

### 3. peatükk

## ALKOHOLISMIST LÄHEMALT

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

Me mõistsime, et peame oma seesmisele minale vastumeelselt 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 meie tüüpi alkohoolikud on progresseeruva haiguse haardes. 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 alkohoolikud teiste inimeste sarnaseks. Me oleme proovinud kõikvõimalikke abinõusid. Mõningatel juhtudel on esinenud lühiajalist tervenemist, 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 püüdnud 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 pärast, 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 – 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 joomahooge. 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 pole ärialal edu saavutanud ja pensionile jäänud, ei võta ta enam ühtegi piiska. Erandliku mehena oli ta kakskümmend viis aastat purukaine ning jäi pärast edukat ja õnnelikku karjääri viiekümne viieselt pensionile. Kuid siis langes ta praktiliselt igale alkohoolikule omase veendumuse ohvriks, et enesedistsipliin on temast teinud inimese, kes võib juua nagu teised. 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 suuda 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 tükki 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 immuused.

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. Juba iseäraliku väljakujunenud moondunud 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 vaid mõne aastaga tõelised alkohoolikud ja nad muutuvad tundmatuseni. Teatud sorti joojaid, kes solvuksid, kui neid alkohoolikuteks nimetataks, hämmastab nende endi

võimetus joomist lõpetada. Meie, kes me neid sümptomteid 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 pärast 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 seda soovib. Kas selline inimene suudab joomise maha jätta toetumata vaimsetele alustele, sõltub sellest, kuivõrd ta on juba kaotanud võime ise otsustada, kas juua või mitte. Paljud meist tundsid, et meil oli küllalt iseloomu ja 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.

Mismoodi me saame siis aidata oma lugejail kindlaks teha, kas nad kuuluvad meie hulka? Katsest alko-

*\*See pidas paika raamatu esmailmumise ajal. Kuid 2022. aastal USA/Kanada liikmete seas läbi viidud uuringust selgus, et umbes 9% AA-lastest olid kolmekümneaastased või nooremad.*

holist mõneks ajaks loobuda on kindlasti kasu, kuid me usume, et võime alkoholismi käes kannatajatele 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 joogi 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 millise 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 selgitada, kuidas see täpselt oli juhtunud. 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 autoostjaga. Tee peal läks mul kõht tühjaks ja ma pidasin kinni maanteeäärses söögikohas, kus oli ka baar. Mul ei olnud mingit kavatsust juua. Mõtlesin, et võtan ühe võileiva. Ühtlasi uskusin, 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 ning tellisin võileiva ja klaasi piima. Joomine ei tulnud mul endiselt mõttesegi. Tellisin veel ühe võileiva, ka piima otsustasin juurde võtta.

*„Korraga käis mul peast läbi mõte, et kui valan piima sisse pitsikese 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 näide sugugi liialdatud, sest niisugune mõtlemine on iseloomulik olnud viimsele kui ühele meist. Alati kerkis esile see iseäralik mõtteviisi ilming, kus terve mõtlemise kõrval leidis paratamatult mingi hullumeelselt tühine ettekääne esimese joogi võtmiseks. Tervel mõistusel ei õnnestunud meid vaos hoida. Hullumeelne idee pääses võidule. Järgmisel päeval küsisime endalt täiesti tõsimeeli ja siiralt, kuidas see üldse oli saanud juhtuda.

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

Meie käitumine esimese joogi 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, jätaks ta sellise käitu-

mise. Ent peagi juhtub uus õnnetus, seekord lõpeb see koljuluumõraga. Pärast haiglast lahkumist ei möödu nädalatki, kui kiiresti sõitev tramm ta käeluu murrab. Ta kinnitab teile, et on otsustanud oma ohtliku harjumuse igaveseks maha jätta, kuid juba paari nädala pärast murrab ta mõlemad jalad.

Saadetuna pidevatest lubadustest olla tähelepanelik või hoiduda sõiduteel uitamisest, jätkub selline käitumine aastaid. Lõpuks ei suuda ta enam tööl käia, naine lahutab temast ja ta muutub üldiseks naerualuseks. Ta proovib igal võimalikul viisil vabaneda kinnisideest tänaval 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 naeruväärne, kuid kas see ikka on nii? Meie, kes me oleme sellest põrgumasinast läbi 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 mängu tuli alkohol. Need on julmad sõnad – kuid kas ei vasta need tõeale?

Mõned teist mõtlevad: „Tõsi, see, mida te räägite, on õige, kuid ei käi päris täpselt meie kohta. Me tunnistame, et meil on mõned nendest sümptomitest, kuid me ei ole laskunud niisugustesse äärmustesse nagu teie sõbrad 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 kavatsengi 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 alkoholik, kui haruharvad erandid välja arvata, *ei suuda iseenese tundmisele tuginedes joomist mingil juhul lõpetada*. Seda tõsiasja tahame ikka ja jälle rõhutada, et see meie alkoholikutest lugejatele lõpuks ometi kohale jõuaks, nagu kibe kogemus meile on näidanud. Kuid vaadeldagem 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 ärimeest nagu Fred annab otsida. Pealtnäha kindlameelne, hästi tasakaalukas mees. Kuid ometi on ta alkoholik. 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 tunnistanud ennast alkoholikuks, kinnitas ta 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 alkoholik, veel vähem oli ta nõus oma probleemi tarvis vaimset rohtu 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 pikisilmi meiega kohtumist. Lugu, mille ta meile rääkis, on äärmiselt õpetlik. Ta oli mees, kes oli täiesti veendunud, et peab joomise maha jätma, kel ei olnud mingit ettekäänat 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 muljet ja ma tõepoolest ei uskunud, et võiksin uuesti jooma hakata. Olin üsnagi päri teie mõttega, et esimesele joogile 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 asi seisneb vaid tahtejõu kasutamises ning valvsuse säilitamises.

Sellises meeleseisundis asusin äriasju ajama ja mõnda aega läkski kõik kenasti. Mul ei olnud sugugi raske pakutavatest jookidest ära öelda ja ma hakkasin juba kahtlustama, 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 mingeid pakilisi probleeme ega muresid. Töö edenes hästi, ma olin rahul ja teadsin, et ka

mu äripartnerid on rahul. Oli suurepärase päeva õhtu, silmapiiril ei paistnud 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 jalutama minna. Tagasi tulles torkas mulle pähe, et enne magamaminekut oleks meeldiv juua üks viskikokteil. Astusin baari ja tegingi seda. Mäletan, et võtsin tol õhtul veel mitu ja järgmisel hommikulgi piisavalt. Mul on ähmane mälestus sellest, kuidas istusin New Yorgi poole lendavas lennukis ja leidsin maandumisplatsil 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 piinaga nii mõistuses kui kehas.*

Niipea, kui mu mõtlemisvõime taastus, meenutasin hoolikalt, mis oli juhtunud tol õhtul 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 limonaad. Nüüd meenus mulle, mida mu alkohoolikutest sõbrad olid rääkinud ja kuidas nad olid ennustanud, et kui mul on alkohooliku mõtteviis, siis tuleb ka aeg ja koht, kus ma hakkam järele jooma. Nad olid öelnud, et isegi kui ma vastupanu osutaksin, raugeks see ikkagi ühel ilusal päeval mingi tühise ettekäände ees võtta üks jook. Jah, just nii läkski, ja veel 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 mõistnud inimesi, kes ütlevad, et on mingi probleemi tõttu lootusetult lüüa saanud. Nüüd mõistsin. See oli purustav hoop.

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

Seejärel tõid nad välja vaimse lahenduse ja tegevusplaani, mida nende sada liiget olid edukalt 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 mitmed eluaegsed tõekspidamised kõrvale heitma. See ei olnud kerge. Ent niipea kui ma langetasin otsuse see protsess läbi teha, valdas mind imeline tunne, et olen oma alkoholismile leevendust leidnud, mis osutuski 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 varasemalt elatud elu. Mu vana eluviis ei olnud küll sugugi halb, kuid ma ei vahetaks toonaseid parimaid hetki praeguste halvimate vastu. Ma ei läheks selle juurde tagasi, 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 päris räsitud olema, enne kui tõsimeeli oma probleeme lahendama hakkavad.

Meie järeldustega nõustuvad paljud arstid ja psühhiaatrid. Hiljaaegu teatas üks nendest arstidest, maailmakuulsa haigla töötaja, mõnele meie hulgast: „See, mida te räägite keskmise alkohooliku kimbatuse 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. Teiesugused 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.”

Veel kord: on hetki, mil alkohooliku mõistus ei suuda talle tagada efektiivset kaitset esimese joogi vastu. 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.