

# Alkoholistin mietteitä muutaman kuukauden selvänä olon jälkeen

Julkaistu 17.11.2014

Nimeni on Mari ja olen juonut koko aikuisikäni. Täytän tässä kuussa 42. Alkoholien käyttäni oli hirveää viimeisten viidenkuuden vuoden aikana. Join joka päivä. Joka Ikinen Päivä. Määrät olivat itselleni valtavia; kolmen litran punaviinipönnikkä riitti kahdeksi illaksi, oli arki tai viikonloppu. Siihen lisäksi vielä olutta ja siideriä. Kuitenkin lapset ja työni hoidin aina, jos en moitteettomasti niin kunnolla kuitenkin. Väsytti vaan, mutta illan alkoholiannokset veivät väsymyksen pois ja jaksoin taas.

Päivät kuluivat odottaessa ensimmäistä punaviinilasillista ja ah sitä autuutta kun maistoit lasista ensimmäisen suullisen: tuntui kuin koko elämä olisi hymyillyt. Kukaan ulkopuolinen ei tiennyt juomisestani. Kun näin ystäviä tai sukulaisia, oli aina viikonloppu ja viikonloppuisinhan on hyvä syy ryyppätä, ei sitä kukaan ihmetellyt. Oma mieskin joi, mutta ei arkena kennejä kuitenkaan, pari saunakaljaa riitti..

Viimeisen kahden vuoden aikana aloin inhota juomista. En sitä ensimmäistä enkä toistakaan lasillista, ei toki, mutta monien lasillisten jälkeen täydessä kännissä rukoilin jo Jumalaa antamaan minulle voimaa lopettaa juominen. Tiesin, ettei minusta ole lopettamaan, yksikin ilta selvinpäin oli liikaa, kaksi jo täysi mahdollisuus.

Ilta illalta kuukausien saatossa itseinho vain kasvoi ja hirveässä kännissä keskellä yötä mietin surkeaa kohtaloani alkoholistina, joka helvetin yö. Viime keväänä kaverini, juoppo hänkin, alkoi puhumaan, josko syksyllä otettaisi sellainen muutaman kuukauden tipaton jakso. Joulun asti olisimme juomatta, vähän vajaa puoli vuotta siis. Ei minun tarvinnut sitä miettiä, suostuin heti ja mielelläni suostuinkin. Ajattelin toki, että syksyyn olisi vielä pitkä aika ja saisin ihan rauhassa juoda kesäni, otan syksyn sitten kun sen aika on.

Jollain tapaa sen kesän kuitenkin tein pesäeroa alkoholiin. Selvinpäin mietin, mitä eniten odotan ensimmäiseltä ryyppyltä, miksi sitä odotan ja kännissä kuulostelin, miltä se itsestäni tuntuu. Aina jouduin myöntämään, ettei hyvältä tunnu ja "tallensin" sen tunteen myöhempää käyttöä varten. Kesäiltoina juodessani summailin, mitä jään paitsi juodessani; soutuaretket lasten kanssa, telttaretket, lepakkohäijä... Mihinkään en ehtinyt, kun oli niin kiire juoda.

Huomasin, että kesän edetessä aloin odottamaan h-hetkeä innolla, ajattelin, että juominen on nyt nähty ja syksystä tulee äärimmäisen jännittävä uusine elämäntapoineni. Nyt eletään sitä syksyä. Viimeisen ryyppyäni otin 2.8., enkä yhtään ole pettynyt jännittävään syksyyni. Olen saanut elämäni niin paljon muuta, olen alkanut lenkkeilemään ja laihtunut toistakymmentä kiloa (näytän aika hiton näpsäkältä nykyään, vaikka itse sanonkin), lasten kanssa käydään uimassa monta kertaa viikossa, samoin elokuvissa aina välillä ja tapahtumissa kun niitä järjestetään. Käyn teatterissa ja näyttelyissä, teen kaikkea mitä olen aina halunnut. Nyt minulla on niihin aikaa, halua ja jaksamista. Energiaa on kuin pienessä kylässä ja mieli on iloinen ja positiivinen ensimmäistä kertaa vuosiin.

On vain yksi mutta. Kun tipatonta syksyä mietittiin, päätimme takarajaksi joulun. Nyt tuohon joulun on puolitoista kuukautta ja tuntuu pelottavalta kun se lähestyy. Jos olisin päättänyt alunperin pitää tipattoman vuoden, tai kaksi vuotta, uskon että olisin siihen pystynyt. Mutta kun päättämispäiväksi asetin jouluaaton, on äärettömän vaikeaa sitä nyt muuttaa... Mieli haraa vastaan. En siis halua juoda jouluna, mutta toisaalta haluan, ja näen että minulla on siihen myös oikeus. Jotenkin.

Tätä kohtaa tässä tarinassa onkin vaikein selittää; Miksi en päättänyt alunperinkin tipattomaksi vuotta tai kahta tai vaikka koko elämää. Nyt minun pitää tehdä se tipaton päätös vielä toistamiseen ja se on vaikeinta ikinä. Toisaalta mielessä on pyörinyt, että entä jos otankin viinilasillisen tai kaksi? Tai mitä se haittaa, vaikka juon itseni täysin känniin? Olenhan tipattoman lupaukseni jo täyttänyt. Mutta toisaalta taas, olen rakastanut jokaista hetkeä tässä syksyssä. Olen rakastunut uudelleen elämään ja rakastan myös itseäni taas. Miksi pilaisin tämän sillä samalla paskalla mikä teki elämästäni helvetin vuosiksi?

Miten käy uusien harrastusten; juoksulenkkien ja uimisen jos juominen taas valtaa elämäni? Tietäähän tuon... Eli ei se alkoholipiru ole minusta minnekään lähtenyt. On helppoa olla juomatta, kun sen päätöksen on tehnyt, mutta se päätöksen teko on vaikeaa, varsinkin nyt kun onnistumisen tunne alkoholiittomasta elämästä on päällimmäisenä mielessä ja alkoholihuruinen väsymys tipottiessään.

Toivottavasti ymmärrätte ehkä sekavankin kirjoitukseni ja saisin jonkun kommentista kiinni sen punaisen langan, joka antaisi minulle voimaa tehdä se päätös vielä toistamiseen. Haluaisin niin olla juomatta koko loppu elämäni, miksi hitossa menin lupaamaan itselleni alkoholia jo jouluna?

**Nimimerkki:**

Mari

link

**Lähde verkko-osoite:** <https://paihdelinkki.fi/fi/tarinat/lue-tarinoita/alkoholi/alkoholistin-mietteita-muutaman-kuukauden-selvana-olon-jalkeen>