

Vokseværk

"Har du et problem med stoffer eller ej?"

Jeg sad på personalechefens kontor og tænkte på, hvad jeg skulle svare. Glimt og situationer fra de år jeg havde røget fløj igennem hovedet på mig. Alting havde virket så sjovt første gang, jeg røg mig skæv, og hvor jeg dog elskede den følelse. Jeg så for mig, hvordan jeg røg mig skæv med vennerne i tågen på fodboldbanen før svømmeundervisningen, til fester og på kollegieværelset mens vi så fjernsyn og delte en joint, før vi skulle i seng. Vi havde det så sjovt, men alt for hurtigt var smagen blevet besk.

Over kun to et halvt år var min hashrygning gået fra sådan en "Lad os få lidt sjov i gaden og ryge os skæve"-aktivitet til et dagligt behov. Det gik fra at ryge sig skæv en gang imellem når der var noget, til at dele en joint hver aften. Fra at ryge igennem før et måltid og før timerne, til at pjække for at ryge sig skæv morgen, middag og aften.

Jeg brugte alle mine penge, plus alle de penge mine forældre frivilligt gav mig (eller som jeg stjal fra dem), til at købe stoffer for. Jeg stjal topskud fra mine hashvenner og tiggede dem om at dele med mig, når jeg ikke havde flere penge. Jeg kan huske en særligt demoraliserende situation, hvor jeg stod udenfor deres kollegieværelse på anden etage og skreg, at de skulle lukke mig ind og truede dem med at smide dem alle sammen ud over altanen, da de nægtede at lukke mig ind.

Jeg tænkte på, hvordan jeg havde skrottet en gratis universitetsuddannelse, fordi jeg besluttede, at det var vigtigere at få et arbejde og have råd til at købe stoffer. Jeg huskede hvor bange jeg var, da jeg fandt ud af, at jeg havde gjort min on/off kæreste gravid, da jeg dukkede fuldstændig baskeskæv op i hendes lejlighed. Jeg var vred over at være "tvunget" til at blive far som 22-årig, og jeg udtrykte min vrede ved at være konstant skæv.

Jeg tænkte på, hvordan et voldsomt jag af smerte sendte mig på skadestuen, hvor en sygeplejerske rensede mit knæ for asfalt. Jeg havde kørt 150 kilometer i timen på motorcykel, med hash og alkohol i blodet og havde fået et blackout. Jeg tænkte på den følelse af ydmygelse og raseri der ramte mig, da jeg to måneder senere kom hjem og fandt alle mine ting på verandaen med en seddel fra min kone, som i øvrigt snart skulle blive min ekskone, hvorpå der stod: "Tag hjem til din Mor. Hun kan tage sig af dig".

De næste par år tilbragte jeg i et tågesløv af hash og alkohol. Jeg eksisterede, snarere end levede, fra dag til dag i dyb depression; jeg kom ikke ud af stedet og opnåede ingenting. Jeg lavede ikke andet end at ryge mig skæv på mit værelse og have ondt af mig selv. Jeg følte mig snydt af livet. Jeg følte, at ingen elskede eller forstod mig. Jeg var isoleret og følte mig anderledes fra alle andre i verden, også min anden kone. Jeg var ligeglad med alt og alle, inklusiv mig selv. Jeg var ligeglad da min anden kone forlod mig, fordi hun havde fundet ud af, at jeg var begyndt at tage kokain, og

jeg var ligeglad med at jeg var ved at miste mit arbejde. Jeg hadede mit liv og mig selv, men jeg var for bange til at begå selvmord, fordi jeg vidste at jeg ville kokske i det og ødelægge det, præcis som jeg ødelagde alt andet.

Det sidste billede jeg så for mig, var et billede af det der snart skulle blive mit liv. Jeg så mig selv møgbeskidt, ubarberet med vildt hår og i pjaltet tøj, mens jeg sad på et gadehjørne og mumlede for mig selv, mens jeg tiggede om penge til at købe billig vin. En stærk men blid stemme talte til mig inde i mit hoved: "Det her er din sidste chance," sagde den. "Tag den nu, ellers er det sådan her du kommer til at tilbringe resten af dit liv". Jeg brød grædende sammen, og i mit hjerte indrømmede jeg det, jeg havde vidst med mit hoved i et årti – at jeg er afhængig af stoffer.

For første gang nogensinde var jeg ærlig om min brug af stoffer, og jeg sagde til personalechefen, "Ja, jeg har et problem med stoffer". Han smilede til mig og sagde, "Godt, lad os få dig indlagt på behandlingscentret". Jeg var så heldig, at hospitalet jeg arbejdede på havde sit eget behandlingscenter for kemisk afhængighed. Jeg blev indlagt samme eftermiddag, men ikke før end jeg nåede ud i bilen og sniffede mine to sidste baner coke og tog de sidste par hiv på hashpiben.

Mens jeg var i behandling, blev jeg præsenteret for tolvtrinsmøderne. Ifølge reglerne skulle vi deltage i et møde hver aften. Jeg gik til flere forskellige slags møder. Jeg vidste, at det var afgørende for min helbredelse at jeg holdt mig fra alle stemningsforandrende kemikalier, men jeg følte bare ikke at jeg passede ind. Det var flere år siden, at jeg havde drukket på samme måde som alkoholikerne. Jeg havde ikke eksperimenteret med piller eller hårdere stoffer siden universitetet, og jeg havde aldrig fixet. Jeg havde kun taget kokain de sidste ni måneder, og det var ikke noget jeg elskede at gøre. Jeg hadede den måde det påvirkede og styrede mig.

Efter ti dages behandling kom min vejleder og gav mig en flyer. Han sagde, "Jeg tror, det her møde kunne være noget for dig". Det var en flyer for MSA – Marijuana Smokers Anonymous. To aftener senere gik jeg til mit første MSA møde.

Så snart den første person begyndte at dele, kunne jeg genkende det hele. Jeg følte mig meget bedre tilpas her end til nogen af de andre tolvtrinsmøder. De her folk elskede hash, ligesom mig! De røg hele dagen og natten lang, ligesom jeg gjorde! Deres liv drejede sig om at skaffe og ryge hash, ligesom mit gjorde! Da mødet var forbi, vidste jeg at jeg havde fundet et hjem, et sted hvor jeg hørte til og passede ind. Der gik ikke længe før MSA blev det primære omdrejningspunkt i min helbredelse.

Jeg fandt også en sponsor til mit første møde. Det var nærmest uhyggeligt at høre ham dele sin livshistorie. Jeg havde det som om, vi kunne have været tvillinger der blev skilt ved fødslen. Det der var sket for ham var praktisk talt identisk med min oplevelse af livet. Efter mødet spurgte jeg

om han ville være min sponsor. Senere fandt jeg ud af, at det var ham der havde startet det her MSA møde i april 1986.

Da jeg kom ud af behandling efter tre uger, fandt jeg hurtigt ud af et par ting. For det første, at bare fordi jeg var blevet clean og ædru, betød det ikke at alt ville gå efter mit hoved. For det andet, at jeg havde en hel masse indestængte følelser, som jeg var nødt til at forholde mig til for første gang i mit liv.

En af de primære årsager til at jeg blev ædru var at få min kone tilbage. Selvfølgelig måtte hun kunne se, at jeg havde forandret mig og nu var blevet den mand og far hun altid havde ønsket sig. Det var et meget smertefuldt chok, da hun fortalte mig, at hun ikke ville give mig en ny chance, at jeg havde forvoldt hende for megen smerte i løbet af vores år sammen til at hun ville risikere at blive såret igen. Min sponsor blev ved med at sige, at jeg også skulle lave første trin på hende. Ikke alene var jeg magtesløs over for stoffer og alkohol, jeg var nødt til at indrømme at jeg også var magtesløs overfor hende.

Det at min kone afviste at prøve igen fremkaldte en stærk følelse af at være blevet såret og stærke følelser af skyld, tristhed, frygt og vrede – følelser jeg aldrig før havde forholdt mig til uden at bedøve mig selv med kemikalier. Men jeg havde ikke noget valg. Enten måtte jeg lære at integrere mine følelser på en sund måde eller begynde at ryge og tage stoffer igen. Min sponsor og de folk der kom til MSA møderne lærte mig mange redskaber til at håndtere den følelsesmæssige rutsjebane jeg var på. De sagde, at jeg skulle ringe til dem dag eller nat, så jeg kunne få snakket ud om det. De foreslog mig at gå til møder hver dag og dele om de ting jeg følte. De foreslog, at jeg blev til en kop kaffe sammen med dem efter møderne, så vi kunne snakke mere dybt og lære hinanden rigtig at kende. De foreslog mig at arbejde med trinnene ved at skrive ned, hvordan trinnene relaterede til mit liv. De foreslog, at jeg lavede de tre første trin og ellefte trin dagligt. De foreslog, at jeg førte en logbog, hvor jeg skrev om mine følelser. De foreslog, at jeg lavede servicearbejde og hjalp en anden. Jeg fulgte alle deres forslag, og selv om det alt sammen hjalp utrolig meget, var den ting de havde foreslået der hjalp allermest at bede.

I starten troede jeg at de lavede sjov. Bede? Nul putte. Du må da være åndssvag! At bede havde aldrig gavnet mig før. Jeg fik aldrig det jeg bad om. Min sponsor spurgte mig, hvad det var jeg havde bedt om. Jeg forsøgte at være strengt ærlig (hvilket var en anden ting, de havde foreslået mig) og indrømmede, at jeg for det meste havde bedt om at få et knald, få fat i noget superlækker hash gratis eller bare virkelig billigt, eller at blive rig, så jeg kunne købe al den hash jeg ville. Når jeg var vred, bad jeg om at alle de mennesker der havde forurettet mig måtte blive ramt af en eller anden frygtelig katastrofe. Min sponsor svarede, "Måske beder du om de forkerte ting". Hvad andet kunne man bede om?

Andet trin besvarede det spørgsmål for mig. Jeg lærte at bede om at få min sunde fornuft tilbage. Jeg vidste, at hvis jeg blev for vanvittig ville jeg begynde at ryge igen. Men alene kunne jeg ikke styre de tanker og følelser der skubbede mig udover kanten. Den dag i dag lyder min mest virkningsfulde bøn: "Hjælp mig Gud, jeg er ved at blive vanvittig". Hver gang jeg siger de ord, sker der noget der distraherer mig og får mig ud af mig selv længe nok til at vanviddet går over.

Jeg tror der er tre unikke ting ved tolvtrinsprogrammerne, som gør det muligt for kemisk afhængige mennesker at leve uden stoffer og alkohol. Den første er ideen om at én afhængig hjælper en anden gennem sponsorskab, møder og servicearbejde. Den anden er ideen om at holde sig ædru blot for i dag, en dag ad gangen. Den tredje er den vigtigste, nemlig ideen om en individuel Højere Magt som det står beskrevet i tredje trin: "Gud, som vi hver især opfattede Gud".

Folk siger, "Hvordan kan du tro, at Gud eksisterer, når du kan se, at verden i dag er fuld af krig, brutalitet, fattigdom og lidelse?" Mit svar lyder: "Jeg kan ikke se, at Gud har særlig meget med de ting at gøre". Det er mennesker, ikke Gud, der har forårsaget denne verdens lidelser. Gud har givet os mennesker den største gave af dem alle – den fri vilje. Gud vil ikke få os til at gøre noget vi ikke vil. Det er op til os at vælge mellem godt og ondt, rigtigt og forkert. Desværre vælger alt for mange mennesker egoisme frem for kærlighed, og endnu flere vælger apati frem for at hjælpe. Det ved jeg, at jeg gjorde i alle de år jeg røg, drak og tog stoffer.

Den Gud jeg tror på i dag er helt klart ikke den samme hævnerrige Gud, jeg lærte om da jeg var ung. Faktisk er det ikke engang den samme Gud, som jeg forstod Gud, da jeg lige var blevet ædru. Ligesom min forståelse af mig selv og af livet er vokset, er min ide om min Højere Magt vokset. I dag tror jeg på en Gud der interesserer sig for mig som individ og vil gøre hvad som helst for at hjælpe mig til at blive det bedste menneske jeg kan blive, og det har intet at gøre med sex, stoffer eller penge. Det har at gøre med at vælge at gøre Guds vilje frem for at følge min egen egoistiske og selvdestruktive vilje.

Det er kun ved Guds indgriben gennem MA programmet, min familie og mine ædru venner fra MA, at jeg har kunne holde mig ædru og clean igennem alt det der er sket for mig i løbet af min helbredelse. Livet i helbredelse har ikke været nemt. Jeg har skulle forholde mig til separation, skilsmisse, døden, økonomiske problemer, lavt selvværd, depression, ensomhed og hjælpeløshed. Jeg har også været nødt til at forholde mig til rent fysisk og følelsesmæssig smerte.

Samtidig har Gud givet mig mange gaver i min ædruelighed. Jeg har et virkelig godt forhold til mine forældre. Min søn valgte at bo hos mig for seks år siden. Vi er ret tæt – så tæt som en olding nu engang kan komme på sin teenagerknægt. Jeg er velrespekteret på mit arbejde. Efter otte års kamp har jeg fået den bachelorgrad jeg startede på for en menneskealder siden. Jeg har en kærlig sponsor. Jeg er sponsor for andre. Jeg har en masse gode venner i MA. Jeg er stolt over at have set MA vokse fra det ene MSA møde til den verdensomspændende organisation den er i dag. Jeg føler

mig bæret over at have været med til at starte to møder som stadig trives i dag. Jeg er vokset i takt med og sammen med MA.

Det bedste ved det hele er, at jeg kan lide og holder af mig selv, jer og livet. Livet i ædruelighed er ikke altid nemt, men det har været det hele værd. I dag behøver jeg ikke at gå gennem livet alene. Gud, min familie, min sponsor og alle fra MA er her til at støtte mig. Sammen kan vi opnå alt.