

Et liv, der er værd at leve

Jeg er hashafhængig. Nogle gange virker det som om MA-møderne er det eneste sted, hvor folk ikke morer sig over den udtalelse. Mange mennesker ser hash som et harmløst stof, der ikke har nogen alvorlige bivirkninger. De skulle have set mig det første år af min cleantime. Da jeg holdt op med at ryge hash, begyndte jeg at føle noget igen – følelsesmæssigt og fysisk. Jeg havde det som en tandbyld under en ispose. Abstinenserne var smertefulde og dybt ubehagelige. Da jeg stoppede med at ryge hash, slog realiteterne ved at ramme bunden igennem for mig. Det der startede som harmløs rygning i fritiden blev til et skjold mod smerten og virkeligheden – smerten i mit liv og virkeligheden ved at leve i hverdagen.

Da jeg begyndte at ryge hash, var det en del af en større oplevelse som karakteriserede min samtid: Borgerrettighedskampen, Vietnam krigen, hippier, flower power og slagord som "turn on, tune in, and drop out". Det politisk korrekte var at ryge hash. Det virkede så rigtigt på det tidspunkt. At ryge hash var en måde at erklære min uafhængighed og skabe en identitet. Mange af mine venner holdt efterhånden op med at ryge hash og kom videre med deres liv, men hashen blev omdrejningspunktet i mit liv. Som praktiserende hashafhængig hørte jeg ekkoet af ordet "skæv" inde mit hoved igennem to årtier. Det tog mig tyve år at forstå at hashen ikke dulmede min smerte; den gravede bare smerten dybt ned inde i mig selv. Ædrueligheden åbnede en Pandoras æske af følelser.

Jeg var ikke fuldmoden hashafhængig i begyndelsen. Det tog noget tid, om end det ikke var lang tid. Jeg flirtede med andre stoffer, men min affære med hashen fortsatte længe efter jeg holdt op med at nyde andre stoffer, inklusiv alkohol. Min erfaring siger mig, at når jeg tager det første hiv, så aner jeg ikke hvornår jeg stopper. Jeg er ikke typen, der kan ryge en enkelt joint i dag og så vente et halvt år før jeg ryger den næste. Sådan fungerer det ikke for mig. Om jeg ryger én eller en million joints, så er det aldrig nok for mig.

Jeg begyndte i dagbehandling. Hospitalets afvænningsprogram krævede, at man deltog i mindst et ugentlig møde i et tolvtrinføllesskab for ens foretrukne stof. Jeg opfyldte lige nøjagtig minimumskravet. Til møderne var jeg skeptisk og mente at de andre havde langt større problemer med stoffer end mig. Jeg holdt mig ædru i korte perioder, for så at gå ud og forske videre. Det stod på i adskillige år. Hver gang jeg gik ud, følte jeg mig mere og mere magtesløs overfor hash, og mit liv blev mere og mere u håndterligt. Min afhængighed fastholdt mig i følelsen af ensomhed, angst og depression.

I løbet af den her periode mødte jeg en anden hashafhængig som deltog i den samme dagbehandling som mig. Denne gang var det altså mit fjerde forsøg på at holde mig ædru. Han gav mig et kort hvor der stod: "Velkommen min ven, jeg ser en ven i dig, for ved at lade mig hjælpe, hjælper du også mig. Ja, jeg har haft et problem, så du er ikke alene i båden. Hvis du har lyst til snakke om det, så slå på tråden". På kortet stod også hans navn og telefonnummer. Jeg tænkte,

"Den her fyr er simpelthen for syret. Det må være en joke". Det jeg dengang betragtede som en joke viste sig senere at blive min redningsplanke. På trods af mine følelser beholdt jeg kortet. Da jeg nåede et punkt, hvor jeg ikke længere kunne kæmpe med problemet alene, ringede jeg til nummeret. Han begyndte at tage mig med til møder og hjalp mig til at forstå, at jeg kunne leve mit liv uden hashen én dag ad gangen. Vi gik til møder i det der dengang hed Marijuana Smokers Anonymous (MSA). De fleste møder var ret små. Et møde med mere end ti mennesker virkede stort. De uddelte mørkegrønne mønter hvor der stod MSA i sort med fede typer for forskellige ædruelighedsperioder. Jeg mødte mange forskellige slags folk til møderne. Det gik op for mig, at afhængighed er en demokratisk og meget rummelig sygdom. Den diskriminerer ikke mod nogen; alle er lige velkomne uanset race, nationalitet, religion, uddannelse og økonomisk niveau, og der er plads til mænd, kvinder, unge og børn.

Da jeg lige var blevet ædru, var nøglen for mig på side 59 i Anonyme Alkoholikers store bog. "Halve løsninger var til ingen nytte. Vi stod ved et vendepunkt. Vi overgav os helt til Hans beskyttelse og omsorg". Halve løsninger var til ingen nytte for mig. Den lektie havde min erfaring lært mig. Før jeg var klar til at fuldt ud at indrømme, at jeg havde et problem med hash og livet helt generelt, virkede programmet ikke for mig. Jeg lærte, at helbredelse giver en løsning på problemerne med at klare livet. De trinøvelser jeg lavede med vejledning fra min sponsor gjorde mig i stand til at gøre mit liv væsentligt bedre. Trinnene gav mig mulighed for at forholde mig til de fejl og uretmæssigheder jeg begik i den tid hvor jeg røg. Trinnene hjalp mig til at begynde at se på den adfærd som skabte vanviddet i mit liv. Vanvid er for mig, og for mange andre afhængige, når man gør den samme ting igen og igen og alligevel forventer et nyt resultat. I dag vælger jeg som regel at lade være med at leve i problemet. I stedet foretrækker jeg at finde en løsning som kan hjælpe mig til at leve et mere lykkeligt liv med min sunde fornuft. Trinnene er redskaber, som jeg kan bruge i det daglige, når jeg skal forholde mig til de følelsesmæssige konflikter der uundgåeligt opstår i mit liv.

I dag er jeg mere og mere villig til at tage ansvar for mit liv. Jeg er taknemlig over for de mange mennesker, som gennem årene har taget del i, og stadig tager del i, min helbredelse. Jeg har altid haft et liv. Takket være MA har jeg nu et liv, der er værd at leve.