

# ANONYMNÍ ALKOHOLICI



# ANONYMNÍ ALKOHOLICI

---

*Příběh o tom,  
jak se tisíce mužů a žen  
uzdravilo z alkoholismu.*

TŘETÍ ČESKÉ VYDÁNÍ  
ČESKÝ PŘEKLAD

---

ALCOHOLICS ANONYMOUS WORLD SERVICES, INC.  
NEW YORK CITY

2016

Alcoholics Anonymous Fourth Edition (Abridged)

Copyright ©1939, 1955, 1976, 2001 – by Alcoholics  
Anonymous World Services, Inc. – English, U.S.A.

Copyright © 2016 by Alcoholics Anonymous World Services,  
Inc. – Czech Translation, Czech

Translated from English, and created with permission of  
Alcoholics Anonymous World Services, Inc. (A.A.W.S.). Copy-  
right in the English language version of this work is also owned  
by A.A.W.S., New York, New York. No part of this work may  
be duplicated in any form in any language without the written  
permission of Alcoholics Anonymous World Services, Inc.

All rights reserved

English Fourth Edition, New and Revised 2001  
First Czech Printing 2016

[www.aa.org](http://www.aa.org)

Anonymní alkoholici Čtvrtá edice (Zkrácená verze)

Autorská práva © 2016 Světové Služby Anonymních  
Alkoholiků, spol. s r.o.

Přeloženo z anglického jazyka a vytištěno s povolením  
Světových Služeb Anonymních Alkoholiků, spol. s r.o.  
(A.A.W.S.) Autorská práva anglické verze této knihy jsou  
také ve vlastnictví A.A.W.S., New York, New York. Žádná  
část této knihy nesmí být v žádném jazyce dále kopírována  
bez písemného povolení Světových Služeb Anonymních  
Alkoholiků, spol. s r.o..

Všechna práva vyhrazena.

Vytištěno v českém jazyce

ISBN 978-0-916856-28-1



ANONYMNÍ ALKOHOLICI © je společenství mužů a žen, kteří spolu vzájemně sdílejí své zkušenosti, sílu a naději, že mohou vyřešit svůj společný problém a pomoci ostatním k uzdravení z alkoholismu.

- Jediným požadavkem členství v AA je touha přestat pít. Členové AA neplatí žádné příspěvky nebo poplatky za členství. Jsme soběstační díky vlastním dobrovolným příspěvkům.
- AA nejsou spřízněni s žádnou sektou, církví, politickou organizací ani s žádnou jinou institucí, nepřejí si zaplést se do jakékoliv rozepře, nepodporují žádné programy ani žádným jiným programům neodporují.
- Naším hlavním cílem je zůstat střízliví a napomáhat ostatním alkoholikům k dosahování střízlivosti.

*Copyright ©The AA Grapevine, Inc.*

*Vytištěno s povolením.*

# OBSAH

| <i>Kapitola</i>                         | <i>str.</i> |
|-----------------------------------------|-------------|
| PŘEDMLUVA K TŘETÍMU ČESKÉMU VYDÁNÍ      | x           |
| PŘEDMLUVA K PRVNÍMU ANGLICKÉMU VYDÁNÍ   | xii         |
| PŘEDMLUVA K DRUHÉMU ANGLICKÉMU VYDÁNÍ   | xiv         |
| PŘEDMLUVA KE TŘETÍMU ANGLICKÉMU VYDÁNÍ  | xx          |
| PŘEDMLUVA KE ČTVRTÉMU ANGLICKÉMU VYDÁNÍ | xxi         |
| NÁZOR LÉKAŘE                            | xxiii       |
| 1 BILLŮV PŘÍBĚH                         | 1           |
| 2 ŘEŠENÍ EXISTUJE                       | 17          |
| 3 JEŠTĚ O ALKOHOLISMU                   | 30          |
| 4 PRO NÁS AGNOSTIKY                     | 44          |
| 5 JAK NA TO                             | 58          |
| 6 ZAHAJUJEME AKCI                       | 72          |
| 7 PRÁCE S DRUHÝMI                       | 89          |
| 8 MANŽELKÁM                             | 104         |
| 9 JAK SI RODINA POČÍNÁ POZDĚJI          | 122         |
| 10 ZAMĚSTNAVATELŮM                      | 136         |
| 11 VÝHLED DO BUDOUCNA                   | 151         |

## OSOBNÍ PŘÍBĚHY

|                                                                                                                                               |     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| NOČNÍ MŮRA DR. BOBA                                                                                                                           | 167 |
| <i>Spoluzakladatel anonymních alkoholiků. Zrození našeho společenství se datuje od prvního dne jeho trvalé střízlivosti, 10. Června 1935.</i> |     |

|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |     |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 1  | NEOBYČEJNÁ ŠANCE BÝT TOHO SOUČÁSTÍ<br><i>Věřím, že uvidím pravdu, věřím, že si přestanu lhát,<br/>věřím, že se uzdravím.</i>                                                                                                                                                                                                                    | 178 |
| 2  | ZÁZRAKY VŠEDNÍCH DNÍ<br><i>Probuzení do života plného štěstí</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                | 184 |
| 3  | NEMOHU TOMU UVĚŘIT<br><i>„Až po naprosté porážce jsme byli schopni udělat první<br/>kroky k osvobození a ke znovunabytí síly. Naše přiznání<br/>osobní bezmocnosti se nakonec stalo základem, na kte-<br/>rém můžeme vystavět šťastný a smysluplný život.“</i>                                                                                  | 191 |
| 4  | DOKTOR JEKYLL A PAN HYDE<br><i>O kouzlu vyrovnanosti, jež poskytuje strýzlivost</i>                                                                                                                                                                                                                                                             | 195 |
| 5  | NALEZENÍ SVOBODY<br><i>Má strýzlivost je pilířem nové životní etapy</i>                                                                                                                                                                                                                                                                         | 210 |
| 6  | ZOUFALSTVÍ PŘED NADĚJÍ<br><i>Nechtěl jít do léčebny, tak se obrátil na AA</i>                                                                                                                                                                                                                                                                   | 215 |
| 7  | MOJE CESTA KE ŠTĚSTÍ<br><i>Spirituální záchrana přišla právě včas</i>                                                                                                                                                                                                                                                                           | 229 |
| 8  | MĚL VŠECHNO, CO SI VYSNIL A PŘESTO PIL<br><i>„Bylo to pro mě ohromující zjištění, že jsem byl alko-<br/>holikem ještě dávno před tím, než jsem vůbec začal ve<br/>svých šestnácti letech nezřízeně pít.“ Jak je psáno v Modré<br/>knize, alkohol není tím naším problémem, ale pouhým<br/>symptomem naší nevyrovnanosti, naší nemocné duše.</i> | 237 |
| 9  | CESTA K OSOBNÍ SVOBODĚ<br><i>Šťastný návrat zpět do mého nitra</i>                                                                                                                                                                                                                                                                              | 247 |
| 10 | ŽIVOT JE TAKOVÝ, JAKÝ JE<br><i>Víra v boha není to samé co důvěra v boha</i>                                                                                                                                                                                                                                                                    | 258 |
| 11 | NEKONČÍCÍ PŘÍBĚH – PŘÍBĚH ALKOHOLIKA<br><i>Dveře dokořán skutečnému životu</i>                                                                                                                                                                                                                                                                  | 271 |
| 12 | PRINCEZNA FANTAGÍRO<br><i>Strach v očích holčičích zázračně v lásku proměněn</i>                                                                                                                                                                                                                                                                | 278 |

|      |                                                                            |     |
|------|----------------------------------------------------------------------------|-----|
| 13   | ROZTRHANÁ DUŠE ALKOHOLIKA                                                  | 290 |
|      | <i>Poznal, jaké to je, když roztrhaná duše začne tančit</i>                |     |
| 14   | (NE)MOC ZA ŽIVOT                                                           | 301 |
|      | <i>„Bůh pro mě dělá to, co jsem sama pro sebe nikdy nedokázala udělat“</i> |     |
| 15   | STŘÍZLIVÝ ŽIVOT JSEM ZÍSKAL TAKÉ DÍKY SLUŽBĚ V AA                          | 305 |
|      | <i>Odcházení ze služby je bolestivé, ale potřebné.</i>                     |     |
|      | DODATKY                                                                    |     |
| I.   | Tradice AA                                                                 | 314 |
| II.  | Spirituální zážitek                                                        | 320 |
| III. | Lékařský pohled na AA                                                      | 322 |
| IV.  | Laskerova cena                                                             | 324 |
| V.   | Náboženský pohled na AA                                                    | 325 |
| VI.  | Jak se spojit s AA                                                         | 326 |
| VII. | Dvanáct konceptů pro světovou službu AA                                    | 328 |

## PŘEDMLUVA

### K TŘETÍMU ČESKÉMU VYDÁNÍ

**N**ásledující české vydání knihy Anonymní alkoholici je prvním vydáním, které vychází zcela v režii českého společenství AA. Nejenže je financováno z jeho dobrovolných příspěvků, ale také vychází s novým překladem, schváleným zastřešující organizací Anonymních alkoholiků v New Yorku. Základní část této knihy je poprvé doplněna o patnáct českých příběhů lidí, kteří se díky programu Anonymních alkoholiků uzdravují ze smrtelné choroby — alkoholismu.

Každé další vydání této knihy lze považovat za milník ve fungování celého společenství AA. Tak tomu bylo již v roce 1939, kdy byla poprvé publikována, stejně tak v roce 1955, kdy vyšlo druhé, a poté v roce 1976 třetí, anglické vydání. Stěžejní text všech vydání zůstává vždy neměnný, aby bylo zachováno duchovní poselství a odkaz pro celé společenství AA. Jen příběhy na konci knihy odpovídají době, ve které kniha vychází. Dbá se též na to, aby byly použity příběhy lidí žijících v té zemi, kde kniha vychází.

Skutečnost, že se kniha dočkala nového českého vydání, je pouze důkazem, že se naše společenství AA řadí mezi ta skutečně fungující, jichž jsou po celém světě desítky. V roce 2015, kdy se nové vydání připravovalo pro tisk, fungovalo AA v České republice již v bezmála čtyřiceti osmi městech a městečkách, kde téměř pětadesát skupin

AA nabízelo svou pomoc jako jednu z cest k uzdravování se z alkoholismu.

Na tomto místě bychom rádi vyjádřili svou vděčnost nejen průkopníkům, kteří k nám přinesli program uzdravování, ale i všem službukonajícím lidem, kteří se podíleli na nejnovějším českém vydání knihy Anonymní alkoholici, v naší zemi též velmi dobře známé jako Modrá kniha.

*Anonymní alkoholici České republiky*

## PŘEDMLUVA K PRVNÍMU ANGLICKÉMU VYDÁNÍ

*Toto je předmluva v podobě, v jaké vyšla v prvním  
vydání knihy v roce 1939*

**M**y, členové společenství Anonymních alkoholiků, představujeme více než sto mužů a žen, kteří se uzdravili ze zdánlivě beznadějného stavu mysli i těla. Hlavním účelem této knihy je ukázat ostatním alkoholikům *přesný způsob, jakým jsme se uzdravili*. Kvůli nim doufáme, že tyto stránky budou natolik přesvědčivé, že nebude nutné žádné další ověřování. Myslíme si, že tento výčet našich zkušeností pomůže každému k lepšímu pochopení alkoholika. Mnozí nechápou, že alkoholik je velmi těžce nemocný člověk. A kromě toho jsme si jisti, že náš způsob života má své výhody pro všechny.

Je důležité, abychom zůstali anonymní, protože je nás příliš málo na to, abychom mohli v současné době zvládnout obrovské množství osobních žádostí o pomoc, což se důsledkem této publikace může stát. Protože jsme většinou podnikatelé nebo odborníci, nemohli bychom v takovém případě dobře vykonávat své vlastní povolání. Proto bychom byli rádi, kdyby byla naše práce s alkoholiky chápána jako poslání.

Pokud někdo z našeho společenství píše nebo veřejně přednáší o alkoholismu, žádáme ho, aby neužíval svého

vlastního jména, a místo toho označil sám sebe jako „člena společenství Anonymních alkoholiků“.

Se vši vážností prosíme i novináře, aby respektovali tuto žádost, neboť jinak budeme značně znevýhodněni.

Nejsme organizací v obvyklém slova smyslu. Nejsou zde žádné poplatky nebo členské příspěvky. Jediným požadavkem členství je upřímná touha přestat pít. Nejsme spojeni s žádnou konkrétní vírou, sektou nebo církví, ale také nestojíme proti žádné z nich. Jednoduše si přejeme být užiteční těm, kteří jsou postiženi.

Máme zájem dozvědět se něco od těch, kteří s pomocí této knihy dosahují výsledků a zejména od těch, kteří začali s jinými alkoholiky pracovat. V těchto případech bychom byli rádi nápomocni.

Dotazy od vědeckých, lékařských a náboženských společností budou vítány.

*ANONYMNÍ ALKOHOLICI*

## PŘEDMLUVA K DRUHÉMU ANGLICKÉMU VYDÁNÍ

*Údaje uvedené v této předmluvě popisují Společenství  
tak, jak vypadalo v roce 1955*

**O**d roku 1939, kdy byla napsána původní předmluva k této knize, došlo k obrovskému zázraku. V prvním vydání jsme vyjádřili naději slovy: „Doufáme, že jednoho dne každý alkoholik, který cestuje, bude moci najít Anonymní alkoholiky všude tam, kde se ocitne.“ „A tento raný text pokračoval:“ Již se vynořily dvojice, trojice a pětice osob, jako jsme my.“

Od prvního vydání naší knihy do této chvíle v roce 1955, kdy představujeme světu její druhé vydání, uplynulo šestnáct let. V tomto krátkém čase se Anonymní alkoholici rozrostli na takřka 6 000 skupin a k jejich členům se počítá více než 150 000 zotavených alkoholiků. Skupiny lze nalézt ve všech státech USA a každé provincii Kanady. AA má také fungující skupiny na britských ostrovech, ve skandinávských zemích, v Jižní Africe, Jižní Americe, Mexiku, Austrálii, na Aljašce a na Havaji. Celkově vzato jsme již dosáhli nadějných začátků v 50 cizích zemích a amerických teritoriích. Několik se jich právě vytváří v Asii. Mnoho našich přátel nás povzbuzuje tvrzením, že jde teprve o začátky, o pouhou předzvěst mnohem úspěšnější budoucnosti.

Jiskra, která roznítila vznik první skupiny AA, zazářila ve městě Akron, stát Ohio, v červnu 1935 během rozhovoru

mezi newyorským burzovním makléřem a akronským lékařem. Tento makléř se zbavil své posedlosti alkoholem již o šest měsíců dříve díky náhlému duchovnímu zážitku, jenž následoval po setkání s kamarádem alkoholikem, který byl v kontaktu se členy tehdejších Oxfordských skupin. Také mu značně pomohl zesnulý dr. William D. Silkworth, newyorský specialista na léčbu alkoholismu, jehož pokládají členové AA za lékaře - světce. Jeho příběh z raných dní našeho společenství je uveden na dalších stránkách naší knihy. Tento makléř se od něj dozvěděl o závažné podstatě alkoholismu. Ačkoliv nedokázal přijmout všechny zásady Oxfordských skupin, byl přesvědčen o potřebě morálního sebezpytování, přiznání charakterových vad, kompenzace ublíženým, ochotě pomoci ostatním, nezbytnosti víry a závislosti na Bohu.

Před svou cestou do Akronu tento makléř usilovně pracoval s jinými alkoholiky na základě teorie, že alkoholikovi může pomoci jen alkoholik, nicméně střízlivost si udržel pouze on sám. Do Akronu odjel kvůli obchodní spekulaci, která ztroskotala, takže se velmi obával, že začne znovu pít. Náhle si uvědomil, že pokud má zachránit sám sebe, musí své poselství předat jinému alkoholikovi. A tímto alkoholikem byl již zmíněný akronský lékař.

Tento lékař se opakovaně snažil vyřešit své alkoholické dilema duchovními prostředky, ale jeho úsilí vždy selhalo. Když mu však makléř předal informace dr. Silkwortha o alkoholismu a jeho beznadějnosti, začal hledat duchovní lék na svou chorobu s ochotou, jaké předtím nebyl schopen. Vystřízlivěl a alkoholu se nenapil až do své smrti v roce 1950. Tento fakt prokázal, že alkoholik může ovlivnit jiného alkoholika takovým způsobem, jakým to žádný nealkoholik nedokáže.

Také to naznačovalo, že usilovná práce jednoho alkoholika s druhým je životně důležitá pro trvalé uzdravení.

Tito dva muži proto začali takřka horečně pracovat s alkoholy, kteří se dostali do městské nemocnice v Akronu. Jejich vůbec první případ, člověk považovaný za beznadějného, se takřka okamžitě uzdravil a stal se členem AA číslo tři. Ani on už nikdy nepožil alkohol. Tato práce v Akronu pokračovala celé léto roku 1935. Mnohokrát selhali, nicméně čas od času dosáhli povzbuzujícího úspěchu. Když se makléř na podzim roku 1935 vrátil do New Yorku, byla vlastně vytvořena první skupina AA, i když si to v té době nikdo neuvědomoval.

Brzy nato vznikla druhá malá skupina v New Yorku, a poté v roce 1937 následovala třetí v Clevelandu. Kromě nich existovali také ojedinelí alkoholici, kteří převzali základní myšlenky z Akronu nebo New Yorku a pokusili se vytvářet skupiny v jiných městech. Koncem roku 1937 byl počet těch, kteří už dosáhli déle trvající střízlivosti, dostatečně velký na to, aby to členy společenství přesvědčilo, že do temného světa alkoholiků vstoupilo nové světlo.

Členové vzrůstajících se skupin si tehdy pomysleli, že nadešel čas, aby své poselství a jedinečné zkušenosti předali světu. Toto rozhodnutí přineslo své ovoce na jaře roku 1939 v podobě této knihy. Počet členů tehdy dosahoval asi 100 mužů a žen. Počáteční společenství, které předtím nemělo jméno, se začalo nazývat Anonymní alkoholici podle titulu své vlastní knihy. Doba tápání skončila a společenství AA vstoupilo do nového, průkopnického období.

Po vydání nové knihy se začala dít spousta věcí. Dr. Harry Emerson Fosdick, vážený duchovní, na ni napsal pochvalnou recenzi. Tehdejší redaktor časopisu *Liberty*, Fulton

Oursler, otiskl článek s titulkem „Alkoholici a Bůh“. To zvedlo vlnu 800 dychtivých dotazů směřovaných do malé kanceláře v New Yorku, která byla mezitím zprovozněna. Na každý dotaz se důsledně odpovídalo a rozesílaly se brožury i knihy. Podnikatelé vyjíždějící z míst, kde se ustavily skupiny AA, dostávali odkazy na potenciální nové členy. Zakládaly se nové skupiny a k překvapení všech se zjistilo, že poselství AA je možné předávat poštou stejně dobře, jako ústně. Koncem roku 1939 se odhadovalo, že na cestě k uzdravení je 800 alkoholiků.

Na jaře roku 1940 uspořádal John D. Rockefeller ml. večeri pro své přátele, na kterou pozval členy AA, aby sdíleli své příběhy. Zpráva o tom se rozšířila po celém světě, znovu došlo k přívalu dotazů a mnoho lidí si zakoupilo knihu „Anonymní alkoholici“. V březnu 1941 se počet členů zvýšil na 2000. Poté Jack Alexander napsal rozsáhlý článek v časopisu *Saturday Evening Post* a představil AA veřejnosti tak přesvědčivým způsobem, že nás alkoholici potřebující pomoc doslova zaplavili. Koncem roku 1941 už mělo společenství AA 8000 členů. Proces růstu byl v plném proudu. Z AA se stala národní instituce.

Poté vstoupilo naše společenství do obávaného a vzrušujícího období dospívání. Stálo před následující zkouškou: může se tak velký počet dříve nepředvídatelných alkoholiků úspěšně scházet a spolupracovat? Nevzniknou rozepře ohledně členství, vedení a peněz? Neuskuteční se boj o moc a prestiž? Nedojde k rozporům, které by AA rozdělily? Zanedlouho se přesně tyto problémy objevily na všech stranách a ve všech skupinách. Avšak z této děsivé zkušenosti, která zpočátku narušovala činnost společenství, povstalo přesvědčení, že členové AA buď vydrží pohromadě, nebo

zemřou odděleně. Museli jsme naše společenství buď sjednotit anebo odejít ze scény.

Tak, jako jsme objevili zásady, podle nichž mohli jednotliví alkoholici žít, museli jsme také vypracovat zásady, podle nichž by mohly skupiny AA i společenství AA jako celek přežít a účinně fungovat. Dospěli jsme k názoru, že členství v našem společenství nelze upřít žádnému alkoholikovi, že naši představitelé nám mohou sloužit, ale nikdy vládnout, že každá skupina má být autonomní a že se nemá vytvořit profesionální třída terapeutů. Neměly zde být žádné poplatky nebo členské příspěvky a své náklady jsme měli hradit z vlastních dobrovolných darů. Společenství mělo být co možná nejméně organizované, a to i v našich služebních střediscích. Naše vztahy s veřejností se měly zakládat na přitažlivosti, a ne na reklamě. Rozhodli jsme, že vůči tisku, rozhlasu, televizi a filmu by členové měli vystupovat anonymně. A v žádném případě bychom neměli vyslovovat doporučení, vytvářet spojenectví nebo se účastnit veřejných sporů.

To byl základ Dvanácti tradic AA, které jsou plně formulovány v přílohách této knihy. I když žádná z těchto zásad neměla váhu předpisů nebo zákonů, v roce 1950 byly tak široce respektovány, že je potvrdila naše první mezinárodní konference, která se konala v Clevelandu. Pozoruhodná jednota AA je dnes jednou z nejcennějších hodnot našeho společenství.

Zatímco jsme se v období dospívání našeho společenství vyrovnávali s vnitřními potížemi, veřejnost přijímala AA s rychle rostoucím nadšením. Mělo to dvě hlavní příčiny: velký počet uzdravených a množství znovu scelených rodin. To upoutalo všechny bez rozdílu. Asi 50 % alkoholiků, kteří se připojili k AA a opravdu se snažili, okamžitě vystřízlivělo a střízlivost si udrželo, 25 % nakonec vystřízlivělo po

několika recidivách a ti zbylí, kteří u AA zůstali, dosáhli zlepšení. Tisíce lidí přišlo na několik setkání AA a rozhodlo se, že o program léčby nestojí. Velká část z nich – asi dvě třetiny – se však po čase vrátila.

Dalším aspektem širokého přijetí AA byla podpora přátel ve zdravotnictví, v církvích a v tisku, kteří se spolu s mnoha dalšími stali našimi schopnými a vytrvalými stoupenci. Bez této podpory by AA dosáhlo jen pomalého pokroku. Některá z doporučení raných přátel AA z lékařských a duchovních kruhů lze najít na dalších stránkách této knihy.

Anonymní alkoholici nejsou náboženskou organizací. AA se také nepřidrhuje žádného konkrétního lékařského pojetí alkoholismu, i když široce spolupracujeme s lékaři i s duchovními.

Protože alkohol si mezi lidmi nevybírá, představujeme reprezentativní vzorek obyvatel Spojených států. Dokonce i ve vzdálených zemích dochází ke stejnému demokratickému procesu vyrovnávání. Co se týče náboženské příslušnosti, máme mezi sebou katolíky, protestanty, židy, hinduisty, hrstku muslimů i buddhistů. Více než 15 % našich členů tvoří ženy.

V současnosti roste počet našich členů asi o sedm procent ročně. Vzhledem k celkovému problému několika miliónů skutečných a potencionálních alkoholiků na celém světě jsme však zatím sotva začali. Je docela pravděpodobné, že nikdy nebudeme schopni vyřešit více, než jen tu menší část problému s alkoholem ve všech jeho podobách. Na léčbu alkoholiků zcela jistě nemáme monopol. Přesto však silně doufáme, že všichni ti, kteří ještě nenašli řešení svého problému, mohou začít hledat na stránkách této knihy a připojit se k nám na cestě k nové svobodě.

## PŘEDMLUVA KE TŘETÍMU ANGLICKÉMU VYDÁNÍ

**V** březnu 1976, kdy šlo toto vydání do tisku, se celkový počet členů společenství Anonymních alkoholiků střízlivě odhadoval na víc než 1 000 000 lidí, kteří se v rámci 28 000 skupin setkávali v devadesáti zemích celého světa.

Průzkum skupin ve Spojených státech a v Kanadě ukazuje, že se AA dostává nejen ke stále většímu počtu lidí, ale také k širšímu spektru populace. Ženy nyní tvoří více než čtvrtinu celkového počtu, a mezi nejnovějšími členy jich je téměř třetina. Sedmi procentům dotazovaných členů AA je méně než 30 let, a mnoho z nich je dospívajících.

Základní zásady programu AA, jak se zdá, vyhovují jednotlivcům s různým životním stylem, obdobně jako tento program přinesl uzdravení lidem mnoha různých národností. Dvanáct kroků, do kterých je program shrnut, se může v jedné zemi nazývat *los Doce Pasos* a v jiné *les Douze Etapes*, nicméně stále sledují přesně tutéž cestu k uzdravení, kterou vyznačili nejranější členové Anonymních alkoholiků.

Navzdory ohromnému růstu našeho společenství - co do velikosti a rozsahu, zůstává jeho nejniternější podstata jednoduchá a osobní. Každý den někde ve světě začíná uzdravení tím, že jeden alkoholik hovoří s druhým a sdílí s ním zkušenosti, sílu a naději.

## PŘEDMLUVA KE ČTVRTÉMU ANGLICKÉMU VYDÁNÍ

**T**oto čtvrté vydání knihy „Anonymní alkoholici“ bylo vytištěno na počátku nového milénia, v listopadu 2001. Od třetího vydání v roce 1976 se počet členů AA celosvětově zhruba zdvojnásobil na odhadované dva miliony nebo více, s téměř 100800 skupinami scházejícími se přibližně ve 150 zemích po celém světě.

Literatura sehrála významnou roli v růstu AA a pozoruhodným jevem posledního čtvrt století byl prudký nárůst překladů základní literatury do mnoha jazyků a nářečí. V každé zemi, kde bylo semínko AA zaseto, také zakořenilo a zpočátku pozvolna, ale pak doslova mílovými kroky rostlo, pokud byla k dispozici literatura. V současnosti je kniha Anonymní alkoholici přeložena do 43\* jazyků.

Tak, jako se poselství o uzdravení dostávalo k čím dál tím většímu počtu lidí, dotýkalo se i životů širší škály trpících alkoholiků. Když byla fráze „Jsme lidé, co by se spolu za běžných okolností pravděpodobně nestýkali,“ (strana 17 v této knize) v roce 1939 napsaná, odkazovala na společenství složené většinou z mužů (a několika žen) s docela podobným společenským, etnickým a ekonomickým zázemím. Tak jako většina základního textu AA, i tato slova se ukázala být mnohem více vizionářská, než si mohli zakladatelé představit. Příběhy, které jsou připojeny k tomuto vydání, představují členskou základnu, jejíž charakteristiky,

\* V roce 2013 vyšla kniha Anonymní alkoholici v 70 jazycích.

kterými jsou věk, pohlaví, rasa a kulturní zázemí, se rozšířily a prohloubily natolik, že zahrnují prakticky všechny, v jejichž oslovení původních 100 členů doufalo.

Zatímco naše literatura zachovává integritu poselství AA, rozsáhlé změny ve společnosti jako celku se odráží v nových zvyklostech a praktikách uvnitř Společenství. Například využívání moderní technologie, kdy se členové AA mohou účastnit mítinků online a sdílet tak s dalšími alkoholiky napříč zemí nebo po celém světě. Kdekoliv na každém mítinku členové AA společně sdílejí zkušenosti, sílu a naději za účelem zůstat střízliví a pomoci ostatním alkoholikům. Modem s modelem, tváří v tvář, členové AA hovoří jazykem srdce v celé jeho síle a jednoduchosti.

## NÁZOR LÉKAŘE

**M**y, Anonymní alkoholici, věříme, že čtenář projeví zájem o lékařské hodnocení plánu uzdravování, který je popsán v této knize. Toto přesvědčivé svědectví by mělo samozřejmě pocházet od lékařů, kteří měli zkušenosti s utrpením našich členů a byli svědky návratu jejich zdraví. Jistý známý odborník, vedoucí lékař v prominentní a celému národu známé nemocnici, specializované na léčbu alkoholismu a drogové závislosti, napsal Anonymním alkoholikům tento dopis:

Těm, kterých se to může týkat:

Specializuji se na léčbu alkoholismu mnoho let.

Ke konci roku 1934 jsem pečoval o pacienta, který ačkoliv byl schopným podnikatelem a uměl si dobře vydělat, byl alkoholikem takového typu, jaký jsem byl zvyklý pokládat za beznadějný.

V průběhu své třetí léčby nabyly jisté myšlenky, které se týkaly možného způsobu uzdravení. V rámci své rehabilitace začal své představy prezentovat jiným alkoholikům a přesvědčoval je, aby i oni činili podobně s dalšími alkoholiky. Toto se stalo základem rychle rostoucího společenství těchto mužů a jejich rodin. Zdá se, že tento muž a více než sto dalších se uzdravili.

Osobně znám četné případy tohoto typu, u nichž všechny ostatní metody zcela selhaly.

Zdá se, že tato fakta mají z lékařského hlediska velkou důležitost. Vzhledem k výjimečným možnostem rychlého růstu,

které jsou tomuto společenství vlastní, to může znamenat novou epochu v dějinách alkoholismu. Tito lidé mohou mít lék na tisíce takových situací.

Na cokoliv, co sami o sobě říkají, se můžete naprosto spolehnout.

S pozdravem Váš  
William D. Silkworth, M. D.

Lékař, který na základě naší žádosti napsal tento dopis, byl natolik laskav, že rozvedl své názory v dalším prohlášení, které následuje. V této výpovědi potvrzuje to, v co my, kteří jsme trpěli alkoholickými muky, musíme věřit – že tělo alkoholika je zcela abnormální stejně jako jeho mysl. Neuspokojilo nás, když nám bylo řečeno, že jsme nemohli ovládat naše pití jen proto, že jsme nebyli příčinnými k životu, že jsme byli stále na útěku ze skutečnosti, nebo že jsme byli přímo duševně nemocní. Tyto věci byly pravdivé do jisté míry, pro některé z nás vskutku do značné míry. Ale jsme si jisti, že naše těla onemocněla také. Věříme, že jakýkoliv popis alkoholika, který vynechá tento fyzický faktor, je neúplný.

Teorie tohoto lékaře, že máme alergii na alkohol, nás zajímá. Náš laický názor na její solidnost samozřejmě nemusí mnoho znamenat. Ale jako bývalí problémoví pijáci můžeme říci, že toto vysvětlení dává dobrý smysl. Vyjasňuje mnoho věcí, které nemůžeme vysvětlit jiným způsobem.

Ačkoli pracujeme na našem řešení jak v duchovní, tak i v altruistické rovině, v případech, že je alkoholik příliš neklidný nebo zmatený, dáváme přednost hospitalizaci. Často

je zcela nezbytné, aby mozek člověka byl očištěn dříve, než bude osloven, protože pak má větší šanci pochopit a přijmout to, co mu nabízíme.

Tento lékař píše:

To, o čem se mluví v této knize, vidím jako věc prvořadého významu pro ty, kteří jsou postiženi závislostí na alkoholu.

Prohlašuji to po mnohaleté zkušenosti jako ředitel jedné z nejstarších nemocnic, ve kterých se léčí závislost na alkoholu a drogách.

Měl jsem tedy pocit skutečného uspokojení, když jsem byl požádán, abych přispěl několika slovy k tématu, které je tak mistrně a podrobně vylíčeno na těchto stránkách.

My, lékaři, jsme si byli dlouho vědomi toho, že nějaká forma morální psychologie byla pro alkoholiky naléhavě důležitá, ale její použití představovalo obtíže přesahující rámec našeho chápání. Co s našimi ultramoderními postupy, s naším přísně vědeckým přístupem ke všemu, patrně nejsme dobře vybaveni k tomu, aby se uplatnily síly dobra, které leží mimo naše syntetické znalosti.

Před mnoha lety se dostal do péče naší nemocnice jeden z hlavních přispěvatelů do této knihy a přišel zde na jisté myšlenky, které začal ihned uvádět do praxe.

Později požádal, aby mu byla povolena výsada vyprávět svůj příběh ostatním zdejším pacientům. S určitými obavami jsme souhlasili. Případy, které jsme po celou dobu sledovali, byly z nejzajímavějších, ve skutečnosti jsou mnohé z nich úžasné. Nesobeckost těchto lidí, jak jsme je poznali, naprostá absence ziskuchtivé motivace a duch sounáležitosti, jsou opravdu inspiřující pro ty, kteří dlouho a namáhavě pracují na poli alkoholismu. Jsou to lidé, kteří věří v sebe sama, a ještě více v Sílu, která chronické alkoholiky navrací zpět od bran smrti.

Je samozřejmé, že alkoholika je třeba osvobodit od jeho tělesné závislosti na alkoholu, což často vyžaduje konkrétní nemocniční postup, a až poté mohou být psychologické prostředky maximálně užitečné.

Jak jsme naznačili už před několika lety, věříme, že působení alkoholu u těchto chronických alkoholiků je projevem alergie a že fenomén chorobné žádostivosti je omezen na tuto kategorii lidí a nikdy se nevyskytuje u průměrného střídavého pijáka. Tento alergický typ nemůže bezpečně užívat alkohol v žádné formě a vytvoří-li si návyk, o kterém zjistí, že jej nelze překonat, ztratí posléze sebedůvěru, víru ve vlastní síly a spolehnutí se na vše lidské, jeho problémy se hromadí a je překvapivě obtížné je řešit.

Bouřlivé emocionální výzvy stačí jen zřídkakdy. Poselství, které může tyto alkoholiky zaujmout a udržet, musí mít hloubku a váhu. Takřka ve všech případech musí být jejich ideály zakotveny v Síle vyšší, než je jejich vlastní, mají-li znovu budovat své životy.

Pokud se někomu jeví, že jsme jako psychiatři řídící nemocnici pro alkoholiky poněkud sentimentální, ať se s námi na chvíli postaví do přední linie a sleduje tragédie alkoholiků, jejich zoufalé manželky a malé děti, necht se řešení těchto problémů stane součástí jeho každodenní práce a dokonce i jeho spánku, a pak se ani ten největší cynik nepodiví, že jsme toto hnutí přijali a podpořili. Cítíme, že po mnoha letech zkušeností jsme nenašli nic, co by přispělo k rehabilitaci těchto lidí víc, než nesobecké hnutí, které mezi nimi nyní vyrůstá.

Muži a ženy pijí v podstatě proto, že mají rádi účinky, které alkohol vyvolává. Tento pocit je tak pomíjivý, že ačkoliv přiznávají, že jim to škodí, po čase už nedokáží rozlišovat mezi pravdou a klamem. Jejich alkoholický život jim připadá jako

jediný normální. Jsou neklidní, podráždění a nespokojení, pokud nemohou znovu zažít pocit lehkosti a pohodlí, který se dostaví ihned po několika skleničkách alkoholu – skleničkách, které vidí, že si ostatní užívají beztravně. Poté, co znovu podlehlí své žádostivosti, a mnozí jí podlehnou, vyvine se u nich pocit nezřízené touhy, takže si projdou dobře známou fází nekontrolovaného opíjení, ze kterého se vynoří s výčitkami svědomí a s pevným předsevzetím už nikdy nepít. To se opakuje znovu a znovu, a pokud takový člověk neprodělá naprostou duševní změnu, je naděje na jeho uzdravení jen velmi malá.

Na druhé straně pokud k duševní změně dojde, a jakkoli zvláštní to může připadat těm, kteří nerozumí, tatáž osoba, která vypadala zcela beznadějně, která měla tolik problémů, že si zoufala z nemožnosti jejich řešení, najednou zjistí, že svou touhu po alkoholu může docela dobře ovládat, a že je k tomu potřeba jen malého úsilí spočívajícího v dodržování několika jednoduchých pravidel.

Poznal jsem muže, kteří ke mně přicházeli s upřímným a zoufalým nářkem: „Pane doktore, já takhle nemohu dál pokračovat! Vždyť mám pro co žít! Musím přestat, ale nemohu! Musíte mi pomoci!“

Pokud je lékař sám k sobě upřímný, tváří v tvář tomuto problému musí někdy pocítit svou vlastní nedostatečnost. I když poskytuje vše, co je v jeho moci, není toho často dost. Má pocit, že k dosažení zásadní duševní změny je potřeba více, než pouhé lidské síly. I když je celkový počet uzdravení, které lze přičíst psychiatrickému úsilí, značný, jako lékaři musíme přiznat, že jsme se tohoto problému jako celku dotkli jen z malé části. Mnoho typů alkoholiků na běžný psychiatrický přístup nereaguje.

Nejsem za jedno s těmi, kteří tvrdí, že alkoholismus je výlučně problém psychické kontroly. Setkal jsem se s mnoha muži, kteří například pracovali řadu měsíců na nějakém problému nebo podnikatelském záměru, který měli dokončit k určitému dni. Den nebo dva předtím si dali skleničku a fenomén neovladatelné touhy se najednou stal nadřazeným všem ostatním zájmům, takže důležitý termín propásli. Tito muži nepili proto, aby něčemu unikli. Pili proto, aby utišili nezřízenou touhu přesahující jejich duševní kontrolu.

Existuje mnoho situací vycházejících z fenoménu žádostivosti, které způsobí, že člověk raději vykoná tu nejvyšší oběť, než aby pokračoval v boji.

Rozčlenění alkoholiků se zdá být velice obtížné, a pokud by mělo být podrobné, překročilo by rozsah této knihy. Existují samozřejmě psychopati, kteří jsou emocionálně nestabilní. Všichni tento typ známe. Vždy „přestávají pít navždy“. Jsou více než kající a dělají mnohá předsevzetí, ale nikdy nedospějí k rozhodnutí.

Existuje také typ člověka, který si není ochoten přiznat, že nedokáže pít. Tento člověk si plánuje různé způsoby pití. Mění značky nápojů nebo prostředí. Pak je tu také typ, který věří, že poté, co vydržel nějakou dobu bez alkoholu, se může bez rizika napít. Dále existuje manicko-depresivní typ, kterého možná jeho okolí chápe vůbec nejméně a o kterém by se dala napsat celá kapitola.

Pak jsou typy, které jsou ve všech ohledech zcela normální, s výjimkou toho, jaký vliv na ně má alkohol. Často jsou to schopní, inteligentní a přátelští lidé.

Všichni tito lidé a mnoho dalších mají společný jeden symptom: nemohou začít pít, aniž by se u nich nevyvinul fenomén žádostivosti. Tento fenomén, jak jsme už naznačili, může být

projevem alergie, která tyto lidi odlišuje a vyčleňuje je jako samostatnou skupinu. Žádná terapie, která je nám známa, tuto žádostivost natrvalo neodstranila. Jediná pomoc, kterou musíme navrhnout, je neprosté zdržení se alkoholu.

To nás okamžitě přivádí do samého středu vášnivé diskuse. Na podporu tohoto názoru i proti němu se toho už napsalo dost, ale mezi lékaři se má všeobecně zato, že chroničtí alkoholici jsou odsouzeni k nezdaru a zmaru.

Jaké je tedy řešení? Možná, že bych na to nejlépe odpověděl odkazem na jednu ze svých zkušeností.

Asi rok předtím, než jsem ji získal, k nám přivezli na léčení jistého chronického alkoholika. Částečně se zotavil z krvácení do žaludku a zdálo se, že se jedná o případ patologického duševního úpadku. Ztratil všechno, co v jeho životě mělo cenu a dalo by se říci, že žil jenom pro to, aby se napil. Upřímně to připustil a věřil tomu, že už pro něj není žádná naděje. Po vysazení alkoholu se však zjistilo, že u něj nedošlo k trvalému poškození mozku. Přijal program popsáný v této knize. O rok později mi zavolaal, zda se můžeme sejít, a já jsem zažil velmi zvláštní pocit. Znal jsem toho člověka jménem a částečně jsem rozeznal jeho rysy, ale tím veškerá podobnost končila. Z roztřesené, zoufalé a nervózní trosky se stal muž překypující sebevědomím a spokojeností. Nějakou dobu jsem si s ním povídal, ale nebyl jsem schopen přimět se k přiznání, že ho znám z minulosti. Pro mě to byl neznámý člověk, a s tím mne opustil. Uplynula dlouhá doba a on se k alkoholu nevrátil.

Vždycky, když potřebuji duševní povzbuzení, pomyslím na jiný případ, který k nám poslal jeden vynikající lékař z New Yorku. Tento pacient si sám stanovil diagnózu, učinil rozhodnutí, že jeho situace je beznadějná a uchýlil se do opuštěné stodoly s úmyslem zemřít. Zachránila ho pátrací skupina, která ho

v zoufalém stavu přivedla ke mně. Po období tělesné rehabilitace se mnou hovořil a upřímně konstatoval, že pokládá léčbu za zbytečnou snahu, pokud jej nedokáží ujistit – což zatím nikdo nedokázal - že nabude „síly vůle“ k tomu, aby odolal nutkání napít se.

Jeho problém byl tak složitý a jeho zoufalství tak hluboké, že jsme usoudili, že pro něj může být jedinou nadějí to, čemu jsme tehdy říkali „morální psychologie“ a pochybovali jsme i o tom, zda ta může mít nějaký účinek.

Pacient však přistoupil na myšlenky obsažené v této knize. A je to již mnoho let, co se nenapil. Čas od času se s ním setkávám a myslím si, že je to skvělý a plnohodnotný člověk.

Naléhavě doporučuji každému alkoholikovi, aby si tuto knihu přečetl celou, a i když se jí zpočátku třeba bude vysmívat, je možné, že vytrvá a bude se modlit.

William D. Silkworth, M. D.

## *Kapitola 1.*

# BILLŮV PŘÍBĚH

**Z**apálenost pro zapojení se do války dosahovala právě vrcholu, když jsme byli jako mladí důstojníci převezeni z Plattsburgu do jednoho města nové Anglie. Lichotilo nám, když nás přední občané zvali k sobě domů, čímž nám umožňovali cítit se jako hrdinové. Snoubila se zde láska, chvála, válka a okamžiky nespoutaného veselí. Konečně jsem byl součástí života a někde uprostřed těchto vzrušujících dnů jsem objevil alkohol. Zapomněl jsem na důrazné varování svých přátel a jejich predsudky vůči alkoholu. Přišel čas, kdy jsme odpluli „overthere“.\* Cítil jsem se velmi osaměle, a proto jsem se opět vrátil k pití.

Po přistání v Anglii jsem navštívil Winchesterskou katedrálu. Ve velkém pohnutí jsem vyšel ven a tu mě upoutaly neumělé verše vytesané do starého hřbitovního kamene:

„Zde leží hampshirský granátník,  
zemřel popíjejíce pivní žejdlík.  
Na dobrého vojáka vždycky vzpomenu,  
ať byl zabit mečem nebo korbelem“.

Zlověstné varování, kterého jsem nedbal.

Bylo mi dvacet dva let, když jsem se jako válečný veterán konečně vrátil domů. Považoval jsem se za vůdce, proč jinak by si mě vojáci našeho útvaru tolik cenili? Představoval jsem si,

\* „over there“ píseň G. M. Cohana, populární za první světové války při vstupu USA do války. – over there = za mořem – v Evropě

že mi vůdčí schopnosti vynesou vedoucí postavení v některém z velkých podniků, který budu řídit s naprostou jistotou.

Zapsal jsem se do večerního právnického kurzu a stal jsem se odhadcem pojišťovací společnosti. Začala moje honba za úspěchem. Musím světu dokázat svoji důležitost. Moje práce mě přivedla na Wall Street a já jsem se pomalu a jistě začal zajímat o obchodování s cennými papíry. Mnoho lidí přišlo o všechny peníze, ale někteří pohádkově zbohatli. Tak proč ne já? Ke studiu práv jsem přidal i studium ekonomie a obchodu. Hodně jsem pil, a proto jsem v právnickém kursu málem propadl. Při jedné ze závěrečných zkoušek jsem byl příliš opilý na to, abych mohl myslet a psát. Přestože jsem ještě nepil každodenně, moji manželku to už znepokojovalo. Dlouhým debatováním jsem se snažil utišit její zlověstnou předtuchu tvrzením, že všichni géniové vymysleli své nejlepší plány, když byli opilí, a že tímto způsobem vznikaly nejúžasnější filosofické myšlenky.

Když se kurs začal chýlit ke konci, tak jsem pochopil, že práva nejsou můj obor. Vír Wall Streetu mě přitahoval stále silněji a mým vzorem byli vedoucí představitelé obchodních a finančních kruhů. Ze „slitiny“ popíjení a finančního spekulování jsem začal „kovat“ zbraň, která se mi jednoho dne vrátila jako bumerang a srazila mě na kolena. Žili jsme skromně a díky tomu jsme s manželkou ušetřili 1000 dolarů, které jsem investoval do několika levných a nepopulárních cenných papírů. Správně jsem odhadl, že jejich cena se časem výrazně navýší. Protože se mi nepodařilo přesvědčit kolegy, aby mě vyslali na průzkum továren a organizací, rozhodli jsme se s manželkou uskutečnit tuto cestu na vlastní pěst. Přišel jsem totiž s teorií, že většina lidí na obchodování s cennými papíry prodělává, protože

ignorují zákonitosti trhu. A mnoho dalších příčin jsem objevil později.

Opustili jsme své pracovní pozice a vyrazili na motorce s přívěsným vozíkem, ve kterém jsme vezli stan, deky, oblečení a tři objemné svazky finančních příruček.

Naši přátelé měli za to, že bychom měli být hospitalizováni v ústavu pro duševně nemocné. Nejspíš měli pravdu. Při spekulacích se mi částečně dařilo, takže jsme měli nějaké peníze, i když se nám jednou stalo, že jsme museli pracovat měsíc na farmě, abychom nemuseli sáhnout do našich skromných úspor. To byla moje poslední počestná manuální práce na dlouhou dobu. Během roku jsme projeli všechny státy na východě USA. Na jeho konci jsem díky informacím, které jsem poskytoval Wall Streetu, získal lukrativní místo, což mi umožnilo používat vysoký účet ke krytí výloh. Obchodování s akcemi za zaručenou cenu mi přineslo další výdělek, a proto jsme na konci tohoto roku vykázali zisk několik tisíc dolarů.

Během několika následujících let mě obdařila štěstěna penězi i uznáním. Dosáhl jsem význačné pozice. Mnozí se zařídili podle mých rad a úsudků a vydělali díky tomu milióny. Rozmach dvacátých let byl na vrcholu. Pití se stalo důležitou a radostnou součástí mého života. V jazzových barech okrajových čtvrtí města panovalo bujaré veselí. Všichni utráceli tisíce a tlachali o miliónech. Posměváčkové mohli jít k čertu. A já jsem v té době získal mnoho přátel „do nepohody“.

Mezitím začínalo moje pití nabývat vážnějších rozměrů, pil jsem celé dny a téměř každou noc. Námitky mých přátel nebraly konce a ze mě se stal vlk samotář. Náš okázalý byt byl svědkem mnoha nepříjemných scén. V té době jsem byl své ženě věrný jen díky stavům extrémního opilství, které mě ušetřilo těchto výstřelků.

V roce 1929 jsem se nakazil golfovou horečkou. Okamžitě jsme odjeli na venkov a já jsem, za podpory mé ženy, začal dohánět golfového šampióna Waltera Hageny. Nebyl jsem schopen se Waltrovi ani přiblížit, protože mě alkohol záhy dostihl. Při ranních kocovinách jsem začínal být roztřesený. Golf mi dovoľoval pít každý den i každou noc. Bylo zábavné odpalovat míčky na exkluzivních hřištích, ke kterým jsem za mlada posvátně vzhlížel. Dokonale jsem se opálil do bronzové barvy, kterou bylo možno spatřit u zámožných lidí. Místní bankéř pobaveně, leč se skepsí sledoval, jak si bezstarostně vybírám z pokladny tučné šeky.

V říjnu roku 1929 se na newyorské burze náhle rozpoutalo hotové peklo. Po jednom takovém pekelném dni jsem vyvrával z hotelového baru, abych se vrátil do makléřské kanceláře. Bylo osm večer, pět hodin po uzavření burzy. Telegraf stále ještě drnčel a já jsem vytřeštěně zíral na proužek pásky, který ukazoval hodnotu titulu  $XYZ=32$ . Ještě ráno byla 52\$. Byl jsem vyřízen a spolu se mnou mnoho mých přátel. Noviny přinášely zprávy o lidech, kteří spáchali sebevraždu skokem z burzovní budovy. To mě znechutilo, protože já bych nikdy neskočil. Od desáté ranní prodělali moji přátelé několik miliónů, a co má být? Zítřka bude nový den. S tím jsem se vrátil do baru. A při popíjení jsem opět získal zarputilé odhodlání zvítězit.

Druhý den ráno jsem zatelefonoval příteli do Montrealu. Zůstalo mu dost peněz a myslel si, že bude lepší, když za ním přijedu do Kanady. Na jaře následujícího roku jsme si opět žili stylem, na který jsme byli zvyklí. Cítil jsem se jako Napoleon vracející se z Elby. Ne, Sv. Helena nebyla pro mě! Ale zakrátko jsem opět začal pít, a proto mě můj štědrý přítel musel donutit k odjezdu. Tehdy jsme se opravdu ocitli na mizině.

Přestěhovali jsme se k manželčiným rodičům a já jsem si našel práci, o kterou jsem po rvačce s taxikářem přišel. Nikdo nemohl tušit, že příštích pět let nebudu vůbec zaměstnán a že téměř vůbec nezažiji střízlivé okamžiky. Manželka začala pracovat v obchodním domě a po příchodu z práce, zcela vyčerpaná, mě obvykle nacházela opilého. V prostorách burzovních obchodů jsem se stal nevítaným parazitem.

Pití alkoholu přestalo být požitkem a stalo se nezbytností. Běžně jsem denně vypil dvě, často i tři láhve podomácky vyrobeného alkoholu. Jednou za čas jsem si díky dojednané transakci vydělal pár stovek, kterými jsem zaplatil dluhy v barech a lahůdkářstvích. Tak to šlo donekonečna a já jsem se probouzel časně ráno s intenzivní třesavkou. Abych se vůbec mohl nasnídat, potřeboval jsem sklenku ginu, po které následovalo půl tuctu piv. Přesto jsem se domníval, že mám situaci stále pod kontrolou a prožíval jsem i období střízlivosti, která navracela manželce naději.

Postupně se situace zhoršovala. Přišli jsme o dům, který si převzal vlastník hypotéky, protože jsem ji nesplácel. Má tchýně zemřela a manželka s tchánem onemocněli.

Pak se mi naskytla slibná obchodní příležitost. V roce 1932 spadla cena akcií na nejnižší hodnotu a mně se nějak podařilo dát dohromady skupinu, která by je odkoupila. Měl jsem zaručený významný podíl na zisku. Vyrázil jsem však na ohromný flám a tuto slibnou příležitost jsem promarnil.

Došlo mi, že s pitím musím skončit. Tentokrát jsem si uvědomoval, že si nesmím dát ani jednu skleničku. Jednou provždy jsem byl vyřízen. Dříve jsem velmi často a planě sliboval, ale tentokrát si i má žena všimla, že to myslím vážně.

Jenže jsem opět přišel domů opilý. Tentokrát jsme se nepohádali, ale kam se podělo mé pevné rozhodnutí? To jsem

si neuměl vysvětlit. Někdo mi prostě přistrčil sklenku a já se napil. Copak jsem se zbláznil? Začal jsem přemýšlet, zda je to zapříčiněno naprostým nedostatkem zdravého rozumu.

Obnovil jsem své odhodlání zkusit to znovu. Po nějakém čase jsem sebedůvěru nahradil přílišným sebevědomím. Barům jsem se vyhýbal, protože jsem už věděl, co bych tam riskoval. Jednoho dne jsem vešel do kavárny, abych si zatelefonoval. Zanedlouho jsem bezmocně bouchal do barového pultu a ptal se sám sebe, jak se to jen mohlo stát. A jak mi whisky pomalu stoupala do hlavy, namlouval jsem si, že příště budu opatrnější, ale teď si udělám hezkou chvilku a opiji se. A tak jsem to také udělal.

Výčitky svědomí, pocity hrůzy a beznaděje, které jsem dalšího dne prožíval, byly nezapomenutelné. Ztratil jsem odvalu pokračovat v boji. Mojí hlavou se nekontrolovatelně míhaly myšlenky a já jsem měl pocit, že se nezadržitelně blíží pohroma. Steží jsem se odvážil přejít ulici, aby se mi náhodou nepodlomila kolena a aby mě v ranním šeru nepřejelo nákladní auto. V nočním baru jsem vypil tučet sklenic silného piva, abych si zklidnil pocuchané nervy. V ranních novinách jsem se dočetl, že trh je opět v pekle. A v pekle jsem byl i já, pouze s tím rozdílem, že burza se znovu postaví na nohy, ale já ne. Byla to hrozná představa. Mám se zabít? Ne – teď ne. A pak mi v hlavě svítilo. Gin by to mohl napravit. Dvě láhve a pak přijde zapomnění.

Mysl a tělo jsou úžasné mechanismy, protože ty moje vydržely všechnu tu agónii ještě další dva roky. Někdy, když byly mé ranní hrůzy a šílenství nesnesitelné, kradl jsem z manželčiny nepříliš naplněné peněženky. Opakovaně jsem se mátožně svíjel před otevřeným oknem nebo před skřínkou na léky, ve které byl jed, a proklínal své slabošství.