

Vielä viimeinen mörkö

Julkaistu 4.1.2017

Olen 43-vuotias nainen, ollut nyt alun viidettä vuotta ilman päihteitä, mutta en vielä päivääkään vapaa riippuvuudesta.

"Väärinkäyttö" alkoi jo ala-asteikäisenä ja yhä jatkuu muiden keinojen puuttuessa kohdata tunteita tai elämän vaihtuvia tilanteita. Kaikkeen on tullut reagoitua riippuvuuskäyttäytymisellä. En tiedä, mitä normaali elämä on. Sokeri loi pohjan, joka matkan varrella vain vaihtui milloin nikotiiniin, alkoholiin, kannabikseen tai amfetamiiniin ja palaili aina niiden jäädessä takaisin syömishäiriökäyttäytymiseen, joka ollut nyt aktivoituneena vuosien remission jälkeen siitä saakka, kun päihteet jäivät.

Tahdon vapaaksi. En jaksata tätä enää. Päätän lopettaa, mutta taas löydän itseni mättämästä ja oksentamasta, itkemästä ja ihmettelemästä, mikä mättää ja mitä tulisi tehdä oikein päästäkseen lopullisesti kierteestä irti. Elämä ei ole helposti opittavissa kylmiltään, yksin. Eikä varsinkaan, kun yhteiskunta ei tästä samankaltaista ongelmansignaalia anna tai sitä tue, kuin muista... En kuitenkaan ole enää valmis tai halukas palaamaan päihteiden pariin. Joten. Joko yksin, tai avun kautta, tästä ON selvittävä.

En ole koskaan ollut varsinaisesti minkään 'avun' piirissä. Usko on tuonut kasvavan ymmärryksen arvostani ja merkityksen sille, että huostaanotettujen lastenikin tähden tahdon voida osoittaa, että muutos on mahdollinen. Tämä viimeinen vain ei meinaa hellittää, enkä siis kokemuksen puutteesta tiedä, olisiko jonkinlaista ulkopuolista apua mahdollista saada. En haluaisi tukehtua pytyä päälle.

Koetan opetella ajattelua "päivä kerrallaan" sen sijaan, että "kerran vielä", kuten Bitten Jonsson jossain ilmaisi sen kuuluvan edetä, jos mielihäiriön selättää. Eli, askel kerrallaan siihen turvautuen, että Taivaan Isä ei minua yksin jätä ja antaa voiman muutokseen. Iloa teille ja luottamusta parempaan tulevaan!

Nimimerkki:

Pullerikki

link

Lähde verkko-osoite: <https://paihdelinkki.fi/fi/tarinat/lue-tarinoita/muut-tarinat/viela-viimeinen-morko>