

ami 75%-os eredményességet jelent. Az 1996-os dátum azért fontos számunkra, mert felépülési programunk azóta egészült ki néhány szükséges és alapvetően fontos csoporttal, mely az eredeti modellnek jellemzője. A józanok közül 3-an kiemelten foglalkoznak alkoholisták kezelésével.

Végezetül az orvos-kollega hozzájárulásával szeretném közreadni az általa személyesen átélteket a terápia során.

A dátumot – . . . . . – mikor a Szigetvári Kórház Alkohológiai osztályának „lakója” lettem, soha nem fogom elfelejteni. Megelőzően csak részinformációim voltak az osztály létezéséről, amit a más helyeken eredménytelenül kezelt alkoholisták utolsó mentváraként emlegettek. – Orvosként talákoztam néhány korábban általam reménytelennek hitt alkoholistá betegemmel, akik számomra valamilyen misztikusnak tűnő módon leszoktak az ivászatról. Nekem ebből akkoriban az volt a fontos, hogy ennyivel is kevesebb, főként éjszakai zaklatással járó munka jutott, ami ezen betegek alkohollal kapcsolatos szövődményeivel (delírium, vérzés, családi perpatvarok stb.) volt kapcsolatos. Egyszóval, fogalmam sem volt az osztályon folyó tevékenységről, de nem is nagyon érdekelt.

Miután a már évek óta rendszeresen fennálló alkohollal kapcsolatos problémáim napi gondokká váltak, a magam elhatározásából először ambuláns, majd intézeti kezelés segítségével próbáltam megszabadulni alkoholfogyasztási problémáimtól. Nem kis része volt ebben a családom, barátaim és munkáltatóm által rám kifejtett „nyomásnak”. Átmeneti „sikerek” után – mely kinkeserves absztinenciában nyilvánult meg – mindannyiszor visszaestem, mely végül akár halállal is végződhető mélyponthoz vezetett. Így kerültem az osztályra, előzetes egyeztetést követően.

Még az előbb említett állapotomban is telve voltam fenntartással, melyek az első, „segítőmmel” történt beszélgetést is az osztályon tapasztalt fizikai körülményeket látván csak fokozódtak bennem. Nagyon nehezen vettem tudomásul, hogy én nem vagyok kollega, „doktor úr”, hanem csak X. Y. akit mindenki tegez, lett – légyen az lumpen, segédmunkás, munkanélküli, akárki ...

A körülmények – kórtermi, higiéniai – még rá is tettek „néhány lapáttal” erre a búskomornak nevezhető hangulatomra. Nehezen tűrtem a bezártságot, a személy-

zet és betegársak rám nehezedő „vizslatását”, az „egyik a sok közül” egyre kevésbé tagadható megnyilvánulásait. Mindent kritizáltam, betegtanácson még azt is mondtam, hogy a „rablógyilkos is kimehet legalább egy órára a szabad levegőre”.

Idősebb betegársaim segíteni, nyugtatni kívánó szavai csak nagyon lassan jutottak el tudatomhoz. Így volt ez feleséggemmel szemben is, aki sokszor telefonált és amilyen gyakran csak tehetett, meglátogatott.

Próbáltam beburkolózni, gyakran tettetett olvasással és alvással, de ez egyre kevésbé sikerült. A lépcsőházi, egyre szaporodó beszélgetések során kezdtem rájönni valódi helyzetemre. Itt derült ki számomra, hogy mit sem számít a diploma (másnak is volt); az alkohol szinte pontról pontra ugyanúgy bánt el mindannyiunkkal, de még ezt a tényt is próbáltam egy darabig kívülről szemlélni (velem azért nem „annyira” ...).

Az igazi fordulat az első lépés „megtétele” után következett be, melyet nálam nagyon gyorsan követett a második és harmadik. Ez egy általam még soha át nem élt érzésben, lelki katarzisban nyilvánult meg. „Megadtam” magam minden és mindenki előtt és egyben átadtam magam Felsőbb Erőmnek, ISTENEMNEK. Ha nem velem történik meg, el nem hiszem senkinek, hogy léteznek csodák. Márpedig velem akkor és ott csoda történt, és ezt a mai nap is így látom.

Ettől kezdve a hatalmas lelki terhektől megszabadulva, a fizikai állapotom javulásával párhuzamosan könnyednek, jókedvűnek, felszabadultnak éreztem magam. Kezdem átlátni a „Minnesota program” lényegét, mely nem abban rejlik, hogy milyenek az osztály fizikai körülményei. A segítők (orvosok és nővérek) valóban segíteni (és a nem „macerálni”) akarnak, miközben magunk is egymás segítőivé válunk.

A filmek, könyvek, csoportfoglalkozások mind értelmet nyertek, látható közelségbe hozták a felépülés rögzös útját. Segítettek, segítenek az élet várható nehézségeit józan fejjel megoldani, jót adni és kapni, örömet okozni és örülni. A program, a segítők nyitották meg az utat önmagam legyőzéséhez, melyről mindmáig nem hittem el, hogy az ember számára létező legnagyobb kihívás. Hát velem ez is megtörtént...

Hogy mindezek után mi a véleményem az „OSZTÁLYRÓL”? – mondja meg az aki elolvassa ezeket a sorokat ...!