

# 10 vuotta itseni puolella

Julkaistu 19.9.2016

Lapsena olin ujo urheilijatyttö. Ensimmäiset kännit ja röökkit vedin n.13-vuotiaana, kesänä ennen yläasteelle siirtymistä. Lapsuudesta on muistikuvia kun siskojen kanssa koputamme vessan oveen joka on lukossa, sisällä sammunut isä. Tai kun heräämme yöllä savunhajuun kun isä on keittänyt makkaraa yöpalaksi ja sammunut keittiöön. Toki jotain hyviäkin asioita muistan. Humalahakuinen juominen kuului nuoresta asti kaikkiin tilanteisiin. Muistan kun aikuisena halveksuin ihmisiä jotka joi saunakaljan tai lasin viiniä ruoan kanssa "hukkaan menee, maistuu pahalle, eihän siitä tule edes känniin, miksi mennä kahville, sillä rahallahan saa jo kaljan, aina voi juoda 5 ym.

Olen aina ollut parisuhteessa paljon juovan ihmisen kanssa, tai ilman parisuhdetta-aikana harrastanut kännissä irtosuhteita, mistä on tullut hirveä olo ja morkkis. Muistan viimeiset kännit. Päätin tiistaina että vedän perseet olalle, raahaan kotiin miehen ja menen krapulassa töihin. Näin tapahtui, töissä kehuskelin kun on niin kova krapula. Kukaan ei sanonut mitään.

Tammikuussa 2017 tulee 10 vuotta siitä kun lopetin. Silti inhoan ja häpeän menneisyyttäni. Raitistuin, koska olin ollut jo pari vuotta huolissani juomisestani. Sain masennusdiagnoosin ja pääsin terapiaan. Fiksu terapeutini sanoi että minun on tehtävä jotain tälle juomiselleni. Pääsin A-klinikalle nopeasti ja siellä alkavaan taideterapiaryhmään. Muistan kun huomasin että puissa on vihreät lehdet ja kuulin lintujen laulun. Ensimmäinen tilaisuus vanhojen työkavereiden kanssa ilman alkoholia, vain kahvia, oli todella vaikea. Tunsin että olen taas se pieni tyttö joka vain punastelee ja nauraa muiden jutuille eikä osaa itse puhua mitään, ja se hävettää. Selvisin siitä. Muutkin tunteet tuntuivat vahvemmin ja edelleen on vaikea kestää vaikeita tunteita, koska olin tottunut huuhtomaan ne alkoholilla kurkusta alas.

Edelleen oireilen masennuksella ja ahdistuksella, olen yksinäinen, työelämässä on vaikeuksia ja olen koukussa sokeriin ja pullaan. Vaikka elämänlaatuni onkin parantunut huomasti kun ei tarvitse ryypätä, mietin, loppuuko tämä oireilu koskaan. Haaveilen että voisin olla kohtuukäyttäjät (en voi). Haaveilen myös että löydän miehen joka hyväksyy minut tällaisena ja haluaa jakaa arjen kanssani.

Ihana että löysin tämän sivuston! Jos mietit omaa juomistasi, hae apua. Se kannattaa aina. Joskus käy mielessä minkälaista elämäni olisi jos vielä joisin, jos olisin edes hengissä.

## **Nimimerkki:**

arpako

link

Lähde verkko-osoite: <https://paihdelinkki.fi/fi/tarinat/lue-tarinoita/alkoholi/10-vuotta-itseni-puolella>