

Nyt loppu

Julkaistu 7.1.2020

Ero. Viime keväänä erosin miesystävästäni. Se oli kova paikka molemmille. Siihen suhteeseen kuului alkoholi jonkin verran, ja viimeinen pisara olikin, kun mieheni tuli työpaikalleni ja alkoi puhumaan minulle alentavasti ja osittain haukkumaan. En mielestäni sellaista ollut ansainnut, joten halusin taukoa suhteesta. Mieheni ei muistanut tästä tilanteesta mitään. Tunsin olevani yksin, halveksittu ja laitettu naurunalaiseksi. Itseluottamukseni mureni.

Tutustuin muutamaa ihmiseen, joiden kanssa aloin tavata alkoholin merkeissä, sitä oli aina valmiina kylmässä. Halusin tuntea itseni tärkeäksi, osaksi jotain, joten tein kuten hekin tekivät, join alkoholia ja pidin hauskaa. Kaikki tuntui helpolta, turvalliselta ja mukavalta. Ei tarvinnut miettiä tai ottaa vastuuta, annoin vaan mennä, kuitenkin miettien, että nämä olisivat minun kesäkavereita, ja syksyllä aloittaisin "uuden elämän".

Syksy meni ja talvi tuli. Sama meno jatkui. Aloin kyllästyä ja ahdistua. Aina pitäisi olla menossa ja juomassa, sitten kärsin krapulaa yksin kotona ja olin huonovointinen niin fyysisesti kuin psyykkisesti. Muut harrastukset jäivät sitten kesän, mikä minua vaivaa?

Aloin tarkkailemaan itseäni, en enää naura samanlailla kun kesällä. Jatkuva ahdistus koettelee koko olemustani, masentaa enkä nuku enää öisin. Tätä en halua, en pidä enää siitä mitä näen katsoessani peiliin. Missä on persoonani? Olen lihonut, syön joskus kun muistan, epäterveellisesti ja satunnaisesti. Fyysinen kunto on nollassa ja olen jatkuvasti kipeä. Muutamit kerrat lähiaikoina olen lähtenyt juomaan toisten kavereiden kanssa, muisti on mennyt ja kotona herään jonkun miehen vierestä. Kauheat morkkikset ja aamulla pakko ottaa juotavaa jotta olo ei olisi niin kurja.

Päätin että nyt saa riittää. Ei enää alkoholia, haluan katsoa peiliin ja olla iloinen, tyytyväinen, onnellinen. Tämä on mun eka raitis päivä kuukausiin. Nyt menen päivä kerrallaan ja pyrin tekemään joka päivä paremman valinnan. Toivota onnea minulle.

Nimimerkki:

Tacolady89

link

Lähde verkko-osoite: <https://paihdelinkki.fi/fi/tarinat/lue-tarinoita/alkoholi/nyt-loppu>