

(4)

ARST, RAVI ISEENNAST!

Elukutselt psühhiaater ja kirurg, eksles see mees seni, kuni ta ükskord mõistis, et Suur Ravitseja pole mitte tema, vaid Jumal.

OLEN 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, vangis 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 igal aastal oma klassi president ja viimasel aastal samuti kogu õpilaskonna president. Ka ülikoolis olin 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 efekt. Mina aga armastasin alko-

holi! 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 piiri, mida alkohoolikud väga hästi tunnevad. 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. Alkohol 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 meditsiini 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 jätnud joomise maha kellegi teise kui iseenda pärast,” ja see lajatas mulle otsaette. Kui naine oli mulle selle ette lugenud, ütlesin talle sama, mida meelega palju kordi varemgi: „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 söed 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. Nii tegin esimest korda Kahe-teistkümnendat Sammu veel enne, kui AA program-miga liitusin. Rääkides talle, mida olin sellest voldikust lugenud, tundsin palju suuremat rahulolu, kui oma pat-siente aidates eales varem olin tundnud.

Nõnda otsustasin ma oma esimesele koosolekule minna. Mind esitleti kui psühhiaatrit. (Kuulun Ameer-rika Psühhiaatrite Liitu, kuigi ma ise psühhiaatrina 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 puu-sepp, laua kaugemas otsas mees, kes pidas pagariäri ja tema vastas minu sõber, kes oli ametilt mehaanik. Mäle-tan, et koosolekule minnes mõtlesin endamisi: „Siin ma nüüd siis olen: Ameerika Kirurgide Kolleegiumi, Rahvusvahelise Kirurgide Kolleegiumi, Ühendriikide ühe suurima erialakomisjoni ja Ameerika Psühhiaat-rite Liidu liige ja ma pean minema lihuniku, pagari ja puusepa juurde, et nad aitaksid mul inimeseks saada!”

Juhtus veel midagi. Selline mõte oli mulle nii uus, et 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 kerkisin 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.” Sõna „põhjalikult” lõi kellukese heli-

sema. 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” – need kumisesid mu ennast täis peas.

Aastaid tagasi otsisin psühhoanalüüsist leevendust. Kulutasin psühhoanalüüsi seanssidele viis ja pool 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 ning 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 kättesse!

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.” Täna sin 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 istun 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 olen ta naise terveks ravinud.” 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 täitnud oma kohust, kuid sellega kõik üheksa päeva eest ka piirdus. Mis see oli, mis tervendas minu poolt suletud haavad? 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 oma pere hästi kindlustada. Ma ei jätnud perekonda kunagi millestki ilma. Andsin neile kõik peale selle kõige väärtuslikuma siin ilmas – meele- rahu. 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: „Minu probleemid ei lähe sulle korda.” Oleksin tahtnud teda lüüa, kuid sõnasin endale: „Säilita hingerahu!”

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 pärast 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 uskumatult 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, kui mõned väga üksikud juhud välja arvata. Ent Anonüümsed Alkohoolikud on meid aidanud.

Milles seisneb AA jõud? Selle ravijõud? Ma ei tea, mis see on. Arst ütleks tõenäoliselt: „Tegu on psühhosomaatiline meditsiiniga.” Psühhiaater lausuks arvatavasti: „Tegu on heade inimestevaheliste suhetega.” Ülejäänud kostaksid ilmselt: „Tegu on rühma psühhoteraapiaga.”

Minu jaoks on see Jumal.