

## הוא חי רק כדי לשתות

"הטיפו לי, ביקרו אותי, קיללו אותי, אבל אף אחד לא אמר לי מעולם 'אני מזדהה עם מה שקורה לך'. זה קרה לי, וזה מה שעשיתי בקשר לזה."

(446)

במבט לאחור על חיי איני רואה שום דבר שהיה בו כדי להזהיר אותי או את משפחתי מפני האסון שהביא עלינו האלכוהוליזם. למיטב זיכרונו הקולקטיבי לא היה מעולם אף שתיין במשפחתנו משום צד. משפחתנו באה ממסורת בְּפִי־סִיטִית דרומית עתיקה. אבי היה כומר, ואני הלכתי לכנסייה מדי יום ראשון עם כל בני משפחתי, וכמוהם הייתי פעיל בעבודת הדת. הוריי עבדו בתחום החינוך; אבי ניהל את בית הספר שבו למדתי ואמי הייתה מורה שם. הם היו חברים פעילים בקהילה המקומית וכולם כיבדו אותם. במשפחתנו שררו אחווה ואֶכְפִּתוּת. סבתי מצד אָמִי התגוררה אֶתְנוּ ועזרה לגדל אותי. היא הייתה אישה דתית מאוד ודוגמה חיה לאהבה ללא תנאי.

בילדותי הוטבעו בי ערכים של מוסר ושל למידה. אמרו לי שאם אתה מחונך היטב לאורם של ערכי מוסר, לא יהיה דבר שיעמוד בדרכך להצלחה בחיים אלה ולעולם. כילד וכאדם צעיר הייתי אוונגליסט. לפי זרם זה בנצרות, המאמינים חייבים להתנזר לחלוטין משתיית אלכוהול, וכך נהגתי. הצטיינתי בלימודי בבית הספר וחלמתי על קריירה של הוראה ועזרה לזולת.

את המשקה האלכוהולי הראשון שתיתי הרחק ממשפחתי, רק לאחר שהלכתי ללמוד באוניברסיטה יוקרתית בחוף המזרחי. אמנם טעמתי קודם לכן בירה ומעט יין, אבל החלטתי שאני מעדיף מיץ פירות. לפני כן לא ביקרתי מעולם בבר, עד שערב אחד שכנעו אותי חברים לבוא איתם לארוחה רגועה בליווי קוקטיילים. הייתי מסוקרן. אני עדיין זוכר את האווירה המעורפלת אפופת העשן, את הקולות העמומים ואת קרקוש הקרח בכוסות. הכול היה מתוחכם להפליא. אבל יותר מכול אני זוכר את התחושה הראשונה שהוויסקי החם חולל בגופי.

שתיתי כל כך הרבה באותו ערב, עד שאף אחד מחברי לא האמין שלא שתיתי מאז ומעולם. לא השתכרתי, אבל היו חלקים באותו ערב שלא זכרתי למחרת. אבל החשוב מכול באותו לילה היה שהרגשתי שאני שייך. הרגשתי בבית בעולם, היה לי נוח בחברת אנשים. למרות שכילד הייתי פעיל בכנסייה ובחיי בית הספר, מעולם לא הרגשתי באמת בנוח. למעשה, הייתי חסר מנוחה וחסר ביטחון בחברת אנשים ורוב הזמן הכרחתי את עצמי להיות חברותי כמו הוריי, כי זה מה שציפו ממני. אבל אותו לילה בבר לא היה דומה לשום דבר אחר בחיי. לא רק שהרגשתי לגמרי בנוח, אלא שבאמת אהבתי את כל הזרים שהיו סביבי, והם החזירו לי אהבה, והכול בזכות אותו שיקוי קסום – אלכוהול. איזו תגלית!

בשנה שלאחר מכן התחלתי לעבוד כמוֹרֶה. מְשָׁרְתִי הראשונה הייתה בקולג' שהיה מרוחק כשמונים קילומטר מעיר הולדתי. עוד בטרם הסתיימה שנת הלימודים נתבקשתי להתפטר מעבודתי בגלל השתייה.

בתוך זמן קצר הפכה השתייה לדרך חיים מקובלת אצלי. אהבתי משקאות אלכוהוליים. אהבתי אנשים ששתו ואת המקומות שבהם שתו. באותה תקופה, אף שאיבדתי את מְשָׁרְתִי וגרמתי בושה למשפחתי, לא עלה על דעתי כלל שאלכוהול עלול להיות בעיה. הִחְלַטְתִּי החלטה נחרצת שעמדה להנחות אותי לאורך שנים רבות: האלכוהול הוא חבר שלי, ואני אלך אחריו עד קצות תבל.

אחרי אותה משרה ראשונה היו משרות רבות נוספות שאיבדתי מכיוון ששתיתי. לימדתי בבתי ספר רבים ובמדינות שונות (בארה"ב). כבר לא הייתי הבחור המוסרי הצעיר שייעודו בחיים הוא לעזור לאחרים לחיות טוב יותר. הייתי קולני ויהיר, כועס ופוגעני, תמיד מאשים אחרים ומתעמת איתם. נאסרתי והוכיתי. הבל הפה שלי היה דוחה, ולעתים קרובות השתכרתי בכיתות ובמקומות ציבוריים. בסופו של דבר עבודתי כמורה הסתיימה בביזיון. משפחתי לא הבינה מה קורה לי וגם אני לא הבנתי. ברגעים של בהירות הייתי מלא בושה, אשמה וחרטה. גרמתי מבוכה לכל מי שאי פעם האמין בי, ובעיני אחרים הפכתי לבדיחה. ביקשתי את נפשי למות. עכשיו הפך האלכוהול לחברי היחיד.

מצאתי את עצמי בבית חולים לחולי נפש, ושם מן הסתם ניצלו חיי. איני יודע כיצד הגעתי לשם, אבל אני יודע שהפכתי לאובדני. היה לי נוח בבית החולים, וכאשר שוחררתי אחרי כמה חודשים - בכיתי. באותו זמן ידעתי שלא אסתדר מחוץ לחממת בית החולים. היה לי ביטחון מאחורי החלונות המסורגים של בית החולים ורציתי להישאר שם עד סוף חיי. אמנם לא יכולתי לשתות שם, אבל היו שם תרופות מרגיעות וגם אחרות, ואני השתמשתי בהן.

המילה אלכוהול מעולם לא הוזכרה, ואני לא מאמין שהרופאים ידעו הרבה יותר ממני על אלכוהוליזם. לאחר ששחררתי מבית החולים עברתי לעיר גדולה כדי להתחיל מחדש. חיי הפכו לסדרה של התחלות חדשות. עם הזמן הרמתי כוסית, השגתי משרות טובות ואיבדתי אותן כמו בעבר. כל רגשות הפחד והחרטה חזרו עשרת מונים, כשהם מלווים בדיכאון נוראי. עדיין לא הבנתי, שהשתייה עלולה להיות הסיבה לכל הסבל. כדי להתקיים מכרתי את דמי ואת גופי. המשכתי לשתות. הפכתי לחסר בית וישנתי במסופים של אוטובוסים ורכבות. ליקטתי בדלי סיגריות מהמדרכות, שתיתי מבקבוק יין משותף עם שיכורים אחרים. שתיתי את דרכי למחסה העירוני לגברים והפכתי אותו לביתי. קיבצתי נדבות. באותו זמן חייתי רק כדי לשתות. לא התרחצתי ולא החלפתי את בגדיי; הסרחתי; הפכתי רזה וחולני; התחלתי לשמוע קולות וראיתי בהם אותות מבשרי מוות. הייתי מפוחד, יהיר, כעוס ומלא זעם על אנשים, על אלוהים ועל היקום כולו. לא היה לי דבר לחיות בשבילו, אבל הייתי מפוחד מדי לשלוח יד בנפשי. בשלב זה הכניסה אותי עובדת סוציאלית למשרדה; היא עבדה עם חסרי הבית והיתה חברה מפוכחת ב"אלכוהוליסטים אנונימיים", והיא סיפרה לי את הסיפור שלה – כיצד היא שתתה, מה קרה וכיצד התפכחה. איש לא עשה זאת קודם לכן. הטיפו לי, ביקרו אותי, קיללו אותי והמליצו לי, אבל לראשונה אמר מישהו: "אני מזדהה עם מה שעובר עליך. זה קרה גם לי, וזה מה שעשיתי בעניין." באותו ערב היא לקחה אותי לפגישה הראשונה שלי ב-A.A.

באותם ימים ראשונים האנשים בפגישות עטפו אותי בחביבות, ולא שתיתי. אבל השדים הרוחניים של הגמילה נחתו עלי. אני הייתי שחור והאחרים – לבנים. מה הם יודעים על סבל? מה הם יכולים לספר לי? הייתי שחור והייתי מבריק ולכן העולם דחה אותי כל הזמן. שנאתי את העולם, את האנשים שבו ואת האל המעניש. ועם זאת האמנתי שהאנשים ב-A.A. היו כנים, ושהדבר שבו האמינו עבד בשבילם. רק לא האמנתי ש-A.A. תעבוד עבורי, שיכור שחור.

עוד זמן רב האמנתי באמת ובתמים שאני שונה, עד שהיתה לי מה שעכשיו אני יודע שהיתה ההתעוררות הרוחנית הראשונה שלי: אני הייתי אלכוהוליסט, ולא הייתי חייב לשתות! כמו כן למדתי שאלכוהוליזם, כמחלה הנוהגת בשוויון הזדמנויות, אינה מפלה בין אנשים – היא אינה מוגבלת לגזע, לאמונה או למיקום. סוף כל סוף השתחררתי מההשתעבדות לייחודיות שלי.

בתחילת תקופת הפיכחון שלי היה עלי לגור במלון עלוב ושורץ שיכורים. לראשונה נעשיתי מודע בצורה חמורה לסביבה שחייתי בה – הצחנה, הרעש, העוינות והסכנה הפיזית. הטינות הצטברו עם ההבנה שבמו ידיי הורדתי לטמיון קריירה, המטתי בושה על משפחתי והתנכרתי לה, והגעתי לשפל המדרגה כשגרתי במחסה לחסרי בית. ועם זאת הצלחתי להבין שמדורת הטינה והזעם דוחפת אותי להרים כוסית ולצלול אל מותי. אחר כך הכרתי בכך שאני צריך להפריד את הפיכחון שלי מכל דבר אחר שקורה לי בחיים. לא משנה מה קורה ומה לא קורה, אני לא יכול לשתות. למעשה, הדברים שקרו לי בחיי – לכולם כאחד לא היה כל קשר לפיכחון שלי;

הגאות והשפל מתרחשים בנהר החיים כל הזמן, לטוב ולרע, ואיני יכול להרשות לעצמי שהפיכחון שלי יהיה תלוי בעלויות ובירידות של החיים. הפיכחון חייב לעמוד בפני עצמו.

וחשוב עוד יותר – הגעתי לאמונה שאיני יכול לעשות זאת לבד. מאז תקופת הילדות ולמרות האהבה שקיבלתי, מעולם לא הנחתי לאנשים, גם לא לקרובים אלי ביותר, לחדור לחיי. כל חיי חייתי בשקר תהומי, בלי לחלוק עם איש את מחשבותיי ואת רגשותיי האמיתיים. חשבתי שיש לי קשר ישיר עם אלוהים, ובניתי סביבי חומת אי-אמון. ב-A.A. התוודעתי למשמעות המופשטת של המילה "אנחנו" החוזרת ומופיעה בשנים עשר הצעדים, ובהדרגה הכרתי בכך שאני יכול להפריד את הפיכחון שלי מהסכנות שבחוץ ולהגן עליו מפניהן, רק באותה מידה שבה אני סומך על הניסיון של חברים מפוכחים ב-A.A., החולקים עם אחרים את מסעם לאורך שנים עשר הצעדים אל ההחלמה.

מתנות הפיכחון ניתנות בשפע ומתעצמות, ממש כמו אופייה של המחלה שהן מחליפות. אחת מהן היא בוודאי השחרור מכלא השונות, וההכרה בכך שדרך החיים של A.A. היא ברכה ושהיא זכות גדולה מעין כמוה – ברכה של חיים חופשיים מהכאב ומההשפלה שבשתייה, חיים מלאים בשמחת הפיכחון, וזכות לגדול בפיכחון מדי יום ביומו ולהביא לאחרים את מסר התקווה כפי שהוא נמסר לי.

## חזון של החלמה

תפילה חרישית ושבירית של אינדיאני משבט מיק-מק  
כוננה קשר מתמשך עם כוח עליון.

(494)

חשבתי שאני שונה בשל היותי אינדיאני. שמעתי הצהרה ברוח זאת מילידים אמריקאים רבים בפגישות הראשונות שלי ב-A.A. אני רק משכתי בכתפיי ואמרתי לעצמי: אתה חושב שאתה שונה, ומה באשר אליי? אני לא רק אינדיאני, אני גם ג'ינג'י!

גדלתי בשמורת אינדיאנים בקנדה. כנער צעיר הייתי אינדיאני גאה בן שבט המיק-מק (שבט אינדיאנים גדול החי במזרח קנדה ובצפון מזרח ארה"ב). בני משפחתי נודעו כשתיינים כבדים, אלימים וקשוחים, ואני התגאיתי בהם. סיפרו לי שסבא שלי היה הציף של השבט, אבל נאלץ לעזוב את התפקיד משום שנכנס לכלא לאחר שירה באדם. הישיבה בכלא הייתה כמעט כמו עיטור של כבוד במשפחה שלנו, או לפחות כך זה נראה לי אז. אני זוכר שכילד קטן נהגתי לעמוד על ארגז בירה (תמיד היו הרבה כאלה סביב לבית) ולומר לעצמי: בעוד כמה שנים אהיה בגובה כזה.

אך היו פעמים שבהן חזיתי בהתפרצויות הזעם של אבי והתמלאתי פחד. נשבעתי שלא אהיה כמוהו, אבל באותם ימים לא הבנתי את הקשר בין הכעסים לבין אלכוהול. תמיד חשבתי שאני שונה. פעמים רבות רציתי מאוד שיהיה לי שיער שחור כמו לכל חבריי. בני משפחתי דיברו בבית בשפת המיק-מק, אבל אני סירבתי לדבר בה; כשהם פנו אלי עניתי באנגלית. הרגשתי שאיני יכול לדבר מיק-מק טוב כמו הוריי, ולכן הייתי נחוש בדעתי לא לדבר בה כלל.

הייתי בן עשר כששתיתי לראשונה משקה אלכוהולי. בערב השנה החדשה גנבתי מהוריי שתי כוסות וודקה. איני יכול לומר שהמשקה עשה את מה שהיה אמור לעשות, כי נעשיתי חולה עד מוות, הקאתי ושלשלתי. למחרת הייתי אחוז אימה שהוריי יגלו את מה שעשיתי. לזמן מה למדתי את הלקח.

כמה שנים לאחר מכן, כשהייתי בתיכון, השגנו חבריי ואני בקבוק רום ממבריה משקאות אלכוהוליים. השתכרתי לגמרי וזה היה נפלא. אני זוכר שהיתה לי הרגשה של חופש מוחלט. שתיתי במהלך חמש עשרה השנים הבאות. השתייה הפכה לחלק חשוב בחיי, ואני חשבתי שזה נורמלי. אחר כך התחילו להופיע האלימות, המריבות והמכות, פעולות לא חוקיות והתדמית של "בחור קשוח". בני משפחתי התגאו בי, וכמה מהם אפילו עודדו אותי להמשיך.

במשך מספר שנים נכנסתי ויצאתי לסירוגין ממוסדות סגורים לחינוך מְתֵקָן של בני נוער, ואחרי שמלאו לי שמונה עשרה התחלתי לבלות בבתי כלא מחוזיים. כאשר חזרתי הביתה הרגשתי הייתה מרוממת, כי ידעתי שחבריי וקרובי משפחתי יכבדו אותי יותר, כי הייתי בכלא והפכתי ל"גברי".

כשהייתי במעצר במוסד לבני נוער, במרחק 800 קילומטר מביתי, נמסר לי שאמי גוססת ממחלת הסרטן. קיבלתי אישור לנסוע ולהיות אֶתָה זמן-מה. ערב אחד ביקשו בני משפחתי שאשאר אֶתָה בבית ואתן לה את התרופות שהיה עליה לקחת. כבר שתיתי כמה כוסיות והייתי חסר מנוחה, כי רציתי לצאת לחגוג עם חבריי, אבל הסכמתי בחוסר רצון להישאר בבית. התמלאתי רחמים עצמיים, וכל מה שחשבתי עליו היה הכיף שהיה יכול להיות לי. נהגתי באמי בחוסר סבלנות עם אמי, וכאשר סירבה לקחת את התרופות כמעט הכנסתי אותן בכוח לפיה; ואז עזבתי אותה והצטרפתי לחבריי. למחרת בבוקר התעוררתי בכלא המחוזי, 150 קילומטר מביתי. התברר שנתפסתי בידי המשטרה במהלך ניסיון פריצה.

באותו ערב, בעודי בכלא, אמי נפטרה. אֶפְשָׁרוּ לִי לִהְיוֹת לְלוּוִיָּהּ, וְאֲנִי עֲדִיין זֹכֵר עַד כִּמָּה בּוֹדֵד הֵייתִי שָׁם, גַּם כְּשֶׁהֵייתִי עִם בְּנֵי מִשְׁפַּחְתִּי. חֲשֵׁתִי רִגְשֵׁי אֲשֵׁמָה וַיִּסּוּרֵי מִצְפוֹן, וּבְמִשְׁךְ שָׁנִים הָאֲמֵנֵתִי שָׁאֲנִי אַחֲרָאִי בְּצוּרָה מְסוּיֵמֵת לְמוֹתָהּ שֶׁל אֲמִי. אִירוֹעַ זֶה רָדַף אוֹתִי בְּמִשְׁךְ שָׁנִים וְהִטְרִיד אֶת שְׁלוֹת נַפְשִׁי. הָאֲלֹכוֹהוּל הִפְקָה רִגְשׁוֹת מְכַאִיבִים אֵלֶּה לְזִמְנֵן קֶצֶר, אֲבֵל יִיסוּרֵי הַמִּצְפוֹן תִּמִּיד שָׁבוּ וְעָלוּ. בְּנִיסוּיֹן לְהִתְנַחֵם אֲמֵרְתִי לְעִצְמִי שְׁאוֹרַח חַיִּי הוּא חֶלֶק מִגּוֹרְלִי, כְּמוֹ גּוֹרְלָם שֶׁל רַבִּים מִבְּנֵי מִשְׁפַּחְתִּי, אֲבֵל יִיסוּרֵי הַמִּצְפוֹן נוֹתְרוּ בְּעֵינַם.

אֲנִי יֹכֵל לְזַכּוֹר רַק דְּבַר טוֹב אֶחָד שֶׁקָּרָה אֵז. כְּשֶׁאֲמִי שָׁכְבָה גּוֹסֶסֶת בְּמִיטָתָהּ דִּיבַרְתִּי אֶתָּה בְּשֵׁפֶת הַמִּיק-מִק. הִיא נִרְאָתָה מְאוֹשֶׁרֶת וְאֵמְרָה לִי שֶׁזֶה נִפְלֵא לְשִׁמוֹעַ אוֹתִי מִדְּבַר מִיק-מִק. אֲנִי נוֹצֵר בְּלִיבִי אֶת הַזִּיכְרוֹן הַזֶּה.

בְּהַמִּשְׁךְ פְּגִשְׁתִּי נְעֵרָה צַעִירָה וְנוֹלָד לִי בֵן. כְּאֵב גָּאָה נִתְּתִי לוֹ אֶת שְׁמִי, וְהִשְׁתַּיִּיה שְׁלִי פַחְתָּה לְזִמְנֵן מָה. יוֹם אֶחָד הִבְטַחְתִּי לְבִנִי שׁ"מִחֶר" אֶקַּח אוֹתוֹ לְסֵרֵט. בְּאֵמֶת הַתְּכוּוֹנֵתִי לַכֵּךְ מִעֵמְקֵי לְבָי וְצִיפִיתִי לְעֵשׂוֹת זֹאת. בְּאוֹתוֹ לֵילָה שְׁתִּיתִי כּוֹסֵית אַחַת, שֶׁהוֹבִילָה לְרַבּוֹת נוֹסְפוֹת. לְמַחֲרָת הִיָּה לִי הַנְּגָאוּבֵר, וְאֵף עַל פִּי שֶׁהִבְטַחְתִּי לְבִנִי לְלַכֵּת לְסֵרֵט בְּאוֹתוֹ אַחַר צֹהַרִים לְקַחְתִּי כּוֹסֵית כְּדִי "לְסַדֵּר" אֶת עִצְמִי. אוֹתָהּ כּוֹסֵית גִּרְרָה אַחֲרֶיהָ עוֹד וְעוֹד כּוֹסֵיֹת, וְאֲנִי הִצְדַּקְתִּי אֶת מַעֲשֵׂי בַכֵּךְ שֶׁאֲמֵרְתִי לְעִצְמִי: הוּא כָל כֵּךְ צַעִיר וְהוּא לְבַטַח לֹא יִזְכּוֹר שֶׁהִבְטַחְתִּי לוֹ לְלַכֵּת לְרֵאוֹת סֵרֵט. לְמַחֲרָת חֲשֵׁתִי רִגְשׁוֹת אֲשֵׁמָה וַיִּסּוּרֵי מִצְפוֹן, וְהִרְגַּשְׁתִּי שֶׁאֲנִי פְּשׁוֹט לֹא אֲבֵא טוֹב. נִיגַשְׁתִּי לְבִנִי וְהוּא דִּיבַר בְּהִתְרַגְּשׁוֹת עַל הַהִלִּיכָה לְסֵרֵט. לֹא יִכּוֹלְתִי לֹמַר דְּבַר, כִּי הִסֵּרְתָּ כֶּבֶד לֹא הוֹקֵרְךָ. הַנַּחְתִּי לְאָמוֹ לְהַסְבִּיר לוֹ.

בְּשָׁנִים שֶׁלְאַחַר מִכֵּן נְעֵרְתִי נִטְשָׁה אוֹתִי וְלִקַּחְתָּ אֶתָּה אֶת בְּנֵי, וְאֲנִי חֹזֵרְתִי לְגוֹר עִם אֲבִי. שְׁתִּיתִי הַחֲרִיפָה אֲפִילוֹ יוֹתֵר, וְאֶתָּה הִתְגַּבְּרוּ גַם רִגְשׁוֹת הָאֲשֵׁמָה, יִיסוּרֵי הַמִּצְפוֹן וְהַפְּחַד.

אושפזתי בבית חולים בעקבות איבוד נזלים והתייבשות, היה לי אירוע מוחי קטן, שְׁהִיְתִי במשך שבוע במחלקה פסיכיאטרית, והיו לי כמה התקפים אלכוהוליים. איבדתי את אמונם של בני משפחתי ושל חבריי. הם פשוט לא יכלו לסמוך עלי בשום דבר. מעת לעת הפסקתי לשתות לזמן מה, אבל תמיד חזרתי לשתיה.

אני בהחלט יכול להזדהות עם ביל ו' שאמר בעמוד 4 בספר הגדול: "... כששתיתי, שבה אלי ההחלטה הנחושה לזכות". הייתי שותה כוסית ואז ידעתי שהכול יסתדר. התכוונתי לתקן את דרכיי; הכול עתיד להשתנות – אתה תראה. אבל לא. דבר לא השתנה. ניסיתי כל כך הרבה דרכים לנצח במשחק: הלכתי לכנסייה ונדרתי לא לשתות יותר; הלכתי לבקתת הזעה אינדיאנית כדי להתנקות מרעלים; תכננתי לבצע פשע כדי להיכנס לכלא; נדרתי שאתרחק ממשקאות חריפים. שום דבר לא הצליח. אחר כך הגיעו הכדורים, שנועדו להפסיק את הרעידות ולהתרחק מהמשקה לזמן מה.

ערב אחד, במהלך מסיבה שערכתי בביתי, התעורר ויכוח שהוביל למהלומות, כרגיל. אחד מאחיי דקר אותי בגבי בסכין והתמוטטתי על הרצפה מחוסר הכרה. חזרתי להכרתי בבית החולים. הם אמרו לי שאחת מריאותיי נפגעה ושהוציאו ממנה נקז אל מחוץ לגופי. למחרת הגיעו כמה מחבריי לבקר אותי והביאו עימם בקבוק משקה. גאוותי עדיין הייתה שמורה עמי. עדיין הייתי הבחור הקשוח. שכבתי שם במיטה כשצינורות מנקזים את ריאותיי, מעשן סיגריות ושותה אלכוהול. לאחר זמן, כשהייתי ב-A.A., הייתה לי החוצפה לפקפק בצעד השני ולתהות מדוע היה צורך "להחזיר את שפיות דעתי".

אני יכול לומר בכנות ששום דבר לא "עבד" בשבילי עד שהצטרפתי ל"אלכוהוליסטים אנונימיים". לבסוף מצאתי את עצמי במרכז טיפול ואחרי תכנית שנמשכה עשרים ושמונה ימים התחלתי ללכת לפגישות A.A. על בסיס קבוע.

במרכז הטיפול הכירו לי את הספר הגדול של "אלכוהוליסטים אנונימיים", וכשעזבתי את המקום ידעתי שתקוותי היחידה היא שנים עשר הצעדים.

נאמר לי שתכנית A.A. היא תכנית רוחנית ושמוטב שיהיה לי כוח עליון. לא ידעתי דבר על אלוהים או על כוח עליון והתחלתי לנסות למצוא אחד כזה. בתחילה חשבתי שמכיוון שאני אינדיאני, אולי אני צריך לנסות למצוא אותו על פי המסורת שלנו. אחר כך חשבתי שאולי עלי ללכת לכנסייה שהיתה בשמורת האינדיאנים. אחר כך האמנתי שאם אלך למספיק פגישות A.A. ורק אשב שם, יתגלה לי חיזיון, ואז אחלים. יום אחד שאל אותי חבר, אם אני מאמין שאכן יש כוח עליון. האמנתי שיש אלוהים כזה או אחר. הוא אמר לי שזה מספיק, והמשיך ואמר שעם אמונה זו והתמדה בהגעה לפגישות אמצא כוח עליון כפי שאני מבין אותו. אני אסיר תודה היום על עצה זאת.

כעבור שלושה חודשים ב-A.A. חזרתי הביתה ערב אחד לאחר הפגישה ושמעתי קולות מוזיקה וצחוק של מסיבה עולים מן הדירה הסמוכה. כמה מחברי השתייה שלי היו במסיבה זו, ופשוט ידעתי שאני עתיד לסיים שם את הערב. לא רציתי לשתות, אבל המסיבה פעלה עלי כמו מגנט. אחוז פחד חציתי את הרחוב בריצה אל תא טלפון ציבורי. טלפנתי אל הספונסר שלי, אבל לא הייתה תשובה. רצתי הביתה בפניקה, נכנסתי לחדר השינה והתיישבתי על המיטה, נשאתי את מבטי מעלה ובקול חלוש אמרתי את המילים האלה: "ובכן, חבר, אני מניח שזה רק אתה ואני." תאמין או לא, זה עבד, מילים פשוטות אלו פעלו. משהו קרה: מעט שלווה עטפה אותי, החרדה נמוגה, נשכבתי על המיטה ונרדמתי. ישנתי טוב באותו לילה, השינה הראשונה הטובה מזה זמן רב. אותה בקשה חלושה מאלוהים פעלה. היא פעלה משום שהייתי כן ובאמת רציתי בעזרתו של אלוהים. מאותו יום ידעתי שמצאתי כוח עליון שיעזור לי.

במהלך החודשים הבאים החלו חיי להשתנות לאטם בשעה שעשיתי את הצעד הראשון של תכנית ההחלמה שלנו. בפגישות הקשבתי לדוברים והתחלתי ללמוד את הספר הגדול בעזרת חבר ותיק. בפולקלור של שבט המיק-מק יש אנשים קטנים שאנו קוראים להם בּוּגָהֶלְדְמוּגִיס. הם חיים בהרים, אבל לעתים קרובות הם מתגנבים לבתינו ועושים תעלולים, לרוב בלילה, כדי שלא יראו. כשראיתי שהפרק הרביעי בספר הגדול, "אנו האגנוסטים", משתנה לנגד עיניי, אמרתי לחברי A.A. שהבּוּגָהֶלְדְמוּגִיס השתעשעו עם הספר הגדול שלי. אתם יודעים מה? הם עדיין עושים זאת היום. עכשיו אני מבין שאני צריך להתמקד בריפוי המחלה הרוחנית שלי, ושככל שתתחזק אמונתי, כך יפחתו בעיותיי. היום יש בי יותר אמונה מאי-פעם, וככל שאמונתי גִדְלָה כך פחדיי מתפוגגים.

לְבַחור שבילה שנים בבתי כלא, בתי חולים, מחלקות פסיכיאטריות, בחור שלא יכול היה להפסיק לשתות – היה רק פתרון אחד – "אלכוהוליסטים אנונימיים" ושנים עשר הצעדים. הייתי בר-מזל שהונחיתי לכיוון הנכון. שינוי דרמטי התרחש בחיי. בקרוב אני מקווה לחגוג שנתיים רצופות של פִּיכחון. בתוך שנתיים השתנו חיי מהקצה אל הקצה. היום אני משמש ספונסר לאחרים. אני מבין את המילה חמלה ואני מרגיש אותה. בימים אלו אני עושה את הצעד השמיני ואני פשוט יודע שנכון לי עוד אושר בחיי, כאשר אמשך "לצעוד בדרך אל עבר גורל מאושר".