

Vždy sa dá nájsť cesta k dôstojnému životu

Tri krát 365 dní, sú tri celé roky, čo som sa musel definitívne rozlúčiť s pitím alkoholických nápojov všetkého druhu. S tak večne prepotrebnou tekutinou, ktorá nikdy nesmie chýbať na oslavách a na veselých, ba aj smutných spoločenských podujatiach. Vytvorila si prvotné symbolické a konzumné postavenie, veď sa pilo „na zdravie.“

V tomto článku sa prihovám s takýmto neobvyklým úvodom preto, lebo už niekoľko nocí nemôžem spať. Ešte stále si nemôžem dať odpoveď na otázku: Prečo som sa s alkoholom tak silno spriatelil, s falošnou drogou, ktorá nás na každom kroku presviedča, že po jej väčšom požití človek úplne stráti ľudskú dôstojnosť. Po príjemných pocitoch pri jeho požití, pri riešení niektorých životných ťažkostí boli chvíle zvýšeného sebavedomia, stavy eufórie a znižovanie úzkostí a depresie. Nebolo treba dlho čakať a tieto účinky sa mi stali pascou. Moje vnútorné varovanie nestihlo stanoviť hranicu, kedy prestať a ďalšie naliehavé pitie alkoholu ma doviedlo až ku strate kontroly nad jeho pitím. Musel som sa začať ústavne liečiť a do zdravotnej karty mi pribudla nová diagnóza „alkoholizmus,“ kvalifikovaná ako choroba č. 10.

Od tejto chvíle sa začali v mojom živote diať veci, o ktorých som nemal ani poňatia. Nemohol som uveriť, že prečo ako zodpovedný otec rodiny, ktorý by predtým dal aj život za svoje deti, sa neskoro v noci, ráno alebo aj v priebehu dňa budil a na nič iné nemyslel, len ako získať peniaze na alkohol a poriadne sa napiť.

Jedinou výhodou bolo u mňa, že sa mi to stalo až v dôchodkovom veku. Závislosť neohrozovala môj výkon v zamestnaní, o to viac som to pocítil vyradením, degeneráciou a vytváraním problémov v rodine a okolí. Stával som sa nespoľahlivým a začal som už aj klamať. Doteraz mám pred očami ustarané pohľady mojej manželky a dcérky. Na tvári a chrbte ma pálili smutné pohľady synov, neviest a zaťa. Prenasledovali ma ich časté kontroly po telefóne. Okolie mi začalo byť ľahostajné, estetická a hodnotová kontrola rapídne klesla k nulovej hodnote.

Abstinenčné príznaky boli čím ďalej silnejšie a opakovali sa nemilosrdne po sebe čím ďalej, tým v kratších intervaloch. Začal som byť bezmocný a zúfalý. Moju životnú situáciu rozpálil hrozný strach zo smrti. Mal som obrovské šťastie. Doposiaľ si neviem vysvetliť, čo mi tak silno osvietilo moju myseľ. Bol som v čase nadmerného pitia alkoholu na viacerých pohreboch mladším mužom ako ja, kde som si uvedomil, že vlastne hlavnou príčinou ich smrti bolo nekontrolovateľné pitie. Tá hrozná predstava, že môžem byť hocikedy na rade, ma tak vydesila, že som pozbieral všetky sily a požiadal manželku o sprevádzanie na psychiatriu s tým, že sa chcem liečiť. Denne som dokázal vypiť také množstvo alkoholu, že pre normálneho konzumenta to bola smrteľná dávka. Dokedy však?

Počas pobytu v psychiatrickej protialkolickej liečebni som sa dozvedel, že je to diagnóza na celý život. Je to zásadné doživotné ochorenie, vyliečenie nepripadá v úvahu. Vďačím Bohu, že varovanie prišlo včas. O 5 minút 12 som si pred prahom svojho zdravia zmietol veľmi nebezpečné zdravotné riziká vzniku rakoviny a iných nevyliciteľných chorôb.

Je obdobie Veľkonočných sviatkov, spoločnosť sa zmieta v boji s pandémiou koronavírusu. Využívam tento čas domácej izolácie, aby som sa podelil s Vami, so svojimi pocitmi a skúsenosťami, ktorí ste už niečo podobné zažili. Aj s tými, ktorí majú ešte šancu sa vyhnúť tomuto ťažkému boju s drogou. Každý máme svoj kríž. V tomto období sme videli, ako ťažko sa nesie. Vždy sa nájde možnosť vstať a pokračovať.

Život v abstinencii si vychutnávam plnými dúškami. Svojím húževnatým a cieľavedomým krokom som sa stal slobodný. Prestal som byť otrokom drogy - alkoholu. V rodine začala fungovať normálna atmosféra. Obnovila sa láska, vzájomná dôvera a úcta voči jeden druhému. Spolahlivosť a krása nového života, bez utrpenia a negatívneho vplyvu na svojich blízkych a vzdialených príbuzných.

Vladislav Sedliaček