naine oli neile öelnud, et ostis kasuka minu käest. Pääsesin kohe kautsjoni eest vabaks, aga kohtuprotsessi käigus määras kohtunik mulle kolmekümnepäevase karistuse. Kolmekümne päeva möödudes läks aga kõik vanaviisi edasi. Ma ei pidanud kuigi kaua vastu. Väidetavalt tapsin ma selle ajaperioodi jooksul ühe mehe, ent mina ei mäleta midagi. See oli minu jaoks täielik mäluauk. Kuna olin tol hetkel purjus, määras kohtunik mulle ainult kaheteistaastase vanglakaristuse.

Tänu Jumala armule kandsin ma sellest karistusest vanglas ära kõigest kolm aastat. Just vanglas saingi ma päriselt teada, mida AA endast kujutas. Olin vabaduses AA ära põlanud, aga nüüd vanglas jõudis see minuni. Täna sel päeval tänan ma oma Kõrgemat Jõudu, et ta

andis mulle uue võimaluse nii elus kui ka AA-s, aga ka selle eest, et saan proovida aidata mõnd teist alkohoolikut. Olen juba aasta otsa vabaduses ja pole alkoholi neli aastat joonud.

AA-sse jõudmisest alates on mul tekkinud rohkem sõpru kui terve varasema elu jooksul. Need sõbrad hoolivad minust ja minu heaolust, neid ei huvita, et ma olen mustanahaline ja kinni istunud. Neid huvitab vaid see, et olen inimene ja et tahan kaine püsida. Koju naasmisest saati olen oma kahe poja austuse taas välja teeninud.

Praegu häirib mind vaid see, et minu linna AA-rühmas on kõigest viis afroameeriklast. Ja need vähesed, kes ka on, ei aita AA toimimisele kaasa sel määral, nagu mina sooviksin. Ma ei tea, kas asi on harjumuse jõus või milleski muus, mis neid kinni hoiab, aga tean, et AA-s ootab tegemist niivõrd palju tööd, mida keegi meist ei suuda paigal seistes teha.

Ma arvan, et mõned siinsed afroameeriklased – neid leidub ka mujal – kardavad käia teiste rühmade koosolekutel. Tahan öelda vaid, et seda ei tasu karta, sest ühegi rühma koosolekutel pole kedagi, kes hammustaks. AA-sse on oodatud kõigi rasside esindajad. Andke meile võimalus. Küll te näete, et me oleme inimesed nagu kõik teisedki. Me võtame igaihe vastu avasüli ja avatud südamega.

Ma kirjutan seda teksti AA Ülemaailmse Kokkutuleku ajal. Olen siinse nädalavahetuse veetnud ainult valgete inimeste seltsis. Nad polegi mind veel elusalt nahka pistnud! Ma pole peale enda siin veel ühtki mustanahalist näinud. Kui ma peeglisse ei vaataks, ei teaks ma sedagi, et ma ise mustanahaline *olen*, sest need inimesed mind mustanahalisena ei kohtle. Meil kõigil on sama haigus ja üksteist aidates suudame me kainetena püsida.

(13)
HILINE ALGUS

„On möödunud kümme aasta minu pensionile jäämisest ja seitse aastat AA-ga liitumisest. Nüüd võin tõesti öelda, et ma olen tänulik alkohoolik.”

OLEN SEITSMEEKÜMNE VIIIE aastane alkohoolik. Viiskümmend viis aastat nendest seitsmekümne viiest olen elanud normaalset keskklassi elu. Alkohoolil oli selles sama väike roll kui glasuuritud bataatidel – tore kui neid oli, aga puudust neist ei tuntud. Kodu, kus kasvasin, koosnes kahest armastavast lapsevanemast, ühest vanemast vennast, pidevast lemmikloomade läbi-voolust, ratsutamisest ja sõpradest, kes olid alati teretunud. Kodune distsipliin oli range, aga mitte üleliia, nagu kahekümnenda sajandi esimesel veerandil tavaks oli; kindlasti ei arva ma, et mind oleks kuidagi väärtkoheldud. Käisin erakoolis ja hiljem ühes kesklääne kolledžis. Abiellusin, sain lapsed, käisin tööl, kogesin vanemate ja ühe lapse surmaga kaasnevat valu. Teadsin ka seda rõõmu, mida pakuvad tõelised sõbrad ja rahaline edu. Mulle meeldis hobustega ratsutada, ujuda, tennist mängida ja mu vaiksaid õhtuid sisustasid lapsed, raamatud ja sõbrad.

Mis juhtus minuga viiekümne viienda ja kuuskümne kolmanda eluaasta vahel? Mul ei ole õrna aimugi. Kas elu oli liiga suur? Kas mõni varjatud geen lõi ägedalt välja? Ma ei tea. Aga seda tean ma küll, et kuuekümne viieselt roomasin räpase tõugulaadse naisena, valmis tuhastama kõik, mille nimel olin pingutanud ja rüvetama kõik kallid suhted, mis mul olid. Tean ka seda, et läbi suurepärase Jumala poolt juhitud sündmuste ja

inimeste, juhataati mind ainsa võimaliku käitumisviisini, mis hoiab mind vaimselt terve, kaine, tegusa ja õnnelikuna.

Ma olin kahekümnene, kui jõin oma esimese joogi ja ehkki mulle meeldis selle maitse, ei meeldinud mulle selle toime. Ma ei joonud uuesti enne kolmekümnendatesse jõudmist ja toona arvasin, et joomine teeb mu lahedaks ja väljapeetuks. Nendel varajastel aastatel, piisas mulle vaid paarist joogist ja tihtipeale kulus mul terve öhtu peale üks viski jääga. Kui ma olin kolmekümne viiene diagnoositi mu kaheteistkümne aastasel pojalt ravimatu vähk ja mõne kuu pärast nõudis mu abikaasa lahutust. Järgneva viie aasta jooksul kui mu poeg veel elas, jõin väga harva ja mitte kunagi üksi. Piin, hirm, valu ja kurnatus ei teinud minust joodikut. Õnn avas selle ukse palju, palju hiljem.

Neljakümnendate keskel hakkas mu huvi alkoholi järele hoogu koguma. Kuigi käisin endiselt tööl, olin ennast muust isoleerinud, et hoolitseda oma poja ja tema noorema õe eest, kes mõlemad vajasisid erilist doosi stabiilsust, armastust ja turvatunnet. Peagi pärast oma poja surma, tegin teadliku otsuse astuda uuesti täiskasvanute maailma. Minu debüüt innustas mu joomist. Joomine ei olnud veel kinnisideeline, aga muutus üha enam minu igapäevase elu osaks. Ma ei kutsunud enam külalisi, ilma et ma oleks kokteile pakkunud ja osalesin harva kogunemistel, kus alkoholi ei pakutud. Peale mõnd huvitegevust, leidsin alati joomakaaslased, oli see siis peale koortekooli või pärast õlimaalikursust. Neljakümnendate eluaastate lõpus ei olnud minu jaoks ebatavaline öhtuti üksi juua, kuigi esines veel palju päevi, mil ma ei joonud üldse. Iga üritus oli sündmus, kus tuli liigselt tähistada ja järjest sagedamini tuli ette nädalava-

hetusi, mil jõin ennast pohmelli tekitavalt purju. Sellele vaatamata edutati mind tol ajal töö juures.

Ma olin neljakümne üheksa aastane, kui abiellusin oma teise abikaasaga. Aastaid varem keskkoolis käies ja paar aastat hiljem kolledžis olime käinud kohtamas, kuid siis tuli Teine maailmasõda ja viis meid lahku. Olime mõlemad mujal abiellunud, lahutanud ja kolmkümmend aastat hiljem kohtusime juhuse tahtel uuesti. Abielu esimest kümmet aastat täitsid: naer, jagamine ja imetlemine, millele lisandusid martiini ja viski jääga. Kuuekümmenendaks eluaastaks oleks igaiüks, kes alkoholismist midagi jagab, teadnud, et mind ootavad ees suured probleemid. Rõõmsad plaanid muutusid nuri-semiseks, algasid vaidlused ja toidud kõrbesid põhja. Vihatormid tuhisesid läbi meie kord õnne täis kodu. Olime ühel meelel, et joome liiga palju. Proovisime erinevaid tehnikaid, planeerida joomist graafiku alusel ja ainult nädalavahetustel joomise nippi. Mitte miski ei toiminud. Meie rahakott hakkas pitsitama. Mu abikaasa kaotas töö ja järgmised kaks piinavat aastat vaatasin pealt, kuidas ta alkoholismi kätte suri. Aga mina ei õppinud tema surmast midagi ja minu joomine süvenes ning ma toitsin oma kurbust pudeliga.

Minu varajasi kuuekümnendaid saatis igaõhtune joomine ning palusin ikka jälle ja jälle haiguslehte või isiklikel põhjustel vabastust. Elu oli täielik põrgu! Tööl värisesid mu käed tihti nii hullusti, et ma ei tahtnud dikteerida kirju, kuna peaksin neile pärast allkirja andma. Leidsin kõikvõimalikke vabandusi, et minna kellegagi „ärilõunale”, mis võimaldaks mul võtta joogi või paar. Minu alkoholismi süvenedes kasvas ka minu töölt puudumine ja kahanes minu tööviljakus. Kirjutasin katteta tšekke, pantisin hõbedat, leinasin ja jätkasin joomist.

Helistasin lõpuks ühel külmal talvapäeval Anonüümsetesse Alkohoolikutesse ja samal õhtul viisid kaks naist mu koosolekule. Mäletan, et selle kahekümne viie minutilise autosõidu jooksul oli nii hea rääkida oma hirmudest ja värinatest, mäletan kui lahked nad olid, ilma minu enesehaletsust julgustamata. Mäletan, et mulle anti tass kohvi, mida suutsin vaevu käes hoida, kuulsin võimatuid lubadusi, mis täituksid, kui seoksin ennast selle võimatu pühendumisega. Ma tahtsin lõpetada joomist. Naised soovitasid, et ma läheksin järgmisel õhtul naiste kinnisele koosolekul ja seda ma ka tegin. Mõistagi võtsin enne väikese joogi ja kui tuli minu kord ennast tutvustada, siis väitsin, et mu aju ütleb mulle, et olen alkohoolik, aga ülejäänud keha ei usu seda. Järgneval ööl sadas lund ja ma jäin koju ning jõin. Sellega piirdus minu esimene katse AA-s.

Mõni kuu hiljem kutsusin oma tütre ja väimehe õhtusöögile, et tähistada tütre sünnipäeva. Nad leidsid mu elutoa põrandal lõssivajunult ja täiesti teadvusetuna. Milline rusuv sünnipäevakingitus. Ei läinud palju veenmaks mind minema võõrutusprogrammi naabruskonna haiglas. Teadsin, et olen hädas; tundsin häbi ja südamevalu, kuna olin teinud tütrele nii palju haiget. Olnud seitse päeva võõrutusravil, saanud kaheksa nädalat abi väga healt psühholoogilt, olin kuiva ja kainenena valmis maailmale uuesti otsa vaatama. Mu arst soovitas tungivalt, et ma läheksin lähedalasuvale AA koosolekule, aga mina ei tahtnud teda kuulata. Olin terve – ei vajanud rohkem abi.

Pooleteise aasta pärast läksin pensionile. Nautisin oma uut vabadust ja andsin endale loa juua ainult väljas õhtustades. See toimis nii hästi, et tegin omale

uue reegli: võin juua ühe kokteili enne õhtusööki ja ühe joogi pärast. Siis seadsin uue reegli, et võin kodus sõpradele alkoholi pakkuda. See oli muidugi reegel, mis viis mu tagasi hirmuäratavasse joomakeerisesse. Olin hüllemas seisus kui varem. Minu enese kehtestatud põrgu oli minu enda kodus. Pesemata, päev-päeva järel samades ööriietes, kartes telefoni, uksekella ja pimedust. Kui kell näitas kuute, polnud mul aimugi, kas on hommik või õhtu. Päevad vurasid üksteise järel piinavas udus. Roomasin voodisse, ärgates jõin peale ja istusin hirmust värisedes peagi saabuva tundmatu tragöödia ootuses. Mäletan, kuidas ma halisesin, sest ei suutnud kohvi teha, istusin kägaras nurgas ja planeerisin, kuidas sooritada enesetappu ilma segadust tekitamata. Oleksin ehk proovinudki, aga kartsin, et keegi ei leia mind, enne kui ma haisema hakkkan.

Taaskord tuli tütar mind päästma ja ma läksin uuesti haigla võõrutusprogrammi. Seekord olin seal kümme päeva. Sel korral oli võimalik haiglas AA koosolekutel käia. Mind liigutas siiralt tõsiasi, et neid koosolekuid juhatas noor mees kipsis jala ja karkudega, veel enam see, kui taipasin, et ta tuli vabatahtlikult. Enne haiglast välja saamist, sain kahel korral loa käia väljas AA koosolekul.

Teised on väitnud, et nad võtsid AA programmi omaks suure õhinaga. Erinevalt neist ei tahtnud ma nendesse ruumidesse tulla ega tundnud end seal nagu kodus. Küll aga ei olnud mul teist valikut. Olin ära kasutanud kõik ölekõrred ja jõudnud alati järjekordse ebaõnnestumiseni. Olin kuuekümmne üheksa aastane. Mul ei olnud ei aega ega tervist, mida raisata. Ma ei joonud kuus kuud, käisin koosolekutel ja lugesin vahel

Suurt Raamatut. Läksin koosolekutele täpselt õigeaks ajaks, istusin vaikselt ja lahkusin sedamaid kui koosolek lõppes. Ma ei olnud mingil moel osa rühmast. Mulle ei avaldanud muljet need ütlused ja ma ei uskunud kuulnud sõnumit. Siis, ühel päeval kutsuti mind jagama ning ma plahvatasin. Teatasin et ma ei ole mitte mingit pidi „tänulik alkohoolik” et ma vihkan oma seisundit, ma ei naudi koosolekuid ja ma ei tundnud lahkudes end värskena. Ma ei leidnud kergendust ega tundnud, et kasvan selles Sõpruskonnas.

Minu tervenemine algas selle sõnavõtu ülbusest. Üks naine tuli peale koosolekut minu juurde ja lausus, et ma olen kohe „jooma minemas.” Ta pakkus, et võib aidata mul leida tugiisiku ja viis mu kokku täpselt sellise inimesega nagu ma vajasin. Sellel naisel oli üheksateist aastat kainust ja rikkalikult kogemusi teiste alkohoolikute aitamise ja juhendamise läbi AA sammude. Ei saa kuidagi väita, et hüppasin suurima heameelega programmi. Puiklesin, kandsin vimma ja keeldusin leppimast iga eesootava sammuga. Iga uus idee paistis mulle väljakutsena ja tundsin oma tugiisiku vastu vimma, kuna mulle tundus, et ta püüdis mind lolliks teha. Läks aastaid, enne kui taipasin, et ma tundsin vimma nende muutuste vastu, mida programm mul teha palus, mitte oma tugiisiku vastu.

Tingimusteta armastusest tuleneva kannatlikkusega aitas ta mul esmalt tunnistada, et ma olen jõuetu alkoholi ees; et teised enne mind on sellest haigusest võitu saanud. Et peab olema mingi meist suurema abi allikas ja et koos oleme me kaev, millest igauks saab jõudu ammutada. Sellest punktist edasi ei olnud enam nii raske jõuda taipamiseni, et on olemas Jõud, mis on

meist suurem ja selle teadmisega leidsin ma suuna oma isikliku Kõrgema Jõu juurde. Sellele vaimsele vundamendile hakkasin rajama uut elu.

Kolmas Samm oli minu jaoks kõige raskem. Aga selle sooritanuna, avastasin, et ma suudan ülejäänud samumudega silmitsi seista või need lahti harutada, kui pean meeles lõdvestuda, usaldada programmi ja rakendada seda sammu, selle asemel et sellega võidelda. Kõrgema Jõu vastu võtmine ei muutnud mu trotslikku suhtumist täielikult. See lihtsalt muutis juhistele allumise mõistus-pärasemaks ja vastuvõetavamaks käitumisviisiks. Iga sammu juures pidin taaskord möönma, et ma ei suuda oma joomist kontrollida. Mul tuli aru saada, et Anonüümsete Alkohoolikute sammud olid aidanud teisi ja võiksid aidata ka mind. Mul tuli mõista, et kui ma tõesti soovin kaineks jääda, siis mul oleks targem need sammud ära teha, meeldib see mulle või mitte. Lõpuks taipasin, et iga kord kui sattusin raskustesse, oli põhjus selles, et ma seisan muutustele vastu.

Minu mentor pidi mulle meenutama, et AA ei ole lihtsalt üks projekt. AA pakub mulle võimalust parandada oma elukvaliteeti. Ma jõudsin äratundmisele, et sügavam ja avaram kogemus on mind alati ootamas. Mäletan, et oma kasvutee alguses tänasin oma tugiisikut nende arvukate tundide eest, mis ta minule oli loovutanud. Ta küsis: „Kas sa ei arva, et teed ühel päeval seda sama kellegi teise heaks?” Mina vastasin: „Ma ei vastuta enam kunagi kellegi ega millegi eest.” See, et ma keeldusin programmi edasi andmast, lükkas edasi minu võimalust teenida mistahes moel ja seetõttu viibis ka minu kasvuprotsessi. Olin valmis teenima rühma sekretärina alles peale kahe aasta möödumist. Läks neli

aastat, enne kui olin valmis kellelegi tugiisikuks olema. Täna tunnen ma siirast tänulikkust, et mind on lubatud mitme naise eludesse. Minu enda arusaamised on avardunud ja süvenenud tänu sellele mõjule, mis nemad minu ellu toovad. Kui mina ja uustulnuk uurime igat sammu, siis nii mina kui tema saame uusi taipamisi ja avastame sellel kainuse juveelil uusi tahke. Tunnen nüüd uhkust, et olen osa sellest Sõpruskonnast, mis juhatas mulle kätte raja üles ja põrgust välja. Nüüd olen innukas jagama oma kogemust nagu teised on jaganud oma kogemust minuga.

Väikesed imed pakuvad uusi võimalusi just sel hetkel, kui vajan muutust ja kasvu. Uued sõbrad on näidanud mulle peidetud tõdesid nendes ütlustes, mis paistsid mulle kunagi nii tühjadena. Sallivuse ja leppimise õppetunnid on mulle näidanud, kuidas vaadata sügavamale, et leida abi ja tarkust, mis sageli peituvad pealispinna all. Kogu minu kainus ja areng, mõistuslikult, emotsionaalselt ja vaimselt, sõltuvad minu valmidusest kuulata, mõista ja muutuda.

Taipasin viiendal aastal oma igaaastast isikliku inventuuri tehes, et mul ei olnud õnnestunud arendada oma programmis vaimset sügavust. Olin võtnud vastu selle, mis mulle õpetati, aga ma ei olnud läinud otsima seda isiklikku kasvu, mida nägin teistes. Otsisin inimesi, kes võtsid programmi kaasa oma ellu, koju, tööle ja puhkehetkele, ning leidsin nad. Nende juhtimisel, nii õpetuse kui ka eeskuju kaudu, leian igapäevast põnevust, mis on oluline minu isiklikuks arenguks ja ühenduse hoidmiseks minu Kõrgema Jõuga.

Lähenesin Anonüümsetele Alkohoolikutele hirmu ja kõhklustega. Siis, ajendatuna hirmust selle ees, mis

jäi mu selja taha, astusin väikseid ettevaatlike samme sellel uuel teel. Kui leidsin, et pinnas on kindel, hakkasin iga väikese sammuga järjest rohkem usaldama. Enesekindlus kasvas, usk Kõrgemasse Jõudu suurenes ja ma hakkasin märkama valgust, mille olemasolust ma varem teadlikki ei olnud. Miski minus muutus ja võttis vastu uue jõu, arusaamise, sallivuse ja armastuse allika. See isekas ja tõrjuv naine, kes kuulutas, et „ei vastuta iial kellegi, ega millegi eest”, leiab nüüd siirast soojust lihtsalt kättesaadav olemisest. Minu jaoks on see privileeg, kui saan teist joodikut aidata.

On möödunud kümme aasta minu pensionile jäämisest ja seitse aastat AA-ga liitumisest. Nüüd võin tõesti öelda, et ma olen tänulik alkohoolik. Poleks minust saanud joodikut, oleksin järjekordne kaine, aga kurb statistika. Seitsmekümne viieselt oleksin olnud üksildane kasutu vana naine, kes vaatab telekat ja tikib üksi kodus ilma sõpradeta ja upub järjest sügavamale vanaduse depressiooni. Aga praegu on AA täitnud mu päevad naeru, sõprade, arengu ja väärtustundega, mis põhineb sihikindla tegutsemisel. Minu usk ja side oma Kõrgema Jõuga särab eredamalt, kui oleksin osanud arvata. Need lubadused, mis arvasin olevat võimatud on nüüd tugev jõud minu elus. Mul on vabadus südamest naerda, vabadus usaldada ja olla usaldatud, vabadus anda abi ja võtta abi vastu. Olen vaba häbist ja kahetsusest, vaba õppima, arenema ja töötama. Astusin maha sellelt üksildaselt, hirmutavalt ja valulikult kiirrongilt, mis kihutas läbi põrgu. Võtsin kingitusena vastu turvalisema ja õnnelikuma tee läbi elu.

(14)
KÖIDIKUTEST VABAKS

See noorena liitunud AA-lane usub, et tema tõsine joomine oli sügavamate isiklike puuduste tagajärg. Ta jutustab alljärgnevalt, kuidas ta vabastati.

Mind jooma viinud mõtteviisi moonutused, said alguse palju aastaid enne oma esimese joogi võtmist, kuna mina olen üks nendest, kelle minevik tõestab ilmekalt, et minu joomine oli „sügavama probleemi sümptom.”

Läbi püüdluste jõuda „põhjuste ja tingimusteni” olen veendunud, et minu tundeeluhaigus on minuga olnud niikaua kui ma mäletan. Ma ei reageerinud kunagi ühelegi emotsionaalsele olukorrale normaalselt.

Töenäoliselt ütleksid arstid, et minu alkoholismi põhjused on peidus minuga lapsepõlves juhtunud asjades. Olen kindel, et neil on mingis osas õigus, aga AA on mulle õpetanud, et ma olen see, kes ma olen, just sellepärast, *kuidas ma reageerisin* neile asjadele, mis minuga lapsena juhtusid. Minu jaoks on veelgi olulisem aga see, et AA on mind õpetanud läbi selle lihtsa programmi kogema võimalikku muutust reaktsioonimustris, võimaldades mul tõepoolest „leida tasakaalu häda ja viletsuse ning meelerahu vahel.”

Olen ainus laps ja kui olin seitsme aastane, läksid mu vanemad väga järsult lahku. Ilma igasuguse selgituseta viidi mind mu Florida kodust vanavanemate juurde Kesk-Läänes. Mu ema asus ühte lähedalasuvasse linna tööle ja mu alkohoolikust isa, läks lihtsalt minema. Vanavanemad olid minu jaoks võõrad ja mäletan, et tundsin üksildust, hirmu ja valu.

Aja jooksul tegin järelduse, et tundsin valu armastusest vanemate vastu ja leidsin seetõttu, et kui ma enam kunagi kedagi ega midagi ei armastaks, siis ei saaks ma ka iialgi haiget. Minu loomuse osaks sai eemaldumine kõigest ja kõigist, kellesse hakkasin kiinduma.

Kasvasin üles uskudes, et igaüks peab olema täielikult iseseisev ega tohiks kunagi teise inimese peale loota. Arvasin, et elu on suhteliselt lihtne asi; sa pead lihtsalt elu jaoks plaani koostama selle põhjal, mida sa tahtsid ja seejärel vajasid lihtsalt julgust selle elluviimiseks.

Hilises teismeeas sain teadlikuks tunnetest, millega ma polnud arvestanud: rahutus, ärevus, hirm ja eba-kindlus. Ainus turvatunne, millest ma üldse midagi teadsin, oli majanduslik kindlustunne ja ma otsustasin, et kõik need sissetungijad haihtuksid koheselt, kui mul oleks palju raha. Lahendus paistis olevat lihtne. Külma kalkuleerides võtsin nõuks abielluda rikka mehega ja seda ma tegingi. Ainus, mis selle tagajärjel muutus, oli minu ümbrus ja õige pea sai mulle selgeks, et mul võivad olla samad ebamugavad tunded nii piiramatu pangakontoga kui ka töötava tütarlapse palgaga. Mul oli sellesse punkti jõudnuna võimatu välja öelda: „Võibolla on mu filosoofial midagi viga” ja võimatu olnuks öelda: „Võibolla on *minuga* midagi valesti.” Polnud raske ennast veenda, et minu kurbuses oli süüdi mees, kellega abiellusin, ning aasta lõpus me lahutasime.

Abiellusin ja lahutasin uuesti veel enne kahekümne kolmeseks saamist, seekord kuulsa bändiliidriga – mehega, keda paljud naised ihaldasid. Arvasin, et see upitaks mu ego, tunneksin end tahetuna ning minus tekiks turvatunne ja leevendus minu hirmud, kuid minu sees ei muutunud taaskord midagi.

Oluline oli kõige selle juures ainult see, et ma olin kahekümne kolme aastaselt sama haige, kui olin kolmekümne kolme aastasena AA-sse tulles. Aga toona ei olnud mul ilmselgelt kuhugi minna, kuna mul ei olnud joomisega probleeme. Olnuks ma suuteline oma psühhiaatrile selgitama seda tühisust, üksildust ja sihitust, mis tulenesid teise lahutusega kaasnevast sügavast isiklikust ebaõnnestumise tundest, kahtlen sügavalt, kas hea arst oleks suutnud mind veenda, et mu peamine probleem on vaimne nälg. Aga AA on mulle näidanud, et selles peitus tõde. Kui oleksin tol ajal pöördunud kirikusse, siis ei oleks nad kindlati suutnud mind veenda, et minu haigus on minu sees, ega selgitada, miks eneseanalüüs on minu jaoks ellu jäämiseks oluline, nagu AA on mulle õpetanud. Seega mul ei olnud kuhugi minna. Või nii see toona näis.

Kui ma jooma õppisin, ei kartnud ma enam kedagi ega midagi. Juba algusest peale tundus, et alkoholi abil oli mul võimalik põgeneda oma isiklikku väikesesse maailma, kus keegi ei saanud mulle liiga teha. Asjade loomulik kulg nägi ette, et kui ma lõpuks armusin, siis armusin alkohoolikusse ja järgneva kümne aasta jooksul kujunes minus ülima kiirusega välja see, mida ma uskusin olevat lootusetu alkoholism.

Sel ajal oli meie riik sõjas. Minu abikaasa oli õige pea mundris ja üks esimeste seas, kes läkitati mere taha. Minu suhtumine sellesse oli mitmeski mõttes sarnane sellele, kuidas ma reageerisin, kui mu vanemad mind seitsmeaastaselt maha jätsid. Nähtavasti olin füüsiliselt kasvanud tavapärase kiirusega ja omandanud nendel aastatel keskmisel hulgal intellektuaalseid teadmisi, aga emotsionaalset küpsemist ei olnud minuga üldse toimunud. Mõistan nüüd, et minu arengu oli selles etapis pea-

tanud kinnisidee iseendast ja minu enesekesksus kasvas nii suureks, et oli võimatu kohanduda millegi välisega, mis ei allunud minu kontrollile. Kahlasin enesehaletsuses ja vimmapidamises ning ainsad inimesed, kes toetasid säärast suhtumist ja kes mind mõistsid, olid inimesed, keda kohtasin baarides ja kes jõid nagu mina. Enda eest põgenemine muutus üha tähtsamaks, kuna see kahetsus, häbi ja alandus, mida ma kainenena tundsin, oli talumatu. Ainus viis elada oli õigustada iga kainet hetke ja juua end täielikku unustusse nii tihti kui võimalik.

Lõpuks mu abikaasa naases, kuid peagi mõistsime, et meie abielu ei saanud jätkuda. Olin endale valetamises nii osav, et uskusin end olevat justkui sõja üle elanud oodates selle mehe naasmist, ja koos vimma ja enesehaletsuse kasvuga, süvenes ka minu alkoholiprobleem.

Viimasel kolmel joomisaastal jõin tööl. Kui see kogus tahtejõudu, mille suunasin töö ajal joomise kontrollimisele, oleks olnud suunatud asjalikesse kanalitesse, oleks minust võinud saada president, ja selle tahtejõu andis mulle teadmine, et tööpäeva lõppedes saan ennast unustusse juua. Sisemiselt olin aga surmani hirmul, kuna teadsin, et see aeg saabub (ja ei saanud olla liiga kaugel), kui ma ei suuda enam seda töökohta hoida. Võibolla ei suudaks ma ühtegi töökohta hoida, või siis (see oli mu suurim hirm) oleks mul ükskõik, kas mul on töö või ei ole. Teadsin, et ei ole vahet, kust ma alustan, aga paratamatu lõpp on rentslis. Ainus reaalsus, millega suutsin silmitsi seista, tänu selle sunniviisilisele kordumisele, oli see, et *ma pidin jooma*; ma ei teadnud, et maailmas on midagi, mida selle vastu ette võtta saaks.

Umbes sel ajal kohtusin mehega, kellel oli kolm ilma emata last, ja see paistis olevat lahendus minu probleemile. Ma ei olnud ise last saanud ja see oli korduvalt

olnud rahuldavaks ettekäändeks minu joomistele. Mulle tundus loogiline, et kui ma abielluks selle mehega ja hakkaksin vastutama nende laste eest, hoiaksid nad mind kainenena. Niisiis abiellusin uuesti. Sellest sündis tähelepanek, mille üks mu AA sõpradest lausus, kui programmiga liitudes oma loo rääkisin, programm oli mulle loomuomane, kuna mul oli alati olnud huvi inimkonna vastu – lihtsalt võttes seda üks mees korraga.

Lapsed hoidsid mind kainenena ligi kolm pagana nädalat ja siis läksin oma (annaks Jumal) viimasesse tsükklisse. Olen kuulnud mitmeid kordi AA-s öeldavat: „Iga alkohooliku elus on ainult üks hea joomine ja see on see, mis ta AA-sse toob,” ning ma usun seda. Olin kuuskümmend päeva järjest ööpäevaringselt purjus ja mul oligi kavatsus end surnuks juua. Sattusin sel perioodil teist korda joobes juhtimise pärast vangi. Olin ainus inimene, keda tean olevat vangis istunud ja usun, et on tähelepanuväärne, et teine kord oli vähem alandav kui esimene.

Viimases lootusetuses pöördus mu pere abi saamiseks arsti poole ja tema soovitas AA-d. Inimesed, kes minu juurde tulid teadsid koheselt, et ma ei ole üldse sellises seisundis, kus mulle hakata programmist rääkida. Mind pandi sanatooriumisse selginema, et ma saaksin selle üle ise kaine peaga otsustada. Siin tõdesin esimest korda, et tegeva alkohoolikuna ei ole mul minigeid õigusi. Kui olen purjus võib ühiskond teha minuga, mida iganes ja ma ei saa selles suhtes sõrmegi liigutada, kuna loobun oma õigustest kohe, kui minust saab oht mulle endale ja inimestele minu ümber. Sügava häbitundega sugenes teadmine, et olin elanud ilma igasuguse sotsiaalse kohusetundeta ja ma ei teadnud midagi moraalsest vastutusest oma kaasinimeste ees.

Osalesin oma esimesel AA koosolekul kaheksa aastat tagasi ja võin sügava tänutundega öelda, et ma pole sellest ajast peale joonud ega tarvita rahusteid või narkootikume, sest see programm tähendab minu jaoks täielikku kainust. Ma ei pea enam reaalsuse eest põgenema. Üks võimsamaid asju, mida AA on mulle õpetanud on see, et reaalsusel on kaks poolt; enne programmi olin näinud ainult selle sünget külge, nüüd aga oli mul võimalus õppida tundma ka selle meeldivat külge.

Alguses rääkisid mulle tuge pakkunud AA liikmed, et ma ei leia mitte üksnes moodust, kuidas elada ilma joomata, vaid leian mooduse, kuidas elada ilma juua *tahtmata*, kui ma teen neid lihtsaid asju. Nad ütlesid, et kui ma tahan teada, *kuidas* see programm töötab, siis tuleb vaid võtta ingliskeelne sõna HOW („kuidas”), kus —„H” tähendab ausust (*honesty*), „O” tähendab avatud meelt (*open-mindedness*), ja „W” tähendab valmisolekut (*willingness*); neid nimetab meie Suur Raamatervenemise põhialusteks. Nad soovitasid, et ma õpiksin tundma AA raamatut ja astuksin need Kaksteist Sammu nagu raamatus kirjeldatud, kuna nende arvamus oli, et rakendades neid põhimõtteid oma igapäevaelus, saame kaineks ja püsime kainetena. Ma usun seda ja ühtlasi leian, et ei ole võimalik kasutada neid põhimõtteid oma parima äranägemise järgi üks päev korraga ja ikka juua, kuna minu meelest need kaks asja ei ühildu.

Mul ei olnud raske tunnistada, et ma olin alkoholi ees jõuetu ja nõustusin kindlasti, et mu elu oli muutnud juhitamatuks. Piisas vaid tagasi vaatamisest, nägemaks suurt kontrasti aastate eest koostatud plaanide ja tegelikult juhtunu vahel, mõistmaks, et ma ei suutnud oma elu juhtida ei purjus ega kaine peaga. AA õpetas mulle,

et alguse tegemiseks piisas valmisolekust uskuda. See on minu puhul paika pidanud ja ühtlasi ei olnud midagi vaielda „taastada terve mõtlemise” üle, kuna mu teod enne AA-d, olgu ma purjus või kaine, ei olnud omased tervelt mõtlevale inimesele. Soov olla enda vastu aus, tegi möödapääsmatuks taipamise, et mu mõtlemine oli irratsionaalne. See pidi nii olema, kuna ma ei oleks saanud muidu oma meeletut käitumist õigustada. Mind on aidanud sõnaraamatu seletus, mis ütleb: „Ratsionaliseerimine tähendab anda sotsiaalselt vastuvõetav põhjendus sotsiaalselt vastuvõetamatule käitumisele ja sotsiaalselt vastuvõetamatu käitumine on hullumeelsuse üks vorme.”

AA on andnud mulle minu eesmärkide suhtes meelrahu, ja võimaluse teenida Jumalat ja minu ümber olevaid inimesi ning minu hinges on tänu nendele raudsetele põhimõtetele rahu ja need põhimõtted võimaldavad minu eesmärkide täitumise.

AA on mulle õpetanud, et saan meelerahu samal määral nagu mina viin meelerahu teiste inimeste eludesse ja see on õpetanud mulle hoiatuse tõelist tähendust: „Õnnelikud olete teie, kes te neid asjad teate ja *neid ka teete*.” Ainsad probleemid, mis mind nüüd vaevad on need, mille loon ise, kui lasen oma isekusel vohada.

Mul on programmiga liitumisest alates olnud mitmeid vaimseid kogemusi, mõnda ei osanud ma kohe ära tunda, kuna olen aeglane õppija ja nad esinevad erineval kujul. Üks seevastu oli nii silmapaistev, et soovin seda jagada igal võimalusel lootuses, et see aidab kedagi teist, nagu see aitas mind. Nagu juba eelnevalt mainisin, olid enesehaletsus ja vimmapidamine minu pidevad kaas-

lased ja minu inventuur nägi välja nagu kolmekümne kolme aasta pikkune päevik, sest paistis nagu peaksin vimma kõigi suhtes, keda kunagi tundnud olin. Samamudes soovitatud „ravile allusid” koheselt kõik peale ühe, aga see üks oli probleemiks.

Seda ühte vimma kandsin ma juba kakskümmend viis aastat oma ema peale. Ma olin seda toitud, kasvatanud ja hellitanud nagu väikest last ja see oli muutunud minu jaoks sama loomulikuks kui hingamine. See oli andnud ettekäände minu kesisele haridusele, abielude purunemisele, isiklikele ebaõnnestumistele, ebaadekvaatsusele ja otse loomulikult alkoholismile. Ja kuigi ma tõsimeeli uskusin, et olen valmis rahu tegema, siis nüüd tean, et tegelikult tõrkusin sellest lahti laskmast.

Kuid ühel hommikul mõistsin, et pean sellest vabanema, kuna minu surmaotsuse edasilükkamise aeg hakkas lõppema ja sellest lahti saamata joon ennast purju – ja ma ei tahtnud enam ennast purju juua. Sel hommikul palvetades palusin Jumalalt, et ta näitaks mulle mõne viisi sellest vimmast vabanemiseks. Päeva peale tõi üks mu sõber mõned ajakirjad, mis tuli viia mulle huvipakkuvasse haigla rühma. Sirvisin need läbi. Ühes pealkirjas, oli loosung, mis viitas tuntud vaimuliku artiklile ja seal jäi mulle silma sõna vimm.

Ta ütles midagi sellist, et: „Kui sa kannad vimma, millest soovid vabaneda ja palvetad selle inimese või asja eest, kelle peale vimma kannad, siis vabaned sellest. Kui sa oma palves palud kõiki endale soovitud asju ka sellele, kelle või mille peale vimma kannad, saad vabaks. Palu neile tervist, majanduslikku õitsengut, õnne ja sa saad vabaks. Isegi kui sa neile seda tegelikult ei soovi ja su palved on kõigest sõnad ja sa ei ole siiras, tee seda

ikkagi. Tee seda kaks nädalat iga päev ja sa näed, et oled hakanudki seda tõesti mõtlema ja neile soovima ning mõistad, et seal kus sa varem tundsid kibestumist ja vimma ning viha, tunned nüüd kaastundlikku mõistmist ja armastust.”

See töötas siis ja on töötanud mitmeid kordi peale seda, ja see töötab iga kord, kui olen valmis seda tööd tegema. Vahel pean kõigepealt paluma valmisolekut, aga ka see saabub alati. Ja kuna see töötab minu puhul, siis töötab see meie kõigi puhul. Nagu veel üks suurmees on öelnud: „Ainus vabadus, mida inimene kunagi kogeda saab, on teha seda, mida ta peaks tegema, kuna ta tahab seda teha.”

See võimas kogemus, mis vabastas mu viha köidikutest ja asendas selle armastusega, on järjekordne kinnitus minu jaoks kindlale tõeale: saan Anonüümsetes Alkohoolikutes kõik, mis vajan – ja kõik, mida vajan, ma saan. Ja kui ma saan, mis ma vajan, siis pean alati tõdema, et just *seda ma ka alati tahtsin*.

(15)
AA ÕPETAS TEDA KAINUST
KONTROLLIMA

„Kui jumal tahab, siis me... ei pea ehk enam kunagi tegelema joomisega, kuid me peame tegelema kainusega iga päev.”

KUI OLIN JUBA mõnda aega aja AAs olnud, ütles mulle üks vanem liige midagi, mis on minu elu mõjutanud sellest ajast peale. „AA ei õpeta meid joomist kontrollima,” ütles ta. „See õpetab meid kainust kontrollima.”

Teadsin vist alati, et minu joomist sai kontrollida ainult joomist maha jättes. Pärast mu esimest jooki – pisikest klaasi šerrit, mille isa mulle aastavahetuse tähistamiseks andis, kui olin kolmteist – läksin joovastusest ja elevusest uimasena voodisse ning palvetasin, et ma rohkem ei jooks!

Kuid ma tegin seda siiski, kolledžiikka jõudes. Palju hiljem, kui olin jõudnud täieliku alkoholismini, manitsesid inimesed, et peaksin lõpetama. Nagu enamik teisi alkohoolikuid, keda tundnud olen, *lõpetasin* minagi erinevatel kordadel joomise – ühel korral omal käel kümneks kuuks ja vahetevahel haiglaravil viibides. Joomise lõpetamine pole suur trikk; kaineiks *jäämine* on trikk.

Et seda teha, tulin ma AA-sse kainuse kontrollimist õppima – seda ma kohe alguse ei suutnud. Seetõttu jõin edasi.

Mind kasvatati üles Kansases, armastavate vanemate ainsa lapsena – nemad jõid ainult seltskondlikult. Me kolisime tihti. Tegelikult vahetasin keskkoolini

igal aastal kooli. Igas kohas olin mina see uus poiss – kõhnake, häbelik laps –, keda pandi proovile ja peksti. Niipea kui hakkasin tundma end omaks võetuna, kolisime taas mujale.

Keskooli jõudes olin viieline. Kolledžis olin auõpilane ja minust sai aastaraamatu toimetaja. Müüsin oma esimese artikli riiklikule ajakirjale, olles veel üliõpilane. Ma hakkasin napsutama ka õpilaspidudel ja noorte õllejoomingutel.

Kraad käes, suundusin New Yorki, et seal kirjutamisega karjääri teha. Maandusin heal töökohal hinnatud väljaandes ning tegin kaastöid teistelegi ajakirjadele. Mind peeti “imelapseks” ja hakkasin ennast sellisena nägema. Mul tekkis harjumus käia pärast tööd vanemate kolleegidega baarides. Kahekümne kahe aastaselt oli minust saanud igapäevane jooja.

Siis liitusin mereväega ja mulle anti lipniku auaste, et kirjutada admiralidele kõnesid. Hiljem läksin merele ja teenisin hävitaja-eskordil suurtükiväehvitserina, saavutades lõpuks kaptenleitnandi auastme. Jäin kahel korral joomisega vahele ja teisel korral sain oma esimese distsiplinaarkaristuse.

Viimasel teenistusaastal mereväes abiellusin armsa ja särtsaka tüdrukuga, kellele meeldis juua. Meie kura-meerimine toimus peamiselt baarides ja öölokaalides, kui mu laev New Yorgis peatus. Mesinädalatel hoidsime jääga šampust voodi kõrval nii ööl kui päeval.

Muster oli välja kujunenud. Kahekümne üheksa aastaseks oli mul joomise tõttu raske eluga toime tulla. Mind piinasid neurootilised hirmud ja aeg-ajalt esines kontrollimatuid värinaid. Lugesin eneseabiraamatuid. Pöördusin innuga religiooni poole. Loobusin kangemast

kraamist ning hakkasin veini jooma. Tüdinesin selle magusast maitsest ning otsustasin õlle kasuks. Kuna see polnud küllalt kange, lisasin sortsu viina – ning langesin kohe tagasi varasemast suuremasse jamasse. Mängides külalistele baarmeni, valasin omale salaja jooke juurde. Otsides leevendust kohutavatele pohmellidele, avastasin hommikuse peaparanduse.

Paljulubav algus imelapsena hääbus ja minu karjäär läks allamäge. Kuigi minu ambitsioonid ei olnud veel täielikult kustunud, hakkasid nad nüüd fantaseerimise vormi võtma. Mu väärtushinnangud moondusid. Kandsin kalleid riideid, baarmenid teadsid enne tellimist, mida mulle valada, tundsin parima laua saamiseks peakelnerit, mängisin kõrgetele panustele Gin Rummyt jõelaeva mänguri muretusega – pidasin neid elu püsi-väärtusteks.

Minu ellu tungisid hämming, hirm ja vim. Minu oskus valetada teistele ja petta iseennast kasvas iga võetud joogiga. Tõepoolest, *pidin* nüüd jooma, et elada, ja tulla toime igapäevaelu nõudmistega. Kui pettusin või olin frustreeritud – mida juhtus aina sagedamini – oli lahenduseks joomine. Olin alati kriitika suhtes ülitundlik ja nüüd veel eriti. Kui mind kritiseeriti või noomiti, pakkus pudel mulle pelgupaika ja leevendust.

Kui seisin silmitsi erilise väljakutsega või ees ootas seltskondlik üritus – nagu oluline tööalane ettekanne või õhtusöök – pidin mõnest õllest julgustust saada. Läksin sageli liiale ning käitusin halvasti hetkedel, kui pidin olema parimas vormis! Näiteks mu naise vanemate kuld-pulmade ajal toimus meie kodus suguvõsakokkutulek. Vaatamata oma naise palvetele võtta rahulikult, jõudsin koju kehvast seisusest. Mäletan, kuidas olin tiibklaveri alla

peitu pugenud ja mind sealt, jook käes, välja tiriti, et alandatuna oma tuppä luku taha panna.

Üle kõige piinlesin sisimas, sest minu sooritused ja saavutused elus ei vastanud iseendale seatud ootustele. *Pidin* seda valu alkoholiga tuimestama. Muidugi, mida rohkem jõin, seda kättesaamatumaks kujunesid minu unistused ja seda kehvemaks muutus minu sooritus, ning see lõhe üha suurenes. Vajadus juua läks sellest veelgi hullemaks.

Neljakümneselt tekkis mu õllekõhus suur mügarik ja ma kartsin, et see on kasvaja. Arst teatas aga, et see on laienenud maks ja ütles, et pean joomise lõpetama. Nii ma tegin. Sain ree peale ilma välise abita ja ilma eriliste raskusteta – välja arvatud see, et ma ei nautinud elu ilma joomiseta. *Pidin* hakkama saama igapäevaelu nõudmistega lohutuse, tuimestuse ja karguta. Ja see ei meeldinud mulle.

Seega, kui mu maks kümne kuu möödudes taastus, jätkasin joomist. Esialgu tähtpäeva puhul võetud napsiga. Napsitamine sagenes, kuid ikka veel kontrollitud vahedega. Varsti oli joomine sama hull, kui varem – päev otsa ja iga päev. Kuid ma püüdsin seda meeletultlikult kontrollida. Sellest oli saanud saladus, sest kõik teadsid, et ma ei peaks jooma. Selle asemel, et juua uhketes baarides või klubides, *pidin* kandma kohvris viinapudelit, põikama avalikesse tualettidesse ja rüüpama värinate saatel saskust, et mitte kokku variseda.

Järgneva kahe aasta jooksul halvenes mu tervis kiiresti. Minu maksa laienemisest kujunes maksatsirroos. Oksendasin igal hommikul. Ma ei suutnud süüa. Mul esinesid sageli mäluaugud. Ninast jooksis palju verd. Seletamatud verevalumid ilmusid mu kehale. Jäin nii nõrgaks, et suutsin vaevu ringi liikuda.

Tööandja andis üksteise järel hoiatusi. Lapsed vältisid mind. Ärgates keset ööd higiselt ja hirmunult värisedes, kuulsin abikaasat enda kõrval voodis nuuksumas. Mu arst hoiatas mind, et sedasi jätkates ootavad ees sisemine verejooks ja surm. Nüüd polnud aga mingit valikut. Pidin jooma.

Lõpuks juhtus see, mille eest arst oli mind hoiatanud. Chicagos konverentsil olles pummeldasin ööpäevaringselt. Ühtäkki hakkasin oksendama ja kaotasin päraku kaudu suurel hulgal verd. Tundes end nüüd lootusetuna, pidasin paremaks oma naise, laste ja kõigi teiste jaoks, kui lihtsalt ära sureksin. Järsku tõsteti mind kanderamile ja sõidutati kiirabiga kummalisse haiglasse. Ärkasin järgmisel päeval, mõlema käe küljes voolikud.

Nädalaga hakkasin end piisavalt hästi tundma, et koju minna. Arstid hoiatasid, et kui ma veel jooma peaksin, võib see jääda viimaseks korraks. Arvasin, et olin õppetunni kätte saanud. Olin omadega ikka veel segaduses ning endiselt võimetu hakkama saama igapäevase eluga ilma abita. Kahe kuuga langesin taas pudelisse.

Järgmise poolaasta jooksul kogesin veel kahte verejooksu, mille imekombel üle elasin. Iga kord läksin tagasi jooma – smugeldasin viina isegi haiglasse, kui vereülekanne oli ära tehtud. Lõpuks teatas mu arst, et ta ei saa enam minu eest vastutada ja saatis mu samas majas töötava psühhiaatri juurde. Jumala armust juhtus selleks arstiks olema, doktor Harry Tiebout, psühhiaater, kes tõenäoliselt teadis alkoholismi kohta rohkem, kui keegi teine maailmas. Sel ajal tegutses ta mittealkohoolikust usaldusisikuna AA Üldteeninduskogus.

Kadunud doktor Tiebout oli see, kes veenis mind otsima abi AA-st. Sain tugiisiku ja hakkasin koosolekutel käima, aga jätkasin sel ajal joomist. Mõne päeva pärast

avastasin ennast võõrutuselt kainestustalus. Seal olles lugesin Suurt Raamatut ja ajakirja Grapevine ning alustasin aeglast teekonda tagasi tervise ja mõistuse juurde läbi AA tervenemisprogrammi.

Kui kainetest päevadest said kained kuud ja aastad, hakkas minu eksistentsi kunagistest varemetest esile kerkima uus ja ilus elu. Suhe minu ja mu naise vahel taastus armastuse ja õnnelikkuse juurde, mida me ei olnud tundnud isegi *enne seda*, kui mu alkoholism ägestus. (Enam ei nuta mu naine öösiti.) Meie laste suureks sirgumise ajal oli neil olemas isa, kui nad teda enim vajasid. Minu usaldusväärse taastudes edutas firma mind kiiresti. Tervise taastudes sai minust agar jooksjä, purjetaja ja suusamees.

AA andis mulle kõik need asjad ja palju enamatki. Enamgi veel, see õpetas mind kainust kontrollima. Olen õppinud inimestega suhtlema; enne AA-d ei suutnud ma seda ilma alkoholita mugavalt teha. Olen õppinud hakkama saama pettumuste ja probleemidega, mis oleks mind varem kohe pudeli juurde viinud. Olen hakanud mõistma, et selle mängu mõte ei seisne joomise järele jätmises, vaid *kaine püsimises*. Alkohoolikud võivad joomise järele jätta igasugustes kohtades ja kõikvõimalikel viisidel, kuid Anonüümsed Alkohoolikud näitab teed, kuidas *kaine püsida*.

Kui Jumal tahab, siis me, AA liikmed, ei pea ehk enam kunagi tegelema joomisega, kuid me peame kainusega tegelema iga päev. Kuidas me seda teeme? Õppides - töötades Kaheteist Sammuga ning jagades koosolekutel, kuidas toime tulla probleemidega, mille lahendamiseks pöördusime joovas elus käraka poole.

Näiteks öeldakse AAs, et me ei saa lubada omale vimma ja enesehaletsust, seega õpime hoiduma nendest kasvama kippuvatest vaimsetest hoiakutest. Sarnaselt vabaneme süütundest ja kahetsusest, “visates oma peast prügi välja” läbi meie tervenemisprogrammi Neljanda ja Viienda Sammu. Õpime tasakaalustama emotsionaalseid kõikumisi, mis põhjustasid jamasid nii kõrghetkede kui ka madalseisude ajal.

Meid õpetatakse tegema vahet oma tahtmistel (mida kunagi ei rahuldatud) ja vajadustel (mis alati täidetakse). Me heidame maha mineviku koorma ja ärevuse tuleviku ees, hakates elama olevikus, üks päev korraga. Meile antakse “meelerahu leppida asjadega, mida me ei saa muuta” – ja me ei vihasta enam nii äkiliselt, ega ole kriitika suhtes nii tundlikud

Mis peamine, me loobume fantaseerimisest ja võtame omaks reaalsuse. Mida enam ma jõin, seda rohkem ma fantaseerisin. Ma kujutlesin, kuidas maksan kätte solvumiste ja tõrjumiste eest. Oma vaimusilmas mängisin korduvalt läbi stseene, kuidas mind maagilisel kombel tõsteti baarist joogiklaasi tagant ning ülendati silmapilkselt võimsale ja prestiižsele positsioonile. Ma elasin unistuste maailmas. Hellalt juhtis AA mind oma fantaasiamaailmast selleni, et saan tegelikkuse avasüli vastu võtta. Avastasin, et see on ilus! Viimaks olin ma rahu iseendaga. Teistega ka. Ja Jumalaga.

LISAD

- I AA Traditsioonid
- II Vaimne kogemus
- III Meditsiiniline vaade AA-le
- IV Laskeri preemia
- V
- VI Religioosne vaade AA-le
- VII Kuidas AAg ühendust võtta
Kaksteist Kontseptsiooni (Lühidalt)

I

AA TRADITSIOON

Need, kes kuuluvad Anonüümsetesse Alkohoolikutesse on kogenud vahet kannatus ja kainuse vahel, tihti ka elu ja surma vahel. AA võib loomulikult saada sama tähendusrikkaks lugematutele alkohoolikutele, kelleni pole veel jõutud.

Seetõttu pole ühelgi meeste ja naiste ühendusel olnud kunagi tungivamat *vajadust* järjepideva efektiivsuse ja püsiva ühtsuse järele. Meie, alkohoolikud, mõistame, et peame koostööd tegema ja kokku hoidma, vastasel juhul sureb enamik meist lõpuks üksinda.

Me AA-lased usume, et Anonüümsete Alkohoolikute „12 Traditsiooni” on parimad vastused, mida meie kogemus on siiani andnud neile pakilistele küsimustele: „Kuidas saab AA kõige paremini toimida?” ja „Kuidas saab AA jääda terviklikuks ja seeläbi ellu?”

Järgneval leheküljel on ära toodud AA „12 Traditsiooni” nende niinimetatud „lühemas vormis,” mida kasutatakse tänapäeval. See on lühendatud versioon algsest AA Traditsioonide „pikast vormist,” mis avaldati esmakordselt 1946. aastal. Kuna „pikk vorm” on selgem ja võib omada ajaloolist väärtust, on see samuti ära toodud.

AA 12 TRADITSIOONI

Üks – Meie ühine hüüväng peaks olema esikohal; isiklik parandamine sõltub AA ühtsusest.

Kaks – Meie rühma eesmärgi jaoks on vaid üks ülim autoriteet – armastav Jumal sellisena, nagu Ta ilmutab end meie rühma südametunnistuses. Meie juhid on vaid usaldatud teenijad – nad ei valitse.

Kolm – Ainus nõue AA liikmeks olemisele on soov joomine lõpetada.

Neli – Iga rühm peaks olema iseseisev, välja arvatud küsimustes, mis puudutavad teisi rühmi või AA-d tervikuna.

Viis – Igal rühmal on vaid üks esmane eesmärk – kanda sõnum veel kannatava alkohoolikuni.

Kuus – AA rühm ei tohiks kunagi toetada, rahastada või laenata AA nime ühelegi temaga seotud organisatsioonile või kõrvalisele asutusele, et raha, omandi või mõjuvõimu küsimused ei juhiks meid peaeesmärgist kõrvale.

Seitse – Iga AA rühm peaks olema täielikult isemajandav ja keelduma välisest toetusest.

Kaheksa – AA peaks alati jääma mitteprofessionaalseks, kuid võib kasutada palgalisi spetsialiste.

Üheksa – AA ei tohiks kunagi organiseeruda, kuid me võime luua nõukogusid või toimkondi, kes vastutavad otseselt nende ees, keda teenivad.

Kümme – AA-l puudub arvamus kõrvaliste asjade kohta; seega ei tohiks AA nime kaasata avalikesse vaidlustesse.

Üksteist – Meie suhted avalikkusega põhinevad pigem külgetõmbavusel kui reklaamil; meil tuleks alati hoida isiklikku anonüümsust suhtlemisel ajakirjanduse, raadio või filmindusega.

Kaksteist – Anonüümsus on kõigi meie Traditsioonide vaimne vundament, mis tuleb alati meelde, et põhimõtted on isikutest tähtsamad.

AA 12 TRADITSIOONI

(Pikk versioon)

Meie AA kogemus on meile õpetanud, et:

1. – Iga Anonüümsete Alkohoolikute liige on vaid väike osa suurest tervikust. AA peab jääma ellu, vastasel juhul sureb enamik meist kindlasti. Seetõttu on meie ühine heaolu esmatähtis. Kuid isiklik heaolu on kohe selle kannul.

2. – Meie ühise eesmärgi jaoks on vaid üks ülim autoriteet – armastav Jumal, nii nagu Ta ennast meie rühmateadvuse kaudu väljendab.

3. – Meie liikmete hulka võivad kuuluda kõik, kes kannatavad alkoholismi all. Seetõttu ei tohi me tagasi lükata kedagi, kes soovib terveneda. Samuti ei tohi AA-liikmelisus kunagi sõltuda rahast ega vastavusest mingitele normidele. Kõik kahe-kolmekesi kainuse nimel kokku tulnud alkohoolikut võivad end nimetada AA rühmaks, tingimusel et neil pole rühmana muid seoseid.

4. – Igal AA rühmal on õigus ise oma asjadega tegeleda ning nad vastutavad ainult oma südametunnistuse ees. Kui aga rühma kavatsused mõjutavad ka teiste rühmade heaolu, heaolu, siis tuleks nende rühmadega nõu pidada. Ükski rühm, regionaalne toimikond ega üksikisik ei tohiks ilma Üldteenindusnõukogu volinikega nõu pidamata astuda ühtegi sammu, mis võib olulisel määral mõjutada AA-d tervikuna. Sellistes küsimustes on meie ühine heaolu esmatähtis.

5. – Iga Anonüümsete Alkohoolikute rühm peab olema vaimne moodustis, millel on vaid üks peamine eesmärk – kanda oma sõnum veel kannatava alkohoolikuni.

simustes on meie ühine heaolu esmatähtis.

6. – Raha, omandi ja võimuga seotud probleemid võivad meid kergesti meie peamisest vaimsest eesmärgist kõrvale

kallutada. Seetõttu leiame, et iga märkimisväärse suurusega omand, mis leiab päriselt AA-s kasutust, peaks olema eraldi seisvalt arvele võetud ja hallatud, eraldades materiaalse osa vaimsest. AA rühm ei tohiks kunagi äritegevusse sukelduda. AA teisi ettevõtmisi, nagu klubid või haiglad, mis vajavad palju omandit või haldamist, peaks hallatama eraldi, et rühm saaks neist vajadusel rahumeeli eemalduda. Seetõttu ei tohiks sellised ettevõtmised kunagi kasutada AA nime. Nende haldamise eest peaksid vastutama inimesed, kes neid rahaliselt toetavad. Klubide puhul on eelistatud AA liikmetest juhid. Kuid haiglate ja teiste taastusraviasutuste puhul peaks personal olema AA-st täiesti sõltumatu ja need peaksid olema meditsiinilise järelevalve all. Kuigi AA rühm võib teha koostööd kõigi kõigiga, ei tohiks see suhe kunagi ulatuda liikmelisuse ega toetamiseni, olgu see siis tegelik või aimatav. AA rühm ei tohi end kellegagi siduda.

7. – AA rühmad peavad toime tulema oma liikmete vabahtlike annetuste kaudu. Meie meelest peaks iga rühm üsna kiiresti selle ideaalini jõudma; iga avalik raha kogumise üleskutse, mis kasutab Anonüümsete Alkohoolikute nime, on äärmiselt ohtlik, olgu selleks siis rühmad, klubid, haiglad või muud välised ettevõtmised; suurte kingituste või annetuste, mis kannavad endas mingit kohustust, vastu võtmine ükskõik millisest allikast, ei ole tark tegu. Samuti on murettekitavad need AA rahakassad, kuhu koguneb määratlemata AA eesmärkide tarvis raha rohkem, kui on mõistlik varu. Kogemus on meid sageli hoiatanud, et meie vaimse pärandi võib kõige tõenäolisemalt hävitada kasutu vaidlus omandi, raha ja võimu üle.

8. – Anonüümsed Alkohoolikud peaks olema alati mittep-
rofessionaalne ühendus. Professionaalsuse all mõistame me alkohoolikute nõustamist palga või tasu eest. Küll aga võime alkohoolikuid tööle võtta nende kohustuste täitmiseks, mille

tarvis peaksime muidu palkama mittealkohoolikuid. Selliseid eriteeneid võib vabalt rahaliselt kompenseerida. Ent meie tava-pärane AA Kaheteistkümnenda sammu töö peab alati käima tasuta.

9. – Iga AA rühm vajab võimalikult vähe organiseerimist. Juhtide vaheldumine on parim variant. Väike rühm võib valida sekretäri, suurem rühm vahetuva toimkonna ja suurlinnade rühmad keskse või rühmade ühise toimkonna, mis palkab sageli täiskohaga sekretäri. Üldteenindusnõukogu volinikud on oma olemuselt meie üldine teenindustoimkond. Nad on meie AA traditsioonide hoidjad ja vabatahtlike AA annetuste vastuvõtjad, mille kaudu peame üleval New Yorgis asuvat Üldteenindusbürood. Nad on rühmade poolt volitatud tegelema meie avalike suhetega ja tagama meie peamise ajalehe, „AA Grapevine'i“, usaldatavuse. Kõik need esindajad tegutsevad teenimise vaimus, sest tõelised juhid AA-s on vaid usaldusväärsed ja kogenud teenijad, kes teenivad tervikut. Nende ametinimetused ei anna neile tegelikku võimu; nad ei valitse. Üldine lugupidamine on nende väärtuse võti.

10. – Ükski AA rühm ega liige ei tohiks kunagi, väljendada oma arvamust välistes vastuolulistes küsimustes – eriti poliitika, alkoholireformi või usuliste eriarvamuste kohta sellisel viisil, mis võiks AA asjasse segada. Anonüümsete Alkohoolikute rühmad ei vastandu kellelgi. Sellistes küsimustes ei avalda nad mingeid seisukohti.

11. – Meie suhteid avalikkusega peaks iseloomustama isiklik anonüümsus. Meie meelest peaks AA vältima kõmutekitavat reklaamimist. Meie nimesid ja nägusid AA liikmetena ei tohiks filmida, avalikult trükkida ega kasutada raadios. Meie suhted avalikkusega peaksid põhinema pigem külgetõmbavusel kui reklaamil. Ennast ei ole vaja kunagi kiita. Me tunneme, et on parem lasta meie sõpradel meid soovitada.

12. – Ja lõpuks usume me Anonüümsed Alkohoolikud, et anonüümsuse põhimõttel on erakordne vaimset tähtsust. See tuletab meile meelde, et põhimõtted on isikutest tähtsamad, et meie ülesanne on praktiseerida siirast alandlikkust. Seda selleks, et meie suured õnnistused meid iial ära ei rikuks; et me elaksime igavesti tänulikus mõtiskluses Temast, kes meid juhatab.

II VAIMNE KOGEMUS

Mõisteid „vaimne kogemus“ ja „vaimne ärkamine“ kasutatakse selles raamatus tihti ja hoolikal lugemisel ilmneb, et meie seas on tihti erisugusel moel aset leidnud sellised isiksuse muutused, mis on kaasa toonud tervenemise alkoholismist.

Paraku on tõsi, et meie esimesest trükist jäi paljudele lugejatele mulje, nagu peaksid taolised isiksuse muutused või religioossed kogemused toimuma äkiliste ning selgepiiriliste murrangute kujul. Meie kõigi õnneks on taoline järeldus ekslik.

Paaris esimeses peatükis kirjeldatakse mõningaid äkilisi pöördelisi muutusi. Ehkki me ei tahtnud sellist muljet luua, on paljud alkohoolikud ometi järeldanud, et tervenemiseks peavad nad omandama vahetu ning kõikehõlmava „Jumala-tunnetuse“, millele sedamaid järgneb tohutu pööre tundeelul ning eluvaadetes.

Meie tuhandetest alkohoolikutest koosnevas ja kiirelt kasvavas liikmeskonnas ei ole taolised muutused mingil juhul reeglilik, ehkki need on üsna sagedased. Enamjaolt on meie kogemused siiski sedalaadi, mida psühholoog William James nimetab „õppimispõhiseks variandiks“, sest need kujunevad aeglaselt pikema aja jooksul. Üsna tihti tajuvad uustulnuka sõbrad temaga toimunud muutust enne kui ta ise. Viimaks taipab ta, et tema eluhiidakud on põhjalikult teisenenud ja et ta ise oleks vaevalt suutnud taolist muudatust esile kutsuda. Seda, mis leiab tihti aset mõne kuuga, oleks võidud harva saavutada aastatepikkuse enesedistsipliini abil. Kui mõned erandid välja arvata, leiavad meie liikmed, et nad on avasta-

nud endas senitundmatu sisemise allika, mida nad praegu mõistavad kui endast Suuremat Jõudu.

Enamik meist on arvamusel, et selle meist Suurema Jõu tajumine ongi vaimse kogemuse olemus. Meie usklikumad liikmed nimetavad seda „Jumalatunnetuseks“.

Me soovime eriliselt rõhutada, et meie kogemuste valguses võib iga alkohoolik, kes suudab oma probleemidele ausalt otsa vaadata, terveneda, eeldusel, et ta ei sulge oma mõistust kõigi vaimsete põhimõtete ees. Sallimatu või sõjakalt eitav hoiak võib ta alistada.

Me leiame, et programmi vaimne osa ei tohiks kellelegi raskusi valmistada. *Soov, ausus ja avatud mõistus on tervenemise juures esmatähtsad. Kuid neid ei saa millegagi asendada.*

„Leidub üks põhimõte, mis on tõkkeks igasuguse informatsiooni levikule, kaitseb kõigi argumentide vastu ja hoiab inimest jäägitult alatises teadmatuses – see põhimõte on põlgus enne uurimist.“

– HERBERT SPENCER

III

MEDITSIINILNE VAADE AA-le

Alates Dr Silkworth'i toetuseavaldusest Anonüümsetele Alkohoolikutele on arstid ja arstide liidud üle maailma meid tunnustanud. Järgnevad arstide kommentaarid on väljavõtted AA kohta käivast uurimustööst, mis loeti ette iga aastasel New Yorgi osariigi meditsiiniühenduse koosolekul*:

Dr Foster Kennedy, neuroloog: „See Anonüümsete Alkohoolikute organisatsioon kasutab kahte kõige suuremat jõuallikat, mida inimkond tunneb, religiooni ja seda instinkti kuuluda kaaslaste sekka... nn karjainstinkti. Minu arvates peab meie eriala tunnustama seda suurepärase teraapilist relva. Kui me seda ei tee, mõistetakse meid süüdi emotsionaalses steriilsuses ja usu kaotamises, mis liigutab mägesid ning ilma milleta suudab meditsiin vähe.”

Dr G Kirby Collier, psühhiaater: „Ma olen mõistnud, et AA on iseseisev ühendus ning nende parimad tulemused on saavutatavad nende enda juhendamisel ja filosoofia tulemusena. Igasugune teraapiline ja filosoofiline meetod, mille taastumismäär on 50–60%, väärrib meie tähelepanu.

Dr Harry M Tiebout, psühhiaater: „Olen psühhiaatrina palju mõelnud oma eriala seosest AA-ga ja jõudnud järeldusele, et meie eriline roll seisneb sageli patsiendi ettevalmistamises igasuguse ravi või välise abi vastuvõtmiseks. Ma näen nüüd psühhiaatri ülesandena murda patsiendi sisemne vastupanu, et see, mis temas peitub, võiks õitseda AA programmi mõjul.”

Dr W W Bauer ütles 1946. aastal Ameerika Meditsiini Ühingu egiidi all NBC võrgustikus peetud raadiosaates osaliselt järgmist: „Anonüümsed Alkohoolikud ei ole ristiriitlikud, ega karskuse ühendus. Nad teavad, et nad ei tohi kunagi juua. Nad

aitavad teisi, kellel on sarnased probleemid... Selles atmosfääris saab alkohoolik tihtipeale vabaks sellest liigsest iseendale keskendumisest. Õppides sõltuma kõrgemast jõust ja sukeldades töösse teiste alkohoolikutega, püsib ta päev päeva järel kaine. Päevad kasvavad nädalateks, nädalad kuudeks ja kuud aastateks.

Dr John F Stouffer, peapsühhiaater, Philadelphia üldhaiglas tsiteerides oma kogemust AA-ga ütles: „Need alkohoolikud, keda siin Philadelphia üldhaiglas kohtame on enamjaolt sellised, kes eraravi endale lubada ei saa ja AA on kaugelt kõige parem asi, mida saame neile soovitada. Isegi nende puhul, kes vahetevahel uuesti siin maanduvad, märkame sügavat muutust nende iseloomus. Te ei tunne neid peaaegu äraagi.

Ameerika Psühhiaatrite ühing palus 1949. aastal, et üks Anonüümsete Alkohoolikute vanematest liikmetest koostaks artikli, mis loetaks ette sama aasta ühingu aastakoosolekul. See ülesanne sai täidetud ja artikkel avaldati 1949. aasta novembrikuu väljaandes *American Journal of Psychiatry*.

(See pöördumine on nüüd avalikustatud brošüürina, mida saab olematu rahu eest enamikes AA rühmades või Box 459, Grand Central Station, New York NY 10163, pealkirja all „Kolm Vestlust Arstide Liiduga – Bill W“ – mida varem kutsuti „Bill Alkoholismist“ ja veel varem „Alkoholism kui Haigus.“)

IV
LASKERI PREEMIA

Neile,

V RELIGIOOSNE VAADE AA-LE

Praktiliselt iga usulahu vaimulikud on andnud AA-le oma õnnistuse.

Edward Dowling, S.J.,* Queens Work'i töötaja ütleb, et „Anonüümsed Alkohoolikud on loomulik nähtus; see loomulikkuse punkt on selle koha peal, kus loodus saab kõige lähemale üleloomulikkusele, täpsemalt seal kus alandus ja sel-
lele järgnev alandlikkus paikneb. Kunstimuuseumides ja süm-
fooniatel on midagi vaimset ja katoliiklik kirik kiidab heaks selle kasutamise. Ka AA juures on midagi vaimset ja katoliik-
laste osalemine selles peaaegu alati teeb halvast katoliiklasest
parema katoliiklase.

Piiskoplik ajakiri *The Living Church* teeb sellise toimetus-
liku tähelepaneku: „Anonüümsete Alkohoolikute meetodi
põhi, et inimene saab ennast aidata ainult läbi teiste aitamise,
on tõeliselt kristlik printsiip. AA kava on liikmete endi poolt
kirjeldatud kui 'enese-kindlustus.' See enese-kindlustus on
sadadele meestele ja naistele tagasi andnud füüsilise, vaimse
ja hingelise tervise ja eneseaustuse, kes oleksid ilme selle ise-
äraliku aga efektiivse teraapiata väga viletsas olukorras.

John D Rockerfeller Jr-i poolt korraldatud õhtusöögil tutvus-
tas Dr Harry Emerson Fosdick Anonüümseid Alkohoolikuid
oma sõpradele sellise tähelepanekuga:

„Ma arvan, et psühholoogilisest vaatepunktist lähtuvalt on
selle liikumise lähenemise viisil suur eelis mida ei saa kopee-
rida. Ma kahtlustan, et kui seda targalt käsitletakse – ja ta pais-
tab olevat tarkades ja ettenägelikes kätes – siis selle projekti
ees seisavad võimaluste uksed mis võivad ületada meie kujut-
lusvõimet.“

*Kirikuisa Ed, varajane ja suurepärase AA sõber, kes suri
1960a. kevadel.

VI KUIDAS AA-GA ÜHENDUST VÕTTA

Ameerika Ühendriikides ja Kanadas on enamikes asulates ja linnades AA rühmad. Seal leiab AA üles telefoniraamatutest, ajalehe kioskitest, politsei jaamadest või kohalikelt preestritelt ja kirikuõpetajatelt. Suurte linnade rühmadel on tihtipeale kohalikud kontorid, kus alkohoolikud või nende pered korraldavad intervjuusid või haiglasse paigutamist. Neid nõndanimetatud rühmade ühendusi võib leida telefoniraamatutest „AA“ või „Anonüümsed Alkohoolikud“ nimede alt.

USA-s, New Yorgis on Anonüümsete Alkohoolikute rahvusvaheline teenistus keskus. Üldine AA Teenistuskogu (usaldusisikud) administreerivad AA Üldise Teenistuse Kontorit, AA World Services, Inc., ja meie igakuist ajakirja AA Grapevine.

Kui sa ei leia kohaliku AA-d, siis külasta meie kodulehekülge: www.aa.org; või kirjuta kiri adresseeritult Anonüümsete Alkohoolikute Box 459, Grand Central Station, New York, Ny 10163, USA ja saad kiire vastuse meie ülemaailmsest keskusest, mis suunab su kõige lähemal asuvasse AA rühma. Kui sinu lähedal ei ole ühtegi, siis sind palutakse astuda kirjavahetusse, mis suurel määral kindlustab sinu kainust, olenemata sellest, kui isoleeritud sa ka ei oleks.

Kui sa oled mõne alkohooliku sugulane või sõber, kes ei näita koheselt välja huvi AA vastu, siis soovitage, et sa kirjutaksid Al-Anon Family Groups Inc., 1600 Corporate Landing Parkway, Virginia Beach, Va 23454-5617, USA. Kodulehekülge: www.al-anon.org.

See on ülemaailmne andmekoda Al-Anoni Pere Rühmadele, mis koosneb suuresti AA liikmete abikaasadest ja sõpradest. See peakontor annab sulle lähima pererühma koosoleku toimumispaiga ja kui soovid, teostavad sinuga kirjavahetust sinu probleemist.

VII

KAKSTEIST KONSEPTSIOONI (LÜHIKESEL KUJUL)

AA Kaksteist Sammu on põhimõtted isikliku tervenemise jaoks. Kaksteist Traditsiooni on Sõpruskonna ühtsuse tagamiseks. Kaasasutaja Bill W poolt 1962. aastal kirjutatud Kaksteist Konseptsiooni Ülemaailmse Teeninduse jaoks kirjeldab põhimõtteid mis aitavad tagada, et erinevad elemendid AA teeninduse struktuurides püsiks vastutulelikud ja vastutustundlikud nende suhtes keda nad teenivad.

Need „lühikesel kujul“ Konseptsioonid võeti vastu 1971. aastal Teenistuse Üldkonverentsil.

- I. AA ülemaailmse teeninduse kohusetunne ja kõrgeim võim peaks alati paiknema kogu meie Sõpruskonna südametunnistusel.
- II. AA Teeninduse Üldkonverents on saanud meie maailmaasjade ajamises peaaegu igas praktilises mõttes meie tegelikuks hääleks ja toimivaks südametunnistuseks kogu meie Ühingu jaoks.
- III. Et tagada toimiv juhtimine, peaksime igale AA elemendile – Konverentsile, AA Teenistuse Üldkogule ja selle teenistuskorporatsioonile, töötajatele, kommiteedele ja täidesaatvatele isikutele – andma traditsioonilise „Otsustamisõiguse.“
- IV. Kõigil vastutatavatel tasemetel peaksime säilitama traditsioonilise „Osalemisõiguse,“ võimaldamaks hääleõiguslikku esindamist mõistlikus proportsioonis vastutusega, mille igaüks peab täitma.
- V. Kogu meie struktuuri ulatuses peab kehtima traditsiooniline „Edasikaebamisõigus,“ millega tagatakse vähemusarvamuste ärakuulamine ja kõigi isiklike pretensioonide tähelepanelik kaalutlemine.
- VI. Konverents leiab, et enamikes maailmaasjades peaksid esmast algatusvõimet ja aktiivset vastutust üles näitama eelkõige Konverentsi eestkostjaliikmed kes tegutsevad Teeninduse Üldkoguna.

- VII. Teeninduse Üldkogu Harta ja Eeskirjad on juriidilised instrumentid mis volitavad eestkostjaliikmeid haldama ja juhtima kõiki ülemaailmse teeninduse tegevusi. Konverentsi Harta ei ole juriidiline dokument; tema lõplik efektiivsus tugineb traditsioonil ja AA rahakotil.
- VIII. Eestkostjaliikmed on peamised planeerijad ja administ-
raatorid üleüldistes poliitilistel ja rahalistel teemadel. Neil on eestkosteline järelvalve eraldi inkorporeeritud ja järjepidevalt aktiivsete teeninduste üle, mida nad viivad täide oma õigusega valida neile asutustele juhid.
- IX. Hea teeninduse juhatamine kõigil tasemetel on asendamatu meie tuleviku toimetulemise ja turvalisuse jaoks. Esmane ülemaailmse teeninduse juhtimine, mida kord viisid täide asutajad, tuleb eestkostjaliikmete poolt tingimata üle võtta.
- X. Iga teenindusega seonduva vastutusega peaks kaasnema võrdväärne teenindusega seonduv voli, ja selle voli raamistik peaks olema selgelt määratletud.
- XI. Eestkostjaliikmetel võiksid alati olla parimad võimalikud komiteed, korporatiivteenistuse juhid, täidesaatvad isikud, töötajad ja konsultandid. Nende koosseisud, kvalifikatsioonid, ametisse määramise protseduurid ja õigused ja kohustused on teemad millesse tuleb alati suhtuda täie tõsidusega.
- XII. Teeninduse Üldkonverents lähtub kõigis oma tegevustes AA traditsiooni vaimust, kandes hoolt selle eest, et konverents ei kujuneks kunagi ohtlikku jõukust või mõjuvõimu koondavaks organiks; et tegevuste elluviimiseks oleks piisav hulk rahalisi vahendeid koos küllaldase varuga jääks selle mõistliku finants-tegevuse põhimõtteks; et konverentsi ühtegi liiget ei ülendataks kunagi ühegi teise liikmega võrreldes ebakompetentsle juhtpositsioonile; et kõigi tähtsate otsuste vastuvõtmiseni jõutakse läbi arutelude, hääletamise ja, kui vähegi võimalik, valdavas üksmeeles; et konverentsi tegevused ei kujune kunagi isiklikul tasemel karistavateks või avalikku vastuolu õhutavateks; ning et sarnaselt Sõpruskonnaga, mida see teenib, jääb ka konverents ise oma mõtetes ja tegudes demokraatlikuks.

