

## Det der Gudshalløj

Jeg er en hashafhængig i helbredelse, som er opvokset under freds- og frihedsbevægelsen i 60'ernes turbulente Berkeley i Californien. Når mine veninder sagde, at de aldrig ville ryge hash eller tage stoffer, sagde jeg ikke noget, for det var jeg altid klar over, at jeg ville gøre en skønne dag (og hele mit voksne liv). Men det var ikke mit eget valg at begynde. Min far fik mig skæv, da jeg var meget lille, hvilket jeg ikke kan huske. Da jeg var seks, tog min far syv skud LSD, flippede ud og indlagde sig selv på statshospitalets psykiatriske afdeling. Han kom ud i 1971, og jeg har ikke set ham siden. Da jeg var ni, gav en ven af familien mig et skud meskalin. Min vej blev lagt, da jeg skrev "F – you!" med to meter høje bogstaver i sandet. Kort tid efter begyndte jeg at stjæle al den hash, jeg kunne komme i nærheden af og løj samtidig om det. Da jeg var tretten, røg jeg hele dagen, hver dag. Jeg flyttede hjemmefra, da jeg var femten for at flygte fra smerten og ryge så meget, jeg havde lyst til.

Allerede fra første gang tog jeg stoffer af én grund – for at flygte. Jeg havde oplevet så mange traumer, da jeg var syv, at jeg simpelthen ikke ønskede at føle noget eller være i min egen krop. Det kaos der var omkring mig var alt for meget til, at jeg kunne håndtere det som barn. Jeg kan huske, at jeg bevidst valgte mine venner ud fra, hvor meget hash de røg, og droppede de folk der ikke passede ind i mit behov for at ryge mig skæv. Mit liv blev formet efter jagten på den rus lige siden. Jeg pushede og satte mig selv i farlige situationer for at finansiere min livsstil. Jeg havde ingen respekt for nogen og bebrejdede hele verden mine problemer, men nu ved jeg at problemet i virkeligheden var sygdommen indeni mig. Jeg fortsatte i den afhængige adfærds onde cirkel i lang tid, selv under min helbredelse.

Jeg tog andre stoffer og drak alkohol, men hashen var min eneste virkelige ven. Jeg var fantastisk god til at skjule det. Min egen mor anede ikke, hvor meget jeg røg. Jeg fik konsekvent topkarakterer, jeg var vellidt (undtagen af mig selv), og jeg var en god medarbejder.

Min hashrygning hjalp mig til klare det, men vigtigere endnu, det hjalp mig til at få følelsen af, at jeg hørte til i en verden, jeg aldrig følte mig tryk i. Jeg var en funktionsdygtig hashafhængig, hvilket gav mig den tilladelse, jeg havde brug for til at fortsætte med at tage stoffer. Jeg hang ud med folk, jeg ikke brød mig om og ikke havde lyst til at være sammen med for at opretholde min vane. I dag vælger jeg mine venner efter de positive ting, vi kan tilbyde hinanden. Jeg er en ægte ven og tager del i min familie.

I starten handlede min hashrygning om at have det sjovt, grine og få ædeflip. Til sidst vendte hashen mig ryggen. Jeg var træt, men kunne ikke falde i søvn efter mit aftenritual. Jeg var sulten, men kunne ikke spise efter den nødvendige før-måltids-ryger. Jeg blev mere og mere paranoid og irrationel. Jeg brød mig ikke længere om det, og alligevel var det som om, jeg var ude af stand til at holde op. Jeg røg mere end alle omkring mig og forstod ikke hvorfor, de ikke ville blive ved med at ryge sammen med mig. Jeg ville stirre på et billede af min far, mens jeg græd og tænkte:

"Jeg vil ikke ende som dig far". Jeg havde brugt mit liv på at gå i hans fodspor og så mig selv droppe ud af college. Jeg var fortabt og forvirret. Tiden var inde. Jeg slog op i telefonbogen for at finde et tolvtrinsprogram og gik til mit andet møde. Det første havde jeg været til sammen med min onkel seks måneder forinden, og jeg var ræset væk derfra, så hurtigt jeg kunne, på grund af det der Gudshalløj.

Jeg har ikke været nødt til at ryge hash eller tage andre stoffer i over ti år. Min helbredelse har været en fantastisk rejse med op- og nedture, bevidsthed og benægtelse og opdagelsen af, at jeg bare er et menneske. Jeg behøver ikke længere at bære hele verden på mine skuldre. Livet er ikke længere sort og hvidt. Der er et fuldt spektrum af farver og nuancer indimellem. I dag føler jeg alle mine følelser og ved, hvad de er. Jeg tager imod følelserne med åbne arme og er ved at lære ikke længere at lade dem styre mit liv. Jeg har i dag et forhold til min mor, som jeg aldrig havde drømt om ville være muligt. Vi er faktisk blevet venner og ser frem til at tilbringe tid sammen. I dag er lektien for mig at bryde den tvangsmæssige adfærd som fulgte med mine afhængigheder. Jeg integrerer min traumatiske barndom og mit uhandterlige voksenliv i takt med, at jeg udvikler mig og bliver en moden ansvarlig voksen. Jeg er på den kontinuerlige vej, der fører til at lære at elske mig selv og at være sammen med mig.

I begyndelsen troede jeg at det at opgive hash, var det sværeste jeg nogensinde havde gjort i mit liv. Jeg kastede mig hovedkulds ud i helbredelsen og gjorde hvad som helst for at holde mig clean. Det var virkelig et minut ad gangen til tider, og der var masser af udfordringer. Det virkede for mig; ikke kun fordi jeg var parat, men også fordi jeg gjorde det, der blev foreslået. Jeg lukkede andre ind for første gang og gav det, jeg fik tilbage. Jeg gik til møder hver dag, nogle gange mere end et. Jeg fik en sponsor og arbejdede med trinnene. Jeg brugte telefonen! Og det gør jeg stadigvæk. Jeg lavede servicearbejde! For mig var det svært at læse og skrive, og det er det stadigvæk, men jeg gjorde det alligevel. Jeg prøvede at bede og meditere, så godt som jeg kunne. I dag tror jeg, at det at leve er det sværeste, jeg nogensinde har gjort, men belønningerne er det hele værd. Det eneste jeg skal er at dukke op og fortælle sandheden.

Da jeg fandt MA, fandt jeg et hjem og en familie, der ville gå vejen sammen med mig og vise mig, hvordan jeg skal leve. Det var ærligheden, det åbne sind og villigheden der hjalp mig til at blive ved med at komme tilbage. Det der hjalp mig med afrusningen og at holde mig clean var simple ting: masser af brusebade, gåture og is. Jeg opgav alle mine gamle venner, inklusiv min familie, og opbyggede nye venskaber i helbredelse. Det var de sene snakke om aftenen efter møderne og trinmøderne, der hjalp mig mest. Min sygdom handler mest om frygten for at blive forladt og være alene, så jeg omgav mig selv med naturen (min Gud) og venner i helbredelse. I dag kan jeg bede om hjælp og lade andre hjælpe mig. Alligevel kæmper jeg stadig med at få et nej. Jeg har lært at køre bil, leje videofilm, købe ind og more mig uden en joint i munden. Jeg lavede min fjerde trinsopgørelse på cafeer og gik til masser af møder. Det der fik mig til at blive ved med at komme tilbage var mit ego, og at jeg ikke ville miste mit forhold til min sponsor. Jeg fik at vide,

at jeg skulle holde mig til vinderne. Det gjorde jeg og i dag er en dobbelt vinder. I dag har jeg fået lov til at genopdrage mig selv og arbejde med mine problemer med min medafhængighed, som hænger sammen med mit liv som afhængig, og det at være et produkt af en dysfunktionel familie i 60'erne.

I den tid jeg har været i helbredelse for min hashafhængighed, har jeg været igennem terapi, genfødsel, primalterapi, trinnene, kirker, at gå til møder, at lade være med at gå til møder, depression, at miste mit hjem i en ildebrand, at gå konkurs, at blive gift, at blive separeret, at ryge cigaretter, at holde op med at ryge cigaretter... og jeg har ikke været nødt til at tage stoffer (og jeg har heller ikke haft lyst til at tage dem). Programmet virker, hvis jeg arbejder med programmet! Jeg gjorde det, dem har gået før mig, foreslog mig at gøre. Jeg lagde mit liv og min vilje over til min Højere Magts omsorg, arbejdede med trinnene sammen med en sponsor og lavede servicearbejde med alt lige fra kaffebrygning til tre års arbejde på World Service niveau. Alt dette har gjort en stor forskel i min helbredelse. I dag ved jeg, at jeg skaber min egen elendighed og kun mit åndelige velfærd kan trøste og hjælpe mig. Jeg har haft nogle få fantastiske sponsorer, som har hjulpet mig til at lære mere om mig selv. De forhold er stadig af uvurderlig værdi den dag i dag. Som selvstændig gør-det-selv-menneske har jeg opdaget, at det at være ydmyg er nok til at lukke andre ind og det at dele mig selv med dem, har været en ufattelig givende oplevelse.

Jeg har prøvet mange ting for at lære mere om Gud, sådan som jeg opfatter Gud, i min helbredelse. Der har været gudstjenester, svedehytter, fem år i en øde skov, bøger og lange teologiske diskussioner med andre om deres tro. Det ikke at have tillid til mig selv eller verden har betydet, at jeg har kæmpet længe med det der Gudshalløj. Jeg troede på, at der var en magt større end mig selv, fordi jeg kunne mærke og høre det indeni. Det var den ting, der lærte mig forskellen på rigtigt og forkert eller gav mig venligheden til at hjælpe nogen over gaden. I begyndelsen lod jeg bare som om. Jeg brugte ordet "løve" i stedet for Gud, fordi det stod for det mod og den styrke og visdom, som jeg behøvede for at blive med at komme tilbage og lade være med at ryge mellem møderne. Jeg plejede at synes, at jeg var heldig, fordi jeg ikke var opdraget med nogen religion, for det gjorde det lettere for mig at forstå det her program. I dag har jeg opdaget, at mine barndomsoplevelser faktisk har gjort det mere vanskeligt for mig at lukke de ægte gaver fra Guds kærlighed ind i mit liv. Jeg har ladet min uvidenhed og frygt afholde mig fra virkelig at forstå og definere, hvad Gud betyder for mig. Det ikke at lukke Gud ind i mit liv har gjort mit liv sværere, end det behøver at være.

Nu hvor ringen endnu engang er sluttet, sætter jeg ganske enkelt en fod foran den anden, og lader programmet virke for mig. Bøn og meditation er nøglen til min sindsro i dag. Jeg har ladet alle paraderne falde og lader en magt større end mig selv føre mig. Jeg oplever, at min Gud er overalt, i alt hvad jeg gør: Om jeg går, snakker, synger, danser, griner, græder eller elsker. Min åndelighed er en aktiv del af mit liv i dag og vokser og forandrer sig konstant. Det føles ikke længere som en sko, der ikke passer. Vanviddet bestod i, at jeg blev ved med at prøve at få mit liv til at fungere så

længe. Det er Gud (sådan som jeg, og ikke alle mulig andre, opfatter Gud) der holder mig sund og i live i dag.

Det solide fundament, som jeg byggede i de tre første år af min helbredelse, har båret mig igennem mange svære tider i løbet af de sidste ti år. Det afholder mig fra at ryge mig skæv, når livet er svært. Selv om jeg har mistet så meget kærlighed i mit liv, bliver jeg altid forbløffet over, at jeg stadig drages mod at elske og nære omsorg for mig selv og andre. Når jeg ikke stiller mig i vejen for det, tager min Højere Magt vare på mig. Jeg er taknemlig for min helbredelse og de tolv trin, for jeg ville ikke være i live uden dem. Det overrasker mig ikke, at jeg er i gartnerbranchen. Dybest set hænger det jo sammen med min forbindelse til naturen og universet. Jeg har fået så meget i mit liv, som jeg ikke ville have fået uden dette program og uden MA-fællesskabet.