FENIX PSYCHOTERAPIA

numer 1 (17)/2016
{styczeń-marzec}
kwartalnik
ISSN 2084-6789

egzemplarz
bezpłatny

per aspera ad astra

SPIS TREŚCI

3 — **Katarzyna Bosowska**. Ale o zo chozi? Charlie.

5 → żony, dzieci.

6 — Ostatnie wspomnienie.
9 — Kochany mój.
10 — Musiałam wybrać...
12 — Tato!
13 — Twoje picie, moje troski

14 → siostry.

15 — Bracie!

18 → wy.

19 — Za te wszystkie lata.
20 — **Michał.** Im cięższa walka, tym wspanialsze zwycięstwo.
21 — **Sławek.** Głupcy, ignoranci...
22 — List z wolki.

23 → rewers.

23 — **Adam Zeth.** Nie jest łatwo zostać alkoholikiem.
25 — **Aro.** Uwierzyć w siebie.

26 — Nic śmiesznego

Kwartalnik Fenix Psychoterapia wspierany jest przez:

Urząd Miasta Wodzisławia Śląskiego
ul. Bogumińska 4
44-300 Wodzisław Śląski

Urząd Gminy Godów
ul. 1 Maja 53
44-340 Godów

Urząd Gminy Gorzyce
ul. Kościelna 15
44-350 Gorzyce

Urząd Gminy Lubomia
ul. Szkolna 1
44-360 Lubomia

Urząd Gminy Marklowice
ul. Wyzwolenia 71
44-321 Marklowice

Urząd Gminy Mszana
ul. 1 Maja 81
44-325 Mszana

Urząd Miasta Pszów
ul. Pszowska 534
44-370 Pszów

Urząd Miasta Radlin
ul. Józefa Rymera 15
44-310 Radlin

Redakcja: Fenix.
Psychoterapia Uzależnień.
Ul. Pośpiecha 1A,
44-300 Wodzisław Śląski
e-mail: fenixterapia@op.pl

FENIX PSYCHOTERAPIA

Redaktor naczelny: Katarzyna Bosowska
DTP: Marek Tomański

Zdjęcia (okładka): Marco Michelini, Benjamin Earwicker (www.freeimages.com)
Druk: Legis. Grzegorz Lisiecki
ul. Jastrzębska 157,
44-304 Wodzisław Śląski

▪ Ale o zo chozi?

Charlie.

Katarzyna Bosowska

Kiedy Charlie był dzieckiem, często poważnie chorował. Wtedy wieczorami mama siadała przy jego łóżku i opowiadała mu o wszystkim, co działo się za oknem. Była jego całym światem. Na pamięć znał jej spojrzenie, głos, dłonie złożone na kolanach, poprawiające kołdrę, głaszczące go po twarzy. Kochał to zatroskane czoło pochylające się nad nim, gdy leżał w gorączce, ciemny kosmyk włosów opadający na policzek. Płynęła w niej romska krew. To właśnie swojemu pochodzeniu zawdzięczała pasję tańca i radości. Czerpała z życia to, co najpiękniejsze. Ciemne loki wirowały, czarne oczy odbijały marzenia ukryte na dnie duszy. Charlie uwielbiał na nią patrzeć. Zatracała się na scenie, była sobą i jednocześnie posłańcem z innego świata. Jego mama. Jego cały świat.

Nie pamiętał, kiedy tata od nich odszedł. Rodzice rozwiedli się, gdy był bardzo mały. Tęsknił za nim nocami i wtedy, gdy inne dzieci bawiły się ze swoimi tatusiami, grały w piłkę, szły między swoimi rodzicami uwieszone ich dłoni – rozgadane, szczęśliwe. Charlie wiedział, że mama nie jest szczęśliwa… robiła wszystko, żeby mu tego nie okazywać, ale on to wyczuwał. Rozśmieszała go, gdy zatrzymywał wzrok na jej zadumanym ochach, brała go w ramiona, tuliła, zabierała do pracy jak był zdrowy, a jak chory – w świat opowieści i bajek.

Małe łóżko ich pokoiku, zimno i wilgoć, coraz gorsze posiłki… te same ubrania – pocerowane jej dłońmi, podszyte płóciennymi łatami, odklejone buty… rozdarci troskami, ale razem. Gdy pytał mamę o ojca, nie chciała za wiele zdradzać. Unikała tego tematu. Gdy widział łzy w jej oczach żałował, że pytał. Charlie miał starszego brata. To od niego dowiedział się, że tata ciągle pił, odszedł od mamy i mieszka z inną kobietą i ma innego syna… tak bardzo ich wtedy nienawidził.

Mama pracowała jako aktorka gdzie tylko mogła. Była słaba i wyczerpana, coraz częściej zapadała się w ciszę mieszkania, wpatrywała się w jeden punkt na ścianie lub za oknem. Coraz częściej przerywała na długie chwile swoje opowieści… Charlie zaczął przeczuwać nieszczęście. Ale prawdziwy strach ogarnął go wtedy, gdy już nie mieli

fot. Bettina Schwehn

co jeść i za co opłacić kwatery. Przeprowadzali się do coraz mniejszych mieszkanek, w których brakowało miejsca nawet na łóżko… Mama coraz mniej do niego mówiła, coraz bardziej się oddalała… chodził z nią do pracy, gdy tylko mógł, pilnował, by bezpiecznie wróciła, by zjadła cokolwiek. Zajmował ją rozmową i próbował wywołać na jej twarzy uśmiech. Zdarzało się to czasem, ale te piękne oczy nie potrafiły się już śmiać. Umierał w nich blask. Jedynie na scenie przeobrażała się w ptaka, podrywała się do lotu, wznosiła ponad nędzę życia.

Dziś była jeszcze bardziej smutna. Z pochyloną głową, szła trzymając go za rękę. Była chora, źle mówiła, wydawało się, że jest rozpalona gorączką. Na deskach teatru czekał ją występ. Nie mogła nie pójść. Nie mogła nie kupić swoim synom chleba. Weszli do teatru. Charlie jak zwykle stał za kurtyną i patrzył na mamę. Wyobrażał sobie, że jadą razem w świat, podróżują, mieszkają w pięknych domach i jedzą wspaniałe dania. Jego mama nosi kolorowe kapelusze, śmieje się do zdjęć. Patrzył na nią i widział jak śpiewa, jak tańczy. Czuł razem z nią, że nie należą do tego świata, w którym muszą żyć. I nagle… nagle coś się stało! Mama pochyla się gwałtownie do przodu, prawie upada…! Traci głos! Rozgląda się przerażona, próbuje wziąć się w garść… ale jest coraz gorzej i gorzej… publiczność zaczyna się denerwować, szeptać, ktoś wstaje… mama przerywa wy-

stęp, a jego ramię ściska czyjaś żelazna dłoń! Ktoś rozchyla kurtynę i siłą wpycha go na scenę! - Graj za nią! – syczy mu do ucha. – no już! Otumaniony chłopiec wpada na scenę, mama wychodząc spogląda na niego z czułością… uśmiecha się najpiękniejszym uśmiechem. Szepcze do niego – zrób to, czego cię uczyłam kochanie… i Charlie gra… gra tak jak ona. Ludzie wstają, dają owacje… Charlie ma przecież dopiero pięć lat…

Nie pamięta jak wrócili do domu, czy ktoś ich podwiózł, czy szli wieczorem pustymi chodnikami. Pamięta tylko emocje, strach, radość, oszołomienie. Pamięta, jak mama płakała tuląc go do siebie, jak mówiła, że bardzo go kocha, że jest z niego dumna. Jednak następnego dnia nie wróciła już do pracy… niepotrzebna nikomu, wyrzucona na bruk nie chciała jednak się poddać. Całymi dniami szukała jakiegoś zajęcia. Miała dorywcze prace, ale coraz mniej sił… Któregoś dnia zamknęli mieszkanie i z jedną walizką poszli do przytułku dla biedaków… Charlie i jego brat Sydney zatrudnili się do pomocy w warsztacie samochodowym, aby móc mieszkać z mamą, aby wykupić jej leki… ale to nie wystarczyło. Gdy zostali odebrani mamie i umieszczeni w domu dla ubogich sierot ich świat legł w gruzach. Mama nie mogła tego znieść, błagała swojego byłego męża, by zabrał chłopców do siebie. I pewnego dnia rzeczywiście tak się stało. Obcy mężczyzna pojawił się w sierocińcu. Bez słowa zabrał Charliego i Sydneya… do ich nowego piekła. Macocha nigdy ich nie zaakceptowała. Wściekła i zazdrosna, żałowała im wszystkiego co możliwe: jedzenia, wody, miejsca do spania. Wyrzucała na bruk i nie wpuszczała przez kilka dni na noc do domu. Ojciec pijany i brudny nie widział niczego innego prócz butelki wódki.

Uciekli. Sydney dostał pracę trębacza na statku wycieczkowym. Charlie nauczył się radzić sobie sam. Brat wrócił jednak po niego, by zająć się samotnym chłopcem, który każdego dnia biegł do przytułku by popatrzeć na mamę, zamienić z nią słowo… grywał na ulicach, żebrząc o każdy grosz. Gdy miał 12 lat ojciec zapił się na śmierć. Charlie nie płakał. Nauczył się walczyć o przetrwanie, o siebie. Żył dla mamy, chciał uzbierać pieniądze, by zabrać ją do domu… nie zabrał. Widział, jak odwozi ją ambulans. Już nigdy więcej jej nie zobaczył… zamknięta w szpitalu psychiatrycznym z powodu załamania nerwowego umarła niedługo potem.

Charlie zaczął grać. Chciał zachować ją w sobie. Nie zaprzepaścić tego, co od niej otrzymał. Gdy grał był z nią. Głaskała go po włosach i opowiadała o świecie za oknem. Gdy grał obserwował ją zza kurtyny. Nie pozwalał jej odejść. Stawał się coraz lepszy, zauważany przez sławnych dyrektorów i reżyserów. Zaczął występować w filmach, na deskach teatru. Był świetny w komediowych rolach – nic tak przecież nie skrywa rozpaczy, jak maska klauna… bezpieczna, jednoznaczna. Był człowiekiem – kotem, dżentelmenem, złodziejem. Bez znaczenia kim. Bez niej – pustym ciałem, cieniem, powłoką. Aktorem. Aż do momentu, gdy jeden z producentów zdesperowany brakiem pomysłów na filmowe gagi wypchał Charliego do garderoby, by ten coś wymyślił… Charlie złapał wtedy najgorsze ubrania, za duże buty, kapelusz i laskę. Wybiegł na scenę udając trampa – żałosnego dżentelmena o dobrych manierach budzącego swą nędzą powszechny śmiech…
Czy to wtedy stał się rzeczywiście sobą? Przecież ta postać przylgnęła do niego jak skóra. Z nią był już zawsze utożsamiany. Kogo zagrał w życiowych rolach? Siebie czy matkę, biedną aktorkę – zdolną i piękną, porzuconą przez męża pijaka, osamotnioną w przytułku. Charlie się nie poddał. Poniósł w życie to, czego ona go nauczyła. W swoich filmach nie chciał dźwięku.

Gdy postęp kinematografii ogłuszył świat on nagrał nieme „Światła wielkiego miasta", które odniosły olbrzymi sukces. Pisał piosenki, a „Smile" śpiewał nawet Michael Jackson wielbiciel jego talentu. Charlie otrzymał honorowego Oscara i Nagrodę Pokoju, natomiast za całokształt dokonań w 1975 roku został odznaczony brytyjskim orderem szlacheckim.

W życiu prywatnym błąkał się po bezdrożach szukając miłości - czterokrotnie żonaty, był wielokrotnie ojcem. Wydaje się, że dramat ze sceny stał się po części dramatem jego wyborów. Nawet śmierć nie dała mu szans na stały dom – pochowany w 1977 roku na cmentarzu w Szwajcarii został wykradziony z grobu dla okupu za ciało. Minęło wiele dni, nim znaleziono jego porzucone zwłoki w polu kukurydzy… Pochowano go ponownie, tym razem w betonowym grobie.

Groteskowe życie? Dramatyczne? Jednocześnie bohaterskie i wielkie. Mały chłopczyk o wielkim sercu i talencie przekazanym przez matkę. Przeszedł tyle splątanych dróg. Tyle skrzyżowań. Jego serce umierało tyle razy.
Mały NIKT. Wielki aktor, reżyser, człowiek. Wielki talent. Szedł przez życie z mottem, którego jest autorem:

Na najważniejszych skrzyżowaniach życiowych nie stoją żadne drogowskazy.
Charlie Chaplin.

http://www.tekstowo.pl/piosenka,charlie_chaplin,smile.html

Katarzyna Bosowska

Kierownik Poradni,
kierownik oddziału psychoterapii
w Wojewódzkim Ośrodku Leczenia
Uzależnień w Gorzycach,
biegły sądowy w przedmiocie
uzależnienia od alkoholu,
certyfikowany specjalista
psychoterapii uzależnień

fot. Militaru Alin Cristian

żony,
dzieci.

▪ Ostatnie wspomnienie

fot. Irum Shahid

Mam Ci napisać jaki byłeś kiedy piłeś. Nie jest to łatwe, bo przez dwadzieścia lat naszego małżeństwa stosowałem „metodę wyparcia". Bardzo chciałam być szczęśliwa a to było najprostsze – nie widzieć, nie słyszeć, nie pamiętać, nie zauważać, wyprzeć ze świadomości, nie widzieć problemu. To się czasami udaje. Mnie się udawało dość długo.

Więc teraz muszę sobie przypomnieć, to o czym nie chcę pamiętać. A grzebanie w pamięci może być bardzo niebezpieczne, ale skoro może Ci pomóc – spróbuję.

Jaki byłeś? Obrzydliwy. Obrzydliwy, wstrętny i bardzo wulgarny.

Piłeś od początku naszego małżeństwa, nawet wcześniej, jeszcze przed ślubem. Wielokrotnie się zdarzało, że umawialiśmy się a Ty nie przychodziłeś. Wymyślałeś potem jakieś wytłumaczenia, a ja dowiadywałam się od kolegów z którymi piłeś, że było inaczej.

Pamiętam też dokładnie te Wasze imprezki po pracy w firmie. Ja siedziałam w domu z naszym dzieckiem, praktycznie odcięta od kontaktu z ludźmi, a Ty bawiłeś się z kolegami. Pamiętasz jak kiedyś wróciłeś i nieomal obciąłeś sobie palec na maszynce do krojenia chleba? Nie umiałam zatamować krwi. Leciała i leciała, a Ty byłeś prawie nieprzytomny z picia. Do lekarza mogłeś pójść dopiero następnego dnia. Albo jak po innej imprezie zgubiłeś zegarek i taki piękny nowy sweter. Tak bardzo się cieszyłam kiedy Ci go kupowałam, tak bardzo chciałam żebyś ładnie wyglądał. Nie nacieszyłam się długo – tydzień, dwa?

Dobrze pamiętam dzień, kiedyś przeprowadziliśmy się do Twojej mamy. Nie mieliśmy tego w planach, po prostu tak się złożyło i nie było innego wyjścia. Twoja mama nie była tym zachwycona. Czułam się okropnie, byłam potwornie zmęczona, bo poganiani przez mamę rozpakowaliśmy cały nasz dobytek w jeden dzień. Czułam się tam obco, bardzo samotna i bardzo nieszczęśliwa. A Ty gdzieś zniknąłeś. Położyłam Magdę spać w nowym miejscu i bardzo potrzebowałam Twojej obecności. No i przyszedłeś. Kompletnie pijany. Spiłeś się gdzieś w piwnicy prawie do nieprzytomności. A ja liczyłam na to, że mnie przytulisz i powiesz że wszystko się ułoży. Niestety, myślałeś tylko o sobie. Tak było we wszystkich ważnych chwilach: Ty zapijałeś stres a ja zostawałam z nim sama. Najbardziej Twoje picie pamiętam z czasów gdy mieszkaliśmy na osiedlu. Magda zaczynała podstawówkę, ja studiowałam a Ty piłeś. Fakt, że pracowałeś też wtedy bardzo dużo. Pamiętam, że byłam wtedy nieustannie, potwornie zmęczona. Studia pochłaniały mi dużo czasu. Musiałam się przyłożyć, żeby poradzić sobie z matematyką, statystyką, ekonometrią. Magdzie trzeba było poświęcać sporo czasu żeby nauczyła się uczyć. Chodziłam do pracy na szóstą, wstawałam po czwartej rano, a Ty wracałeś prawie codziennie w środku nocy i prawie nigdy trzeźwy. Byłam wtedy ciągle niewyspana. Bo jaki to sen, kiedy się czuwa kiedy przyjdziesz i czy będziesz bardziej, czy mniej pijany. Potem tłukłeś się długo w kuchni a kiedy już przyszedłeś się położyć,

to potwornie chrapałeś i znów nie mogłam spać. Skoro wtedy pracowałeś, to dlaczego wracałeś pijany? Kiedy próbowałam się do Ciebie dodzwonić, po prostu wyłączałeś telefon. Czułam się wtedy taka bezsilna, zła, sfrustrowana, pogardzana i lekceważona. I wiem z jakim komentarzem wyłączałeś telefon, kiedy widziałeś kto dzwoni. Tak było dzień po dniu, tydzień po tygodniu, miesiąc po miesiącu. Po jednym z takich nocnych powrotów uderzyłeś mnie w twarz. Pamiętasz to? Ja tak, bardzo dobrze. To prawda, że to ja pierwsza podniosłam na Ciebie rękę. Byłam na granicy wytrzymałości, a Ty mnie uderzyłeś. Następnego dnia nawet o tym nie pamiętałeś. Bardzo się wtedy Ciebie bałam.

Kiedy byłeś pijany stawałeś się potwornie wulgarny i głośny. Kiedyś u znajomych na urodzinach poszedłeś na balkon zapalić z Adamem. Rozmawiałeś z nim tak głośno i tak bardzo przeklinałeś, że sąsiadka mieszkająca obok zadzwoniła żeby Cię uciszyć. Strasznie się wtedy wstydziłam za Ciebie. Zawsze gdy byłeś pijany zasypiałeś tam gdzie usiadłeś. Zasypiałeś taki pijany, brudny, cuchnący, czasami nagi, bo zdążyłeś się rozebrać, ale na ubranie się już Ci brakło sił. Patrzyłam wtedy na Ciebie i czułam wstręt. Wstręt i obrzydzenie. Chrapałeś, z ust Ci ciekło, miałeś taki tępy wyraz twarzy. Wtedy zastanawiałam się kim jesteś? Jak to jest możliwe, że ten obrzydliwy pijak to Ty?

Bo kiedy byłeś trzeźwy, byłeś świetnym facetem. Dowcipny, inteligentny, oczytany. Znałeś tyle słów, których ja nie znałam, wiedziałeś tyle rzeczy, z taką łatwością rozwiązywałeś najtrudniejsze krzyżówki, świetnie grałeś w brydża. Jak to jest możliwe żeby tak się zmieniać? Dr Jekyll i Mr Hyde. Niestety dla mnie częściej Mr Hyde. I ciągle kłamałeś, bezustannie. W sprawach dużych i małych. To było okropne. Prosiłam żebyś nie pił, a Ty patrząc mi w oczy mówiłeś że dobrze, że już nie będziesz, wypiłeś już ostatnie piwo i koniec, a za plecami trzymałeś otwartą butelkę z piwem. Ledwo się odwracałam a Ty je wypijałeś. A potem następne i następne. A gdy zabrakło, to do sklepu uzupełnić zapasy. Te kłamstwa, to było coś okropnego. Tego najbardziej nienawidziłam – notorycznego kłamstwa.

Ale najgorsze lata, to te ostatnie, kiedy zamieszkaliśmy na wsi. Wtedy już piłeś tylko w domu ale za to bez przerwy. Na okrągło. Kiedy teraz wchodzę do piwnicy i widzę te worki z puszkami i butelkami i kiedy pomyśle ile pieniędzy przepiłeś, to chce mi się krzyczeć ze złości.

W pierwszy roki, kiedy już skończył Ci się zapał do remontowania, gdy wracaliśmy do domu – ja z pracy a Magda ze szkoły, Ty leżałeś pijany na kanapie. Pijany, brudny i śmierdzący. Przepiłeś wtedy resztę pieniędzy, które zostały ze sprzedaży mieszkania. Pracowałeś tylko wtedy gdy ktoś zadzwonił. O ile odebrałeś telefon, bo często Ci się nie chciało. I to było największe oszustwo wobec mnie. Bo razem podjęliśmy decyzję o kupnie domu, razem mieliśmy go remontować,

razem spłacać kredyt. A Ty zostawiłeś mnie z tym wszystkim samą. Robiłeś cokolwiek tylko po awanturach. Musiałem Cię przekupić garnkiem rosołu, żebyś zechciał otynkować wejście do domu. Wtedy to jeszcze było śmieszne. Dach naprawiłeś, kiedy się już z niego lało jak z cebra, trawę kosiłeś po moich krzykach. A w garażu Eldorado. Piwo pochowane po różnych zakamarkach. Zastanawiałam się czemu tyle czasu tam spędzasz i jak to możliwe, że tylko tam masz porządek.

fot. Carlos Aguiar

Kiedy przeprowadziliśmy się na wieś miałam nadzieję, że z powodu dużej odległości do sklepu przestaniesz pić. No bo gdzie kupisz następną butelkę? Ale niestety, może sklep był daleko, ale bar blisko. Chodziłeś do niego zataczając się po ulicy i zaczepiałeś po drodze sąsiadów. Wstydziłam się za Ciebie. Miałam nadzieję, że nikt mnie z Tobą nie skojarzy.

Wiesz co jest jeszcze okropne kiedy jesteś pijany? Twoje człapanie. Człapiesz boso po domu, rzuca Cię po ścianach, bo nie umiesz utrzymać równowagi. To człapanie jest tak strasznie irytujące. I sikanie do łóżka. Ja pamiętam raz, ale sądząc po odorze przytrafiało Ci się to niejednokrotnie. Byłeś tak pijany, że nie byłeś w stanie zapanować nad pęcherzem. Właśnie ten odór, smród byle jakiego piwa, tanich papierosów i niemytego ciała, przez te ostatnie – najgorsze dwa lata, były tym, co uderzało zaraz po wejściu do domu. Jeszcze teraz nie umiem się go pozbyć ani umyć ani wywietrzyć. Wżarty w ściany, dywany i meble. Poza tym wszędzie powypalałeś papierosami dziury. Kompletny brak poszanowania tego, czego wspólnie się dorobiliśmy. Co kupiliśmy za ciężko zarobione pieniądze.

Nienawidziłam jeszcze tego, że wypijałeś mi każdy alkohol jaki miałam. Przez całe lata nie mogłam mieć nic, bo zawsze znalazłeś, ukradłeś, wypiłeś. A ja czasami też miałam ochotę na odrobinę brandy, koniaku czy likieru. Dostawałam różne fajne alkohole w prezencie i cieszyłam się, że kiedyś wieczorem będę się mogła napić. I znajdowałam pustą butelkę. Nawet teraz niedawno zabrałeś Magdzie resztę wina.

A już kompletnie nieodpowiedzialna była Twoja jazda autem po pijanemu. Zataczałeś się idąc do auta, wsiadałeś całkiem pijany i jechałeś kupić następne piwo. Naprawdę całe stado Aniołów Stróżów musiało nad Tobą czuwać, że nic złego nie stało się Tobie ani nikomu innemu. Chyba że jest coś, o czym nie wiem. Ale to też by mnie nie zdziwiło. Uważam, że najgorsze jest to, że zupełnie straciłeś kontakt z Magdą. Zraziłeś ją do siebie tak bardzo, że aż sama nie jestem w stanie tego ogarnąć. Ona nie chce o Tobie nic wiedzieć, nie chce o Tobie słyszeć. Mówi: „nie interesuje mnie to". Odcięła się od Ciebie zupełnie. Nie wiem czy uda Ci się to naprawić. Bardzo dużo jest w niej goryczy, żalu, niechęci i zawodu. Jej też jest z tym bardzo ciężko.

To tyle, nie chcę więcej o tym myśleć. Nic więcej sobie przypominać. To nie jest miły list, ale mam nadzieję, że jakoś pomoże. Tylko pamiętaj, to jest tylko jedna strona medalu, a zawsze są dwie.

Pozdrawiam Cię i naprawdę życzę powodzenia.

▪ Kochany mój

Trudno mi pisać do Ciebie list, bo trudno mi wyrazić to co czuję gdy otwierasz kolejną puszkę piwa. To taj jakbyś wbijał kolejną igłę w moje serce. Nasze wspólne życie nie trwa długo, ale nie było w nim dni trzeźwych. Moja ciąża, ciężki czas dla mnie a Ty byłeś daleko i topiłeś żal w alkoholu. Narodziny małego. Byłeś z nami, ale był też alkohol. Nie wiem, ale moja radość z narodzin mieszała się ze strachem, że gdy będziesz pijany zrobisz krzywdę dziecku, temu maleństwu, które jest tak bezbronne.

Cały czas zadaję sobie pytanie: czy aby na pewno kochasz? Skoro wybierasz coś innego. Może z nami jest Ci po prostu dobrze, a kochasz zapach i smak alkoholu?

Nie chcę budzić się w nocy i otwierać okna, żeby nie czuć smrodu! Nie chcę się odwracać od Ciebie, żeby nie czuć Twojego zapachu!

Moim marzeniem jest szczęście mojego-naszego syna, chcę aby on wiedział że jest tata, że może na niego liczyć. Chcę żeby kiedyś powiedział, że kocha tatę a nie bał się Ciebie i obawiał się że Cię zdenerwuje.

W życiu będziemy mieli wiele problemów i trudnych chwil. Chciałabym wiedzieć że w tym momencie mogę do Ciebie powiedzieć: mamy problem, jak go rozwiążemy? Razem damy radę.

Na całym świecie alkohol jest, był i będzie, ale jeżeli tego chcesz możesz znaleźć inny cel w życiu. Zrobisz to wyłącznie dla siebie, żeby inni byli szczęśliwi przy Tobie.

Kocham Cię i będę Cię zawsze i wszędzie wspierać w Twoim nowym lepszym życiu.

Nigdy nie jest za późno
żeby zacząć od nowa,
żeby pójść inną drogą i
jeszcze raz spróbować.
Nigdy nie jest za późno,
by na stacji złych zdarzeń,
złapać pociąg ostatni i
dojechać do marzeń

▪ Musiałam wybrać...

Mam napisać o Twoim piciu i o tym jaki byłeś. To okropnie ciężkie dla mnie. Tyle lat, tyle wspomnień, mam napisać o tych złych i nawet nie wiem od czego zacząć. Chyba od tego, że odkąd się znamy zawsze lubiłeś alkohol i otaczałeś się głównie ludźmi którzy pili. Na początku jakoś tego nie widziałam, ale czasem zaczęło to mieć wpływ na nas i na nasze życie. Najpierw wyskoki na piwo z kumplami, które trwały godzinami. A ja czekałam i czekałam i było mi przykro. Potem było coraz gorzej. Pamiętam święta Bożego Narodzenia u Twoich rodziców, oczywiście był alkohol. Ania była mała, wróciliśmy i poszedłeś po papierosy i już nie wróciłeś. Prawie całą noc piłeś w barze – w święta.

Potem któraś rocznica naszego ślubu. Czekałam, nie odbierałeś telefonu. Dopiero po 22 zadzwoniłeś pijany, że jesteś u kumpla i jego żony i pijecie i że może bym przyjechała. Wczasy - to samo. Było fajnie, dopóki się nie napiłeś. Pokłóciliśmy się wtedy a Ty na oczach wszystkich chlusnąłeś mi piwem prosto w twarz. Potem sam przyznałeś, że zrobiłeś to celowo, żeby móc się wyrwać z kumplem do miasta na dyskotekę. Kolejne wczasy i ta sama sytuacja – upiłeś się i w środku nocy wsiadłeś w samochód. Biegłyśmy za Tobą razem z Anią, a Ty wjechałeś w bramę. Ania myślała, że się zabiłeś, krzyczała i płakała. Już miałam po wczasach.

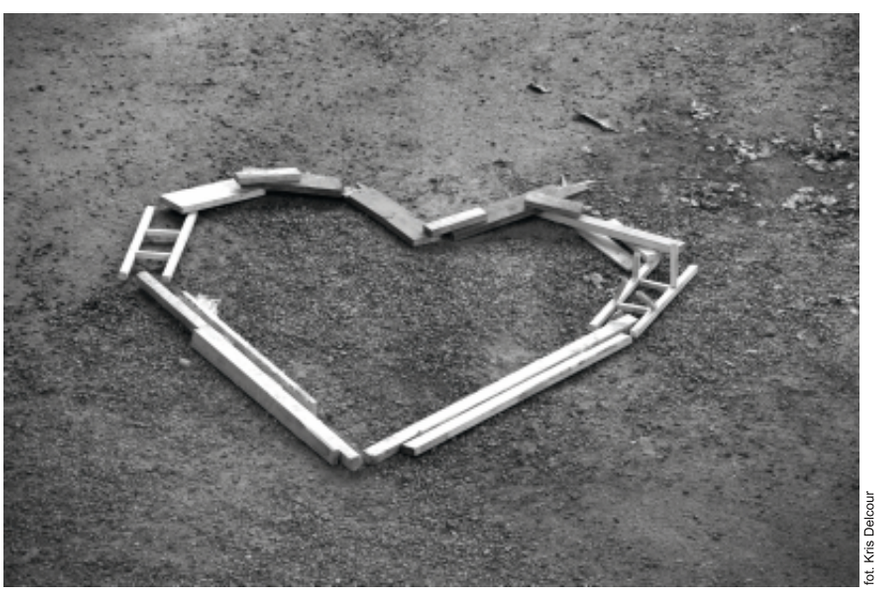
Wystarczył byle telefon od kumpla i już Cię nie było. Znikałeś niby to na chwilę coś ważnego załatwić, potrafiłeś mi prosto w oczy obiecywać że zaraz wrócisz. Kończyło się zawsze tak samo. Ledwo wyszedłeś kontakt z Tobą się urywał. Wydzwaniałam po kilkanaście razy, stałam w oknie po porę godzin, nie odbierałeś telefonów ode mnie. Czasem gdy udało mi się dodzwonić, to nie chciałeś nawet rozmawiać ze mną; było słychać jak dobrze się bawisz. Dopiero gdy już się upiłeś, to dzwoniłeś do mnie w środku nocy, że jesteś pijany, że nie wiesz gdzie jesteś, żebym Ci pomogła, itp. Wracałeś i jeszcze miałeś pretensje do mnie, że jestem idiotką, bo np. nie wiem gdzie zostałeś napadnięty. Czy że byłeś na policji, czy na pogotowiu i zrobiłeś mi o to awanturę, że nic mnie to nie obchodzi co Ci się przydarzyło. Nieraz wracałeś w takim stanie, że padałeś na podłogę w przedpokoju w kurtce i butach i tak spałeś. Raz jacyś faceci przyprowadzili Cię i wrzucili prosto do łóżka. Często byłeś tak pijany, że zasypiałeś w toalecie i godzinami nie mogłyśmy z niej skorzystać.

Kolejne lata i ciągle kolejne dramaty i tragedie spowodowane piciem. Zacząłeś wpadać w ciągi alkoholowe – to było najgorsze. Wtedy nie interesowało Cię nic. Traciłeś pracę za pracą, piłeś tygodniami, a potem już miesiącami. Działy się straszne rzeczy. Raz sparaliżowało Ci nogi. Przybiegła Twoja mama, przyjechało pogotowie. Innym razem wymiotowałeś krwią, jeszcze innym miałeś strasznie wysokie ciśnienie i bóle w klatce piersiowej. Doprowadzałeś się do takich stanów, że wracając do domu bałam się czy żyjesz. Ciągle pogotowie albo szpital. Potem Twoje kolejne obietnice i ciągłe zapewnienia, że to był ostatni raz. Przestałeś panować nad piciem i nad sobą. Zmieniłeś się, stałeś się innym człowiekiem: nieodpowiedzialnym, niesłownym, wybuchowym. Pijąc nieustannie mnie obrażałeś, poniżałeś. Ciągle słyszałam jaką jestem idiotką, kretynką, tępą wieśniaczką. Ciągle słyszałam, że jestem szmatą, że mam kochanka, że się puszczam w pracy. Nieraz po nieprzespanej nocy szłam do pracy a Ty leżałeś w łóżku, piłeś i wołałeś: „to miłego seksu w pracy!". Szłam do pracy i płakałam po drodze.

Ostatnie kilka lat naszego życia to był dramat. Wszystko kręciło się wokół Twojego picia. Miesiącami

piłeś, leżałeś w łóżku i wstawałeś tylko po to, żeby kupić sobie alkohol. Nie dbałeś już o nic ani o pracę, ani o nas, nic Cię nie obchodziło, że nie ma pieniędzy, że chodzę pożyczać pieniądze od babci czy od koleżanek, że nie ma zakupów, że pralka nie działa i parę miesięcy noszę brudne rzeczy w torbie do babci i tam je piorę. Najważniejsze było ile Ty masz alkoholu i kiedy i za co kupisz sobie następny. Całymi dniami piłeś i spałeś, a w nocy nie dawałeś nam spać. Nie było spokoju. Chodziłeś i szukałeś zaczepki, włączałeś światła, muzykę, trzaskałeś drzwiami i prowadziłeś kłótnie. Byłyśmy wiecznie niewyspane i nieprzytomne rano. Nie raz nie spałyśmy do 4 czy 5 i rano musiałam dzwonić do pracy, że jestem chora, bo nie byłam w stanie tam iść. Ania miała anginę, 40 stopni gorączki, musiałam wziąć opiekę nad nią, bo chociaż nie pracowałeś i byłeś w domu, to byłeś pijany. W nocy dzwoniłam na pogotowie, bo temperatura jej rosła, a Ty pijany słuchałeś głośno muzyki do 4 nad ranem. Ja spałam obok jej łóżka wtedy na podłodze. To samo noc przed egzaminem na prawo jazdy. Całą noc była awantura, wrzaski do 4 nad ranem. Rano Ania była w takim stanie, że zrezygnowała i nie pojechała. Ostatni Twój ciąg był najgorszy. Doprowadziłeś się do takiego stanu, że już w ogóle nic Cię nie interesowało oprócz picia. Przestałeś zupełnie jeść, potem dbać o siebie, golić się, brać prysznic. Zdarzało Ci się zwymiotować do łóżka. W sypialni leżałeś zasypany puszkami po piwie, nawet ich nie wyrzucałeś. Potem gdy już się wyprowadziłeś, to ja z Anią sprzątałyśmy to wszystko i było tam około 200 puszek po piwie, nie licząc puszek pochowanych po całym mieszkaniu, nawet w łazience i na balkonie!

Prosiłam Cię i bezustannie namawiałam na leczenie, na wizytę u lekarza w domu, że wezwę pogotowie. Na nic się nie zgadzałeś, uważałeś że każdy kto mówi o Twoim problemie jest głupi, nie zna się i niczego nie rozumie. Dałam Ci ultimatum, że albo się zgodzisz na leczenie, albo chcę rozwodu. Śmiałeś mi się w twarz i mówiłeś że mam się rozwodzić, bo przeze mnie pijesz, że zmarnowałam Ci życie. Nie poszedłeś na leczenie, wyprowadziłeś się do kumpla alkoholika a ja złożyłam pozew o rozwód. Zamiast nas ratować, dwa miesiące piłeś z nim non stop i dzwoniłeś do mnie co noc kompletnie pijany. Potem się rozchorowałeś i dwa miesiące spędziłeś w szpitalu. Nie byłam w stanie dłużej tak żyć, nasza córka również. Miałeś kochającą rodzinę, ale nie zależało Ci na niej, nikt nie był w stanie namówić Cię do leczenia. Odbyła się rozprawa rozwodowa, pierwsza a ostatnio druga, na której był Twój adwokat i Cię reprezentował. Sąd wziął pod uwagę Twój wieloletni problem z alkoholem i postanowił o rozwodzie. Wierz mi, że to było dla mnie bardzo trudne, bo zawsze z całych sił walczyłam o Ciebie, ale przegrałam z Twoim nałogiem. Ty wybrałeś picie i ja też musiałam wybrać. Szkoda, bo jesteś dobrym i wartościowym człowiekiem i wierzę, że wygrasz z piciem. Życzę Ci tego szczerze.



fot. Kris Delcour

▪ Tato!

Od momentu gdy poznaliście się z mamą, wszystko zaczęło się układać. Miałam ojca, który ma dla mnie czas, poświęca mi całą swoją uwagę, troszczy się i opieprza kiedy trzeba. Nauczyłeś mnie, że gdy pojawia się problem, wystarczy porozmawiać. Zresztą, zawsze mówiłeś że jakby coś, to rozmową można wszystko załatwić.
Do sedna…
Gdy zacząłeś pić z początku nie widziałam w tym nic złego, przecież każdy raz na jakiś czas lubi się napić. Wszystko jest dla ludzi, tyle że z umiarem. A Ty po jakimś czasie zapomniałeś co słowo „umiar" znaczy. Zaczął się pewien schemat: wstałeś – piłeś – kładłeś się spać – wstawałeś – piłeś. I tak w kółko. Pewnie myślałeś, że niczego nie widzę, nie zauważę. Duży błąd. Wiesz doskonale, że dużo widziałam będąc dzieciakiem. Pijany ojciec, babcia, dziadek. Takie obrazy, szczególnie widziane przez kilkuletnie dziecko, zostawiają ślad na psychice. Z początku myślałam, że naprawdę dasz radę uporać się z piciem, ale zacząłeś kłamać że nie pijesz. Szkoda, że nawet ja byłam przez Ciebie okłamywana. A wiedziałeś, że stoję za Tobą. Rozmowa z Tobą była żadna. Ja swoje a Ty? Cisza. Obrażanie się. Wstawałeś i wychodziłeś albo twierdziłeś że przesadzam. Przykre jest to, że wszystko co mówiłam odbijało się echem. Jednym uchem wpuszczałeś to co mówiłam, drugim wypuszczałeś. Nie wiem jak było odbierane to co mówiłam, bo bardzo rzadko się do tego odnosiłeś. Myślałam, że moje gadanie przyniesie jakikolwiek skutek, bo podobno mam na Ciebie największy wpływ. Zaczęły się kłamstwa, chowanie alkoholu, butelek, puszek po nim. Sam na własne życzenie się skończyłeś. Mówiłeś, że wszystko pod kontrolą, nad wszystkim panujesz, że jak będziesz chciał, to przestaniesz pić ot tak. Przeliczyłeś się, bo alkoholizm to trudny zawodnik do pokonania. Bez pomocy mało kto sobie da radę. Pewnie nie pamiętasz sytuacji, gdzie siedziałeś na krześle pijany jak biszkopt, a do mnie podeszła ciotka mówiąc, że się stoczyłeś, masz problem, że jak nie piłeś byłeś innym człowiekiem. Przykro było tego słuchać, tym bardziej że całą rodzina chcieliśmy Ci pomóc. Ale Ty tej pomocy nie chciałeś, nie umiałeś przyjąć. Wstyd mi było za Ciebie. Wypiłeś i twarz zmieniała Ci się od razu: mętne oczy, nieobecne, wory pod oczami, opadające policzki. A Ty dalej myślałeś, że nic pod Tobie nie widać. Najbardziej zdenerwowana i przerażona byłam wtedy, gdy dostałeś ataku delirki. Nigdy nie widziałam czegoś takiego, więc uwierz, uwierz że wszyscy byliśmy przerażeni. Jak za pierwszym razem zdecydowałeś się na leczenie, byliśmy zadowoleni, że chcesz, że widzisz problem, a to już połowa sukcesu. Wróciłeś, było dobrze. Zaczęło się układać. Podjąłeś prace, wszystko szło ku dobremu. Dopóki nie zacząłeś „się sprawdzać". Twoje sprawdzanie doszło znowu do tego, że byłeś nieobecny, mało rozmowny. Pamiętasz rozmowę przy ognisku? Co Ci wtedy powiedziałam? Biologiczny ojciec miał nas w poważaniu. Nie zajmował się nami, nie interesował się. A Ty wychowałeś mnie i mojego brata. Pokazałeś, że najważniejsze jest to, że mamy siebie, wspieramy się i w ogóle. Ty jesteś naszym Tatusiem! Po ostatniej wizycie u Ciebie zauważyłam, że jesteś już inny. Uśmiechnięty, gadatliwy. Już nie mówisz, że „się postarasz", żeby było dobrze, tylko że „będzie dobrze". Wszyscy w to wierzymy. Jesteśmy z Tobą. Trzymamy kciuki. Czekamy na Ciebie i tęsknimy.

fot. Krisztián Hoffer

▪ Twoje picie, moje troski

fot. Tim Van Damme

Odkąd pamiętam mój tata pije. Nieraz były takie sytuacje, że upijał się przez cały tydzień, dzień w dzień i doprowadzał się do takiego stanu, że nie mógł ustać o własnych siłach. Zawsze wtedy awanturował się z mamą. Jak dziecko nasłuchałam się z rodzeństwem, jak tata wulgarnie odnosił się do mamy. Gdy tata nie wracał na czas z pracy do domu, to wszyscy już wiedzieli że przyjdzie pijany.

Razem z siostrą, będąc dziećmi, trzęsłyśmy się ze strachu a teraz, już jako dorosłe kobiety jesteśmy nerwowe. Nie potrafimy z nim rozmawiać spokojnie, tylko w nerwach, często podnosząc głos, zwłaszcza siostra. Nie mogę patrzeć na tatę kiedy jest pijany, bo od razu jestem zła, wszystko mnie denerwuje i mam ochotę wykrzyczeć mu prosto w twarz, jak bardzo go nienawidzę kiedy jest w takim stanie, ale wiem że to nic nie da. Mój tata nie jest złym człowiekiem, wręcz przeciwnie, jest jak „do rany przyłóż", ale tylko wtedy gdy jest trzeźwy. Wcześniej bywało, że nawet miesiąc potrafił nie pić alkoholu, pomijając od czasu do czasu jedno, dwa piwa.

Notorycznie kłamie i manipuluje rodziną. Osoby, które nie znają go dobrze bądź nie widzieli go pijanego, zawsze go chwalą, że jest w porządku i można na nim polegać. Ponieważ gdy jest trzeźwy, to naprawdę jest dobrym mężem i ojcem. Wszyscy go kochamy i chcemy dla niego jak najlepiej. On nie rozumie, że przez jego nałóg wszyscy cierpimy. Dla taty picie alkoholu to miło spędzony czas z kolegami czy zaspokojenie pragnienia w czasie pracy w polu. Tylko to nie kończy się nigdy na jednym piwie czy butelce wódki; potem cała rodzina się za niego wstydzi.

Nieraz koledzy w szkole śmiali się, że widzieli tatę w upojeniu alkoholowym leżącego w rowie czy ledwo trzymającego się na nogach. Było mi wtedy bardzo przykro i wstydziłam się za mojego ojca.

Przez ostatnie kilka lat jest coraz gorzej. Kilka razy wylądował w szpitalu, ponieważ w stanie upojenia alkoholowego przewrócił się i uderzył w głowę. Wiele razy przychodził pobijany do domu. Były sytuacje, że tatę ktoś przyprowadzał do domu, bo leżał na drodze.

Mamy nadzieję, że nasz tata, mąż i dziadek uświadomi sobie że przez swoją chorobę krzywdzi rodzinę, która bardzo go kocha.

Drogi tato, wierzymy że weźmiesz to sobie wszystko do serca, zrozumiesz że masz problem z alkoholem i będziesz walczył, bo wiemy że potrafisz. Gdy wrócisz do domu, dla nas to wszystko zmieni się na lepsze. Bardzo Cię kochamy i wspieramy całym sercem i modlitwą. Przeszłości już nie zmienisz ale przyszłość jak najbardziej. Nie pozwól aby Twoje wnuki dorastały widząc Cię pijanego, tylko trzeźwego, zawsze uśmiechniętego i kochającego dziadka.

siostry.

▪ Bracie!

Trudno mi pisać o Twoich słabościach i porażkach, raczej wolałabym cieszyć się z Twoich sukcesów. Niestety obserwując Ciebie przez około 45 lat mojego życia dostrzegam jak spadasz z równi pochyłej coraz niżej. Cała rodzina ubolewa nad tym „co się stało z Gienkiem".
Będąc nastolatkiem byłeś ambitnym, pracowitym i oszczędnym chłopakiem. Zaradny życiowo spełniałeś się jako kucharz, cukiernik, gospodarz domu. Zakładałeś sobie cele w życiu – pragnąłeś mieć samochód i osiągałeś swój cel.
Założyłeś rodzinę, urodził Ci się syn, rozpoczęło się twarde życie – brak mieszkania, konflikty z teściami, różnice charakterów, ale dzielnie godziłeś obowiązki zawodowe z obowiązkami wobec rodziny. Podziwiałam Cię za to, bo żona nie pomagała Tobie, wręcz przeciwnie, utrudniała życie w rodzinie przez swoje pijaństwo. W którymś momencie Ty też zacząłeś sięgać coraz częściej do kieliszka, może chciałeś zapomnieć o wszystkich troskach, kłopotach finansowych?
Los Was nie oszczędzał, przyszła choroba syna – chłopak w wieku 14 lat miał do wymiany biodra, przechodził ciężkie operacje, żył na środkach przeciwbólowych, a największy ból odczuwał jak matka niszczyła go psychicznie, kiedy była pijana. Potem widział obraz ojca sięgającego coraz częściej po alkohol. Alkohol pojawiał się na każdej Waszej imprezie rodzinnej. Potem zaczęliście spotykać się z przyjaciółmi, którzy również nie stronili od alkoholu, natomiast odsuwaliście się od rodziny. Zaczęły się kłótnie, awantury, wyzwiska ze strony Twojej żony do własnej matki. Bałeś się nawet odwiedzić własną matkę, żeby nie mieć uwag żony. Nieraz namawiałam Cię żebyś się rozwiódł i sam wychował dzieci, bo byłeś wartościowym i odpowiedzialnym mężczyzną, który daje radę pokonać wszystkie trudy.
Dzieci dorosły, a Ty z żoną zaczęliście coraz częściej sięgać do kieliszka i po coraz większą ilość butelek wódki, piwa. Przechodziłeś gehennę pod względem psychicznym i fizycznym ze strony Twojej żony. Coraz słabszy i wycieńczony z alkoholu – brudny, nieogolony, traciłeś siły do życia codziennego. Straciłeś poczucie obowiązku do pracy. Zdarzało się coraz częściej nie pójść do pracy, bo walczyłeś z kacem a potem szedłeś po kolejne butelki.

Nie jedną łzę wylałam ze wstydu za Ciebie na zakładzie pracy, żeby kierownik wypisał Tobie urlop, abyś nie stracił pracy. Wstyd mi było kiedy Twoi koledzy śmiali się, że znów masz kryzys. Potem żal mi było kiedy koledzy opowiadali mi, że Gienek się diametralnie zmienił – z pogodnego pracownika, zawsze chętnego do pracy, obudził się Gienek agresywny, nerwowy, czasami nieobecny. Zamykałeś się w sobie, stałeś się małomówny, tak jakbyś chciał coś ukryć, zataić.
Wpadałeś w coraz dłuższe ciągi alkoholowe, kilkudniowe, potem jeszcze dłuższe, aż przyszła padaczka. I znowu siostra, czyli ja, pomogła Ci stanąć na nogi, ponieważ żonie na Tobie nie zależało. Niestety nie wyciągnąłeś wniosków, szybko wróciłeś do picia. Piliście jeszcze więcej. W mieszkaniu po kilkudniowej libacji stały tylko puste butelki po wódce, piwie, zaschnięte resztki jedzenia. Brudno, cuchnęło alkoholem, wstyd było wchodzić do takiej meliny. Niestety musiałam tam wejść, żeby kolejny raz Ciebie ratować. Wycieńczonego z alkoholu, w skrajnym stanie psychicznym zawiozłam Cię na leczenie do szpitala w Katowicach. Podleczyli Cię, ale szybko wróciłeś do swojego toksycznego środowiska. Dalej piłeś z żoną, szwagrem, szwagierką a potem na-

wet z synem i coraz to więcej i więcej. Niewiele brakowało a nie dorobiłbyś do emerytury, gdyby kolejny raz ja, mama i szwagier nie odizolowalibyśmy Cię od rodzinny. Po ciężkich rozmowach i perswazjach nakłoniliśmy Cię na leczenie w ośrodku. Widziałyśmy ogromny postęp jak wróciłeś z odwyku. Gienek wrócił do normalnego życia, można było z Tobą porozmawiać, znów zacząłeś żyć dla rodziny, dla córki, dla wnuczki. Niestety przed końcem pierwszego roku znów zacząłeś sięgać po alkohol, zaczęło się Cię w przyszłości wspominać. Niech nigdy nie zobaczą cuchnącego wódą, niedomytego nieogolonego dziadka-kloszarda, bo to Ci grozi. Niestety, Twoja kolejna porażka. Po śmierci bliskich trochę się ocknąłeś. Córka zamieszkała z Tobą razem ze swoją rodziną, byś nie był sam jak palec w trudnych chwilach. Jednak po jakimś czasie znów zacząłeś sięgać po alkohol, zamykałeś się w swoich czterech ścianach pokoju i zacząłeś pić sam, wymykałeś się do sklepu by mieć zapasy na noc. Wychodziłeś z pie-

wpadłeś w coraz większą depresję, ponieważ ciągi alkoholowe stawały się coraz dłuższe – tygodniowe a nawet więcej. Zerwałeś kontakty z matką i rodzeństwem. Najbardziej boli mnie i mam ogromny żal do Ciebie, że od wigilii 2013 roku, nie odwiedziłeś schorowanej matki – 87 letniej staruszki, a miałeś tak blisko. Potrafiłeś dojść do sklepu po alkohol w budynku w którym mieszka mama, ale nie potrafiłeś zadzwonić na domofon i zapytać jak się czuje, czy potrzebuje jakieś zakupy, czy ma opał, czy w ogóle żyje.

fot. Bob Smith

chowanie w różnych miejscach aby nikt nie widział. Z alkoholu zaczęły się u Was coraz cięższe choroby, złamania, nie mówiąc o codziennych obelgach i wulgaryzmach. Rodzina przestała Cię szanować, córka oddaliła się od Ciebie, nie mieliście już tak dobrego kontaktu. Oddaliłeś się od całej rodziny.

Przez alkohol zmarła Twoja żona – widziałeś jak cierpiała, przez alkohol zmarł Tobie syn – widziałam jak cierpiał w przeddzień gdy skonał. Wierzyłam, że może obraz tych cierpień pozwoli Tobie wziąć się w garść i nie pozwolisz się dać zniszczyć alkoholowi. Masz jeszcze dla kogo żyć – masz córkę, zięcia, dwie wnuczki, daj im przykład wspaniałego dziadka, żeby mogły

skiem na spacer ale był to też pretekst żeby zdobyć alkohol. Nie raz widywałam Cię w sklepie, wiele razy mijałeś się z moim mężem a Ty go unikałeś. Przypuszczam, że byłeś pod wpływem alkoholu i było Ci wstyd. Dowiadywałam się od córki, że aby zdobyć pieniądze na alkohol zasiadałeś po pijanemu za kierownicę samochodu, żeby dojechać do bankomatu. W amoku alkoholowym mogłeś zrobić sobie krzywdę, ale Twoja głupota mogła doprowadzić do śmierci niewinnych osób, jeśli doszłoby do wypadku. Bogu dzięki, że nic takiego się nie przytrafiło, bo dziś mógłbyś być w więzieniu a nie na leczeniu.

W ostatnim roku, drogi braciszku, nie wiem co Tobie się stało. Czy

Miałeś czas siedzieć na ławce i popijając piwo z osiedlowym menelostwem, ale nie miałeś czasu posiedzieć i porozmawiać z mamą, która oddała Tobie ostatni grosz, żebyście mogli przeżyć po Waszych libacjach. Serce mi pękało, jak widziałam jak leją się jej łzy z bólu że ją opuściłeś. Zamartwiała się niejedną noc czy wyrządziła Tobie jakąś krzywdę. Nie było ważne, że córki się nią opiekują, myślami nasza mama była z Tobą i ciągle nas pytała co się z Tobą dzieje. Wstyd mi było za Ciebie przed znajomymi, sąsiadami, kolegami, którzy widywali Cię w stanie skrajnego wycieńczenia, a Ty nie chciałeś nas słuchać.

W pewnym momencie i ja zwąt-

piłam w „walce z wiatrakami". Stwierdziłam, że jeżeli mimo wyciągniętej ręki nie chcesz sobie dać pomóc, musisz ponieść konsekwencji i sam będziesz odpowiadał za swoje przewinienia albo spadniesz na samo dno. Ja muszę zadbać o swoje zdrowie, które straciłam przez wszystkie przeżyte stresy, ponieważ muszę dalej mieć siły żeby sprawować opiekę nad matką. Ona nie może liczyć na pomoc z Twojej strony czy też brata, który też jest nałogowym alkoholikiem, w dodatku bezrobotnym i prawie bezdomnym (gdyby nie serce matki, która go przygarnęła pod swój dach). Jest teraz dla niej ogromnym ciężarem, a nie jak powinno być w normalnej kochającej się rodzinie.

fot. Yevgeniya Fedorov

Jak niewiele brakowało żebyś i Ty bracie znalazł się w świecie zmarłych i to przez Twój ukochany alkohol. Listopadowy ciąg alkoholowy, który zacząłeś na wsi, zakończył się dla Ciebie dopiero w grudniu. Wycieńczonego, niedożywionego po przebytych padaczkach, córka przywiozła Cię do szpitala by po raz kolejny ratować Cię z własnej głupoty. Gdyby nie Twój wierny przyjaciel – pies, może byś zamarzł. Kiedy zobaczyłam Twoje zdjęcie w telefonie komórkowym, jakie zrobiła Ci córka, przeraziłam się jak można doprowadzić się do takiego stanu przez wódkę.

Bardzo mi przykro, że tak nisko upadasz, że alkohol rządzi Twoim życiem, że nie masz ambitnych celów w życiu. Warto żyć dla ludzi i cieszyć się każdą obdarowaną przez Boga minutą życia w zdrowiu i szczęściu z bliskimi. Widzisz jak ludzie cierpią w chorobie, a Ty sam się niszczysz na własne życzenie a na dodatek doprowadzasz do cierpień i smutku twoich najbliższych. Pragnę z całego serca, abym ostatni raz zawiozła Ciebie do ośrodka leczenia uzależnień. Żebyś wreszcie przejrzał na oczy, że alkohol Tobie nie pomaga, wręcz przeciwnie, powoli zabija. Jeśli nie zrozumiesz, może być za późno – nie będzie przyjaciela, córki, rodzeństwa, matki, siostry miłosierdzia i żadnej pomocnej dłoni. Będziesz tylko Ty, wódka a potem śmierć.

Prezentem urodzinowym dla Ciebie w tym roku było podarowanie przeze mnie życia w trzeźwości. Skończyłeś chłopie 60 lat, kiedy młodsza siostra odwiozła Cię na odwyk.

Mam nadzieję, że wykorzystasz ostatnią szansę, jaką dają Ci terapeuci w ośrodku.

W nowym roku chciałabym zobaczyć Cię w pełnej abstynencji, z uśmiechem na Twarzy, z głową pełną pomysłów na dalsze lata. Po latach pragnęłabym usłyszeć z Twoich ust, że warto było żyć w trzeźwości, żeby móc się godnie zestarzeć i podziękować córce i wnuczkom za pomoc i opiekę, kiedy będziesz jej naprawdę potrzebował.

Życzę Tobie braciszku dużo wytrwałości, cierpliwości w pokonywaniu trudów walki ze swoimi słabościami, ale ja wierzę w Ciebie że dasz radę i pokażesz światu, że jesteś jeszcze wartościowym człowiekiem.

wy.

▪ Za te wszystkie lata

fot. Anja Tessmann

Pisząc ten list chciałbym Tobie napisać wszystko, za co chciałbym Cię przeprosić przez wszystkie lata mojego alkoholizmu. Za nieprzespane noce, gdy piłem z kolegami, a potem robiłem Tobie awantury o każdy drobiazg: że położony kubek jest źle, niewytarty segment. Za te łzy wylane z bezsilności, gdy po pracy wracałem kompletnie pijany, albo sąsiedzi Tobie mówili, że śpię nieprzytomny przy drodze. Za kompletny brak zaangażowania w prace związane z utrzymaniem mieszkania, za 3 miesiące trwający remont, gdy odkładałem to wszystko na potem, a który zrobiłem w 2 tygodnie. Za nerwicę, którą nabyłaś przez mnie, gdy ciągle prosiłaś żebym przestał pić, a ja kłamałem że się zmienię i nie dotrzymywałem obietnicy. A w szczególności za tyle lat, które wytrzymałaś ze mną. W ciągłym strachu czy jeszcze żyję, czy już się zapiłem. Za wszystkie momenty i chwile gdy broniłaś mnie przed rodziną, mówiąc że się zmienię. Za to, że nie zostawiłaś mnie w tej chorobie, tylko podałaś pomocną dłoń i pomogłaś się podnieść z dna alkoholizmu.

fot. Paulo Oliveira Santos

Im cięższa jest walka, tym wspanialsze zwycięstwo

Michał

Piłem odkąd pamiętam. Miałem 18 lat – pierwszy odwyk; nic z tego nie wyniosłem, a żałuję, może nie zmarnowałbym tych wszystkich lat co piłem. Teraz mam 27 lat. 9 lat picia skłoniło mnie, by przyjść po raz drugi. Byłem wykończony psychicznie, fizycznie, z masą problemów.

Zawsze myślałem, i tak mi mówiono od małego dziecka, że jestem do niczego, nieudacznik, który nic w życiu nie osiągnie. Czułem się jak nikomu niepotrzebny śmieć, z tego powodu zalewałem smutki alkoholem, czułem się wtedy lepiej. Pewnego razu coś mi powiedziało, że mam iść się leczyć, przyszedłem więc na odwyk, bo nie umiałem już w ogóle kierować swoim życiem; dziennie kierował nim alkohol. Ogólnie bałem się przyjścia tutaj, tego wytrzeźwienia i patrzenia na innych ludzi. Zawsze wkręcałem sobie, że inni myślą o mnie tak jak ja sam: chudy pajac co wygląda jak żebrak; myślałem że będą się ze mnie wyśmiewać. Co się okazało: że na detoksie poznałem dużo fajnych osób z tym samym problemem co ja. Ale gdy poszedłem na terapię, to się dopiero zaczęło. Znów nowe twarze – terapeuci i doszły do tego zajęcia i obowiązki. Na początku trzeciego tygodnia terapii wybrali mnie na prezesa oddziału. W ogóle pomyślałem: ja, taki nieudacznik ledwo poradziłem sobie z dwoma tygodniami a już większa odpowiedzialność, ale na szczęście nie zrezygnowałem.

Na zajęciach gdy pisałem te wszystkie zadania, to zaczęło do mnie docierać co zrobiłem złego rodzinie, sąsiadom, bliskim osobom, w ogóle innym ludziom. Na kacu wiedziałem że źle robię, ale szybko to zapijałem. Te zajęcia otworzyły mi oczy. Teraz mam dużo więcej uczuć a nie tylko radość, smutek, złość i miłość. Nauczyłem się rozróżniać uczucia, także mam dużo wskazówek w głowie jak i w zeszytach by radzić sobie z alkoholem – umieć z nim żyć nie pijąc go. Zmieniłem myślenie w stosunku do innych ludzi, jestem odważniejszy i bardziej otwarty. W ogóle pewnego razu, gdy zawiniłem i miałem wyznaczyć sobie odpowiednią karę, to przy wszystkich z oddziału zgłosiłem rezygnację z pełnienia funkcji prezesa. To co usłyszałem od wszystkich osób na mój temat, to był dla mnie szok. Uwierz mi, że nigdy w życiu nie pomyślałbym że ludzie mogą tak dobrze i pozytywnie o mnie myśleć. Ja, taki nieudacznik życiowy mam tyle dobrych cech. Byłem w szoku, coś we mnie pękło, aż zalałem się łzami. To była najszczęśliwsza chwila w moim życiu – usłyszeć coś, czego się nie wiedziało o sobie. Ciebie też to może spotkać. Pokazali mi, że nie muszę pić by być fajnym. Skoro oni trzeźwi mnie tak odbierają, to dlaczego inni ludzie mieliby myśleć inaczej. Widzę teraz, że na trzeźwo życie jest weselsze, pełne uczuć. Chcę to trzeźwe życie kontynuować. Z wieloma ludźmi się tutaj zaprzyjaźniłem i będę utrzymywał kontakt. Teraz te 27 lat, w których od dziecka był alkohol postaram się zamienić na 27 lat trzeźwych dni, chyba że będę żył dłużej :-)

fot. Stefanie Grabbert

▪ Głupcy, ignoranci...

Sławek

fot. Mateusz Kapciak

Po co żyjemy? Przez 11 lat byłem jak Robinson Crusoe; zbudowałem własna wyspę: tylko alkohol i narkotyki. Wszystko inne było mniej ważne. Wysyłałem SOS z wyspy i czekałem na pomoc, która nie nadchodziła. Może jej nie widziałem, bo chodziłem ślepy w ciemności. Bardzo ciężko było mi zrozumieć ludzi z AA. Jak tak można żyć? Nie dochodziło to do mojej świadomości.

Jest to moja któraś terapia z kolei. Za każdym razem coś nowego do zdrowienia, ciężka praca, bo nie ma innego wyjścia, taka jest prawda. Trudno jest uświadomić sobie, że jesteśmy na dnie, dosięgamy patologii, nie widzimy tego dopóki ktoś nam nie otworzy oczu.

Straciłem 11 lat mojego życia, co wydawało mi się zabawą, a było jednym cierpieniem. Teraz mogę stwierdzić: alkohol i inne używki zabijały uczucia, więzi rodzinne, przyjaźnie; wszystko było wytworem wyobraźni, strasznie zakłamane. Powstaje pytanie w głowie: jak chcę żyć? Błędy niejeden popełnia, nie ma świętych w życiu, wszyscy je robimy. Grunt to że kiedyś się potrafimy obudzić, chcemy bardzo się naprawiać, widzimy potężny wachlarz możliwości. Podstawa to być dobrym i nie krzywdzić, od tego trzeba zacząć i przestrzegać zasad AA, korzystać z pomocy terapeutów i życzliwych mądrzejszych ludzi, bo sami jesteśmy bardzo słabi w naszej chorobie.

Piszę te parę słów, żeby podzielić się własnym doświadczeniem z życia, w którym poznałem biedę i bezdomność, gdy włóczysz się i nie masz co jeść…

Gdzie był sens? Długo jeszcze będę zadawał sobie to pytanie. Zachęcam każdego do dzielenia się swoimi doświadczeniami, bo mamy dzieci i oby ich nie dosięgnęła ta choroba.

▪ List z wolki

fot. Tomasz Kobosz

Na początku Cię pozdrawiam. Jestem obecnie na leczeniu odwykowym w ośrodku. To już trzecia moja terapia w życiu i mam nadzieję, że teraz już nie sięgnę po mojego wroga, jakim jest alkohol.

Piszę do Ciebie bo też siedziałem i dzięki temu jeszcze żyję. Kryminał uratował mi życie, bo gdyby sąd mnie nie skazał na karę 3 lat, to dawno bym już nie żył. Myślę, że nie miałbym już dawno temu wątroby. Przez te 3 lata wątroba mi się zregenerowała se stłuszczenia i została na tym samym etapie uszkodzenia, choć piłem jeszcze 2 lata po opuszczeniu zakładu karnego.

Miałem zapaści, delirium, psychozy alkoholowe, próby samobójcze i padaczkę alkoholową, którą mam do teraz, choć już nie piję. Muszę zażywać leki przeciwpadaczkowe i unikać dużego słońca. Po wyjściu z zakładu zacząłem pić destrukcyjnie nawet od tym nie myśląc. Słów lekarzy i terapeutów nie brałem pod uwagę, aż traciłem wszystko po kolei łącznie ze zdrowiem. Tylko dzięki Opatrzności i Sile Wyższej matka załatwiła mi terapię sądową w ośrodku. Po 8 dniowym odtruciu przeszedłem na oddział terapeutyczny i miałem po nieprzespanej nocy ostatni atak padaczki. Na moje szczęście złapała mnie na sali i po odbiciu się od szafika upadłem na kojo. Koledzy z sali mnie przytrzymali i sprowadzili po ataku na detoks. Gdy wróciłem na terapię jeszcze tego samego dnia zmieniłem swoje myślenie i stwierdziłem, że to moja ostatnia już szansa na ratowanie życia, a mam po co żyć.

Teraz wiem, że moje kolejne zapicie zakończy się dla mnie śmiercią. Nie chodzi mi o to, że się jej boję, już kilka razy uciekłem kosie. Chcę jeszcze żyć, odkryłem to gdy wytrzeźwiałem po drugim tygodniu terapii. Teraz żałuję, że wcześniej nie chciałem się leczyć, ale byłem w długim ciągu alkoholowym i musiałem sięgnąć bagna, żeby poprosić o pomoc. Nie wiem jak mogła znosić to moje picie matka, której teraz jest mi jak najbardziej żal za to moje picie i co widziała gdy miałem psychozę alkoholową i słyszałem głos, który nakazywał mi się wiuchnąć. Tylko dzięki niej i jej interwencji a może też Opatrzności mogłem podjąć tą ważną dla mnie decyzję, że chcę być trzeźwy i zmienić się na lepsze, ale przed wszystkim nie pić. Wiem, że moje kolejne zapicie zakończy się dla mnie śmiercią. Rychłego wyjścia na wolkę.

Nie jest łatwo zostać alkoholikiem

Adam Zeth

adamzyglicki.wordpress.com

Długo zbierałem się do napisania tego tekstu. Przyznanie się publicznie do tego, iż jestem alkoholikiem nie było łatwe dla mnie….
Ale do rzeczy.

Wszędzie mówią, że alkoholikiem pozostaje się do końca życia. To stygmat, piętno, które trzeba nosić do końca życia. Nikt nie chce być napiętnowany alkoholizmem, szczególnie w społeczeństwie w którym pije prawie każdy. W społeczeństwie, gdzie alkohol odgrywa ważną rolę społeczną i historyczną. Towarzyszy nam od dnia narodzin aż do śmierci. Żyjemy w społeczeństwie, w którym pije każdy, ale nikt nie jest alkoholikiem. Bo alkoholizm to upośledzenie, a sami alkoholicy to degeneraci, społeczne dno, upodleni i wymagający leczenia ludzie. Wielu uważa, że może nawet trzeba ich izolować od tej „zdrowej", czyli pijącej części społeczeństwa. Nikt nie chce być alkoholikiem, dlatego tak ciężko jest nim zostać…

„Jeszcze nie jest ze mną tak źle"

Negacja to rozpaczliwa próba obrony resztek godności. Jeśli osobista definicja bycia alkoholikiem była taka jak napisałem na początku, czyli zdecydowanie negatywna, to negowanie faktycznego stanu, zaprzeczanie będzie naturalne. Jest to niebezpieczne, ponieważ odsuwa człowieka od rzeczywistości i aktualnej sytuacji. Jeśli taki człowiek nie odczuwa dramatycznych skutków picia (utrata rodziny, pracy, zdrowia), to sytuacja taka **może trwać latami**. „Jeszcze nie

jest ze mną tak źle". Zawsze można się porównać. Zawsze można podbudować własne ego idąc ulicą i obserwując pijanych bezdomnych. Jeśli więc na pograniczu świadomości pojawiła się myśl, że może jednak z moim piciem jest coś nie tak, to w tym momencie zostaje ona odrzucona. Umysł skupia się na negowaniu, zaprzeczaniu. I od razu jest lepiej.

Rozmawiałem kiedyś z człowiekiem, który opowiadał o pewnej rozmowie jaką odbył z przyjacielem. Znali się od lat, razem spędzili dzieciństwo, razem dorastali, wchodzili w dorosłość, zakładali rodziny. Razem też oczywiście pili. Pewnego razu przyjaciel mego rozmówcy odmówił pójścia na piwo po pracy i przyznał, że rozpoczął terapię bo jest alkoholikiem. Mego rozmówcę początkowo to rozbawiło, później wzbudziło złość. Próbował przekonywać swego przyjaciela, że ten na pewno myli się, przesadza i histeryzuje. Nie jest tak źle przecież. W końcu na piwo poszedł sam. Jednak ta rozmowa uświadomiła mu, że tak naprawdę to przekonywał samego siebie, że „nie jest tak źle", a nie przyjaciela. Cała ta złość, frustracja dotyczyła tego, że uświadomił mu bolesną prawdę o nim samym. Kolega powiedział mu jasno to, co sam podejrzewał od jakiegoś czasu. **Bo skoro on jest alkoholikiem, to ja też mogę być**. Piliśmy przecież tak sa-

mo! Budzi się niepokój, złość, sprzeciw i bunt przeciwko takiemu stwierdzeniu.

Zmienia się świadomość w społeczeństwie

Trzeba jednak oddać, że powoli w naszym kraju zaczyna zmieniać się znaczenie słowa „alkoholik". Jest ono odbierane coraz częściej w aspekcie chorobowym, a nie moralnym. Dużą rolę odgrywają tutaj media oraz osoby znane, tzw. celebryci, którzy coraz częściej publicznie przyznają się do swojej choroby. Często wyznanie osoby publicznej, powszechnie znanej, szanowanej i lubianej może zrobić więcej niż lata rządowych programów do walki z alkoholizmem. W świadomości zaczyna działać mechanizm, że skoro on jest chory i mówi o tym, to znaczy, że nie jest to nic wstydliwego, to znaczy, że każdy może być. I to jest prawda: **alkoholizm to choroba demokratyczna**. Nie wybiera i może na nią zapaść profesor uniwersytecki i robotnik budowlany, lekarz, prawnik. Po prostu każdy bez względu na wykształcenie i wykonywany zawód.

Pierwszy krok

Nie chcę pisać teraz o długiej drodze trzeźwienia, terapii, zmiany tożsamości, zmiany stylu życia i przewartościowaniach jakie czekają. Chcę powiedzieć po prostu, że **pozostać alkoholikiem nie jest łatwo**.
Pierwszy krok Anonimowych Alkoholików mówi: „Przyznaliśmy, że jesteśmy bezsilni wobec alkoholu…". No i znowu bunt. Bo może i przyznajemy już, że „coś tam nie gra", że to jest choroba. To jak słyszymy, że należy uznać bezsilność, rodzi się sprzeciw. To jest w przekonaniu wielu osób coś zupełnie nienaturalnego, bo przecież trzeba walczyć. Wszędzie mówią: „walcz z chorobą", „nie poddawaj się". Tymczasem tutaj mówią: „poddaj się", „zaprzestań walki, bo przegrasz". **Paradoks: żeby wygrać trzeba się poddać...** Normalnie człowiek nastawiony jest na walkę, podejmowanie wyzwania, podjęcie rękawicy. Słyszy się, że ktoś tam walczył i wygrał z chorobą, a skoro alkoholizm to choroba, więc trzeba walczyć. To naturalna reakcja. Tymczasem walka z alkoholem z góry skazana jest na porażkę. Jeśli więc wiem, że przegram to nie wychodzę na ring. Nie podejmuję walki i to jest moja szansa na zwycięstwo.
Dlatego **nie jest łatwo zostać alkoholikiem**. Popaść w uzależnienie – owszem, ale przyznać się do alkoholizmu i do bezsilności to już naprawdę trudne.
Pozdrawiam i szczęścia życzę :-).

▪ Uwierzyć w siebie

Aro

Moja historia z graniem na maszynach zaczęła się w miejscu, w którym nie powinienem być. Koledzy mnie namawiali: „wrzuć 5 złotych, to nic Ci się nie stanie". No i wrzuciłem i udało się wygrać. Kwota była zadowalająca, bo aż 200 złotych a najlepsze jest to, że pokazali mi jak się obsługuje maszynę do grania. Szybko opanowałem te triki na maszynach i tak się zaczęło. Kwoty rosły, stawki były coraz większe; raz się wygrywało, raz przegrywało.

Później się ożeniłem, nie mówiąc żonie o tym że grałem na maszynach i w tym momencie już ją oszukiwałem. Moje granie na maszynach skończyło się, kiedy dostałem się do szpitala. Zachorowałem na depresję, moje leczenie trwało rok. W szpitalu byłem 3 miesiące, a tak naprawdę mój powrót do zdrowia trwa do dziś. Biorę tabletki i jest ok, ale nie o tym chciałbym napisać.

Kiedy wyszedłem ze szpitala znowu zacząłem chodzić do miejsc, gdzie były maszyny hazardowe. Po pracy zamiast wracać do domu jeździłem grać. Moją żonę okłamywać w każdym momencie a pieniądze znikały. Kiedy wchodziłem do punktu gdzie były maszyny, nie interesowało mnie co się dzieje z żoną czy z moją rodziną, bo niestety tak to działa, że jak człowiek jest w „amoku" nie obchodzi cię co się dzieje na zewnątrz. Nawet kombinowałem gdzie zaparkować samochód żeby nikt mnie nie widział z rodziny. Miałem tyle pomysłów, gdzie zdrowy nieuzależniony człowiek na to by nie wpadł. Wchodząc do punktu grałem - maszyna dawała fajne sumki, wrzucając małe kwoty wygrywałem duże sumy. Zaczęło mi się to podobać do czasu, kiedy maszyna nic nie dawała, a dalej po pracy wymyślałem że gdzieś muszę jechać, że późno wrócę z pracy. Mówiłem, że jadę na basen a tak faktycznie jeździłem na maszyny bo już byłem w takim uzależnieniu i zakłamaniu że tego nie kontrowałem.

Kiedy siedziałem w punkcie gdzie były maszyny, przegrywałem duże sumy, żona parę razy mnie złapała na graniu i wtedy jej obiecywałem że już więcej nie zagram. Tak naprawdę te obietnice trwały kilka miesięcy. Grając i przegrywając duże sumy zacząłem pożyczać i kłamać kolegów z pracy, żeby pożyczyli mi pieniądze. Nie mówiłem że na granie, tylko na szybko wymyślałem „bajer" żeby dostać kasę na granie. Kiedy miałem duże banknoty w ręku ręce mi się trzęsły. To jest reakcja uzależnionego hazardzisty. Przegrywałem premie, wyciągałem kasę z lokat oszukując żonę i chowając wydruki. Żona była w ciąży a ja dalej grałem. Obiecywałem, że jak urodzi się dzidziuś to skończę z hazardem. Dzidziuś urodził się i jeszcze do tego wcześniak. Wszystko pięknie, byłem taki zadowolony, że nawet zapomniałem o graniu ale długo to nie trwało, bo po przyjeździe ze szpitala wykombinowałem sobie cały tydzień urlopu żeby grać, nie martwiąc się o zdrowie dziecka i żony; przegrywałem coraz to większe sumy.

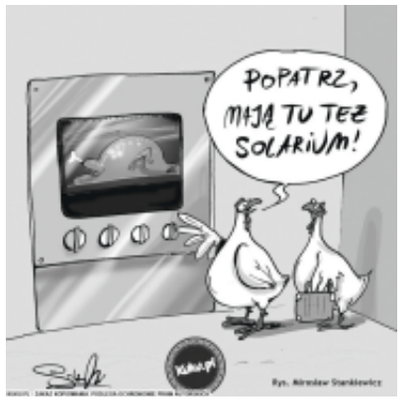
Wziąłem kredyt na 16 tysięcy i całą sumę przegrałem dalej żyjąc w zakłamaniu. Przegrałem pieniądze, które dostałem od zakładu pracy na dziecko. Kiedy odbierałem żonę i dziecko ze szpitala powiedziałem jej, że wziąłem kredyt i cały przegrałem. Żona się rozpłakała, powiedziałem jej że kończę z hazardem. Ale niestety trwało to krótko i dalej okradałem rodzinę. Po ciągłym okłamywaniu żona miała dość i postanowiła się wyprowadzić z dzieckiem. Postawiła mi ultimatum: albo leczenie, albo rozwód. Sytuacja ta zmusiła mnie do zmiany moich priorytetów.

Kiedy zacząłem terapię, po miesiącu uświadomiłem sobie jak bardzo skrzywdziłem moją rodzinę, jak zaniedbywałem obowiązki ojca i męża. Po miesiącu mój terapeuta skierował mnie na spotkania grupowe tzw. „meeting", gdzie usłyszałem od ludzi jak hazard zniszczył im życie. Po pierwszym spotkaniu i wysłuchaniu grupy uwierzyłem w siebie. Było mi bardzo ciężko, ale postanowiłem że nie będę już więcej ich okłamywał. Przez trzy miesiące było mi trudno, ale dałem radę przetrzymać głód hazardowy, uwierzyłem w siebie. Chodzę na meetingi i nie gram już jedenaście miesięcy i jest mi z tym dobrze. Nauczyłem się oszczędzać pieniądze, zrozumiałem że nie po to ciężko pracuję, żebym sponsorował właścicieli maszyn hazardowych. Oni za moje pieniądze wyjeżdżają na drogie wczasy i jeżdżą drogimi samochodami. Sytuacja rodzinna się unormowała, chociaż żona nie do końca mi ufa i nie wiem czy całkowicie odzyskam jej pełne zaufanie.

fot. Jesper Noer

Byliśmy kiedyś w zoo, moja żona spadła na wybieg dla lwów. To była rzeź...

Przygniotła cztery.



-Dzieci, gdzie mieszka Pan Bóg?
- U mnie w łazience.
- Jak to?!
-Bo codziennie rano mama wali w drzwi i krzyczy: Boże, jeszcze tam jesteś?

FUNDACJA FENIX

POWSTAŃ DO ŻYCIA

młodzież | wychowanie | rozwój
nauka | pomoc | wsparcie

Przekaż nam

1%

swojego podatku

KRS 0000447093

Nie wiesz jak poradzić sobie z uzależnieniem?

Szukasz wsparcia?

Nie wiesz czy Twoje picie jest bezpieczne?

Potrzebujesz pomocy, a nie wiesz gdzie jej szukać?

WODZISŁAWSKI TELEFON ZAUFANIA

733 933 343

Jesteśmy tu dla Ciebie
Zadzwoń!
Dyżury codziennie w godzinach
8.00 - 20.00

www.wodzislawskitelefonzaufania.pl

FENIX
PSYCHOTERAPIA

p e r a s p e r a a d a s t r a