

Sagan mín.

Sem krakki var ég alltaf fullur af kvíða, ótta og innri vanlíðan. Ég ólst upp á alkóhólísku heimili, í miklum hávaða og látum. Þegar ég fann á mér í fyrsta skipti, 14 ára gamall, vissi ég að þarna var komin lausnin í mínu lífi og að þetta myndi ég gera aftur sem allra fyrst. Það lá líka fyrir mér að verða helgarfyllibytta mestan hluta ævi minnar, með hléum þó.

Þegar ég var sextán ára fóru foreldrar mínir að setja út á mína drykkju. Þá fór ég að heiman og fluttist til Reykjavíkur. Ég fór í nám og gekk vel, en ég drakk allar helgar og stundaði Glaumbæ og Klúbbinn grimmt. Ég gifti mig og eignaðist þrjú frábær börn. Ég sé þó í þeim mína bresti, þó þau noti ekki mikið áfengi.

Vinnu minnar vegna þurfti ég oft að dvelja erlendis og pössuðu þessar ferðir mér mjög vel því oft voru þær drykkjuferðir að hluta til. Um árið 1983 voru þessar ferðir farnar að verða mér erfiðar og eftir tvær svona vinnuferðir með stuttu millibili, leið mér mjög illa. Fjölskyldan stillti mér upp við vegg og vildi að ég gerði eitthvað í mínum málum. Ég vildi ekki missa fjölskylduna og fór á minn fyrsta AA fund. Ég fann strax að þarna átti ég heima, þarna var fólk sem var að glíma við það sama og ég.

Í AA varð ég edrú og entist það mér stundum mánuðum saman og stundum árum saman en ég fór alltaf aftur að drekka.

Ég skildi við konuna og drykkjuskapurinn hélt áfram. Ég fór í nýja sambúð sem stóð í um 4 - 5 ár og nær alla þá sambúð drakk ég á hverjum degi eftir vinnu. Í einu af okkar mörgu ferðalögum skildum við í Suður-Frakklandi. Ég hafði lofað að vera edrú en sprakk í þessari ferð, eina ferðina enn. Yngri sonur minn var með okkur og þurfti hann að verða vitni að þessum leiðindum.

Upp frá þessu var ég kominn á þann stað í lífinu sem ég vil ekki vera aftur á. Vinnan var orðin erfið. Ég vaknaði á morgnana um fjögurleytið og gat sjaldnast sofið lengur. Ég bylti mér kófsveittur og taugaveiklaður og gerði mér grein fyrir að ég væri gjörsigraður. Ég þurfti að fá mér 4 - 5 Underberg til að komast í sturtu á morgnana. Síðan kastaði ég þessu upp og þurfti að gera aðra tilraun, þegar nokkrar mínútur voru liðnar, til þess að halda drykknum niðri. Þetta var hrikalegt. Þetta var árið 2001.

Undir þessum kringumstæðum lánaðist mér að taka upp símann og panta pláss inni á Vogu. Þangað fór ég í fyrsta, og vonandi eina, skiptið. Þetta varð mitt gæfuspor í lífinu því inni á Vogu gerði ég mér fyrst grein fyrir hvað ég var að fást við. Síðan þá hefur allt verið upp á við.

Lífið var þó erfitt fyrst eftir að ég kom út af Vogu. Mér voru margir hlutir um megn, jafnvel hlutir sem ég hafði gert árum saman, því nú hafði ég ekki lengur bjórglasið til að bjarga mér. AA kom hins vegar í staðinn fyrir bjórin og nýtt líf hófst.

Ég hef sótt mikið af fundum og séð um að laga kaffi o.fl. í mínum deildum. Ég hef fengið að starfa mikið í AA. Ég hélt utan um neyðarsíma samtakanna í eitt og hálf ár. Ég sinnti AA fundum á Litla-Hrauni í tvö ár (og hafði þá aldrei komið áður inn í fangelsi) og ég sá um AA fundi á Vogu í tvö ár. Allt þetta starf hefur kennt mér að alkóhólismi er erfiður sjúkdómur sem er í höfðinu á fólki en ekki í glasinu, pillunni eða sprautunni.

Í dag er ég sáttur við lífið og það er dásamlegt að hafa stjórn á eigin lífi. Mín vandamál eru ekki í öðru fólki heldur í mínum eigin haus. Ég geri mér líka grein fyrir að ég hef skaðað fólk með orðum mínum, og ekki síst mína nánustu, og ég hef ekki náð fullum sáttum við alla. En ekki er hægt að breyta fortíðinni, það eina sem ég get gert er að biðjast afsökunar og það hef ég gert.

Virðingarfyllt
Óvirkur alkóhólisti.