

(1)

## PUUDUV LÜLI

*Ta pidas oma õnnetuse põhjuseks kõike muud kui alkoholi.*

**K**UI 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 elul 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. 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 järeldu-sele, et mul on õpiraskused ja ma olen depressioonis. Psühhiaater määras mulle ravimid ja koolimured hak-kasid lahenema. Isegi minu depressioon leevenes lühi-keseks 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 kind-luse tipus *bar mitzvah*. Seaduslikku alkoholi tarvita-mise vanusepiiri seal ei olnud, nii et sain vabalt minna baari ja tellida joogi. Selle reisi keskele langes ka aasta-vahetus 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 ja see muutis kõike.

Õhtu algas peatusega baaris. Tellisin teenindajalt õlle ja pärast esimest lonksu oli miski kohe teisiti. Vaatasin ringi ja nägin endast 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 vana-aas-taõhtut. Enne kui öö möödus, olin alustanud tüli mit-mete kolledžiealiste purjus kuttidega ja naasin hotelli purupurjuspäi ja verevalumitest räsituna. Oh, milline suurepärase õhtu see oli! Tol ööl armusin jooki – selleks oli alkohol.

Ühendriikidesse naastes olin otsustanud jätkata oma uut armusuhet. Üritasin veenda oma sõpru endaga ühi-nema, kuid nad tõrkusid. Suure meelevõimega asusin otsima uusi sõpru – selliseid, kes võiksid aidata mul jätkata selle suurepärase lahenduse kasutamist minu kõige meelevõimevõimetele muredele. Algselt piirdu-

sid minu põgenemise püüdlused nädalavahetustega, aga järk-järgult sai sellest minu igapäevane kinnisidee. Esialgu 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 ilmneseid enesetapumõtted. Tundus, et asjad ei muutu kunagi. Minu terapeudiga tehtud edusammud pidurdusid pea-aegu täielikult. Lootusetust võimendas 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 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. 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, et saaks edasi juua.

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 tege-likule probleemile otsa vaadata. Ainuüksi selle peale mõtlemine ajas mul südame pahaks – ja veel hullem oli see, et ma püüdsin seda endiselt olematuks juua. Olin sunnitud tõdema, et kõiges on ilmselt süüdi minu joomine.

Järgmisel päeval läksin tööle – hilinedes, nagu tava- liselt – 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 – kõikidele läbitud seanssidele vaatamata olin endiselt õnnetu. Võinuksin end samahästi lihtsalt ära tappa end unus- tusse juues. Viimases meeleheitlikus võitluses lahen- dus leida, tegin oma elust ülevaate, otsides puuduvat lüli. Kas olin jätnud tähelepanuta mingi olulise info- killu, mis viiks läbimurdeni 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 rää- kinud: 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.

Arst 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 läksingi oma esimesele Anonüümsete Alkohoolikute koosolekule. Olin kaheksateistaastane.

Umbes viisteist minutit enne koosoleku algust istusin ma parklas autos, 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 toatäis 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 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 korruga 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 korruga kaine olla ja olen sellest ajast peale just nii teinud.

Anonüümsete Alkohoolikute liikmeks astudes olin füüsiliselt räsitud, mu mõistus oli kiikse täis ja olin vaimselt pankrotis. Ma teadsin, et olen alkoholi ees jõuetu ja 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, et ma hoiaksin avatud meelt võimaluse suhtes, et on olemas minust suurem Jõud – nii nagu mina seda mõistan. Ta kinnitas, et keegi ei hakka mulle mingit ususüsteemi peale suruma, sest see on isiklik asi. Vastumeelselt avasin oma meeled võimalusele, et võib-olla, ainult võib-olla, peitub selles vaimses eluviisis midagi. 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 üksildase augu, mida olin varem alkoholiga täitnud. Minu enesehinnang paranes märkimisväärselt ning ma tundsin enneolematut õnne ja hingerahu. 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 olnud lihtne, kuid muutub palju paremaks. Alates sellest esimesest koosolekust on minu elu täielikult muutunud. Olles kolm kuud programmis olnud, alustasin õpinguid kolledžis. 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 lähedas-

tega. Olen selles harva kahelnud. See oli see, mida ma tahtsin ja mida mul oli vaja teha.

Viimase seitsme aasta jooksul on juhtunud pea-aegu 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, mida jagada ja armastust, mida anda, ning ma liigun edasi üks päev korraga, elades seda seiklust, mida nimetatakse eluks.