

NAGYOT TETT VELEM Ő, AKI HATALMAS

Soha nem voltam szociális ivó. Nem emlékszem, hogy valaha is tudtam volna normálisan inni úgy, mint a többiek.

Talán 14 éves lehettem, amikor egy vidéki nyaralás során, táncolni mentünk szombat délután a helyi kultúrházba. Nem volt bátorságom fölkérni azt a kislányt, aki nagyon tetszett nekem, ezért – megfogadva idősebb társaim tanácsát -, a buszpályaudvar restijében megittam egy fél kevertet. Ekkor találkoztam először az alkohollal és életre szóló kapcsolat alakult ki köztünk. Úgy éreztem már az első korty után, hogy ezt nekem találták ki, ez kell nekem.

A középiskolában is iszogattam, de az igazi meglepetés bevonulásom után ért. A katonaságnál kiképzés alatt nem hagyhattam el a laktanyát, mivel gépkocsizó voltam, a kantinba sem mehettem; néhány nap alatt jelentkeztek a később már jól ismert elvonási tünetek. Remegtem, verejtékeztem. 19 éves voltam ekkor. Szegény szakembereknek bizonyára csalódást okozok, de nekem nem volt „időm” ahhoz, hogy alkoholista váljak belőlem. Én alkoholista vagyok az első korty óta.

„Okom” sem volt rá.

Budapesten éltünk, rendes polgári környezetben, szüleim józan értelmiségiek, nagyon szerettem őket. Igazán szép gyermekkorom volt. Nyitva állt előttem az élet, még válogathattam is a lehetőségekből. Felvettek a Bölcsészettudományi Karra, jeles eredménnyel végeztem az első négy szemesztert, de az utolsó latin vizsgámra már részegen mentem be. Emlékszem, furcsán nézett rám a tanár, én azonban csak akkor eszméltem fel, amikor szembe kellett nézmem a ténnyel: nem tudtam befejezni az egyetemem. Vizsgázni még lehet néha piásan, tanulni nem.

Megnősültem, családot alapítottam. Gondoltam, ez majd lehetőséget ad egy új élet kezdésére. Már az esküvőmön berúgtam. Feleségem egyre többet sírt. Arra gondoltam, biztos gyengék szegénynek az idegei.

Egyik munkahelyet követte a másik. Sehol sem volt maradásom. Jobbnál – jobb állásokat veszítettem el ivászatom miatt. Ráadásul gépkocsivezető is voltam több helyen, és a vége fel ittasan kellett vezetnem, hogy ne okozzak balesetet rosszulétem miatt.

1982-ben elhatároztam, hogy abba hagyom az ivást. Erre az időre esett hitbéli megtérésem. Megkeresztelkedtem, komoly vallásos életet kezdtem élni. Vallásos antialkoholista voltam, sajnáltam és lenéztem azokat a szerencsétleneket, akikbe nincs akaraterő és elegendő hit.

Elkezdtem sportolni. Marathont futottam, elsőik között kezdtem az abban az időben született új sportot, a triatlont. Vasi Vasember lettem Szombathelyen, majd kicsattantam az egészségtől.

A régi ivászatok távolinak tűntek, megnyugodtam. 5 évig egy korty alkoholt sem ittam. Boldog voltam, hiszen meggyógyultam.

És ekkor egy családi konfliktus kapcsán, önsajnálát, tehetetlenség-érzés, szorongás keletkezett bennem, amivel nem tudtam mit kezdeni. Gondoltam, megiszom egy pohár bort. Kézenfekvő megoldásnak tűnt. A második pohár után soha nem tapasztalt boldogság öntött el. Szerettem az egész világot, minden embert. El is határoztam, hogy mindig két pohárral iszom csak, mert ha itt megállok, akkor szabad, derűs emberként tudok működni.

Megittam az egész üveget. Ezután lementem venni még kettőt, azt is megittam és ettől kezdve minden kijózanodási próbálkozásom kudarcot vallott. Nyolc év leírhatatlan szenvedés következett. Vidékre költöztem, a Bakonyhoz közel, egy kis faluba. Talán majd itt! Itt nem ismernek. Itt új életet kezdek. Még aznap este lerészegedtem.

Nem akarom részletezni a „borzalmaimat”. Elvesztettem a becsületedet, egzisztenciámat, gyermekeim bizalmát, és a mi a legszörnyűbb, a hitemet is. Én akkor még nem tudtam, hogy Az, akit én elhagytam, soha nem hagyott el, akkor sem. Isten ott volt velem akkor is, amikor dülöngélve, részegen koptattam a Szondi utca macskaköveit és zokogtam a zuhogó esőben.

Már nem sportoltam, nem futottam, biciklim ott porosodott a pincében. 1995 nyaráig tartott életem legsötétebb szakasza, pokolra szállásom igaz története. Arra gondoltam, hogy meg kellene halni. Meg is próbáltam, de nem sikerült. Nem engedte Ő, Akinek még tervei voltak velem.

Kármelhegyi Boldogasszony búcsúját tartották azon a nyáron. Kimentem az erőben fekvő csendes kolostorba. Aznap még nem ittam. Körülnéztem, és amikor meggyőződtem arról, hogy nem lát senki, letérdeltem. Valami eddig soha általam nem tapasztalt, kétségbeesett könyörgés tört ki belőlem Mária előtt. Amikor elhallgattam, csend lett. Hatalmas csend. Kívül – belül. Valaki megölelt. Még most is érzem azt a melegséget, meghittséget.

Még egy –két hét kellett, hogy eljussak a mélypontomra, és amikor már járni sem tudtam polineuropátiámtól, hallucinációk kezdtek előjönni, feleségem és a fiam autóba tuskoltak és elvittek egy terápiára. Még mielőtt bementem az addiktológiára, kéretem 3 deci villányi rizlinget. 1995 augusztus 14 én, 11.31-kor történt. Azóta nem kellett innom.

A terápián bevezettek az A.A.-ba. Valaki kérdezte, mikor volt az első józan napom, mert itt szokás, hogy onnan számolják józan napjaikat. Nézegettem a naptárat, és döbbenet fedeztem fel: első józan napom: augusztus 15! Nagyboldogasszony ünnepe! Micsoda isteni dramaturgia! Eszembe jutott a kármelita kolostor, ahol Valaki átölelt. Tehát igaz! Nem hagyott el!

Azonnal elindult a felépülésem. Legnagyobb lökést a Nagykönyv egyik mondatától kaptam, amely arról ír, hogy az AA felépülési programja nem arról szól, hogy nem iszunk, hanem arról, hogy miként józanodunk.

A Józanság tehát életforma, életfilozófia, nem csak egy negatív hozzáállás a betegséghez. Nem antialkoholizmusról vagy alkoholellenességről van szó, hiszen az én alkoholizmusomnak én vagyok az oka, nem egy kismolekulájú szerves oldószer. Ez már tetszett. Dolgozhatok magamon, felelősséggel tartozom másokért is, át kell adnom az „üzenetet” más alkoholistáknak. De hiszen ez annyi munka, hogy egy élet is kevés rá! Ez kell nekem. Olyan elánnal vágtam bele a józanodásban, mint ahogy ittam. Lelkesen, mértéket nem ismerve. Ma is ezt teszem. Úgy józanodom, ahogy ittam. Három ásónyommal.

Mi történt azóta?

Le van írva a Nagykönyvbe, a „Tizenkét Ígéret” – nél.

Amikor ezeket a sorokat írom, 4912 napos vagyok, februárban lesz 13 és fél éve, hogy nem kell innom.

Visszakaptam a családomat, a hitemet, a becsületesemet, az egzisztenciámat. Hivatást is kaptam. Ötven évesen megszereztem a diplomát is, amit huszonévesen elittam. Egyházam felszentelt lelkipásztora vagyok, főállásban pedig józanodó sorstársaimnak adhatom át megélt tapasztalataimat. Boldogan józanodom honi csoportomban, melynek társalapítója vagyok.

A sport? Nos, én, aki járni sem tudtam már, 20 maratont futottam azóta, és 2001-ben teljesítettem az Ironman triatholont. Ma már nem indulok versenyeken, jólesően kocogok a természetben, élvezem a mozgást, az évszakok illatát.

Végére kényes ponthoz érkeztem.

Sokszor kérdezik tőlem: hogyan sikerült? Mi a titka?

Ha őszinte akarok lenni; nem tudom.

Nekem, aki kilométereket gyalogoltam egy fröccsért, belenyúltam feleségem pénztálcájába, hogy ihassak, 4912 napja nem volt ivásvágyam. Ez idő alatt egyetlen szem nyugattót vagy altatót nem vettem be. Erre nincs semmilyen természettudományos magyarázat. Ezek tények.

Csak egyet tudok, az viszont átélt tapasztalat, valóságos csoda.

Nagyot tett velem Ő, aki hatalmas.

Iván D.