

nik bizi nuen ALKOOLISMUA

Gaurko gizonak materia ta plazerra menderatu dituala, esan oi da. Baiña, baita ere, materia ta plazerra gizonaren kontra eraiki direla, ta materiaren eta plazerraren oinpean arkitzen dela gizona. Ta batek pentsatzen du: edariaren,

Bizitzeko edan nuen estrifia. Urrena edateko bizi izandu nintzen. Ta azkenik, alkoolaren mendean edar bear izan nuen, ez dakit bizitzeko ala iltzeko...

alkolaren kaso!... Alkoolismua. Axnitz espezialista ta aldizkari famatuek gaurreguneko gaitz bildurgarrietako bat bezela salatzen dute. Nazio aurreratueta eta osatugabekotan. Numeroak kantari. Frantzia-k egiten du guztien buru edari kontu honetan: 100-eko 10 frantzitar alkoolizatuak omen dire. EE. UU., Ego Afrika, Chile ta Australia bigarren mailan: 100-eko 6 zurrutero porrukatuekin. Ta, gure artean? Araba, Naparro ta Gipuzko txapeldun..., estadistikak balio badute.

JAKIN-en azaltzen dugun artikulu bixi ta interesgarri honen bidez, Iñaki Albisu Jaunak berak biziriko alkoolismu trajeriaren esperientzi latza agertzen digu. Iñaki Albisu ez duzu espezialista bat, baizik alkooliko "kanonizatu" hoietakoa izaki, bizitza berri batera jaikitzeo balorea izan duan gizon jatorra. Eta bere burua salbaturik ikustean, bere anai alkooliko guztiak salbatu nai lituzkena, bizitza ederra delako ardo-ttanttorik proatu gabe ere! Orregaitik, ez dio lotsik ematen bere joana larru gorrian bestean aurrean azaltzeak.

Benetan eskertzen dizugu, Iñaki!

**Iñaki
albisu.**

Zuzendaritzak.

Amasei urte nituan. Denak ekin oi zioten zurruteari, eta edate-kontu ontan nagusi ziranak obeto begiratuak-edo izaten ziren. Ala iruditzen beintzat neri. Neurritik gora edate au eguneroki gauzea izandu zen gure zaarren artean.

Ta nik ere ortikan jo nuen. Ala ez egitea izango zen arritzekoa nerekin nere nortasunik-eza gogoan euki ezkeri; ez kemen eta ez borondate pillako gizon oietako bat baiño ez bainintzen. Gaiñera, edariak tenplean eta bizi-bizi jartzen ninduen. Beraz, nere nortasun eskas eta aularen bateak urratzeko zanga-zanga zurrut egitea baiño bide aproposagorik ez beretzat, eta orduan bai ekiten niola gogotik nere esperientzi moskorgarriari.

Zapoaren gisa puztutako moskor ustel oietakoak nazka ematen zidaten, baiña ba nekien nik zer egin bear nuen: alik ondoen bizi. Ta ontarako ezer oberik ez edaritik jotzea baiño, noski.

Laister ninduzun erriko gamberroen nagusi, baiño baita familiarentzako prolema galanta ere. Lagunen jolasgarri-edo xeblebre oietako bat nintzala sifistu arazi zidaten, eta ori neri gustatu egiten. Era berean, konturatu nintzen baita ere alkoolaren laguntzarik gabe ezin nindekeala irauan nere maillan eta egi au jakiteak zurrut bidean aurrera jarraitzea bear-tu ninduen. Gaiñera, gauzak ondo begiratura ez al zegoen ondo nere nortasun motel edo bildurti ura alkoolez bizkortzea?

Gogotik edaten nuen. Nere gorputza ordea, aguante aundikoa izaki, eta erruz bear nuen moskortzeko. Baiño arrapatzen nuen alare geien-tsuenetan galanta.

Bein baiño geiagotan zerbait bildurtu ere egin oi nintzen, baiña onela esan oi nuen nere artean bildurrak uxatzeko: "Zeifen ederra ta atsegifia dan berotasun au bizitzea: ordikeria, motell, gozotasunik gozoena duk... kontu pittin bat euki bearrean nauk, baiñan etzegok presarik oraindikan. Gero bai... gero zuzenduko nauk".

Urteak joan eta urteak etorri, nik lengo lepotik burua. Aita il zitzaidan, eta ia ez mintzen konturatu ere egin. Illotz aren aurrean edaria erabat uzteko erabakia artzeko gogoak emanda egon nintzen. Baiño ez nuen batere alakorik egin. Bildurrik geiena nere osasunak ematen zidan. Moskorkerian ez nuen arkitzen estrifeko gozotasunik eta atsegifik. Osasuna berriz, gero ta aulagotzen zijoakidan. Baiño era ontantxe jarraitu bearko nuen ziurki —eta bearko!— alkoola arnasa bezin bearrezko bai-nuen.

Kanpotarren ustez kaiku aundi bat baizik ez nintzen. Alperrontzi aundi bat. Etxean berriz monstro u baten antzera jokutzen nuen.

Etxetik kanpo betiko itxurak egiten jarraitzen nuen: bizimodurik ederrena aukeratu duanaren itxurak. Kanpotarren ustez prolema gabeko gizona nintzen, iztuna, alaia... Etxean ordea neroni nintzen, eta ni ez nintzen olakorik ezer, oso besterik baizik.

Nere alaitasuna etzan axalekoa eta itxurakoa baiño. Espirituz eta gorputzez zearo erorita dagoen bat ninduzun soil soilik. Ta nintzen bezela nere buruaren aurrean azaltzeko kemenik ez, eta egunero nere nortasuna alkoolez aldatu bear nere buruari eutsi al izateko...

Moskorkeri sail baten ondoren nere gorputzari ezer edaten ezifiekogertatzen zitzaionean, etzenduen ni bezin izaki trakets, ozipintsu eta errukarririk arkituko.

Ogeitamar urtetsu nitualarik eldu zitzaidan neri inpernu beltz au: amets nazkagarri batzuk, eutsi ezifiekogertatzen zitzaionean, etzenduen ni bezin izaki trakets, ozipintsu eta errukarririk arkituko.

Alaxe —il zorian— nerez ezertarako gauza ez ta senide batek laguntzen ninduelarik Madrilleko Zoro-Sanatorio batera joan nintzen; ez ordea moskorkeria uzteko asmoz, nere bizikera errukiarentzat justifikazio baten bila baizik.

Ordurako —ogeitamar urte nituen— etxetik betiko alde egitea erabakia neukan.

Iru illabete an igaro ondoren, nere gorputza erabat desintoxikatuta, errira biurtu nintzen: berriz ere nere etxea, nere lantegia, nere lagunartea... Nere nortasun berriak antxe neurtu bearko zituan bere indarrak, alafede!...

Leengorik ez zitzaidan berrir gertatuko; edan bai, edango nuen, baiña neurritz; izan ere etzegoen zurruteari uko egiteko arrazoirik. Gaiñera, nere anima eroriak ba zeukan gozagarri baten premia. Eta alaxe, neurritz nebillen edariarekin; baiña beñola, zazpi bat baxoerdi sartu ondoren, zera pensatu nuen, alegia obsesioren baten mendean bizi ez ote nintzen... "Ura dena joan uan —nion nere artean— aaztua zioz ura...

Zergatik ez edan pixka bat geixeago, pixka bat bakarrik'... Eta geiago edan nuen, eta geiago eta geiago... Ta antzifia bezelaxe, izugarritzko moskorra arrapatu azkenean.

Lotsatuta, zapalduta, ezereztuta gelditu nintzen. Gaurtik aurrera ezta alkool ttantta bat ere geiago —esan nuen nerekin.

Dantza-etxeak, tabernak, kaleak, nere lenagoko jolastoki guztiek orain bildur ematen zidaten: alkoola palta bainuen. Etsi ezifiek bakar-dade artan nere miseria egunetik egunera gorriago ikusten nuen; animaz ez ezik soifuez ere zearo jota nengoen: ainbeste moskorkeriz gibela erabat gaixotuta baineukan. Bizikera errukarri ura nolabait bukatzeko nere burua iltzea ere pentsatu nuen amaika bider.

Etxetik lantegira, lantegitik etxera, eta noizean bein sendagillearen-gana. Olaxe urte ta erdi gizartetik igesi. Ori bai, alkoola probatu gabe-rik, baiña pozik gabe, beti ozpin arpegiarekin eta ifun atsedetik arkitu ezifiek.

Nere adizkide batek ala naita Esport-espedizio bati alkartu nintzaion. Eskursioaren ondoren, meriendatzerakoan, norbaitek esan zidan ardo apur batek ezin zezakedala gaitzik egin: edateko... eta edan egin nuen piska bat. Eta esan bezelaxe, kalterik egin ez ezik askozaz obeto sentitu nintzen, eta beste pittin bat edan ondoren zurrutean jarraitzeko deabru-kerizko leia sortu zitzaidan... Moskortzat jo nuen nere burua eta egun-dokoa arrapatu nuen.

Monstruo bat nintzela sentitu nuen. Eta aurrerantzean alkoolik edan ez banuen ere, bere mendean bizi nintzen: beneno ura zan nere izakia-ren errege.

Izututa bizi nintzen eta bizitza eramane ezifiekoa zitzaidan. Etxekoek nere alde al zuten guztia egin zuten: kontseju eman, animatu... Baiña ondotoxonekien nik aiek ezin zezaketela konprenittu nere barruko traje-dia, nik ere konprenitu gabe bizi nuen trajedia latz ura.

* * *

Bein moskorra izandako batekin izketan ari natzaitzu. Alkoolismu prolema onetzaz beti lanean, nerekin mintzatzeko gogo bizia omen zeukan. Alkoolikoa zen bera eta familian beste bi zeuzkan gaitz onetxek berak joak. Nik zerbaitetan erakutsi ta lagundu nezaiekela iruditzen zitzaion nunbait. Berealaxe, beste ifun eta ifnoiz sentittu ez dedan bezelakoxe konfiantza eman zidan gizon arrek. Errespetoz eta biotz on guztiz mintzatu nintzaion ni ere, eta alkarrizketa aren bukaerarako nere laguntza guztia eskeifii nion. Moskorra izandako lagun arek onela zidan erabat emozionaturik: "Zenbat on egin dezakekan eu bezelaxe pake ori,

lasaitasun ori arkitu ezifik dauden gizagaixo oien alde!... Zenbat balio dezaken ire esperientzi orrek besteen serbizioarako eskeintzen baduk!"...

Alkarizketa onek arrigarri berpiztuta bezela zidan anima eta nere begien aurrean almenez eta itxaropenez beteriko mundu berri bat nekusan.

Laister alkartu gifian biok gure alkoolismu prolemari ekiteko asmoz.

Ezagun genituan alkooliko guztienganatu gifien, danon artean alkar-tasun bat osatzeko, eta era ontan danok bat egifik, alkarri lagunduaz, moskorzeria menderatu al izateko. Olaxe bakarrik iritxi genezaken gure bizitzaren eta gure egite guzien jabetasuna. Laister gifian 30 lagun, eta larunbatero Bar bateko upategian izaten genituen gure batzarrak. Lema auxe aukeratu genuen: "Gure bizitzaz jabetu bear degu, eta ortarako noski, edaria menderatu". Alare ura etzijoan bide onetik: geientsuenak zurruteari zerraikioten eta moskortu egiten ziran.

Ba genekian Frantzian alkoolismu prolema au antzifiatik zala oso larria, eta ara jo genuen geron asmoak adieraziaz, aien esperientzia baliotsu izango zitzaigula-ta. Laister bidali ziguten "Alcoholicos anónimos"-kideari buruz mintzatzen zan liburuxka bat. Idatzi genuen liburutxo orren zuzenbidera, gure prolema guztia agertuaz eta laguntza eta informazio eske. Egun gutxi barru, emen dijoakizun onoko karta auxe idatzi ziguten:

"Jaun agurrari:

Paris-eko nere "Alcohólicos anónimos" edo deritzaion kidekoak illaren 13-an idatzi zenigun kartari erantzuko agindu didate. Barkatu, berandutxo bainabil; baiña espaiñeraz idatziriko dokumentazio billa ibilli naizelako izan da. Paris-en ez det topatu al izan eta EE. UU.-ero eskatu degu. Au dala-ta oraingoz frantzieraz bidaltzen dizu dokumentazioa gure sekretarioak.

Ni alkooliko bat nauzu. Alare ta AA-en programari eskerrak urteak dira edari alkooldunik edaten ez dudala. Alkooliko izan arren esan dizut, eta izan ere, alkoolismua gaurdaño erremediorik ez duen gaitz bat baidugu. Alkooliko bat sendatua izango balitz beste edozeiñek bezela edan lezake. Guk, alkoolikuok —nik us-te— alkool ttantta bat ere edaten ez dugun bitartean bakarrik uxatu al izango dugu gere gaitza, eta berak dakarzkigun ondorio tamalgarriak... Ondorio oiek ondo ezagutzen ditut nik, neronek bizi izan baiditut. Ba dira urte batzuek —artean ez nuen AA-kidea ezagu-

tzen— famili guztia ondatu nuen, lantegitik bidali ninduen eta ezertarako gauza ez nintzala arkitzen nintzan. Ez nuen batere dirurik eta ezeren ajolik gabe bizi nintzan. Ziur nago, berriz edaten asiko banintz ez nukeala denbora askoren bearrik orduan bizi nuen inpernu artaraxe biurtzeko. Ni ere españitarra nauzu, ta orregatik agindu didate zuri erantzuteko. Orkoa naiz, baiña 23 urte dira erbestean nabillela eta 38 urte ditut. Beraz erritik kanpo egin dedala esan leike ia nere bizitza guztia.

AA-ek erakutsi didatenez alkoolismua alkoolagana-ko alergi bat baizik ez dugu, baiña ordurako alkoola obsesio bat bezela zaio alkoolikoaren buruari... Baiño, jakiña, ez dira alkoolismu guztiak berdiñak: bakoitzak bere izakera du, bere nolakotasuna. Alare ba liteke gu nortasun aul edo okerren baten jabe izatea: gerekoiak, arroak, bizitzari aurrez aurre arpegia emateko kemen gabeak... Guk ez dugu edan edariak duten gozotasun ori sentitzeko; ainbeste aldiz moskortu bagera gure bizitzako zerbait atsekabe ta larraldi aazleko jokatu dugu guk era ortan. AA-en programa jarduten da gure prolemaren alderdi onetzaz ere.

Amabost urte moskorkerian ibilli ondoren etorri nintzen Paris-eko AA-kidera. Urte aietan nik nai izaten nuan zen, neurritz, besteek bezela edan al izatea. Baiña emen ikasi dedanez ori neretzako eziñeko bat da. Alkooliko batek aski du alkool ttantta bat bere izaki guztia zuzpertzeko, eta orduan borondaterik gogorrena, gogorik sendoenak ez du indarrrik "egarri" orri eusteko. Promesak egitea eta asmu zuzenak artzea alper alperrikako nuela esan zidaten, ta alaxe zen izan ere. Ogeita lau ordu batere edari alkooldunik edan gabe egoteko agindu zidaten, eta bitarte artan tristurak edo "egarriak" larritzen baninduen nere gaitzeko anaien batengana urreratzeko lenbaitten. Ondo konprenituko ninduen bati nere kezkek agertzea oso atsegingarri ta lagungarri zitzaidan eta, alaxen, ogeitalau ordutik ogeitalau ordura edateari uzten joan nintzaion. Illabete gutxi barru alkool obsesio ura, "egarri" ura itzaldurik nuen.

Ordutik ni ere al nituen alkooliko guztieri laguntzen asi nintzaien; izan ere, egin nuen zor ura ordainitzeko biderik egokiena ta bikaiñena uraxe nuen: besteek nere alde egin zutena nik besteen alde egin.

AA-ek diotenez baso bat gaiñez dago eta eun ez dire naiko. Edozein duzula zure prolema edo naigabea alkoolez ez duzu ittoko, aundiagotu bakarrik baizik. Ba dire mundu zabalean makiña bat alkooliko bakar bakarrik eta batere edan gabe bizi direnak idazten zaizkien karta batzuek direla bide. Zuri askozaz errexago gertatuko zaizu, noski, asko baizerate alkarri laguntzeko eta konprenitzeko. Sinetsi zaidazu, biotzeko lagun Iñaki, aurreneko basoaren lenengo ttantta da aski gu galtzeko. Gezurra ba dirudi era ementxe dago ain zuzen, gure ta guretako prolema ta miserien iturburua.

Jakin dut ba duela Josep Kessel-ek liburu bat, "Alcohólicos anónimos" bere titulua. Alabearrez, españieraz ere itzulita egon bear du. Liburu auxe irakurtzeko kontsejua emango nizuke nik. Oso poliki omen dakar AA-kideen zera guztia. Ta ezer argitu bearrik bazenute, arren eskatzen dizutet idatzi zaiguzutela.

Pozik baiño pozikago lagunduko dizutegu. Eta jakin zuek zeratela guri mesede egiten diguzutenak; animagarri gertatzen baizaigu gure larrialdi eta egiñetan, guretako beste asko burruka gogor ortantxe bertan kementsu jokatzan ari direla jakitea.

Geroago konprenittuko dezu —naiz eta zuk bearbada oraintxetik sumatu— edariari uko egiten jarraitzeko era bakarra dela burruka larri onetan bat ez dabilleta bakarrik jakitea. Azaldu zaiezu, mesedez, gure gaitzeko anaieri biotz guztiz maite ditudala eta ez sentitzeko iñoiz ere bakarrik. Millaka eta millaka direla munduan zear ain gutxi ezagutua den gaitz auxe sufritzen dutenak. Nere aldetik auxe besterik ez da nik esan nezaiekena: gizon zoriontsu bat naizela. Ez ordea leen, alkoolaren atzaparretan preso egon nintzanean... Basarkada ermo bana danori, eta zuk lagun Iñaki —laga zaidazu onela deitzen— torizu nere biotzaren bero ta esker on guztia.

Manuelek".

Lerro autxek dituzu nik sekula guztian irakurri al izan ditudan xamurrenak eta jatorrenak. Arturiko erabakia betiko izan zen. Lertu bear zuala uste nuen nere izakera osoak pozaren pozez. Manuel ni nitzen eta ni Manuel. Ba zen izaki bat erabat ni zena... Millaka ta millaka izaki neri alkartzen zitzaizkidan; anaidi aundi baten zati nintzen eta lan aundi bat irikitzen zitzaigun mundu zabalean. Ura moskortasuna bizi nuen!...

Alkooliko nauzu. "Alcohólicos anónimos" edo deritzaion alkarteko kide. Ez nago alkoolizatuta, egona nauzu, baizik. Onek esan nai du ezingo dudala edan sekula edari alkoolidunik geiago, bere atzaparretan jausi nai ez badut berriro. Gaixo bat naiz. Berriro edateari ekingo banio alpe-rrikako nituzke morala ta nere asmo sendoak. Ez da edate amorru oni eutsi lezaiokean giza-indarrik.

Ba dakit ez naizela nere buruaren jabe, baiña etzait orregatik batere ajola; apal eta umulki, naizenarekin konforme. Edaten ez badut ez det sufritzen eta ez sufritu arazten. Gauza asko ikasi ditut eta gauza auen miraria dezu nere nortasunaren aldaketa sakon au. Ez kostatu gabe lortua noski. Zoriontsu ta normala izateko auxe nuela bide bakarra, bai, ta berari lotu natzaio. Ta kitto, zoriontsu orain.

Zuri, sufritzen dezun ori, ta besteak baiño ohea ez dut esaten baiño moskortzen ez dana baiño gaiztoagoa etzeran orri, AA alkarteak bere besoak zabaltzen dizkitzu. Bosteun milla gizon eta emakumek beren esperientzia eskeintzen dizute; danon artean ez dago prolema ori konpondu ezinik. ATZO-a ta BIARR-a ez daude zure eskuetan —bata joana baiduzu ta bestea berriz etortzeko oraindik. Orregatik GAURKO-an alegindu bear duzu ta bertan zure indar guztiak jarri, ta ikusiko duzu onela zeñien errex urratuko dituzun ain gogor lotzen zaituen eta zure gizatasuna galdue-razten dizuten alkoolismu amorratu orren kate sendo oiek.

Edaria utzi ta triste ta bakarrik, gizartetik igesi baldin bazabiltz berriz, idiki zaitez AA. alkarte ontara, ta berak jarriko dizkitzun bideetatik jarraituaz, batere kontu-ratu gabe, zure gaixotasunaren alderdi txar ori aldatu egin-

go zaizu, ta beste bat izatera elduko zera... Ala egin du 500.000 gizakiekin; auen artean 300 gipuzkoarrak gera. Beste alkooliko askorekin alkartzete oni eskerrak gertatzen da alkoolismu gaitz onek jotako gizonaren aldaketa au, bigarrenen jaiotza berri au. Ementxen dago, ain zuen, onen sekretua.

Zure bizitzako egun guztietarako auxe opatuaz, aurki arte zure benetako ta lagun berri dezun

IÑAKIK.

Laguntzeko beti prest, ona emen gure zuzenbidea:

Iñaki Albisu
Paseo de Colón 9, entresuelo, B.
Teléfono: 23000.
Donosti.

Durangoko Merindadeko Gerediaga Alkarteak, urtero, Euskal Liburuaren Azoka ospatzean, sari bat sortzea erabaki du. Sari hori emango zaio mami, azal ta kanorean Euskalerraren eza-gutzan aurrerapen luzea azaltzen duen liburuari. Aurten, SOCIOLOGIA Y PASTORAL DE UNA DIOCESIS (Duocastella, Lorca, Misser-en) idazlanarentzat izandu da.