

## Formáli.



Konráð Rúnar Friðfinnsson 1990.

*Sagan sem á eftir kemur er saga Konráðs Rúnars Friðfinnssonar sem á sínum tíma hafnaði ofan í pytti áfengis sem leiddi til hans allskonar óáran og færði í fjötra sem af fæddist skömm og mórall og annað sem drykkjumenn og aðrir fíkniefnaneytendur kannast við á þessu árabili í lífi sínu.*

*Frásagan kann að verka á lesandann sem dálítið sundurslitinn og verður þá bara að hafa það. Skíringin þess er að í dag er Drottinn svo nálægt honum og honum svo nátengdur og kær að það reyndist ófær leið annað en að taka Drottinn með inn í myndina í þessum parti lífs síns. Þess skal og getið að Konráð Rúnar var ekki kristinn maður er hann neytti áfengisins né vissi heldur deili á Drottni né mætti hans og dýrð og hve gott er að eiga samfélag við hann og umgangast í daglegu amstri lífsins.*

*Það sem vakir fyrir höfundu er að benda mönnum á hvílík ógnar skaðsemi hlýst af neyslu alkahóls og vímuefna og hve lengi menn geta verið að ná sér eftir að neyslu efnanna líkur og eftirvinnan byrjar í öllum þessum ógrynni af andlegum meiðslum og sárum sem neyslan bjó til og gera aftur manninn aftur færan um að takast á við lífið og umbera aftur sjálfan sig eftir hildarleikinn.*

*Þessi saga er saga eins manns en á þó við um fleiri sem lent hafa á sama stað. Á stað sem engin ætlaði sér að hafna á en gerðist hjá fjölda manns og því miður er enn að gerast og mun áfram eiga sér stað.*

*Bakkus er klókur að gylla sjálfan sig fyrir öllum óreyndum sem enn hafa ekki kynnst áhrifum víns né heldur hve hastarlega það mun bíta marga af þeim sem taka fyrsta sopann og létu blekkjast af öllum fagurgalanum og fór á vit blekkingarinnar.*

*Löngu síðar kom Drottinn svo inn í líf Konráðs Rúnars og leysti fjötranna af honum og hefur síðan verið að vinna með þennan mann og hreinsa og smyrja smyrsl á sár sem mynduðust í sálu hans og áðurnefnt tímabil bjó til.*

(Kveðja. Herra Z. Gert 2006)

## Böl áfengis og lausn í Jesús nafni.

(1 af 5.)



Sundahöfn í Reykjavík 2011

**24 september árið 1953** fæddist inn í heiminn drengur sem vó um sextán merkur og var gefið nafnið Konráð Rúnar. Þessi dagur og þetta tiltekna ár er merkilegt fyrir margra hluta sakir. Ekki bara að Konráð Rúnar kom inn í þennan heim fremur fyrir þær sakir að Faðir alls sem lífsandi er í á jörðinni vildi í eigin persónu skapa og gera áætlun sína. Einfaldlega svona vinnur Guð:

**“ Og Guð leit allt, sem hann hafði gjört, og sjá, það var harla gott. Það varð kveld og það varð morgunn, hinn sjötti dagur. “ (1Mós 1:31) - og -**

**“ Allt til elliára er ég hinn sami, og ég vil bera yður, þar til er þér verðið gráir fyrir hærum. Ég hefi gjört yður, og ég skal bera yður, ég skal bera yður og frelsa.. “ (Jes 46:4)**

Eins og Guð vildi hafa Konráð Rúnar þannig líka birtist hann móðir sinni og fólkinu sem í kringum hana voru er þau í sameiningu litu þessa undursamlega sköpun Guðs augum og hrifust af. Þegar manneskja fæðist inn í heiminn gleðjast margir í fjölskyldunni og Drottinn heldur veislu í himninum

Árið 1953 gerði meira heldur en að skila bara af sér einni frábærri sköpun út í lífið og svo áfram alla leið inn í íslenskt samfélag. Fjöldi nýrra og frábærra einstaklinga komu einnig fram og á settum og réttum tíma. Þessar fæðingar samanlagðar árið 1953 gerðu að verkum að íslendingum fjölgaði eilítið.

Foreldrar Konráðs Rúnars eru:

Friðfinnur Kjærnested Konráðsson sjómaður og Lilja Sigurðardóttir húsmóðir. Bæði látin.

Lífið hefur sinn fyrirfram gerða tilgang sem Guð er með áætlun um og vill að nái framgangi hjá hverri sköpuðum manni sem fæðist. Hann er með áætlun til heilla en ekki til óhamingju. Yfirlýsingin gildir frá vöggu til grafar. Guð skal reynast sannorður þó að hver maður reynist lygari. Áætlun til heilla er stimpillinn sem fylgir með hverri manneskju. Guð fer ekki í manngreinarálit og mun standa við sitt og hefur svarið þetta við sjálfan sig þar sem hann hefur við engan æðri að sverja við.

Nú væri auðvelt að spyrja sig þeirrar spurningar hví allur þessi óhróður gangi yfir heiminn og hitti hvert mannsbarn sem hér er og hví menn lendi í sínum raunum og hætta þá kannski að vera sá augasteinn foreldra sinna og annarra sem þeir áður voru og ástandið yfirfærast úr gleði í kvöl sem nístir hjartað þeirra sem næst fólkinu standa?

Tökum eftir einu að þó að manneskjan sé ekki lengur sá augasteinn sem hún áður var og sé orsök þess að sorg fyllir hjartað með reglulegu millibili vegna lífnaðarins þá merkir það ekki hið sama og að elska og kærleikurinn til viðkomandi sé farinn. Hann er sannarlega áfram til staðar djúpt í hjarta aðstandenda. Það er þessi nýi og breytti lífsmáti sem orsakar vinslitin, séu þau til staðar, og koma í veg fyrir að sár grói og samband verði aftur heilt. Þetta breytist ekki nema maðurinn skipti um stíl og taki upp annan heilbrigðari og sýni af sér breytta og bætta hegðun. Orð þarna eru svo lítilsigld af ástæðu sem þarf ekki frekar að tunda. Þið vitið! Öll loforðaflóran um að hætta og annað eftir því.

Gleymum því ekki að Guð gaf manninum frjálstan og óheftan vilja sem hann notar að vild sinni og velur sjálfur hvaða leið hann vilji fara. Guð hins vegar áskilur sér rétt til að koma skilaboðum til sköpunar sinnar til að hún fái raunverulegan valkost. Þetta gerist í gegnum kennslu og leiðbeiningar sem Guð ætlar manninum sem maðurinn á eftir ákveður sjálfstætt hvort hann þiggi eða hafni. Leiðbeiningar Drottins finnum við í Biblíunni og hjá mönnum og konum sem þekkja til málsins og hann sendir út af örkinni. Að hafna ábendingum frá Guði er manninum ávallt tjón. Útilokað er að Guð fari með fleipur þegar hann opnar munn sinn í áheyrn fólks. Mörgum manninum hefur reynst það dýrkeypt að taka ekki við leiðréttingum frá skapara sínum.

Leið Guðs er ávallt í gegnum dauða sonar síns Jesú Krists sem dó á krossi og reis upp á þriðja degi. Kærleikurinn er meðalið sem Drottinn beitir á manninn. Kærleikurinn eins og Drottinn brúkar hann er stórfenglegur.

En þó að menn þiggi fræðslu merkir það ekki hið sama og að heilapvottur eigi sér stað og að völdin fari frá manninum og yfir til hans sem fræddi. Allt ákvörðunarvald verður áfram hjá manneskjunni sjálfri og hennar skýlausi réttur. Allir eru undir sama þaki í þessu leiti.

Konráð Rúnar óx úr grasi og skilaði af sér skyldunáminu og lauk við það fjórtán ára gamall. Framundan var nú ákveðið frelsi með skólann að baki og skyldunámið orðið liðin tíð. Lágur einkunnir úr lokaprófum og minningin ein stóðu eftir tengdum skólaleiða og aðra þætti sem ekki var áhugi fyrir að sinna né heldur að halda áfram með.

Í janúar 1970 réð Konráð Rúnar sig í sitt fyrsta skipspláss hjá skipstjóra sem faðir hans hafði lengi starfað hjá. Báturinn var gerður út frá Hafnarfirði og var 100 tonna að stærð smíðaður í Austur Þýskalandi og var verið að gera hann kláran til netaveiða þegar skipstjórinn sló til og réð unga manninn. Eins og algengt var á netabátum þá var líka tólf manna áhöfn á þessum bát. Margir áhafnarmeðlimir notuðu áfengi ótæpilega í inniverum og þegar tími gafst til drykkju.

Um vorið, sama ár, gekk Konráð Rúnar inn á þessa braut áfengis og fann í fyrsta skiptið vímuna sem neysla áfengra drykkja fæðir af sér. Var þá hættur á bátnum og kominn á togara, einnig gerður út frá Hafnarfirði, og í sinni fyrstu inniveru sem togarasjómaður og staddur á danstað einum í borginni sem sjómenn þess tíma sóttu er skip kom til hafnar til löndunar.

Konráð Rúnar mann vel eftir sinni fyrstu vímu og þegar áfengið fór að renna eftir æðakerfinu og virka, hvernig hlutirnir í kringum hann breyttust skyndilega og framkölluðu sveiflu í huga hans sem allir þekkjá sem reynt hafa og honum fannst líðan sín undarleg og á vissan hátt merkileg. Litirnir tóku jafnvel breytingum í loftinu og allt fór á hreyfingu í kringum hann og eins og þoka hvolfdist yfir. Þetta samanlagt gerði að verkum að hann í fyrstu átti erfitt með að skynja hvað væri að gerast í honum sjálfum. Upplifunin átti á síðari stigum eftir að breytast í andhverfu sína og verða að meini sem erfitt reyndist fyrir hann að komast út úr og verða aftur sú heilbrigða manneskja sem Guð skapaði. En Guð er með áætlun, líkt og fram hefur komið. Svo lengi sem maðurinn dregur andann á þessari jörð hefur hann von um náð og miskunn Drottins. Víst er um það.

Parna, á þessum stað, á þessari stund, staddur við einn af danstöðum borgarinnar með áfengisflösku innanklæða, í buxnastrengnum, falda á bak við hnepptan jakka, gekk hann inn um útidyr og upp stiga á næstu hæð og inn í sal fullum af fullu fólki og komst inn í umhverfi sem færði honum ógæfu og óhamingju og dýpsta myrkur sem hann enn í dag glímir á vissan hátt við 36 árum síðar (2006). Á stað sem auglýsti sig áfengislausan en allir sem til þekktu vissu að var rangnefni. Á stað sem hann í eigin persónu ákvað að drekka sig drukkinn og verða eins og hinir í kringum sig og upplifa sama og fólkið í kring. Á þessum tímamarki í lífi Konráðs Rúnars hefði engin lifandi vera getað snúið honum frá villu síns vegar. Ákvörðunin var kominn. Hún lá fyrir kvitt og klár.

Takið eftir einu, mikilvægt að hugleiða og er staðreynd málsins, að ferlið hófst með fyrsta sapanum.

Spyrja má hvort það hafi verið ásetningur Konráðs Rúnars að áfengisneyslan færi á versta veg? Var þetta hans óbifanlegi ásetningur þar sem hann stóð á dansgólfinu og upplifði sína fyrstu vímu, horfandi á fólkið eins og verur sem liðu hjá? Nei! Átti hún að leiða inn sorg og sút hjá bæði Konráði Rúnari? Nei! En þannig fóru samt málin er Konráð Rúnar stóð loks upp með of margar brotnar brýr að baki.

Sagt er að öl sé vor innri maður. Þetta er ekki rétt. Öl er annar maður sem engin þekkir né heldur veit um að búi þarna en birtist þeim samt oft í hinum drukkna einstaklingi brjótandi húsgögn, að dæmi sé tekið. Áfengið er eitur og dýrkun áfengis rangt þó að hún sé afskaplega algeng á meðal manna.

Þið unga fólk! Gætið ykkar. Þið eldra fólk sleppið að fara þessa leið því að hún er gildra og miskunnarlaus blekking og algerlega ófær þó blíður blærinn virðist í fyrstu leika um hana og myndir sýni ykkur aðra mynd.

Þið feimna fólk og óframfærna sem eigið erfitt með að stíga í vænginn við hitt kynið. Látið áfengisflöskuna afskiptalaus. Leitið heldur til Drottins og hann leiðir ykkur þangað sem maki ykkar er. “ Hin hálsmjóa “ bitur frá sér og býr til ótalmörg sár sem erfitt getur reynst að lækna og afmá. Trúið því og horfið þessu til staðfestingar á meðferðarstaðina sem hér eru og allir yfirfullir með langan biðlista. Þeir segja sitt um hvað hér er verið að fjalla um.

Líkt og fram kom áðan þá er öl ekki innri maður heldur annar maður. Og þennan mann vilja fáir þekkja og ekki heldur sá sem þannig umbreytist og verður ölvaður og gerist brotlegur á margvíslegan máta í sínu ölvunarástandi.

**Vínið er spottari, sterkur drykkur glaumsamur, og hver sá, er drukkinn reikar, er óvitur.**  
“ (Orðsk 20:1) - segir í Orðskviðunum.

Þú sem átt í vanda vegna ofneyslu! Leitaðu þér hjálpar og taktu á vandanum með hjálp Drottins og ráðgjafanna sem Guð leiðir til þín.

En áfram með frásöguna.

Var þetta gæfuspor sem Konráð Rúnar steig? Ef þú, lesandi góður, lest áfram muntu komast að raun að svo var ekki. En svona hófst ferlið. Þarna opnaðist leið inn í vegferð sem engin gat né heldur getur séð fyrirfram hvar endar nema Drottinn einn. Hann vakir yfir sköpun og bíður áfram og veit um hvert skref sem hinn afvegaleiddi maður stígur og fylgist með hinu reikandi göngulags hans. Lof sé Guði fyrir þolinmæði hans og elsku.

En þarna, á þessum stað, á þessu andartaki, komst Konráð Rúnar undir hæl hans sem engum sleppir baráttulaust aftur frá sér og margir enda líf sitt hjá löngu áður heldur en dagar þeirra á jörðinni eru allir taldir. Guð vill að allir dagar mannsins séu fylltir með gleði og án fjötra og bindinga syndarinnar. Allt hjá Guði hefur takmark sem nær þó ekki framgangi nema manneskjan undir verndarvæng Drottins Jesús Krists.

Munum að allt sem menn gera byrjar á fyrsta skrefinu og sé Guð ekki með í verki endar sú vegferð því miður of oft í vegleysu og stórfelldu tjóni.

Saga alkahólistans er í aðalatriðum hin sama. Með öðrum orðum: Tjón á sál, anda og líkama. Alkahólistinn þarf á langtímameðferð að halda. Það er hans eina von. Allt svona verður samt að vera val manneskjunnar sjálfrar til að árangur náist. Engin er þvingaður að þessu leiti. Allir

sem til þekkja vita þetta sem til að mynda gera orð alkohólista svo oft lítils virði. Þetta þekkja allir sem þarna eru og búa við. Er það annars ekki rétt?

En hvernig stendur á því að svona fögur sköpun Guðs sem Guð sjálfur gaf yfirlýsingu um: “**Það er harla Gott**”- velji að fara leið ógæfu og óhamingju og enda inn í dýpsta myrkri, þar sem kvölin ein á heima með öllu volæðinu og samviskubitinu sem gerir að verkum að saga svo margra er skráð brestum og ógæfu eftir að hafa tekið sinn fyrsta sjúss og þeir fundu í fyrsta sinn áhrifin sem víman gefur og vegurinn þar með lagður frá birtu til myrkurs?

Við spurningunni er bara til eitt svar. Syndin afvegaleiðir manninn og dregur þangað sem syndin starfar í öllum sínum fülleika. Og syndin er lævís. Syndin talar lipurlega við óreynt fólk sem enn þekkir ekki lífið eins og lífið raunverulega er. Óreynt fólk hrífst með af lýsingum þeirra sem eldri eru og lífsreyndari og festa sig við sögurnar og drekka í sig lýsingar af “ævintýrum” inn í leigubílum, teitum, og öllu stelpugerinu sem í kringum þá voru. Óreynd manneskja má auðveldlega heilla af öllu þessu sem mennirnir segjast hafa lent í undir áhrifum “hinnar hálsmjó.” Tökum eftir þessu. Undir áhrifum áfengisins. Hver mann ekki eftir fulla, glaðværa karlinum í bíómyndunum sem syngur augafullur og slagandi og leikur á als oddi dauðadrukkinn? Blekkingar út um allt.

Þessi uppdregna mynd breytir ekki staðreyndinni um að ábyrgðin sé á herðum viðkomandi einstaklings þó að vissulega hafi umhverfið og það sem hann heyrir áhrif á til að mynda endanlegt val. Hvernig erum við að ráðleggja fólk og hvað mynd að sýna því af okkur sjálfum?

Konráð Rúnar, þessi feimni og óreyndi maður sem var að stiga sín fyrstu og sjálfstæðu skref inn í atvinnulífið og lífsbaráttuna fann ákveðna leið að hinu kyninu í gegnum áhrif frá þeirri “hálsmjó.” Nú var lausnin feimni hans fundinn? Eða hvað

(Framhald. Kveðja: Herra Z 2006)

## Böl áfengis og lausn fyrir *Jesús blóð*.

(2 af 5)



Skipskrani með sinn dinglandi krók.

Fyrsta árið á þessum stað var í lagi hjá Konráði Rúnari. Engin þynnka og mórallinn óþekkt fyrirbrigði. Eftir eitt ár fór að halla á ógæfuhliðina og Konráð Rúnar að komast inn á braut sem annaðhvort endaði í ótímabærum dauða hans eða “ hinni hálsmjóu ”- yrði ýtt út af borðinu. Enginn önnur leið var í boði nema þessi. Hin hógværa drykkja var ekki lengur til staðar. Rænuleysi, minnistap, óútreiknaleiki og aðrir fylgifiskar gerðu vart við sig og allskonar önnur skemmd. Mest á andlega sviðinu. Braut var lögð til myrkra- og mannskemmandi staða.

Þegar talað er um áfengið á það einnig við um önnur fíkniefni. Þeir sem halda því fram að áfengi sé betra heldur en hin fíkniefnin sem í boði eru flytja röng skilaboð. Fáist menn til að skoða þessa staði þar sem alkahólisminn ræður ríkjum komast þeir fljótlega að raun um að þarna ríkir algert jafnræði og engin munur á hver sé hvurs og hver hvers.)

Reikningar sem lagt var með af stað að heiman urðu eftir í bifreið Konráðs Rúnars og féð æ oftast notað til áfengiskaupa og ballferða um kvöldið. Reikningar hlóðust því upp og gátu ekki annað en orðið ávísun á vandræði síðar meir. Reikningarnir jukust og uxu Konráði Rúnari upp yfir höfuð. Það öndvert jók á baslið sem fyrir var. Her lögfræðinga tóku málin upp á sína arma og smurðu vel ofan á hverja sendingu fyrir sig sem gerði að verkum að upphæðirnar, sem yfirleitt voru til að byrja með lágar og viðráðanlegar, uxu hraðbyri í þessari frjóu mold lögfræðinganna og þær umbreyttust í óhugnanlega stærð og óyfirstíganlegu fjalli. Á sama tíma uxu andleg mein og ágerðust eftir því sem tíminn á þessum dimma og afleita stað gerðist lengri. Þetta samanlagt og margt annað bætti gráu ofan í svart og jók stöðuglega við kvölinu sem hann þegar upplifði í kringum áfengisneysluna og það mál allt saman.

(Andlegu sárin opinberuðust reyndar ekki fyrir Konráði Rúnari fyrir heldur en löngu síðar.

Eða eftir að Drottinn hafði snert við honum og endurfætt inn í sitt ríki. Þangað til voru þau kyrfilega læst niður í kistum hjartans og engum hleypt þangað inn. Ekki einu sinni Konráði Rúnari sjálfum.)

Drykkja Konráðs Rúnars ágerðist mjög hratt og hann kom oftast við í ríkinu til að versla sér varninginn þar og bera út svarta plastpokann með sitt glamrandi innhald sem allar þessar flöskur ollu við hristingin sem gangan til bifreiðarinnar orsakaði.

Áfengiskaupinn höfðu orðið mikinn forgang í lífi hans og að eiga aur til að geta farið út á lífið.

( Hvað svo sem það hugtak merkir í raunveruleikanum þegar réttara væri að segja að menn skryppu á vit minnistapsins, hórdómsins, svallsins, og teitanna. Að ógleymdum skefjalausum fjáraustri í óseðjandi hit og á vit eftirþankanna daginn eftir. Sjaldan er talað um daginn eftir þegar þessi mál eru til umfjöllunar. Hve oft sagði ekki Konráð Rúnar daginn eftir við sjálfan sig. “ Jæja núna hætti ég þessu “- Þegar heilsan var slæm og mórallinn merkti hverja hugsun í höfði hans. Svo gerðist það er heilsan kom til baka að allt stóð við sama og leikurinn endurtekin og ákvörðunin um að standa sig og “ vera nú seppalegur í kvöld,” eins og var orðatiltæki margra á þessum árum - og - “ að gera nú ekkert af sér “ áður en haldið var af stað. En svo kom dagurinn á eftir með öllum skandalnum sem gærdagurinn bar með sér inn í hinn nýja dag. Böf. Endalaust og endurtekið böf. Ömurlegt. Blekkingar. Myrkur. Lygar. Allt eru þetta réttu orðin þegar lýsa skal lífi í greipum Bakkusar. En stuð? Nei. Skemmtun? Nei. Örvænting? Já. Horfin sjálfsvirðing? Já. Verstur af öllum vondum mönnum? Já. Þetta er sannleikurinn. Þetta gerist er áfengi grípur yfir og fer að stjórna og stýra manneskjum.)

Svona leið Konráði Rúnari oft daginn eftir á þessum tímum sem margt fólk í dag upplifir á nákvæmlega sama hátt í sínu eigin “daginn eftir “ veruleika sem enn dvelst í myrkrhellum blekkingarinnar og áfengisins.

Þegar komið er á þennan stað í drykkjunni hugleiða margir að svipta sig lífi, þó að sú hugsun hafi ekki náð fótfesti hjá Konráði Rúnari eða að hann hafi leitt hugann inn á svo ægilega braut. En langt er um liðið og annað komið í staðinn sem fangar huga hans í dag og þetta tímabil orðið svolítið óljóst á köflum. En úr því að hann ákvað að fara inn á þessa braut vill hann reyna að gera þetta eins ítarlegt og möguleiki er á en veit samt að margt mun verða eftir vegna fjarlægðarinnar við vettvanginn.

Enn má benda á skaðsemina sem áfengið orsakar hjá stórum hópi fólks og minna á að öl sé ekki innri maður heldur annar maður.

Eitt af þessu sem áfengisneyslan kallar fram hjá áhangendum sínum er þetta skelfilega kæruleysi sem slíkur lífsmáti skilur eftir og sá sannleikur að þó að enginn aur hafi verið til fyrir nytsamlegum hlutum var ávallt til handbært fé til áfengiskaupa og þá rösklega gengið fram í því að útvega féð sem til þurfti á stundum löngunarinnar. Ekkert megnaði að stöðva för Konráðs Rúnars þegar þessi miskunnarlaus löngun hvolfdist yfir hann. Kannast einhver



annar við þetta?

Þetta í bland við dómgreindarskort setur svo oft af stað hringrás sem mörgum reynist erfitt að stíga út úr sem gerir alla, til að mynda, meðferð svo erfiða þegar blessað fólkið loks rumskar við sér, fullt af mórál, sektarkennd, lítið í sér, og allan þann pakka á herðunum og fyllist yfirþyrmandi hugsunum um allt sem þarf að gera og redda bæði hratt og vel. Já núna. Hugsanir sem fá svo marga til að kasta öllu enn eina ferðina frá sér og hlaupa burt úr sinni meðferð og til lífsins sem kvaldi það stöðugt og fólkið þekkir. Partur af nýja lífinu felst í að koma skikki á óreiðuna, til að mynda fjármálaóreiðuna sem neyslan bjó til og ekkert annað. Og martröð fólksins heldur áfram í sínu vímuástandi og getur ekki annað vegna þess að áfengið er samt við sig. Það hefur ekkert breytt sér. Það er staðurinn sem hægt og sígandi sígur lífsviljann út úr fólki og það byrjar á að verða andlega dautt með heftar tilfinningar og slökktu samvisku í sínu ölvunarástandi og smá saman slokknar lífsviljinn og maðurinn bognar í baki og axlirnar síga og við horfum upp á ungan mann eða unga konu verr á sig kominn líkamlega en átrætt fólk sem alla sína tíð hefur stundað sitt starf og lifað heilbrigðu lífi. Hin áfengissjúki húkir áfram stað blindu með sjálfan dauðinn blasandi hlæjandi við sér í öllum sínum óhugnaði. Og hann sættir sig við sinn hlæjandi skelmir og situr sem fastast hugsandi um það eitt að fá meira vín þó næsti sopi væri hans síðasti í lífinu. Samt er haldið ítrekað inn á þessa braut og hættunni enn og aftur boðið heim. Vitið er horfið og fólki orðið sama um allt og alla, með mestu óbeit á sér sjálfu. Jafnvel dauðinn og fallnir bræður og systur til hægri handar og vinstri handar eru ekki lengur það sem fær fólkið til að hugsa sín mál upp á nýtt. Allt til að þurfa ekki að glíma við lífið og þau vandamál sem eru á borðum viðkomandi fólks og fráhvörfin og mórálinn. Úrræða- og eigið getuleysi til að leysa úr sínum málum hvolfist yfir eins og vatnsfall og byrjar að kvelja þetta fólk. Í kjölfarið kemur svo þunglyndið og aðrir geðrænir sjúkdómar með þeim afleitu afleiðingum að fólkið lætur enn og aftur sannfærast um hversu lélegur pappír það sé og eigi bara ekkert gott skilið. Sem er röng niðurstaða og ekki frá Guði komin. Allir skulu fá tækifæri og ekki mannsins að velja úr hverjir hljóti og hverjum sé hafnað. Að hjálpa til er málið og hið rétta hugarfar sem gott er að biðja almættið um að gefa sér.

Og vegna minnistapsins og lágs siðferðismats og skertrar sjálfsmýndar fer þetta fólk svo að trúu upp á sig sjálf tóllu illu og kenna sér um eitt og annað sem það átti aldrei neina sök á og heldur enga hlutdeild í. En vínskemmdin í manneskjunni kemur slíku til leiðar og þessar endalaus ranghugmyndir um eigin verk og hegðun bæta gráu ofan í svart. Allt vegna þess að minnskubburinn í höfðinu var gerður óvirkur með of miklu áfengismagni í blóðinu. Þarna stóð hnífurinn í kúnni hvað Konráð Rúnar áhræði og sem fór hvað verst með hann á þessu tímabili. Óminnishegrinn var honum afskaplega erfiður. Og er svo einnig um marga aðra. Víst er um það.

Menn sem komast á þennan stað í sinni drykkju komast inn í einn allsherjar vítahring sem endar með algerlega breyttum lífstíl eða fullum ósigri og dauða langt áður en dagar mannsins eru taldir. Enginn leið er frá þessum stað nema menn skoði stöðuna í fullri alvöru með niðurstöðu um að hætta allri áfengisneyslu og stíga út í verkefnið framundan .

Fyrsta skrefið á leið mannsins til sigurs er að viðurkenna vanmátt sinn. Það er fyrsta skrefið. Næsta skref er að taka ákvörðun um að og viðurkenna að nauðsýnlegt sé að flaskan

fari út af borðinu ásamt öðrum vímugjöfum og sé ekki lengur inn í myndinni sem raunhæfur kostur. Á þessum stað opinberar Drottinn mátt sinn og dýrð og hreinsar manninn af allri fíkn. Það gerist eftir að ákvörðun mannsins liggur fyrir Ákvörðun, mitt eigið, sjálfstæða val, er heila málið.

Munum að á þessum stað, staðnum sem maðurinn stendur á frami fyrir sjálfum sér, berstrípaður, rúinn öllum afsökunum, með sitt eigið líf opinberað fyrir framan sig sem hæll Bakkusar náði fram hjá honum, að þarna mun Guð í eigin persónu sýna honum hver hann sjálfur sé. Sýna honum að enn sé til von. Að vonin sé ekki þrotin. Að það sé ekki allt búið. Jesús lifir og hann gefst ekki upp á að vinna manninn til sín.

Konráð Rúnar sjálfur er vitnisburður um mátt og megin Drottins Jesú Krists og hversu fúslega hann gefur þetta frelsi og hreinsar manninn svo gersamleg að engin arða verður eftir. Ekki rykkorn. Allt er farið. Allt er orðið breytt og svo mun áfram verða ef hann sjálfur tekur ekki ranga stefnu með sitt líf og velur að velta sér aftur upp úr sínu gamla fari og drullupolli. Þrátt fyrir það að Guð hreinsi manninn algerlega af fíkn og synd stendur maðurinn samt eftir með frjálsa huga og frjálst val. Einfaldlega af þeirri ástæðu að Guð sagði og Guð stendur við sín Orð og getur heldur ekki gert neitt annað.

Að vísu fór feimnin af Konráði Rúnari undir áhrifum áfengis en inn komu margháttaðir aðrir þættir sem honum óraði ekki fyrir að myndu gerast í sínu lífi en braut áfengisins hafði samt að geyma og allir þessir menn gleymdu að tala um er þeir gylltu sína vegferð í áfenginu með öllu orðagjálfrinu sem hann varð áheyrandi að og heillaðist svo mjög af er hann ungur maðurinn hlustaði á allar sögurnar sem þessir eldri menn og reyndari sögðu hverjir öðrum í hans áheyrn. Sannleikurinn er nefnilega sá að þessi vegur hafði upp á ýmislegt annað að bjóða sem þegar upp var staðið reyndust vera mun erfiðari og illvígari við að eiga en feimnina. Feimni ein og sér drepur engan né tælir í sér sjálfri. Vissulega brenglar feimnin stundum huga ungra manna og þeir freistast til að horfa til köldu karlanna og kjaftforu og vilja verða eins og þeir. Blekking og gríma sem menn setja upp.

Konráð Rúnar og hans líkar vilja stundum fara auðveldari leið framhjá sínum eigin átakasvæðum, eins og feimni. Svokölluð “ auðveldari leið “- fæddi honum lítt ígrundaða ákvörðun um að sturta bara í sig áfengi og hella sér út í “ fjörið “- í stað þess að finna aðrar og heppilegri leiðir og standa uppi í framtíðinni sem sigurvegari með verðlaunin af vinnu sinni í hendinni þegar tímar liðu.

En þrátt fyrir að feimnin hyrfi af Konráði Rúnari í áfengisvímu sigruðust samt ekki margir birnir. Málið ekki gekk alveg fram samkvæmt áætlun varðandi hitt kynið.

Eftir á að hyggja lítur hann á að vernd Drottins hafi verið yfir honum að þessu leiti. Var hann enda alls ófær um að sinna konu og stofna heimili á þessum tíma og einnig í langan tíma eftir að áfengið var ekki lengur uppi á borðum hans.

Sé litið til dagsins í dag þá hefði það ekki verið spennandi umhugsunarefni fyrir hann að eiga kannski tvö, þrjú börn með kannski jafn mörgum konum án þess að hafa haft möguleika né heldur getu til að sinna börnum sínum neitt eða að vita hver afdrif þeirra væru. Þetta eitt og

sér er ákveðin blessun sem hægt er að vera þakklátur fyrir eftir á að gerðist ekki. Vitaskuld eru börnin blessun og allt saman það. En ekki er sama undir hvaða kringumstæðum þau blessunin verða til.

Saga Konráðs Rúnars heldur áfram að vaða úr einu í annað.

Helgarnar breyttu um svip í hans lífi og urðu honum kvíðvænlegar. Hann þekkti hvað þessum helgum fylgdi orðið fyrir hann sjálfan. Skemmtunin var ekki lengur til staðar. Eina hugsunin var sú að drekka sig drukkinn og halda drykkjunni áfram uns þróttur þvarr. En í hvert skipti sem tappi var skrúfaður af áfengisflösku var einlægur ásetningur hans sá að gera nú ekkert af sér og verða ekki of drukkinn. Dansstaðirnir drógu hann til sín, réttara sagt barirnir og söluvarningurinn þar, en fráleitt það sem í boði var í húsinu. Sem oftast en ekki var harla fátt og rýrt í roðinu. En fátt eða margt skipti hann heldur engu máli. Eina sem Konráð Rúnar sóttist í var vínið og að eiga aur til að kaupa sér meira vín fyrir:

**“ Þeir hafa slegið mig, ég kenndi ekkert til, þeir hafa barið mig, ég varð þess ekki var. Hvenær mun ég vakna? Ég vil meira vín! “** (Orðsk 23:35)

Allir sem hafa verið á þessum stað kannast við þrefaldan og fjórfaldan og að byrgja sig upp áður heldur en barnum er lokað og því óþarfi að eyða löngum tíma í þá hluti.

Konráð Rúnar var kominn í þennan hóp í hvert skipti sem hann sótti dansstaðina. Hann kom þar raunverulega við til að drekka þó svo að annað væri sagt þegar af stað var farið og sest inn í leigubílinn sem flutti hann á leiðarenda. En hver svo sem hlustaði á það? Engin tekur lengur mark á honum eða henni sem ítrekað skandalerar undir áhrifum áfengis. Reynslan þeirra sem standa fólkinu næst hefur bara kennt þeim annað. “ Undir áhrifum “ - merkir fyrir þetta fólk mis mikið af vandræðum og klúðri hjá hinum drukkna. Ekkert annað.

Þetta og margt annað einnig er enda vel þekkt fyrirbrigði hjá fólki sem fer inn á þessa braut og missir stjórnina og völdin færast þá sjálfkrafa yfir á hendur vímugjafans sem vill ræna þá vitinu og yfirtaka menn (blakkát) til að gera sinn vilja sem oftast en ekki framkallar atburði fyrir viðkomandi sem hann iðrar og þarf á eftir að skreiðast með veggjum vegna. Hvar Konráð Rúnar síðan vaknaði var undir hælun lagt og oftast en ekki inn í klefa á lögreglustöð án þess kannski að vita með fullri vissu hvað gerst hafði kvöldið áður og hver ástæðan var fyrir veru hans inn í klefa á lögreglustöð. Hrein matröð.

En þrátt fyrir að lögreglan þyrfti oft að hafa af honum afskipti á þessum tíma leit hann samt ávallt á þessa stétt manna sem vini sína sem einvörðungu sinnu sínum skyldustörfum og bar aldrei nokkurn kala til stéttarinnar og gerir ekki enn í dag. Og stundum var hann bara feginn að lögreglan hirti hann upp áður en meiri vandræði hlutust af ölvunarástandi hans. Þannig bara var þetta

Takið eftir einu að Guð sem skóp og sagði: “ Það er harla gott “ - var aldrei með þessa áætlun inni varðandi líf Konráðs Rúnars. Guð sendi í veg fyrir hann margt fólk sem sjálft var með bitra reynslu af áfengisneyslu sinni. Þetta fólk hvati hann til stíga ekki inn á þessa braut heldur finna sér annan og heppilegri farveg fyrir sitt líf sem hefði í för með sér farsælni

þegar til lengri tíma væri litið. Þessar og aðrar ábendingar fóru að berast til Konráðs Rúnar tveimur, þremur árum áður en sagan sem hér er skráð hófst. En hann, líkt og margir aðrir hafa einnig gert bæði á undan honum og á eftir, lét orð þessara vitru manna berast inn um annað eyrað og fara út um hitt án þess að veita orðunum athygli. Og hann á endanum tók sitt skref og skrúfaði tappann af sinni fyrstu áfengisflösku og við hér fjöllum um afleiðingar af vali sem allir geta orðið sammála um að var rangt og ýtti honum að fjallsbrún og verhnípið. Þannig getum við séð svo ekki verður um villst að Drottinn ætlaði þessum manni ekki þá reynslu sem hann hefur í dag heldur aðra og betri og umflotinn kærleika Drottins og elsku. Hvað er Konráð Rúnar að segja með þessu? Þetta:

" Þið unga fólk! Hlustið þegar ykkur reyndari menn mæla til ykkar varnaðarorð. Þetta fólk talar til að fyrirbyggja það að einnig þið hafnið ofan í sömu forarvilpu og það sjálft hafnaði í með sinni vitlausu ákvörðun. Ekki ímynda ykkur í eina sekúndu að þið komist öll framhjá að fara inn í dýpsta myrkur ef svo kynni að fara að þið skelltuð skollaeyrum við og þíddust engin aðvörunarorð og hélduð inn á þessa varhugaverðu leið. Sagan er svona og áfengið og fíkniefnin hafa ekkert breyst. Þau eru lúmsk og eru vandamál, hafa verið vandamál og verða áfram vandamál sem margt fólk mun áfram gylla og hylla ranglega. Áfengið er ekki spennandi og gefur engum frelsi heldur binda þau og færa inn helsti og opna leið fyrir ótta og kvíða, skömm og aðrar tilfinningar. Allt þetta er til staðar hjá honum og henni sem lætur undan. Að missa stjórnina er ekki fyrirfram gerð ákvörðun eins né neins þegar hann eða hún byrjar sína neyslu heldur gerist þetta bara hjá fólki vegna þess að áfengið er eitur og líkaminn er ekki gerður til að þola allt þetta eitur sem innbyrt er. Og ýmislegt byrjar að gefa sig. Engin veit fyrirfram hver lendir undir í glímuni við vímunu og hvenær manneskja fer sjálf að upplifa öll þessi neikvæðu áhrif neyslunnar. Engin þekkt mælistika er fundinn sem gefur haldbærar vísbendingar hvað þetta áhrærir. Allir sem fara í vímu eru í sama áhættuflokki. Sumir sleppa, rétt er það. En verkið er ekki áhættunnar virði. Eina sem fólk getur gert til að komast örugglega framhjá smán og eyðingu áfengis- og fíkniefnanna er að halda líkama sínum frá þessum efnum. Og slíkt gerist einvörðungu með ákvörðun einstaklingsins sjálfs. Hans er að segja nei við neyslunni.

Og nú, unga fólk, fáið þið valkost. Ykkur er boðið til liðs við skapara ykkar og frelsara sem hefur pottþétta áætlun með lífið sem er heilbrigt líf og skemmtilegt og betra en það að hanga kófdrukinn og útúrskakkur við staur eða sitjandi á bekk undir beru lofti, illa til hafður vegna neyslu með alla von farna og augun full af sorg og söknuði eftir einhverju sem var og betra en lífið sem viðkomandi lifir. Kannski glóðaraugu á báðum, lemstraður eftir átök og eða föll í götuna, klæddur rifnum fötum og illa til hafðu hvar sem litið er. “

Að lifa slíku lífi er ekki eftirsóknarvert. En þú hefur valið.

(Framhald. Kveðja. Herra Z 2006)

# Böl áfengis og lausn fyrir Jesús blóð

(3-5)



Esjan byrjuð að sanka að sér snjó.

Eftir því sem vikurnar, mánuðirnir og árin á þessum stað liðu jukust sár sálarinnar samfara aukningu á sjálfsásökunum, depurð, mórall, andlegri vanlíðan og öðrum fylgifiskum áfengisneyslnnar. Sífelldur kvíði og ótti fyllti hjarta hans og hann gekk um með grímu. Þessi ægilegi og miskunnarlausi kvíði og ótti merkti nánast hvert fótspor Konráðs Rúnars. Innanum annað fólk reyndi hann þó að bera höfuðið hátt til að aðrir sæju ekki hina raunverulegu líðan sína og hvað var að gerast innra með honum sjálfum. Um það átti engin að vita. Þó svo að andlitið væri glaðlegt var ásýnd hjartans annað. Það grét beiskum tárur í brjósti hans og sálin stundi af sársauka og skelfd dægri löng. Og samanvið og innanum þetta kom svo sjálfsvorkunnin og skellti sér í teitið og blandaðist saman við allt hitt sem fyrir var í huga og hjarta.

Gleymum ekki sjálfsvorkunninni né gerum lítið úr hennar þætti málsins. Hún er enda stór liður á ferð áfengisneytandans til bjargbrúnarinnar. Sjálfsvorkunnin er hvorki sú heppilegasta né heldur sá liður í lífinu sem hefur burði í sjálfri sér til að rífa manneskjuna upp úr eynd sem eigin hugurinn kom henni í og aftur inn í bjartari og heilsusamlegri veröld í sér sjálfri. Langvinn sjálfsvorkunn fæðir af sér ásakanir og reynir ítrekað að varpa eigin ábyrgð yfir á annarra herðar. Þegar sjálfsvorkunnin lætur á sér kræla er nauðsýnlegt að útrýma henni hið skjótasta til að maðurinn losni sem fyrst undan kvöð hennar og komist þangað sem hann getur aftur beint huga sínum að innihaldinu. Áfenginu og kröminni í hans eigin lífi. Í sjálfsvorkunninni hefur maðurinn tilhneigingu til að bregðast ranglega við aðstæðum og kveða upp óréttláta dóma og láta þá bitna á þeim sem standa honum næst og hafa máski gert hvað mest fyrir hann. Allt gömul saga og ný er þessi mál bera á góma.

Sjálfsvorkunnin kveikir stundum á öðrum stöðvum í manningum sem gerðust í lífinu og hrelldu hann fyrrum en honum tókst að læsa niður í kistu og geyma þar. Atburðir sem

gerðust löngu áður heldur en fyrsti vínsopinn var drukkinn skjótast fram þegar maðurinn dvelur í sinni sjálfsvorkunn, ásakandi bæði sjálfan sig og aðra, og fram kemur nýr en samt falskur litatónn og blandast hinum fölsku litatónunum og hin falska fantasía sem verið er að semja stækkar og gerist æ umfangsmeiri í veruleika mannsins. Allt blákaldar staðreyndir sem gerir að verkum að alkahólistinn er raunverulega afskapleg sjúkur maður í sínu vímuástandi, sem og á edrú tíma sínum, sem kemur hjá öllum drykkjumönnum með misjafnlega löngu millibili og varir misjafnlega lengi hverju sinni. Ekkert breytist nefnilega fyrr heldur ákvörðun liggur fyrir með raunhæfri bataáætlun og menn stíga út í sína bataáætlun og vinnan við batann af fullri alvöru. Og þar er Jesús Kristur fyrir sinn Heilaga Anda besti kennarinn og leiðbeinandinn. Þetta staðhæfir Konráð Rúnar og fleiri menn og konur með honum.

Svo gerist það að edrú tíminn gengur á enda og löngunin mætir á svæðið. Á vissum tímapunkti er svo teningunum kastað og ekki aftur snúið úr því og það tekur við sem þá tekur við og fátt gott. Tappi er skrúfaður af áfengisflösku og úr henni teygjað og stjórnin fer vega allrar veraldar og enn ein hringrás niðurbrots upphefst. Vínandinn er nú kominn við stjórnvölin og neytandinn gengin yfir strikið og áfram inn í "blakkátið" sem yfirtekur manninn og fer með hann þangað sem "blakkátið" sjálft vill. Hvað gerðist klukkutímanna á undan veit hinn nývaknaði ekki um. Líklega er að maðurinn hafi ekki valið sinn svefnstað ekki sjálfur né heldur hvenær hann sofnaði. Það gerðist eins og vanalega þegar úthaldið var uppuríð og þrekið þorrið með ómínnishegrinn fljúgandi um í hausunum og "díleitandi" öllu sem gerist á staðnum og í andartakinu. Og maðurinn mann ekkert og því hægt að telja honum trú um hvaðeina. Hann bara játar. Svona er nú komið fyrir honum. Við sjáum hér lágt sjálfsmat. Ekki satt? Áfegni er skaðvaldur sem rangt er að hylla.

Að fara í "Blakkát" gerist hjá fólki eftir að ákveðnu stigi drykkjunnar er náð og er skíringin á að þó menn muni ekkert frá kvöldinu áður geta þeir samt hafa gert margháttaða hluti af sér og farið víða. Sumir setjast undir stýri bifreiðar í slíku ásigkomulagi og vakna nokkrum klukkutímum síðar inn í bifreiðinni sem þeir jafnvel tóku traustataki og án þess að hafa hugmynd um hver sé eigandi bílsins né og hvert eigi að skila honum. Minnið er horfið og getur ekki hjálpað manninum í sínum einkennilegu kringumstæðum, vegna áhrifanna frá áfenginu nokkrum klukkutímum áður. Eina sem hann veit með vissu er að hann sjálfur er ekki eigandi bílsins og hefur því tekið hann ófrjálsri hendi án þess að muna hvernig eða hvar.

(Innskot: Konráð Rúnar minnst þess að hann sem ungur maður spurði sér eldri mann, sem alltaf missti rænu á sínum fylleríum, hverju þetta sætti. Svar mannsins var einfalt: "Þetta gerist með því að dreka bara nógu mikið." - Sjá má að þessi drakk ekki ánægjunnar vegna heldur áhrifanna. Alkahólisti er þess lags manneskja. Gleði er eitt, áhrif annað og í þau sækist hver sá sem beið ósigur fyrir áfenginu. Að lyfta glasi í góðra vína hópi er ekki lengur valkostur og líklegt að alkahólistanum sé ekki boðið í slíkt teiti. Ekki þó af illgírni heldur reynslu og stundum slæmri.)

Að vakna upp eftir hneisu "Blakkáts" og muna ekki hvar menn voru og gerðu er fráleitt eftirsóknarverður staður að dvelja á en samt hlutskipti drykkjumanns.

Vel er þekkt að drykkjumaður kenni þeim sem næstir honum eru upphátt eða með sjálfum sér

um hvernig komið sé. Orð eins og: “ Þú sinntir mér aldrei. Ég var þér alltaf einskis virði “- og önnur álíka orð eru töluð út. Stundum á háu nótunum. Og svo er rokið út í stórum skrefum. Burt frá þessu öllu saman. Jafn rangt og það nú er. Kannast einhver við þetta?

Slík framkoma manna er vitaskuld vegna örvæntingar og hróps í hjartanu um hjálp og hlýju. Mest þó hjálp. Hin sífellda sálarneyð og samviskubit er uppetandi og slítandi og verður í þeim eins og salt sem sífellt nuddast í sár. Orð sem töluð eru í kringum hann, um hans eigin bágu stöðu, kallar fram hjá honum ýmsar tilfinningasveiflur sem hann hvorki kann að meðhöndla né heldur getur tjáð sig um við nokkurn mann á neinn hátt. Allskonar svona hlutir meðfram innibygðri skömm er oft orsakavaldurinn að öðru. Einn er allur þessi fjöldi opinna leiða sem hægt er að hlaupa út um til að losna undan “ öllu þessu röfli í liðinu. “

Nú heita ábendingar ættingja röfl og afskiptasemi.” Og “ Ég má lifa mínu lífi eins og ég sjálfur vill. “

Maðurinn hefur gleymt spakmælinu um að “ Hver sé sinnar eigin gæfusmiður. “

Ekki svo að skilja að Konráð Rúnar hafi litið svona á málið hvað sig sjálfan áhrærði. En það gerði hann löngu seinna er hann uppgötvaði að svona voru hlutirnir hjá honum sjálfum í grunninn og þegar málið var skoðað í heild sinni. Eftir þetta var hægt að skoða málið af viti og í sannleika og afgreidd út af borðinu. Rangt væri halda því fram hér að Konráð Rúnar hafi verið laus við að beita fyrir sig ásökunum og jafnvel að bera rangt upp á fólk í sínu ástandi og sínu dómgreindarleysið sem mat og metur hluti og kringumstæður ranglega. Heili manna verður sjúkur af öllu þessu brennivínspambi. Þetta hefur ekkert breyst. Óvirkur alkahólisti dagsins glímir við þetta út í eitt og er partur prógrammsins sem hann stundar og er hluti vandans.

Munum að leyndar ásakanir eru í engu skárri heldur en hinar sem talaðar eru út. Ásökun er ásökun og allar ásakanir manna þarf að skoða vel. Ásakanir þurfa að byggja á rökum til að menn ásaki þá annað fólk réttilega, vilji þeir endilega fá að ásaka fólk. Að skoða sín ákæruatriði er nauðsýnlegt til að fólk beri ekki fram staðlausa stafi. Allt fólk hefur sinn rétt. Líka alkahólistinn.

Hver maður skoði sitt eigið hjarta og koma með það fram sem þar er og geri undirbúið og unnið, sem er betra. En til þess að menn fái yfirleitt skoðað sitt hjarta, eins og hér er átt við og meint, er trúin á Krist svo mikilvæg. Sé trúin ekki til staðar er til lítils að tala um alvöru árangur. Allir sem þekkja muninn taka undir svona fullyrðingar. Alkahólisti í bata viðurkennir andlega þátt ferilsins og viðurkennir vald Æðri máttar, eins og AA- menn nefna Guð og mega vel gera. Eftir að Kristur og trúin á hann eru kominn kemur og Heilagur Andi sem leiðbeinir manneskjunni um alla þessa afkima sem hjartað geymir.

Saga áfengis- og fíkniefnaneytanda er í stórum dráttum áþekkt hverri annarri. Menn og konur, sem sjálf hafa losnað, eru vel í stakk búin til að leiðbeina öðrum og hjálpa þeim við að haldast réttu megin við línuna.

Að vera bundin af sjálfsásökunum og sjálfsvorkunn (sjálfsvorkunn er á margann hátt sama og

að hafa dæmandi hjarta) viti menn að eru bæði afl sem draga menn frá öllu sem heitir “ mínar raunverulegar aðstæður.” Og aðstæður manns sem kneyfir of oft þarf sjálfs sín vegna að staldra við og skoða líf sitt í réttu ljósi og taka ákvarðanir byggðum á sannleika. Sannleikurinn gerir manninn frjálstan.

Allt fólk sem er á þessum stað veit það djúpt í sínu hjarta og löngu áður heldur en nokkur ákvörðun er tekinn að drykkjan sé orðin stórt og illleysanlegu vandamál. En hversu lengi í viðbót hlutirnir fá ganga svona er ógerlegt að spá neitt um. Sé vilji mannsins ekki til staðar til að stöðva eigin drykkju að þá er viðleitni manna í kring máttlausar. En samt skal reynt og skilda manna að gera. Of mikill þrýstingur veldur því að alkohólstinn fer inn þá braut að gefa manninum margskonar loforð um bót og betrun sem hann engan vegin mun standa við. Einnig þetta þekkja of margir og hvar í stétt sem er. Allt hefur sinn tíma. Tíma tekur að vinna mann og fá til að sjá stöðuna eins og hún er. Þarna er visku þörf.

Aðstandendur drykkjumanns sjá það yfirleitt á undan honum í hvað stefni. En sé minnst á þetta við viðeigandi einstakling afgreiðir hann málið gjarnan með orðum um afskiptasemi og að menn skuli bara líta í eigin barm. Þeir séu hvort eð er ekki í neinu skárri heldur en hann sjálfur er. Sem á vissan hátt er rétt skoðað í því ljósi Biblíunnar: “ Að allir hafa syndgað og skortir Guðs dýrð. “

Ekki gleyma hinum sem bregðast við með þögninni einni (líkt og leið Konráðs Rúnars var) og jánka öllu sem þeir heyra en hafa þó þessa sömu ásökun innra með sér sem síðar meir brýst fram í reiðiköstum og jafnvel fúkyrðum og ofbeldi. Menn jánka öllu en samþiggja þó ekkert af því sem sagt er. Samþiggja sökum þess að skömmin yfirtekur manninn og hann jánkur og samþiggir einvörðungu til að losna burt sem fyrst til að þurfa ekki að heyra meira og upplifa meiri óþægindi sem allt þetta tal veldur honum. Maðurinn líður vítiskvalir inn í sér og er yfirtekinn af sektarkennd með sína skertu sjálfsvirðingu og dvelst inni vítahring sem engin leið virðist vera frá. Svo kemur fólk með spurningar sem verka á þann sem er spurður eins og saltíð, sem nefnt var áðan. Þegar taugarnar byrja svo að spennast og áfengislöngunin að gera vart við sig á nýjan leik og maðurinn dettur næst í það að þá gæti þessi uppsafnaða reiði brotist fram þó svo þurfi ekki að vera.

Eitt fer ekki frá manninum að ábyrgðin verður ávallt hans sjálfs. Hann getur ekki borið fyrir sig óminnishegranum né heldur að hafa verið of drukkinn og af þeirri ástæðu gert þetta eða hitt. Virkar ekki. Ef óminnishegrinn er kominn er eina leiðinn frá honum aftur að ýta flöskunni út af borðinu og líta á hana sem liðna tíð. Vilji menn ekki þessa leið þá veður afleitur " hegrinn " áfram veruleiki lífsins.

Gerum okkur grein fyrir einu að maðurinn bregst við með sinni þögn eða andhverfunni, fúkyrðum, vegna þess að allar þessar " ásakanir " sem snúa að drykkju hans snertu allar saman viðkvæman streng í brjóstinu vegna þess að hann veit með sjálfum sér að margt það sem sagt er tilheyrir sannleikanum og lífinu sem hann lifði og eða lifir. Að vinan hratt í þessum sárum er manni í bata mikilvægt. Ekki er öllum hlíft en þeir geta brynjað sig.

Sannleikurinn um færa leið verður að hljóma hátt og yfirgnæfa blekkingarnar sem í gangi eru



á þessum dimma og myrka stað.

Meðvirkni skemmir meira út frá sér en margan grunar. Sama gildir um yfirbreiðsluna. Tilfinningasemi eða yfirhýlming úr hófi fram á ekki við eigi rífa mann upp úr djúpu hjólfari. Sannleikurinn er sagan bestur en kallar fram ýmis viðbrögð, eins og reiði og allskonar geðsveiflur. Gott er að hafa í huga þarna að manneskjan er í raun aldrei tilbúin til að taka sannleika um sig sjálfa. Einhverstaðar þarf samt að byrja. Munum að kærleikurinn fyrir trúna á Jesús Krist kemur því til vegar að menn beiti réttum meðulum í viðureign sinni við áfengis- og fíkniefnaneytandann og fari ekki offari heldur ofur viðkvæmt og þyngi svo róðurinn eftir því sem hinn gerist styrkari.

Þegar manneskja heyrir sannleika fer hann að starfa í undirmeðvitundinni og leiða ýmislegt fram í ljósið og drykkjumaðurinn og staldrar við og skoðar sig sjálfan og uppgötvar margt og sumt vekjandi. Hversu mörgum “ vonlausum “ áfengis- og fíkniefnaneytendum hefur sannleikanum ekki tekist að flytja burt af sínum stað og til nýs og betra lífs?

Sannleikurinn opnar augun og sýnir á óyggjandi hátt hver staða manna er og manneskja hætt sinni neyslu lætur smá saman af að kenna öðrum um hvernig komið sé fyrir sér og áttar sig í litlum bitum á hver hinn raunverulegi óvinur sé. Að hann er ekki fólk, fjölskylda, nánir ættingjar, maki, börn, heldur innihald áfengisflöskunnar. Og alvöru löngun í að komast burt frá vesælum stað áfengis stað vaknar fyrir alvöru.

Eitt sinn er Konráð Rúnar rankaði við sér daginn eftir og leit út í heiðbjartan himininn fyrir utan gluggann sinn í gegnum ofur litla rifu á gluggatjöldunum og horfði á lífið fyrir utan og á allt fólkíð sem labbaði um með sínar barnakerrur, sína innkaupapoka og á öll börnin sem léku sér með hlátrum og ærslum að varð honum hugsað til þess hvort hann yrði nokkurn tíma aftur heilbrigð manneskja lifandi venjulegu lífi venjulegs manns. Þetta var kannski í fyrsta skipti sem hann sjálfur fór að íhuga eigin stöðu og útgönguleið.

Hið merkilega við ástandið hjá Konráði Rúnari var að sjálfur ætlaði hann sér aldrei að hætta alfarið að neyta áfengis. Með honum blundaði sú þrá að ná tökum á drykkjunni og stjórna henni og stýra sjálfur. Sem var stóra blekkingin í málinu.

Einnig er umhugsunarvert að hugleiða að engin talaði um meðferð við hann eða að til væru úrræði fyrir menn eins og hann þar sem hægt væri að fá leiðbeiningar og hjálp til þess að losna frá sinni neyslu og svara öllum þessum spurningum um hvers vegna og hví drykkja hans var svo ólík og einhverveginn hömlulausari en hjá hinum sem hann þekkti og umgekkst á þessum tíma. Eða að hann þyrfti yfirleitt á einhverri hjálpa að halda. Á þetta var aldrei minnst né heldur nefnt í hans áheyrn nema kannski í eitt skipti er vélstjóri nokkur á skipi sem hann starfaði þá sagði við hana að hann væri ágætis náungi en ætti bara ekki að drekka áfengi. " Einhvern vegin festust orð mannsins í hjarta hans. Þess skal getið að á þessum tíma var ekki mikið rætt um meðferð þó vissulega hafi slíkir staðir verið reknir.

Á nýársdag 1978 -1979 kom að stundinni sem Konráð Rúnar tók sína ákvörðun. Og gerðist það eftir skrall gamlár dags. Eftir það skrall varð hann hræddur við sig sjálfan og fann í hjarta sínu að við svo búíð varð ekki unað lengur. Nú var komið að vendipunkti í lífinu og

gerðist það snemma á nýársdagsmorgunn að hann vaknaði þjakaður af timburmönnum með enn einar byrðarnar á sér eftir atburði gærdagsins. Og hann tók ákvörðun. Í þetta skiptið var ákvörðunin staðsett í hjarta hans og hann sagði við sjálfan sig:

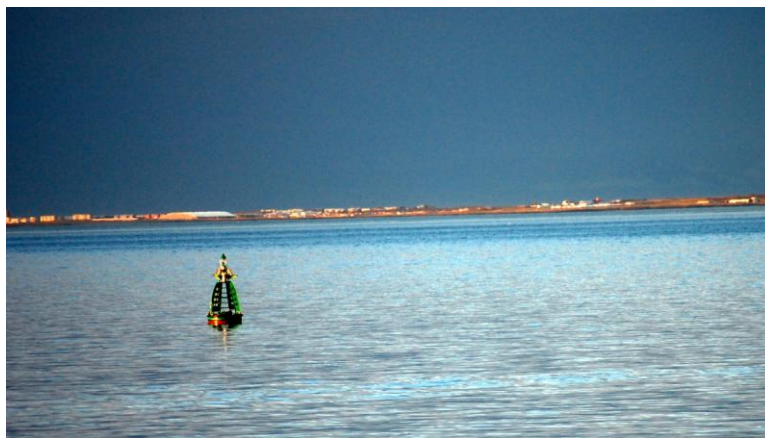
“ Jæja karlinn minn. Nú líkur þessu ferli hjá þér. “ - eitthvað í þessum dúr.

Og þá gerðist kraftaverk. Hönd kom út úr myrkrinu og tók það úr hjarta Konráðs Rúnars sem áður fékk hann til að drekka áfengi. Konráð Rúnar fann hvernig þetta fór í burtu friðnum sem kom inn þegar hitt var horfið og hann vissi á þessu sekúndubroti að var laus orðinn undan kúgun áfengis. Vissi að aldrei aftur yrði hann drukkinn af áfengum drykkjum. Þessum tíma í lífi sínu var lokið. Á þessum tíma þekkti hann ekki Jesús Krist.

(Framhald: Kveðja Herra Z 2006)

# Böl áfengis og lausn fyrir Jesús blóð

(4-5)



Bauja. Nauðsýnleg öllum sæfarendum sem sigla á Sundunum Bláu.

Vissulega var hin bitra og lítt spennandi reynsla af áfenginu áfram til staðar en áfengis neyslan sjálf liðin tíð. Margir bera merki neyslu sinnar ævina á enda þótt langur tími líði frá því þess síðast var neytt. Forvarnir eru góðar og leiðin sem við höfum að fólki en hafa því miður látið á sjá síðastliðin misseri. Forvarnir eru langhlaup ekki spretthlaup og svo ekki sögunni meira. En dálítið ber á þessu að mál séu blásin upp og svo af. Mál sem ættu að vera viðvarandi og stöðugt í gangi. Forvarnir eru eitt af þessu.

Fullvissan um að verða edrú sem kom til hans á sama andartaki sem höndin kom út úr myrkrinu var fögur. Í huga Konráðs Rúnars var vínkaflanum í lífi hans lokið og mundi ekki aftur verða endurtekinn. Þennan morgun á nýbyrjuðu ári fylltist hann miklu þakklæti og óumræðanlegum fegin leika vegna byrðanna sem hrundu af honum. Sandburður sígur í og þreytir menn. Samt er ótrúlegt hve margt fólk ber sinn níðunga sandsekk og gerir þótt þrek sé þrotið og það sjálft orðið uppgefið en heldur samt áfram að berjast í sama fari. Ennþá ekki vitandi að hægt sé að losna frá honum og afhenta frelsara.

Maðurinn er skapaður til að öðlast frelsi og var nákvæmlega það sem gerðist er höndin kom og snart Konráð Rúnar og áfengið fékk sinn stað í glatkistunni. Lífið er ein allsherjar reynsla. Góð, slæm og erfið reynsla. Reynsla sem eftir á byggir upp og gerir hæfa til að sjá lífið eins og lífið er. Það er synd í heiminum. Áfengisbölið er ein afleiðing syndar í lífi fólks. Guð snart Konráð Rúnar. Líka þó hann þekkti ekki frelsarann sinn á þessum tíma vakti Guð samt yfir honum. Neyðarhrópið barst lifandi Guði tiltekin dag 1979 og hann lét til skarar skriða.

Drottinn er fráleitt hlutlaus Guð heldur birtir mönnum lífið eins og það er. Hann hlífir engum við raunveruleika lífsins. Jesú er sannleikur og lífið sjálft. Kristur mun mæta öllu fólki á nákvæmlega staðnum sem það er á hverju sinni og vekja af dvala og sýna því sanna mynd af því sjálfu. Fyrir suma er þessi mynd ægileg ásýndum og merkt mistökum og

mistöku ofan í bland við sorg og sít. Fyrir aðra er myndin léttbærari. Máski ásættanleg og einhverjum blessun. Fer eftir vali manna og kvenna í lífinu. Fögur mynd af handarverkum frelsarans gæti orðið myndin þín. Veljum rétt..

Hvernig sem myndin kann að vera útlítandi er Jesús fullríkur fyrir alla sem til hans leita. Hann hefur lausnina og sér ekki eftir að endurfæða manninn og leiða inn í sitt ríki og gefa vegabréfið sem gildir inn í eilífðina á himninum. Jesú er höfundur að allri blessun.

Það kom fram í síðasta kafla að Konráð Rúnar þekkti ekki Jesús Krist þegar hann fékk hreinsun frá helsti áfengisins og fullt frelsi frá víni.

Í dag hins vegar er engin efi í hjarta hans hvað raunverulega átti sér stað téðan morgun að það var Jesús og enginn annar sem mætti honum og snart. Þetta laukst allt upp fyrir honum er Heilagur Andi kom tíu árum síðar (1989) og Jesús varð hlutskipti hans frá þeim degi. Og líka þess vegna talar hann um þessa löngu liðnu atburði í sínu lífi eins og hann gerir. Enda hefur tíminn og árin gefið honum eilítið meiri skilning á ýmsum þáttum í sínu eigin lífi en var á meðan hann var yngri og óreyndari. Það skal og haft í huga að sagan er fær um að kenna okkur margháttada lexíu og hjálplega við að skilja ýmsa óskiljanlega atburði betur og fá rétt ljós yfir þá. Því er gott að vera ekki of fljótur á sér að segja söguna heldur leyfa tímanum að gera okkur hana betur ljósari og skiljanlegri. Tíminn útskíra margt fyrir okkur sem kannski reiðin, biturleikinn og ásakanirnar áður skemmdu.

Tíminn og vinnan í sjálfum sér er fær um að bregða upp réttu ljósi á atburði en krefur manninn um sinn heiðarleika. Heiðarlegur tekur á málum sem þarf og sér réttu ljósi. Alkahólistinn er afar klár í að draga fram rangar myndir af öllum raunveruleika og að réttlæta sjálfan sig og varpa byrðum á aðra. Tíminn og sjálfsvinnan hjálpar til þarna. En til að eitthvað breytist til batnaðar og unnt sé að draga upp skíra mynd af stöðu dagsins er nauðsýnlegt að viðurkenna eigin vanmátt og getuleysi og stíga skref og hefja á eftir nauðsýnlegu vinnu og umfram allt annað hlusta sem mörgum reynist svo erfitt.

Maður sem aldrei hefur farið í áfengis meðferð en hefur samt verið lengi án áhrifanna getur verið bundinn á margvíslegan hátt vegna síns fyrri lífnaðar þó að mörg ár séu liðin frá síðasta fyllirí. Frá þessum bindingum þarf hann að losna. Kannski gerir hann sér ekki grein fyrir því að ýmislegt bindi hann í dag beintengt neyslu á áruna á undan. Ennþá máski haldin ótta við að vera innanum margt ókunnugt fólk sem hann var laus við áður heldur en drykkjan hófst. Hann eða hún skal ígrunda í fullri alvöru hvort ekki sé tímabært að fara á einhvern þessara staða sem bjóða fram meðferð og höndla með fólk sem hefur orðið undir í Bakkusarglímunni hvort sem var fyrir löngu eða skömmu síðan. Og bara þetta eina atriði hindrar manninn í að lifa fullkomlega eðlilegu lífi. Lífi sem hann sjálfur kys að lifa sem óbundinn, frjáls og edrú einstaklingur. Sem vitaskuld að er stefnt.

Konráð Rúnar mælir hiklaust með meðferð og þá kristilegri meðferð þar sem Kristur er tilbeðinn og honum gert hátt undir af þeirri augljósu ástæðu að vera sjálfur trúaður maður sem veit um kraft og getu Drottins til að breyta mönnum.

Að ganga með Guði og gera hann að sínu aðalmáli hefur reynst mörgum alkahólistanum

hin fullkomna lausn og lykill að venjulegu heilbrigðu lífi. Sannleikurinn er sá að hver og einn verður sjálfur að ákveða hvort hann stígi fram. Engin getur valið þessa leið öðrum manni. Þeir í annan stað geta bent á leiðina og undirstrikað mikilvægi vitnisburðarins.

Þó að Konráð Rúnar hafi ekki þekkt frelsarann sinn á þessum árum mætt Drottin samt. Var honum enda frá upphafi ætlað annað og betra hlutskipti heldur en að svalla með svöllurum og stunda staði þar sem allskonar syndir og saurug leiki voru á eða vera beinn þátttakandi í leikjum óvinarins sem er hér til að stela, slátra og eyða og að lifa á bak við grímu sem lífsmáti hans hafði sniðið á hann. Ekki heldur að lifa lokaður af inn í sinni eigin skel þar sem engin maður gat raunverulega komist að honum né heldur fengið þekkt hann. Æ síðan hefur Drottinn varnað honum frá að fara þessa leið. Sjálfur hefur Konráð Rúnar heldur enga þörf né minnstu löngun til að ganga þessa myrku göngu vínsins á nýjan leik. Annað og betra stendur honum til boða sem bæði er eftirsóknarverðara og líka skemmtilegra að fást við. En hann hefur þurft að glíma við sína erfiðleika og gert án Bakkusar.

Bakkus? Nei takk.

Lífið? Já takk. Með Jesús.

Þrátt fyrir stórkostlega kraftaverk á nýársdagsmorgun 1979 hafi gerst í lífi hans var það margt í honum sjálfum sem erfiðlega gekk að losna við. Öll þessi sár og skömmin efst á blaði ollu honum margháttuðum bindingum á þessu tímabili.

Haldi menn að nóg sé að skrúfa tappann á víNFLöskuna og leggja hana svo til hliðar og að þá verði bara allt gott og blessað að þá er það afskaplega mikill misskilningur. Að misnota vín er alvarlegra en svo. Að nota vín sem ákveðið haldreipi í lífinu hefur alvarlegan dilk í eftirdragi sem dag einn breytist í eyðileggjandi ófreskju. Að skrúfa tappann í er samt skref og áfangasigur en bara byrjun á nýju ferli. Skref sem öllum er brýnt að stíga. Mennt verða að læra að bregðast rétt við kringumstæðum og gera sér grein fyrir af hverju hin eða þessi meinsemdin stafar og hví hún hindrar manninn í daglega lífinu.

Það er þarna sem við getum hiklaust bent á þátt meðferðarinnar sem orðið hefur haldgóða þekkingu á alkahólisma, eðli hans og afleiðingu. Með gróin sár minnka líkurnar á að manneskjan hlaupa inn í skel sína á hröðum flóttu undan tali fólks í kring sem kom óþægilega nærri henni sjálfri hvort sem um ásetning var að ræða eða ekki. Að hafa áfram opna flóttaleið er ekki gott. Að horfast í augu við og láta sig hafa er betra. Þar liggur enda sigurinn. Að tjá sig um sumar af sínum leyndustu hugsanir er flestum erfitt. Sé skref stigið verður næsta skipti auðveldara. Fyrsta skrefið er ávallt það mikilvægasta í öllu ferli. Tjáning gæti breytt öllu. Leyfum fólki bara að tjá sig í friði og notum hópinn til að byggja upp. Brotin manneskja biður ekki um álit annarra á þessum stað heldur að létta á sinu eigin hjarta. Álit og ráðgjöf getur komið á síðari stigum er viðkomandi gerist styrkari. Visku er þörf inn í öll svona mál. " Sérfræðingurinn " hafi því vit á að þegja og að tala þegar hans tími er.

Bara það að tjá sig er mörgum stórsigur sem og að uppgötva að tilheyra öðrum með svipaða reynslu. Þessu kom tjáningin til leiðar og sín opinberun þegar fólkið sá að það var ekkert eitt um þetta og hitt. Aðrir voru þarna líka og gerandi sama. Hluti vandans er að alkahólistinn telur sinn vanda einstakan sem engin nema hann glími við og stafar vitaskuld af vanþekkingu en er samt staðreynd og ágætt fóður til að viðhalda skömm og fyrirdæmingu og halda manneskjunni bundinni. Ekki er sjálfgefið að manneskjan viti leiðina né heldur að hún sé til. Hér er fræðslan áhrifarík. Að bar harka af sér og hrista af sér slenið er sjaldnast lækningin, þó svo geti vel verið undir vissum kringumstæðum en ekki í tilfalli alkahólistans. Er ástand hans alvarlegra en svo sem hann þó þekkir orðið vel og finnst vera sitt eðlilega ástand og að svona eigi þetta bara að vera. Að draga fram rangar áliktannir um eigið ástand er sérgrein alkahólista og líka viðurkennt. Menn orðið vita töluvert um þessi mál í dag sem ekki var fyrir hendi áður.

Fyrstu árin eftir að Konráð Rúnar losnaði var ástand hans einmitt í þessum farvegi. Ýmsar bindingar gamla tímans loddu ennþá við og er honum minnstætt að í hvert sinn sem menn byrjuðu að tala um áfengi og áfengisdrykkju þar sem hann var staddur stóð hann upp og gekk út. Honum var um megn að vera um kyrrt af ótta við að menn snéru sér að honum og færu að spyrja út í hans eigin drykkju og jafnvel að skjóta einhverju óþægilegu fram um hans fyrra líferni. Og að heyra um það á þessum tíma að var honum ekki léttbært. Trúið því. Svona vinir getur nú áfengisneyslan verið háskaleg fólki. Samt er áfengið enn hyllt þrátt fyrir að hafa eyðilaggt líf grúa fólks.

Konráð Rúnar er enn undir mikilli fyrirdæmingu vegna lífsmáta áranna á undan og engan vegin fær um að meta hlutina rétt eða að taka á þeim með réttum hætti af þeirri ástæðu að vera leiðirnar ekki kunnar. Hafði sjálfur aldrei farið í neina áfengismeðferð né heldur þekkti neitt til slíkrar meðferðar né heldur hvers hún væri megnug. Þetta olli því að smá saman fór hann að draga sig frá og verða meira einn og einangra sig og vera útaf fyrir sig. Sem svo þróaðist út í ákveðna mannafælni. Allt rætur sem rekja má til áfengisdrykkjunnar áranna á undan fullyrðir Konráð Rúnar

(Framhald. Kveðja herra Z. 2006)

# Böl áfengis og lausn fyrir Jesús blóð

(5-5)



Konráð Rúnar Friðfinnsson í október 2013.

Líf Konráðs Rúnars hélt áfram. Reynslan jókst með árunum að baki. Eins og fram kom fór hann smá saman að einangra sig. Slík staða er ekki góð fyrir manninn og getur fætt af sér allskonar hugsanir og vangaveltur og ekki allar sérlega hollar né uppbyggjandi. Og eftir því sem tíminn á þessu stað lengdist sætti hann sig æ betur við einangrun sína og að húka einn og yfirgefin í litlum herbergiskytrum undir súð þó það í sjálfu sér væri ekki hið alvarlega í málinu.

Oft átti hann í mesta basli með að tolla á sama vinnustað lengur heldur en fáeina mánuði í senn. Ekki svo að skilja að hann vildi ekki vera áfram en gamli draugurinn í lífi hans gerði vart við sig og þá brást hann við eins ævinleg áður að hann opnaði einhverjar bakdyrnar til að flýja út um. Að flýja af hólmi var það eina sem hann raunverulega kunni. Að standa af sér storma var óþekkt og stafaði af þekkingarleysi og engu öðru og að slíkt gæti hreinlega verið nauðsýnlegt.

Munum að enn hafði Konráð Rúnar ekki kynnst Jesú Kristi á persónulegan hátt og gat því ekki leitað þangað sem hann þekkti ekki til. Allt breyttist nefnilega með komu Jesú. Jesú opnaði honum leið inn í hið nýja sem beið. Hjá Jesú lærði hann hvað átt er við með að standa sig og að höndla ábyrgð. En allt á tíma Jesús.

Það sem hrjáði Konráð Rúnar á þessum tíma umfram kannski annað var sá sannleikur að hann sagði engum frá líðan sinni og fann heldur enga þörf í sínu hjarta til að ljúka þessu upp fyrir nokkrum manni og því en óvitandi um lausnina. Enn liggja ræturnar til neyslu

áfengisins.

Um að það gætu myndast sár á sálinni sem hefðu áhrif á daglegt líf fólks hafði hann enga hugmynd um né heldur að þessi sár þyrftu sérstakrar meðhöndlunar við til að fá gróíð. Mörgu fólki, öllum reyndar að sínu leiti, líður oft illa og finnur sig heft hér og þar án þess að fá bent á eitt sérstakt sem orsakavald. En hví líður fólkinu svona illa? Andleg meiðsl vinir er svarið. Sumt er ekki svo mjög í umræðunni sem full þörf væri á að hafa hátt um. Menn leita sér heldur ekki upplýsinga um atriði sem þeir telja sig ekki þjakaða af. Var Konráð Rúnar ekki hættur að nota áfengi og var þá bara ekki allt leist með því? Gekk ekki lífið bara ágætlega hjá honum? Sumpart jú. En úr mörgu átti samt eftir að leysa. En hvernig og með hverjum hafandi ekki hugmynd um það sjálfur hvað væri að og að líðan hans og tilburðir til einangrunar ætti í stórum dráttum rætur sínar að rekja til áranna sem hann kneyfði áfengi. Sú þekking og fullvissa kom síðar.

Sannast sagna að þá skorti honum þekkingu inn í málið til að fá brugðist rétt við ákveðnu áreiti. Málið er að læra að láta ekki annað fólk og hafa of mikil áhrif á eigin líðan. Þarna verður hver og einn dálítið að hugsa um sig sjálfan og bera í meginatriðum alla ábyrgð á. Val hans og úrvinnsla sker úr um vel- eða vanlíðan. En til þess að menn verði færir um að velja rétt og yfirleitt að átta sig á að þeir hafi val er lærdómurinn nauðsýnlegur til að þeir fái myndað utan um sig vörn gegn þessu áreiti og byrja þá á byrjuninni og muna að lífið sé á köflum harður skóli. Allt bataferlið byggir á þeirri aðferð helstri að menn hafi sjálfir þörf til að betrumbæta sig. Konráð Rúnar bendir á Krist og lækningamátt hans.

Málið er að við lifum í vondum heimi þar sem menn ráðast hver gegn öðrum og valda sárum sem menn bregðast við með þeim hætti sem þeir kunna. Sumir stökkva upp á nef sér og sína allskonar reiðviðbrögð og beita jafnvel ofbeldi undir álagi. (Ofbeldi er ekki bara högg með höndum og eða fótum heldur svo miklu, miklu meira.) Aðrir (eða stór hluti fólks, kannski meiri hluti manna) bregst við með þeim hætti að hlaupa inn sig sjálfa og loka dyrum og bera byrðar einir og vera út á við eins og allt sé bara bara í lagi. Gíma. Ástæðan fyrir að menn loki sig af er vegna orða annarra sem særðu. Ofan í þessa bresti er svo oft hamrað án þess að sá hamrinum sem mundar viti að hamarshögginn meiði manneskju og smá saman deyði. Það er um svona hegðun sem menn þurfa að mynda um vörn af þeirri ástæðu að hver og einn verður sjálfur að bera eigin byrði. Með sjálfsvinnunni og uppbyggingunni gerir hann sér gönguna léttari og fær með tímanum burði til að bregðast rétt við sem er svo mikilvægt. Þarna hjálpar reynsla annarra heilmikið til sem og lærdómur beint úr Orði Guðs.

Stolt hindrar margan manninn í að viðurkenna eigin bresti. Allt fólk mun þurfa að glíma við eigið stolt þegar kemur að andlegum þáttum lífsins og að viðurkenna að maður getur ekki leyst úr öllum sínum málum án hjalpar og aðstoðar frá öðru fólki. Að ekki sé talað um Guð Æðri Mátt eins og AA- fólk segir oft og má líka vel gera. Glíman er að vísu mismikil og einstaklingsbundin. Fer eftir uppeldi og bakgrunni og hverju sáð var.

Oft er ástæðan sú að fólki finnist kjánalegt að bera slíka hluti fram fyrir aðra vegna þess að það sem fólk er að burðast með og ganga í gegnum er í þeirra augum léttvægt sem allir aðrir nema viðkomandi eigi sérlega létt með að vinna úr og því varla þess vert að opinbera



fólkinu eigin vanmátt í málinu. Og hvað ætli annað fólk haldi afhjúpi maður sjálfan sig með þessum hætti? Það heldur áreiðanlega að maður sé manneskja full af vandamálum og vanmáttarkennd. Allir þessir sterku einstaklingar í kring sem bara leysa úr sínum málum. En ég er hér með öll mín litlu mál sem ég er ófær um að koma heilum í höfn og veit ekki mitt rjúkandi ráð. Hvílíkur vesalingur. Hvílíkt það. Er hugsunin ekki stundum svona? Konráð Rúnar viðurkennir að þetta eigi við sig undir vissum kringumstæðum.

Allkosnar þælingar koma upp sem hindra menn í að stíga skref til sjálfshjálpar. Hið rétta í málinu er að líðan manneskjunnar, hvort sem málið er stórt eða lítið, heftir hana og þvingar, bindur hana og þrengir að á allar hliðar. Fyrir viðkomandi er um stórmál að ræða þó svo að hann kveinki sér undan því að segja öðru fólk frá sinni raunverulegri líðan sökum "smæðar" viðfangsefnisins eins og hann telur að aðrir sjái málið dirfist honum að segja frá því. Hversu erfitt er ekki að tala út sín leyndustu mál við aðra. Allt svona lagað er komið frá skertri sjálfsmynd. Höfum í huga að þrátt fyrir að ofterfitt sé að opinbera sjálfan sig og veikleika fellst samt í slíku stórfelldur sigur. Engin minnkun er í að játa sig veikleika vafinn og að manni gangi misvel að afgreiða mál út af borði. Munum líka að enginn maður er sterkur á öllum sviðum lífsins. Sumir velja að gefast upp vegna þess að þeir hreint út sagt kunna fátt annað, á meðan aðrir bretta upp ermar, hlaupa í sjálfa sig og koma gegn öllu ofurefli. Slíkt fólk hefur alla burði til að sigra og fá sigurpálma í hendur. Allt fólk er jafnt að þessu leiti. Allir fá sinn valkost. Allir velja þá leið sem farin er.

Í sjálfu sér er engin hæfari en annar til að leysa úr eigin vanda en breytir ekki hinu að fólk getur þurft á hjálpa frá öðrum að halda til að komast yfir ákveðin hjalla, eða erfiðleika, sem við blasa. Allir þurfa uppörvun og hvatningu og að finna sig viðurkenndan. Allt þetta er hluti af því að vera lifandi manneskja og tilfinningavera. Til þess eigum við líka vini og þess vegna standa þessi orð rituð að aðgát skuli höfð í nærveru sálar.

Kristinn maður sem vill vera heill í trú sinni viðurkennir fúslega vanmátt sinn og styrkinn sem fellst í trú hans á Jesú Krists.

Hér ofar talar Konráðs Rúnars af reynslu sinni. Var líf hans enda í þessum farvegi árum saman án þess að neitt raunverulega breyttist. En dag einn um haustið 1989, tíu árum eftir að öll vínlöngun var tekin frá honum, gerðist annar risastór atburður í hans lífi og stærri heldur en sá fyrri var er Heilagur Andi mætti honum inn í risherbergi á Grettisgötu 92 í Reykjavík og hann stóð á fætur sem endurfædd manneskja. (Sjá "Sagan Mín")

Og enn líða árin.

Árið 1998 flutti Konráð Rúnar til Hafnarfjarðar frá austfjörðum. Þetta var átján árum eftir að höndin kom út úr myrkrinu. Þrátt fyrir marga stórkostlega sigra með Drottni var samt margt í hans fari sem þurfti að komast í betra horf. Enn skal bent á afleiðingar áfengisdrykkjunnar. Konráð Rúnar hafði enn tilhneigingu til að einangra sig frá öðru fólk og vera bara einn og útaf fyrir sig og blanda ekki geði við aðra í kring. Þó að mikið hafi áunnist í þeim efnunum og sé ekki svipur hjá sjón miðað við það sem áður var.

Þannig háttaði til að sama ár sem hann flutti til Hafnarfjarðar, eitthvað þremur mánuðum

síðar, leigði Konráð Rúnar sér herbergi á Vesturgötu 18 í Hafnarfirði. Þar var þá rekið áfangenheimili á vegum Byrgisins fyrir fólk sem vildi ná sér eftir volk og velting neyslunnar. Og flutti hann í þetta húsnæði og var vísað á herbergið sem hann skildi hafa til afnota á meðan dvöl hans stæði.

Konráð Rúnar heldur sínum fyrri töktum og er bara einn inn í sínu herbergi og stundar sína atvinnu, fiskvinnsla í bænum, nema hann mætir á matmálstímum í borðsalinn og etur með fólkinu sem þar bjó og fer síðan aftur upp til sín.

Einn daginn bankaði húsvörðurinn á Vesturgötunni á dyrnar hjá honum og minnir hann að hann sjáist aldrei og sé ekkert innaum fólkið og hvetur hann í framhaldinu til kom fram og vera meira með fólkinu. Sem og Konráð Rúnar gerði. Og þá fór sitthvað nýtt að gerast og höft og bindingar sömuleiðis að hrökkva af honum. Bara þetta eina skref breyti svo miklu fyrir líf hans sem líka er bending um að stundum er nauðsýnlegt fyrir þá sem í kring eru að stíga fram og rífa menn upp og drífa þá af stað vegna þess að þeir eru orðnir svo fastir í vananum og niður njörvaðir í honum að þeir eru kannski fyrir löngu hættir að líta á hegðun sína sem vanda sem þurfi að komast út úr. En þetta er samt ein af leiðunum sem menn þurfa að fara til frelsisins. Sem sagt að stíga út úr hinu venjulega sem menn þekkja svo vel og líður jafnvel best inn í. Lygar djöfulsins á ferð. Trúi því.

Eftir langa bindingar á þessu sviði opnaðist honum leið frá þessu er hann fór að umgangast þetta fólk á Vesturgötu 18 og vera meira innaum það og spjalla við allt þetta fólk. Og þarna í Byrginu fóru að koma margvíslegar lækningar inn í líf hans bara með því að tala við fólkið og finna að hann sjálfur tilheyrði ákveðnum hópi fólks og vera svona aftur orðin hluti af heild. Slík upplifun var fyrir Konráði Rúnari ákveðin opinberun en honum ekki algerlega óþekkt. Æska hans var öll svona. Átti hann enda góða æsku. Frá þeim tíma hafði hann ekki upplifað sjálfan sig sem hluta af hópi. Kannski var það þarna sem hann fór að hugsa um margt öðruvísi sem hann áður taldi sig ekki þurfa á að halda. Eins og nán vinskapa og að vera öðrum stoð og kannski fyrirmynd líka í sinni baráttu.

Tíminn á Vesturgötu 18 heldur áfram með mörgum sigrum og lækningum og opinberunum. Þaðan fer Konráð Rúnar svo í Hlíðardalsskóla. Einnig í umsjá Byrgisins. Í Hlíðardalsskóla fór hann í sína fyrstu og einu áfengismeðferð á ævinni eftir átján ára edrú mennsku. Þetta er sannleikurinn málsins.

Um leið og Konráð steig fæti sínum á svæðið og var búinn að koma sér fyrir ásetti hann sér að vera þátttakandi í allri dagskrá sem honum stæði til boða á staðnum og sótti allar bænastundir, fyrirlestra, grúppufundi, lofgjörðarstundir á kvöldin og hvaðeina annað sem boðið var upp á í Hlíðardalsskóla. Mikil dagskrá var alla tíð í Byrginu. Á þessum stað heyrði hann ýmislegt sem varð honum að gagni og í fyrsta skipti - takið eftir þessu - að aðrir höfðu einnig lent í mörgu af því sem hann sjálfur upplifði og reyndi á áfengisárum sínum. Í Hlíðardalsskóla fór hann í fyrsta skipti að getað tjáð sig um margt og skilja ýmislegt hvað angraði hann sjálfan, bæði við það að hlusta á hina segja frá og tjá sig sjálfur um hvað amaði að í hans eigin hjarta. Og menn skildu sjónarmið hans, sem var mikilvægt og sumpart ný reynsla. Og gerðist það á svokölluðu grúppufundum. Grúppufundirnir reyndust honum afskaplega vel og honum mikið hjálpartæki. Í þeim varð ákveðin opnun.

Að sjá veikleika sína var honum mikil hjálp. Á eftir gat hann snúið sér að vandanum og byrjað að vinna sig niður að rótinni. Margt annað reyndist honum og vel sem gert var á staðnum. Konráð Rúnar mælir hiklaust með meðferð fyrir þá sem eru lausir undan rassskellingu áfengisins en finna sig bundna og hefta af þess völdum. Allir sem þetta lesa fara ekki í grafgötur um að það er kristinn maður sem fjallað er um.

Málið er að vera edrú og í sigri. Amen.

## Eftirmáli:



Í Reykjavík. Skip tilheyrandi íslenska fiskiskipaflotanum: Tvö í eldri kantinum og eitt nýlegt.

Hér líkur samantektinni. Vissulega er einvörðungu stiklað á stóru og margt sem ekki kemur fram. Sumt er fallið í gleyskunnar dá og öðru viljandi sleppt. En markmiðið náðist. Að benda fólki á hversu skaðvænlegt áfengið sé og hve menn geta átt lengi í þessu eftir að flaskan er ekki lengur hlutskipti þeirra og hve nauðsýnlegt er að brýna fyrir ungu og óreyndu fólki, og öllum, að fara ekki inn á þessa varhugaverðu braut.

Ekki vakti neitt annað með þessari samantekt nema að fjalla um skaðsemi áfengisins í lífi Konráðs Rúnars og mikilvæga eftirvinnuna.

Munum og festum okkur kyrfilega í minni að til er leið frá fíkn. Lausnin fellst í eftirfylgd manna við Drottinn Jesú Krist. Það er sú leið sem Konráð Rúnar valdi að fara og hefur bara gert honum gott. Vinna í sálinni er daglegt viðfangsefni. Reynslan eykst eftir því sem dagarnir með Kristi verða fleiri.

Í dag eru til margir valkostir fyrir fólk sem virkilega þráir að taka á sínum málum og verða frjálsir frá helsi drykkjuskaparins. Öll þekking á vanda alkahólistans hefur stórlega aukist á þessum meðferðarheimilum sem gerir alla meðhöndlun markvissari og árangursríkari. Allir sem vilja geta náð undraverðum bata í sinni meðferð.

(Með þökk fyrir samfylgdina. Kveðja herra Z 2006)