

# JEŠTĚ O ALKOHOLISMU

Většina z nás si nebyla ochotna přiznat, že jsme skuteční alkoholici. Nikdo nemá rád pomýšlení, že je tělesně a duševně odlišný od ostatních. Proto nepřekvapuje, že naše pijácké kariéry byly charakterizovány nesčítelnými a marnými pokusy dokázat, že můžeme pít jako druzí lidé. Myšlenkou, že se mu jednoho dne nějakým způsobem podaří kontrolovat vlastní pití a mít z něj požitek, je posedlý každý abnormální piják. Vytrvalost této iluze je udivující. Mnohé pronásleduje až na práh šílenství nebo smrti.

Zjistili jsme, že si musíme do hloubi duše uvědomit, že jsme alkoholiky. To je první krok k uzdravení. Musíme se razantně vypořádat s mylnou představou, že jsme jako druzí lidé nebo jimi můžeme zakrátko být.

My alkoholici jsme muži a ženy, kteří pozbyli schopnost kontrolovat své pití. Víme, že žádný skutečný alkoholik již nikdy tuto kontrolu nezíská. Každý z nás měl v určité době pocit, že se mu navrací kontrola, ale toto přechodné období – většinou kratičké – bylo vždy nevyhnutelně následováno obdobím ještě menší kontroly, což nás přivedlo do stavu žalostné a nepochopitelné demoralizace. Jsme přesvědčeni, že alkoholici našeho typu jsou v zajetí progresivní choroby. Náš stav se během času zhorší, nikdy nezlepší.

Jsme jako lidé, kteří přišli o nohy; nové jim už nikdy nenarostou. Nejeví se nám ani možnost nějaké léčby, která by z alkoholiků našeho ražení udělala lidi stejné, jako jsou ostatní.

Zkoušeli jsme všechny představitelné způsoby nápravy. V některých případech bylo vidět krátké zlepšení, po kterém vždy následovala ještě horší recidiva. Lékaři, kteří jsou obeznámeni s alkoholismem, souhlasí s tím, že neexistuje žádný způsob, jak z alkoholika udělat normálního konzumenta. Věda to možná jednou vyřeší, ale dosud se tak nestalo.

Navzdory všemu, co zde píšeme, mnozí skuteční alkoholici neuvěří, že patří do této skupiny. Klamáním sebe sama a všemožným experimentováním se budou snažit prokázat, že jsou výjimkou, která potvrzuje pravidlo, a proto alkoholiky nejsou. Klobouk dolů před člověkem, který není schopen své pití kontrolovat, ale dokáže se zcela změnit a pít s mírou! Bůh je svědkem, že jsme se velmi usilovně a velmi dlouho snažili pít jako druzí lidé!

Zde je několik metod, které jsme vyzkoušeli. Pít pouze pivo, omezit počet skleniček, nikdy nepít sám, nikdy nepít po ránu, pít pouze doma, nikdy nemít doma alkohol, nikdy nepít během pracovní doby, pít jen při oslavách, vyměnit skotskou za koňak, pít jen přírodní vína, slíbit, že podám výpověď, jestliže se v práci opiji, jít na výlet, nejít nikam, zapřísahat se na věky (se slavnostní přísahou nebo bez ní), zvýšit fyzické cvičení, číst více inspirujících knih, uchýlit se do lázní a léčeben, dobrovolně nastoupit na psychiatrické oddělení – seznam by mohl pokračovat do nekonečna.

Neradi někoho prohlašujeme za alkoholika, můžete si však celkem rychle diagnózu stanovit sami. Zajděte do nejbližší hospody a pokuste se kontrolovaně pít. Pijte a náhle přestaňte. Zopakujte si to vícekrát. Pokud jste sami k sobě upřímní, rozhodnutí vám nebude trvat dlouho. Zjištění, jak jste na tom, stojí za případnou kocovinu.

I když se to nedá dokázat, domníváme se, že většina z nás mohla na počátku pijácké kariéry přestat. Potíž je v tom, že jen málo alkoholiků dostatečně touží přestat pít, dokud je to ještě možné. Slyšeli jsme o několika případech, kdy lidé, kteří vykazovali jednoznačné znaky alkoholismu, byli schopni na dlouhou dobu přestat pít, protože po tom neodolatelně toužili.