

Á batavegi

Á batavegi

með Gamblers Anonymous



Á BATAVEGI MEÐ GAMBLERS ANONYMOUS.

Útgáfuréttur © 2002 Svæðisnefnd GA á Íslandi.

Öll réttindi áskilin. Bók þessa má eigi afrita með neinum hætti, svo sem með ljósmyndun, prentun, hljóðritun eða á annan sambærilegan hátt, að hluta eða í heild, án skriflegs leyfis útgefanda.

Titill á frummáli:

SHARING RECOVERY THROUGH GAMBLERS ANONYMOUS

TILEINKUN

Bókin er tileinkuð Jim W., stofnanda okkar

1912 -1983

Bókin er jafnframt tileinkuð öllum þeim félögum sem á undan fóru og þeim sem á eftir koma.

BFNISYFIRLIT

Forspjall	6
Inngangur	7
Kafli I	Árátta og spilaárátta	9
Kafli II	„Abner og Howie“ - Sönn saga.....	21
Kafli III	Kynning á Gamblers Anonymous	70
Kafli IV	Bati og eining - Yfirlit	81
Kafli V	Sjálfs hjálp - Þjónusta við aðra - „Verkfærin“.....	92
Kafli VI	Fjölskylda og vinir - Gam-Anon og Gam-A-Tán.....	100
Kafli VII	Meðferð, rannsóknir og fræðsla – Sérfræðingarnir	117
Kafli VIII	Sjúkdómsminningar- Reynolds af bata	138
	Hluti I: Fjárhættuspilsárin	138
	Hluti II: GA-samtökin og batinn.....	167
Eftirmáli	205
Viðbætur I	Jim W. og stofnun GA-samtakanna	207
Viðbætur II	Könnun dr. Roberts L. Custers.....	213
Viðbætur III	Rannsókn dr. Julians I. Tabers	223
Viðbætur IV	Rannsókn dr. Durands F. Jacobs	238
Viðbætur V	Skrifstofur GA-samtakanna	246

FORSPJALL

Spilafíkn er skaðleg, hættuleg og jafnvel banvæn röskun. Þótt vandamálið sé skelfilegt er hægt að ráða við það og Gamblers Anonymous (GA) hefur sýnt og sannað að þar býðst spilafíklum virkasta meðferðin. Í þessari bók er að finna grundvallaratriði og viðmiðunarreglur GA, sem þúsundir manna hafa nýtt sér með góðum árangri.

Ítarleg þekking á GA ætti að koma í veg fyrir allan misskilning á markmiðum þess, aðferðum og starfsemi. Þar er einfaldlega um frjáls og óháð samtök spilafíkla að ræða, sem koma saman í þeim tilgangi einum að hjálpa sjálfum sér og öðrum til að láta af fjárhættuspili. Þau hafa á dagskrá 12 spor sem leggja drög að von, uppbyggingu og vináttu þeim til handa sem farið hafa eftir þeim og heppnast að ná tókum á lífi sínu. Í bókinni er þeim stigum lýst sem feta þarf á veginum til farsællrar aðlögunar að lífi án fjárhættuspils. Hvort sem sá vegur er sléttur eða grýttur, er leiðin til bata aldrei þjáningarlaus.

GA er virkt af því að það (a) grefur undan afneitun, vörnum og réttlætingu, (b) greinir alvarlegar afleiðingar fjárhættuspils, (c) krefst heiðarleika og ábyrgðar, (d) greinir og bætir úr skapgerðarbestum, (e) veitir hlýju, persónulega umhyggju og stuðning, (f) bætir upp það tómarúm sem myndast þegar látið er af fjárhættuspili, og (g) dæmir engan.

Því betur sem maður skilur Gamblers Anonymous, því meira virðir maður samtökin og dáiir þau fyrir grundvallarreglur þeirra, árangur og virkni – björgun mannlífa.

*Robert L. Custer læknir
Maí 1983*

INNANGANGUR

Ritstjórnarnir hafa trú á, að með því að grípa til dramatískra og skáldlegra aðferða megi vekja menn til vitundar um þær tilfinningalegu og líkamlegu þjáningar sem spilafíklar upplifa, einnig til betri skilnings á þeim stuðningi og hvatningu sem batinn byggist á. Þessu deila félagar í Gamblers Anonymous hver með öðrum. Þetta má sjá í kafla II.

Í kafla VIII, lengsta kafla bókarinnar, er meginefnið persónulegar endurminningar sem félagar í samtökunum hafa sjálfir lagt fram og í Viðbæti I er að finna drjúgan útdrátt úr ævisögu Jim. W., stofnanada Gamblers Anonymous.

Það er því ljóst að stór hluti þessarar bókar er helgaður persónulegum endurminningum og ágripum úr ævisögum spilafíkla, sem lýsa því hvernig þeir tóku fyrstu skrefin á bataveginum með aðstoð samtakanna.

Áhersla okkar á persónulegar frásagnir af bata er nauðsynleg til að varpa réttu ljósi á sjónarmið félaga okkar sem láta sig, í anda nytjaatferlisfræðinga, fremur varða bataferlið sjálft, en ástæðurnar fyrir því að þeir urðu spilafíklar.

Bókin er því ekkert fræðslurit um sálfræði, áráttukenningar eða meðferðarkerfi, né heldur er þar deilt á þá sem spila sér til afþreyingar. Efninu hefur verið raðað niður til hagræðis fyrir þá sem kjósa að lesa bókina spjaldanna á milli. Hver kafli býr þó yfir sínum eigin, innri sannfæringarmætti og þess vegna má velja úr henni kafla eða hluta til lestrar af handahófi.

Ef þú ert aðstandandi eða náinn vinur spilafíkils má vera að þú kjósir að lesa fyrst kafla VI. Ef þú vilt vita meira um meðferðarþjónustu, snýrðu þér að kafla VII. Þeir, sem hafa áhuga á meðferðarkerfi því sem Gamblers Anonymous nota, byrja á kafla III.

Persónulegar frásagnir byggjast á tilfinningareynslu sem tengir saman féлага í samtökunum og eru kveikjan að þessari bók. Í kafla VIII er að finna lykillinn að skilningi á þeim þjáningum og þeirri vonlausu niðurlægingu sem spilafíklar upplifa, ásamt þeim markverða bata sem þeir ná með hvatningu og aðstoð Gamblers Anonymous.

Bataferli félaga í Gamblers Anonymous er ekki einungis það að ná sjálfur

valdi á spilafíkn sinni. Þess vegna leggja samtökin svo mikla áherslu á það sem kallast „Verkefni tólfta sporsins“. Það er útskýrt í kafla V, en einnig er oft vísað til þess á öðrum stöðum í textanum.

ÁRÁTTA OG SPILAÁRÁTTA

Samtök spilafíkla, Gamblers Anonymous, bjóða árangursríkustu meðferðina við sálrænni röskun af völdum spilaáráttu. Viðfangsefni þessarar bókar er að sýna hvað hún hefur fram að færa fram yfir aðrar tegundir meðferða. Lífsviðhorf og meðferð Gamblers Anonymous verða þó ekki skilin nema með nánari þekkingu á áráttuhegðun, og þá einkum og sér í lagi spilaáráttu.

Samtök spilafíkla skilgreina sem fjárhættuspil, hvers kyns veðmál eða keppni um vinning fyrir sjálfan sig eða aðra, hvort sem spilað er um peninga eða eitthvað annað, hversu lítið sem um er keppt og hvort sem útkoman er háð klókindum, útsjónarsemi, líkindum eða tilviljun. Spilafíkn er einfaldlega fólgin í því að taka þátt í slíku, án þess að hafa sjálfur nokkra stjórn á því.

Líklega hafa allir tekið þátt í einhvers konar fjárhættuspili. Flestum tekst að halda því innan eðlilegra marka. Þeir spila sér til afþreyingar eða skemmtunar og hætta aldrei meiru en þeir hafa ráð á. Þar skilur á milli þeirra og spilafíkla. Ólíkt þeim sem spila sér til skemmtunar eða í atvinnuskyni getur spilafíkillinn ekki hætt – þar kemst aðeins eitt að, næsta veðmál.

Spilafíkn er af geðrænum toga

Spilafíkn er af geðrænum toga þar sem hinn sjúki hefur enga stjórn á spilamennsku eða veðmálum sínum. Fyrir spilafíkillinn er fjárhættuspilið hvorki samkvæmisleikur né skemmtun. Allt verður honum að tækifæri til að spila, hvort heldur sem er fögnuður vegna fæðingu barns eða sorg vegna látins ástvinar.

Fíknin drottmar yfir hugsun og þreki spilafíkilsins. Hann eyðir svo mikilli orku í að skipuleggja veðmálin og finna þeim stað og stund að hann hættir smám saman að hafa ánægju af þeim. Í stað þess tekur hann að kvíða því að honum takist ekki að afla peninga fyrir næsta fjárhættuspil og lendi í vanskilum með skuldir.

Ef við gerum ráð fyrir að tilhneiging til spiláráttu sé eðlislæg þarf kannski ekki nema eitt tilvik til að hrinda viðkomandi fram af hengifluginu og verða spilafíkninni að bráð. Tilvikið gæti verið dauði náins ættinga eða vinar, hjónaband eða starfsbreyting. Láti hann undan hvöt sinni til að veðja eða leggja undir, nær fíknin yfirhöndinni og kveður alla löngun til að hætta í kútinn. Spilafíkillinn missir stjórn á sjálfum sér og lífi sínu og telur sér jafnvel trú um að hann geti ekki hætt, en það notar hann líka sem afsökun fyrir því að halda áfram að spila.

Spilafíklum finnst yfirleitt að þeir eigi ekki annars úrkosti en að halda iðju sinni áfram. Spilafíklar telja sig nauðbeygða til að leggja undir og jafnvel þótt þeim sé ljóst að fjárhættuspil veldur þeim tjóni, hafa þeir ekki mátt til að hætta.

Það væri þó rangt að flokka þann vanmátt undir skort á siðferðisþreki. Fyrir „tíma sálfræðinnar“ (upphaf hans má rekja til þeirrar kynslóðar tilraunasálfræðinga sem lifði og starfaði á undan Freud), voru þeir sem ekki höfðu taumhald á fjárhættuspili eða drykkju taldir „veiklyndir“, lífsmáti þeirra flokkaðist undir lesti sem stafaði af því að þeir höfðu ekki „þá skapfestu sem þurfti til að standast freistingar.“

Þótt atferli manna sé fleiru háð en tilviljunum og venju, taka þeir sér ýmislegt fyrir hendur næsta umhugsunarlaust og án þess að beinlínis ætla sér það. Hver einstaklingur virðist vera einstök blanda af líffræðilegum og sálrænum möguleikum sem hann raungerir í einkalífi sínu og félagslífi. Þess vegna er ógerlegt að skrifa um nokkuð það sem lýtur að mannlegum þörfum og áhugahvötum á svo almennan hátt að það geti átt við alla. Slíkar tilraunir hljóta að leiða til yfirborðskenndra og jafnvel heimskulegra staðhæfinga, sem hafa við nánari aðgát ekkert vísindalegt gildi.

Þess vegna höfum við reynt í þessari bók að forðast handahófskenndar alhæfingar um atferli manna, þótt stundum sé nauðsynlegt að grípa til þeirra. Í þeim tilvikum er mikilvægt að lesandinn geri sér grein fyrir því að atferli manna er of einstaklingsbundið til að almennar staðhæfingar eigi við um þá alla.

Þetta kemur ljóslega fram í umræðunum um orsakir spilafíknar og svo aftur á móti atferlishæfingu og meðferð við þessum sjúkdómi. Eins og nánar er vikið að síðar í bókinni hefur Gamblers Anonymous uppgötvað, þótt kaldhæðið sé, – að atferlishæfingu eða meðferð má staðla. Það gildir jafnvel líka um atferlisröskun sem á rætur sínar að rekja til afar flókinna aðstæðna, jafn ólíkra og einstaklingarnir eru sjálfir. Að hluta til er stöðluð meðferð möguleg vegna þess að spilafíklar sýna nógu mikið af sameiginlegum sálrænum sérkennum til að þróa samsetningu á persónusniði, sem greinir þá frá þeim sem spila ekki eða þá aðeins sér til skemmtunar

Sá sem spilar sér til skemmtunar á ekki í neinum erfiðleikum með að sjá að þar á hann val - að spila eða spila ekki - og það kostar hann sjaldnast nokkurn sársauka að viðurkenna það. Spilafíkillinn býr hins vegar ekki yfir slíkri hlutlægni. Jafnvel þótt hann geri sér grein fyrir að hann veldur sjálfum sér og öðrum tjóni skiptir það hann litlu máli, því að spilafíknin er öllu öðru yfirsterkari.

Spilafíkillinn býr við sífella streitu, honum er ókleift að slaka á. Þörf hans til að stunda fjárhættuspil og útvega sér peninga til þess ásamt greiðslu skulda er orðin að þráhyggju sem gefur honum engin grið. Þótt því fylgi streita að stunda fjárhættuspil, getur jafnvel verið enn verra að halda sig frá því. Auk þess ræður spilafíkillinn ekki við streitu og álag hversdagslífsins, allt hans líf virðist þrungið spennu. Þetta hegðunarmynstur veldur sífellt meiri skaða. Þótt spilafíklinum bjóðist aðrir kostir kemur hann ekki auga á þá og hann hefur ekki þá stjórn á sér sem þarf til að velja heilbrigðara lífsmynstur.

Annar þáttur í persónuleika spilafíksins er vanhæfni hans til að axla ábyrgð. Þær skyldur og ábyrgð sem fullorðinn maður þarf að axla varðandi starf, hjónaband og börn geta kallað fram fíkn hjá slíkum einstaklingi. Sá sem hneigist til árátta ræður illa við ábyrgð, hann leiðir hana hjá sér og leitar í stað þess skjóls í óraunverulegum heimi spilafíknar.

Kenningar um árátтуhegðun

Árátтуhegðun er lýst sem sterkri og óræðri hvöt til vissra athafna. Þegar einu sinni hefur verið látið undan henni, má búast við endurtekningu. Slík hegðun getur birst í ýmsum myndum: fjárhættuspili, drykkju, hreinlætisæði, trúaröfugum, vinnu og því um líku. Þótt s greini á um orsakir árátтуhegðunar

eru þeir flestir sammála um að fæstir séu alveg lausir við árátuhneigð. En við verðum að muna að vani þarf ekki endilega að vera árátta, enda getur hann átt sínar skynsamlegu ástæður.

Til eru margar kenningar um persónuleika og aðferðir til að greina það sem kallast „atferli“, og þá einkum árátuduld. Kenningar hinna þekktu heimspekinga og sálfræðinga Sigmunds Freud, Alfreds Adler, Carls Jung o.fl. hafa mótað meðferðarstefnur. Margar þessara meðferðarstefna eða meðferðarkerfa hafa haft sín áhrif á meðferð spilafíkla og þess vegna er betra að kunna nokkur skil á hugmyndum þeirra um persónuleika til að skilja betur vanda spilafíkla og þá meðferð sem Gamblers Anonymous hefur þróað.

Sigmund Freud hélt því fram að árátta ætti sér að minnsta kosti að hluta til rætur í vellíðunarlögmálinu sem hann greindi frá veruleikalögmálinu. Samkvæmt Freud stjórnar vellíðunarlögmálið vanþroskaatferli. Til dæmis ætlast barn til þess að vellíðunarþörf þess sé tafarlaust fullnægt. Það sér ekkert út fyrir sjálft sig en þegar það kemst til meiri þroska gerir það sér grein fyrir því að það er ekki eitt í heiminum. Það lærir að laga löngun sína til sjálfsfullnægingar að kröfum samfélagsins. Að mati Freuds hefur þroskaður einstaklingur felld vellíðunarlögmálið og veruleikalögmálið saman í eina heild. Takist honum það ekki verður hegðun hans barnsleg og hann heldur áfram að miða gjörðir sínar við sjálfsfullnægingu. Freud tók eftir því að árátugjörðir stafa oft af löngun einstaklingsins til að fullnægja barnslegri vellíðunarleit sinni.

Franz Alexander tengdi þráhyggju við árátta og mótaði nýja kenningu um áráttsýki. Þráhyggja er þrálát tilfinning, hugmynd eða hvöt sem ríkir yfir hugsunarhætti eða gjörðum einstaklings – og hana fær hann ekki flúið. Þráhyggja er oft í eðli sínu andfélagsleg, svo sem löngun til drápa, sífjaspells og sjálfseyðingar. Alexander boðaði að þar sem samfélagið fordæmir slíkar gjörðir, bælir sá sem þráhyggjunni er haldinn slíkar hvatir með sér, þær verða hluti af undirmeðvitundinni.

Þótt slíkar hvatir séu niðurbældar hafa þær samt sín áhrif á meðvitaða hegðun einstaklingsins. Hann finnur þráhyggju sinni farveg í árátuháttum, og gengur þá oft út í öfgar til að þóknast samfélaginu. En þar sem árátta er, að mati Alexanders, undanbragð, birtist hún á ótal vegu í hegðun hins þráhyggjusjúka – allt frá andfélagslegum athöfnum, sem hann hefur enga stjórn á, upp í gagnrýnislausu og ósveigjanlega fylgni við ríkjandi siði og venjur.

Alfred Adler mótaði aðra kenningu um árátusýki. Hann hélt því fram að öll hugsýki byggðist á tilraunum einstaklingsins til að losa sig við minnimáttarkennd og öðlast í stað hennar yfirburðakennd. Að mati Adlers er hvati árátumanneskjunnar „árátuhugmynd“. Trúin á hana knýr hana til að fylgja árátunni fram og er stöðugt til staðar í athöfnum hans.

Árátumanneskjan finnur til yfirburða með því að setja eigin vilja í stað vilja annarra. Slík manngerð finnur sig knúna til að hlýða engu nema árátunni. Hún verður henni heilög og ómóttæðileg og veldur því að henni finnst hún haf fullt vald og fulla stjórn á öllu.

Adler tók líka eftir því að jafnvel þótt árátan geti birst í hvaða atferli sem er, eru fylgifiskar hennar ætíð áhyggjur og kvöl. Auk þess veldur hver tilraun til að bæla árátuna niður alvarlegum kvíða. Hann sagði að smám saman breyttist árátan í áfengissýki eða eiturfjafíkn, eða tengdist að minnsta kosti slíku.

Adler greindi ýmis sameiginleg persónueinkenni árátufólks, svo sem fálæti sem byggist á því að það er í litlu vinfengi við mannkynið, á fáa vini, finnst sem fjölskyldan hafi íþyngjandi áhrif á sig, er svartsýnt á tilveruna vegna minnimáttarkenndar og lítur kröfur samfélagsins fjandsamlegum augum. Raunar benti Adler á að árátta væri að mörgu leyti til komin vegna þess að einstaklingurinn vill losna við að sinna þeim venjulegu skyldum sem samfélagið leggur honum á herðar.

Samkvæmt athugunum Adlers er sjaldgæft að einstaklingurinn geri sér grein fyrir árátu sinni. Og jafnvel þótt hann geri það er fjarri því að það verði til að bæta meinið. Kannist einstaklingurinn við árátu sína getur það orðið til þess að hann gefi henni í böli sínu enn lausari tauminn. Hvað spilafíkla varðar getur þetta jafnvel orðið til þess að framkalla þann grundvallarvanmátt, sem áður hefur verið minnst á. Hinn sjúki viðurkennir að hann er sjúkur, en ákveður um leið að við því sé ekkert að gera.

Adler tók líka eftir því að næstelsti sonur, eina stúlkan í hópi bræðra og einkasonur væru líklegri til að hneigjast til árátta en aðrir. Hann ályktaði þó að hver sem staða einstaklingsins annars væri innan fjölskyldunnar, kastaði sá árátuhneigði lunganum af þeim tíma sem venjulega fer í að sinna nauðsynlegum verkefnum á glæ.

Carl Jung, samtíðarmaður Freuds, Alexanders og Adlers, lagði líka sitt af mörkum til kenninga um árátusýki. Jung hélt því fram að ein orsök árátta væri sú að einstaklingurinn væri ófær um að hafa á sér siðferðislegt

taumhald. Einkenni árátta, það er þörfin til að gera eitthvað óskynsamlegt, væru í raun ákall um hjálp.

Frederic S. Perls, einn aðaltalsmaður stefnu sem kennir sig við skynheildargreiningu er upphafsmaður nýrri kenninga um hugsýki. Perls heldur því fram að árátta sé að stofni til afturvirk hegðun, einstaklingurinn beitir sig sömu tókum og hann reyndi upprunalega að beita við aðra eða annað. Rætur slíkrar hegðunar eru þær að viðkomandi viðurkennir að hann getur ekki breytt samfélaginu eða fengið það til að laga sig að sínum kröfum. Í stað þess að sætta sig við þá stöðu mála eða reyna að vinna á uppbyggilegan hátt að jákvæðri breytingu, gerir sá árátthueigði sjálfan sig að staðgengli fyrir umheiminn. Hann verður sjálfur skotskífa eigin „siðbótar“.

Perls telur að sá háttur að gera sjálfan sig að staðgengli fyrir samfélagið útiloki allar líkur á að lönguninni til breytinga verði fullnægt. Þar sem enga vitræna lausn er að hafa, verður árátthuegðunin að mynstri. Því miður getur hvert átak sem beinist að röngu skotmáli aðeins af sér aðra og enn vonlausari tilraun.

Perl heldur því fram að við séum öll haldin einhvers konar árátta. Hann kallar árátta fyrirferðarmesta hugsýkieinkenni okkar tíma. Eins og við er að búast bendir hann á að árátthueinstaklingar komi litlu í verk, þeir eyða mest öllum tíma sínum í undirbúning, ákvörðun og baktryggingu. Hins vegar gengur lítt að hrinda áformunum í framkvæmd. Árátthueinstaklingar sitja til allrar óhamingju fastir í atferlismynstri sínu, af því að þeir fá aldrei tækifæri til að lifa sig inn í verkefni og ljúka þeim farsælega af. Tilraunir þeirra til að leysa vandamálin eru dæmdar til að mistakast vegna ósveigjanlegs og veruleikafirrts hugsunarháttar.

Rétt er að taka fram að við nýlega endurskoðun á Handbók bandarískra sálfræðingafélagsins um sjúkdómsgreiningu var hugtakið „hugsýki“ tekið þar af skrá. Orðin „hugsjúkur“ eða „hugsýki“ er þar því hvergi að finna lengur.

Dr. Robert L. Spitzer, formaður nefndarinnar sem endurskoðaði sjúkdómsgreiningahandbók félagsins, segir að upprunalega hafi hugtakið „hugsýki“ vísað til röskunar af völdum taugasjúkdóma. Síðar fékk hugtakið fleiri merkingar og varð að lokum óhæft til skilgreiningar á því sem því var ætlað að skilgreina. Það var því fellt niður vegna óljósrar merkingar.

Margir sálfræðingar ætla að ákvörðunin um að útrýma hugtakinu „hugsýki“ sé sú merkasta í sögu sálfræðinnar frá lokum heimstyrjaldarinnar síðari.

Atferlisstefna: Nytjakening um meðferð

Atferlisstefna er heiti sem nær yfir þær nýjustu kenningar í sálfræði sem hlotið hafa nægan stuðning fagmanna til að teljast meginstefna innan greinarinnar. Atferlissinnar huga ekki fyrst og fremst að ástæðunni sem veldur vissu atferli. Þeir einbeita sér frekar að rannsóknum á sjálfu atferlinu. Markmið þeirra er að breyta hegðunarmynstri viðkomandi einstaklings þannig að hann læri að lifa farsælega í sátt við umhverfið, hver sem orsökinn fyrir sálrænum aðlögunarörðugleikum hans annars er. Í stuttu máli miðast aðferð atferlissinna við jákvæða styrkingu eða umbun fyrir skapandi hegðun og neikvæða styrkingu eða refsingu fyrir skaðlega hegðun.

Alcoholics Anonymous miðar fremur að því að breyta hegðun fremur en að fást við breytilegar kenningar um sálgerðir. Samtökin komu á fót fyrstu viðamiklu stuðningsmeðferðinni sem fæst við áráttuhegðun. Stofnendur Alcoholics Anonymous voru í eðli sínu atferlissinnar. Gamblers Anonymous og önnur „Anonymous“ samtök eins og Overeaters Anonymous eru raunar sniðin eftir Alcoholics Anonymous. Slíkir stuðningshópar hafa því náð betri árangri í sinni meðferð en flestir þeirra er styðjast við aðrar fræðilegar aðferðir til að breyta atferli einstaklings sem á í vanda vegna áráttuhegðunar.

Í stuttu máli getum við séð að þótt til séu margar kenningar um áráttu, er ekki auðvelt að greina hvað veldur áráttuhegðun. Torvelt er að greina hvers vegna einn verður spilafíkill en ekki áfengissjúkur, annar átsjúkur eða eiturfjafíkill og þar fram eftir götunum, eða hvers vegna sumir þjást af fleiri en einni áráttu.

Auk þess er ekki beinlínis unnt að staðhæfa að það sé vegna kvíða, afbrýðisemi, reiði, sektarkenndar, blygðunar, heftingar eða einhverra annarra slíkra tilfinninga að einstaklingurinn leggur sér til andfélagslegan áráttuvana sér til tjóns. Þótt hver þeirra sálfræðifrömuða sem við höfum vitnað til hér hafi gefið sér og þróað eigin forsendur fyrir áráttuhegðun, getum við ekki ályktað annað en að áráttuhegðun sé í því nær öllum tilvikum skaðleg hagsmunum og farsæld einstaklingsins. Lengra verður ekki gengið án þess að skilja einstaklinginn og að hann skilji sjálfan sig.

Hér verður athyglinni vitanlega einkum beint að spilafíklum, því sem einkennir þá og meðferð sem notuð er til þess að reisa þá við til heilbrigðari lífshátta. Til að skilja betur hegðun og þarfir spilafíkla er gagnlegt að vita meira um það, sem greinir þá frá öðrum samfélagsþópum.

Félagslegir þættir spilafíknar

Könnun sem fór fram á landsvísu á vegum Rannsóknarstofnunar Michigan-háskóla 1975 sýndi að í Bandaríkjunum eru spilafíklar á bilinu 1,1 til 3,3 milljónir. Bandaríska heilbrigðisráðuneytið telur þær tölur of lágar og áætla að um það bil níu milljónir Bandaríkjamanna séu spilafíklar. Ósamræmið má skýra með ósamhljóða skilgreiningum á orsökum fyrir spilaárátu ásamt mismunandi könnunaraðferðum. Báðum aðilum kemur þó saman um að spilafíklum fari fjölgandi. Heilbrigðisráðuneytið áætla um það bil 10% fjölgun á ári.

Hingað til hafa spilafíklar einkum verið karlmenn en samkvæmt könnunum verða nú æ fleiri konur spilafíkn að bráð. Dr. Robert L. Custer, sem stýrir rannsóknum á ávanahegðun á vegum stjórnarskrifstofu bandarískra uppgjafahermanna og er leiðandi á sviði kannana á spilafíkn ætla að nú séu um það bil 20% spilafíkla í Bandaríkjunum konur. Dr. Custer telur að hlutfall spilasjúkra kvenna fari hækkandi í samræmi við aukna möguleika þeirra til að afla fjár og fá peninga að láni. Custer telur að peningar séu „fíkniefni“ hins spilasjúka. Eftir því sem konur eiga greiðari aðgang að peningum og lánnum, því meiri líkur eru á því að þær verði fíklar.

Aðrar ástæður sem nefndar eru til sögu varðandi fjölgun spilafíkla meðal kvenna er það aukna frelsi og jafnfræði sem bandarískum konum hefur tekist að ná. Konur eiga nú greiðan aðgang að spilastöðum sem fullgildir þátttakendur. Konur hafa sýnt aukinn áhuga á keppnis- og atvinnuþróttum, en nær eingöngu þeim sem tengjast spilum af einhverju tagi. Grein IX í lögum um borgaraleg réttindi þar sem mælt er fyrir um að framhaldskólar og háskólar leggi fram jafnmikla fjármuni til íþróttar kvenna hefur stóraukið áhuga þeirra á íþróttum, bæði sem áhorfenda og þátttakenda.

Það skal þó tekið fram að konur hafa alltaf haft jafna tilhneigingu til áráttuhegðunar og karlar. Áður settu félagslegar hegðunarreglur þeim skorður þannig að árátta þeirra kom einkum fram sem ofát, hreinlætisæði eða drykkja. Nú er ekkert sem hindrar þær í að láta eftir sjúklegum hvötum til að spila.

Dr. Custer bendir á að fjárhættuspil hafi allt frá upphafi gegnt miklu hlutverki í bandarísku þjóðfélagi, bæði félagslega, stjórnálalega og hagfræðilega. Bresku nýlendurnar þrettán sem mynduðu Bandaríkin voru að mestu leyti fjármögnuð með happdrættum. Það sama gildi um háskólana Harvard, Yale, Princeton, Brown, Dartmouth og Columbia. Bæði George

Washington og Thomas Jefferson mæltu eindregið með því að nota happdrætti til að útvega fé til almannaþota. Þessi sögulega tilhneiging til að fjármagna verkefni á vegum hins opinbera með fjárhættuspili var að hluta til tekin í arf frá Bretum, þjóð sem hafði löngum verið hvött til að veðja á hvað sem vera skal, allt frá kosningum upp í íþróttaviðburði.

Í nánast hverju ríki Bandaríkjanna er áróður fyrir fjárhættuspili mikill. Í sumum eru spilavíti, mörg reka happdrætti og í næstum öllum er löng hefð fyrir veðreiðum og/eða veðhlaupum hunda. Auk þess leyfa mörg bæjarfélög trúfélögum að halda bingókvöld og „Las Vegas“ kvöld, bæði til að afla sér fjár og aðildarfélögum sínum til skemmtunar. Ríki, sem ekki standa fyrir löglegu fjárhættuspili af neinum toga, eru innan við tíu. Fjárhættuspil þykir líka ómissandi þáttur í ferðaþjónustu og skemmtanaiðnaði í Bandaríkjunum. Flugfélög, rútufyrirtæki og hótél auglýsa reglulega ferðatilboð, sem fela til dæmis í sér vikudvöl í Las Vegas, helgardvöl í Atlantic City eða dag á veðhlaupabrautinni. Glæsilegustu skemmtiferðaskipin bjóða fjárhættuspil um borð. Lönd í Suður-Ameríku og Karíbaeyjum, svo sem Puerto Rico, Aruba og Bahamaeyjum, bjóða sínar eigin, lokkandi pakkaferðir og keppa hart um amerískt spila- eða ferðafé.

Gylliboð um fjárhættuspil eru vissulega margvísleg. Þar af verðskulda þó veðreiðar sérstaka athygli. Engin íþrótt er jafnnátengd veðmálum og þær. Veðreiðar laða að sér fleiri áhorfendur en nokkur önnur íþrótt í Bandaríkjunum, eða rúmlega 50 milljónir á ári. Samt sýnir skoðanakönnun sem Louis Harris gerði fyrir Perriere-samsteypuna, að það er að mestu sama fólknið sem laðast aftur og aftur að veðhlaupabrautunum. Aðeins 4% fullorðinna Bandaríkjamanna sækja árlega veðreiðar. Til samanburðar má nefna að þótt heildartala þeirra sem sækja hafnaboltakeppni sé lægri, er þar um 16% fullorðinna Bandaríkjamanna að ræða.

Auk beins áróðurs og auglýsinga eru þó margar óbeinar leiðir til að kynda undir spilahvötinni. Dagblöð birta til dæmis lista yfir gengi verðbréfa, lottótölur og stöðu veðmála varðandi hafnabolta, fótbolta og aðra íþróttaviðburði. Líkur og ábendingar varðandi veðhlaup hesta og hunda fylgja líka reglulega með. Bækur um það hvernig vinna má í fjárhættuspili, veðja á rétta hestinn, reikna út líkurnar og þar fram eftir götunum njóta mikilla vinsælda. Ýmsir stunda fjárhættuspil í lokuðum hópum. Oft þarf ekki annað og meira en vingjarnlegt boð um þátttöku til að þeir vinni fleiri til liðs við sig.

Auk löglegs fjárhættuspils er ólöglegt fjárhættuspil algengt um öll Bandaríkin. Margar tegundir löglegs fjárhættuspils eru líka stundaðar ólöglega, svo sem ólöglegar hlutaveltur, talnaleikir, veðmang og jafnvel rekstur spilavíta. Þótt ókleift sé að reikna nákvæmlega út fjölda þeirra sem taka þátt í slíku er ljóst að ólöglegt fjárhættuspil blómstrar í skjóli ýmiss konar undirheimastarfssemi.

Margir hrífast af ímynd fjárhættuspilarans eins og hún er kynnt í sígildum bókmenntum og fjölmiðlum. Sú mynd sem dregin er upp þar sýnir hann oft sem mikla kempu og auðugt glæsímenni, sem nýtur virðingu manna og hylli kvenna. Jafnvel fjárhættuspilari sem tapar er oft sýndur sem maður í leit að rómantískum hugsjónum, maður sem tekur áhættu og storkar örlögunum, sama hvað það kostar.

Sagan af rómantísku fjárhættuspili á sér næstum jafnmargar umgjörðir og smekkur manna er misjafn. Fljótabáturinn á Mississippi, glæsilega spilavítid, kráin í villta vestrinu, keppnin um meistaratignina; þessar og aðrar heillandi umgjörðir gefa ímyndunarafli spilafíkilsins byr undir báða vængi. Dagdraumum hans er aldrei spillt með þeim hræðilega veruleika sem spilafíkn hlýtur óumflýjanlega að leiða til.

Þrýstingur varðandi fjárhættuspil

Í Bandaríkjunum eru menn ljóslega beittir miklum þrýstingi til að spila og eykst hann árlega. Hvort sem þrýstingurinn birtist í mynd sértilboða, lúmskrar uppástungu eða hvatningar til dagdrauma, getur hann haft skelfilegar afleiðingar fyrir þá einstaklinga sem haldnir eru spilafíkn. Dr. Custer greinir spilafíkn sem röskun þar sem hvöt þolandans til að spila fer stigvaxandi og hann verður sífellt uppteknari af því. Fjárhættuspil sem fer út í öfgar hefur skaðvænleg áhrif á einkalíf, fjölskyldulíf og starf þess sem þátt í því tekur. Að mati dr. Custer verður spilafíkillinn tilfinningalega háður því að spila, hann missir stjórn á sjálfum sér og hæfni hans til að gegna því hlutverki sem honum er annars ætlað minnkar.

Þörfin til að flýja á vit fjárhættuspils leiðir óhjákvæmilega til þess að viðkomandi skapar sér sinn eigin heim ásamt viðamiklu réttlættingarkerfi sem styður þörf hans til veðmála. Hann býr til slíkar afsakanir eftir því sem þörf krefur. Hann skellir skuldinni á aðra eða utanaðkomandi áhrif, telur ótímabært að leita sér hjálpar og þar fram eftir götunum. Réttlætting getur

líka orðið hluti af viðameira kerfi og draumórnir eru vandlega hannaðir til að halda uppi þeirri blekkingu að allt sé í besta gengi. Meginforsendan fyrir slíkri gerð draumóra er að það borgi sig að lokum að spila og viðkomandi geti þannig skapað sér og sínum betra líf. Spilafíkillinn ímyndar sér slíka sigra til að réttlæta fyrra tap.

Spilafíkillinn eyðir mestu af tíma sínum í draumóra um allt það stórkostlega sem hann mun öðlast þegar hann hefur unnið þann stóra -ferðalög, glæsilíf, bólfélaga og/eða virðingu. En fáir vinna þann stóra og ef það gerist eru peningarnir notaðir til áframhaldandi fjárhættuspils, í von um jafnvel enn glæsilegri sigur. Og brátt er vinningsféð tapað. Eftir því sem skuldirnar aukast, streitist fíkillinn æ örvæntingarfyllri við að láta draumórana rætast. Dr. Custer bendir á þá kaldhæðni að vinningslíkur minnki venjulega í sama mæli og aukin örvænting og vonbrigði. Jafnvel þótt hans bíði óhjákvæmilega enn meiri vonbrigði, heldur spilafíkillinn draumunum við, því að án þeirra væri líf hans óbærilegt.

Spilafíkillinn er vanþroskuð persóna sem vill öðlast öll lífsins gæði næsta fyrirhafnarlaust. Hann hefur mikla þörf fyrir umhyggju, þar eð honum tekst aldrei að sætta sig fyllilega við það að fyrir eða síðar kemur að því að hann getur ekki treyst á aðra, eins og til dæmis foreldra, sér til stuðnings. Skrefið frá hreiðrinu og yfir í heim fullorðinna getur vakið sjúklegar hvatir vegna þess að hann er ósáttur við blákaldan veruleikann.

Einstaklingur sem leitar skjóls frá ábyrgð fullorðinna flýr gjarna á vit fjárhættuspils. Þótt þar sé kannski aðeins um tómsfundagaman að ræða í fyrstu, verður hvötin til veðmála brátt yfirþyrmandi. Þar dugar viljakrafturinn einn ekki til. Spilafíkillinn lætur oft í ljós löngun til að hætta og hættir jafnvel um skeið. En þegar hann hefur neitað sér um að spila um hríð, á hann næsta víst að lenda á grenjandi spilatúr. Honum finnst að hann þurfi að bæta sér upp glataðan tíma og verður þannig æ fastari í vítahringnum.

Spilafíkn er ágeng röskun

Eftir því sem áráttan magnast, því oftast verður hinn spilasjúki að grípa til lyga, svika og þjófnaðar til að halda sér gangandi. Veðmál kosta peninga og fyrir eða síðar þrýtur fjármagnið. Ekkert annað kemst að en að útvega peninga og er þá jafnvel gripið til tvíbennta ráða eins og að gefa út

innistæðulausar ávísanir, stela peningum úr sparibauk barns, svíkja út risnufé eða draga að sér fé. Oft eru slíkar gjörðir réttlættar með einlægum ásetningi um að bæta fyrir ósiðlegar eða ólöglegar athafnir. Spilafíklar eru þó oftast en ekki staðnir að afbrotum sínum og hafna í fangelsi.

Að lokum kemur að því að spilafíkillinn verður að velja þá leið að brjótast út úr þessu skaðlega mynstri og leita endurhæfingar. Fyrsta skrefið er að gera sér grein fyrir að hann á kost á slíku og að leiðin til raunverulegs bata kostar bæði tíma og erfiði.

Þá kemur að þeirri spurningu hvar best sé að leita hjálpar - hjá presti, lækni, sálfræðingi eða vini. Þótt það sé vissulega skref í rétta átt að leita ráðgjafar, gefur endurhæfing hjá slíkum aðilum því miður sjaldan góða raun. Einkagreining hefur ekki reynst vel til hjálpar spilafíklum.

Það sem gefið hefur góða raun er stuðningsmeðferð og það er einmitt það sem samtökin Gamblers Anonymous standa fyrir. Hver sá sem lætur í ljós löngun til að hætta að spila er boðinn velkominn í hópinn. Þúsundir spilafíkla hafa hlotið endurhæfingu hjá Gamblers Anonymous. Árangursríkari og virkari aðferð til að ná bata er ekki til.

Kaflí II

„ABNER OG HOWIE“, SÖNN SAGA

1. hluti

Miðað við mann sem óttaðist hafið lá hann ískyggilega nálægt aðfallinu. Öldurnar sleiktu næstum fætur hans. En hann hafði öðlast slíkt traust á sjálfum sér að hann skeytti engu um hvenær sjórinna næði að væta hann. Hann opnaði ekki einu sinni augun, jafnvel þótt hann væri ósýndur.

Þetta var í fyrsta sinn sem Abner hafði af ráðnum hug hætt sér svo nálægt öldufallinu án þess að verða gripinn yfirþyrmandi löngun til að drekkja sér. Það var því ekki lítið afrek að njóta þeirrar reynslu að bíða þess að sjórinna næði að væta hann. Þetta var lokaprófið á óvænta uppgötvun sem hann hafði nýlega gert, hann var ánægður með sjálfan sig.

Hann heyrði konu sína kalla til sín. Hún varaði hann við aðfallinu og áminnti hann um að sofna ekki. Röddin virtist svo fjarlæg, en umhyggja hennar vakti með honum bros. Vitaskuld hafði hann enga löngun til að sofna, hann naut þess að finna sólarhitann bræða kuldann úr líkamanum, saltur úðinn á húð hans vakti með honum fiðring, sefandi brimhljóðið lét í eyrum hans eins og barnshlátur □ öldurnar risu og hnigu með áköfum andvörpum og skríkjum þar sem þær skoppuðu meðfram ströndinni.

Honum var næg umbun að vita að hann var nú aftur fær um að finna til ánægju og meta hana. Árum saman hafði hann engu skeytt um líkamsþarfir sínar. Hann hafði neitað sér um svefn þótt líkami hans og hugur væru hvíldar þurfi □ stundum hafði hann sofið í stól eða jafnvel bílnum sínum þótt sárum vöðvunum veitti ekki af hvíld í þægilegu rúmi □ hann hafði lagt það í vana sinn að sleppa úr máltíðum, forðast líkamsþjálfun og sinna í engu þörfum sínum. Hann lifði hvern dag í spennuþrunginni von um slembilukku.

Þyngsta sjálfsrefsingin var þó að hafa aldrei lært að endurnæra sálina með því að hressa upp á líkamann. Hann hafði verið jafnónæmur fyrir óþægindum og sársauka og hann var á sjálfan sig. Líkaminn hafði verið

óskilgreint verkfæri sem barnslegur viljinn notaði til að fullnægja taumlausum kröfum sínum.

Þegar líkaminn gerði loks uppreisn og heimtaði hvíld hafði hann annaðhvort virt það að vettugi eða fengið bræðisköst. Þá refsaði hann sjálfum sér með því að krefjast þess að vöðvar hans og taugar ynnu ómælda eftirvinnu án nokkurrar umbunar.

Þetta var sjöundi dagur fyrsta frísins sem hann hafði tekið í nítján ár og hann var stoltur af því að gera nú loksins það sem miljónir manna gerðu árlega án frekari umhugsunar. Hann hafði borgað ferðasalanum fyrir fram flug og hótélgistingu fyrir sig, konu sína og börn.

Abner hafði krafist þess að börnin fengu frí úr skólanum þótt hann vissi að það yrði til þess að þau yrðu á eftir með lærdóminn. Hann hafði fengið þau til að lofa sér að læra um helgar þegar þau kæmu heim. Konan hans andmælti ekki. Hún skildi svo vel hvaða þýðingu þetta frí hafði að hún grét þegar þau gengu um borð í flugvélin. Þetta var fyrsta gjöfin sem hann hafði lofað börnunum og staðið við án nokkurra lyga eða undanbragða.

Þegar þau voru komin á hótelið skiptu börnin um föt og fóru á hestbak. Phyllis hringdi á herbergjaþjónustuna. Hún vissi að hann var ekki svangur, en hún pantaði hádegismat svo að hann væri ekki iðjulaus. Hann eyddi fyrsta deginum í hótélbúðinni og þorði ekki út. Með ógnvekjandi kaldhæðni hafði það runnið upp fyrir honum að hann kunni ekki að skemmta sér. Hann kunni hvorki að leika tennis né golf og var auk þess ósyndur. Hann hafði fyllst kvíða yfir því hvernig færi ef hann yrði órólegur og tæki að leiðast, eða yrði of meðvitaður um að nú var allt breytt, eins og hann orðaði það af veigrun við að særa konu sína.

Abner las um stund og féll síðan í svefn. Þegar Phyllis vakti hann síðla dags, kyssti hann hana fullur afsökunar. Hann sagði að hann hlyti að vera galinn að greiða stórfé fyrir að fljúga um langa vegu bara til að sofa.

En Phyllis skildi kvíða hans og var sátt við að halda honum félagsskap á hótélherberginu fram að kvöldmat.

Nú heyrði hann konu sína kalla aftur á sig og áminna sig um að sofna ekki. Hann hafði alls ekki í hyggju að sofna, þessi nýja reynsla var of örvandi til að það sækti að honum svefn. Hann fann að eitthvað mjúkt rakst í höfuðið á honum. Hann opnaði augun og sá strandbolta rétt við öxlina á sér. Hann var þakinn rökum sandi en í gegnum hann glitti í ljósbláar, hvítar og brúnar rákir, sem þyrluðust til. Honum fannst hann kannast við þetta. Það minnti hann á myndir sem tunglfarar tóku af jörðinni, þótt þeim fylgdi auðvitað

engin lykt af sandi, plastiki og sykurkvoðu. Hann lét sér nægja að gjóa á hann augum og ímynda sér hvernig það væri að standa á tunglinu og sjá heiminn eins og hann leggur sig úr slíkum fjarska.

„Halló, manni. Gríptu boltann.“ Það var drengur sem kallaði til hans.

Hann greip aftur fyrir sig, skorðaði boltann í olnbogabótinni og lokaði augunum þar til hann heyrði raddir rétt við hliðina á sér.

Hann leit upp og sá glitta í fjögur brún hné undan stuttbuxnaskálmum. Þegar hann pírdi augunum lengra upp undan fingrunum sem hann notaði til að skýla augunum fyrir sólskininu, sá hann tvo hlējandi drengi sem bentu á hann.

„Þú ert í strandboltastuttbuxum,“ sagði sá stærri og benti á sundskýluna hans, sem var ljósblá með brúnu og hvítu skámynstri.

„Við höfum týnt þremur blakboltum þessa vikuna. Ef við týnum strandboltanum líka verðum við að nota vasapeningana til að borga hann.“

„Hvar eruð þið í boltaleik?“ Hann reis upp á olnbogann til að greina betur hvert þeir bentu. „Af hverju færið þið ykkur ekki lengra upp á ströndina,“ spurði hann í tón sem minnti á konuna hans.

„Það er ekkert gaman,“ sagði minni drengurinn.

„Geti maður ekki tapað í leik, er ekkert í hann varið,“ sagði hinn af fágaðri rökvísi.

„Má áskann ekki vanta?“ Abner þekkti þá þörf.

Hann sá þá ráða ráðum sínum. Svo benti stærri drengurinn á sundskýluna hans. „Megum við ekki nota sundskýluna þína ef við glötum boltanum?“ Hnén fjögur skókust af hlátri.

„Ekki með mig innanborðs!“ Hann henti boltanum til minni drengsins og lagðist aftur í sandinn. Ómurinn af hlátri þeirra vék fyrir gjálfrinu í öldunum og gargi sjófuglanna.

Eins og maður sem er enn ófær um að greina að hann hefur fengið sér einum of mikið neðan í því gerði Abner sér enga grein fyrir að sólarhiti og svalur úði hafa líka sín vímuáhrif. Hann féll því í hálfgerð mók þar sem draumar, minningar og líkamleg vellíðan runnu saman í eitt. Það síðasta sem hann mundi var ómurinn af hlátri barna og öldurnar sem kitluðu fætur hans eins og hvölpstungur.

Það var á ábyrgð bróður hans að fylgjast með tímanum. Þegar maður er ellefu ára og sjö árum yngri en bróðirinn getur maður notið þess að busla í vatninu. Það er hans að sjá til þess að koma manni heim fyrir kvöldmat.

Faðir þeirra dó þegar Abner var í sjötta bekk og Danny nýbyrjaður í framhaldsskóla. Þetta voru hans fyrstu kynni af raunverulegum dauða. Þetta var mikið áfall fyrir barnslegar væntingar hans um ótáknmörkuð ævintýri lífsins, sem höfðu hingað til fyllt daga hans spennu. Það sem bjargaði því að þetta hafði ekki þjakandi áhrif á persónumótun hans var að bróðir hans var fús til að ganga honum í föðurstað.

Abner, sem þarfnadist trausts og velþóknunar föður, gerðist æ handgengnari bróður sínum. Þrátt fyrir aldursmuninn dró Danny hvergi úr því.

Vinir bróður hans kölluðu hann „Skuggann“ en ömuðust annars ekki við honum, þar sem þeim þótti vænt um Danny. Það hafði glatt hann að þykja tækur í hóp eldri stráka, sem voru mun sterkari, reynsluríkari og sjálfstæðari en hann. Honum fannst hann verða að sýnast forframaðri og eldri en hann var, hann reyndi að líkja eftir hegðun jafnaldra bróður síns og skilja heiminn út frá þeim takmarkaða sjóndeildarhring sem skólabækur veittu honum. Þar reyndi mjög á hæfni hans til að tileinka sér innsæi, visku og reynslu.

Tilraunir hans til að slá hafnabolta jafnlangt og Danny þrátt fyrir vöðvarýra handleggi unglingsins eða skjóta bolta í körfu með jafnmiklum þokka, sýna sama úthald og vinir bróður hans í sundi eða hlaupum voru líkama hans ofviða. Hann gafst aldrei upp en galt fyrir það með líkamlegri ofþreytu þar til hann varð stærri og sterkari.

Einu leikirnir sem hann gat keppt í á jafnræðisgrundvelli við vini bróður síns voru þeir sem kröfðust kunnáttu. Þá æfði hann af ákefð og einbeitni sem kom jafnvel Danny á óvart. Hann varð fljótlega leikinn í billjarði, vasabilljarði, spilum, töfrabrögðum, jafnvægislist og loddaralist.

Í æsku kynntist hann aldrei fjárhagsvandræðum. Hann var þurftalítill og þrettán ára var hann farinn að vinna æ oftar í spilum og vasabilljarði. Hann spilaði upp á smápeninga við vini sína og nýtti sér leikni sína í jafnvægislist og loddaralist til að veðmála þar sem vinningar voru hamborgarar og mjólkurhristingur.

Ættu þeir í hlut sem vissu ekki af hæfileikum hans lagði hann meira undir □jafnvel fimm til tíu dali. Einu sinni veðjaði hann um að hann gæti einhent og gripið fjórar tómatdósir og tapaði tuttugu og fimm dölum. Danny borgaði veðmálið orðalaust og sagði móður þeirra aldrei frá því.

Öll unglingsárin var Danny hetjan hans, ráðgjafi hans og verndari. Samband þeirra var mun nánara en nokkurra feðga. Næsta áfallið í lífinu kom honum því gjörsamlega í opna skjöldu. Danny var kvaddur í herinn.

Það var honum kvalafullt að kyngja því að hann gæti ekki boðið sig fram til herþjónustu með Danny og nú kæmi Danny ekki frammar heim um helgar. Það stóð heldur ekki til að þau mæðgin flyttu til að geta verið nálægt herbúðunum sem Danny var í. Þetta var mál hinna fullorðnu og hann var bara unglingur, ófær um að takast á við einmanaleikann sem þjáði hann næstu þrjú og hálf t.ár.

Hann öfundaði bróður sinn og vini hans. Hann hlustaði uppnuminn á sögur þeirra þegar þeir komu heim í leyfum. Hann vildi að þeir tækju hann í hópinn, en hafði ekkert að bjóða á við ferðasögur þeirra. Sumir höfðu verið í Kaliforníu eða jafnvel erlendis. Nokkrir sneru heim særðir og með orður. Yfir bjórnum ræddu þeir um orrustur, konur og framavonir □ sem hann skildi ekkert í.

Stríðinu lauk áður en röðin kom að honum og það olli honum miklum vonbrigðum. Honum fannst hann hafa verið svikinn því að hann þráði að ganga í herinn svo hann gæti deilt reynslunni af slíkri manndómsvígslu með bróður sínum og öðrum ungum piltum.

Þegar bróðir hans kom heim var hann liðsforingi að tign og einkennisbúningurinn þakinn heiðursmerkjum. Abner hélt að nú færðist lífið aftur í sömu skorður. En bróðir hans sneri aftur í skólann, tók að sér næturvaktir á læknaannsóknarstofu og tilkynnti að hann ætlaði sér að verða tannlæknir. Abner fannst það ótrúlegt. Tannlæknar voru gamlir karlar sem fylltu upp í holur, settu spangir á krakka og kenndu þeim tannhirðu. Þetta var í eina skiptið sem Abner fannst Danny bregðast sér.

Heimurinn hafði verið sviptur æskuljómanum, hann var fullur af duttlungum og síngirni. Lífið var ekki skemmtilegt lengur og nú átti hann engan trúnaðarmann. Vinir bróður hans voru annaðhvort í vinnu eða unnu með námi, eða það sem verra var, komnir með stelpu upp á arminn sem þeir eyddu öllum sínum frítíma með. Flestir þeirra voru hættir að heimsækja hann til að spila við hann, bjóða honum í bíltúr eða segja honum sögur úr stríðinu yfir bjórglasi á veröndinni.

Þeir voru orðnir fullorðni og alvarlegir og höfðu ekki lengur áhuga á þeirri fimi sem Abner sýndi í leikjum sínum. Það dugði ekki einu sinni til að nú gat hann einhent og gripið sex knetti í einu, en að hans mati hafði verið auðveldara að læra það en að skilja að líf Dannys snerist nú um vinnu, ábyrgð og skyldur.

Loks kom að því honum til furðu að hann var kvaddur í herinn. Hann taldi það af hinu góða, þar var komin flóttaleið frá þeirri þjakandi raun að breytast úr unglingi í fullroðinn mann.

Móðir hans vildi ekki að hann færi. Hún taldi með réttu að hann væri ekki næstum því jafnþroskaður og Danny var á sama aldri.

Hann minntist þess að hafa heyrt Danny færa rök fyrir því í eldhúsinu að þetta væri einmitt rétti tíminn til að fara í herinn. Stríðinu var lokið og enginn hætta á því að hann særðist. Hermennskan yrði þroskandi fyrir hann, hann fengi að skoða sig um í heiminum og hann kæmist að raun um hvernig hann vildi haga lífinu.

En þótt hann hefði verið kvaddur í herinn kom aldrei til þess að hann gegndi herþjónustu. Herlæknirinn sagði að hann væri með hjartamurr. Hann var óhæfur til herþjónustu. Hann skammaðist sín fyrir að hafa líkamsgalla sem gerði hann ófæran um að þjóna föðurlandinu. Þetta voru þriðju vonbrigðin sem hann varð að reyna að bæta sér upp.

Á meðan bróðir hans var við nám og vann á kvöldin til að framfleyta fjölskyldunni hafði Abner reynt fyrir sér í ótal störfum. Ýmist hætti hann sjálfur eða var rekinn. Allt var þetta vegna skorts á einbeitingu og tilhneingingu til dagdrauma □ hann langaði svo til að þóknast bróður sínum og móður sinni, hann vildi á nokkrum mánuðum ná því marki sem bróðir hans hafði náð á nokkrum árum.

Markmiðið var ekki slæmt, en það var gremjulegt að vera svo mjög í mun að ná árangri að hann var ófær um að inna þokkalega af hendi þau verk sem vörðuðu veginn að markinu. Þetta var vítahringur sem dró úr honum allan þrótt □ því meira sem hann hugsaði um framtíðina, því minni varð einbeitin hans í starfi, afköstin minnkuðu vinnuveitendum til enn meiri óánægju. Léleg vinnuafköst leiddu til þess að hann lagði enn meiri sálarkrafta í að leita uppbótar í spilum og ná þar þeim árangri sem hann þráði □ og þurfti á að halda.

Það var annað með bróður hans. Danny útskrifaðist með láði. Hann fór í tannlæknaskólann og gerði munnholsaðgerðir að sérgrein sinni. Til að ná sem mestri færni í skurðlækningum vann hann að umbótum á tannlæknatækjum og yrði ekki betur um bætt fann hann upp ný ásamt nýrri skurðtækni til að nýta þau sem best. Hann samdi bók um deyfingar, kjálkaaðgerðir og gerði samanburðarrannsókn á tannskemmdum í hundum og mönnum. 36 ára að aldri var hann orðinn yngsti prófessorinn í tannaðgerðum við ríkisháskólann.

Í svefninum fann hann að einhver þrýsti laust á handlegg hans og sá dularfulli hluti heilans sem alltaf hélt vöku sinni jafnvel þótt Abner væri annars sofandi reri undir því að hann rífi sig upp frá draumunum og opnaði augun.

Konan hans stóð við hliðina á honum klædd strandslopp, umleikin purpuralitu mistri kvöldsólarinnar. Hún minnti hann á að kominn væri tími til að skipta um föt fyrir kvöldmatinn og breiddi út handklæði á meðan hann reis skjálfandi á fætur.

Nú voru það droparnir úr sturtuhausnum sem runnu eins og kaldir nálaroddar niður eftir bakinu á Abner, ólíkt munúðarfullum hafúðanum, sem vakti með honum svefndrunga. Þeir hvöttu hann til dáða, hann hlakkaði til að eiga ánægjulega kvöldstund með fjölskyldunni.

Hann skrúfaði fyrir kranann og steig yfir bríkina, ánægðari og vissulega heilbrigðari en hann hafði nokkru sinni verið undanfarna tvo áratugi. Þegar hann þurrkaði sér um fæturna tók hann eftir muninum á sólbrenndum handarbökunum og fölblaikri húðinni á milli fingranna. Hann hafði ekki séð hendur sínar svona útlits síðan hann var barn og eyddi sumardögnum á leikvöllum eða á ströndinni.

Þau söfnuðust saman í forstofunni og gengu að lyftunni □ fallega konan hans og börnin. Þau gengu að borðinu sínu í veitingasalnum og það fór ekki fram hjá þeim að hinir gestirnir veittu þeim athygli. Börnin hans voru einu unglíngarnir í salnum og hann varð enn fegnari því að hann hafði krafist þess að deila reynslu sinni með þeim.

Var ekki auðséð að hér fór hamingjusöm og samhent fjölskylda? Fólkgat öfundað hann með réttu en það yrði meira en lítið forviða ef það vissi hvað það hafði kostað hvert og eitt þeirra mikla baráttu að verða svona samhent og sýna hvert öðru svo augljósa ástúð.

Eftir kvöldmatinn gengu þau um fordyrið og ákváðu að skoða í búðarglugga þar til þau færu í bíó. Þegar þau komu að útstillingu á íþróttavörum minnti konan hans hann á það að ef að börnin ættu að læra tennis, yrðu þau að fá nýja skó. Abner fylgdi þeim að dyrunum og hvíslaði að þeim í flýti að hann myndi hitta þau í búðinni eða hjá blaðasölu hinum megin í fordyrinu, ef þau yrðu fljótari að versla en hann.

Hann mundi að þau höfðu farið fram hjá verslun þar sem hann hafði skilið eftir filmur til framköllunar og sneri í skyndi við. Hann vonaði að verslunin væri enn opin. Hann vildi koma fjölskyldunni á óvart með því að láta stækka og ramma inn bestu myndirnar.

Búðin var opin og þar sem hann var eini viðskiptavinurinn fékk hann strax afgreiðslu. Abner borgaði fyrir framköllunina og áður en afgreiðslumanninum gafst tími til að gefa honum til baka hafði hann opnaði umslagið og var farinn að skoða myndirnar. Honum til ánægju og furðu voru allar myndirnar nema tvær velheppnaðar í skærum en fallega samsettum litum. Margar þeirra voru svo góðar að Abner ákvað að láta fjölskylduna velja þá sem henni þótti best. Hann setti umslagið í vasann, þakkaði afgreiðslumanninum og fór út. Hann hlakkaði til að sýna konunni og börnunum myndirnar.

Fyrir utan verslunina barst til hans ómur af röddum hundruða gesta sem töluðu hver í kapp við annan. Honum fannst eins og kliðurinn lægi sem þokuslæða yfir teppalögðum gólfunum, hann varð að ryðja sér braut í gegnum hana. Köll á aðstoðarframkvæmdastjórnann í gegnum innanhússkallkerfið og símhringingar yfirgnæfðu þó kliðinn og ómstíð hlátrarsköllin. Í gegnum hávaðann taldi hann sig þó greina rödd sem kallaði upp nafn sem hann kannaðist við. Það var hvorki nafn hans né gælunafn, heldur alveg sérstakt nafn sem gamall vinur hafði gefið honum fyrir mörgum árum. Abner nam þó ekki staðar og hélt áfram að líta í kringum sig.

Hann var viss um að hér þekkti hann enginn. Auk þess var vinurinn sem hafði kallað hann þessu nafni löngu látinn.

Aftur var kallað og nú rétt við hlið hans. Hönd var lögð á handlegg hans. Hann sneri sér við, en kveinkaði sér við að líta á manninn sem snert hafði handlegg hans svo kumpánlega. Hann kannaðist við hann, hann líktist að minnsta kosti manni sem hann hafði einu sinni þekkt. En þetta gat varla verið hann. Þetta var roskinn maður með grátt hár og margra daga gamla skeggbrodda sem gerðu hann sóðalegan útlits. Augun voru blóðhlaupin, dekkri og grimmilegri en hann minntist. Abner fannst óþægilegt að stara svona á andlit hans og einbeitti sér því að klæðnaði hans. Skyrtan var útötuð í svitablettum, hnúturinn á græna, þvælda bindinu var skakkur og þakinn matarblettum. Skyrtukraginn var farinn að trosna, jakkinn krumpaður og hárið úfið. Jafnvel skórnir voru undnir og grámyglulegir, eins og leður vill verða þegar það þornar eftir að hafa gegnblotnað.

„Neddie“? Maðurinn stóð gleitt. Hann hélt á vindilstubbi í annarri hendi og köflóttri húfu í hinn. Hann flissaði þar til munnvatnið freyddi um varir hans. „Þekkirðu mig ekki? Geturðu ekki giskað á það? Þar lék ég á þig.“ Það rumdi í honum og hann strauk sér um munninn. „Þú ert sjóndapur. Ég sagði

alltaf að þú værir sjóndapur. Ég þekkti þig. Ég bar strax kennsl á þig í fordyrinu.“

Nafni brá fyrir í huga hans og það var næstum komið fram á varir hans. En hann sagði ekkert af ótta við að honum kynni að skjátlast.

„Þar tókst mér að leika á þig, ha?“ Varirnar skildust í brosi. Tennurnar voru gular og hvassar eins og í hesti. Það rann upp fyrir Abner að það var bara einn maður sem hann þekkti og hafði þekkt sem minnti á hross þegar hann brosti og kallaði hann „Neddie“.

Þetta var Howie Packer, en Abner reyndi að koma sér hjá því að viðurkenna það þótt honum léki forvitni á að vita hvernig það mátti vera að Howie stóð hér sprelllifandi þegar hann var talinn látinn. Hann spurði einskis, hann langaði ekki til að verða hluti af heimi Howies á ný.

„Kemurðu mér ekki fyrir þig? Þú hefur lítið breyst.“ Hann sneri höfðinu svo vangasvipurinn sæist betur. „Þetta er ég □ Howie.“ Hann hallaði sér nær honum og glotti.

Abner kinkaði hægt kolli eins og þetta kæmi honum í opna skjöldu. Hann vonaði að þessi uppgerðarundrun réttlætti það að hann tók ekki hlýlega utan um þennan gamla vin sinn. Tilfinningar hans í garð Howies voru blendnar. Þeir höfðu þekkt í rúm tuttugu ár og gengið saman í gegnum ýmislegt sem Abner minntist með hlýju. En hann langaði ekki til að vingast við hann á ný. Til þess hafði of mikið gerst í lífi hans síðan þeir sáust og töluðu saman síðast.

Hann hafði varið rúmum fimm árum í ákafa sjálfsrannsókn, sjálfs gagnrýni og játningu, sem leiddi til þess að hann var viss um að honum hafði tekist að útrýma öllum látalátum. Abner fannst hann á einhvern hátt hreinn □ rétt eins og sumir prestar báru einlífi sitt stoltir líkt og innsigli páfa □ og það var erfitt að láta af þeirri yfirburðatilfinningu sem hann fann fyrir, þegar hann leit á gamla vin sinn.

Ekkert sýndi betur muninn á því sem hann hafði verið og því sem hann var nú en Howie Packer; hann var tákn alls þess sem Abner hafði flúið og svarið að snúa aldrei aftur til. Og nú, líkt og hann vildi forða sér frá smiti, tók hann nokkur skref aftur á bak og skýldi sér með því að krossleggja handleggina á brjóstinu.

„Ég kom þér svei mér á óvart, ekki satt?“

Abner kinkaði hægt kolli.

„Hvernig hefur Davie það?“

Snögggt bros leið yfir varir Abners, eða svo fannst honum að minnsta kosti. Hann var enn ekki viss um hvernig hann ætti að taka þessum gamla vini, sem ruddist óboðinn og óvænt inn í fríð hans □ og nýja lífið.

„Ertu enn giftur, Neddie?“

Hann sneri höfðinu og lyfti augabrúnunum með fyrirlitningarsvip eins og svarið væri jafnvel enn óþarfara en spurningin. En í sannleika sagt hafði konan hans tvisvar farið frá honum síðan þeir Howie sáust síðast. Hún hafði haft í hótunum og grátbeðið um skilnað hvern dag þar til „SAGA“ hans (eins og hann kallaði það) byrjaði.

„Og Danny?“

„Ha?“ Hann vék sér undan spurningunni með því að láta sem hann hefði ekki heyrt hana.

„Bróðir þinn.“

Þessari spurningu var auðsvarað, en Abner kaus að láta það ógert. Ef hann gæti komist hjá því að segja Howie að bróðir hans var dáinn, gat hann jafnframt vikið sér undan því að hlusta enn einu sinni á sömu sársaukafullu og gagnslausu spurningarnar og þurfa sjálfur að endurtaka sömu sáru skýringarnar.

Raunar frétti Abner ekki af dauða bróður síns fyrr en búið var að jarða hann. Þær upplýsingar sem hann hafði um dánarorsökina hafði hann mótttekið í þoku sektarkenndar og sjálfsásakana. Auk þess hafði það verið honum of sársaukafullt og vandræðalegt að bera fram spurningar sem hann hefði átt að vita svör við og hefði gert það ef hann hefði ekki látið eigingjarnar hvatir drottna yfir lífi sínu.

Abner hafði ekki vitað að bróðir hans þjáðist af of háum blóðþrýstingi, hjartasjúkdómi og sykursýki. Danny hafði aldrei minnst á heilsufar sitt og jafnvel þótt hann hefði gert það vissi Abner að hann hefði hvorki hlustað á kvartanir hans né skilið þær.

Ef hann segði Howie það litla sem hann vissi um dauða Dannys myndi það bara leiða til spurninga sem Abner átti engin svör við. Og hann vildi ekki gera svo lítið úr dauða bróður síns að nota hann sem slúðurefni.

Howie hafði líka tengst Danny nánnum vináttuböndum. Abner hafði neyðst til að kynna þá, þótt tregur væri. Hann var viss um að hleypidómarnir sem þeir ólu með sér um það ólíka líf sem þeir lifðu yrðu til þess að þeim láðist að skilja það góða sem hann vissi að báðir höfðu til að bera. Sú einlæga væntumþykja og mikla virðing sem þeir sýndu hvor öðrum, kom honum því á óvart.

Bróðir hans hafði réttilega séð að þrátt fyrir útlitið hafði Howie innri reisin og hugrekki til að bera, því að sjálfsvorkunn, slægð eða eigingirni átti hann ekki til. Og Howie vissi með réttu að árangur Dannys hafði kostað hugrekki, óeigingirni og sömu einlægu trúna í leitinni að sannleikanum. Hvor um sig sá kosti í hinum sem þeir voru ekki vissir um að þeir hefðu, en vonuðust til að rekast á í öllu góðu fólki. Danny og Howie urðu vinir við fyrstu sýn.

En Abner hafði ekki efni á að rifja upp minningar um liðna tíð. Hann óttaðist að ef hann gæfi Howie færi á að tala um Danny gæti það vakið upp slíka fortíðarhyggð að hann yrði ófær um að halda Howie í hæfilegri fjarlægð.

Hann gat lesið tímann af úrinu sínu án þess að hreyfa höfuðið og með handleggina áfram krosslagða á brjóstinu. „Ég þarf að fara á stefnumót,“ sagði hann ákveðinn.

„Við konu?“

„Ha?“

„Ertu í tygjum við einhverja súlupíu?“

„Ég ætla að hitta konuna mína.“

Howie brosti hæðnislega. „Þú kæmir aldrei með hana hingað.“

„Hún er hér og börnin meira að segja líka,“

„Láttu ekki svona, Neddie. Gættu þín nú. Þú ert að reyna að leika á mig. Ég veit að þér þykir vænt um börnin en hvað getur þú gert hér með þau í togi?“

„Hvilt mig.“

Howie varð opinmyntur af undrun. „Eins og kötturinn hvílist á meðan mýsnaar leika lausum hala!“

„Ég lagði drögin að ferðinni hingað fyrir hálfu ári.“

„Nú veit ég að þú ert að reyna að blekkja mig. Það gerir enginn ráðstafanir svo langt fram í tímann. Hvað ertu að bralla?“

„Ég spila tennis.“

„Ha, ha □ þú spilar ekki tennis, Neddie!“

„Ég hef fengið kennslu tvisvar á dag síðan við komum hingað. Á morgun ætla golfkennarinn að kenna mér undirstöðuatriði í golfi.“

„Golf? Þú?“ Howie hló háðslega og þurrkaði sér um munninn á jakkaerminni. „Golf er iðja þeirra sem hafa ekkert að gera síðdegis. Þú hlýtur að sitja í spilavítinu á kvöldin.“

Abner skýrði frá því að Phyllis hefði stungið upp á því að fara hingað í frí. Þau höfðu dvalið á þessu hóteli í brúðkaupsferðinni. „Þú veist að sumir leggja mikið upp úr slíku.“

Howie rak upp hnegg og stappaði niður fæti. „Ætlaðu að segja mér að þú hafir pantað gistingu hér án þess að ætla þér að sækja spilavítið? Það er erfitt að kyngja því, Neddie.,,

Af hverju kvaldi það hann hversu vel Howie var að sér um þessi mál? Hann vissi að honum bar engin skylda til að réttlæta hegðun sína fyrir Howie, hvað þá heldur afsaka hana. Samt stóð hann sig að því að útskýra fyrir Howie að hann hefði ekki vitað að hótelið rak spilavíti. Svo hafði ekki verið þegar hann var þar í fyrra skiptið.

Molly varð fyrst til að taka eftir því þegar þau biðu við afgreiðsluborðið. Þeim brá þegar þau heyrðu hana taka andvörp af skelfingu. Abner stóð líka ógn af spilavítinu. Hann hafði falast eftir gistingu á öðrum hótélum en á þessum árstíma voru öll hótél full.

Hann lagði í fyllstu alvöru til að þau færu heim. Það var honum jafnvel erfitt að viðurkenna það við Howie að hann hafði viljað snúa heim □ eftir öll áformin, útgjöldin, væntingarnar og þá þýðingu sem fríð hafði fyrir fjölskyldu hans. En hann hafði verið tilbúinn að snúa heim, jafnvel þótt það ylli honum vonbrigðum að fjárhættuspil væri enn slík ógn við hann og farsæld fjölskyldunnar.

„Ég hafði jafnvel samband við skrifstofu flugfélagsins. En það reyndist ekki unnt að bóka okkur á neitt annað flug. Við áttum því ekki annars úrkosti en að vera hér áfram og láta sem við sæjum ekki spilavítið,“ sagði Abner í afsökunartón. Hann benti með olnboganum í áttina að spilavítinu án þess að líta þangað sjálfur. Hann starði fast á Howie og vonaðist til að honum skildist að svarið var einlægt. „Við Phyllis...“

Howie greip fram í fyrir honum. „Ég þekki Phyllis og veit að hún þolir ekki fjárhættuspil. Hún fengist ekki til að koma hingað.“

„Sjáðu þetta,“ sagði Abner örvæntingarfullur og tók myndirnar upp úr umslaginu. „Myndirnar voru teknar á öðrum degi hér. Þetta er Phyllis!“ Það lá við að hann öskraði. „Þekkirðu hana? Og hér er framhliðin á hótelinu. Pilturinn og stúlkan eru David og Molly.“

„Láttu ekki svona, Neddie. Gerðu mér þetta ekki. Ég þekki börnin þín. Ég fór með þau í bíó. Þau voru lítil...“

Abner greip fram í fyrir honum. „Það var fyrir tæpum sex árum. Þau hafa stækkað.“

„Í alvöru? Mér verður svo undarlega við. Mig langar til að sjá þau, en ég er einhvern veginn...“ Hann snerti jakkaboðunginn og reyndi að laga bindið. „Ég kem kannski við hjá ykkur á morgun. Ég hef saknað þeirra. Getum við ekki talað saman einhvers staðar, Neddie? Í einrúmi, á ég við,“ sagði hann og veifaði húfunni.

Abner óskaði þess að Howie hætti að kalla hann Neddie. Það minnti hann á fortíðina sem hann var svo ákveðinn í að segja skilið við. Hann mundi ekki hvenær Howie hafði fyrst kallað hann þessu nafni, það var svo langt um liðið. Hann hafði heldur aldrei skilið af hverju Howie gerði það. „Ned“ var ein af styttingunum á „Edward“, hvorki „Ned“ né „Neddie“ höfðu neitt með hans nafn að gera. Auk þess var hann, ef hann mundi rétt, eini maðurinn sem Howie ávarpaði með gælunafni.

Þar sem Howie var einn um að kalla hann „Neddie“ ómaði nafnið alltaf fyrir eyrum hans nákvæmlega eins og Howie bar það fram. Hann hefði jafnvel ekki þekkt það úr munni einhvers annars. Kannski var það þess vegna sem það vakti upp slíka fortíðarhyggju hjá honum.

Skyndilega fann hann sig knúinn til að segja eitthvað sem sýndi að hann viðurkenndi þá fortíð sem þeir höfðu átt saman. Hann minntist því á söguna sem hann hafði heyrt um dauða Howies. „Mér var sagt að þeir í Kólumbíu □ eða var það í Mexíkó eða Caracas? □ hefðu sent lík þitt til Eleanor í Buffalo.“ Rödd hans lét jafnvel undarlega í eyrum hans sjálfs.

„Guð forði mér frá því að lenda í klónum á ungrú Eleanor!“ Það fór hrollur um Howie. „Hún hefði stungið kertisstubb í eyrað á mér og lagt mig til á sorphaugunum.“

„Þetta tók á, Neddie. Þarna skildi enginn ensku og ég talaði ekki spænsku. Ég lá á spítalanum í átta vikur. Ég lenti í rútuslysi. Svo fékk ég blóðeitrun. Á spítalanum! Ég glataði passanum og öllum fötunum mínum. Ég vissi ekki fyrr en ég útskrifaðist að þeir höfðu farið mannavillt. Ég gat ekki farið úr landi fyrr en sendiráðið staðfesti hver ég var.“

„Ég er feginn að þú náðir þér,“ sagði Abner kuldalega, jafnvel þótt hann sæi að Howie var laslegur.

„Neddie, þú lætur eins og þér standi stuggur af mér. Ég veit að ég þarf að þrífa mig. Ég hef ekki sofið í þrjá sólarhringa en ég hef engan smitandi sjúkdóm.“

Abner kinkaði þungbúinn kolli, enn með handleggina krosslagaða á brjóstinu. Það var óþægilegt að standa kyrr til lengdar í slíkri stöðu.

Hendurnar voru farnar að dofna, en hann greip samt þéttar um handleggina, leit aftur á úrið og minnti Howie á að hann þyrfti að fara.

„Skrepptu með mér á barinn. Þar getum við rabbað saman. Ég var heppinn í dag, Neddie.“

Abner langaði ekkert á barinn. Hann hafði ekki tíma til þess. Auk þess tók hann eftir því að Howie fékk vöðvakipp í aðra kinnina þegar hann sagðist hafa verið heppinn. Abner var því viss um hvert erindið væri og hann var staðráðinn í að lána honum ekki peninga.

Honum fannst í sjálfu sér ekkert rangt við að lána peninga eða fá þá að láni. Hann var heldur ekkert hræddur við að eyða peningunum sínum eða lána þá. Hann var á engan hátt nískur. Eðli sínu samkvæmt var hann þvert á móti opinn, rausnarlegur □ jafnvel brúðlsamur. Hann hafði alltaf notið þess að líta á peninga sem hvern annan varning sem mönnum bar að eyða sér til ánægju.

En Abner vildi ekki taka upp fyrri siði og síst af öllu langaði hann til að taka upp samband við Howie á ný. Hann óttaðist jafnvel að leggja óbeint sinn skerf til þess að Howie gæti spilað. Hann var viss um að léti hann fé af hendi rakna, yrði það annaðhvort notað til að borga gamla spilaskuld eða stofna til nýrrar.

„Upp á gamlan kunningsskap,“ sagði Howie áminnandi og benti með húfunni á áttina að barnum.

„Þú trúir mér víst ekki, en ég er að mestu hættur að drekka. Ég vandi mig af því að langa í sjúss nema Phyllis til samlætis. Hún hefur aldrei getað lokið við eitt hanastél hvað þá meira. Þannig tókst mér að minnka drykkjuna til muna miðað við það sem áður var.“

Það hneggjaði í Howie. Hann smellti í góm og drap tittlinga. „Áttu við að hún leyfi þér ekki að fá þér einum í glas? Ég hefði kosið að tala við þig í einrúmi, Neddie, en þú mátt bjóða henni hingað ef þú vilt. Ég hef alltaf verið hrifinn af Phyllis.“

„Hún fengi sér ekki í glas núna □ við erum nýbúin að borða kvöldmat. Auk þess er hún úti að versla.“

Howie útskýrði að málið væri ekki að fá sér í glas. Hann langaði bara að ræða við Abner í næði. Auk þess væri betra ef Phyllis sæi hann ekki í dag. Hann vissi að hann leit druslulega út. Vikan hafði verið erfið, einkum síðustu þrjár sólarhringarnir.

Nú á að hanka mig, hugsaði Abner með sér og velti því fyrir sér hverju hann svaraði þegar Howie segði honum að hann hefði ekki borðað í nokkra

daga eða skuldaði leigu. Eða myndi hann játa að hann vantaði peninga til að borga spilaskuld?

„Howie,“ sagði Abner og nefndi nú nafnið hans í fyrsta sinn. Honum fannst það láta undarlega í eyrum. „Ég segi það hreint út svo þú getur sparað þér ómakið. Þú færð ekki eyri frá mér. Ekkert reiðufé, enga ávísun, enga póstávísun né nokkur önnur verðmæti. Hann talaði eins hratt og hann gat til að hindra að Howie gæti gripið fram í fyrir honum. „Hafirðu ætlað þér að hafa eitthvað út úr mér, skaltu gleyma því.“ Hann stakk höndunum órjálfrátt í vasana og ók sér til að sýnast myndugri.

„Ekkert lán,“ sagði Abner hátt og ákveðið. Hann skáskaut augunum á Howie yfir öxl sér og rak hendurnar dýpra í vasana. „Engar ávísanir frá þriðja aðlila, engar skuldaviðurkenningar. Og engin krítarkort □ ég er hættur að nota þau. Ég ætla mér ekki að fjármagna drauma þína, Howie. Þeir snúast alltaf upp í martröð.“

Howie varð ráðvilltur á svip og Abner fann til léttis og sjálfumgleði. Hann hafði giskað rétt á erindi Howies.

„Þú misskilur þetta, Neddie.“

„Nei, þú misskilur þetta. Þú lifir enn því lífi sem ég gaf upp á bátinn og vil ekki blandast í. Biddu mig ekki frekar.“ Hann fann til sjálfsöryggis, Ef hann mundi rétt var þetta í fyrsta sinn sem hann neitaði Howie um lán. Hann hafði líka fengið lánaða peninga hjá Howie, lagt undir með honum, fyrir hann eða gegn honum.

„Ha?“

„Sannleikurinn er sá að ég er hræddur við þig, Howie. Þú minnir mig á sjálfan mig.“ Það var ekki auðvelt fyrir Abner að játa að hann óttaðist að falla fyrir freistingum fortíðarinnar, eða lýsa baráttunni sem það kostaði að ná stjórn á sjálfum sér. Hana hafði hann háð árum saman □ baráttu þar sem ópolin þrá eftir skjótum árangri, auðæfum og viðurkenningu tókst daglega á við viljann til að setta sig við að vera bara maður með takmarkaða möguleika til vitsmunalegra, skapandi og fjárhagslegra afreka. En hann var of stoltur og óruggur til að segja Howie frá því hvernig allt féll aftur í sama farið og kvölinni sem það olli honum að hafa brugðist konu sinni og börnum. Það gekk of nærri honum, það var hans einkamál.

„Mér er alvara, Howie. Þú færð ekki eyri frá mér.“

Howie lygndi aftur augunum og flissaði. „Ég þarfnast ekki peninganna þinna.“ Howie seytti munnvatni og smjattaði.

„Þig fýsir að komast yfir krítarkort fyrirtækisins míns. Á ég kannski að ábyrgjast fyrir þig lán. Eða viltu selja mér eitthvað?“

„Ég þrái það eitt að sofna. Ef ég hefði ekki hitt þig, væri ég lagstur til svefns og svæfi næstu tíu tímana. Ég hef ekki sofið síðan á sunnudag. Ég spilaði í þrjá sólarhringa og níu...“

Abner greip fram í fyrir honum, „En eitt tapið? Þú hefur einskis að vænta frá mér.“ Hann langaði hvorki til að heyra Howie segja tröllasögur af vinningum eða væla yfir tapi □ pottum sem hann hafði næstum unnið og hvernig hann væri hjálparþurfi rétt í bili. Þetta var gömul saga sem Abner þekkti alltof vel. Hann vildi ekki flækja sér í trú Howies á tölum. Hann kallaði hann rómantískan og vanþroska ungling sem tæki ekki einu sinni ábyrgð á sjálfum sér. „Þú legðir jafnvel húsið undir □ ef þú ættir hús. Eða konu þína □ ef þú ættir konu.“

„Hvað hefur hlaupið í þig, Neddie? Ég hef aldrei fyrir heyrt þig tala svona.“ Howie togaði í bindið og strauk sér um hárið. „Auk þess er þetta happadagurinn minn. Og þinn líka.“

„Af hverju biðurðu mig þá um peninga?“

„Neddie, þú hlustar ekki á mig.“

Ég læt þig ekki hafa peninga til að spila.“

„Þarna sérðu, þú hlustar ekki á mig. Ég er nýkominn frá spilaborðinu þar sem ég mokaði saman peningum.“

„Í spilum? “Abner horfði tortrygginn á Howie og trúði ekki eigin eyrum. „Þú?“

Hann sá Howie þreifa um vasa sína og taka fyrst upp þrjú búnt og síðan tvö búnt í viðbót af hundrað- og fimmhundrað dala seðlum, nýjum og brakandi. Þau voru vafin inn í pappír og bundið utan um með teygju.

„Sérðu þetta?“ Howie staflaðu búntunum upp og rétti þau í áttina að honum. „Þetta eru rúmlega 86 þúsund dalir. 86. 520 traustir, grænir kallar. Og ég á þá. Ég þarf ekki að slá þig um lán, Neddie. Ég hef verið að reyna að segja þér það. Þetta er happadagurinn minn.“

Það hvarflaði að Abner ekki væri allt sem sýndist með búntin. Þótt hann vildi ekki snerta peningana hallaði hann sér fram á við og starði fast á Howie, sem veifaði búntunum eins og blævæng. En þetta var rétt □ að minnsta kosti sá hann ekki betur □ 86. 500 dalir!

„Vannstu þetta í spilum?“

Howie leit upp og beraði hrosstennurnar. „Mér tókst það, Neddie! Ég tæmdi sjóðina. Ég vann rúmlega 150 potta á þremur sólarhringum. Ég vissi að það tækist. Þess vegna tímdi ég ekki að fara frá spilaborðinu til að sofa. Ég fann það á mér, jafnvel þótt ég væri orðinn of þreyttur til að hugsa. Stundum spilaði ég blindpóker, en vann samt. Það var eins og ég þekkti alltaf minn vitjunartíma, ég var óstöðvandi.

„Þeir settu meira segja upp tæki til að fylgjast með mér, en ég valtaði yfir þau. Ég fékk svo oft spil á hendi sem ekki þörfnuðust neinnar breytingar við að ég varð að tapa nokkrum til að halda spilinu gangandi. Þeir héldu að ég væri að svindla, en ég var óhræddur. Ég vissi að svo lengi sem ég sæti þarna, myndi ég vinna.“ Howie reisti seðlabúntin upp á rönd svo að traustu, grænu kallarnir hans stóðu í réttstöðu, tilbúnir til liðskönnunar. Þöglir vísuðu þeir á bug þóttalegrí ályktun Abners um það að Howie þyrfti að á láni að halda og hrokafullum ræðum hans um ábyrgð.

„Við höfum þekkt í rúm 20 ár, en þú hefur aldrei séð mig spila svona. Fyrstu tvo sólarhringana fannst mér ég vera einhver annar □ Jogn Scarney, Amarillo Slim eða Texas Dolly Brunson! Stundum hreyfðust fingur mínir af sjálfsdáðum. En í morgun var ég svo syfjaður að ég sá varla á spilin. Ég var svo sveittur að mig sveið í augun og ég sá varla yfir borðið. En það skipti engu. Það var sama hvað við spiluðum eða hver gaf, ég hélt áfram að vinna. Ég vildi ekki fara nema staðnum yrði lokað. Ég vildi ekki rjúfa töfrana. Enginn hefur fengið önnur eins spil á hendur síðan staðurinn var opnaður.

Þú hefðir átt að sjá hvernig menn horfðu á mig, Neddie. Er þetta ekki ótrúlegt? Ég malaði alla. Ég! Ég var konungur spilanna og vann stærstu hugsanlega potta □ fimm stafa tölu!“ Hann hristi seðlabúntin í báðum höndum og hóf þau upp yfir höfuð sér. „Mér var boðið að koma aftur sem gestur þerra! Heyrirðu það? Gestur þeirra. Þeir ætla að borga fyrir mig borðlag í mánuð. Hvað segirðu við því?“

„Þeir verða búnir að hirða peningana sína aftur fyrir þann tíma.“

„Æi, Neddie, þú ert algjör gleðispillir. Þeir buðu mér að spila í keppni. Ég læt þig ekki spilla því fyrir mér.“

„Ef þú hættir ekki að veifa seðlum hér í fordyrinu verður einhver annar fyrri til.“

„Síðdegis í dag stóðu þeir í kringum borðið, búnir að vera.“ Howie stakk seðlabúntunum aftur í jakkavasana. „Allir þungavigtarmennirnir og lukkuriddararnir höfðu gefist upp og ég spilaði gegn bankanum. Þú hefðir verið stoltur af mér. Ég vissi að ég gæti ekki haldið áfram lengur en tvær

stundir í viðbót. Svo ég var svo háttvís að segja þeim að ég myndi hætta kl. fimm, hvað sem á dyndi. Hefði ég unnið tvö síðustu spilín, hefði ég átt rúmlega 100.000. En 86.000 er ekki slæmt, ha? Og hefði ég haldið áfram að spila, hefði ég kannski ekki rekist á þig. Og nú er allt þetta fé okkar, Neddie.“

„Hvað áttu við með okkar?“

„Þetta er meira fé en ég þarf. Ég vil að þú fái hluta af því.“

Abner fór ekki bara hjá sér fyrir að hafa lesið yfir Howie. Honum fannst hann kjánalegur, jafnvel hlægilegur. Howie bauð honum peninga!

„Þetta er happadagurinn okkar, félagi. Jafnvel þótt ég hefði tapað hefði ég komið og heilsað upp á ykkur Davie □ ég hlakka svo til að sjá hann á morgun. Auk þess vil ég að þú fái nokkra seðla, þú ræður hver upphæðin er.“ Howie tók upp seðalabúnt og rétti Abner það. „Mundu, Neddie, að þú átt það inni hjá mér.“

„Bull,“ sagði Abner veiklulega. Hann óttaðist að sitja fastur í gildru og tók hendurnar upp úr vösum. Hann var sveittur í lófnum. Hann nuddaði þeim rösklega saman og krosslagði handleggina aftur á brjóstinu. „Stingdu peningunum aftur í vasann. Ef þú veifar þeim framan í hvern sem er, áttu á hættu að þeim verði stolið.“ Hann var Howie reiður bæði fyrir þann bjánagang að halda sýningu á vinningsfénu og að kunna sér ekki hof í örlæti sínu.

„Þú getur ekki neitað því að hér eru forlögin að verki, Neddie. Þetta er engin tilviljun. Ég hef ekki séð þig í fimm til sex ár og rekst svo einmitt á þig þegar ég hef unnið 86.520 trausta, græna kalla við spilaborðið. Þetta er tvöföld heppni fyrir mig. Hvað viltu mikið?“ Það kumraði í honum eins og hesti sem ratað hafði rétta leið í hlöðuna. „Mundu, að þú átt þetta inni hjá mér, Neddie.“

„Stingdu peningunum á þig,“ sagði Abner og reyndi að ýta frá sér minningunni um þá tíð þegar þeir félagar hefðu jafnvel haldið það hátíðlegt að vinna þúsund dali. „Ég á ekkert inni hjá þér,“ sagði hann. Hann kærði sig ekki um að Howie sýndi honum traustari vináttu en hann gat hugsað sér að endurgjalda.

„Neddie, við höfum þekkt lengi og alltaf deilt með okkur vinningum. Auk þess sagði ég að þú ættir þetta inni hjá mér.“

„Bull, ég myndi eftir því, ef svo væri.“

„Þú skilur þetta ekki.“ Howie iðaði af gremju. „Ég hef lengi ætlað mér að endurgreiða þér. Nú á ég fúlgum og þú verður að láta það eftir mér. Þú verður að þiggja þá“

Það þyrmdi yfir hann. Howie var staðráðin í að deila með honum vinningsfénu og ef honum tækist ekki að sigrast á þrautseigju hans, léti hann kannski undan. Hann leitaði örvæntingarfullur gildra raka og ákvað að krefja Howie skýringa á þessari meintu skuld.

„Út með það,“ sagði hann næstum ásakandi. „Útskýrðu fyrir mér af hverju þú heldur að þú skuldir mér.“

Þetta virtist koma Howie á óvart og hann fór hjá sér. Hann tróð seðlabúntinu aftur í vasann og kveikti sér í smávindli með eldspýtu sem hann strauk við skóinn sinn. Svo stakk hann brunninni eldspýtunni í brjóstvasann. Abner minntist þess að hafa ótal sinnum séð hann kveikja svona í smávindli. Þetta var meira að segja sams konar vindill, stuttur, þurr og farinn að skrælna, þannig að þegar Howie kveikti í honum neistaði af laufinu sem hann var vafinn í. Hann hélt meira að segja vindlinum í munni sér á sama hátt og áður
□ milli framtannanna, rétt eins og sumir bíta í tannstöngul.

Abner fylgdist sem dáleiddur með framkomu og svipbrigðum Howies. Hann kannaðist vel við hvoru tveggja frá liðnum árum. Það var líkt og að horfa á atriði úr gamalkunnri kvikmynd, þar sem hann mundi og sá fyrir allt látæði eftirlætisleikarans. Howie myndi soga að sér reykin græðislega, píra augunum og bægja reyknun frá sér með húfunni. Svo myndi hann klóra sér í nefinu og taka húfuna undir handlegginn. Allt gekk þetta eftir, nákvæmlega eins og Abner minntist þess, nema hvað Howie strauk sér auk þess um hárið.

Howie sagði að eitt hefði lengi angrað sig og spurði hvort Abner myndi ekki eftir því hvernig þeir höfðu lagt undir hvor fyrir annan, ef illa stóð á með veðmangara. Howie þagnaði og Abner var ljóst að hann ætlaði sér ekki að halda áfram, nema svar fengist við spurningunni. Hann viðurkenndi því að hann hefði hvorki gleymt spilaárunum þeirra né sameiginlegum þjáningum. Hann hikaði þó við að viðurkenna að hann myndi einhver einstök atriði af ótta við að þar með fengi Howie trúverðugt dæmi til sönnunar á því sem hann var sjálfur að reyna að sanna.

„Manstu eftir sumrinu þegar þú keyptir rauða blæjubílinn og komst honum fyrir í bílskúr frænda míns svo hann óhreinkaðist ekki“

„Hvað kemur bíllinn peningunum þínum við?“ Hann var í varnarstöðu gagnvart þessum bíl. Bróðir hans hafði borgað hann og þar með bættist enn eitt lánið við sem aldrei var greitt og bróðir hans minntist aldrei á.

„Það var rétt fyrir 4. júlí. Um haustið fór ég til Caracas. Þú lést mig hafa 4000 dali til að veðja í mínu nafni hjá Charlie Eyes.“

Abner beit á vörina. Hvernig gat hann munað öll þau veðmál sem hann hafði lagt inn hjá veðmangara eða falið Howie að leggja inn í sínu nafni?

„Þegar ég kom til veðmangarans leit ég á listann þinn □ þú hafðir veðjað á vonlausa hesta. Ég vissi að vinningsmöguleikar þínir voru engir □ þessir fjórir myndu örugglega reka lestina. Þér var aldrei lagið að veðja á hesta, Neddie.“ Howie lækkaði róminn. „Ég veðjaði ekki á hestana sem þú hafðir valið. Þú komst aldrei að því, þar sem þeir gáfust upp á miðri leið.“

Abner yppti öxlum. „Hvað vannstu þá út á mína peninga og þitt val?“

„Ekkert. Þetta er í eina skiptið sem ég átti hundrað dali afgangss eftir að hafa borgað leigu án þess að eyða þeim í veðmál.“

„Slepttirðu veðmálinu? Hvað gerðirðu þá við peningana mína?“

Ég blygðast mín fyrir að segja þér frá því. Ég borgaði lán og lét lögfræðing Eleanor hafa afganginn. Hann ætlaði að stefna mér fyrir að standa ekki við framfærslu og koma mér í vinnubúðir. Hvernig gat ég framfleytt henni?“ Hann emjaði og smellti saman hrossstönnunum. „Þess vegna fór ég til Caracas.“

Abner til furðu vakti játning Howies hvorki með honum reiði né gremju. Hann fann aðeins til undrunar og sektarkenndar því að hann mundi að hann hafði sjálfur svikið Howie þegar örvæntingarfull von um vinning hafði betur en vináttan, þótt hann myndi ekki nákvæmlega á hvaða stundu eða hvernig hann hafði gert það.

Hann gat því ekki gert sér upp reiði og svaraði því til að hann myndi ekki til þess að eiga inni hjá Howie ógreidda skuld. „Auk þess er svo langt um liðið, sagði hann afsakandi. „Kannski áttum við báðir til að halda eftir fjármunum, þegar lukkan hafði brugðist. Kannski □ “Hann átti erfitt með að ná andanum.

„Ekki þú, Neddie. Þú hefðir aldrei gert mér slíkt. Ég hef alltaf virt þig fyrir heiðarleika þinn, bæði í minn garð og annarra. Ég reyndi að líkja þar eftir þér. Kannski hef ég þess vegna aldrei getað gleymt skuld minni við þig.“

Abner var ekki ónæmur fyrir skjallinu. Honum gramdist það, því að það var svo fjarri því sem hann vissi sannast um sjálfan sig. Samt fór ekki hjá því að honum þætti lofið gott.

Hann vissi að öllum sem þekktu til fortíðar hans var kunnugt um þjáningarnar sem hann hafði valdið sjálfum sér, fjölskyldu sinni og vinum, svo lengi sem hann átti einhverja vini. Hann hafði logið að vinnuveitendum sínum og stundum jafnvel stolið frá þeim. Hann hafði logið að fjölskyldu

sinni og haft út úr henni fé. Jafnvel börnin þekktu fortíð hans. Hann hafði ekki getað axlað ábyrgð sína og þau höfðu orðið að víkja fyrir fjárhættuspilinu, sem átti hug hans allan. Hann skildi að þeir sem þekktu fortíð hans yrðu aldrei færir um að leiða hana alveg hjá sér. Hann gat það ekki einu sinni sjálfur. Kannski var það þess vegna sem hann mat það aldrei nógu mikið við sig að hafa getað hætt. Kannski var það þess vegna sem hann lagði svo mikla áherslu á að minnast áranna áður en hann kynntist Samtökunum. Var hann af yfirlögðu ráði ósanngjarn við sjálfan sig til að tryggja að hann sneri aldrei aftur til fyrra lífs? Kannski var það vegna þess að hann hafði kallið sjálfan sig með slíkum minningum, að hann naut þess að heyra Howie skjalla sig og draga upp rómantíska mynd af sér.

Abner vissi að það var barnalegt af honum að leggja svo mikið upp úr skoðun Howies. Howie hafði farnast verst af öllum hans vinum, eða fyrrverandi vinum, og enginn þeirra var jafnbarnalegur og hann. Hvers vegna var honum þá svo mjög í mun að láta sem svo að á milli þeirra réktu heilindi?

Í augum fjölskyldu sinnar og náninna vina í Samtökunum var hann enn einn félaginn sem barðist fyrir endurlausn. Hann vildi bæta fyrir fyrri mistök og verða nýr og betri maður. En hann yrði aldrei viss. Það var meinið með alla fjárhættuspilara á batavegi. En í augum Howies hafði hann alltaf verið lifandi dæmi um áreiðanlegan, heiðarlegan og farsælan vin; ástríkan og alúðarfullan föður, sem spilaði bara sér til skemmtunar.

Sú háleita trú sem Howie hafði á honum og tilhneiging hans til að hrífast af þeirri goðsögn komu Abner úr jafnvægi. Hann reyndi að yppta öxlum til að sýna Howie að honum þætti lítið til lofsins koma. En axlirnar vildu ekki hlýða honum. Hann fann til ólgu í maganaum og það suðaði fyrir eyrum hans. Hann fann til samviskukvala þegar hann minntist þess að hann hafði ekki alltaf verið heiðarlegur við Howie. En það var reynsla sem hann hafði grafið svo djúpt í minni sér að hann hefði auðveldlega getað talið sjálfum sér trú um að viðbrögð hans stöfuðu bara af því að játning Howies vakti með honum samúð. En hvernig mátti þá skýra sektarkenndina? Hvernig gat hann útskýrt að innst inni blygðaðist hann sín?

Howie var enn að tala honum að greiða honum fjögur þúsund dalina til baka. Hann viðurkenndi að hann hefði ekki þorað að segja honum frá þeim af ótta við að glata vináttu hans.

„Það er í eina skiptið í lífinu sem ég hef óttast að segja þér sannleikann, Neddie. Og hvað hefði ég átt að segja ef einhver af jálkunum þínum hefði unnið?“

„Ef-ef-ef...“ sagði Abner í varnartón. „Þetta eru bara tilgátur og það er svo langt um liðið. Getum við ekki bara gleymt þessu?“

„Þarna sérðu hvernig þú ert. Þú reynir að koma í veg fyrir að ég borgi þér skuldina. Það er þér líkt, Neddie. Þú reiddist ekki einu sinni þegar ég sagðist hafa tekið peningana þína traustataki.“

„Þú ættir að heimsækja Eleanor. Kannski er hún peningapurfi.“

„Ég skulda Eleanor ekki neitt. Hún hirti allt sem ég átti þegar hún fór frá mér. Þegar ég kom aftur frá Caracas var hún horfin og með henni húsið, húsbúnaðurinn, bíllinn og öll fötin mín. Hún seldi það allt. Hún hirti meira að segja sokkaræflana og gamla tannburstann. Hún skildi ekki eftir eyri. Ég veit við hverja ég á skyldum að gegna. Hún er ekki þar á meðal. Það er annað mál með skuld mína við þig. Við erum vinir og þú verður að þiggja eitthvað af fúlgunni minni. Þá liði mér betur.“

Howie tók seðlabúntinn aftur upp og rétti þau að Abner. „Hér eru níttú og einn fimmhundraðdalaseðlar og fjögurhundruð og tíu hundraðdalaseðlar. Ég vildi ekki taka við þúsunddalaseðlum. Manstu þegar við unnum tíu þúsund í teningaspili í Vegas og tókum vinningin út í þúsunddöllum? Við ókum til San Diego og heimsóttum frænda minn. Við fengum seðlunum hvergi skipt. Menn héldu að við hefðum rænt banka eða prentað seðlana sjálfir. Hann hló, svo að munnvatnið freyddi við munnvikin.“

„Þetta eru engir matadorpeningar. Þeir eru heldur ekki falsaðir. Þetta eru ósviknir alríkisseðlar. 86. 520 traustir, grænir kallar. Teldu þá. Þá trúirðu mér kannski og leyfir mér að endurgreiða þér skuldina vöflulaust.“

Abner hristi höfuðið og skáskaut sér á bak við sófahornið. Hann langaði mest til að skýla sér á bak við sófann, en vildi ekki gera svo mikið úr ótta sínum. Hann vildi bara halda sig í hæfilegri fjarlægð frá peningum Howies.

Hann hafði aldrei á ævi sinni unnið 86.000 dali í einu veðmáli eða einu spili. Hann hafði aldrei unnið meira en tíu til tólf þúsund dali í einu, því að yfirleitt tapaði hann peningunum jafnhvort og hann vann þá. Og hann rak ekki minni til að Howie hefði nokkurn tíma unnið meira en átta eða níu þúsund, án þess að tapa þeim aftur.

Seðlabúntin sem Howie veifaði framan í hann □ allir þessir traustu, grænu kallar □ urðu til þess að Abner tók að velta því fyrir sér hvort tíminn og reynslan hefðu nýst Howie til að öðlast meiri leikni í póker og hvort

þannig hefði líka farið fyrir honum, hefði hann ekki hætt að spila... Abner flýtti sér að loka á slíkar hugsanir. Jafnvel þótt þetta væri bara fræðileg tilgáta sem hann meinti ekkert með, var hún honum sorgleg sönnun á því að með honum blundaði enn dulin löngun til að spila, og það skaut honum skelk í bringu.

Howie færði sig nær, káfaði á teppinu og otaði að honum seðlabúnti. „Ég býð ekki bara fjögur þúsund. Þú mátt taka meira ef þú þarft.“

„Ef ég þarf?“ sagði Abner við sjálfan sig. Auðvitað veitti honum ekki af fjögur þúsund dölum. Brátt færu börnin í framhaldsskóla, Davie á næsta ári og Molly hálfu öðru ári síðar. Hann þarfnast þess að fá fjögur þúsund dali óvænt að gjöf, rétt eins og hver annar miðaldra faðir úr millistétt □ einkum og sér í lagi faðir sem hafði sóað svo miklu af sparifé fjölskyldunnar í fjárhættuspil. Nú þyrfti hann bara að rétta út höndina og Howie tæki til við að telja seðlana. Þetta var svo auðvelt, svo freistandi.

En Abner vissi að ef hann snerti peningana sæti hann fastur í þeirri gildru sem örlæti Howies bjó honum, rétt eins og hann hefði sjálfur unnið þá í spilum.

Það fyrsta sem honum datt í hug sér til varnar var að hrakyrða Howie fyrir að vera svo síngjarn og gráðugur að taka ekkert tillit til þeirra þjáninga sem hann hafði valdið meðspilurunum með því að hirða svo mikið fé af þeim.

„Hvað áttu við, Neddie? Ég vann þetta ánauðarlaust og á heiðarlegan hátt í löoglegu spili. Það kemur engum öðrum við. Ekki einu sinni þér. Ég hef spilað hér í nokkur ár í von um að fá svona tækifæri.“

„Og nú ert stoltur af því að ganga um með síðasta eyri allra þessara heimsku fjárhættuspilara í vasanum. Þú ert víst búinn að gleyma því hvernig það var þegar *þú* tapaðir,“ sagði hann ögrandi. „Kannski nýturðu þess eins og blóðsuga.“

Brosið hvarf af vörum Howies. Hann stakk peningunum í vasann, lagði vindilinn frá sér í öskubakka, þurrkaði sér um munninn á jakkaerminni og hristi höfuðið eins og hann væri að reyna að losa sig við tannpínu.

Ég reyni ekki að breiða yfir það að ég hef sjálfur stundað fjárglæfra, en þetta er eins og að fá *sína eigin peninga* aftur. Sennilega hefði ég getað keypt mér hestabúgarð fyrir allt það fé sem ég hef tapað á undanförmum fimm árum. Ég er engin blóðsuga. Það sem ég hef unnið síðustu þrjá dagana er mitt *eigið* fé. Það er ekki nema sanngjarnt.“

Howie var ekki að falast eftir ráðum og Abner vissi að hann átti engan rétt á að lesa yfir honum. Vegna gamallar vináttu sneri hann ekki baki við honum, en augu hans leituðu blaðabássins þar sem hann hafði mælt sér mót við konu sína og börn. En hann sá hann ekki fyrir gestafjölda.

„Til hvers ætlastu af mér?“ spurði Howie. „Á ég að skila þeim aftur? Ég er ekki sá bjáni að gera slíkt axarskaft.“

„En þú vilt gjarna deila blóðpeningunum með mér, bara til að friða samviskuna.“

„Ég skil ekki af hverju þú vilt að ég sjái eftir því að hafa unnið í spilum, en samt má mig ekki iðra að ég skyldi taka peningana þína traustataki. Þú lést aldrei svona þegar þú tapaðir. Þá talaðirðu bara um að vinna peningana þína aftur.“

„Ég lít ekki peninga sömu augum og áður. Ég get borið virðingu fyrir sjálfum mér án þess að höndla þá.“

„En þú hefur aldrei unnið hundrað og fimmtíu potta og 86.520 dali í einum leik. Er það það sem angrar þig? Ég hef spilað hér þrisvar til fjórum sinnum í viku í rúm tvö ár og oftast tapað. Það er óþarfi að reiðast mér fyrir að vinna mitt eigið fé til baka. Danny hefði ekki kallað mig blóðsugu. Og hann hefði leyft mér að borga skuldina.“

Hvernig þú vannst peningana og meint skuld þín við mig koma bróður *mínum* ekkert við.“ Hann lagði áherslu á fornafið til að undirstrika ættartengslin, sem Howie átti engan hlut að. Hann vonaði að svarið væri nógu særandi og ósanngjarnt til að fæla Howie frá því að minnast aftur á Danny.

„Hlustaðu á mig, Howie,“ sagði Abner um leið og hann tók nokkur skref aftur á bak og reyndi að veita óttanum farveg í reiði. „Ég vil ekki snerta peningana þína. Jafnvel þótt þú skuldir mér fé vil ég ekki fá það endurgreitt með því sem þú vannst í spilum. Þetta eru spilapeningar og ég kem ekki nálægt þeim.“ Hann hélt undanhaldinu áfram.

„Hvað hljóp í þig, Neddie? Ég hef aldrei fyrr heyrt þig tala svona. Hvert eru að fara?“

„Ég mælti mér mót við fjölskylduna. Við ætlum í bíó.“ Hann leit á Howie og sá hann stara á sig með eymdarsvip. En hann hafði ekki í hyggju að bjóða honum að fylgja sér. Þau höfðu oft tekið Howie út með sér í gamla daga, en svo yrði ekki núna. Hann var of hræddur við Howie til að bjóða honum með núna, of hræddur við það sem hann segði kannski við börnin □ eða jafnvel

gerði. Á sinn hátt var Howie heiðursmaður, en hann var rómantískur kjáni. Hann ætti jafnvel til að gefa börnunum fjögur þúsund dalina.

Má ég heimsækja ykkur á morgun, þegar ég hef snyrt mig? Mig langar til að sjá Davie og Molly.“

Hann átti erfitt með að neita. Hann vissi að börnin yrðu fyrir vonbrigðum ef hann neitaði þeim um tækifæri til að hitta þennan gamla féлага og barnfóstru. Howie var einn þeirra fágætu manna sem börn treystu af eðlisávísun, jafnvel fyrir duldustu leyndarmálum og Davie og Mollie þótti vænt um hann eins og bróður.

Abner hafði séð þau gráta þegar þau fréttu af láti Howies. Hann vissi því að endurfundirnir yrðu þeim til mikillar gleði. Samt var hann viss um að það væri betra fyrir þau að sjá Howie ekki framár.

„Kannski á morgun,“ sagði hann treglega. Málið var að þau höfðu skráð sig í tennistíma um morguninn og einkatíma í golfi síðdegis. Hann útskýrði áætlanir þeirra í slitróttum orðum sem sýndu að hann var á báðum áttum með afstöðu sína til Howies.

„Þú myndir aldrei bregðast mér, Neddie. Ég veit að ég get treyst því að hitta þig á morgun.“

Abner skáskaut sér fram úr Howie, án þess að missa sjónar á honum.

„Svona ættu gamlir vinir ekki að haga sér,“ sagði Howie eympdarlega. „Hvers vegna flýrðu mig? “Hann hraðaði skrefum sínum til að halda sér í talfæri við Abner og tróð um leið seðlabúntunum í jakkavasann.

„Þetta með peningana skiptir engu máli, Howie. Það er svo langt um liðið. Ég var búinn að gleyma þeim. Þeir skipta engu máli.“

Það lá við að Abner hlypi við fót í áttina að blaðabásnum þar sem fjölskyldan beið hans. Hann fylgdist þó áfram með Howie og óttaðist að hann myndi elta hann. Howie rakst á farangursvagn, hruflaði sig á hnénu og bað vikaþiltinn afsökunar.

Hann kom auga á þau David og Phyllis. Hann veifaði til þeirra eins og drukknandi maður í von um björgun, ófær um að leyna óttanum og kvíðanum sem fundir þeirra Howies vöktu með honum.

Þau höfðu greinilega ekki borið kennsl á Howie eða jafnvel ekki tekið eftir honum. Kona hans og dóttir fögnuðu honum þó með kossu og sonur hans þrýsti handlegg hans hughreystandi.

Hann leit laumulega aftur fyrir sig, en Howie var hvergi að sjá í fordyrinu.

2. hluti

Abner settist skjálfandi upp í rúminu. Húðin var köld og rök og hjartslátturinn hraður eins og hann hefði hlaupið. Hann leit á klukkuna. Hún var tíu mínútur yfir sex.

Í fölri birtunni sem síaðist inn um gluggatjöldin og lýsti upp hluta spegilsins greindi hann útlínur konu sinnar í rúminu við hliðina á honum. Hún svaf. Hann leit á kommóðuna, náttborðið og stólinn sem hann hafði lagt buxurnar sínar á. Allt var á sínum stað. Hvað hafði vakið hann? Líkamlega var ekkert að. Hann var hvorki með höfuðverk né magakveisu og hann var ekki þyrstur. Hann minntist þess heldur ekki að sig hefði dreymt. Þó var þetta í þriðja sinn sem hann hafði hrokkið svona upp.

Hann hallaði sér aftur á koddann og reyndi að rifja upp atburði kvöldsins. Þau höfðu farið í bíó, þótt hann myndi lítið eftir myndinni eða samræðum þeirra á eftir. Þau höfðu gengið heim á hótelið, fengið sér ís á leiðinni og keypt blað í blaðabásnum í fordyri hótelsins allt í einu sá hann sjálfan sig fyrir sér á hlaupum yfir rautt og gyllt teppið í fordyrinu og hinir óvæntu fundir við Howie tóku að rifjast upp fyrir honum. Þarna var Howie, sem veifaði seðlabúntum áttatíu og tveimur eða áttatíu og sex þúsundum dala og hvatti hann til að taka við fjórum þúsundum dala eða meiru, allt eftir þörf og löngun. Hvað hafði hann kallað seðlana? Grænu, traustu kallana sína. Hann sá sjálfan sig hlaupa yfir fordyrið í áttina að blaðabásnum. Atburðurinn endurtók sig í ótal myndum í gagnrýnum huga hans. Af hverju flúði hann? Af hverju óttaðist hann að hann fengi ekki staðist boð Howies?

Ef saga Howies var sönn skuldaði hann honum þessa peninga og það var ekki auðvelt að neita að taka við borgun. Hann vissi að honum veitti ekki af fé til að standa straum af skólagöngu barna sinna. Auk þess munaði Howie ekkert um þessa peninga. Hann gat þó ekki gleymt því að þetta var illa fengið fé. Hann hafði á sínum tíma lánað Howie peninga sem hann hafði unnið í spilum og nú vildi Howie endurgreiða lánið með fé sem hann hafði unnið í spilum.

Hann hafði hlaupið í burtu til að bregðast ekki fjölskyldu sinni og Samtökunum. Honum var þó ljós sú kaldhæðni að með því að forðast að endurtaka þá síngirni sem fjárhættuspili fylgdi, hafði hann sýnt aðra tegund af síngirni. Hann hafði forsmáð gamla vináttu, hagað sér eins og bleyða og neitað Howie um uppreisn æru. Hann hafði eingöngu hugsað um sinn eigin hag án þess að leiða hugann að því sem væri Howie hollast □ eða börnunum

hans, sem yrðu frá sér numin af fögnuði ef þau fengju að hitta þennan gamla vin sinn.

Hann ýtti ofan af sér teppinu, stökk fram úr rúminu og klæddi sig í flýti. Hann gætti þess vel að vekja ekki konu sína, skyldi eftir miða á kommóðunni og tók lyftuna niður í fordyrið. Klukkan var 7:30, en nokkrir gesta sem voru á förum biðu afgreiðslu og enn aðrir höfðu þegar safnast saman við dyrnar á spilavítinu. Það sem honum barst þó fyrst að eyrum var suðið í bónvélum og ryksugum ræstingafólksins, sem var að ljúka vinnu sinni. Lyktin af bóni, fægilegi og teppahreinsunarvökva minntu hann á að hann var svangur, en hann ætlaði ekki að fá sér morgunverð fyrr en hann hefði beðið Howie afsökunar.

Abner minntist þess að Howie hafði kvartað undan því að hafa misst svefn í þrjá sólarhringa á meðan hann sat við spilaborðið. Hann hlaut því að vera sofandi, en hvar? Hvar gisti hann? Hann hugsaði með sér að best væri að leita svars við því í spilavítinu og gekk í áttina að innganginum.

Inngangurinn var hurðarlaust bogahlið, skreytt blóðrauðum neonljósum. Það minnti Abner á risastóran, opinn munn. Hann skáskaut sér varlega að því eins og hann óttaðist að það glepti sig.

Þegar hann heyrði til kallaranna, hringlið í teningunum og skröltið í rúlettuhjólunum vað honum þungt fyrir brjósti. Hann átti erfitt með að ná andanum, hljóðin minntu hann á pardyrsdýr sem rífur í sig bein spilaranna. Það fór um hann hrollur, hann tók andköf og færði sig lengra til hliðar. Hann fann til sama kitlandi óttans sem hann ímyndaði sér að myndi grípa sig í návígi við þetta gráduga rándýr.

Maður, sem átti leið hjá, skyggði á ljósið og Abner kipptist við eins og risamunnurinn hefði glept í sig enn eitt fórnardýrið.

Enn höfðu engar biðraðir myndast við spilavítið og hann hefði getað fært sig nær innganginum. En hann þorði ekki að hætta sér nær.

Það voru hvorki lagalegar né siðferðislegar ástæður sem vörnuðu honum inngöngu. En hann vissi að ef hann færi inn gæti hann átt á hættu að sú sálræna örvun sem lá í loftinu í spilavítinu yrði honum ofraun og að hann færi að spila.

Hann vissi að þeir sem virtu þá tilfinningalegu þráhyggju sem spilafíkn fylgir að vettugi teldu það sjálfsagt kjánalegt af honum að þora ekki inn. En þeir sem áttu leið hjá virtust vera hótelgestir og ólíklegir til að þekkja Howie. Þeir voru að vísu uppábúnir, en fötin þeirra voru krumpuð eftir langa setu við spilaborðin, vestin fráhneppt og þeir höfðu losað um bindin.

Þegar þeir nálguðust útganginn var eins og þeir þjöppuðu sér betur saman í leit að gagnkvæmum stuðningi. Þeir yrtu þó ekki hver á annan. Þeir drógu fæturna þreytulega og störfu fast á teppið.

Abner horfði á guggin og sviplaus andlitin og fór hjá sér eins og hann væri að hnýsast í þeirra einkamál, því að hann þekkti og skildi kvölinna sem þeir voru að reyna að leyna.

Þarna fara fjórir sem hafa tapað, hugsaði hann samúðarfullur með sér og leit undan þegar þeir gengu fram hjá honum.

Næst komu út tveir menn með kúrekahatta. Þeir hlógu hásum hlátri og Abner sá greinilega að þar fóru sigurvegarar. Hann spurði þá um Howie, en þeir voru frá El Paso og höfðu aldrei heyrt hans getið.

Þjónustuliðið var líklegast til að þekkja Howie. Hann spurði vindlingasölustúlku og tvo verði sem leið áttu hjá um Howie, en þau könnuðust ekki við Howie.

Loks stöðvaði hann þjón sem kom út og bar bakka undir handleggnum líkt og skjöld. Hann sagðist þjóna á herbergjunum og hafði fært nokkrum næturhröfnum spilaborðanna morgunmat. Hann gat þó ekki munað tölu gesta í spilavítinu.

En kannski hafði hann fært þeim sem tóku þátt í maraþonþókernum kvöldið áður mat upp á herbergi. Abner fannst þess virði að spyrja.

„Þú kannast kannski við vin minn, Howie Packer? Hann er fremur lágvaxinn, með köflotta húfu og reykir þurra vindla.“

Þjónninn leit þungbúinn á hann og tautaði að hans verk væri bara að sjá um matinn og greiðslur fyrir hann.

„Vinur minn vann stórt í gærkveldi. Mig vantar að vita hvar hann býr,“ sagði Abner og endurtók lýsinguna á Howie.

„Hafi hann unnið í gær, kemur hann aftur í dag. Þeir eiga það allir sammerkt, þessir bjánar. Þeir geta ekki hætt fyrir en þeir hafa tapað öllu. Ég færði nokkrum glæframönnum frá New York morgunmat. Þeir áttu ekki fyrir honum og létu skrifa hann á herbergin. Eigi þeir ekki flugmiða heim, verða þeir að synda. Ég kannast við svona gaura. Hvað heitir vinur þinn?“

„Howie Packer. Hann kallar sig stundum Howie Parker eða Harvey Pasteur, þegar hann vill mikið við hafa.“

Þjónninn benti á gestamóttökuna. „Spurðirðu þarna?“

„Hann er ekki hótलगestur.“

„Farðu inn og leitaðu hans. Þetta er enginn einkaklúbbur. Þú getur líka kannað Melbourne-salinn, þar verður byrjað að spila um fjögurleytið.“ Þjónninn tók upp bakkann.

Abner ætlaði sér hreint ekki að fara inn og hann var líka ákveðinn í að bíða ekki til fjögur. Það væri hvort eð er of seint. Hann leit örvæntingarfullur í kringum sig.

Allt í einu stóð stúlka fyrir framan hann og skyggði á spilavítið. Hún brosti eggjandi, barmurinn hvelfdur og freistandi í flegnum kjólnum.

Brosið kom honum á óvart og gladdi hann. Svo minntist hann þess að hún hlaut að vera spilafreyja sem brosti svona við hverjum kúnna. Hann spurði samt í afsökunartón hvort hún kannaðist við spilara sem hétu Howie Packer. „Stundum kallar hann sig Howie Parker eða Pasteur. Lágvaxinn maður með stórar tennur sem minna á hest. Hann er gjarna með köflotta húfu og reykir smávindla.“

„Þú ættir að koma inn og spila fáein spil á meðan þú bíður eftir vini þínum,“ sagði hún. „Ég veit um borð sem bíður eftir vinningshafa.“

„Nei, þakka þér fyrir. Ég leita bara vinar míns. Kannski lítur hann stundum hér inn til að spila teningaspil eða tuttugu og einn.“

Hann heyrði fagnaðaröskur og lófatak sem bárust frá borði rétt við innganginn. Einhver hafði unnið spil og tók nú í höndina á hinum spilurunum, sem þyrptust að honum.

Abner minntist þeirrar sjálfstrausts- og valdakenndar sem sigrinum fylgdi. Hann sá sjálfan sig í sporum spilarans, sem stakk vinningsfénu í vasann. Honum varð ljóst að það sem hafði gagntekið hann var ögrunin sem fylgdi því að spila gegn öllum líkum til sigurs og tefla hyggjuviti sínu, seiglu, kjarki og vitsmunum gegn færni annarra. Peningarnir skiptu minna máli.

Þótt hann stæði utan við spilavítið var Abner allt í einu gripinn svo ápreifanlegri ástríðu til að spila að honum varð óglatt. Engin kona hafði nokkru sinni vakið með honum sterkari kennd. Hann minntist hugaræsingsins sem fylgdi því að vinna gegn öllum líkum og komast í slíka sigurvímu að hann stóð á öndinni.

Það var þessi sterka löngun til að spila sem skaut honum skelk í bringu, ekki sjálf hugmyndin. Hann hafði fyrir löngu sætt sig við þá staðreynd að eins og maður með biluð nýru þarf að fara í blóðskiljun, þurfti hann á eins konar tilfinningaskiljun að halda til að hreinsa sig af leifum þess seiðmagns sem laðar menn að fjárhættuspili.

Þetta er galið, hugsaði hann með sjálfum sér og færði sig ósjálfrátt fjær innganginum. Ég fer ekki inn. Ég er bara að leita að Howie. Hann reyndi að ná stjórn á sér en gat ekki varist þess að hugleiða þá ánægju sem fylgdi því að vinna sér smám saman inn hrúgu af spilapeningum □ og breyta þeim í sömu fúlgu af reiðufé og Howie, sem hafði aldrei roð við honum í spilamennskunni, að vaka þrjá til fjóra sólarhringa eins og Howie; að spila þar til spilinu var lokið og hann hafði sýnt að hann kunni á þessu lagið.

Maðurinn sem hafði unnið í tuttugu og einum reis upp frá borðinu. Abner horfði á axlirnar á honum og velti því fyrir sér hvort hann gæti einhent og gripið sex tómatdósir eða átta bolta í einu, eða gengið eftir gaddavír í strigaskóm án þess að detta.

Hann minntist skrækroða drengja sem kölluðu ögrandi: „Ég þori að veðja að þú getur ekki slegið boltann yfir skiltið þarna... Hverju viltu veðja? Ég mana þig að stökkva yfir sylluna. Ég þori að veðja að þú þorir ekki að stinga þér. Ég veðja fimm dölum á móti einum að þú kemur knettinum ekki í körfuna átta sinnum í röð...

Sumir voru heppnir. Þeir gátu tekið hvaða áskorun sem var og kært sig kollótta þótt þeir töpuðu. Sjálfsálit þeirra beið enga hnekki við það □ og þeir fylltust ekki sjálfsþótt þótt þeir ynnu. Þeir tapsáru og kvartáru sem reyndu að verja tapið með afsökunum voru ekki jafnheppnir. Óheppnastir voru þó þeir fáu sem eins og Abner gátu alls ekki sætt sig við að tapa og æfðu sig jafnvel á nóttunni þar til þeir töldu sig næsta vissa um sigur í hverjum leik.

Þeir fóru þó ekki varhluta af vonbrigðunum sem fylgja því að vilja ná meistaratign, því að þeir gátu ekki alltaf unnið. Það gat enginn. En í stað þess að kvarta og kveina yfir ósigri ráku þeir sig miskunnarlaust áfram í von um sigur.

Abner hafði verið slíkur drengur. Hann viðurkenndi aldrei takmörk sín, hann varð að skara fram úr. Hann hikaði ekki við að taka áhættu og láta á sjálfstraust sitt og einbeintni reyna. Í fyrstu var það eigin færni sem hann lagði undir, síðar tók við fjárhættuspil, sem hann varð að sigra í, þar til hann uppgötvaði 36 ára að aldri að hann hafði aldrei orðið fullorðinn.

Abner myndi aldrei vita hvort hann gæti sigrað þennan mann, hvorki í tuttugu og einum né neinu öðru spili, því að löngun hans til að bjóða öðrum byrginn hafði horfið þegar hann viðurkenndi dálítið sem hann hafði raunar vitað en aldrei viðurkennt fyrr en nú; æskuárin með sinni grípandi kæti voru því miður að baki. Hann var nú loksins orðinn fullorðinn.

Hann sneri við og gekk frá inngangi spilavítisins, fram hjá gestamóttökunni, skrifstofu gjaldkera og töflu þar sem fundir og viðburðir dagsins voru tilkynntir. Hann var enn á báðum áttum um næsta skref. Hann renndi augunum yfir tilkynningarnar og las þær á stangli, rétt eins og hann byggist við að finna heimilisfang Howies þar á meðal:

Velkomin... Ameríska fíkni... Fundur...9:45... 20. ársfót... Félag bandarískra... Florida... Svíta... Félag rafeinda... Wilson-salur... Krýsant... ferðir... hádegisverður... Svæðisstjórn... Símafélag... Sími! Kannski hafði Howie síma!

Hann hljóp í áttina að símklefunum. Hefði Howie síma hlaut heimilisfangið að fylgja með í símaskránni. En hann gat hafa skráð sig undir hverju sem var af þeim nöfnum sem hann notaði.

Hann var kominn hálf leið að klefunum þegar hann tók eftir tveimur fótum í gul- og rauðröndóttum sokkum sem hvíldu á stól, hálföldum í limgerði úr gervimarkarunna. Sokkarnir voru svo ljótir að hann þóttist viss um að þá gæti aðeins einn maður átt. Hann smeygði sér væntingarfullur inn í limgerðið. Þar lá Howie sofandi í sófa með fæturna í stólnum við hliðina. Hann hafði komið undnum skónum og köflóttu húfunni snyrtilega fyrir undir stólnum.

Hann hafði greinilega ekki farið heim. Hann var í sömu fötunum með sama græna bindið, sem virtist enn ljótara og blettóttara en daginn áður.

„Howie.“ Abner hristi á honum handlegginn. Howie geispaði, neri á sér augun og starði svefnþrúkkinn á hann. „Af hverju ertu hér? Af hverju fórstu ekki heim?“

„Það var reyndar ætlunin. En ég var svo þreyttur að ég fékk mér blund. Hvað er klukkan?“

„8:15. Ég þarf að tala við þig.“

Howie sveiflaði fótunum niður úr stólnum og settist upp. „Um hvað?“ Hann togaði í tærnar á sokkunum en gerði sig ekki líklegan til að fara í skóna.

„Um gærdaginn.“ Abner var orða vant. Hann ætlaði sér að biðjast afsökunar, en það var ekki nóg.

„Þegar ég vaknaði í morgun varð mér ljóst að ég hafði komið illa fram við þig. Ég hafði enga gilda ástæðu til að flýja þig. Mér var víst bara í mun að verja sjálfan mig.“

Howie neri augun með úlnliðunum og geispaði aftur. „Láttu það ekki á þig fá, Neddie. Þú áttir ekki von á að sjá mig.“

Abner leit í kringum sig. Hann þurfti ekki að óttast að neinn lægi á hleri. Miðað við gestafjöldann í fordyrinu kvöldið áður voru nú fáir á ferli.

„Það var eigingjarnt af mér Ég bið þig afsökunar.“

„Gleyndu þessu, Neddie. Ég skil þig.“ Howie smjattaði og strauk sér um magann. „Ég er svangur.“

„Fáðu þér morgunmat með okkur. Ég á að hitta Phyllis og börnin hér niðri eftir smástund.“

Howie stökk á fætur og strauk sér um hárið. „Ég get ekki látið þau sjá mig svona óþrifalegan.“ Hann lét skyggnið á húfunni slúta yfir augabrúinirnar og hnipraði sig saman svo minna bæri á honum.

Abner stakk upp á að hann þvæði sér í íbúðinni þeirra. „Ég fer með þig upp þegar Phyllis er farin. Ég get líka lánað þér skyrtu.“

Howie hristi höfuðið og kjamsaði af tilhlökkun. Hann stappaði taktfast niður fæti af fögnuði. Abner fór hjá sér yfir slíku þakklæti fyrir annað eins lítilræði og sagði honum að taka upp fötin sín.

Á meðan Howie baksaði við að koma sér í undna skóna og hnýta reimarnar fór Abner í símann og hringdi til konu sinnar. Hún var komin á fætur og beið eftir símatalinu. Abner bað hana að afpanta tímana í tennis og golfi og fá sér morgunmat með börnunum í kaffiteríunni. „Bíðið ekki eftir mér. Ég tefst. Það bar dálítið óvænt að,“ bætti hann leyndardómsfullur við til að koma í veg fyrir að kona hans spyrði frekari spurninga eða biði hans í íbúðinni.

Þegar hann sneri aftur sá hann Howie stika fram og aftur framan við sófann, sem hann hafði sofíð á. Hann hafði kveikt sér í smávindli og var svo niðursokkinn í eigin hugsanir að hann tók ekki eftir Abner.

„Ertu tilbúinn?“

Howie kipptist við eins og hafnaboltastari sem býr sig undir að kasta knettinum, en hélt áfram að totta vindilinn. Hann var tilbúinn, en áður hafði hann spurningu fram að færa. Hann lygndi aftur augunum eins og hann héldi að sjónin skerptist við að þrengja sjónsviðið. Abner kannaðist við þessa geiflu. Hún boðaði næstum alltaf spurningu, sem Howie taldi mikilvægt að fá svar við.

„Hvað hefurðu grætt mikið á fjárhættuspili síðan við saúm síðast?“

Spurningin var svo barnaleg og óvænt, að Abner neitaði að taka hana alvarlega. „Látum okkur nú sjá,“ sagði hann og lét eins og hann væri að reikna það saman. „Ég hætti þegar ég hafði grætt ellefu og hálfá eða tólf milljónir. Ég varð leiður á að borga svo háa skatta af vinningunum mínum.“

„Láttu ekki svona, Nedie. Það hlýtur að vera væn fúlga, ef þú vilt ekki segja það.“ Hann saug að sér munnvatnið sem seytlaði um munnvikin.

Hvernig átti hann að segja Howie sannleikann þannig að hann skildi hann? Heilastarfsemi Howies virtist þannig háttáð að hann heyrði, sá og trúði aðeins því sem kom heim og saman við trú hans á hið góða og traustverða í mönnum og sanngjörn tækifæri. Abner velti því fyrir sér hvort nokkur maður gæti verið rómantískari og kjánalegri en hann.

Hann tilkynnti Howie að í sannleika sagt hefði hann ekki unnið eyri í hartnær fimm ár.

„Hvað hefurðu þá tapað miklu? Þú hlýtur að hafa verið yfir máta óheppinn. Hvað er það mesta sem þú hefur tapað í einu?“ Hann beraði tennurnar eins og hann hefði bitið í súra plómu, en háar fjárhæðir virtust vekja hjá honum jafnmikla spennu, hvort heldur sem rætt var um vinning eða tap.

„Þú hefur áhuga á fúlgu. Ég liti á það sem fúlgu ef ég veðjaði fimm dölum og ynni og enn meiri fúlgu ef ég veðjaði fimm dölum og tapaði.“

„Það er erfitt að kyngja þessu, Neddie. Þú hefur oft lagt meira und....“

Abner greip fram í fyrir honum. „Ég hef ekki stundað veðmál árum saman. Hvorki um peninga, tölur, eldspýtur né skólamatinn minn. Ég hef góða vinnu. Ég legg hart að mér og launin mín eru ekki háð því að reikna út líkur og vinna upp tap. Ég er hættur öllu fjárhættuspili,“ sagði hann ögrandi og leit á úrið sitt. Það var kominn tími til að fara og hann benti í átt til lyftnanna.

Howie hörfaði og sagðist ekki vilja not gestalyfturnar af ótta við að hitta fjölskyldu Abners.

„Þú hefur varla krafta til að ganga upp á 16. hæð.“

Howie lagði til að þeir notuðu starfsmannalyfturnar. Hann leiddi Abner fram hjá gestaþvögunni í fordyrinu, gegnum dyrnar að geymslunni og eftir gangi þar sem varla sást í skörðótta veggina fyrir fellistólum, ræðupúltum. flaggstöngum og borðplötum sem notaðar voru í stórveislum í danssalnum. Þær stóðu upp á rönd eins og lok af risadósum.

Hann elti Howie. Eftir því sem þeir nálguðust vörulyfturnar jókst skarkalinn. Anddyrið var fullt af þjónum frá herbergjaþjónustunni sem biðu í röð eftir lyftunum með rauða og hvíta matarvagna.

Þetta minnti Abner á baksviðsheimsóknir í óperuleikhúsi. Þjónarnir voru klæddir eins og tignarlegur hermannaakór í stífuðum línjökkum með gylltum tölum og axlarskúfum. Þeir lagfærðu bindin, struku sér um hárið og snyrtu

til vagnana á leið sinni frá eldhúsinu og yfir að lyftunum þar sem ljósin skinu skært.

Abner vissi að það var ekkert ólöglegt við að nota vörulyfturnar með þjónustufólkinu og auk þess var hann skráður gestur á hótelinu. Honum leið samt illa eins og hann héldi að þeir Howie myndu setja úr skorðum eða óhreinka tandurhreina vagnana eða einkennisbúninga þjónanna, bara með því að rekast á þá.

„Fannstu vin þinn?“

Abner sneri sér að þeim sem talað hafði. Það var þjónninn sem hann hafði stöðvað í fordyrinu. Hann jánkaði, kinkaði kolla og klappaði Howie á öxlina. „Vinnurðu ekki í spilavítinu?“

Þjónninn svaraði í kvörtunartón að þetta væri annasamasti tími dagsins. Flestir hótलगestanna snæddu hádegisverð og kvöldverð á veitingahúsum. En þeir virtust allir vilja fá morgunverðinn upp á herbergi.

Þjónninn starði á Howie og hristi höfuðið líkt og hann tryði ekki eigin augum. „Ert þú sá sem sprengdir bankann í gær?“ Þegar hann sá hvað Howie var lufsulegur bætti hann við: „Það virðist ekki hafa verið seinna vænna.“ Hann kinkaði kolla til Abners og fór út með vagninn á næstu hæð.

Vikapiltar, þjónar og þernur voru á þönum inn og út úr lyftunni með listilegum tilfæringum á vögnum og bökkum. Loks staðnæmdist lyftan á 16. hæð og Abner og Howie ruddu sér braut út.

Abner barði að dyrum á íbúðinni. Enginn svaraði svo hann opnaði með lykli og bauð Howie inn.

„Þetta er ekkert smáræðis herbergi, Neddie. Þetta minnir á íbúð. Þú ert með sérsvefnherbergi. Þetta hefur svei mér kostað skildinginn.“

Howie settist og tók skyndilega að anda óeðlilega ótt og títt.

„Er eitthvað að?“ spurði Abner og benti á könnu með appelsínusafa sem þau fengu hvern morgun á kostnað hótelsins. „Viltu safa?“

Howie kinkaði kolla. Hann hélt báðum höndum um glasið á meðan Abner hellti í það og svelgdi svo í sig safann. Þegar Abner sneri sér við til að láta könnuna á bakkann stundi Howie, missti glasið á gólfid og greip um magann.

„Krampi,“ sagði hann með andköfum og hélt um magann eins og hann væri með fæðingarhríðir.

Abner studdi hann inn á baðherbergið og lét hann sötra volgt vatn þar til hann hafði náð sér. Svo skrúfaði hann frá krönunum á baðkarinu.

„Farði í bað og rakaðu þig. Þú getur notað rakvélina og sáþuna mína. Á meðan læt ég blettahreinsa og pressa fötin þín.“

„Fyrirgefðu, Neddie. Ég hef ekki borðað í tvo daga. Ég var of upptekinn við að spila.“

Hann lokaði baðherbergisdyrnum, tók upp símann og bað um þjón. Hann bað líka um herbergjapjónustuna, Howie veitti ekki af næringu. Hann sótti hreina skyrtu, stuttbuxur og sokka í kómmóðuna í svefnherberginu og valdi bindi úr skápnunum. Hann fór með fatnaðinn inn í stofu og lagði hann á sófaborðið.

„Tæmdu vasana og láttu mig hafa fötin,“ kallaði hann gegnum dyrnar.

Howie kom út úr baðherberginu í sloppi af Abner og virtist enn horaðri, minni, eldri og viðkvæmari en áður. Þjónninn var farinn með krumpuðu förin hans og útjöskuðu skóna og nú barði herbergisþjónninn að dyrum.

Howie horfði þakklátur á vagninn. „Frábært“ Hann settist niður og lyfti lokinu af fötunum. „Skinka, egg og franskar! Þetta er enginn smáræðis morgunmat. Hvað kostaði hann. Ég borga.“

„Borðaðu. Hafðu ekki áhyggjur af kostnaðinum. Þú ert gestur minn.“

Howie smurði ristaða brauðsneið, stappaði henni saman við egginn og lagði frá sér gaffalinn. „Þú sagðir að ég fengi að borða með Phyllis og börnunum. Af hverju sagðirðu það ef þér var ekki alvara?“ Hann starði á diskinn með hendurnar í kjöltu sér.

Abner sagði að það hefði ekki breyst. Morgunmaturinn var bara til að styrkja hann áður en þeir færu niður að hitta fjölskylduna. „Ég pantaði hann af því að þú sagðist ekki hafa borðað í tvo daga.“

Howie tók upp gaffalinn, leit á Abner til að fá staðfestingu á því að honum hefði verið alvara og tók til við matinn. Það rumdi ánægjulega í honum við hvern bita.

„Kærar þakkir, Neddie. Þú ert sannur vinur. Þetta er konungleg máltíð. Borðar þú ekki neitt?“

Abner sagðist ætla að bíða með það. Abner skenkti honum kaffi. Það yrði nægur tími til að fá sér morgunmat þar sem hann hafði afpantað tímana í tennis og golfi. „Þú hittir börnin og við förum í lautarferð.“ Alveg eins og í gamla daga, hafði hann næstum bætt við, en hætti við það.

Howie flissaði svo að lá við að tennurnar hryndu út úr munninum. Fingur hans dönsuðu um á borðinu.

„Ég veit að þér var ekki alvara í gær. Og nú hefurðu afpantað kennsluna. Ég vissi alltaf að þú ert vinur minn. Verður þetta ekki kostnaðarsamt?“

„Nei, nei.“ Abner reyndi að leyna ópolinmæðinni. Hann ætlaði að koma börnunum og Phyllis á óvart. Hann hafði ekki sagt þeim frá fundum þeirra Howies.

„Þú ert sannur vinur, Neddie. Þú átt inni...“

„Nei, þú átt inni hjá mér afsökun fyrir að flýja þig í gær. Þess vegna leitaði ég þín í morgun. Ég var hræddur við fúlguna sem þú vannst og jafnvel dálítið öfundsjúkur. Ég játa að svo mikið hef ég aldrei unnið í neinu spili. Ég fór hjá mér þegar þú bauðst til að gefa mér fjögur þúsund dali vegna einhverrar vitleysu sem ég gerði fyrir mörgum árum og var búinn að gleyma. En þú gleymdir því vitaskuld ekki.“

„Ég vildi bara borga þér skuldina, Neddie.“

„Skilurðu ekki hvernig mér var innanbrjósts? Mér fannst ég ekki eiga peningana skilið, þótt þú þættist hafa skuldað mér þá í fimm ár. Ég vildi ekki þiggja þá bara af því að þú hafðir efni á þessu. Og þú sagðist hafa unnið þá í spilum.“

„Hvað er að þér, Neddie. Þú talar við mig eins og ég væri prestur mömmu þinnar. Vitaskuld vann ég þá í spilum. Maður vinnur og tapar til skiptis. Í það óendanlega.“

„Þess vegna verða þeir uppunir eftir mánuð.“

Howie dró við sig svarið. Hann virtist hafa leitt hugann að einhverju óþægilegu og varir hans titruðu. „Hvað gerðir þú við þá í mínum sporum?“

„Hverja?“

„Traustu, grænu kallana mína.“

Ég myndi leggja þá á reikning til frambúðar, áður en þeir gengju mér úr greipum. Ég myndi leggja þá alla í banka.“

„Það get ég ekki.“

Abner andvarpaði. „Hvað skuldarðu mikið?“

„Það er ekki mikið, nema þá þér. Ég skulda K.F.U.M. fimm og hálfur vikna leigu og svo veðsetti ég úrið mitt og slatta af fötum.“

„Borgaðu leiguna og leystu úr fötin. Hafðu ekki áhyggjur af skuld þinni við mig. Þú getur borgað mér það sem þér sýnist réttast.“ Abner saup á kaffinu. „En ég á líka rétt á vellíðan. Svo minn skerfur rennur til góðgerða.“

Howie reis upp frá borðinu, sneri sér við og studdi sig við stólinn sem hann hafði setið á. Hann hallaði höfðinu og skáskaut á hann augunum.

„Værirðu alveg jafnánægður þótt þú fengir bara hluta af fénu?“

„Svo framarlega sem það er þinn vilji.“

„Ég væri ánægðari ef þú fengir það allt. En ég er ekki með það allt.“

Abner hló taugaóstyrkur. „Keyptirðu kannski verðbréf?“

„Ég tapaði hluta af því aftur í gærkveldi.“

„Fúlgunni þinni? Peningunum þínum?“ Abner setti bollan svo harkalega á undirskálina að kaffið skvettist á höndina á honum. „Varstu rændur?“

„Nei, ég er nú klárari en svo.“

„Týndirðu þeim? Léstu einhvern plata þig?“ Abner reis úr sætinu. „Ég sagði þér að láta það ógert að veifa seðlunum.“

„Nei, þetta er ekkert alvarlegt, Neddie. Ég fór aftur í spilavítið eftir að við skildum.,,

„Hvað þá!“ Orðin frussuðust út úr honum eins og loft úr blöðru. „Fórstu þangað?“ Hann settist aftur.

„Ég hélt að ef ég ynni fleiri græna kalla þæðirðu frekar að ég borgaði þér skuldina. Auk þess finnst mér gaman að rúlettuspili. Ég nýr þess að heyra suðið í hjólunum og kúlunum.,,

Abner stökk á fætur. „Gastu ekki beðið morguns? Af hverju hringdirðu ekki til mín. Ég hefði...“

Ég óttaðist að Phyllis eða börnin myndu svara. Ég hélt að þú kærðir þig ekki um að ég talaði við þau.“

„Kynni okkar eru orðin löng. Ég hef aldrei vitað til þess að þú þyrftir afsökun fyrir að spila. Þú veist að þú hefðir farið í spilavítið hvað sem ég hefði annars sagt og hvort sem þú hefðir átt hálfu milljón eða fimm hundurð dali.“

Það var auðvelt að snupra Howie fyrir að tapa peningum í spilavítinu. Abner hafði svo oft þurft að ávíta sjálfan sig fyrir það sama að hann gat allt eins verið að tala við sjálfan sig og Howie. Honum hafði aldrei nægt að vita einfaldlega að hann hafði tapað. Hann varð að vita upp á eyri hve miklu hann hafði tapað og hvers vegna. Það lá því beint við að spyrja Howie sömu spurninga.

„Ég tapaði kannski meiru en ég kærði mig um,“ sagði Howie og svelgdi í sig kaffi.

„Þetta er ekkert svar. Þú hefur áreiðanlega talið peningana fimm sinnum. Leggðu þá á borðið og teldu þá.“

Howie var ekki með þá á sér. Hann hafði sett þá í öryggishólf áður en hann fékk sér blund.

„Þú hefur aldrei logið að mér, nema kannski í þetta eina sinn. Þú komst þér undan að svara. Hvað tapaðirðu miklu“

„Ég á sjötíu og fimm eftir.“

„Tapaðirðu tíu þúsundum í spilavítinu í gærkveldi?“ spurði Abner hæglálega og reyndi að leyna örvæntingu sinni. „Í gær hefði mér verið sama þótt þú tapaðir öllu. Nú er ég næstum því jafnhryggur yfir því og þú.“

„Þetta eru bara peningar, Neddie. Ég get unnið þá aftur.“

„Þú gætir tapað tuttugu þúsundum í viðbót á því að reyna að vinna tíu þúsundin aftur.“

Howie reis skyndilega á fætur og fór inn á bað. Abner heyrði hann skrúfa frá krönum á vaskinum. Hann kom út með handklæði í hendinni sem hann þerraði andlit sitt með.

Abner sá að hann var laslegur. En hann fann síður til með Howie eftir að hafa heyrt að hann tók tapinu með barnalegu kæruleysi. Auk þess gramdist honum að Howie skyldi valda því að hann var sjálfum sér reiður. Það sem hafði komið fyrir Howie var að hluta til honum að kenna.

Hann vissi að hann hefði aldrei átt að skilja hann einan eftir með áttatíu og fimm þúsund dali í vösunum það var eins og að skilja barn eitt eftir með eldspýtur að leikfangi.

Abner minnti sjálfan sig á að hann bar ekki ábyrgð á því hvernig Howie hafði unnið peningana og gat því heldur ekki axlað ábyrgð á tapinu. Hann bar ábyrgð á sjálfum sér og baráttu sinni fyrir bata. Ef honum fannst hann þurfa að flýja þá freistingu að þiggja peninga Howies, ef honum fannst hann sakna gömlu spiladaganna, jafnvel þótt hvort tveggja væri ímyndun, hafði hann bara gert það sem honum var nauðsynlegt sér til varnar, rétt eins og hann hafði haldið sér frá spilavítinu.

En rödd samvisskunnar sem Samtökin lögðu svo mikla áherslu á lét hann ekki í friði. Hann vissi að Howie var gjörsamlega vonlaus í fjármálum og bauðst því til að hjálpa honum.

„Ég legg til að við förum niður, tókum fé þitt úr öryggishólfinu og förum með það í næsta banka. Þá valda grænu kallarnir þér ekki óviðráðanlegum fiðringi í hvert sinn sem þú átt leið hjá spilavítinu.“

Howie hellti síðasta kaffilekanum í bollann sinn, bætti út í hann nokkrum teskeiðum af sykri, hrærði órólegur í honum og slafraði honum í sig.

„Ég þarf að segja þér dálítið.“ Hann bar bollann upp að andlitinu, líkt og hann gerði svo oft með vindilinn, svo að varla sást í munninn. „Þú skildir mig ekki áðan.“ Hann lagði frá sér bollann, þurrkaði sér um munninn á slopperminni. Í stað þess að halda áfram að tala tók hann upp gaffalinn og potaði með honum í þá fáu mola sem eftir voru á diskinum.

„Segðu mér hvað það var sem ég misskildi,“ sagði Abner. Honum þoldi ekki að sjá Howie haga sér svona.

„Eins og ég sagði, þá misskildirðu mig, Neddie. Ég á sjö þúsund og fimm hundruð eftir, ekki sjötíu og fimm þúsund.“

Abner hafði haft takmarkaðan tíma til að endurnýja kynnin við Howie. Hann hafði þó orðið þess var að enn endurspegladi hegðun Howies hugarástand hans. Ekkert í hegðun Howies hafði þó búið hann undir það áfall að taka þessum fregnum. Hann reyndi að láta sem hann hefði ekki skilið þær. Það voru mistök því að Howie endurtók þær.

Abner varð óglatt. Í reiði sinni og gremju varð honum á að sveifla handleggjunum svo að öskubakkinn á náttborðinu datt á gólfið. Hann táraðist og fann hvernig svitinn rann niður eftir bakinu á honum. Skyrtan límdist við húðina og hann reyndi að leyna handskjálftanum með því að krossleggja handleggina á brjósti sér og stinga höndunum í handarkrikana.

Auðvitað skiptu peningarnir máli þótt hann ætti þá ekki sjálfur. En það var dálítið annað sem vakti með honum reiði; sem vakti alltaf með honum reiði þegar hann tapaði, hvort heldur sem var í spilum, veðmálum eða keppni. Hann vissi að hann gat sigrað, hann hafði meira að segja sýnt það. Þó kom það svo oft fyrir í keppni hans við sjálfan sig og heiminn að honum mistókst. Það var það sem vakti honum reiði, honum gramdist ósigur, jafnvel þótt hér væri það Howie sem í hlut átti. Hann þoldi ekki að tapa án þess að skilja hvað olli því, hvernig það mátti vera að allt sem hann hafði á sig lagt var til einskis þegar á reyndi. Það þýddi uppgjöf fyrir einhverju óræðu afli sem var máttugra en bæði hann og Howie, máttugra en þeir yrðu nokkurn tíma. Og það reitti hann til reiði.

Hann leit á Howie og sá að hann gerði sér upp kæruleysi, þótt honum væri greinilega brugðið yfir að hafa tapað svo miklu á örskammri stund. Hann minnti á dreng sem sér á eftir flugdrekanum sínum upp í himinhvolfið. Hann starði á loftið eins og hann vænti þess að þar væri svar að finna og fitlaði með fingrunum við skúfana á sloppbelti Abners.

„Tapadirðu áttatíu þúsund dölum einsog ekkert væri?“

Howie yptti öxlum í vonlausri skelfingu og tautaði eitthvað um að lukkan léki ekki við mann á hverjum degi.

„Ég spurði hvernig þú gast tapað áttatíu þúsund dölum á nokkrum klukkustundum í spilavítinu og þú svarar því til að lukkan leiki ekki við mann á hverjum degi. Veistu hvað hægt er að fá fyrir áttatíu þúsund dali?“

Veistu hversu hart menn leggja að sér við vinnu án þess að nurla nokkurn tíma saman áttatíu þúsund dölum?“ Hann titraði.

„Af hverju ert þú í slíku uppnámi? Þetta voru mínir peningar. Ekki er ég neinum reiður. Ekki einu sinni sjálfum mér.“

„Ég tek þetta nærri mér af því að við erum gamlir vinir. Mér finnst ég bera ábyrgð á þér og mér varð ljóst af útliti þínu að áður en þú vannst í maraþonpókernum varstu staurblankur. Ég tek nærri mér að þú skulir nota mig sem afsökun fyrir því að gera sjálfum þér mein. Nú skil ég af hverju þú svafst í fordyrinu.“

„Mér þykir leitt að valda þér vonbrigðum, Neddie. Ég ætlaði að leyna þig þessu, þetta skrapplata út úr mér. Þú færð þrjú þúsund og fimm hundruð núna. Ég sendi þér fimm hundruð í næsta mánuði. Er það ekki í lagi?“

„Þetta er hluti af vanda þínum. Þú hefur ekki þak yfir höfuðið, þú tapar áttatíu þúsund dölum, en ætlar þér samt að borga mér fjögur þúsund dali.“

„Það er bara sanngjarnt. Ég skulda þér þá.“

„Howie, þú ert tveimur árum eldri en ég. Af hverju hefurðu að státa eftir öll þessi spilaár? Þú átt ekkert í banka, ekkert fyrirtæki, ekkert heimili og hefur enga vinnu.“

„En þar skjátlást þér, Neddie. Ég hef vinnu. Ég afgangið hamborgara á nóttunni.“

„Hvað þá?“

„Eigandinn er ekki ánægður með mig. Hann segir að ég sé of örlátur á mat við flækjunga. Hann segir að ég hafi ekki efni á slíku örlæti. En hann treystir mér fyrir kassanum. Þess vegna fæ ég að vera. En nú hef ég ekki mætt í fjórar nætur, svo kannski verð ég rekinn.“

„Þá sannast orð mín: Engin vinna, enginn bíll, engin kona, ekkert. Í hvað fór þetta allt, Howie“

„Líklega í fjárhættuspil, svo við getum unnið það upp aftur.“

Heldurðu að þú vinnir áttatíu og fimm þúsund aftur í spilum? Hvað hefur það oft gerst?“

„Bara í þetta sinn, Neddie. En ég hef unnið stóra potta í öðrum spilum. Og ég er leikinn í að veðja á hesta. Ég veðja ekki ef ég tel ekki líkur á að vinna.“

„Ég ætla að segja þér dálítið sem ég hefði kannski ekki sagt þér í gær. Þú ert spilafíkill, Howie. Eins og ég. Ég er spilafíkill. Og þú verður að gera það sama og ég. Það var ekki auðvelt. Kannski leit ég á það sem ögrun. Ég hef aldrei fengist við neitt erfiðara á ævinni. Þú verður að hætta að spila.“

„Hætta? Hvað á ég þá að gera? Ég kann ekkert annað.“

„Og þú veist ekki að fyrir menn eins og okkur er vinningur ekkert annað en tímabundið lán. Það sem varir er tapið.“

„Þú varst alltaf óragur við að spila, Neddie.“

„Fjandinn hafi það,“ hrópaði Abner. „Ég var hvorki klárari eða heppnari en þú. Ég hafði bara eitt fram yfir þig□ bróður sem gerði það gott.“

„En þú varst alltaf á góðum bíl og vel klæddur. Þú kannt að lifa lífinu □ líttu bara á hótélíbúðina, skyrtna og bindið. Ég hef aldrei átt svona skyrtnu. Ég er stoltur af að eiga þig fyrir vin. Ég vissi alltaf að ég gæti treyst þér. Enda sýndi það sig í dag. Ég gorta af þér, Phyllis, börnunum og Danny við alla. Mér finnst ég vera hluti af fjölskyldunni. Ég vildi óska að ég líktist þér. Eða að þú gætir verið jafnstoltur af mér og ég er af þér. Og Danny.“

Abner náði varla andanum. Hann gekk að loftræstikerfinu og stillti mælinn. Hann sneri baki við Howie, lokaði augunum og dró djúpt að sér andann. Hann hafði viðhaft sömu orð við bróður sinn og vissi hversu skaðleg þau höfðu reynst honum.

„Segðu þetta hvorki við mig né nokkurn annan. Þú vilt hvorki líkjast mér né neinum öðrum. Í tuttugu ár reyndi ég að þóknast bróður mínum. Ég reyndi að standa honum hvergi á sporði, ég reyndi að vekja aðdáun hans og svo...“ Hann var að því kominn að bæta við „þegar Danny dó“, en tók sig á. „Og svo komst ég að raun um að það var óþarfi. Hann unni mér þótt ég lygi að honum og honum yrði ljóst að ég var vanþroska og eigingjarn.“

„Þú, Neddie? Hvað ertu að segja? Þú hefur aldrei verið eigingjarn. Þú hefur alltaf verið heiðarlegur og sanngjarn við alla.“

„Viljirðu ræða fortíð mína, verðurðu að vera nákvæmari,“ sagði Abner. „Ég er ekki að reyna að fegra mig, ég vil vera ærlegur við sjálfan mig. Ég var bara kjáni sem hafði of mikið fé handa á milli og ég vil ekki lof sem ég á ekki skilið.“

„Þú hefur komið vel fram við fólk, sér í lagi mig. Líttu bara á morgunmatinn og skyrtna, bindið og sokkana sem þú lánar mér. Þetta er alveg eins og í gamla daga. Þú vannst í póker og ég á veðreiðum eða í teningaspili og við...“

Abner greip gramur fram í fyrir honum. „Heldurðu að ég hafi staðið mig vel í spilum? Ég vann aldrei meira en nægði fyrir tapi. Á endanum vann ég aldrei neitt. Veistu hvers vegna? Ég kann ekki að spila. Ég gerði það aldrei. Ég gat ekki unnið fáeina dali og hætt og ég gat ekki tapað fáeinum dölum

og hætt. Ég gat ekki hætt og það getur þú ekki heldur. Og hafi maður ekki vit á að hætta, getur maður heldur ekki unnið.“

„Ég hætti pókerspílinu í gær klukkan fimm. Alveg eins og ég sagði.“

„Þú hættir ekki. Þú gerðir bara hlé á spílinu í nokkra klukkutíma. Það sama gildi um mig í rúm þrjátíu ár.“

Var til einhvers að tala svona? Abner engdist í stólnum.

„Það er kominn tími til að þú sjáir mig eins og ég er eða var og sjálfan þig líka. Ég hafði ekki af neinu að státa. Mér var ekki treystandi í fjármálum og ég leit ekki líf mitt raunhæfum augum. Ég eyddi miklum tíma í að ljúga og svíkja til að bæta mér upp að hafa svo oft misst vinnuna, glatað svo mörgum vinum og svo miklu fé á meðan ég...“ Hann hafði varla sleppt orðinu þegar honum varð ljóst hversu kunnuglega þetta lét í eyrum. Ósjálfrátt hafði hann endurtekið orðrétt setningu úr meðferðarkennslubókinni rétt eins og hann hafði svo oft gert á hópfundum.“

Á slíkum fundum beið hann eftir að röðin kæmi að sér að þylja með ósveigjanlegri nákvæmni sjúkrasögu sína og hlusta svo á sögur hinna, sem hann þekkti alltof vel. Þetta voru ekki játningar heldur meginadferð félaga í Samtökunum til að missa ekki sjónir á fortíð sinni eins og hún var. Slíkar afhjúpanir voru ekki liður í að þjálfa þá í að refsa sjálfum sér, heldur til að efla sjálfsvitundina. Þær voru ekki liður í því að sýna iðrun, heldur til að minna þá harkalega á gagnkvæmt og óendanlegt varnarleysi þeirra.

Gat þessi sjálfsvanþóknunaraðferð hrifið Howie úr greipum rómantískrar fortíðarhyggju? Það valt á því hvort honum tækist að hrista upp í Howie með því að endurtaka sömu sóðalegu og niðurlægjandi söguna og í meðferðinni þar sem hann afhjúpaði atburði úr lífi sínu sem hann hafði réttlætt eða leynt í svo mörg ár, að meira að segja Howie vissi ekkert um þá.

Hann velti því líka fyrir sér hvort það væri rétt að blanda sér í barnslega trú Howies á réttlátan heim eða spílaáráttu hans. Howie hafði ekki beðið hann hjálpar og virtist næsta hamingjusamur □ eða að minnsta kosti ánægður með sjálfan sig og þann heim sem hann hafði skapað sér.

Abner vissi að það var bæði hættulegt og eigingjarnt að reyna að breyta því sem gaf Howie merkingu og ánægju í lífinu. Væri Howie neyddur til að láta af trú sinni á skiljanlegan og réttlátan heim, jafnvel þótt hann hefði á barnalegan hátt skapað hann sjálfur með eigin hughyggju, gæti það orðið honum til ills. Ef hann eyðilegði það sem Howie þurfti til að halda skini og skúrum lífs síns í sæmilegu jafnvægi, yrði Abner að bjóða

eitthvað í staðinn. Honum var ljóst að það var jafngagnslaust að boða þeim trúgjörnu sannleikann og að bjóða hundingjum sæmd.

Abner var ekki viss um hvort hann hafði ómeðvitað ákveðið að beita lækningaaðferð sinni við Howie og lesa honum lexíuna, eða hvort hann hafði í miðjum klíðum ályktað sem svo að rétt væri að gera það. Hann vissi bara að þegar hann hafði lokið annarri setningunni □ spilafíkn mín byrjaði þegar ég var ellefu ára □ þagnaði hann og gat ekki haldið áfram. Hann hafði hvorki gleymt fortíðinni né heldur þeim orðum sem þurfti til að lýsa henni. Hann áminnti sjálfan sig um að ef megintilgangurinn með að segja söguna af spilafíkn sinni væri sá að slíkt gagnaðist honum sjálfum, væri hann aðeins að þjóna sjálfum sér með því að lesa hana yfir Howie. Hann hlaut að geta náð sama árangri eftir öðrum leiðum.

„Heldurðu að mér hafi farnast vel í spilum?“ Bróðir minn sá til þess að mér virtist farnast vel. Hann gekk í veð fyrir mig, borgaði sektirnar, reikningana og réttarkostnað. Það var honum sem farnaðist vel.“

„Þú ert að skrökva.“

„Þú reynir að gera mig að einhverju sem ég var aldrei! Þú vilt fella framtíðina að draumum þínum um fortíðina. Þú getur gert hvað sem þér sýnist við þína fortíð, en ég get ekki leyft þér að breyta minni, jafnvel þótt ég sé ekki hreykinn af henni. Væri ég það, sviki ég sjálfan mig, fjölskyldu mína og fjölda manna sem trúa á mig, þrátt fyrir það sem ég hef gert.“

„Af hverju læturðu svona við mig, Neddie? Ég veit að við skemmtum okkur vel og unnum peninga. Ég hef aldrei þekkt neinn leiknari í spilum en þig. Þú ert vel að þér í íþróttum og laginn við að reikna út líkur. Þú varst alltaf sallarólegur og svindlaðir aldrei. Ég hef alltaf verið stoltur af þér fyrir það. Þú kannt að vinna eins og heiðursmaður.“

„Minnistu þess að ég hafi tapað?“

Howie hló sigri hrósandi. „Ekki oft. Þú varst of klár til að...“

„Var það klárt af mér að láta þig hafa fjögur þúsund dali til að veðja á jálkana?“

„Þú hafðir aldrei gott nef fyrir hestum.“

„Fylgdirðu mér þegar ég tók út reiðufé til að borga veðmögurum og okkrum?“

„Eins og þú sagðir, þá kom það fyrir.“

Howie tók þessu svo ljúfmannlega að Abner varð enn staðráðnari í að eyðileggja hina fegruðu mynd fortíðarinnar. Hann minnti Howie á

heimsóknir mágs hans, en þá höfðu þeir eytt hverju kvöldi á veðhlaupabrautunum í þrjár vikur.

„Veistu hvað ég skuldaði Sam mikið fyrir að veðja fyrir mína hönd, auk þess sem hann lánaði mér?“

Howie rámaði óglöggt í það.

„Hvað gerðist þegar hann fór með ávísun frá mér í banka?“

„Var hún ekki innistæðulaus? En slíkt getur alla hent. Þú ætlaðir ekki að svindla á honum.“

„Hann naut þess að vera mágur þinn. Manstu hvernig ég bætti fyrir þetta?“

Howie nuddaði fingri um tennur sér. „Þú lést Danny hafa peninga. Ég sótti þá á skrifstofuna hans.“

„Ég átti þá ekki. Hann átti þá. Það voru hans peningar. Hann lánaði... hann gaf mér þá. Ég var kominn á fimmtugs aldur þegar ég hætti að slá hann um peninga.“

„Hann er bróðir þinn. Þú gerðir það sama fyrir hann. Af hverju spinnurðu upp svona sögur?“

„Ef fortíðin væri mín eigin uppfinning drægi ég varla upp svo ljóta mynd af henni.“

„Ég veit ekki, Neddie. Þú átt góða konu, börn og ástríkan bróður. Þig hefur hvorki skort föt né peninga. Líttu bara á fötin þín. Þú ert enginn undirmálsmaður. Ég var rekinn út af K.F.U.M.-hótelinu í síðustu viku vegna leiguskuldar. Þú ert glæsímenni. Þess vegna ertu happasæll spilari.“

„Ég var aldrei happasæll spilari,“ sagði Abner hátt og skýrt. Hann hallaði sér fram á borðið til að áréttu orð sín. Hann hafði aldrei verið fengsæll í spilum og langaði ekki heldur til þess lengur.

„Ég hef hvorki spilað né veðjað í fjögur ár.“

„Þú ert allur annar maður.“

„Ég hef verið að reyna að segja þér það,“ sagði Abner. „Ég er gjörbreyttur. Ég hef margsinnis átt leið hjá spilavítinu síðan ég kom. Ég hef aldrei farið inn. Ekki heldur í morgun, þegar ég var að reyna að hafa uppi á þér. Ég beið við innganginn til að spyrjast fyrir um þig. Ég sá og heyrði allt sem fram fór, en ég fór ekki inn. Geturðu ímyndað þér að ég hefði gert slíkt í gamla daga?“

Hann var ekki að hreykja sér. Þetta var honum gleðileg sönnun þess að honum hafði tekist að hafa stjórn á sér í svo hættulegu umhverfi.

En Howie hló bara hæðnislega og sagði að það kostaði enga áreynslu að yfirgefa spilavítið án þess að spila. Hann hafði gert það ótal sinnum þegar hann var blankur.

Hann fór oft í spilavítið þegar hann var peningalaus í von um hitta einhvern sem væri til í að lána honum. Ef það brást, rölti hann í kringum borðin og leitaði að spilapeningum sem höfðu dottið á gólfid. Tækist honum að fá lán eða finna spilapeninga lagði hann það undir. „Mér leið betur, ef ég tók áhættuna, jafnvel þótt ég tapaði og gengi staurblankur út.“

Abner kannaðist við þetta. Þetta var trúarjátning hins fullkomna draumóramanns manns sem taldi sig sýna meiri kjark og sæmd með því að veðja á hið ófyrirsjáanlega, jafnvel þótt hann tapaði, heldur en leysa vanda sinn með því að horfast í augu við hið fyrirsjáanlega.

Áður en Abner gat svarað var barið að dyrum. Hann kiptist við, kannski var þetta fjölskyldan. En þetta var þjónn sem kom með föt Howies. Abner greiddi honum þjórfe og hengdi fötin á skáphurðina. Falleg voru þau ekki, en þau höfðu verið pressuð og blettirnir hreinsaðir af jakkaboðgunum. Skórnir höfðu verið burstaðir og gljáðu vonum frammar.

Howie skoðaði fötin og virtist ánægður. Hann tók upp fötin sem Abner hafði lánað honum og fór inn í baðherbergið. Síðan sótti hann sín eigin föt og skóna.

Þeir voru seinir fyrir og Abner vænti fjölskyldunnar á hverri stundu. Honum hafði mistekist að tala Howie til og tíminn sem þeir höfðu til að tala saman var á þrotum.

Í örvæntingu sinni bað Abner Howie að bíða með að klæða sig. Hann spurði hann af fyllstu einlægni hvort hann myndi eftir ferð þeirra til Las Vegas með mági hans. Abner vissi að hann gat haldið athygli Howies vakandi með spilasögum, hvort heldur sem þær voru sannar eða ímyndaðar. Það reyndist rétt, Howie stansaði með fötin og skóna í hendinni og beið átekta.

„Við skiptum peningunum bróðurlega á milli okkar áður en við förum í spilavítið. Manstu ekki eftir því?“

Howie kinkaði kulli og ævintýrið rifjaðist upp fyrir honum. „Ég man það eins og það hefði gerst í gær. Það var þeim vinningi að þakka að ég gat heimsótt frænda minn í San Diego.“

„Já, en hvað vann ég mikið?“

„Ekkert. Mig minnir að þú hafir spilað tuttugu og einn. Þið Sam töpuðuð. Af hverju spyrðu mig að þessu?“

„Af því að ég laug að Phyllis varðandi ferðina. Ég sagði henni að ég væri að fara til St. Louis til að sækja um vinnu. Hún fékk meira að segja peninga að láni til að borga flugmiðann minn.“ Sá hluti sögunnar var sannur. „Það er því von að mér sé minnisstætt að hafa unnið fimmtán þúsund dali.“

„Í ferðinni til Las Vegas? “ Howie hló. Svo hrukkaði hann ennið. „Þér skjátlást. Þið Sam töpuðuð báðir. Það var bara ég sem vann.“

„Hvernig veistu það?“

„Þú áttir ekki grænan eyri eftir. Þú sagðir mér það sjálfur.“

„Það var ekki satt,“ mótmælti Abner lágróma og fann sjálfsvirðinguna fjara út. „Ég vann fimmtán þúsund, en ég þarfnaðist hvers eyris. Ég hafði skrökvað til um vinnu mína og kaupíð. Ég sat fastur í gildru og allt helltist yfir mig í einu. Ég varð að vinna tiltrú manna. Ég varð að útvega peninga til að borga Phyllis, bankanum, tveimur okkrum og sekt í tveimur dómsmálum. Þess vegna fór ég með þér til Las Vegas. Hefði ég ekki unnið, hefði ég kannski ekki þorað að snúa heim.“

„Laugstu að mér Neddie? Þú hefur aldrei logið að neinum.“ Howie hristi höfuðið, vantrúaður á svip.

„Þannig er lífið fyrir mig og mína líka. Að minnsta kosti var það þannig. Skuldarnar fylla mann örvæntingu. Þú veist það.“ Abner settist og leit undan. Howie horfði ráðþrota á hann.

„Ég skulda þér því einn þriðja af fimmtán þúsund dölum. Ef þú heldur fjögur þúsundunum sem þú skuldar mér, skulda ég þér þúsund. Mér finnst það næsta raunhæft.“

Howie svaraði ekki. Hann stóð stjarfur í forstofunni eins og ferðamaður sem uppgötvar að hann er í rangri lest, á leið í þveröfuga átt. Hann hefur eytt tíma og fé í lestarmiða til einskis og er allsendis ófær um að snúa lestinni við.

Andartak virtist hann gripinn óðagoti. Hann hallaði sér að veggnum sér til stuðnings. Svo skáskaut hann augunum á Abner og veifaði skónum eins og hann vildi í senn klappa honum á bakið og veita honum áminningu.

„Ég veit hvað þú ert að reyna að gera. Neddie. Ég má ekki borga þér skuldina. Þú lætur meira að segja eins og þú skuldir mér peninga. Það væri Danny líkt.“ Hann gekk að baðherberginu, hengdi fötin sín á hurðina og sneri aftur með skóna í höndunum. „Ég er ekki svo heimskur að skilja ekki að þú reynir að fá mig til að hætta að spila, rétt eins og þú gerðir.“ Hann veifaði skónum. „En ég ætla að segja þér leyndarmál sem ég tryði ekki einu sinni Danny fyrir. Þetta er ekkert gaman lengur. En ég get ekki hætt.“

„Ég er einn. Ég á enga fjölskyldu. Ég á ekki konu og börn eins og þú. Veðhlaupabrautin og spilavítið er mín fjölskylda. Í því er þörfin fólgin, ekki í peningunum eða veðmálunum.“

Hann gekk að baðherberginu, nam staðar og leit ávítandi á Abner. „Biddu mig ekki um að hætta, Neddie. Ég get það ekki.“

Dyrnar lokuðust að baki honum. Abner hugleiddi hversu fáránlegt það var af honum að reyna að bjarga Howie. Bjarga honum frá hverju? Frá þeirri litlu hamingju sem hann eygði í ömurlegri tilveru sinni?

Hann hugsaði um sitt eigið líf og sína ömurlega tilveru sem ókunnugir menn höfðu bjargað honum frá með því að kynna honum Samtökin. Hann átti ekkert inni hjá þeim, en samt höfðu þeir bjargað lífi hans. Hann minntist þjáninga sinna það árið. Raunverulegur bati var svo kvalafullur, jafnvel líka fyrir björgunarmennina, að hann átti erfitt með að skilja af hverju þeir gáfu hann ekki upp á bátinn þegar hann játaði að hafa spilað eftir að hafa gengið í Samtökin. En þeir hótuðu aldrei að láta hann sökkva, það var alltaf einhver tilbúinn til að draga hann upp úr feninu.

Átti Howie ekki inni hjá honum að hann gæfi hann ekki upp á bátinn? En hvað gat hann boðið Howie nema peninga?

Allt í einu fannst honum hann skilja um hvað málið snerist. Hann hljóp að skápnum, reif sig úr fötunum og fór í stuttbuxur, peysu, hosur og tennisskó.

Hann var að binda skóreimarnar þegar Howie kom út úr baðherberginu í gömlu skyrtnni sinni með trosnaða kraganum og ljóta, græna bindið. Hann fór með föt Abners yfir að sófaborðinu og raðaði þeim þar hlið við hlið eins og heiðursmerkjum. Fyrst bindinu, síðan skyrtnni, nærfötunum og loks sokkunum.

„Falleg skyrta,“ sagði Howie og strauk hana mjúklega með fingrunum. „En hún passar mér ekki,“ sagði hann í fyrirgefningartón.

Howie leit á Abner og virtist jafnundrandi á því að hann hafði skipt um föt og Abner var á klæðaburði Howies.

„Af hverju skiptirðu um föt,“ spurði Howie. „Förum við ekki niður að...“ „Ég ætla að leika tennis,“ skrökvaði Abner og tók upp tennisspaða konu sinnar. „Það þýðir ekkert fyrir þig að hitta Phyllis og börnin. Þú sagðist ekki eiga neina fjölskyldu og að spilavítið væri þér eitt og allt.“

„Ég átti ekki við þína fjölskyldu, Neddie. Mig langar að hitta hana. Ég hef saknað hennar.“

„Hefur þú saknað fjölskyldu minnar? Til hvers þarfnastu fjölskyldu? Hvaða þýðingu hefði hún? Þú þykist hafa allt þitt á hreinu.“

„Fjölskylda ber umhyggju fyrir manni. Hún elskar mann,“ sagði Howie.

„Þú gætir ekki tilheyrð fjölskyldu,“ sagði Abner háðslega.

„Víst gæti ég það,“ sagði Howie byrstur.

„Þú ert of eigingjarn til þess. Eleanor fór frá þér af því að þú hugsaðir eingöngu um sjálfan þig. Hvert væri þitt framlag til fjölskyldu? Hvað hefur þú að gefa? Spilapeninga? Gamlan spilastokk? Veðmálsseðla?“

„Maður þarf ekki að vera ríkur til að eiga fjölskyldu,“ sagði Howie. „Ég hef ýmislegt að gefa þótt ég sé fátækur af fé.“

„Eins og hvað? Lygar? Undanbrögð? Peninga sem þú tekur frá fjölskyldunni til að eyða í sjálfan þig? Fjárhagslegt öryggisleysi? Traust sem þú ert ekki verður? Fjölskylda? Þú veist ekki hvað það er að tilheyra fjölskyldu.“

„Víst,“ sagði Howie eymdarlega. „Ég hef fylgst með ykkur Phyllis. Ég passaði börnin ykkar. Ég hætti oft við að spila til að vera hjá David og Molly.“

„David og Molly! Þau héldu að þú værir dáinn. Þeim er hollara að vita ekki hversu langt þú ert leiddur.“

„Líkirðu fjölskyldu minni við úrþvættin sem þú umgengst? Sníkjudýr, melludólga, spilaskúrka, glæframenn og svindlara? Er það fjölskylda?“

„Nú ertu ósanngjarn,“ sagði Howie bljúgur.

„Ég ætti ekki að leyfa þér að hitta fjölskyldu mína. Hvað viltu henni eiginlega? Ekki á hún peninga.“

„Hættu nú.“ Howie tók andköf.

„Ætlarðu að reyna að múta þeim með sjö þúsund og fimm hundruð dölum? Nei, þú skilur ekki hvað fjölskylda er. Þú gætir reynt að steypa minni í glötun“

„Hvernig geturðu sagt þetta? Mér þykir vænt um þau. Ég gerði aldrei neitt þeim til meins. Svona tal er ósanngjarnt. Ég ætla að hringja til Dannys og bera þetta undir hann.“

Abner hrökk við að heyra bróður sinn nefndan á nafn. Hann hafði síst af öllu búist við því í þessum samræðum. En Howie vissi ekki að Danny var dáinn. Svo það var kannski rökrétt að hann leitaði hjálpar hjá sama manni og Abner hafði árum saman átt allt sitt undir komið.

„Danny? Ætlaðu að hringja til Dannys?“ Abner endurtók nafnið. Það lét allt í einu ókunnuglega í eyrum, líkt og útlent nafn sem hann gat hvorki einskorðað við þjóðerni eða jafnvel kyn.

„Enn eitt. Hættu að tala um bróður minn. Þú getur ekki hringt til hans, bjáninn þinn.“

„Af hverju ekki. Ég læt ekki skrifa símtalið á herbergið þitt. Ég á nóga peninga fyrir því. Ég fer niður og hringi þaðan. Danny skilur þetta. Hann telur þig á að leyfa mér að hitta David og Molly. Hann...“

„Danny er dáinn.“ Abner settist.

„Ekki skrökva frekar að mér, Abner.“ En eitthvað í svip Abners, raddblæ hans eða fasi varð til þess að Howie riðaði til. Hann settist andspænis Abner, en leit ekki á hann.

„Þú spinnur þetta upp. Þú skrökvar til að hræða mig.“

Abner þótti sárt að sjá hvernig svipurinn á Howie breyttist, þótt hann hefði hugsað honum þegjandi þörfina. Var það ekki þetta sem hann vildi?

„Danny getur ekki... getur bara ekki...“ tautaði Howie vantrúaður. „Hann sagði mér...“ Hann leitaði í vösunum, dró upp gulnað kort og slétti úr því með fingrunum. „Þetta er skriftin hans □ hans eigin skrift. Þetta er það eina sem mér tókst að bjarga af eigum mínum í Caracas.“

Danny hafði sagt Howie að hringja til sín hvenær sem hann ætti í kröggum. Howie hafði ekki gert það, þótt oft hefði hann verið hjálparþurfi. Hann hafði látið sér nægja að ganga um með kortið í vasanum eins og verndargrip. Hann trúði á mátt þess á ögurstundu.

„Þetta kort hefur verið trompið mitt. Mér fannst að svo lengi sem ég ætti það, hefði ég á eitthvað alveg sérstakt að treysta.“

Howie hélt kortinu á lofti og sneri því í nokkra hringi. „Það var eins og ég ætti mína eigin fjölskyldu, mína eigin litlu fjölskyldu.“ Hann sléttaði vandlega úr kortinu og stakk því í brjóstvasann. „Hvað geri ég nú?“

Abner sá loks hverju þjáningar, auðmýkt og ást fá áorkað.

„Danny hafði þá aðra og meiri þýðingu fyrir þig en heppni og peninga?“

Howie kinkaði kalli.

„Hann var maður sem við gátum báðir treyst. Og það er einmitt tilgangurinn með vandamönnum. Nú er hann dáinn. Ég á ekki lengur neinn raunverulegan vandamann“

„Ég held nú síður. Þú átt tvo. Drífdú þig nú. Farðu í skyrtuna mína. Við förum niður til að hitta Phyllis og börnin. Svo förum við í lautarferð og ég segi þér hinum.“

Kaflí III

KYNNING Á GAMBLERS ANONYMOUS

Gamblers Anonymous er félagsskapur karla og kvenna sem deila reynslu, styrk og von til þess að leysa sameiginlegt vandamál og hjálpa öðrum til að læknast af spilafíkn. Á fundum, sem haldnir eru á mörg hundruð stöðum í ýmsum löndum í hverri viku, koma félagarnir saman til að styrkja sig og aðra spilafíkla í viðleitninni að hætta fjárhættuspili og þroskast persónulega og andlega. Bati felur ekki í sér að menn öðlist hæfileikann til að spila fjárhættuspil eðlilega og hættulaust sér til gamans. Félagar í GA gera sér grein fyrir því að tilraunir í þá átt leiða þá óhjákvæmilega aftur í sama gamla, skaðlega atferlismunstrið. Þess í stað reyna félagar að virkja þá orku sem farið hefði í fjárhættuspilið til að sinna viðfangsefnum sem stuðla að persónlegum þroska. Slík þáttaka í starfi samtakanna er hugsuð sem ævilöng viðleitni vegna þess að þótt einstaklingur geti náð stjórn á spilafíkn sinni getur hann aldrei upprætt veiluna úr skapgerð sinni. Að fylgja stefnu Gamblers Anonymous leiðir ekki aðeins til lífs án fjárhættuspila heldur einnig til aukins andlegs og siðferðilegs þroska sem sýnir sig í hegðun einstaklingsins ef hann nær árangri.

Eins og nafnið ber með sér byggjast GA-samtökin á nafnleynd og það kemur fram á tvennan hátt: gagnvart almenningi og einstaklingnum. Þegar blöð, útvarp, kvikmyndir og sjónvarp eiga í hlut er nafnleyndar félaga í GA-samtökum vandlega gætt. Aðeins eru notuð fornöfn, bæði til að vernda talsmenn samtakanna og leggja áherslu á það sem máli skiptir - ekki á einstaka talsmenn heldur GA-samtökin sem heild.

GA-samtökin vilja laða til sín fólk en beita ekki áróðri. Samtökin leitast ekki við að byggja upp ímynd, hvorki fyrir sig né einstaka félaga. Þau vilja einfaldlega upplýsa almenning um að einstaklingur með spilafíkn geti fengið hjálp. Þess vegna auglýsa þau starfsemi sína í fjölmiðlum og hvetur félaga í almannatengslanefndum sínum til að kynna samtökin fyrir

almenningi. Sumir leita til samtakanna af eigin hvötum en margir koma að tilstuðlan annara, svo sem maka, ættingja eða vinar.

Þegar nýliðinn hefur kynnst starfinu er hann hvattur til að halda því áfram. Oft hringja félagar í GA-hópnum til nýliðans, hvetja hann til að koma á fundi og hjálpa honum ef hann á í einhverjum erfiðleikum með að aðlagast starfinu. Árangur í samtökunum fer eftir viðleitni og þrautseigju nýja félagsans. Einstaklingurinn ákveður það alltaf sjálfur hvort hann hættir að spila fjárhættuspil eða ekki en félagarnir í Gamblers Anonymous styðja nýja félagann eindregið í því að halda sig við stefnuna og hætta fjárhættuspili.

Mikil áhersla er lögð á að allir félagar mæti reglulega á fundi. Reynslan hefur sýnt að félagar á batavegi koma að minnsta kosti vikulega á fundi. Löng hlé eða óregluleg fundarsókn leiðir til vandræða þar sem gamla munstrið, spilafíkn og mannskemmandi hegðun, tekur sig upp aftur.

Samtökin telja að ekki sé hægt að lækna spilafíkn. Þau vita hins vegar að spilafíklar geta náð stjórn á lífi sínu með því að halda sig frá fjárhættuspili og breyta mannskemmandi atferli sínu. Slík endurhæfing næst með batastefnu samtakanna sem er mótuð til að stöðva ringulreiðina í lífi spilafíkilsins og renna stoðum undir heilbrigðari hegðun.

Batastefna GA

Batastefnan felst í Tólf reynslusporum GA sem byggjast á hagnýtri reynslu og þekkingu sem aflast hefur á mörgum árum. Mikilvægast er að reynslusporin tólf *virka* og þess vegna eru þau hornsteinninn sem samtökin byggjast á. Þótt GA-samtökin séu ekki trúfélag byggist batastefnan á tilteknum andlegum gildum og hugtökum. Batastefnan byggist á þeirri trú að hægt sé að hjálpa spilafíklum með því að lúta æðri máttarvaldi, hvort sem það er Guð, samtökin eða hvort tveggja.

Það má lýsa GA-samtökunum sem andlegu bræðralagi því þau biðja féлага sína að treysta á æðri mátt og þróa með sér göfugustu eiginleika mannsins. Dyggðir á borð við góðvild, heiðarleika, hógværð, samúð, veglyndi og drengskap eru taldar vera bestu grundvallarreglurnar til að byrja nýtt líf. Með því að iðka þessar dyggðir hafa félagarnir lært að keppa að andlegum framförum sem leið til að ná persónulegum bata og halda samtökunum gangandi.

Spilafíklum, sem hafa náð endurhæfingu með batastefnu GA, verður ljóst að þeir hafa lagt út á ævilanga braut sjálfsskoðunar og sjálfsbetrunar. Þeir

læra að það er engin auðveld leið til að byggja upp nýja framtíð. Vegna þess að endurhæfing tekur sinn tíma og einnig vegna þess að þeir þurfa stóðugt að vera á verði gegn spilafíkninni verður félögunum ljóst að þátttaka í samtökunum er skuldbinding til framtíðar - sem þeir verða að keppa að. Aðeins úr samtökunum fá endurhæfðir spilafíklar styrk til að sigrast á áratту sinni og ná fram þeirri hugarfarsbreytingu sem þeir þróa.

Hópfundurinn: Kjarni GA-samtakanna

Grundvallarreglum samtakanna er komið í framkvæmd með hópfundum. Þótt GA-samtökin haldi uppi þjónustuskrifstofum í bæjum og fyrir landið allt til að halda samtökunum gangandi fer endurhæfing spilafíkla í raun fram á hópfundum.

Tilhögun hópfundanna er í grundvallaratriðum eins um allan heim þótt hverjum hóp sé frjálst að hafa fundum sínum eins og félagarnir óska, svo lengi sem fundirnir samræmast almennum grundvallarviðhorfum samtakanna. Fundirnir eru haldnir vikulega. Þá má halda hvar sem er en yfirleitt er leitað til samtaka sem ekki eru rekin í hagnaðarskyni, svo sem í kirkjur, samkunduhús og bræðrareglur, því oftast er leigan lægri á slíkum stöðum. Fundir eru mismunandi að lengd og tilhögun en langflestir eru aðeins opnir GA-félögum. Einstaka sinnum fá utanfélagsmenn, svo sem blaðamenn eða lækningar, leyfi til fundarsetu. Þá er gestunum gerð grein fyrir því að þeir kunni að verða beðnir að fara úr fundarsalnum ef félagi óskar eftir að fá að tala í trúnaði.

Fundinum stýrir fundarstjóri sem ritari hópsins tilnefni yfirleitt. Oftast er valinn nýr fundarstjóri í hverri viku.

Á dæmigerðum fundi veita félagarnir stuðning og lesnir eru upphátt valdir kaflar úr „Kjarnabókinni“, litlum bæklingi sem segir í stuttu máli frá markmiðum og reglum GA-samtakanna. Auk þess eru eftirfarandi atriði oftast á dagskrá: nýir félagar eru kynntir, birtar tilkynningar sem snerta samtökin, tekið við samskotum frá félögunum og gengð frá málum sem tengjast starfinu.

Mikill hluti fundartímans er helgaður stuðningsmeðferðinni þar sem fundarstjóri biður féлага að tala um fjárhættuspil sitt og reynslu sem tengist því. Þeir sem veita stuðning tala til að mynda um sérstök tilvik við fjárhættuspil og hvernig þeir byrjuðu að spila fjárhættuspil, komu í GA-samtökin, glíma við spilafíknina, fá hjálp frá GA-samtökunum og fást við

dagleg vandamál. Þegar tölunni er lokið klappa félagarnir til að láta í ljós skilning sinn og samstöðu með þeim sem talaði.

Stuðningstölurnar koma hverjum einstökum féлага að gagni sem útrás og lausn undan tilfinningaálagi og þær gera félögunum einnig kleift að deila reynslu sinni. Slíkar frásagnir rifja einnig upp minningar um mannskemmandi hegðun. Að minnast vandamálanna, vonbrigðanna og sálarkvalanna sem fylgdu fjárhættuspílinu dregur úr líkum á því að spilafíklar fyllist sjálfsánægju og fari aftur að spila fjárhættuspil. Það gerir gagn að tala á fundum og félagarnir hafa líka gagn af að hlusta á reynslusögur annarra.

Kaffihlé og óformleg samvera eftir fundinn er talin jafnmikilvæg atriði og fundurinn sjálfur. Þá hafa félagarnir tækifæri til að hafa óformleg samskipti og deila þekkingu og reynslu. Slík samskipti hafa reynst mikilvæg til að stuðla að samstöðu og einingu í hópnun. Þessi samlögum hjálpar félögunum að halda sig við batastefnuna.

Þegar nýr félagi hefur sé hvað stuðningstölunum er vel tekið á hann auðveldara með að taka til máls. Nýi félaginn er beðinn að lesa og svara spurningunum tuttugu í Kjarnabókinni og hvattur til að veita stuðning. Síðan er venjan í samtökunum að biðja nýja félagann að gangast undir reglur GA-samtakanna í minnst níutíu daga.

Í fundarlok rísa allir félagar á fætur og fara með æðruleysisbænina:

Guð gefi mér æðruleysi til að sætta mig
við það sem ég fæ ekki breytt,
kjark til að breyta því sem ég get breytt
og vit til að greina þar á milli.

Kjarnabókin

Á öllum GA-fundum er lesið úr Kjarnabókinni, ýmist nokkrir kaflar eða bókin öll. Í henni eru kaflar úr ýmis konar GA-bókmenntum þar sem gefið er stutt yfirlit yfir mikilvægustu þæti batastefnunnar. Þessi bæklingur er notaður oftast en nokkur önnur GA-bók og er stöðugt uppfærður til að endurspeglar þróun samtakanna. Eftirfarandi útdráttur ír Kjarnabókinni lýsir í stuttu máli grundvallarreglum og markmiðum GA-samtakanna og skoðun samtakanna á aðstæðum spilafíkla:

GA-samtökin, Gamblers Anonymous, eru bræðralag karla og kvenna sem deila reynslu sinni, styrk og von hvert með öðru svo þau geti leyst sitt sameiginlega vandamál og hjálpað öðrum á bataveg frá spilafíkn.

Það eina sem þarf til að gerast félagi er löngun til að hætta að spila fjárhættuspil. Það eru engin félagsgjöld í GA-samtökunum; við stöndum sjálf undir kostnaði með samskotum. GA-samtökin tengjast ekki neinum sértrúarsöfnuði, stjórnmalaflokki, samtökum eða stofnun; vilja ekki taka þátt í neinum deilum og fylgja hvorki né andmæla neinum málstað. Megimarkmið okkar er að hætta fjárhættuspili og hjálpa öðrum spilafíklum að gera hið sama.

Flest okkar hafa verið ófús til að játa að við værum í raun spilafíklar. Fæstir vilja trúá því að þeir séu öðruvísi en náunginn. Það er því ekki undarlegt að spilaferill okkar hefur einkennst af óteljandi árangurslausum tilraunum til að sanna að við gætum spilað fjárhættuspil eins og annað fólk. Sú hugmynd að einhvern veginn og einhvern tíma komi sá dagur að við getum haft stjórn á spilamenskunni er meinlokan mikla sem þjáir alla spilafíkla. Þessi tálsýn er ótrúlega lífseig. Margir elta hana inn fyrir fangelsismúra, yfir í geðveiki og allt til dauða.

Við komumst að því að við yrðum að játa það fullkomlega fyrir okkar innra manni að við værum spilafíklar. Það er fyrsta skrefið á batavegi okkar. Þá blekkingu að við séum eins og annað fólk þegar um fjárhættuspil er að ræða verður að kveða niður fyrir fullt og allt.

Við höfum glatað hæfileikanum til að stjórna spilamenskun okkar. Við vitum að enginn sem er í raun spilafíkill getur náð stjórn á henni á ný. Okkur hefur öllum fundist á köflum að við værum að ná stjórninni aftur en eftir slík tímabil - sem oftast voru stutt - kom óhjákvæmilega stjórnleysi sem leiddi til hörmunga og lamaði allt siðferðisþrek. Við erum sannfærð um að spilamenn af okkar tagi séu haldnir síversnandi sjúkdómi. Hann batnar ekki með tímanum heldur versnar.

Til þess að lifa eðlilegu og hamingjusömu lífu reynum við því af fremsta megni að fylgja tilteknum grundvallarreglum í daglegu lífi okkar og starfi.

Í Kjarnabókinni eru einnig Tuttugu spurningar sem GA-samtökin hafa samið til að skilgreina hvað það merki að vera spilafíkill. Allir núir félagar í GA eru spurðir þessara spurninga. Reynsla samtakanna sýnir að flestir spilafíklar svara minnst sjö spurningum játandi.

1. Hefurðu misst tíma úr vinnu eða skóla vegna fjárhættuspils?
2. Hefur fjárhættuspil valdið óánægju á heimili þínu?
3. Hefur fjárhættuspil haft áhrif á álit annarra á þér?
4. Hefurðu haft samviskubit eftir fjárhættuspil?
5. Hefurðu einhvern tíma spilað fjárhættuspil til að ná í fé til að borga skuldir eða leysa aðra fjárhagsörðugleika?
6. Hefur fjárhættuspil dregið úr metnaði þínum eða dugnaði?
7. Hefur þér fundist eftir tap að þú yrðir að spila fjárhættuspil aftur eins fljótt og hægt er til að vinna upp tapið?
8. Þegar þú hefur unnið, hefurðu þá fundið sterka hvöt til að halda áfram og vinna meira?
9. Hefurðu oft spilað fjárhættuspil þangað til síðasta krónan er farin?
10. Hefurðu einhvern tíma tekið lán til að fjármagna spilamennskuna?
11. Hefurðu einhvern tíma selt eitthvað til að fjármagna fjárhættuspil?
12. Varstu tregur til að nota „spilapeninga“ til venjulegra útgjalda?
13. Hefur fjárhættuspil gerti þig kærulausan um velferð þína eða fjölskyldunnar?
14. Hefurðu einhvern tíma spilað fjárhættuspil lengur en þú ætlaðir þér?
15. Hefurðu einhvern tíma spilað fjárhættuspil til að flýja áhyggjur eða vandræði?
16. Hefurðu einhvern tíma gert eða hugsað til að gera eitthvað ólöglegt til að fjármagna fjárhættuspil?
17. Hefur fjárhættuspil valdið því að þú ættir bágnt með svefn?
18. Verða deilur, vonbrigði eða mótlæti til þess að þú finnur hjá þér hvöt til að spila fjárhættuspil?
19. Hefurðu fundið hjá þér hvöt til að halda upp á velgengni með nokkrum klukkutímum við fjárhættuspil?
20. Hefurðu einhvern tíma íhugað sjálfsvíg vegna fjárhættuspils?

Í Kjarnabókinni er ágrip af sögu GA-samtakanna, allt frá því að þau urðu til sem einföld hugmynd tveggja manna til þess að samtökin tóku að vaxa og breiðast út um heimsbyggðina. Í bæklingnum eru einnig tólf spurningar og svör um spilafíkn og Batastefna GA-samtakanna. Þarver einnig fjallað um eðli spilafíknar, þætti sem valda því að menn ánetjast spilafíkn, draumaheim spilafíkilsins og hvernig spilafíklar geta hætt að spila fjárhættuspil og náð bata með batastefnu GA-samtakanna. Kjarnabókinni

lýkur með kaflanum „Til allra GA-félaga“ sem gefur hagnýt ráð til að ná bata.

Kjarnabókin er oft stöðugur fylginatur GA-félaga sem grípa í hana á álagstímum. Mörgum félögum finnst að eftirfarandi tilvitnun sýni efni bókarinnar og alla stefnu samtakanna í hnotskurn:

„Reynsla GA-samtakanna bendir eindregið til þess að um tvo kosti sé að ræða: Að spila fjárhættuspil og hætta á síversnandi hnignun eða spila ekki fjárhættuspil og byggja upp betra líf.“

GA-leiðin til að lifa lífinu

Batastefna GA-samtakanna takmarkast engan veginn við vikulega fundi heldur er hún leið til að lifa lífinu. Bataferillinn skapar sjálfsvitund sem gagnsýrir allt líf félagsins. Rétt eins og sykursýkissjúklingur þarf insúlín þarf spilafíkillinn að byggja líf sitt á batastefnunni.

Auk þess að vera stuðningshópur verða GA-samtökin að fjölskyldu fyrir marga félagi. Rétt eins og stuðningur sprettur einnig kærleikur og hluttekning af gagnkvæmum skilningi félaganna og löngun til að lifa heilbrigðu og hamingjusömu lífi. Félagarnir taka hver öðrum eins og þeir eru án tillits til persónulegra galla. Slík viðurkenning veitir nauðsynlegt tilfinningalegt öryggi sem marga spilafíkla hefur skort í lífinu.

Þeir sem koma í GA-samtökin eru yfirleitt örvilnaðir. Oft vænta þeir samúðar frá hópnum. Þeir fá hluttekningu og skilning á samfélagi karla og kvenna sem eru reiðubúin að taka við hverjum einstaklingi sem vill fá hjálp. Félögunum er alveg ljóst að það eitt að drífa sig á fund er stórt skref fyrir einfara eins og hinn dæmigerða spilafíkill.

Flestir spilafíklar halda að enginn annar geti átt við jafnalvarleg vandamál að stríða og þeir sjálfir. Þess vegna verða margir nýliðar á hópfundum forviða þegar þeir heyra að aðrir hafa komist í jafnskelfilegar kröggur og þeir. Það eitt að uppgötva sameiginlega reynslu getur orðið mönnum til mikils léttis og menn geta myndað tengsl við aðra einungis á þeim grundvelli. Spilafíklar skilja aðra spilafíkla best; og það er sú þekking sem gerir GA-samtökunum kleift að bjóða upp á leiðsögn, vináttu og bata fyrir marga spilafíkla.

Nýliðar fá vitneskju um það að þeir séu veikir en skilja brátt að þótt þeir séu máttvana meðan þeir spila fjárhættuspil geti þeir unnið gegn

sjúkdómnum með því að fylgja reglum GA-batastefnunnar. Samtökin veita mönnum þá von að í stað ömurlegrar framtíðar geti lífið orðið innihaldsríkt og skemmtilegt.

Að veita persónulegan stuðning með því að tala á fundum er stór hluti batastefnunnar. Með því að afhjúpa sinn innri mann losar einstaklingurinn um tilfinningar sem hafa hlaðist upp á löngum spilaferli. Að deila þjáningunni með öðrum er hreinsandi. Sumum þykir að erfitt, aðrir eru fegnir að fá tækifæri til að láta allt flakka. Oft tala þeir um hluti á fyrsta fundinum sem þeim þykir síðan mjög erfitt að minnast á aftur.

Þótt stuðningstölurnar séu án vafa afar mikilvægar er enginn þvingaður til að tala. Að heyra aðra félagar segja frá reynslu sinni vekur traust og öryggi. Það gerir jafnvel hlédrægustu félögum kleift að deila reynslu sinni með öðrum, vitandi það að sögur þeirra eru og verða algjört trúnaðarmál.

Það hefur verið reynsla samtakanna að þeir sem halda fast við batastefnuna taka líka reglulega þátt í að veita stuðning á fundum. Félagar vita að batinn fer eftir því hve hreinskilnislega og heiðarlega menn tala á fundum. Heiðarleiki er algjör forsenda batastefnunnar. GA-félögum á batavegi er þetta fulljóst og því er þeim kappsmál að setta sig ekki við nein undanbrögð hjá sjálfum sér.

Manneskja sem getur ekki verið heiðarleg og hreinskilin á þennan hátt hefur litla möguleika á að ná bata. Þótt það sé mögulegt fyrir einstakling að vera aðeins óvirkur þáttakandi á fundum og hætta samt að spila fjárhættuspil verða menn óhjákvæmilega að tileinka sér batastefnuna að fullu til að halda bindindið til langframa. Að öðrum kosti falla menn alltaf aftur í sama farið.

Flestir sem koma í GA-samtökin gera það vegna þess að þeir eru algjörlega ráðþrota. Sumir eiga yfir höfði sér fangelsi eða hyggja á sjálfsvíg. Aðrir koma vegna þess að þá vantar peninga og hafa þá fölsku von að samtökin muni leggja þeim til fé. Enn aðrir koma vegna þess að makinn heimtar skilnað. En hver sem ástæðan er má segja að næstum allir sem leita til samtakanna séu örvilnaðir og tilfinningalega útkeyrðir. Á hópfundum fá nýliðar að vita að löngunin til að hætta að spila fjárhættuspil sé eini grundvöllurinn til að byrja árangursríka endurhæfingu.

Óhjákvæmilega eru alltaf einhverjir sem falla og taka aftur til við fjárhættuspil. Þar sem sjúkleg spilaárátta er síversnandi sjúkdómur endar það með því að einstaklingurinn steypir sér í glötun, andlega og líkamlega, og algengast er þetta:

- 1) Óregluleg atvinna sem leiðir til tekjutaps og skorts á sjálfsvirðingu

- 2) Fíkniefnaneysla eða áfengissýki
- 3) Auðgunarbrot sem geta leitt til fangelsisvistar
- 4) Vannæring
- 5) Útigangur
- 6) Skilnaður og upplausn fjölskyldunnar
- 7) Geðveiki / vistun á stofnun
- 8) Sjálfsvígstílaunir
- 9) Alvarlegir sjúkdómar eða dauði af streitutengdum ástæðum.

Jafnvel þótt einstaklingur sækji GA-fundi fer sjúkdómurinn versnandi ef hann heldur áfram að spila fjárhættuspil. Menn geta þá verið hlyntir GA-stefnunni og skynsemin segir þeim að spilafíkn sé skaðleg en þá getur skort tilfinningalega festu og löngun til að hætta að spila fjárhættuspil. Einstaklingur í þeirri stöðu kemur hugsanlega á fundi en heldur áfram að spila fjárhættuspil og liðan hans versnar vegna þess að hann er ekki fær um að tileinka sér batastefnuna.

Árangur byggist á fastheldni við tólfsporakerfi batastefnunnar; allar tilslakanar valda afturför. Jafnvel þeir sem svíkjast aðeins um í einu atriði, eins og að viðurkenna ekki skuldir sínar, láta að lokum undan þrýstingnum sem leiðir til fjárhættuspils.

Batinn krefst mun meiri vinnu og sjálfsaga en spilafíkillinn hefur vanist. Að tileinka sér lífshætti GA-stefnunnar krefst þess að maður hafi algjör endaskipti á gildum sínum og venjum. Árvekni kemur í stað sjálfsánægju því allt annað en virk þáttaka leiðir, eins og áður sagði, til falls. Að sleppa einum fundi, til dæmis, býður upp á að menn sleppi öðrum og þá þeim þriðja. Það er klárst að slíkt agaleysi leiðir aftur til fjárhættuspils.

Það er mikilvægt að minnst þess að löngunin til að hætta að spila fjárhættuspil er yfirleitt geysileg hvatning til að mæta á fundi og fylgja batastefnunni. Þeir sem leggja það nákvæmlega niður fyrir sjálfum sér hvað batastefnan merkir og brýna fyrir sjálfum sér hvað þetta sé mikilvægt markmið eiga mun auðveldara með að beita nauðsynlegum sjálfsaga.

Þegar upp er staðið ganga GA-samtökin út á val milli frelsis eða lífs í klóm lamandi sjúkdóms. Sumir spilafíklar líkja bata sínum við það að blindur maður fái smám saman sjónina. Líkingin á vel við því þegar einstaklingurinn tileinkar sér lífsmáta samtakanna opnast augu hans fyrir ótal möguleikum sem líf án spilafíknar býður upp á. Einstaklingur á batavegi uppgötvar hreinlega nýtt umhverfi sem hann getur lifað og starfað í.

Þegar félaginn fer að fylgja batastefnunni í einlægni minnkar smám saman löngunin til að spila fjárhættuspil. Fyrr eða síðar kemst hann á það stig að það stríðir gegn samvisku hans að fara aftur að spila fjárhættuspil. Það er líka á því stigu sem margir félagar fara að sætta sig við sjálfa sig. Félaginn stefnir til aukins þroska og þá kemur hreinlega fram nýr persónuleiki.

Vitundin um þessar framfarir hvetur einstaklinginn til að keppa enn frekar að persónulegum þroska. Félagar líta sjálfa sig blíðari augum og þróa með sér hæfileikann til að láta sér þykja vænt um sjálfan sig.

Þegar sjálfsvirðingin er eitt sinn vögnuð fer hún vaxandi í stórum stökkum. Aukið sjálfúsálit gerir manni á batavegi kleift að leysa vandamál á öllum sviðum lífsins, jafnt hjónabands- og fjölskyldumál sem fjárhags- og atvinnumál. Ánægjan sem fylgir því að leysa þessi vandamál eykur og dýpkar sjálfsvirðinguna.

Endurhæfing tekur tíma svo það er brýnt að maður á batavegi leggi kapp á að vera þolinmóður við sjálfan sig og taka einn dag í einu. Álit mannsins á sjálfum sér getur þó stórbatnað strax og hann hefur tekið þá ákvörðun að hafa GA-stefnuna að leiðarljósi í lífinu.

Samtökin kenna félögum sínum að viðurkenna spilafíknina sem sjúkdóm og kveða ekki upp neina aðra dóma um sjálfa sig og aðra. Slíkir dómur tefja bara fyrir batanum. Spilafíklar eru oft neikvæðir og svartsýnir og GA-samtökin leggja mikið upp úr að hjálpa félögum til að sjá heiminn á jákvæðari hátt. Í stað linnulausrar sjálfsgagnrýni lærir spilafíkillinn að veita sjálfum sér viðurkenningu fyrir það sem honum tekst að gera vel. Hæfileikinn til þess kemur fram sem eðlilegur afrakstur þegar sjálfsvirðingin nær að þróast.

Spilafíklar skilja mætavel að þeir eru ekki fullkomnir svo þeim hættir oft til að refsja sjálfum sér fyrir galla sína. Samtökin hjálpa mönnum á batavegi að ná valdi á þessari tihneigingu til harðrar sjálfsgagnrýni með því gera sér ljóst að gallar eru þáttur í mannlegu eðli og að það er hægt að vinna bug á skapgerðarbrestum á jákvæðan hátt. Sjálfsgagnrýning sjálfsvandamáls getur rýrt styrk hans til að fást við ýmis önnur vandamál, þar á meðal fjárhættuspil. Stefnan sem gildir er að taka eigi á öllum vandamálum lífsins, ekki bara spilafíkn, með trú og trausti á sjálfan sig.

Félagar koma til með að beita reglum samtakanna á öllum sviðum lífsins. Það er engin trygging fyrir því að hver maður lifi fullkomnu lífi en GA-

reglurnar kenna hverjum og einum hvernig taka á ákvarðanir, velja um kosti og taka á vandamálum í ró, hiklaust og ákveðið.

Þeir sem fylgja stefnunni finna fyrir eða síðar að GA-leiðin til að lifa lífinu verður sjálfvirk og eðlileg. Sumir gera samtökin að aðalatriði í lífi sínu, félagslega og andlega, og sökkva sér niður í starfið. Flestir eru hins vegar fullsáttir við að koma vikulega á fundi og sinna samstakastarfinu ásamt ýmsum öðrum áhugamálum. Margir fá nýja tilfinningu fyrir því að þarna „eigi þeir heima“ og finna andlegan styrk í samtökunum sem ekki fæst annars staðar. En það á jafnt við um alla að þáttöku í starfinu við að hjálpa öðrum fylgir áviðjafnanleg tilfinning - sannur bræðralagsandi.

Allir félagar í GA-samtökunum heyja sameiginlega baráttu og þroskast saman í í samtökunum. Vinátta dafnar, skilningur og hluttekning eykst, tengsl verða til og menn læra að elska sjálfa sig og aðra. Eining samkatakann er slík að hver fundur verður eins og heimili fyrir félagann, þótt hann hafi ekki séð fundarmenn áður. Tengslin eru þarna vegna þess að í GA-samtökunum er ekkert ókunnugt fólk, aðeins bræður og systur í sameiningu.

Kaflí IV

BATI OG EINING

YFIRLIT

Batastefna GA-samtakanna er grundvöllurinn sem gerir félögunum kleift að byggja líf sitt upp aftur. Batastefnan er áætlun um betra líf, lögð fram í tólf sporum.

Til þess að spilafíklar geti orðið virkir og skapandi þjóðfélagsþegnar verða þeir að fara í algjört spilabindindi. Með því að iðka Reynslusporin tólf fær maðurinn frelsi til að nýta hæfileika sína til fulls. Batastefnan gerir GA-félögum einnig kleift að lifa siðferðilega fullnægjandi lífi og öðlast sjálfsvirðingu.

Sum sporanna tólf ganga út á að viðurkenna vanmátt og misgerðir. Önnur spor hvetja félagann til að gera nauðsynlegar ráðstafanir til að byggja líf sitt upp aftur. Þriðji sporaflokkurinn er andlegs eðlis og fjallar um mátt sem er manningnum æðri.

Hvert spor má túlka á einstaklingsbundinn hátt. Vegna þess að batastefnunni er ætlað að aðlagast persónulegum þörfum hafa margar mismunandi túlkanir komið fram. Skýringarnar hér á eftir eru yfirlit yfir túlkanir tólfsporakerfisins og þær má taka sem grundvöll til nánari umræðna.

Spor 1: VIÐ VIÐURKENNDUM VANMÁTT OKKAR GAGNVART FJÁRHÆTTUSPILI - AÐ OKKUR VAR ORÐIÐ UM MEGN AÐ STJÓRNA EIGIN LÍFI.

Í fyrsta spori batastefunnar játa félagar vanmátt sinn gagnvart fjárhættuspili og læra að setta sig við sannleikann um spilafíkn - að hún er ólæknandi, síversnandi sjúkdómur sem aðeins er hægt að ná tökum á með algjöru spilabindindi. Félagar viðurkenna að þeim hafi verið um megn að

hafa stjórn á lífi sínu þegar fjárhættuspilið réð gerðum þeirra. Með þessum játningum öðlast félagar innri styrk til að takast á við vandamál sín og axla ábyrgð.

Í fyrsta sporinu er spilafíklum ætlað að sætta sig við þá staðreynd að líf þeirra hafi verið orðið óviðráðanlegt. Félagar viðurkenna að spilafíknir hafi splundrað fjárhagslegum stöðugleika þeirra og mörgum öðrum þáttum í lífinu, fjölskyldu, vinnu og öðrum persónulegum samböndum. Viðurkenningin í fyrsta sporinu er forsenda þess að ná stjórn á skaðsamlegri hegðun af völdum spilafíknar.

Fyrsta spor batastefnunnar er alveg jafnmikilvægt fyrir þann sem hefur verið í bindindi nokkra hríð og þann sem er rétt að byrja. Að rifja fyrsta sporið upp reglulega minnir félagana á það sem þeir hafa gert svo þeir endurtaki það ekki.

Spor 2: VIÐ FÓRUM AÐ TRÚA ÞVÍ AÐ MÁTTUR, SEM ER OKKUR ÆÐRI, GÆTI KOMIÐ OKKUR TIL AÐ HUGSA OG LIFA EÐLILEGA Á NÝ.

Þegar félagar gera sér grein fyrir eðli spilafíkninnar átta þeir sig á því að *eina* skortir þá afl til að komast á þá braut að lifa og hugsa eðlilega á ný. Þess vegna skilja spilafíklar að þeir þurfa hjálp frá æðri mætti. Í öðru spori er félögum ætlað að trúá á æðri mátt sem er aflgjafi utan við mann sjálfan og máttugri en manns eigin vilji og einbeitni. Þessi æðri máttur getur verið hvað það sem félaginn kýs, svo sem Guð eða sálrænn og tilfinningalegur stuðningur samtakanna eða hópsins. Þetta spor fer ekki fram á trú eins og trúfélög boða hana heldur einfaldlega traust og fylgi við eigin andlega krafta. Trú á æðri mátt gerir spilafíklinum kleift að gera sér grein fyrir því að það er mögulegt að lifa og hugsa á betri hátt en þann hátt sem fjárhættuspilið hefur að bjóða.

Spor 3: VIÐ TÓKUM ÞÁ ÁKVÖRÐUN AÐ LÁTA VILJA OKKAR OG LÍF LÚTA HANDLEIÐSLU ÞESSA ÆÐRI MÁTTAR EINS OG VIÐ SKILDUM HANN.

Þegar félagar fela líf sitt handleiðslu æðri máttar er létt af þeim þungri byrði. Þeir losna undan oki síns eigin sjálfs og reyna að lifa lífinu í samræmi við hugsjónir hins æðri máttar. Trúin ein leiðir ekki til eðlilegra lífshátta en

trú tengd jákvæðri ákvörðun um að fela sig handleiðslu æðri máttar leiðir félagann til bata.

Spur 4: VIÐ GERÐUM ÍTARLEG OG ÓTTALOUS SIÐFERÐILEG OG FJÁRHAGSLEG REIKNINGSSKIL Í LÍFI OKKAR.

Til þess að ná áttum og fótfestu í lífinu verður spilafíkillinn að gangast undir gagnert og ítarlegt sjálfsmat. Að viðurkenna galla sína er forsenda þess að geta lagfært þá. Félagar keppast við að komast að sannleikanum um sjálfa sig því í sannleikanum er frelsið til að velja á milli hinna mörgu kosta og tækifæra sem bjóðast í lífinu.

Til þess að gera gagnert siðferðileg reikningsskil verða félagar að skoða alla þætti skapertar sinnar af eins mikilli kostgæfni og er framast unnt. Skoða þarf alla neikvæða eiginleika, svo sem sjálfselsku, græðgi, seinlæti, reiði, öfund, hroka, leti, fyrtni, sjálfsvorkunn, afbrýði, óhreinlyndi, sjálfsblekkingu, óþolinmæði, óbilgirni, svartσύni og óráðvendni. En þó er jafnmikilvægt að viðurkenna alla jákvæða eiginleika sína, svo sem vingjarnleika, bjartsýni, hluttekningu, iðni, hógværd, góðvild, sómatilfinningu, umburðarlyndi og ráðvendni. Félagar eru hvattir til að gera skrifleg reikningsskil; ekkert skal undanskilið.

Í GA-samtökunum eru fjárhagsleg reikningsskil jafnmikilvæg og þau siðferðilegu. Félagar búa til lista yfir allar fjárhæðir sem þeir skulda vegna fjárhættuspils, svo sem lán, innstæðulausar ávísanir, þjófnaði og aðrar skuldir. Þeir gera einnig nákvæma skrá um eignir sínar og tekjur.

Siðferðileg og fjárhagsleg reikningsskil eru jafnmikilvæg fyrir langreynda féлага sem byrjendur. Með því að gera reikningsskilin að samfelldu ferli meta félagarnir stöðugt skapertar sína. Nýir gallar eru uppgötvaðir strax og hægt er að mæla þroskann. Peningar tilheyra öllu fjárhættuspili svo spilafíkillinn verður að nota fjárhagslegu reikningsskilin, ásamt þeim siðferðilegu, til að hefja einlæga hugarfarsbreytingu.

Spur 5: VIÐ VIÐURKENNDUM NÁKVÆMLEGA FYRIR SJÁLFUM OKKUR OG ANNARRI MANNESKJU Í HVERJU YFIRSJÓNIR OKKAR FÓLUST.

Í fimmta spori er félaginn ekki einungis sannsögull við sjálfan sig heldur einnig við einhvern annan, einstakling eða hópinn. Með því að segja öðrum

undanbragðalaust frá göllum sínum og yfirsjónum fær maður hlutlausa afstöðu og yfirsýn sem ekki fæst á annan hátt.

Þegar félaginn er búinn að gera ítarleg siðferðileg og fjárhagsleg reikningsskil er bráðnauðsynlegt að hann sýni öðrum niðurstöðurnar. Að viðurkenna misgerðir veitir gífurlegan létti. Að halda niðurstöðum siðferðilegra reikningsskila leyndum með sjálfum sér er þyngri byrði en nokkur maður getur borið. Að segja frá þeim léttir af manni álagi og áhyggjum.

Spor 6: VIÐ VORUM FYLLILEGA REIÐUBÚIN TIL ÞESS AÐ LÁTA FJARLÆGJA ÞESSA SKAPGERÐARBRESTI.

Í þessu spori er aðeins farið fram á það við félaga að þeir séu reiðubúnir og fúsir til að láta fjarlægja skapgerðarbresti sína. Þetta er undirbúningsspor því þar er ekki ætlast til þess að menn bæti úr göllum sínum heldur aðeins að þeir opni hug sinn og hjarta og séu reiðubúnir fyrir breytinguna.

Félagar eru oft tregir til að gera nauðsynlegar hugarfarsbreytingar því gamalagróin skapgerðareinkenni veita þeim öryggiskennnd. Í þessu spori er félaginn hvattur til að vera opinn fyrir því að losa sig við skapgerðargallana og hafa trú á því að nýr og betri persónuleiki komi í ljós.

Spor 7: VIÐ BÁÐUM GUÐ (EINS OG VIÐ SKILDUM HANN) Í AUÐMÝKT AÐ LOSA OKKUR VIÐ BRESTINA.

Á sama hátt og GA-félagar skilja að þeim er um megn að hafa stjórn á spilafíkn sinni er þeim ljóst að þeim er um megn að losa sig við skapgerðarbresti sína einir og óstuddir. Þegar félagarnir eru orðnir fúsir til að láta fjarlægja skapgerðarbresti sína er augljóst að næsta skref er að leita hjálpar.

Félagar viðurkenna æðri mátt og rökrétt afleiðing þess er að viðurkenna að aðeins sá máttur getur fjarlægt skapgerðarbresti þeirra.

Félagarnir fleygja frá sér hrokanum, sem kom þeim til að trúa einungis á mátt sinn og megin í lífinu, og læra sanna hógværd og auðmýkt.

Að lúta Guði sínum í auðmýkt merkir ekki aðeins hógværd heldur að vera algerlega laus við rangsnúid stolt og hroka. Félagar játa alla veikleika sína undanbragðalaust. Styrkurinn felst í trúnni á að hægt sé að breyta hugarfari sínu með hjálp Guðs eins og við skiljum hann.

Í þessu spori felst ekki bati á einni nóttu heldur sífelld vinna og keppni að marki. Mikilvægast er að vinna að breytingu. Félagar halda stöðugt áfram að losa sig við gamla hugarfarið og leyfa Guði eins og þeir skilja hann að vísa þeim leið til friðar og æðruleysis.

Spor 8: VIÐ GERÐUM LISTA YFIR ALLA SEM VIÐ HÖFDUM VALDIÐ TJÓNI OG URÐUM FÚS TIL AÐ BÆTA HVERJUM OG EINUM SKAÐANN.

Flestum spilafíklum er ljóst að þeir hafa valdið mörgum fjárhagstjóni en fæstir gera sér grein fyrir því hvað þeir hafa sært marga tilfinningalega. Hve miklum usla þeir hafa valdið, fjárhagslega og tilfinningalega, verður aðeins ljóst með því að gera nákvæma skrá yfir alla sem þeir hafa skaðað og sært. Árangur í áttunda spori byggist á því að félaginn sé fús til að bæta öllum á listanum tjónið.

Spor 9: VIÐ BÆTTUM FYRIR BROT OKKAR MILLILIÐALAUST, SVO FRAMARLEGA SEM ÞAÐ SÆRÐI ENGAN.

Í þessu skrefi er farið fram á að félaginn komi ætlun sinni í síðasta skrefi í framkvæmd eins vel og honum er framast unnt. Með bótunum létta félagarnir byrðum misgerðanna af sjálfum sér. Þannig er neikvæðri hegðun í fortíðinni snúid í afl til jákvæðra aðgerða í framtíðinni.

Hægt er að bæta tjón á margan hátt. Sumt eru fjárhagslegt, annað snertir flókin einkamál. Eins er hægt að bæta sumt strax, annað getur tekið mörg ár. Einnig getur verið að ekki sé hægt að bæta skaðann vegna þess að það myndi særa aðra. Stundum er líka ógerningur að ná sambandi við þann sem fyrir tjóninu varð. Þegar ekki er hægt að bæta skaðann milliliðalaust getur önnur bótaaðferð til komið til greina, svo sem góðverk eða þjónusta við GA-samtökin.

Til að góður árangur náist í spori níu þarf að beita heilbrigðri skynsemi, tímaskyni og hugrekki. Hvernig sem aðstæður eru á alltaf að bæta tjón hreint og beint og heiðarlega. Félaginn á ekki að skorast undan að bæta fyrir tjón með þeirri skýringu að það geti sært aðra ef sú ákvörðun er tekin til að hlífa hans eigin tilfinningum.

Spor 10: VIÐ IÐKUÐUM STÖÐUGA SJÁLFSRANNSÓKN OG ÞEGAR ÚT AF BAR VIÐURKENNDUM VIÐ ÞAÐ UNÐANBRAGÐALAUST.

Persónuleg reikningsskil eru stöðugt sjálfsmat sem hvetur einstaklinginn til að gera sér sjálfsskoðun að vana og auka þannig sjálfsvitundina. Þessi persónulegu reikningsskil eru síendurtekið mat á eigin viðhorfum og framkomu við aðra og einnig á manni sjálfum. Þau eiga ekki að takmarkast við greiningu á neikvæðum skapgerðarþáttum heldur ber einnig að virða og meta jákvæða þætti.

Tíunda sporið brýnir fyrir félögum að iðka stöðugt sjálfsmat til að greina hvað þeir gera rangt. Þegar félaginn áttar sig á að hann hefur gert rangt er heillavænlegast að viðurkenna það strax. Að játa misgerðir sínar sem allra fyrst losar um áhyggjurnar, þunglyndið og einmanakenndina sem maðurinn finnur fyrir áður en hann áttar sig á mistökum sínum.

Í þessu spori er félögum gert kleift að velja um kosti, finna lausnir á vandamálum sem koma upp, sjá hlutina í réttu samhengi, þróa með sér sjálfstjórn, setta sig við það sem þá skortir og taka ábyrgð á gerðum sínum. Að iðka tíunda skref batastefnunnar hjálpar til að breyta hegðunarmunstri, vinnur gegn því að ala með sér neikvæðar tilfinningar og hvetur til aukinnar sjálfsvirðingar og annarra jákvæðra tilfinninga. Þetta stöðuga sjálfsmatsferli yfir undir heilbriggt tilfinningalíf og þroska.

Spor 11: VIÐ LEITUÐUMST VIÐ MEÐ BÆN OG HUGLEIÐSLU AÐ STYRKJA VITUNDARSAMBAND OKKAR VIÐ GUÐ, SAMKVÆMT SKILNINGI OKKAR Á HONUM, OG BÁÐUM EINUNGIS UM SKILNING Á ÞVÍ SEM OKKUR VAR FYRIR BESTU OG MÁTT TIL AÐ FRAMKVÆMA ÞAÐ.

Að hafa stöðugt samband við Guð sinn, með bænnum og hugleiðslu, gerir félaganum kleift að þroskast persónulega og andlega. Guð þarf ekki að vera guðdómur, svo þetta skref gagnast ekki aðeins þeim sem trúa á Guð heldur einnig þeim sem eru efasemdarmenn eða trúleysingjar. Batastefna GAsamtakanna byggist á persónulegri andlegri ástundun og veitir félögnum fullt frelsi til að velja með hvaða aðferð þeir hafa samband við Guð eins og þeir skilja hann. Hvort sem menn kjósa formlega bæn eða hugleiðslu eru félagar hvattir til að iðka daglegt samband við Guð sinn. Með þessu stöðugu

sambandi verða félagarnir móttækilegri fyrir skilningi á Guðs vilja og styrk til að lifa samkvæmt því.

**Spor 12: ÞEGAR VIÐ HÖFÐUM REYNT AÐ FYLGJA ÞESSUM
MEGINREGLUM Í LÍFI OKKAR OG STARFI REYNDUM VIÐ
AÐ FLYTJA ÞENNAN BOÐSKAP TIL ANNARA
FJÁRHÆTTUSPILARA.**

Tólfta sporið er æðsta stig allrar batastefnunnar. Hve vel tekst til í þessu spori ræðst af viðleitni félaganna til að fylgja þessum reglum í lífi sínu og viðleitni þeirra til að kynna öðrum fjárhættuspilurum að þeir geti hætt fjárhættuspili með því að fylgja batastefnu GA í verki og öðlast þannig sjálfsvirðingu og aukinn persónulegan og andlegan þroska. Hér er áherslan ekki lögð á árangurinn heldur á viðleitni félagans.

Einingarstefnan - Erfðavenjur GA

Erfðavenjur GA-samtakanna eru rammi til farsældar fyrir einstaka hópa og samtökin í heild. Erfðavenjurnar eru lagðar fram í tólf liðum og eiga að tryggja samhengi og áframhaldandi starf Gamblers Anonymous.

Til þess að halda samtökunum uppi fyrir núverandi og komandi félagar fylgja einstaklingar jafnt sem hópar viðteknum hugmyndum sem erfðavenjurnar byggja á. Kjarni erfðavenjanna er að vernda og styðja sameiginlega velferð, félagar skilja að það sem er best fyrir hópinn er best fyrir hvern einstakling.

Erfðavenjurnar hafa það hlutverk að vernda samtökin fyrir upplausn. Félagar vinna saman samkvæmt erfðavenjunum til þess að varðveita og viðhalda þeim möguleika fyrir sjálfa sig og aðra spilafíkla að ná bata og þroska innan samtakanna.

**1: SAMEIGINLEG VELFERÐ OKKAR ÆTTI AÐ SITJA Í
FYRIRRÚMI; BATI HVERS OG EINS ER UNDIR EINGU GA
KOMINN.**

Sameiginleg markmið og hugsjónir samtakanna skipta meginmáli. Þeim er haldið uppi með samstöðu og einingu hvorrar deildar. Félagarnir vinna að

hverju því sem þarf til að halda hópnum gangandi svo að þeir og aðrir spilafíklar geti haldið áfram að gefa og þiggja hjálp.

2: FYRIRSVARSMENN OKKAR ERU AÐEINS ÞJÓNAR SEM VIÐ TREYSTUM - EKKI STJÓRNENDUR.

GA-samtökin treysta fyrst og fremst á hópsamvisku til að halda uppi virku starfi. Forystumönnum innan samtakanna er treyst til að framkvæma vilja hópsins. Þeir taka á sig ábyrgð en þeir starfa aðeins með því valdi sem hópurinn veitir þeim.

3: TIL ÞESS AÐ GERAST GA-FÉLAGI ÞARF AÐEINS EITT: LÖNGUN TIL AÐ HÆTTA FJÁRHÆTTUSPILI.

Það skiptir engu hver maðurinn er eða í hve alvarlegum tilfinningalegum, lagalegum eða fjárhagslegum vandræðum hann er; GA-samtökin bjóða alla velkomna sem láta í ljós löngun til að hætta að spila fjárhættuspil.

Til að gerast félagi þarf hvorki að greiða félagsgjald né undirrita skuldbindingu. Þeir sem hafa tekið aftur til við fjárhættuspil eru sérstaklega hvattir til að koma á fundi og fá hjálp því það er löngunin til að hætta að spila fjárhættuspil - ekki bindindið - sem er skilyrði fyrir félagsaðild.

4: SÉRHYVER GA-DEILD ÆTTI AÐ VERA SJÁLFRÁÐA, NEMA Í MÁLEFNUM SEM SNERTA AÐRAR DEILDIR EÐA GA-SAMTÖKIN Í HEILD.

Hver GA-hópur hefur mikið svigrúm til að sjá um sín mál innan ramma samtakanna. Það varðveitir valfrelsið sem er mikilvægt fyrir hópsamviskuna. Hvernig hópstarfinu er háttað takamarkast einungis af því að það stangist ekki á við leiðsagnarreglur GA-samtakanna.

5: GA HEFUR AÐEINS EINN TILGANG - AÐ FLYTJA SPILAFÍKLUM, SEM ENN ÞJÁST, BOÐSKAP SAMTAKANNA.

Að ná til spilafíkla er mikilvægt markmið sem félagar í GA-samtökunum sameinast um. Áframhaldandi starf samtakanna byggist á því að þessari meginreglu sé fylgt í verki.

Að hafa þennan eina megintilgang veitir stefnufestu til að nýta sem best viðleitni GA til að flytja þjáðum spilafíklum boðskap sinn, innan og utan samtakanna. Blessun batans nýtist best ef henni er deilt með öðrum.

6: GA ÆTTI ALDREI AÐ STANDA AÐ, LEGGJA FÉ TIL EÐA LÁNA NAFN GA NEINUM SKYLDUM EÐA ÓSKYLDUM AÐILUM, TIL ÞESS AÐ FJÁRMUNIR, EIGNIR EÐA UPPHEFÐ FJARLÆGI OKKUR EKKI HINUM UPPHAFLEGA TILGANGI.

Virgni GA-samtakanna er ekki síst því að þakka að öllum utanaðkomandi hagsmunum er haldið frá stefnunni. Að styðja önnur málefni eða samtök myndi kosta orku, tíma og fjármuni. Slíkur stuðningur myndi einnig draga úr almennu trausti á einstaka hópa og samtökin í heild. Fylgni við eitthvað utan samtakanna myndi einnig leiða til ágreinings innan þeirra. Af sömu ástæðum taka GA-samtökin heldur enga afstöðu í stjórnámálum eða til annarra opinberra mála.

7: SÉRHVÆR GA-DEILD ÆTTI AÐ STANDA Á EIGIN FÓTUM OG HAFNA UTANAÐKOMANDI FJÁRHAGSAÐSTÖÐ.

GA-samtökin þiggja engin utanaðkomandi framlög og tryggja þannig sjálfstæði einstakra hópa og samtakanna í heild. Þessari reglu er fylgt til þess að enginn geti haft ótilhlýðileg áhrif á samtökin, utan frá eða innan þeirra. Að leyfa utanaðkomandi framlög myndi skerða ábyrgð félaganna á gerðum sínum og skuldbindingum við samtökin.

8: GAMBLERS ANONYMOUS ÆTTU ÁVALLT AÐ VERA ÁHUGAMENN EN ÞJÓNUSTUMIÐSTÖÐVAR OKKAR MEGA RÁÐA LAUNAÐA STARFSKRAFTA.

GA-samtökin starfa eftir þeirri reglu að spilafíklar geti best hjálpað hver öðrum að ná bata án þess að leita til fagmanna utan samtakanna. GA-félagar telja að þeir séu sjálfir færastir um að sjá um starf samtakanna.

Gildi faglegrar meðferðar er ekki dregin í efa. GA-félögum er frjálst að leita hjálpar utan samtakanna ef þeir vilja. En væru sérmenntaðir menn að störfum innan samtakanna gætu skoðanir þeirra stangast á við meginreglur

GA. Með því að halda sér við áhugamenn forðast GA-samtökin deilur sem hlytu óhjákvæmilega að koma upp.

Hins vegar geta GA-samtökin ráðið skrifstofufólk og annað starfslíð til að aðstoðar við rekstur þjónustumiðstöðva til að halda uppi virku og samfelldu starfi.

9: GA-SAMTÖKIN SEM SLÍK ÆTTI ALDREI AÐ SKIPULEGGJA EN VIÐ GETUM MYNDAÐ RÁÐ EÐA NEFNDIR SEM ERU ÁBYRGAR GAGNVART ÞEIM SEM ÞÆR ÞJÓNA.

GA-samtökin eru rekin í þjónustuanda en ekki með umboðsvaldi. Til þess að komast hjá vandamálum sem ávallt fylgja valdstýringu er sneitt hjá allri stigskiptingu valds í skipulagi GA. Samtökin hafa enga sjálfstæða miðstjórn. Komið hefur verið upp þjónustunefndum en þær hafa ekkert neitunarvald og eru ábyrgar gagnvart samtökunum í heild.

Í Bandaríkjunum hefur verið stofnuð þjónustuskrifstofa og stjórnarnefndir fyrir allt landið til að veita samtökunum forstöðu og leiðbeina þeim. Þessir hópar hafa engin sjálfstæð völd en eru ábyrgir hver gagnvart öðrum og gagnvart samtökunum í heild.

10: GA-SAMTÖKIN TAKA ENGA AFSTÖÐU TIL ANNARRA MÁLEFNA EN SINNA EIGIN; NAFNI ÞEIRRA ÆTTI ÞVÍ AÐ HALDA UTAN VIÐ OPINBERAR DEILUR.

Líf og útbreiðsla GA-samtakanna er miklu mikilvægari en að taka afstöðu til mála utan samtakanna. Að koma með yfirlýsingar um mál sem ekki snerta GA myndi óhjákvæmilega sundra hópnum. Einstaklingar hafa að sjálfsgöðu ólíkar skoðanir og fyrr eða seinna myndi sá ágreiningur spilla samstöðu hópsins. Öll afskipti af utanaðkomandi málum myndi beina kröftum og athygli samtakanna frá aðalmarkmiðinu sem er að hjálpa spilafíklum að ná bata. Að tengja nafn samtakanna við opinber deilumál myndi vekja óþarfa andstöðu hjá einhverjum hluta almennings. Að forðast deilur gerir einstökum hópum og samtökunum í heild kleift að einbeita sér að markmiði og meginreglum GA-samtakanna.

11: AFSTAÐA OKKAR ÚT Á VIÐ BYGGIST Á AÐLÖÐUN FREMUR EN ÁRÓÐRI OG NAFNLEYNDAR SKYLDUM VIÐ ÆTÍÐ GÆTA Á VETTVANGI FJÖLMIÐLA.

GA-samtökin bera sig ekki saman við neinn annan hóp og hrósa sér ekki af verkum sínum eða getu. Hins vegar vilja þau vera opin og aðgengileg öllum sem hafa áhuga á samtökunum eða fjárhættuspilsvandanum.

Til þess að gera GA-samtökin sýnileg upplýsa þau og fræða almenning um spilafíkn og samtökin sjálf. Reynslusögur félaga í fjölmiðlum og almennar auglýsingar hjálpa til að útbreiða vitneskju um GA-samtökin og starf þeirra. Samtökin vegsama ekki nafn Gamblers Anonymous eða kosti samtakanna sem hóps heldur hvetja þau spilafíkla til að mæta á fundi.

Sneitt er hjá allri persónulegri auglýsingastarfsemi og nafnleyndar er vandlega gætt því bræðralag GA-samtakanna er miklu mikilvægara en hver einstakur félagi. Með því að fylgja þessari reglu er tryggt að vandamál einstakra félaga geti ekki skaðað samtökin. Einnig er þar með tryggt að árangur sem einstakra félaga í upplýsingarstarfinu nýtist samtökunum í heild. Þetta spor er stöðug og nytsamleg áminning um að persónulegur metnaður á ekki heima í upplýsingarstarfi GA-samtakanna.

12: NAFNLEYNDIN ER HINN ANDLEGI GRUNDVÖLLUR BATASTEFNU GA OG MINNIR OKKUR Á AÐ SETJA MÁLEFNI OG MARKMIÐ OFAR EIGIN HAG.

Einingarsporin tólf krefjast þess hvað eftir annað að einstaklingar meti hagsmuni heildarinnar meira en eigin óskir og þrár. Með því móti ríkir auðmýktarandinn sem er undirstaða nafnleyndarinnar. Félagar eru fúsir til að starfa nafnlaust til að efla og varðveita orðstír samtakanna og hvers einstaks hóps.

Í GA eru meginreglur samtakanna settar ofar en persónulegur metnaður, undantekningarlaust. Með því að starfa nafnlaust er grundvallarreglu auðmýktar og hógværðar fylgt í verki og sá andi umlykur alls staðar allt líf og starf Gamblers Anonymous.

SIJÁLFSHJÁLP – ÞJÓNUSTA VIÐ AÐRA

„VERKFÆRIN“

Batastefna GA-samtakanna teygir sig inn á öll svið í lífi félaganna til að hjálpa einstaklingnum til að öðlast þroska með vaxandi sjálfstrausti og sjálfsvirðingu. Til þess að byrja að ná bata verður nýr félagi fyrst að hætta fjárhættuspili. Fyrstu níutíu dagarnir í bindindi á fjárhættuspil eru yfirleitt erfiðastir fyrir alla sem eru að byrja að fylgja batastefnu GA. Á þessu umskiptaskeiði byrja nýir félagar, sem hafa hætt fjárhættuspili, að hafa endaskipti á óheillavenjum sínum. Þeir vinna að því að breyta hinu eigingjörna og óþroskuða atferli sem einkennir persónuleika spulafíkla.

Árangur af batastefnunni byggist á löngun einstaklingsins til að hætta fjárhættuspili og taka aftur upp eðlilega lífshætti. En jafnvel fyrir þá sem eru brennandi af áhuga er hreint ekki auðvelt að ná fram meiri háttar breytingu á skapgerð sinni. Nýir félagar eru undir gífurlegu innra og ytra álagi: þar á meðal eru lagamál, atvinnuvandamál, hjónabandsrjúg og fjárkröggur sem valda nýjum félaga þungum áhyggjum á þessu örlagaríka byrjunarskeiði.

Yfirleitt eru fjárhagserfiðleikar mest áberandi og flestir nýir félagar koma í GA-samtökin með skuldabagga á bakinu. Flestir nýliðar skulda lánardrottnum á borð við banka, fjármögnunarfyrirtæki, ættingja, vini, vinnuveitendur, okurlánara og veðmangara. Að koma upp ábyrgri fjármálastefnu er bráðnauðsynlegt. Þessi gífurlegu fjárhagsvandamál leiða oft til þeirrar ályktunar (jafnt hjá þeim sem spila fjárhættuspil og þeim sem gera það ekki) að fjárhættuspil sé fyrst og fremst fjárhagslegt vandamál. Það er það ekki. Spilafíkn er tilfinningalegur sjúkdómur og staðfestuleysi í fjármálum er aðeins eitt einkenni hans. Jafnvel þótt einstaklingurinn væri nógu ríkur til að greiða allar skuldir sem leiddu af spilafíkn hans myndi sá maður óhjákvæmilega lifa lífinu í eynd og örvæntingu. Sjúkdómurinn myndi eftir sem áður umturna öllu á öðrum sviðum í lífi spilafíkilsins.

Persónuleg sambönd myndu spillast og sjálfsvirðingunni myndi hraka uns þar að kæmi að þjáningarnar og óhamingjan settu allt tilfinningalegt jafnvægi mannsins úr skorðum.

Þegar spilafíknin ágerist er tap óhjálkvæmilegt. Einstaklingur með þennan sjúkdóm gæti, fræðilega séð, stofnað sér í óendanlegar skuldir, ekki síst þar sem honum hættir til að taka sífellt meiri áhættu eftir því sem sjúkdómurinn versnar. Án GA-samtakanna bíða spilafíkilsins þau örlög að hlaða upp skuldum þangað til eitthvert ytra afl fellir hann, svo sem líkamlegur sjúkleiki, geðveiki, fangelsisdómur eða jafnvel dauði, stundum sjálfsvíg.

Það kemur því ekki á óvart að flestir koma ráðþrota og vonlausir í GA-samtökin. Þess vegna koma margar deildir nýliðum í samband við trúnaðarmenn til að aðstoða þá við umskiptin yfir í bindindi og bata. Þannig kynnast nýliðarnir öðrum sem hafa reynslu af sams konar vandamálum og eru því sérstaklega færir um að sinna þeim og sýna þeim skilning. Oft verður samband nýliða og trúnaðarmanns að traustri vináttu.

Aðhaldshópurinn

Hvort sem nýliðar hafa trúnaðarmann eða ekki hvetja GA-samtökin þá eins fljótt og hægt er til að fara á fund í aðhaldshópnum, sem svo er nefndur vegna þess að markmið hans er að léttu álagið sem þjakar nýliðana (og hefur verið nefndur aðhaldshópur á íslensku). Aðhaldshópfundurinn er ekki til að útvega nýliðanum ábyrgðarmenn. GA-samtökin lána ekki fé og útvega ekki lán heldur sýna þau félögunum hvernig axla á ábyrgð til að greiða allar skuldir og standa við allar skuldbindingar. Aðhaldshópfundurinn er ætlaður þeim sem sýnir löngun til að hætta að spila fjárhættuspil og er fús til að verja tíma og kröftum til að fylgja stefnu samtakanna. Þessi aðferð hefur komið þúsundum manna að gagni. Hún gerir einstaklingnum kleift, hægt og kerfisbundið, að koma lífi sínu í lag.

Yfirleitt er nýjum félaga gefinn kostur á aðhaldshópfundi eftir þriggja til fimm vikna fundarsókn og bindindi á fjárhættuspil. Sá tími nýtist félaganum til að byrja að koma málum sínum í lag, aðlagast batastefnunni og undirbúa sig fyrir fundinn.

Fyrir fundinn fær nýi félaginn upplýsingarit sem útskýrir markmið aðhaldshópsfundarins og gefur leiðbeiningar um undirbúning fyrir hann.

Félaginn er til dæmis beðinn að búa til lista yfir allar skuldir, ógreidda reikninga, eigin framfærslukostnað, tekjur og eignir. Við gerð listans er brynt að gæta hreinskilni og fyllstu nákvæmni. Að sleppa einhverju úr er stórhættulegt því það getur síðar orðið að afsökun til að byrja aftur að spila fjárhættuspil. Einnig verða allir útreikningar að vera réttir til að tryggja árangur. Án fullkominnar hreinskilni og nákvæmni er álagshópsfundurinn gagnslaus.

Spilafíklar eru ábyrgðarlausir í fjármálum og þeir afsala sér öllum fjárreiðum, svo sem að skrifa ávísanir og hafa fé undir höndum, þangað til þeir hafa náð þroska með því að fylgja bastefnunni og lært að hafa stjórn á fjármálum sínum.

Vandamál sem rædd eru á aðhaldshópfundi er skipt í fjóra meginflokka: lagaleg mál, fjárhagsmál, atvinnumál og einkamál. Með árunum hafa GA-samtökin þróað aðferðir til að fást við hvern málaflokk. Vandamál nýs félaga kunna þó að krefjast sveigjanlegra og skapandi lausna.

Dæmigerð lagaleg vandamál snerta útgáfu innstæðulausra ávísana, lán fengin með sviksamlegum hætti, falsanir og fjárdrátt. Lagaleg vandamál eru talin mjög alvarleg því þau geta leitt til ákæru. Í sumum tilfellum er fálaganum ráðlagt að leita lögfræðiaðstoðar.

Fjárhagslega blasa tvö meginvandamál við félaganum: að standa undir framfærslukostnaði og greiða lánardrottnum. Samanlagt geta þessar skuldbindingar virst yfirþyrmandi. Til þess að ná tökum á vandanum leggja GA-samtökin til að félagar láti fjölskyldu sína ganga fyrir og greiði svo skuldir sínar.

Á grundvelli fjárhagsuppjörs, sem félaginn kemur með, býr aðhaldshópurinn til greiðsluáætlun fyrir allar skuldir félagans. Framfærslukostnaður er tekinn frá áður en greiðslur til lánardrottna eru ákveðnar. Oft þurfa menn að bæta við sig vinnu til að standa undir greiðslum. Sumir félagar finna álagið minnka strax og greiðsluáætlunin hefur verið gerð; aðrir finna til léttis þegar greiðslur eru hafnar samkvæmt áætlun.

Spilafíklar eiga oft við vandamál á vinnustað að stríða, sem stafa óbeint af fjárhættuspili þeirra; þar getur t.d. verið um að ræða skróp og aðrar fjarvistir frá vinnu, lán frá samstarfsmönnum, þjófnað eða fjárdrátt.

Á fundinum eru borin kennsl á þessi vandamál og settar fram lausnir.

Leiðsögn, stuðningur og kapp nefndarmanna í aðhaldshópnum verður félaganum hvatning til að hegða sér á ábyrgan hátt í vinnunni.

Hluta fundarins er varið til að fást við vandamál í einkalífinu sem hrjá félagann, maka hans og fjölskyldu. Þar má nefna vandamál sem snerta persónulegar venjur, heilsu og hreinlæti og hjónabandserfiðleika. Markmið aðhaldshópfundarins er að ýta undir hugarró og von, jafnt hjá einstaklingnum og fjölskyldunni. Með því að sýna fram á að hægt sé að leysa vandamálin þótt þau virðist óviðráðanleg, hjálpar nefndin spilafíklinum að koma sér upp markmiði og stefnu fyrir nýtt líf.

Í fyrstu eru sumir félagar tregir til að byrja að fylgja áætlun aðhaldshópfundarins því þeir óttast höfnun. En reynsla GA-samtakanna er sú að þrátt fyrir ótta beri þrautseigja alltaf árangur.

Nú lærir spilafíkillinn í fyrsta sinn að lifa við skipulag og stöðugleika. Lífið var orðið stjórnlaust en nú finnur hann í því uppbyggingu og tilgang. Hópurinn endurskoðar síðan áætlun fundarins til að athuga hve vel félaginn fylgir áætluninni og til að aðlaga hana breyttum aðstæðum í lífi félagsins.

90 daga hjallinn

Eftir 90 daga bindindi á fjárhættuspil er félaginn beðinn að taka á sig tiltekna þjónustuskuldur í GA-samtökunum. Megintilgangur samtakanna er að bera þeim boðskapinn sem enn þjást svo félagarnir verða að deila því sem þeim hefur hlotnast með öðrum. Í GA-samtökunum er talið að eftir þriggja mánaða bindindi á fjárhættuspil ásamt reglulegri fundarsókn - áfangi sem nefndur er 90 daga hjallinn - hafi félagi sýnt fram á löngun til að hætta fjárhættuspili og lifa eðlilegu lífi. Þá hefur félaginn verið nógu lengi í samtökunum til að hafa hlotið marktækt gagn af batastefnunni. Þá er kominn tími til að félaginn gjaldi í sömu mynt og taki aukinn þátt í starfi samtakanna. Félaginn getur þjónað á margan hátt.

Fundarstjóri: Að stýra fundi telst bæði vera heiður og forréttindi. Hver sá sem haldið hefur bindindi á fjárhættuspil í þrjá mánuði og sótt fundi reglulega getur þjónað sem fundarstjóri.

Líflínuvörður: Jafnvel áður en 90 daga hjallanum er náð fær félagi (í Bandaríkjunum) tækifæri til að vera líflínuvörður. Í því felst að hann skuldbindur sig til að hjálpa til við að styðja rekstur Þjónustuskrifstofu GA fyrir Bandaríkin (National Service Office) fjárhagslega. Hverri GA-deild ber að hvetja til stuðnings við hana með samskotum einstakra félaga.

Almannatengsl og fræðsla: GA-samtökin halda uppi kynningaráætlun til þess að upplýsa fólk um að spilafíklar hafi stað til að leita á ef þeir vilja hætta fjárhættuspili. Samtökin hvortja féлага sína til að taka þátt í þessari áætlun með því að ná og halda tengslum við fjölmiðla og almenning. Einnig er komið upp samböndum við fagfólk í lögfræðistétt, heilbrigðisstéttum, skóla og fræðsluyfirvöld til að vekja menn til vitunmdar um spilafíknarvandamálið og láta vita af GA-samtökunum.

Aðhaldshópsvinna: Nýir félagar eiga við aragrúa vandamála að etja svo brún þörf er á virkum og umhyggjusömum félögum til að koma með lausnir og veita ráðgjöf á álagshópsfundum. Þegar félagar fara að eflast og styrkjast með því að fylgja GA-batastefnunni eru þeir hvattir til að þjóna í álagshópsnefndum. Félagar eru hæfir til að gegna slíku hlutverki ef þeir geta sjálfir staðfest að þeir hafi haldið stöðugt bindindi á fjárhættuspil og fylgt GA-batastefnunni. Til að sinna þessum skyldum þarf heilbrigða dómgreind og hæfileikann til að vera bæði raunsær og sveigjanlegur gagnvart aðstæðum sem virðast óviðráðanlegar. Dugandi félagar í álagshópsnefndinni geta nýtt sér reynsluna af að vinna úr sínum eigin vandamálum, af vandamálum annarra og af þekkingunni sem þeir hafa öðlast við að fylgja batastefnu GA-samtakanna.

Tólftasporsvinna

Kjarni tólftasporsvinnunnar er að gefa án þess að sækjast eftir persónulegum launum. Hver einstakur félagi er hvattur til að sýna samtakahug í verki með því að hjálpa þeim sem hafa ekki enn hlotið þann skilning og yfirsýn sem aðrir hafa náð með því að fylgja GA-batastefnunni. Að veita öðrum spilafíklum aðstoð heldur GA-samtökunum gangandi og eflir hæfileika hvers féлага til að lifa lífinu í anda GA.

Ein mikilvæg leið til að vinna tólftasporsvinnu er að fara í tólftasporsheimsóknir. Tilgangur tólftasporsheimsóknar er að rétta út hjálparhönd til spilafíklis sem hefur löngun til að hætta að spila fjárhættuspil. Slík heimsókn er samfundur við spilafíkil, sem vill fá hjálp, þar sem gesturinn deilir reynslu sinni með honum. Farið er jafnt til féлага sem væntanlegra féлага. Í GA-samtökunum hafa eftirfarandi leiðbeiningar reynst koma að góðu gagni:

- 1) Félagar eru eindregið hvattir til að heimsækja spilafíkla sem þurfa hjálp. Slíkt persónulegt samband er yfirleitt áhrifaríkrara en að reyna að útskýra batastefnu GA-samtakanna í síma eða bréflega, einkum þegar væntanlegir félagar eiga í hlut. Tilgangur heimsóknarinnar er að fá spilafíkilinn til að koma á GA-fund.
- 2) GA-félagar eru hvattir til að forðast að reyna að sannfæra spilafíkilinn um að hann sé veikur. Oft hefur viðkomandi fengið margar slíkar sjúkdómsgreiningar og er þreyttur á að hlusta á þær.
- 3) Lagt er til að félaginn sem fer í heimsókn reyni að fá spilafíkilinn til að tala um sjálfan sig. Félögum er ráðlagt að standast freistinguna að „selja“ batastefnuna en hlusta og segja frá eigin reynslu.
- 4) Samtalið á að vera einfalt. Lagt er til að félagar veiti viðkomandi ekki meiri upplýsingar en hann getur tekið við.
- 5) Félagar ættu að sýna skilning á vandamálum þess sem þeir heimsækja en hafa það hugfast að þeir eru ekki sérmenntaðir ráðgjafar.
- 6) Flest tólftasporssamtöl eru tveggja manna tal. Ef einhver úr fjölskyldunni eða vinir eru viðstaddir á sá sem leitar hjálpar oft erfiðara með að tala hreint út.
- 7) GA-félagar sem fara í tólftasporshéimsókn ættu að hafa það hugfast að þeir eru hvorki trúboðar né siðapredikarar og ættu því hvorki að fara í krossferð né reyna að snúa mönnum á sína skoðun.
- 8) Ef um nýliða er að ræða er tilgangur tólftasporshéimsóknarinnar að fá hann til að koma á næsta GA-fund. Ef farið er í héimsókn til annarra félaga er tilgangurinn að hvetja til áframhaldandi fundarsóknar eða að hefja fundarsókn að nýju. Einkaviðræður geta ekki komið í stað funda. Þótt viðgangur hópa og einstaklinga sé háður því að félagar fari í tólftasporshéimsóknir er lagt til að þeir byrji ekki á þeim fyrr en þeir hafa hætt fjárhættuspili. Nákvæmur skilningur á batastefnu GA-samtakanna er ekki nauðsynlegur til að fara í tólftasporshéimsóknir. Það eina sem í rauninni þarf er að geta sýnt fram á að batastefnan beri árangur.

Trúnaðarmenn

Félagar kunna að vera beðnir að hjálpa GA-samtökunum á ýmsan hátt en mestan þroska þarf til að verða trúnaðarmaður. Hver sá sem tekur það að sér

að gerast trúnaðarmaður byrjar starfið meðvitandi um að einstaklingur gerir ekkert einn; hann er framlengdur armur hópsins í heild.

Tólfasporsvinna er byrjunin en að vera trúnaðarmaður nær mun lengra en að heimsóknirnar í tólfra spori því það krefst stöðugs áhuga á félaganum. Félaginn sem hjálpina fær er fullvissaður um að til sé að minnsta kosti einn maður sem sýni vandamálum hans skilning, maður sem hann getur snúið sér til án þess að skammast sín. Að vera trúnaðarmaður uppfyllir mannlega þörf til að hjálpa öðrum og trúnaðarmaðurinn styrkist við að deila með öðrum. Að vinna með félaganum hjálpar trúnaðarmanninum að forðast sjálfsánægju og vera stöðugt meðvitaður um eigin vandamál sem hlutust af fjárhættuspili. Að trúnaðarmaður og félagi deila persónulegri reynslu sinni hjálpar þeim báðum að ná bata.

Skyldur trúnaðarmannsins eru að gera allt sem hægt er, innan marka reynslu, getu og skynsemi, til að hjálpa öðrum félögum að þroskast. Trúnaðarmenn verða að láta félagana vita að þeir beri umhyggju fyrir þeim og skilji þá og séu reiðubúnir til aðstoðar við hvaða vandamál sem er. Trúnaðarmenn eru vinir skjólstæðinga sinna og sem góðir vinir eru þeir ófeimnir við að segja þeim sannleikann, jafnvel þótt hann sé óþægilegur. Ein mikilvægasta skylda trúnaðarmannsins er að tryggja að félaginn sækir GA-fundi og fylgi batastefnunni. Þáttur í því starfi er að kynna skjólstæðinginn fyrir öðrum félögum og láta hann finna að sé með í hópnum. Trúnaðarmenn kynna einnig féлага fyrir öðrum GA-hópum. Þar að auki útskýrir trúnaðarmaðurinn batastefnu GA fyrir fjölskyldu félagans því samvinna fjölskyldunnar eykur mjög líkurnar á bata. Þrátt fyrir alla þessa mikilvægu vinnu verða trúnaðarmenn alltaf að minnast þess að það er batastefna GA, en ekki færni þeirra og staða, sem skiptir mestu til þess að hjálpa félaganum að ná bata og persónulegum þroska.

Hver trúnaðarmaður gengur að þessu verki eins og hann telur best út frá eigin persónuleika og reynslu. Áhrifaríkustu trúnaðarmennirnir eru sveigjanlegir og forðast að nota aðeins eina aðferð. Það er til að mynda mikilvægt að vera ákveðinn en flestir félagar hafa komist að raun um að jafnvel ströngustu tók þarf að milda með skilningi og umhyggju.

Trúnaðarmenn geta fallið í margar aðrar gryfjur en að vera of strangir. Trúnaðarmenn ættu að forðast tilhneiginguna til að ofvernda nýliðann og ala þannig á ósjálfstæði sem er báðum til tjóns. Það getur orðið til þess að félaginn setji allt sitt traust á trúnaðarmanninn en ekki á batastefnuna í heild.

Annað mögulegt vandamál er að trúnaðarmenn taki hlutverk sitt ekki nógu alvarlega. Ef félaginn er feiminn eða hlédrægur að eðlisfari getur einum of óformleg og kæruleysisleg framkoma trúnaðarmannsins leitt til þess að félaginn flosni upp úr hópnum. Trúnaðarmannsstarfið krefst virkrar þáttöku og stöðugar íhlutunar.

Trúnaðarmenn útskýra batastefnu GA á þann hátt sem þeim er eðlilegur og samkvæmt eigin reynslu. Brýnt er að trúnaðarmenn minnst þess að það er óraunsætt að ætlast til þess að félagi meðtaki alla GA-batastefnuna í heild á allra fyrstu mánuðunum. Flestir trúnaðarmenn leggja fyrst áherslu á nokkur mikilvæg atriði, svo sem: megingilgangur GA er að hjálpa spilafíklum að hætta fjárhættuspili; fyrsta skrefið til bata er að viðurkenna að maður sé spilafíkill og hafi misst stjórn á lífi sínu; og að GA-samtökin bjóða upp á hagnýta batastefnu sem hrifur.

Trúnaðarmaður kann að þurfa að fást við féлага sem tekur aftur til við að spila fjárhættuspil. Þegar slíkt gerist má trúnaðarmaðurinn ekki taka það persónulega. Félagar, sem hafa hrasað og byrjað aftur að spila fjárhættuspil, eru yfirleitt vondufir og ráðþrota og þurfa því enn meiri stuðning. Hægt er snúa falli í uppbyggilegt tækifæri til sjálfsskoðunar og hreinskilins uppgjörs, bæði fyrir félagann og trúnaðarmanninn. Líta má á slíkt fráhrarf frá batastefnunni sem lærdómsríka reynslu og tækifæri til að byrja upp á nýtt.

Trúnaðarmenn hvetja fjölskyldu félagans til að gefa spilafíklinum tækifæri til að ná árangri með batastefnunni án tillits til fyrri mistaka við að hætta að spila fjárhættuspil. Þeir leggja áherslu á að flestum félöguðm reynist auðveldara að taka upp heilbrigða lífshætti ef fjölskyldan sýnir virkan áhuga á að þeir nái bata. Trúnaðarmenn upplúsa líka fjölskylduna um Gam-Anon, sérstök samtök sem ætluð eru fjölskyldum og vinum spilafíkla.

Trúnaðarmenn deila þekkingunni sem þeir hafa öðlast með því að fylgja GA-batastefnunni og leggja þannig sitt af mörkum til að leiðbeina félögum gegnum erfitt umskiptaskeið. Um leið eflir sú reynsla trúnaðarmennina sjálfa. Þetta gagnkvæma stuðningsfyrirkomulag eflir starf GA-samtakanna og heldur þeim gangandi.

FJÖLSKYLDA OG VINIR

GAM-ANON OG GAM-A-TÁN

Gam-Anon eru sjálfbær samtök eiginkvenna, eiginmanna, ættingja og náninna vina spilafíkla. Gam-Anon-samtökin eru ekki í skipulagstengslum við Gamblers Anonymous en þessi tvenn samtök vinna náið saman að sameiginlegum markmiðum.

Gam-Anon-samtökin urðu til í New York árið 1960 þegar fjórar eiginkonur spilafíkla komu saman til að ræða sameiginlegt vandamál sitt. Fulltrúa frá Al-Anon-samtökunum var boðið á fundinn til að ræða hvernig sá hópur tekur á því að búa með alkóhólista og niðurstaðan varð að sömu meginreglunum mætti beita við það að búa með spilafíkli. Árið 1961 voru margir Gam-Anon-hópar stofnaðir í Los Angeles og síðan hafa samtökin vaxið stöðugt um allan heim.

Meirihluti Gam-Anon-félaga eru eiginkonur spilafíkla því flestir félagar í GA-samtökunum eru giftir karlmenn. Algengt er að Gam-Anon-fundir séu haldnir samtímis GA-fundum, í sama húsi en annarri stofu. Eina skilyrðið til að verða félagi í Gam-Anon er að eiga maka, ættingja eða vin sem er spilafíkill eða hafa á annan hátt orðið fyrir barðinu á spilafíknarvandanum.

Margir ganga í Gam-Anon þótt spilafíkillinn sem þeir þekkja sé ekki í GA-samtökunum. Þeir sem ganga í Gam-Anon gera það vegna þess að þeir gera sér grein fyrir að þeir þurfa líka hjálp. Þegar makinn, ættinginn eða vinurinn fer að átta sig á spilafíknarvandanum og sækja Gam-Anon-fundi kann það það leiða til þess að spilafíkillinn fari að sækja GA-fundi. Gam-Anon-félögum er þó bent á að því sé ekki að treysta og að tilgangurinn með því að sækja Gam-Anon-fundi sé að þeir sjálfir finni nýja leið til að lifa lífinu.

Markmið Gam-Anon-stefnunnar er að aðstoða einstaklinga sem tengjast spilafíkli við að finna hjálp með því að breyta eigin lífsháttum. Því er komið

til vegar með andlegum þroska sem fæst með því að lifa í samræmi við Gam-Anon-stefnuna, með því að veita spilafíklum skilning og stuðning og með því að veita fjölskyldum þeirra huggun og hugreystingu.

Að búa með spilafíkli eða tengjast honum veldur þjáningum sem eru sér á parti. Fyrir flesta er það skelfileg reynsla: álagið á fjölskylduna verður óþolandi og heimilislífið er þrungið beiskju, vonbrigðum og gremju. Tilfinningalega tekur álagið sinn toll og allt líf Gam-Anon-félagans virðist vera að fara úr böndunum; spennan eykst enn vegna þess að efnahagurinn fer í rúst. Á hverri stundu má búast við því að fjölskyldan missi íbúðina eða að húsgögnin verði sótt. Stundum eru ekki til peningar fyrir mat eða kaupa föt á börnin. Þeir sem búa með spilafíklum verða oft alvarlega taugaveiklaðir. Á köflum verða þeir ófærir um að hugsa rökrétt; vandamálin virðast óviðráðanleg og óskiljanleg.

Hér á eftir fer gátlisti Gam-Anon með þrettán spurningum.

Býrð þú með spilafíkli?

1. Eru rukkarar sífellt á hælunum á þér?
2. Er viðkomandi oft að heiman í langan tíma á skýringa?
3. Finnst þér að ekki sé hægt að treysta honum eða henni fyrir peningum?
4. Heitir hann eða hún því staðfastlega að hætta fjárhættuspili og sárbiður um annað tækifæri en byrjar samt aftur og aftur að spila fjárhættuspil?
5. Fær hann eða hún lánaða peninga til að spila fjárhættuspil eða til að borga spilaskuldir?
6. Hefurðu tekið eftir persónuleikabreytingu hjá spilafíklinum eftir því sem spilafíkn hans eða hennar ágerist?
7. Hefur komið til þess að þú feldir peninga sem þarf til framfærslu, vitandi að annars kynni þig og aðra í fjölskyldunni að skorta fæði og klæði?
8. Leitarðu í fötum spilafíkilsins eða í veskinu hans þegar færi gefst eða kannarðu atferli hans eða hennar á annan hátt?
9. Felur spilafíkillinn peninga sína?
10. Lýgur spilafíkillinn stundum blákalt, forðast allar umræður um skuldir sínar eða neitar að viðurkenna ástandið?

11. Reynir spilafíkillinn að koma inn hjá þér sektarkennd til að varpa ábyrgðinni á spilafíkn sinni á þig?
12. Reynir þú að sjá skapbreytingar spilafíkilsins fyrir eða hafa stjórn á lífi hans eða hennar?
13. Finnst þér að sambúð ykkar líkist helst martröð?

Gam-Anon fundurinn

Á Gam-Anon fundum gefst tækifæri til að mynda sterk tengsl milli þeirra sem þjást vegna spilafíknarvandans. Fundurinn hefst með þögullu hugleiðslustund og honum lýkur með æðruleysisbæninni. Á fundinum lesa félagar kafla úr ýmsum ritum sem alþjóðleg þjónustuskrifstofa Gam-Anon gefur út. Þar á meðal eru bæklingar sem heita „Að búa við spilafíkn“, „Gam-Anon-leiðin í lífinu“, „Gam-Anon-leiðarvísirinn“, „Leiðarvísir um starfshætti Gam-Anon“, „Leiðsögn við fjórðasporsuppgjör“, og „Hringekjan afneitun.“

Mestum hluta fundartímans er varið til að veita stuðning og þá tala Gam-Anon-félagar um vandamál sín eða framfarir. Tekinn er tími til að skiptast á skoðunum og þá fá félagar í vanda ráð frá þeim sem hafa svipaða reynslu að baki. Félagar hlusta án fordóma og með svörum sínum reyna þeir að hjálpa hvor öðrum að ná og halda jákvæðri og heilbrigðri stefnu í lífinu.

Fjármál eru mikið rædd því fjárkröggur eru stöðugur fylgifiskur spilafíkninnar. Félagar vinna að því að ná aftur skynsamlegri yfirsýn yfir fjármál fjölskyldunnar og hjálpa hver öðrum með tillögum um skipulag og fjárhagsáætlanir.

Mörgum sem koma á Gam-Anon-fundi finnst að þeir beri á einhvern hátt ábyrgð á vandamálum maka sinna, ættingja eða vina sem spila fjárhættuspil. Gam-Anon-félagar fá að vita að þeir beri ekki ábyrgð á þessum vandamálum og eigi ekki að hafa sektarkennd vegna þeirra. Hópumræður þjóna oft þeim tilgangi að leggja áherslu á það mikilvæga atriði að spilafíknin er sjúkdómur, sem spilafíkillinn þjást af, og því er það ekki á valdi Gam-Anon-félaga að ráða við hana. Með hópumræðum hjálpa félagar hver öðrum að losna við óverðskuldaða sektarkennd og samviskubit.

Gam-Anon-fundir gegna einnig því mikilvæga hlutverki að koma mökum, ættingjum og vinum spilafíkla til að átta sig á því að að þeir standa

ekki einir uppi. Margir félagar hafa ómetanlegt gagn af því að deila reynslu sinni með öðrum.

Félagar eru eindregið hvattir til að hafa samband hver við annan á milli funda. Símasamband er sérstaklega mikilvægt fyrir féлага sem eru undir miklu álagi og fyrir alla nýja féлага. Samtökin hvetja einnig f'rlaga til að lesa öll f'áanleg Gam-Anon-rit til að fá stuðning milli funda. Bæklingarnir, sem áður voru nefndir, veita allir upplýsingar og hjálp við ýnasr kringumstæður.

Kannski er best að kynna Gam-Anon-leiðina til að lifa lífinu með eftirfarandi völdum köflum úr Gam-Anon-bæklingum.

Gam-Anon-leiðarvísirinn

Í bæklingnum er spurt: „Af hverju þurfum við Gam-Anon?“ og svarið er:

„Fjölskyldur spilafíkla hafa komist að raun um að það er skelfileg reynsla að búa við spilafíkn. Hver og einn okkar hefur átt við sama vanda að etja og þú. Í Gam-Anon lærum við að ná tökum á vandamálum okkar með því að fylgja andlegum meginreglum sem hópur.“

Til þess að framfylgja markmiðum sínum reyna Gam-Anon-samtökin að finna lausnir á algengustu vandamálum féлага sinna. Margir Gam-Anon-félagar þurfa hjálp við að skilgreina hlutverk sitt sem maki spilafíkils. Margir velta því fyrir sér hvernig þeir geti sem best hjálpað maka, ættingja eða vini sem er í GA-samtökunum. Annað vandamál er spurningin um það hvernig Gam-Anon-félagi geti lært að lifa með spilafíklinum eða án hans. Stórt skref á batavegi Gam-Anon-f'rlaga er að læra að treysta á æðri mátt.

„Gam-Anon-leiðarvísirinn“ er bæklingur ætlaður byrjendum í samtökunum. Þar eru nýjum félögum veitt eftirfarandi fimmtán ráð:

1. Viðurkenndu þá staðreynd að spilafíkn er sjúkdómur og lærðu að lifa með henni.
2. Að spyrja eða yfirheyra spilafíkilinn er ekki til neins. Þú hefur ekkert vald yfir þessum aðstæðum. Ef hann vill leyna einhverju er ekki hægt að þvinga fram sannleikann. Því skyldirðu þá reyna?
3. Að jagast við manninn þinn vegna peninga sem hann hefur tapað eða tala um hvað hefði getað orðið hefði hann ekki spilað fjárhættuspil er skaðlegt fyrir bata hans og þinn eigin bata.

4. Fortíðinni verður ekki breytt og þú færð ekki sálarfrið nema þú sættir þig við hana beiskjulaust.
5. Spilafíkillinn, ekki eiginkona hans, á að bera ábyrgð á því að fara til lánardrottna og greiða bætur. Taktu ekki þá ábyrgð frá honum.
6. Reynslan hefur kennt okkur að það sé ekki heillavænlegt að fá lánað fé eða skrifa upp á skuldaviðurkenningar, hvorki meðan eiginmaðurinn stundar fjárhættuspil eða þegar hann gengur í GA.
7. Það er ekki mælt með því að eiginkonan fari sérstaklega í vinnu til að greiða spilaskuldir.
8. Skynsemin segir okkur að spilafíkill sé sjaldnast fær um að sjá um fjármál fjölskyldunnar. Kannski breytist það þegar honum miðar áfram á bataveginum.
9. Ráddu vinum og ættingjum frá því að lána spilafíklinum peninga.
10. GA-samtökin og batastefna þeirra er fyrir spilafíkla. Eiginkonur ættu ekki að blanda sér í það.
11. Það kann að vera ráðlegt að hvertja spilafíkilinn til að fara á fyrstu fundina en eftir það verður hann að ráða gerðum sínum sjálfur. Að þvinga spilafíkilinn til að sækja fundi er líklegra til að gera illt en gott.
12. Spilaskuldir hans hlóðust ekki upp á stuttum tíma svo þú skalt ekki láta hugfallast þott hann þurfi að endurgreiða þær með litlum afborgunum á löngum tíma. Venjuleg fjölskylduútgjöld verða að hafa forgang.
13. Batinn er mjög hægfara þróunarferill fyrir spilafíkilinn. Veittu honum hvatningu og treystu á æðri mátt.
14. Gerðu heiðarleg reikningsskil yfir ÞÍNA EIGIN skapgerðarbresti og reyndu að lagfæra þá.
15. Komdu á Gam-Anon-fundi jafnvel þótt maðurinn þinn haldi áfram að spila fjárhættuspil. Við skiljum vandamál þitt og ef löngun þín er einlæg getum við hjákpað þér með stefnu okkar.

Bæklingurinn veitir félögum ýmis ráð til að halda tilfinningalegri heilsu þrátt fyrir spilafíknarvandann. Þeir eru hvattir til að ræða vandamál sín. Með því að trúá öðrum félaga fyrir þeim má létta á álaginu og ná áttum á ný. Þeim sem búa við spilafíkn er ráðlagt að veita reiðinni útrás í vinnu. Í stað þess að hugsa stöðugt um hefnd eru félagar hvattir til að veita innibýrgðri orku útrás með því að vinna eða sinna áhugamálum, sem sagt með því að gera eitthvað sem hjálpar þeim að ná sér niður.

Einnig má létta álagið af því að búa við spilafíkn með því að taka sér örlítið frí og skilja vandamálið eftir heima. Þegar Gam-Anon-félaginn kemur aftur heim eftir stutta hvíld er hann oft betur í stakk búinn til að taka á vandamálinu. Félagar eru minntir á að skemmtun er jafnmikilvæg og vinna og hvattir til að ætla ákveðna tíma sér til upplýftingar. Þeim er eindregið ráðlagt að leggja ekki of hart að sér og slaka á eins og þeir geta.

Í „Gam-Anon-leiðarvísinum“ er bent á að stundum geti verið ráðlegt að láta undan jafnvel þótt maður hafi rétt fyrir sér. Sífelldar deilur valda öllum málsaðilum leiðindum og gremju. Með því að láta undan og neita að halda deilunni áfram geta félagar stundum komið spilafíklinum til að gera hið sama. Eins er félögum ráðlagt að vera ekki allt of gagnrýnir. Þeir eru hvattir til að beina heldur athyglinni að kostunum í fari spilafíksins sem þeir búa með.

Þeir sem eru nákomnir spilafíklum hætta til að verða allt of gagnrýnir á sjálfa sig. Til þess að komast hjá gremju og vonbrigðum sem fylgir slíku hugarfari eru félagar minntir á það í bæklingnum að enginn er fullkominn svo þeir ættu að taka bæði eigin göllum og annarra með umburðarlyndi. Oft þyrmir alveg yfir makar og vini spilafíks og þeir verða felmtri slegnir. Til að þess að ná áttum í öllum glundroðanum eru félagar hvattir til að taka eitt vandamál fyrir í einu og byrja á því brýnasta. Stundum er hegðun spilafíksins svo ruglandi og niðurdrepandi að maki hans lokar sig af og hætta næstum öllu félagslegu sambandi við annað fólk. Til að losna úr slíkri sjálfheldu eru Gam-Anon-félagar minntir á að stundum er hollt að tala við annað fólk að fyrrabragði og stofna til kynna.

Að búa við spilafíkn

„Að búa við spilafíkn“ skilgreinir GAM-Anon-stefnuna enn frekar og skýrir hvað það er að eiga við eða búa með spilafíki. Þessi bæklingur fjallar nánar um vandamálin sem eru rædd í „Gam-Anon-leiðarvísinum.“

Meðal annars er fjallað um spurninguna: „Hvert er hlutverk mitt sem einstaklings í tengslum við spilafíki?“ Svar Gam-Anon-samtakanna er að þeir sem lifi samkvæmt Gam-Anon-stefnunni geti verið hjálparhella spilafíks jafnvel þótt hann sé kominn í GA-samtökin. Bæklingurinn veitir mörg ráð til að leiðbeina félögum í viðleitni þeirra við að hjálpa spilafíklinum.

Félagar eru hvattir til að gera heimilislífið eins ánægjulegt fyrir spilafíkilinn og mögulegt er. Þeim er ráðlagt að hugsa vel um útlit sitt; bæði hefur það hagstæð áhrif á spilafíkilinn og er þeim sjálfum hollt.

Margir Gam-Anon-félagar búast við eða vonast eftir því að spilafíklinum batni í skyndi. Í bæklingnum er eindregið varað við slíkum væntingum um skjótan bata. Félagar eru hvattir til að hafa trú á því að spilafíkillinn geri sitt besta til að ná bata. Þótt framfarirnar virðist hægar minna samtökin félagana á að þakka fyrir þann árangur sem náðst hefur.

Stundum verða félagar óþreyjufullir í biðinni eftir bata og reyna að gera það fyrir spilafíkilinn sem hann verður að gera sjálfur. Gam-Anon ræður félögum eindregið frá því að reyna að leysa spilafíknarvandann fyrir spilafíkilinn.

Vandamál spilafíkilsins á ekki að ræða við aðra nema hann vilji það sjálfur. Ef spilafíkill uppgötvar söguburð um sjálfan sig getur það haft mjög skaðleg áhrif á bata hans.

„Hvernig get ég lært að búa við það ef spilafíkillinn heldur áfram að spila fjárhættuspil?“ Gam-Anon-samtökin viðurkenna að maki, ættingi eða vinur spilafíkils þarf næstum ofurmannlega þolinmæði til að læra að búa við spilafíkn. Nokkur hjálp er þó í því að gera sér grein fyrir að sjúkleg spilaárátta er tilfinningalegur sjúkdómur og einnig að öðlast skilning á því að spilafíkillinn reynir ekki viljandi að særa fjölskyldu og vini eða leggja líf þeirra í rúst. Gam-Anon-samtökin telja að þessi vitneskja geri vandamálið örlítið bærilegra.

Eina hamingjan, sem treystandi er á, kemur innan frá, svo Gam-Anon-samtökin hvetja félagana til að treysta á eigin kjarna andlegs styrks og þroska sem bestu leiðina til að búa við spilafíkn, fremur en byggja allar hamingjuvonir sínar á spilasjúkum maka.

Samtökin telja að eftir áralanga sambúð með spilafíkli sé líklegt að Gam-Anon-félaginn sé orðinn undarlegur og afbrigðilegur í hegðun. Þá er brýnt að hann finni hjá sér löngun til að breyta hegðun sinni. Mikilvægt er að hafa hugfast að skapgerð félagsins getur breyst smám saman með árunum svo þess er ekki að vænta að öll vandræði hverfi sjálfkrafa jafnvel þótt spilafíkillinn hætti að spila fjárhættuspil. Gam-Anon-samtökunum er ljóst að félagar verða að venja sig af atferlismunstri sem þeir hafa áunnið sér í áralangri sambúð við spilafíknina, annars fylgja vandamálin þeim það sem eftir er ævinnar.

Makar, ættingjar og vinir spilafíkla verða því að viðurkenna að þeir hafa líka sína galla. Félagar verða að gera sér grein fyrir þessari staðreynd áður geta hjálpað sjálfum sér með því að fylgja Gam-Anon-stefnunni.

Stefna samtakanna hlúir að visku, æðruleysi og hugrekki sem leiðir til betra lífs. Þroskinn sem fylgir þessum skilningi gerir einstaklingnum kleift að ráða fram úr gömlum vandamálum með staðfestu og takast ótrauður á við ný.

Nýjum félögum í Gam-Anon er yfirleitt umhugað um bata spilafíkils sem er GA-samtökunum. Gam-Anon ráðleggur félögum sínum að hafa ekki allan hugann við spilafíkilinn en einbeita sér heldur að eigin þörfum. Gam-Anon-félaginn lærir að átta sig á að hann ber ekki ábyrgð á spilafíkninni og að ná stjórn á henni. Samtökin hvetja samt félagana til að gefa ekki upp vonina um að spilafíkillinn tileinki sér batastefnu GA.

Að fylgjast með hverri hreyfingu og hugsun spilafíkilsins leiðir að dómi Gam-Anon félaga einungis til gagnkvæmrar auðmýkingar. Stöðug hnýsni um gerðir spilafíkilsins leiðir til álitshnekkis fyrir alla viðkomandi. Það er bráðnauðsynlegt fyrir féлага að setta sig við þá staðreynd að ekkert sem þeir segja eða gera getur breytt hegðun spilafíkilsins. Þess vegna gera yfirheyrslur spilafíkilinn aðeins enn laumulegri og óbilgjarnari og hann dregur sig enn lengra inn í skel sína.

Margir sem koma í Gam-Anon hafa reynt árum saman að fá spilafíkil til að breyta hegðun sinni. Sjúkdómurinn ágerist smám saman og jafnframt aukast áhyggjur og óþol aðstandenda spilafíkilsins. Þeir skilja ekki eðli spilafíknarinnar og þjást oft af mikilli sektarkennd yfir því að þeir eig sök á spilafíkninni að einhverju eða öllu leyti. Gam-Anon kennir félögum sínum að sjúkdómurinn sé þess eðlis að sektarkennd aðstandenda eigi engan rétt á sér. Félagar í Gam-Anon-samtökunum vita að öll viðleitni þeirra hefur engin áhrif á það hvort spilafíkillinn heldur áfram á glötunarbraut sinni.

Batastefnan - Tólf bataspor Gam-Anon

Gam-Anon-samtökin leggja fram batastefnu í tólf sporum. Þessi stefna er grundvöllur persónulegs þroska félaganna. Með því að fylgja þessum tólf sporum ná félagarnir fram jákvæðum skapgerðarbreytingum og öðlast meiri skilning á spilafíknarvandanum. Fyrir eða síðar ná félagar að tileinka sér *æðruleysid* sem er markmið samtakanna.

1. VIÐ VIÐURKENNDUM VANMÁTT OKKAR GAGNVART VANDAMÁLINU Í FJÖLSKYLDU OKKAR.

Að viðurkenna vanmátt okkar gagnvart vandamálinu veitir okkur ótrúlegan létti. Okkur verður ljóst að við berum ekki ábyrgðina á vandamáli spilafíkilsins. Við getum ekki stöðvað fjárhættuspil hans, hve mikið sem við reynum. Við höfum líka gert okkur ljóst að við eigum ekki sök á fjárhættuspílinu. Með þessum skilningi á vanmætti okkar byrjum við að fá svigrúm til að einbeita okkur að okkar eigin vandamálum.

2. VIÐ FÓRUM AÐ TRÚA ÞVÍ AÐ MÁTTUR, SEM ER OKKUR ÆÐRI, GÆTI KOMIÐ OKKUR TIL AÐ LIFA OG HUGSA EÐLILEGA Á NÝ.

Eftir viðurkenninguna í fyrsta spori vitum við að sennilega getur enginn mannlegur máttur hjálpað okkur. Þegar lífið er gagnsýrt ótta, áhyggjum og grunsemdum, eins og hjá okkur, þarf mátt sem er okkur æðri til að koma okkur aftur til að lifa því sem við köllum eðlilegt líf. Flest okkar hugsa um þennan mátt sem Guð, eins og við skiljum hann.

3. VIÐ TÓKUM ÞÁ ÁKVÖRÐUN AÐ LÁTA VILJA OKKAR OG LÍF LÚTA HANDLEIÐSLU ÞESSA ÆÐRI MÁTTAR EINS OG VIÐ SKILDUM HANN.

Eftir að við erum farin að viðurkenna og trúá á æðri mátt ákveðum við að fela líf okkar þessum æðri mætti. Þannig, með Guð við stjórnvölinn, verður okkur kleift að forðast áhyggjur. Við létum af okkur þeirri þungu byrði sem við höfum reynt að bera ein í mörg ár.

4. VIÐ GERÐUM ÍTARLEG OG ÓTTALOUS SIÐFERÐILEG REIKNINGSSKIL Í LÍFI OKKAR.

Við komumst að því að við urðum að vera algjörlega hreinskilin við okkur sjálf. Flest okkar uppgötva að við höfum ýmsa skapgerðarbresti sem við höfðum ekki áttað okkur á. Okkur reynist gagnlegt að gera siðferðileg reikningsskil í lífi okkar. Við finnum hjá okkur galla á borð við sjálfsvorkunn, tvöfeldni, óþolinmæði, hatur, hroka, öfund og neikvæðan hugsunarhátt. Svo við missum ekki móðinn er þó afar mikilvægt að telja jafnt fram kosti okkar og galla.

5. VIÐ VIÐURKENNDUM FYRIR SJÁLFUM OKKUR OG ANNARRI MANNESKJU NÁKVÆMLEGA Í HVERJU YFIRSJÓNIR OKKAR FÓLUST.

Okkur veitist oft erfitt að viðurkenna fyrir sjálfum okkur að við höfum gert eitthvað rangt og enn erfiðara er að viðurkenna það fyrir öðrum. Þegar við erum orðin fær um að sjá hvað við höfum gert rangt og orðin fær um að tala um það við aðra erum við komin á bataveg. Oft finnum við okkur einhverja afsökun eða skellum skuldinni á aðra. Okkur líður miklu betur þegar við erum orðin fær um að vera hreinskilin við sjálf okkur. Þegar við byrjum að ræða vandamál okkar við aðra manneskju verður byrðin léttari og við bnerum hana ekki lengur ein. Við lærum að sjá okkur sjálf eins og við erum í raun og veru.

6. VIÐ VORUM FYLLILEGA REIÐUBÚIN TIL ÞESS AÐ LÁTA FJARLÆGJA ÞESSA SKAPGERÐARBRESTI.

Þetta spor finnst okkur mörgum mjög erfitt. Þegar við viðurkennum þá staðreynd að æðruleysið kemur innan frá förum við að þroskast. Með nánari umhugsun á sömu nótum öðlumst við aukinn skilning. Okkur verður ljóst að með skapgerðarbresti á borð við sjálfsvorkunn, sjálfsréttlætingu, óþolinmæði og þykkju finnum við aldrei sálarfriðinn og æðruleysið sem við sækjumst eftir. Þegar við erum farin að hugsa svo langt verðum við fús til að láta losa okkur við slíkar hindranir á þroskaferli okkar.

7. VIÐ BÁÐUM GUÐ (EINS OG VIÐ SKILDUM HANN) Í AUÐMÝKT AÐ LOSA OKKUR VIÐ BRESTINA.

Þetta spor fjallar sérstaklega um auðmýkt og hvaða árangri við getum náð með því að tileinka okkur hana. Í fullri auðmýkt og skilmálalaust biðjum við æðri mátt að losa okkur við galla okkar. Hugsanlega finnum við hjá okkur löngun til að halda fast í suma skapgerðarbresti okkar. Við verðum að biðja Guð um hugrekki og þolinmæði til að vinna í þessu spori hvern einasta dag. Við finnum daglega nýja skapgerðarbresti og þess vegna verðum við að biðja hann um hjálp á hverjum degi.

8. VIÐ GERÐUM LISTA YFIR ALLA SEM VIÐ HÖFÐUM VALDIÐ TJÓNI OG URÐUM FÚS TIL AÐ BÆTA HVERJUM OG EINUM SKAÐANN.

Við höfum leyft spilafíknarvandanum í lífi okkar að rangsnúa hugsunarhætti okkar. Við höfum mörg hver verið langt niðri andlega og siðferðilega. Okkur leið illa svo við gerðum öðrum lífið leitt. Við vorum ófær um að uppfylla þá skyldu að veita öðrum ást og skilning. Í stað þess að skilja og viðurkenna sjúkdóm spilafíkilsins nöldruðum við í honum og gagnrýndum hann. Nú finnum við þörf til að bæta fyrir það. Við getum byrjað á því að búa til lista yfir þá sem við höfum sært. Þegar okkur lærist betur að vera hreinskilin við okkur sjálf finnum við yfirleitt þörf til að bæta á listann.

9. VIÐ BÆTTUM SLÍKU FÓLKI SKAÐANN MILLILÍÐALAUST, SVO FRAMARLEGA SEM ÞAÐ SÆRÐI ENGAN.

Þegar við lærum að lifa samkvæmt batastefnunni og vinna í sporunum getum við bætt þeim skaðann sem við höfum sært með því að sýna ást og góðvild, áhuga á velferð náungans og almennan farsældaranda.

10. VIÐ HÉLDUM ÁFRAM AÐ GERA PERSÓNULEG REIKNINGSSKIL OG ÞEGAR OKKUR VARÐ Á VIÐURKENNDUM VIÐ ÞAÐ UNÐANBRAGÐALAUST.

Markmið þessa spors er að kenna okkur árvegni. Skapgerðarbrestirnir sem við töldum fram í fjórða spori hafa kannski ekki horfið algjörlega. Umfram allt þurfum við að gæta þess daglega að þeir taki sig ekki upp aftur. Þegar við verðum vör við nýjan skapgerðarbrest eða galla sem okkur sást yfir getum við ráðist á hann þegar í stað. Þegar við erum komin þetta langt í andlegum þroska ætti okkur ekki að veitast mjög erfitt að viðurkenna það undanbragðalaust þegar við gerum eitthvað rangt. Í þessu spori vinnum við með Guðs hjálp og í auðmýkt.

11. VIÐ LEITUÐUMST VIÐ MEÐ BÆN OG HUGLEIÐSLU AÐ STYRKJA VITUNDARSAMBAND OKKAR VIÐ GUÐ, SAMKVÆMT SKILNINGI OKKAR Á HONUM, OG BÁÐUM EINUNGIS UM SKILNING Á ÞVÍ SEM OKKUR VAR FYRIR BESTU OG MÁTT TIL AÐ FRAMKVÆMA ÞAÐ.

Við getum tekið okkur tíma á daginn fyrir kyrrðarstund í bæn og hugleiðslu. Með því að gera það nálgumst við Guð og biðjum þess að við verðum fær um að skilja vilja hans. Þegar við höfum öðlast þennan styrk verður auðveldara að horfast í augu við sannleikann á hverjum degi. Við getum byrjað daginn á því að biðja Guð að gefa okkur trú og kjark til að fara að vilja hans.

12. ÞEGAR VIÐ HÖFÐUM REYNT AÐ FYLGJA ÞESSUM MEGINREGLUM Í LÍFI OKKAR OG STARFI REYNDUM VIÐ AÐ FLYTJA ÖÐRUM ÞENNAN BOÐSKAP.

Þegar við höfum náð nokkrum árangri með vinnu í undafarandi sporum erum við tilbúin til að hjálpa öðrum sem þjást. Við viljum gefa öðrum kost á að deila með okkur nýjum og betri lífsháttum. Við vitum mætavel hvílík eynd og óhaningja getur fylgt því að vera nákominn spilafíkli. Við höfum gengið í gegnum það sjálf. Okkur er ljóst að því meira sem við gefum batastefnunni, því meira fáum við í staðinn. Í batasporunum finnum við leið til að taka á öllum vandamálum.

Gam-Anon-leiðin í lífinu

Í bæklingi sem nefnist „Gam-Anon-leiðin í lífinu“ er birt einingarstefna eða erfðavenjur Gam-Anon samtakanna og annað sem því er skylt. Þar eru lögð fram hin opinberu markmið samtakanna:

- A. Að þroskast andlega með því að lifa samkvæmt Gam-Anon-sporunum tólf.
- B. Að læra að lifa við spilafíknarvandann.
- C. Að veita spilafíklinum hvatningu og skilning.
- D. Að bjóða fjölskyldur spilafíkla velkomnar og veita þeim hjálp og huggun.

Gam-Anon-samtökin telja að andlegum framförum og tilfinningaþroska félaganna séu engin takmörk sett. Það er vegna þess að bataferillinn er samfelldur, án tímatakmarkana og árangurinn er mældur á einum degi í einu.

Samtökin líta á batastefnu sína sem sálfræðilega „hreingerningu“ og þáttur í því ferli er, eins og áður kom fram, að gera siðferðileg reikningsskil eins og lýst er í fjórða spori batastefnunnar. Í bæklingnum er gátlisti til að

hjálp félögum að gera slík reikningsskil. Þar er einnig útskýrt hvers vegna nafnleynd er svo mikilvægt atriði í batastefnunni. Nafnleyndin er andlegur grundvöllur samtakanna. Félögum er kennt að varðveita ávallt nafnleynd allra í samtökunum, einnig sína eigin nafnleynd.

Gagnvart almenningi tala félagar fyrir samtökin í heild. Þeir sem takast slíkt á hendur einskorða því allar umræður við batastefnuna; tilgangurinn er að flytja boðskap Gam-Anon, ekki þeirra eigin.

Á kápu bæklingins „Gam-Anon-leiðin í lífinu“ er mynd af stiga og efst eru dyr merktar „Leiðin til æðruleysis.“ Hvert þrep í stiganum táknar hjalla eða þroskastig á leið að því marki. Á þessu táknmáli erfyrsta þrepið viðurkenning og það næsta von. Síðan koma trú, heiðarleiki, kjarkur, batavilji, auðmýkt, einlægni, framkvæmd, árvekni og deiling.

Opinbert merki Gam-Anon er bjarghringur sem á eru letruð lykilordin: æðruleysi, vit, kjarkur. Kringum bjarghringinn er reipi með níu hnútum sem tákna lexíurnar sem menn læra í Gam-Anon og jafnframt táknar hver þeirra þrep í áttina að betra lífi.

Fyrsti hnúturinn táknar viðurkenningu Gam-Anon-félaga á því að þeir þurfi hjálp frá æðri mætti og frá samtökunum. Annar hnútur táknar hinn æðri mátt og þörfina á að trúa á annað og meira en mátt sinn og megin. Sá þriðji táknar hjálp, þ.e. að hughreysta og styðja spilafkilinn og aðra Gam-Anon-félaga. Fjórti hnúturinn táknar auðmýkt; að Gam-Anon- félagar átti sig á að þeir geti líka haft rangt fyrir sér. Sá fimmti táknar hlutleysi gagnvart spilafíknarvandanum. Sjötti hnúturinn táknar lífernir. Hann minnir Gam-Anon-félaga á að hafa ekki allan hugann við áhyggjurnar heldur taka sér tíma til umhugsunar, hugleiðslu og ánægjustunda með fjölskyldunni. Sjöundi hnúturinn táknar þakklæti og minnir félag á að vera þakklátir fyrir það sem þeim hefur hlotnast. Sá áttundi er tákn fyrir hamingju og þá staðreynd að bros getur verið smitandi. Níundi hnúturinn táknar sátt og minnir Gam-Anon-félaga á að taka lífinu eins og það er og reyna ekki að breyta því sem ekkert er við að gera.

Bæklingurinn „Gam-Anon-leiðin í lífinu“ kynnir einnig tólf spor sem nefnast einingarstefna eða erfðavenjur Gam-Anon-samtakanna. Þessi spor eru til leiðbeiningar um velferð einstakra hópa og samtakanna í heild. Að varðveita einingu hópsins gerir Gam-Anon-félögum kleift að hljóta áfram nauðsynlega hjálp með þáttöku í batastefnu samtakanna.

Sameiginleg reynsla Gam-Anon-félaga sýnir að fylgi við erfðavenjurnar er afar mikilvægt, ekki aðeins fyrir hópinn heldur hvern einstakan félag.

Einingarstefnan - Erfðavenjur Gam-Anon

Til þess að viðhalda einingu hefur reynsla okkar sýnt að:

1. Sameiginleg velferð okkar ætti að sitja í fyrirrúmi; æðruleysi hvers og eins byggist á einingu Gam-Anon-samtakanna.
2. Fyrirsvarsmenn okkar eru aðeins þjónar sem við treystum - ekki stjórndur.
3. Til þess að gerast Gam-Anon-félagi þarf aðeins eitt: að það sé spilafíknarvandi í fjölskyldunni.
4. Sérhver deild ætti að vera sjálfráða, nema í málefnum sem snerta aðrar deildir eða Gam-Anon-samtökin í heild.
5. Gam-Anon hefur aðeins einn megintilgang - að flytja fjölskyldum spilafíkla boðskap samtakanna.
6. Gam-Anon ætti aldrei að standa að, leggja fé til eða lána nafn Gam-Anon neinum skyldum eða óskyldum aðilum, til þess að fjármunir, eignir eða upphæfð fjarlægi okkur ekki hinum upphaflega tilgangi.
7. Sérhver Gam-Anon-deild ætti að standa á eigin fótum og hafna utanaðkomandi fjárhagsaðstoð.
8. Gam-Anon-samtökin ættu ávallt að vera áhugamenn en þjónustumiðstöðvar okkar mega ráða launaða starfskrafta.
9. Gam-Anon-samtökin sem slík ætti aldrei að skipuleggja en við getum myndað ráð eða nefndir sem eru ábyrgar gagnvart þeim sem þær þjóna.
10. Gam-Anon-samtökin taka enga afstöðu til annarra málefna en sinna eigin; nafni þeirra ætti því að halda utan við opinberar deilur.
11. Afstaða okkar út á við byggist á aðlöðun fremur en áróðri og nafnleyndar skyldum við ætíð gæta á vettvangi fjölmiðla.
12. Nafnleyndin er hinn andlegi grundvöllur Gam-Anon-stefnunnar og minnir okkur á að setja meginreglur ofar eigin hag.

Til þess að varðveita einingu samtakanna bendir Gam-Anon á hvernig hópar geti þekkt og forðast „höfuðóvinina þrjá“ sem geta eyðilagt hópinn.

Fyrsti óvinurinn er umræða um trúarsöfnuði og trúarskoðanir. Stefna Gam-Anon-samtakanna er mörkuð til að hjálpa félögum án tillits til skoðana þeirra á trúmálum.

Annar „höfuðóvinur“ er söguburður. Umræður um persónuleg mál annarra, þar með spilafíkilsins, getur valdið flokkadrætti og gert hópinn óstarfhæfan.

Gam-Anon nefnir þriðja „höfuðóvininn“ einræði. Í samtökunum eru engir leiðtogar með sérstakt vald svo félagar ættu að hafa hugfast að tilraunir til að koma á stigskiptu valdakerfi geta gert út af við hópinn.

Bæklingurinn „Gam-Anon-leiðin í lífinu“ er notaður á öllum fundum samtakanna. Margir félagar líta í hann daglega í leit að hjálp og styrk og finna þar traust og hald á álagstímum.

Afstaða Gam-Anon til fjármála

Flestir sem koma í Gam-Anon-samtökin hafa lent í fjárhagskröggum í sambúð með spilafíkli. Að búa með spilafíkli eða eiga spilaskjúkan ættingja er sár reynsla því umhyggja og örlæti aðstandenda hefur engin áhrif til að breyta hegðun spilafíkilsins. Samt eiga flestir foreldrar bággt með að neita syni eða dóttur um aðstoð, jafnvel óreglufólki, þótt féð seinki aðeins einkennum síversnandi sjúkdóms um stundarsakir.

Fjárhagserfiðleikar vegna sambúðar við spilafíkil koma sérstaklega hart niður á heimavinnandi eiginkonum því oft ráða þeir engu um tekjur og útgjöld fjölskyldunnar. Í reynd er fénu oft sóað og ekkert af því skilar sér til fjölskyldunnar. Löngun spilafíkilsins í peninga til að leggja undir og greiða spilaskuldir er svo gífurleg að eiginkonur með sjálfstæðan fjárhag eiga oft erfitt með að hafa fé sitt í friði fyrir eiginmönnum.

Eiginkonur í slíkum aðstæðum reyna einnig oft ómeðvitað að koma hlutunum í lag með því að leyfa eiginmönnum sínum að stjórna fjármálum fjölskyldunnar. Margar konur ná ekki að brjótast út úr því félagslega munstri að karlmaðurinn sé höfuð fjölskyldunnar og margar láta fara illa með sig fjárhagslega og tilfinningalega vegna þess að þær elska eiginmenn sína og telja að þá beri þeim að styðja þá skilyrðislaust. Sumar óttast jafnvel að missa eiginmanninn ef þær láta ekki undan.

Í Gam-Anon lærist félögunum að skilja að spilafíklum er ekki treystandi fyrir peningum. Félagarnir gera sér grein fyrir því að þeir verða að taka á sig þá ábyrgð að sjá um fjármál fjölskyldunnar. Samtökin hjálpa félögunum að átta sig á hvernig þeir eigi að uppfylla þær skyldur með því að fylgja

fjárhagsáætlun. Gam-Anon leggur áherslu á að þarfir fjölskyldunnar gangi fyrir.

Gam-Anon mælir ekki með því að konan fari að vinna úti til að hjálpa manni sínum að greiða spilaskuldir. Eins leggjast samtökin eindregið gegn því að nokkur fjármagni, ábyrgist eða láni veð til að greiða skuldir spilafíkils. Eiginkonum sem vilja fara að vinna utan heimilis eða gera það nú þegar er ráðlagt að nota ekki laun sín til að losa spilafíkilinn úr skuldaflækjunni.

Gam-A-Tán

Gam-A-Tán er sjálfshjálparhópur fyrir börn spilafíkla, án tillits til þess hvort foreldrara þeirra eru félagar í GA-samtökunum eða Gam-Anon-samtökunum. Gam-A-Tán viðurkennir þá staðreynd að börn spilafíkla eru vansæl og ráðþrota vegna aðstæðna á heimilinu. Markmið Gam-A-Tán er því að leiðbeina ungum félögum við að taka á spilafíknarvandannum í fjölskyldunni. Félögunum er hjálpað til að verða sjálfstæðir einstaklingar á eigin forsendum og finna sálarfrið sem kemur innan frá.

Gam-A-Tán leggur einnig áherslu á þá staðreynd að spilafíkn er ekki arfgeng. Hópurinn leitast við að hjálpa unglingum sem reyna að flýja vandamál sín á einhvern hátt, jafnvel með fjárhættuspili, með því að hvetja þá til að horfast í augu við raunveruleikann. Barnið á að elska, virða og skilja báða foreldra sína en hópurinn sýnir fram á að "eina lífið sem þú hefur einhverja stjórn á er þitt eigið."

Hversu erfitt sem fjölskyldulífið er getur sonurinn eða dóttirin byggt upp betra líf með því að fylgja stefnu Gam-A-Tán. Hópurinn hefur bæði batastefnu og erfðavenjur. Fundum er hagað samkvæmt hópmeðferðarreglunni. Gam-A-Tán-hópurinn er óháður GA og Gam-Anon því viðurkennt er að aðeins börn spilafíkla geti í raun skilið vandamál annarra í sömu aðstöðu.

Gam-A-Tán hópunum er stjórnað af félögunum sjálfum og þeir eru sjálfráða. Þeir hafa þó trúnaðarmenn frá GA, Gam-Anon eða hvorum tveggja. Trúnaðarmennirnir koma á fundi en stjórna þeim ekki á nokkurn hátt. Málum er skotið til úrskurðar þeirra ef þörf krefur og þeir svara spurningum sem upp koma. Trúnaðarmenn í Gam-A-Tán fara með allt sem gerist á fundum sem trúnaðarmál.

Yfirlit

Í ritum Gam-Anon er stöðugt vitnað til þess að allt starf samtakanna fer fram í anda sjálfshjálpar. Enginn er neyddur til þátttöku; hvers konar þvinganir eru brot á grundvallarreglum samtakanna.

Margra ára sameiginleg reynsla Gam-Anon-félaga sýnir þó að þeim sem vilja ná árangri með batastefnunni er ráðlegast að fylgja leiðbeiningarreglum samtakanna. Nýjum félögum verður ljóst að besta leiðin til að öðlast sálarró og vellíðan er að fylgja stefnu Gam-Anon-samtakanna.

Í þessum kafla hefur komið greinlega fram að GA-samtökin og Gam-Anon-samtökin nota mörg lík orð, hugtök og aðferðir. Það er einnig augljóst að batastefnur hvorutveggja samtakanna byggjast á líkum hugmyndum um atferlissálfræði, gildi þess að trúa á guð eða hafa aðra persónulega trúarskoðun, mikilvægi hópsins í bataferlinu, nafnleynd og svo framvegis. En þessar hliðstæður segja ekki að þessi tvönn samtök hafi sömu markmið, félaga eða uppbyggingu. Líta verður á hvor samtökin fyrir sig sem sjálfstætt félag karla og kvenna sem leita sér bata eftir þeirra eigin einstæðu reynslu af spilafíknarvandanum.

GA-samtökin, Gam-Anon og Gam-A-Tán eru bestu batastefnurnar til að hjálpa þeim sem eru þjakaðir og hrjáðir vegna spilafíknar. Skilvirkasta leiðin til að fá hjálp er í bataferlinum sem felst í að deila reynslu með öðrum sem hafa búið við spilafíkn. Hugarorka hóps sem beinist að sameiginlegu markmiði hefur geysilegan lækningamátt. Það er andlegur kjarni Gam-Anon og Gam-A-Tán.

MEÐFERÐ, RANNSÓKNIR OG FRÆÐSLA

SÉRFRÆÐINGARNIR

Spilafíkn er alvarlegt og vaxandi félagslegt vandamál. Þó hefur hingað til gætt lítils skilnings á þessum vanda hjá fagfólki. GA-samtökin hafa því unnið að því að upplýsa geðlækna, sálfræðinga, lækna, félagsráðgjafa, presta, dómara, löggæslumenn og alla aðra sem fást við spilafíkla um eðli sjúkdómsins og meðferð við honum. Greinilega er mikil þörf fyrir slíka fræðslu því margir fagmenn, sem samtökin höfðu samband við, höfðu alls ekki litið á spilafíkn sem sjúkdóm.

Skilningur á eðli spilafíknar gerir fagmanninum kleift að beina spilafíklinum til GA-samtakanna sem veitir árangursríkustu meðferðina við þessum sjúkdómi. Önnur meðferðarúrræði bera meiri árangur ef þeim er beint í tengslum við hópmeðferð samtakanna.

GA-samtökin gera sér fulla grein fyrir gildi rannsókna og lækningameðferða og vinna því með fjölda stofnana sem fást við meðferð eða rannsóknir á spilafíkn, svo sem Landsráð um spilafíkn (National Council on Compulsive Gambling), Landsstofnun fyrir spilafíkn (National Foundation on Compulsive Gambling), Ráðgjafarmiðstöð John Hopkins um spilafíkn (John Hopkins Compulsive Gambling Counseling Center) og aðrar meðferðarmiðstöðvar. Þessi kaflí fjallar um starf nokkurra sérfræðinga á sviði sjúklegrar spilaárattu.

Starf Roberts L. Custers lækni

Dr. Robert L. Custer nýtur nú viðurkenningar sem fremsti sérfræðingur í rannsóknum og meðferð á spilafíkn. Hann er forstöðumaður Meðferðarþjónustudeildar í Geðheilbrigðis- og atferlívísindapjónustu

Veterans Administration, ríkisstofnunar í Bandaríkjunum sem sinnir þjónustu veitta fyrrverandi hermönnum, og er einnig í tengslum við flestar stofnanir sem rannsaka og veita meðferð við spilafíkn. Custer er í náinni samvinnu við GA-samtökin til að hjálpa einstaklingum sem þjást af sjúklegri fjárhættuspilsáráttu.

Það var einkum baráttu Cisters að þakka að Bandaríska geðlæknafélagið viðurkenndi spilafíkn opinberlega sem atferlistruflun árið 1980. Eftir að sú viðurkenning fékkst hefur skilningur á eðli og meðferð sjúkdómsins aukist mjög meðal fagfólks í heilbrigðisstéttum.

Í Greiningarhandbók III segir Bandaríska geðlæknafélagið að spilafíkn og alkóhólismi byrji yfirleitt á unglingsárum. Truflunin virðist algengari meðal karla en kvenna, segir þar, og er algengari „meðal feðra karla og mæðra kvenna með truflunina en alls almennings.“

Í handbókinni eru einnig taldir upp ýmsir þættir sem auka líkur á spilafíkn hjá einstaklingi. Þar á meðal er að barnið missi foreldri vegna andláts, aðskilnaðar, hjónaskilnaðar eða brottþlaups áður en það verður fimmtán ára gamalt. Annað sem eykur á líkurnar eru fjarvistir foreldra eða óhæfur agi, svo sem ósamkvæmni eða harka. Aðrir þættir sem auka líkur á spilafíkn eru að fjárhættuspil sé haft fyrir unglíngnum, að fjölskyldan leggi mikið upp úr efnislegum og fjárhagslegum stöðutáknum og að fjölskyldan leggi ekki eðlilega áherslu á sparnað, skipulagningu og fjárhagsáætlanir.

Könnun Custers á spilafíklum á batavegi 1978

Á landsþingi GA-samtakanna í Bandaríkjunum 1977 gerðu Custer og Lillian F. Custer hjúkrunarfræðingur frumkönnun til að safna gögnum um spilafíkla á batavegi í samvinnu við GA-samtökin. Úrtakshópur 150 félaga var valinn úr GA-hópum um öll Bandaríki og Kanada. Til að auka líkur á því að þeir sem svöruðu væru í raun á batavegi frá spilafíkn voru valdir félagar sem höfðu að meðaltali verið í samtökunum lengur en sjö ár. Niðurstöðunum er ekki ætlað að gefa mynd af spilafíklum almennt og jafnvel ekki GA-félögum í heild. Hins vegar gefa niðurstöðurnar vísbendingar til skilnings á bataferlinu.

Könnunin sýnir að 96% félaga í GA eru karlmenn. Custer tekur fram að þótt þessar niðurstöður séu í samræmi við það sem margir sjá á fundum þá sýni þær engan veginn nákvæmlega tíðni spilafíknar meðal kvenna í

Bandaríkjunum. Custer getur þess til að það hve fáar konur séu félagar í GA megi rekja til þess að þær kjósi heldur einkameðferð. Önnur hugsanleg ástæða til lítillar þátttöku kvenna er að konur með spilafíkn fái ekki stuðning frá eiginmönnum sínum; að þeir hvetji þá ekki til að leita sér hjálpar og, ekki síður, að eiginmennirnir veigri sér við að sækja Gam-Anon- fundi.

Önnur athyglisverð staðreynd, sem kemur fram í könnuninni, er há tíðni GA-félaga sem eru giftir, vel menntaðir, hafa atvinnu og eru gyðingatrúar. Custer bendir á að frekari rannsóknir þurfi til að komast að því hvort þessi einkenni eigi við spilafíkla almennt eða féлага í GA-samtökunum.

Könnun Custers tók einnig til afstöðu spilafíklanna til batastefnu GA-samtakanna og skyldra samtaka. Meginniðurstaða þessa þáttar könnunarinnar var að félagarnir eru ákveðnir stuðningsmenn GA-samtakanna, Gam-Anon og Gam-A-Tán. Þeir sækja GA-fundi reglulega og njót góðs stuðnings eiginkvenna sinna í Gam-Anon. Tekið skal fram að flestir félagar í úrtakshópnum höfðu gott aðgengi að fundum samtakanna en slíkt á ekki við um spilafíkla á öllum búsetusvæðum.

Í þessum hluta Custer-könnunarinnar kom einnig fram að næstum sex af hverjum tíu (58%) höfðu fallið einu sinni eða oftar á batavegi sínum. Custer leggur áherslu á mikilvægi þess að átta sig á því að úrtakshópurinn var valinn úr GA-félögum í góðum bata; því er ljóst að fall þarf ekki að benda til þess að félaginn sé ófær um að þroskast og ná bata með stefnu samtakanna.

Könnunin leiddi einnig í ljós að um 40% aðspurðra höfðu farið til fagmanns í geðheilbrigðisgeiranum áður en þeir leituðu til GA-samtakanna. Custer telur líklegt að þeir hafi leitað hjálpar en hún hafi ekki fengist vegna almenns þekkingarskorts um spilafíkn. Hugsanlega vissu geðheilbrigðisfagmenn ekki um GA-samtökin og því telur Custer að slíkir fagmenn verði að læra meira um spilafíkn, batastefnu GA-samtakanna og meðferð spilafíkla.

Í könnun Custers voru einnig spurningarnar tuttugu sem hver félagi svarar þegar hann gengur í GA-samtökin. Í samtökunum er talið að flestir spilafíklar svari minnst sjö spurningum játandi. Könnunin sýndi mun herra hlutfall jákvæðra svara - að meðaltali 18 meðal aðspurðra. Fullur þriðjungur svaraði öllum tuttugu spurningunum játandi

Fjórtnán af spurningunum tuttugu var svarað jákvætt í 90% tilfella og þrem var svarað játandi í 99,5% tilfella. Í þessum þrem spurningum var spurt hvort fjárhættuspil hafi valdið óánægju á heimilinu, hvort fé hafi verið

fengið að láni til að fjármagna fjárhættuspil og hvort fjárhættuspil hafi valdið samviskubiti. Þessar niðurstöður komu Custer til að geta þess til að samviskubit kunni að vera meginástæða þess að einstaklingur leitar til GA-samtakanna.

Í könnuninni 1977 voru einnig skoðuð ýmis atferlismunstur og skapgerðareinkenni meðal félaganna. Í ljós kom að þeir sem svöruðu reyndust oftast en ekki vera kappgjarnir, sterkir og stæltir og orkumiklir, að eigin áliti. Nokkuð kom á óvart að tíðni drykkju og reykinga var lægri en búast mátti við í hópnum.

Custer bar gögnin sem fengust við könnun skapgerðareinkenna spilafíkla saman við athuganir í ýmsum spilafíklameðferðarstöðvum í Bandaríkjunum. Við samanburðinn kom í ljós að flestir eiginleikar sem spilafíklar töldu einkennandi voru til staðar áður en fjárhættuspilið hófst. Custer ályktaði að þetta væru eiginleikar sem fylgdu mönnum alla ævi, kæmu fram á unglingsárum eða fyrr og héldust eftir að bata væri náð.

Það kom Custer þó nokkuð á óvart að spilafíklar hneigjast til að drekka meira eftir að þeir hætta fjárhættuspili.

Sá þáttur könnunar Custers sem fjallaði um bernsku og fjölskyldusögu sýndi marktæka vanrækslu foreldra á mótunarárum félaganna. Ýmist vegna fjarvistar foreldris (21%), líkamlegs ofbeldis (13%) eða veikinda foreldris (36%) hafði að minnsta kosti helmingur félaganna orðið fyrir marktækri truflun á sambandi við foreldra í æsku. Að mati Custers veldur þetta því að spilafíklar hafa oft lágt sjálfsmat þegar þeir komast á unglingsár og taka þá áhættu á borð við fjárhættuspil til að sanna sig og hljóta viðurkenningu.

Custer tekur fram að alkóhólistar, þunglyndissjúklingar og menn í sjálfsvígshættu eigi sér svipaðan bakgrunn og spilafíklarnir sem spurðir voru í könnuninni. Marktæk tíðni sjálfsvíga og alkóhólisma meðal náninna ættingja bendir til að frekari rannsóknir ættu að beinast að því að leita að geðhvarfasýki í ættinni.

Í könnun Custers var einnig reynt að afla upplýsinga um sögu spilaatferlis þeirra sem spurðir voru. Í ljós kom að fjárhættuspilaraatferli hófst yfirleitt á unglingsárum og á þeim árum lögðu menn einnig dágóða fjárhæð (skilgreind sem 20\$ eða meira) undir í fyrsta sinn. Afar algengt var að menn fengu „stóran vinning“ snemma á ferlinum og Custer telur að það úti mjög undir spilafíkn. Hann bendir á að frekari rannsóknir ættu að beinast að því að skoða „stóra vinninginn“ betur, með tilliti til aldurs, tekna, þjóðfélagsstöðu og tíma.

Könnunin leiddi einnig í ljós að meðalaldur þegar menn hófu fjárhættuspil var 17 ár og að meðalaldur þegar menn sóttu GA-fund í fyrsta sinn var 39,7 ár. Af þessu bili dregur Custer þá ályktun að spilafíkn sé ótvírætt varanlegur sjúkdómur.

Aðrar niðurstöður í könnuninni sýna að margir GA-félagar lýsa fjárhættuspili sem atferli til að byggja upp sjálfsálit. Flestir játuðu einnig að þeir myndu hjá sér hvöt til fjárhættuspils jafnvel þótt þeir hefðu hætt að spila. Custer telur að þetta sýni kosti GA-batastefnunnar og mikilvægi þess hugsunarháttar að „taka einn dag í einu.“

Í könnun sinn skoðaði Custer einnig vandamál spilafíkla í tengslum við fjölskyldur þeirra og samfélagið í heild. Fram kom há tíðni fjárhags-, fjölskyldu-, og atvinnuvandamála og eftirtektarvert er að næstum fimmtungur (18%) hafði reynt að fyrirfara sér. Þetta sýnir áhrif þess að búa við langvarandi streitu og tapa stórum fjárhæðum og hvílíka örvæntingu spilafíknin hefur í för með sér.

Í lokakafli könnunar Custers var lagt mat á framfarir félaganna síðan þeir gengu í GA-samtökin. Niðurstöðurnar voru mjög góðar. Fleiri en átta af hverjum tíu (84%) sögðust hafa komið sér upp hollri iðju í stað fjárhættuspils. Rúmlega sjö af hverjum tíu (74%) töldu að þeir hefðu aðlagast betri lífsháttum síðan þeir gengu í samtökin.

Aðrar niðurstöður staðfestu einnig góðan árangur GA-stefnunnar. Næstum allir (99,5%) sögðu að þeir sýndu ábyrgari hegðun. Eins sögðu 98% að þeir hefðu greitt eða væru að greiða bætur og 96% sögðust hafa hætt fjárhættuspili algjörlega. Custer telur „að í þessu felist kjarni árangursríkrar meðferðar fyrir spilafíkla, sem sagt að hætta fjárhættuspili, greiða bætur og leita meðferðar.“

Custer mælir með því að gerðar verði rannsóknir til að fræðast meira um mikilvægi aðgengis að fjárhættuspili og það sem hann nefnir „fíknarvaldandi“ eiginleika ýmissa tegunda fjárhættuspils og tengsl þeirra við meðferð, ef einhver eru. Hann telur einnig að frekari rannsókn sé þörf til að meta tjónið sem spilafíklar valda fjölskyldum sínum, vinnuveitendum, bönkum og lánastofnunum sem þeir skipta við og kostnaðinn sem þeir valda dómskerfinu.

Niðurstöður könnunar Custers eru birtar í heild í Viðbæti II í lok bókarinnar.

Rannsókn Custers á skeiðum spilafíknar 1979

Eftir víðtækar rannsóknir á spilafíkn telur Custer að skipta megi framvindu sjúkdómsins í þrjú megin skeið: *vinningsstigið, tapstigið og örvæntingarstigið*. Hér á eftir fer útdráttur úr „Yfirlit yfir spilafíkn“, rannsóknarskýrslu sem Custer samdi og kynnt var á South Oaks sjúkrahúsinu í Amityville á Long Island í Bandaríkjunum í apríl 1979.

Ferli spilafíksins má í stórum dráttum skipta í þrjú þróunarstig: á fyrsta skeiðinu (eða *vinningsstiginu*) er algengt að fjárhættuspilararnir hljóti töluvert háan vinning þegar í upphafi eða mjög snemma á ferlinum. Það gerist yfirleitt þegar þeir eru enn undir lögaldri en á löglegum spilastað. Þeir halda áfram að vinna oft og verða ákafir og spenntir áður en og þegar þeir spila fjárhættuspil. Stöðugt er lagt meira undir en mjög mikil aukning er ekki dæmigerð á þessu skeiði. Þeir eru ánægðir með vinningana og hneigjast til að slá um sig og sóa þessu aukafé til að ganga í augun á öðrum. Á þessu skeiði auka þeir hratt á þekkingu sína og færni í fjárhættuspili og því fylgja vinningar. Nú er spilamaðurinn fær fjárhættuspilari, getur hætt og hefur enn stjórn en vill ekki hætta því sem er svona skemmtilegt og ábatasamt. Lítið er um að menn taki lán á þessu skeiði því spilagróðinn er yfirleitt sæmilegur. Þetta skeið getur staðið yfir í nokkra mánuði eða nokkur ár og dæmigert er að því ljúki með mjög stórum vinningi sem næstum jafngildir eða er jafnvel hærri en árslaun mannsins *á þeim tíma*. Spilagróðinn og einkum stóri vinningurinn kemur þeirri hugsun inn hjá fjárhættuspilaranum að slíkt geti gerst - gæti gerst aftur og að vinningurinn gæti jafnvel orðið enn stærri. Hann lítur einnig á þetta sem lausn á öllum fjárhagsvandamálum. Þetta er einnig skemmtilegt og krefst lítillar skipulagningar eða fyrirhafnar.

Gróðakaflinn boðar lok fyrsta skeiðsins og upphaf næsta skeiðs (*tapstigsins*) þegar vís von um spilagróða er orðinn fastur þáttur í lífsstíl fjárhættuspilaranna. Þeir monta sig af vinningum sínum og hugsa stöðugt um fjárhættuspil. Nú fer spilaatferli þeirra að losna æ meira úr félagslegu samhengi og þeir fara að spila fjárhættuspil einir síns liðs. Eftir stóra vinninginn stórhækkar þeir fjárhæðirnar sem þeir leggja undir í von um ennþá meiri gróða. Þá kemur hvert tapið af öðru og þeir eiga bágt með að þola það. Brátt er spilaféð búið því þeir leggja mun hærri upphæðir undir. Þá er gripið til fjármuna sem þeir hafa unnið sér inn, lagt fyrir eða fest í verðbréfum til að bæta upp tapið. Að tapa er óþolandi, þeir verða að fá fé sitt til baka. Þá hefst eltingarleikurinn. Það er að leggja meira undir til að

bæta sér tapið. Hyggjinn fjárhættuspilarar telja það vera höfuðsynd í fjárhættuspili. Spilafíkillinn, sem hefur þróað með sér óraunhæfa bjartsýni, brýtur þessa meginreglu. Hann leggur sífellt oftar og meira undir eins og hann sé knúinn áfram og það virðist draga úr færni hans í fjárhættuspilinu. Þetta leiðir aftur til enn meira taps. Nú er ákaft leitað að peningum, byrjað að selja skuldabréf og tryggingaskírteini og fá lánað fé á löglegan hátt. Lántökur eru ný reynsla fyrir spilafíklana. Þeim finnst lánsféð vera eins og spilagróði; peningarnir eru til reiðu fyrirhafnarlaust. Þeir líta svo á að endurgreiðslurnar verði ekkert mál því fjárhættuspilið muni gefa nóg af sér. Þegar þessar miklu lántökur byrja stórhækkar aftur féð sem lagt er undir. Fjárhættuspilarinn, sem áður var klár spilamaður, er nú mun klaufalegri fjárhættuspilari sem leggur meira undir. Ætlunin er að endurgreiða lánin eins fljótt og hægt er svo að fjölskyldan verði ekki vör við neitt. Undanbrögð og lygasögur til að dylja spilamenskuna verða æ nauðsynlegri. Fjárhættuspilarinn verður mjög snjall við að afsaka sig gagnvart maka og vinnuveitanda. En hann „veit“: spilagróðinn er vís og á næsta leiti, eftir næsta fjárhættuspil. Á þessu stigi fer fjárhættuspilarinn að hafa skaðleg áhrif á sína nánustu. Fjarvistir frá vinnu aukast og hann stendur sig illa í starfi. Fjölskyldan sér minna og minna af spilafíklinum og þegar hann er heima veitir hann fjölskyldunni litla athygli og sinnir ekki vandamálum sem upp koma heima fyrir. Hann er utan við sig, upptekinn a eigin málum, og það veldur auknum vandamálum á heimilinu og á vinnustað. Sambandið við makann versnar að mun þegar upp kemst um lygar og undanbrögð. Á þessu skeiði vinnur hann einstaka sinnum í fjárhættuspili en gróðinn er yfirleitt minni en það sem hann hefur fengið lánað. Hann borgar aðeins þær skuldir sem óhjákvæmilegt er að greiða og heldur eftir fé til að geta haldið áfram fjárhættuspili. Skin og skúrir skiptast á en fjárhættuspilarinn er stöðugt á niðurleið. Heitasta ósk fjárhættuspilarans er að fá stóra vinninga, greiða skuldir sínar og eiga nóg fé í varasjóði til að geta haldið fjárhættuspilinu áfram linnulaust.

Þrýstingurinn frá lánardrottnum eykst og ógnar leynd og öryggi fjárhættuspilarans. Reikninga þarf að fela eða finna afsakanir. Fjölskyldan fær ekki fé til brýnustu þarfa og það leiðir til kulda í samskiptum við maka, foreldra og börn. Þegar lán fást ekki lengur á löglegan hátt er leitað annarra leiða. Fyrst er farið til veðmangara, síðan til okurlánara. Að lokum leiðir þessi þrýstingur til stórhættulegs ástands í fjármálum þar sem fjárhættuspilarinn verður að reiða af hendi stórfé eða hætta á meiðsli, dauða,

starfsmissi, hjónaskilnað eða fangelsi. Þegar hér er komið sögu játar fjárhættuspilarinn að minnsta kosti að hluat til hvernig ástandið er og sárbiður foreldra, maka eða tengdafólk um peninga. Það bregst ekki að féð er reitt af hendi til að bjarga fjárhættuspilaranum úr vandræðum sínum. Því fylgir formlegt eða þegjandi samkomulag um að hann hætti fjárhættuspili. Þessi björgun virðist hafa mjög skaðleg áhrif því fjárhættuspilarinn þarf ekki að taka ábyrgð á gerðum sínum. Líkt og stóri vinningurinn hvetur hún aftur til óraunhæfrar bjartsýni og styrkir hann í þeirri trú að ekkert slæmt geti nokkurn tíma komið fyrir hann. Ef hann hættir fjárhættuspili er það aðeins um skamma stund. Fyrsta björgunin úr vandræðum markar endalok tapstigsins og upphaf þriðja skeiðsins eða *örvæntingarstigsins*. Á þriðja skeiðinu er líklegt að slíkar björgunaraðgerðir fari fram nokkrum sinnum en umhyggja aðstandenda minnkar stöðugt og loks verða þeir allveg fráhverfir fjárhættuspilaranum því þeir fá engar endurgreiðslur en hann heldur áfram að spila. Einkenni þessa stigs er að enn er mun meiri tíma og fjármunum varið í fjárhættuspil. Skelfingarástand virðist skapast vegna skuldabaggans sem bíður, löngunar til að greiða skuldarnar strax; firringar frá fjölskyldu og vinum, smánarinnar í samfélaginu og ljúfsárrar löngunar til að lifa upp aftur löngu liðna gróðadaga. Fjárhættuspilið eykst því hömlulaust í þeirri trú að risastór vinningur leysi öll þessi vandamál. Bjartsýnin um að svo verði er enn til staðar en er byrjuð að dofna. Áberandi einkenni þessa stigs eru hömluleysi fjárhættuspilsins og algjört skeytingarleysi um fjölskyldu, vini og atvinnu. Undir þessu álagi missir fjárhættuspilarinn alla færni í spilamenskunni. Hann tapar handbæru fé og hefur ekki lánstraust til að fá meira og það eykur hættuna á að hann grípi til óvandaðra aðferða og afbrota án ofbeldis til að útvega meira fé til fjárhættuspils. Sumir eru líka líklegir til að svíkja fé út úr öðrum auðrúa og grunlausum fjárhættuspilurum. Helsta fjáröflunaraðferðin er að gefa út innstæðulausar ávísanir. Fjárhættuspilararnir réttlæta það með því að ætlunin sé að greiða þetta allt saman aftur. Það hlakkar í þeim við tilhugsunina um að endurgreiða vantrúuðum lánardrottnum. Þótt undarlegt sé geta sumir spilafíklar haldið vinnu sinni eða rekið fyrirtæki á þessu skeiði. Þeir virðast hafa orku til að starfa að tvennu í einu. Spilafíklum er aldrei lagið að slaka á en á þessu skeiði eykst eirðarleysið, taugaspennan og ofurviðkvæmnin svo mjög að þeir eiga bág með svefn, borða með höppum og glöppum og hafa lítið yndi af lífinu; fjárhættuspilið veitir þeim í raun enga ánægju lengur. Jafnvel svona seint á ferlinum vinnur spilafíkill öðru hverju en það leiðir aðeins til meiri

áhættu og meira taps. Loks hrynur heimur spilafíklanna til grunna. Þeir eru líkamlega og andlega örmagna, vonlausir og ráðþrota. Þeir eru skuldum hlaðnir, komnir út úr húsi hjá öllum, að því komnir að skilja og hvergi velkomnir. Fjórðungur þeirra á handtöku yfir höfði sér. Þunglyndi er algengt á þessu skeiði, einnig sjálfsvígshugsanir og tilraunir. Hve margir svipta sig lífi er ekki vitað. Þegar hingað er komið sjá þeir aðeins fjóra kosti: sjálfsvíg, fangelsi (annarra stjórn), flóttu eða að leita hjálpar. Þá langar enn að spila fjárhættuspil.

Rannsókn Custers 1981: „Mild einkenni spilafíknar“

Árið 1981 kynntu þau Custer og Lillian F. Custer niðurstöður rannsókna sem þau höfðu gert á „mildum einkennum“ spilafíknar. Að sögn Custers eru mild einkenni tiltekinnar atferlistruflunar talin vera “þau einkenni sem eru ekki greiningareinkenni en virðast oft á tíðum tengjast trufluninni.” Sterk greiningareinkenni eru hins vegar þeir grundvallarþættir í persónusögu, skapgerð og atferli sem stöðugt tengjast tiltekinni truflun.

Litið er á mildu einkennin sem tengjast truflun á borð við spilafíkn sem viðbótarupplýsingar við sterk greiningareinkenni truflunarinnar. Custer bendir á að mild einkenni styrki trúverðuleika greiningarinnar og geri greinandanum fært að vera öruggari við að mæla með viðeigandi meðferð. Mild einkenni eru líka mikilvæg til að greina sjúkan einstakling, spilafíkilinn, frá andfélagslegum einstaklingi sem spilar fjárhættuspil. Custer bætir við að brýnt sé að gera þennan greinarmun áður en tekin er ákvörðun um meðferð. Einnig er mikilvægt að rannsaka mildu einkennin vegna þess að sum þeirra kunna að reynast sterk einkenni spilafíknar.

Með rannsókninni fann Custer fjölda skapgerðareiginleika sem eru mild einkenni spilafíknar. Það kemur á óvart að einn þeirra er ofurgreind: spilafíklar eru að meðaltali með greindarvísitölu yfir 120 en almennt meðaltal er 100. Custer tekur fram að andfélagslegur einstaklingur sem spilar fjárhættuspil sé líklegur til að hafa greindarvísitölu fyrir neðan meðallag. Spilafíklar eru einnig líklegir til að lýsa sjálfum sér sem miklum atorkumönnum og sýna nokkra óþolinmæði gagnvart þeim sem hafa minni orku. Þeir hafa oft skarað fram úr í íþróttum og staðið sig vel í námi nema fjárhættuspilið hafi truflað það. Spilafíklar eru oft „vinnualkar“ og hafa fæstir nokkurt áhugamál.

Könnunin sýndi að í skapgerð spilafíkla koma oft fram athyglisverðar andstæður: þeir reyna af fremsta megni að forðast átök og ljúga þá, skreyta og ýkja ef nauðsyn krefur. Hins vegar eru þeir einnig líklegir til að vera afar gagnrýnir í garð maka, vina og ættingja. Spilafíklar hneigjast einnig til að lýsa sjálfum sér með hástigsorðum, að þeir séu með fullkonnunaráráttu, að þeir séu annaðhvort mjög örlátir *eða* mjög nískir.

Fjórhattuspil er allsráðandi í atferli spilafíkla svo annað kemst ekki að. Þeir hneigjast til dæmis til að eyða hveitibrauðsdögunum þar sem hægt er að spila fjórhattuspil. Þeir neyta sjaldan nautnalyfja *eða* áfengis til að auka á fjórhattuspilsvímuna. Custer komst einnig að því að spilafíklar laðast að mönnum sem spila fjórhattuspil og taka áhættu; sjálfir eru þeir einnig líklegir til að taka áhættu í viðskiptum. Þeir eiga jafnvel bágmt með svefn vegna umhugsunar um spilamennsku og hafa martraðir um fjórhattuspil.

Custer fann einnig ýmis samskiptamunstur sem telja má mild einkenni spilafíknar, svo sem að nota síma það mikið að það truflar félagslíf *eða* störf. Spilafíklar hafa yfirleitt lítið yndi af félagslífi og tilraunir þeirra til að sýna áhuga eru ekki sannfærandi. Þeir eru oft dugandi skipuleggjendur en lélegir þátttakendur. Þeir hafa gaman af að hafa forgöngu um hlutina en fylgja þeim ögjarna eftir allt til loka.

Það kemur ekki á óvart að spilafíklar eru langt frá því að vera vandfýsnir í fjárhagsmálum. Fáir höfðu átt sparireikning í æsku og á fullorðinsárum fylgja flestir þeirru reglu að fé sé til að eyða því en ekki til að leggja það fyrir. Í könnuninni kom einnig fram að spilafíklar taka sjaldan lán *eða* stela meðan þeir eiga fé til að leggja undir. En þegar þeir taka lán hjá löglegum lánastofnunum hneigjast þeir til að gera það æ oftast og taka sífellt stærri upphæðir að láni. Spilafíklar eru líklegir til að setja líftryggingar að veði *eða* segja þeim upp og fara með skart eiginkonunnar til veðlána þegar þeir þurfa á peningum að halda. Einn af hverjum fimm spilafíklum sem koma í GA-samtökin hafa orðið gjaldþrota sem er mun hærra hlutfall en almennt gerist. Spilafíklar eru líklegir til að gefa ríkulegt þjóf fé og veita af rausn en samkvæmt rannsókn Custers eru þeir ólíklegir til að slá um sig með peningum sínum. Flestir kjósa heldur að vera með reiðufé heldur en ávísanir.

Custer kannaði einnig hvað einkenni helst fjórhattuspil spilafíkla. Þeir þekkja ekkert sem er eins skemmtilegt, spennandi og slakandi og fjórhattuspil en þessar tilfinningar dofna smám saman með tímanum. Að vinna er einnig ánægjuleg reynsla en sú ánægja minnkar líka með tímanum. Að tapa er hins vegar skelfileg kvöl sem aðeins verður linuð með því að

leggja aftur undir. Flestir spilafíklar muna greinilega eftir miklum gróðakafla þar sem vinningarnir námu meira en hálfis árs launum þeirra á þeim tíma.

Í könnuninni kom einnig fram að spilafíklar eru yfirleitt afar fróðir um vinningslíkur í því fjárhættuspili sem þeir leggja mesta stund á. Flestir eru „einstaklega tryggir“ veðmögurum sínum, ekki þó af ótta, heldur líta þeir á þá sem vini eða viðskiptafélaga. Spilafíklar eru þó líklegir til að vantreysta fjárhættuiðnaðinum í heild.

Að sögn Custer halda spilafíklar yfirleitt ekki bókhald yfir gróða og tap. Þeir kunna að greiða skuldir af spilagróða en halda yfirleitt eftir varasjóði til fjárhættuspils. Hjá þeim hefur fjárhættuspil forgang sem nær ekki aðeins til peninga og flestir telja fjárhættuspil mikilvægara en annað félagslegt atferli.

Aðferðir Custers við meðferð

Spilafíklar sem leita hjálpar hjá Custer fá fyrst umfangsmikla ráðgjöf til að koma þeim yfir „örvæntingarstigið.“ Það tekur tvær til þrjár vikur og eftir það ráðleggur Custer að spilafíkillinn og leiðbeinandinn geri með sér samkomulag um að sjúklíngurinn heiti að gera allt sem í hans valdi stendur til að forðast fjárhættuspil. Næsta skref er að fá spilafíkillinn til að taka þátt í batastefnu GA-samtakanna. Þar er lögð fram áætlun um að spilafíkillinn greiði allar skuldir sínar og honum er leiðbeint við að leysa öll laga- og hjónabandsvandamál. Loks er spilafíkillinn hvattur til að helga sig viðfangsefnum sem koma í stað fjárhættuspilsins og hjálpa honum að ná aftur áttum í lífinu.

Custer mælir eindregið með hópmeðferð fyrir spilafíkla því þannig er auðveldara að átta sig á viðvarandi brögðum og blekkingum. Fólk sem hefur beitt sömu afsökunum og kænsubrögðum á auðveldara með fletta ofan af réttlætíngum spilafíkilsins. Custer telur að meðferðin, sem hann beitir og felur í sér félagsskap í GA-samtökunum, beri árangur í um það bil helmingi tilfella.

Rannsókn dr. Julians Tabers á meðferð spilafíkla

Til þess að öðlast meiri skilning á tengslum spilafíkla og þeirra sem veita þeim meðferð stóð Taber fyrir könnun á sjúkdómnum og meðferð hans. Taber, sem er forstöðumaður deildar á sjúkrahúsi fyrir fyrrverandi hermenn í Cleveland í Bandaríkjunum, bjó til spurningalista og dreifði honum til fjögurra aðgreindra hópa: spilafíkla á batavegi í GA-samtökunum, meðferðarsérfræðinga, sálfræðinga og geðlækna.

Hópur I

Spilafíklar á batavegi

Fjörutíu og fjórir GA-félagar úr deildum í Cleveland, Detroit, Pittsburgh og New York mynduðu úrtakshóp spilafíkla á batavegi. Þeir sem tóku þátt í könnuninni höfðu sótt fundi reglulega síðasta mánuðinn áður en spurningalistanum var dreift. Næstum fjórir af hverjum tíu (39%) höfðu tekið aftur til við að spila fjárhættuspil að minnsta kosti einu sinni eftir að þeir gengu í GA-samtökin.

Hópur II

Meðferðarsérfræðingar

Í úrtakshóp meðferðarsérfræðinga voru tuttugu og níu einstaklingar sem höfðu mikinn áhuga á að fræðast um spilafíkla og hjálpa þeim. Taber valdi þá í úrtakshópinum vegna reynslu þeirra af klíniskri meðferð fjárhættuspilara og fjölskylduvandamálum sem stafa af spilafíkn. Flestir í hópnum voru einnig félagar í Landsráði um spilafíkn (National Council on Compulsive Gambling).

Að meðaltali höfðu sérfræðingarnir, sem tóku þátt í rannsókn Tabers, 11,6 ára starfsreynslu. Tuttugu og átta af tuttugu og níu sérfræðingum sögðust hafa unnið með spilafíklum sem vildu fá hjálp vegna spilafíknar. Meirihluti úrtakshópsins vann á sviði sálfræði, geðlækninga eða félagsráðgjafar og tuttugu og tveir af tuttugu og níu höfðu einnig reynslu af almennri fíknarráðgjöf.

Hópur III *Sálfræðingar*

Í þriðja hópnum voru tuttugu og sex sálfræðingar, allir með doktorspróf. Þessi hópur var fenginn frá Sálfræðingafélaginu í Cleveland sem er félag klínískra sálfræðinga.

Að meðaltali höfðu sálfræðingarnir 17,7 ára starfsreynslu. Átta sögðust hafa unnið með spilafíklum sem leituðu hjálpar vegna spilafíknar en átján höfðu enga slíka reynslu. Tuttugu höfðu þó mikla reynslu af fíknarráðgjöf.

Hópur IV *Geðlæknar*

Í þessum hópi voru þrjátíu og tveir geðlæknar, félagar í Geðlæknafélaginu í Cleveland. Að meðaltali höfðu þeir 18,2 ára starfsreynslu en aðeins sex höfðu unnið með spilafíklum sem leituðu meðferðar. Þrettán af hinum tuttugu og sex höfðu þó reynslu af ráðgjöf við annars konar fíkn.

Niðurstöður könnunar Tabers

Á spurningalista Tabers voru 59 spurningar um spilafíkn, orsakir hennar og meðferð. Spurt var hvort menn væru sammála fullyrðingunum, ósammála eða hefðu enga skoðun.

Í stórum dráttum kom fram svipað svaramunstur hjá spilafíklum og meðferðarsérfræðingum og aftur hjá geðlæknum og sálfræðingum. Töluverður munur kom fram milli sálfræðinga/geðlækna annars vegar og spilafíkla á batavegi/meðferðarsérfræðinga hins vegar.

Taber komst að því að almennt voru spilafíklar á batavegi og meðferðarsérfræðingar fúsari til að taka afstöðu (skrá skoðun) en sálfræðingar og geðlæknar og báðir síðarnefndu hóparnir virtust mun óvissari um skoðanir sínar. Spilafíklar á batavegi sýndu aðeins marktæka óvissu í svörum við spurningum um félagsleg vandamál og stefnu í félagsmálum. Taber bendir á að meginregla GA-samtakanna sé að taka ekki afstöðu til umdeilda mála eða stjórn mála og félagar sem fylgi GA-stefnunni af kappi eigi eðlilega erfitt með að brjóta þá reglu.

Röð spurninga um fræðileg efni leiddi í ljós athyglisverðar niðurstöður. Svo að segja allir sérfræðingar voru sannfærðir um að hóflaust fjárhættuspil væri einkenni einhverra innri vandamála. Jafnt fjárhættuspilarar sem meðferðarsérfræðingar voru vissir um að spilafíkn væri sjúkdómur en fagmenn í hefðbundnum greinum sálfræði og geðlækninga virtust ekki eins vissir um það. Flestir aðspurðra voru sammála því að spilafíkn væri ekki bara ávani en sem hópur voru sálfræðingar ekki alveg eins öruggir um það.

Meðferðarsérfræðingar töldu almennt að spilafíkn slævði dómgreind og voru sammála því að fjárhættuspil væri *fíkn* sem hefði í för með sér einhvers konar „vímu.“ Eins voru þeir sammála um að fíknin næði sér helst á strik vegna skapgerðarbrestra en skiptust í tvo jafna og ósammála hópa um það hvort skapgerðartruflun tengdist spilafíkn. Taber bendir á að skoðun félaga í sjálfshjálparhópum á borð við GA-samtökin á hugtakinu skapgerð sé mjög ólík skoðu fagmanna í heilbrigðisstéttum. Flestallir aðspurðra voru sammála um að hugarástand breytist meðan fjárhættuspilslota stendur yfir. Allir hópar höfnuðu þeirri skoðun að spilafíklar spili til að refsa sjálfum sér.

Allir hópar voru sammála um að tilfinningalegur vanþroski væri einkenni spilafíkla. Með nokkrum frávikum virtust allir fjórir hóparnir telja líklegt að spilafíklar hafi haft traust samband við fjölskyldu, vinnuveitanda eða samfélag á einhverju skeiði ævinnar. Hóparnir sem best þekktu til spilafíknar - spilafíklar og meðferðarsérfræðingar - voru sammála um að fjölfíkn væri líkleg meðal spilafíkla en sálfræðingar og geðlækna virtust óvissir um það. Taber bætir við að reynsla sín sýni að flestallir spilafíklar þjáist líka af öðrum meiri eða minniháttar fíknnum. Allir hópar höfnuðu fjáröflun sem tilefni fjárhættuspils.

Í könnun Tabers voru einnig spurningaraðir um meðferðartækni. Almennt voru allir sammála um að hægt væri að ná góðum árangri með meðferð við spilafíkn. Allir hópar hneigðust að því að best væri að beita hópmeðferð þótt sálfræðingar og geðlækna væru ekki eins vissir um það og hinir. Meirihluti allra fjögurra hópa lagði mikið upp úr þróun sjálfsgaga og sjálfstjórnar í meðferðinni en nokkrir geðlækna voru þó óvissir. Spilafíklar á batavegi og meðferðarsérfræðingar höfnuðu því meðferðarmarkmiði að leita skilnings á ástæðum spilafíknar. Geðlækna töldu það æskilegt en sálfræðingar voru skiptust í tvo jafna hópa með og á móti. Að læra að standast spjalöngunina töldu allir vera æskilegt markmið.

Spilafíklar á batavegi og meðferðarsérfræðingar töldu líklegt að fjárhættuspilarar fengju gjarna streitutengda sjúkdóma en sálfræðingar og

geðlæknar höfðu fæstir skoðun á því. Taber bætir við að brýn þörf sé á rannsóknum á tíðni streitutengdra sjúkdóma meðal spilafíkla. Í könnuninni kom einnig fram að spilafíklar á batavegi hneigjast til að telja að vist á sjúkrahöfnun og fagleg hjálp dugi ekki sem bataúrræði. Helmingur spilafíkla á batavegi var sammála um að þáttaka í GA-smtökunum dygði en meirihluta hinna þriggja hópanna var því ósammála.

Spilafíklar á batavegi voru einir um þá skoðun að aðeins aðrir spilafíklar gætu skilið þá. Taber bætir við að þessi trú sé ein skaðlegasta hjátruin í hverjum sjálfshjálparhópi, hún bæti brostið sjálfssálit en komi annars að engu gagni. Allir hópar virtust þó trúa staðfastlega á gagnsemi sjálfshjálparhópa. Einföldum sjálfsstjórnaraðferðum var hafnað samhljóða því þær dygðu ekki gegn spilafíklarvandinum. Allir töldu þó að spilafíklar ættu að axla ábyrgð á gerðum sínum en að vísu gætti nokkurrar óvissu meðal sálfræðinga og geðlækna. Sálfræðingar voru einir um að vilja reyna atferlismótunartækni á borð við raflost, sjálfsstyrkingaræfingar og dulda skynhrifaþjálfun (tækni sem kennir þólandanum að hafa óbeit á fjárhættuspili). Hér bætir Taber við að reynsla sín sýni að atferlismótun komi yfirleitt að litlu gagni við meðferð spilafíkla. Almennt voru allir hópar sammála um að ef fagmenn ætluðu sér að veita spilafíklum meðferð þyrftu þeir að fá sérhæfða fræðslu um spilafíklarvandann.

Í könnunni voru einnig ýmsar spurningar um markmið meðferðar við spilafíkn. Í ljós kom athyglisverður skoðanamunur um hvort stefna beri að mikilli vinnu sem uppbót fyrir fjárhættuspil. Spilafíklar á batavegi og meðferðarsérfræðingar virtust vera hlyntir vinnu sem uppbót fyrir fjárhættuspil en fagmennirnir í hinum hefðbundnu heilbrigðisstéttum voru ekki hlyntir slíkri uppbót. Taber tekur fram að sjálfur hallist hann ekki að þessum kosti heldur því að kenna mönnum æðruleysi og slökunartækni til að stuðla að lífsstíl með minni spennu. Hann bendir þó á að þessi kostur njóti einnig mikils stuðnings þeirra hópa sem eru hlyntir vinnu sem uppbót fyrir fjárhættuspil.

Allir hópar, sem spurðir voru í könnun Tabers, voru hlyntir algjöru spilabindindi sem meðferðarmarkmiði, þótt sálfræðingarnir væru ekki eins vissir um það og hinir. Allir, nema nokkrir sálfræðingar, voru vissir um að hvetja ætti til ævilangrar þáttöku í GA-samtökunum.

Taber lætur í ljós þá skoðun að félagsmálastefna gagnvart fjárhættuspili og fjárhættuspilurum hafi mikil áhrif á fjölda spilafíkla og

meðferðarárangur. Hann bætir við: „Engin mál eru jafnumdeild og félagsmálastefnan.“

Spilafíklar á batavegi voru þeir einu sem voru hlyntir því að nota málsvörnina „ósakhæfur vegna geðveiki“ sem skýringu á glæpum tengdum fjárhættuspili. Allir hóparnir voru hlyntir því að illa fengið fé yrði endurgreitt. Taber segist vonast til að dómskerfið taki fyrir eða sípar að krefjast endurgreiðslu í stað fangelsisvistar.

Að mati Tabers voru allir hóparni „hneykslanlega lausir við skoðanir“ á því hver ætti að njóta gróðans af löglegu fjárhættuspili. Ennfremur kom fram að allir þrír meðferðaraðilahóparnir töldu að löglegt fjárhættuspil væri meinlaust fyrir mestallann almenning en knappur meirihluti spilafíkla á bataveg var því ósammála. Taber kemur með þau varnaðarorð að „almenningur muni greiða hærra verð fyrir löglegt fjárhættuspil en hann leggur undir.“ Einnig kom í ljós að spilafíklar á batavegi, meðferðarsérfræðingar og nokkrir sálfræðingar vildu leggja höft á fjárhættuspilsíðnaðunn til að daraha úr hættu á spilafíkn en geðlæknar lögðust gegn því. Allir hópar voru sammála um að ekki mætti láta sem hörmungar vegna spilafíknar væru ekki til.

Geðlæknar reyndust vera mjög hlyntir löglegu fjárhættuspili en aðeins spilafíklar á batavegi, með knöppum meirihluta, vildi banna fjárhættuspil. Allir höfnuðu þeirri hugmynd að hver fjárhættuspilari skyldi þurfa leyfi svo „aðeins þeir ábyrgu“ gætu spilað fjárhættuspil og allir nema spilafíklar á batavegi voru hlyntir því að leyfa táníngum að spila um peninga. Enginn fagmannahópurinn vikdi taka opinbera afstöðu til löglegs fjárhættuspils. Samt kom fram töluverður skoðanaágreiningur um það hvort aukin útbreiðsla löglegs fjárhættuspils myndi leiða til fjölgunar spilafíkla eða ekki. Geðlæknahópurinn einn var hlyntur því að ríkið aflaði fjár með fjárhættuspili en allir hópar voru hlyntir því að ríkisvaldið ætti þátt í að stjórna fjárhættuspilsíðnaðinum. Þegar spurt var hvort aukin útbreiðsla löglegs fjárhættuspils myndi skapa ný vandamál töldu sálfræðingar og geðlæknar að svo væri ekki en meðferðarsérfræðingar töldu það bjóða hættunni heim. Það kemur ekki á óvart að Taber er sammála þeim síðastnefndu.

Taber ályktar að hinir hefðbundnu fagmenn, sálfræðingar og geðlæknar, séu yfirleitt hlyntir meðferð við spilafíkn og að það virðist vera lítill fræðilegur eða tæknilegur skoðanaágreiningur milli faghópanna. Hann álitur að GA-félagar vantreysti almennt fagmönnum en telur þó að gagnkvæm

virðing sé fyrir hendi og undir niðri búi vilji til samstarfs. Taber lýsir áhyggjum sínum af því að hóparnir skyldu ekki vilja taka neina afstöðu til félagslegra stefnumála og bætir við að stefnumörkun varðandi fjárhættuspil og meðferð við spilafíkn séu of mikilvæg mál til að láta stjórn mála menn ráða öllu um þau.

Taber segir að hebrigðisstéttirnar í heild hafi verið lengi að taka við sér og bregðast við spilafíkn og ávanabindingum almennt. Hann segir að sérstaklega hafi sálfræðingar verið hikandi við að taka ákveðna afstöðu til atriða sem fjallað er um í könnuninni. Hann telur að sálfræði eigi aðeins framtíð fyrir sér ef sálfræðingar, hann sjálfur meðtalinn, „skilgreini fagið sem þjónustufag og læri siðfræði þjónustunnar.“

Könnun Tabers er birt í heild í Viðbæti III í lok bókarinnar.

Könnun dr. Julie Moravec á persónuleika spilafíklisins

Í þjónustumiðstöð fyrrverandi hermanna (VA Center) í Miami í Bandaríkjunum hafa farið fram umfangsmikil próf sem veita athyglisverða innsýn og skilning á persónuleika spilafíkla. Samkvæmt rannsóknum Julie Moravec hneigjast spilafíklar til að verja meiri tíma til að hugsa um fortíð og framtíð en nútíðina. Niðurstöður benda til þess að spilafíklar beri með sér sektarkennd, eftisjá og þykkju úr fortíðinni og hafi allt of háleit markmið í framtíðinni.

Rannsóknin bendir til þess að spilafíklar hneigist til að vera ósjálfstæðir og leiti stuðnings og viðurkenningar frá öðrum. Þeir reyna að hafa áhrif á aðra með því að þóknast þeim og sambönd spilafíkla einkennast af stöðugri viðleitni til að hljóta viðurkenningu.

Samkvæmt rannsókninni í Miami hneigjast spilafíklar til:

- 1) að vera ófærir um að viðurkenna veikleika hjá sjálfum sér
- 2) að telja að maðurinn sé í eðli sínu vondur
- 3) að líta á andstæðar hliðar í lífinu sem hvor annarri fjandsamlegar
- 4) að afneita reiði eða árásarhneigð
- 5) að eiga erfitt með að stofna til ástúðlegra sambanda og viðhalda þeim.

Niðurstöðurnar benda einnig til þess að spilafíklar séu oft einfarar sem leita ekki ráða hjá öðrum og hafi sterka hvöt til að vinna afrek. Almennt eru

þeir ófúsir til að fylgja fyrirmælum, hrósa öðrum, viðurkenna forystu annarra og aðlaga sig.

Í könnun Julie Moravec kom einnig fram að spilafíklar eru yfirleitt ekki snyrtilegir og skipulagðir í störfum sínum og þeir gera ekki áætlanir áður en þeir byrja á erfiðum verkefnum.

Sem vænta mátti benda prófin líka til þess að flestir spilafíklar hneigist til að þrá sjálfstæði og frelsi, vilja koma og fara að vild, segja skoðanir sínar umbúðalaust og taka eigin ákvarðanir. Spilafíklar hneigjast til að gera hluti án tillits til skoðana annarra, gagnrýna yfirmenn og forðast ábyrgð og skyldur.

Niðurstöðurnar benda til þess að spilafíklar séu líklegir til að verja skoðanir sínar af kappi. Þeir hneigjast til að vera forystumenn í hópum sem þeir eru í, telja aðra á að hlýða sér og segja þeim hvernig þeir eigi að vinna verk sín.

Einnig kom fram sú athyglisverða niðurstaða að dæmigerðir spilafíklar hafa háa greindarvísitölu, einkum ef miðað er við menntunarstig þeirra; fáir höfðu nokkra framhaldsmenntun.

Af könnuninni í Miami má álykta að þótt spilafíklar geti hugsanlega verið ágengir í atferli sínu þá hneigist þeir til að þjást af ótta og kvíða um að hljóta ekki viðurkenningu og ást. Þessi ótti breytist smám saman í óviðráðanlega, óseðjandi þörf fyrir ástúð og fullvissu um að þeir séu elskaðir. Slík þráhyggja er talin vera undirrótin að aðlögunarörðugleikum spilafíkla.

Tilgangur rannsóknarinnar í meðferðarstöðinni í Miami var að uppgötva samstæður persónuleikabreytna sem geti bent til að spilafíkn sé fyrir hendi eða geti komið fram. Vinnukenningin að baki rannsóknarinnar er að með betri skilningi á atferli spilafíkla megi samhæfa betur forvarnir og meðferð við þessari truflun.

Dr. Michael Ferriolo og dr. Anthony R. Ciminero hafa gert aðrar rannsóknir til að skilgreina tengslin milli spilafíknar og annars ávanabindandi atferlis. Í meðferðarstöðinni í Miami fá spilafíklar meðferð á sömu deild og eiturlyfjaneytendur og alkóhólistar, að hluta til vegna þess að spilafíklar og þeir sem eru haldnir þessum fíknnum þjást af margir af sömu „kjarnakvillum“, svo sem skorti á sjálfstjórningu; að geta ekki treyst fólki; þunglyndi; lágu sjálfsmati; staðfestuleysi; að geta ekki ráðið við streitu; að geta ekki áttað sig á tilfinningum og ráðið við þær; fjárhagsvandamálum, hjónabandsvandamálum og lagavandamálum. Mestu máli skiptir að allir

sem haldnir eru fíkn beita ávanaatferlinu sem skammtímalausn til að ráða við þessa kjarnakvilla á sama hátt og spilafíklar taka til við fjárhættuspilið.

Könnun dr. Durand F. Jacobs á eðlisþáttum sem leiða til spilafíknar

Dr. Durand F. Jacobs yfirmaður sálfræðideildar Jerry L. Pettis sjúkrahússins fyrir fyrrverandi hermenn í Loma Linda í Kaliforníu hefur rannsakað spilafíkla í mörg ár. Megintilgangur rannsóknarinnar er að koma upp fræðilegu líkani af persónuleika fíkilsins og meðferð við fíknun.

Jacobs skilgreinir fíkn sem „ósjálfstæði sem myndast með tímanum í viðleitbi við að bæta úr þrálátu streituálagi.“ (Jacobs 1982). Jacobs heldur því fram að tvær þáttasamstæður, önnur líkamleg hin sálfræðileg, auki líkur á að maður taki upp ávanaatferli.

Jacobs lýsir líkamlegu þáttunum sem „ævilangri... viðvarandi of- eða vanvirkni.“ Jacobs telur að marktækur hluti fíkla, þar á meðal spilafíkla, sé annaðhvort haldinn viðvarandi lágþrýstingi eða viðvarandi háþrýstingi. Mönnum með lágþrýsting þykir lífið leiðinlegt og tómlegt. Þeim finnst að spennan sem fylgir fjárhættuspili losi þá við þunglyndið og leiðindin, hressi þá upp og þeir verði „bráðlifandi.“ Á hinn bóginn telur Jacobs líka að stór hluti fíkla og mögulegra fíkla sé með líkamlegan háþrýsting og þeir séu oftast æstir og kvíðafullir. Þessir einstaklingar létta af sér áhyggjunum með því að nota áfeng eða eiturlyf og öðru atferli sem framkallar það sem Jacobs nefnir „milda slökun.“

Hin þáttasamstæðan sem gerir menn móttækilega fyrir því að taka upp fíknaratferli er sálfræðilegs eðlis. Jacobs segir að tiltekin sálfræðileg gerð kunni að vera sameiginleg fyrir allar tegundir fíknar. Líklegir til að verða fíklar eru þeir sem „hafa litið á sjálfa sig allt frá æsku sem minni máttar og óvelkomna og að þeim sé hafnað af foreldrum og öðrum mikilvægum persónum.“ Þessi andlega kvöl sem einkennir allt líf þeirra er deyfð með fíkniefnum eða fíkniatferli og í staðinn koma hugarórar um vald og virðingu. Þannig er ávanabindandi atferlismunstri haldið við. Hvort sem fíkniefnið eða atferlið framkallar „gleðivímu“ eða milda „slökun“ er lokaniðurstaðan sú sama: þeir sem ánetjast verða ekki eins gagnrýnir á sjálfa sig en upphefja oft í staðinn sjálfa sig í dagdraumum. Slíkt atferli einkennist því að menn missa samband við raunveruleikann. Sumir fíklar ganga svo langt að þeir „fara yfir“ í annan lífsstíl og taka upp breyttan persónuleika. Jacobs bendir

á að þessi löngun til að breyta um sjálfsmynd greini „sannan fíkil“ frá þeim sem einfaldlega misnota efnin. Þeir sækjast einungir sftir að minnka streitu en halda óskertri sjálfsmynd og félagslegu hlutverki.

Árið 1982 prófaði Jacobs fíknarpersónuleikalíkan sitt með rannsókn á félögum í GA-samtökunum. Áttatíu og þrír félagar fylltu út spurningalista á árunum 1981-1982. Jacobs tekur fram að þetta séu bráðabirgðaniðurstöður og gildi ekki endilega fyrir alla spilafíkla eða GA-félaga. Í ljós kom að í æsku höfðu félagarnir í úrtakshópnum sterka tilhneigingu til að bregðast við streitu og vonbrigðum „með afneitun og fullnægjandi óskadraumum.“ Þessi tilhneiging sýndi sig á fullorðinsárum sem óviðráðanleg hneigð til að spila fjárhættuspil og upplifa þannig flóttu og fullnægingu óska líkt og á bernskuárunum.

Á æskuárum eru dagdraumar um að verða einhver annar en maður er aðeins taldir vera merki um heilbrigt ímyndunarafli. Á fullorðinsárum er slík tilhneiging hins vegar talin sjúkleg ef hún kemur fram með reglulegu millibili. Í rannsókn sinni kannaði Jacobs tilhneigingu spilafíkla til að rjúfa raunveruleikatengsl (lifa öðru lífi) meðan þeir spiluðu fjárhættuspil. Hann komst að því að næstu allir, sem spurðir voru, höfðu einhverja reynslu af slíku hugrofsástandi og næstum fjórir af hverjum tíu töldu að þeir hefðu alltaf breytta sjálfsmynd þegar þeir spiluðu fjárhættuspil. Flestir GA-félagar sögðu einnig að einhvern tíma á spilaferlinum hefði þeim fundist þeir spila í leiðslu; rúmlega þriðjungur sagðist oft hafa haft þá tilfinningu.

Í könnuninni var grafist enn dýpara fyrir um eðli hugrofsástandsins sem spilafíklar upplifðu þegar þeir spiluðu fjárhættuspil. Rúmlega tveir þriðju aðspurðra sögðu að þeim hefði einhvern tíma fundist þegar þeir voru að spila að þeir væru utan við sjálfa sig og horfðu á sjálfa sig spila. Næstum fjórðungur sagðist oft hafa fengið þessa tilfinningu. Eins kom fram að rúmur helmingur aðspurðra hafði upplifað tímabundið óminni við fjárhættuspil.

Hugrofsástand eins og hér var lýst er þekkt úr sálfræðilegum rannsóknum á alkóhólistum og fíkniefnaneytendum. Þessi rannsókn, segir Jacobs, var sú fyrsta þar sem slík reynsla var staðfest á kerfisbundinn hátt meðal spilafíkla. Þessi niðurstaða vekur athyglisverða spurningu. Hugrofsástand þeirra sem háðir eru áfengi eða fíkniefnum kann að hafa verið rakin til eiturefna í þessum efnunum. Há tíðni hugrofs meðal spilafíkla mælir hins vegar gegn þeirri skýringu því innan við helmingur þeirra sagðist hafa notað áfengi eða eiturlyf á þeim árum sem þeir spiluðu fjárhættuspil. Tekið skal fram að í rannsókn Jacobs var ekki kannað hvort áfengis eða eiturlyfja var neytt þegar

fjárhættuspilið fór fram. Sálfræðingurinn telur þó að ekki sé hægt að skýra háa tíðni hugrofs meðal spilafíkla einfaldlega með áfengis- og eiturlyfjanotkun þeirra.

Fáir spilafíklanna, sem spurðir voru, töldu sig hafa þjáðst af lágþrýstingi. Jacobs getur þess til að í mörgum tilfellum hafi þessir menn ekki vitað af þörf sinni fyrir líkamlega spennu fyrr en þeir byrjuðu að spila fjárhættuspil. Hann spyr: „Er það hugsanlegt að þeir hafi ekki áttað sig á því hve mikið þá skorti fyrr en þeir upplifðu þá skörpu andstaðu sem fjárhættuspilið framkallaði í venjulegu tilfinningalífi þeirra?“ Ástæðurnar sem spilafíklar tilgreina oftast fyrir fjárhættuspili styðja tilgátu Jacobs: 1) að flýja eigin óhamingju, leiðindi og streitu og 2) leit að uppörvun. Þetta eru einmitt tilefnin sem vænta má hjá þeim sem eru haldnir lágþrýstingi, þ.e. þeim sem finnst lífið leiðinlegt og tómlegt.

Flestir GA-félagarnir, sem svöruðu spurningalista Jacobs, höfðu vitað árum saman að þeir höfðu ekki lengur stjórn á fjárhættuspili sínu. Samt sem áður jókst andstaða þeirra við að hætta með tímanum og var sterkust rétt áður en þeir hættu. Tafir frá fjárhættuspili merktu „að falla í 'gryfju' líkamlegs, félagslegs og andlegs raunveruleika.“

GA-félagarnir í úrtakinu töldu fjölskyldulífið veita sér mesta hamingju. Mikilvægasta vísbendingin um að fjárhættuspilið væri stjórnlaust var því að þeirra mati þegar stöðugleika fjölskyldulífsins var ógnað. Næst GA-samtökunum töldu þeir fjölskyldu og vini veita sér mesta hjálp við að halda bindindið. Jacobs segir að mikilvægi hjónabands og fjölskyldutengsla verði aldrei ofmetið og telur að í meðferð fyrir spilafíkla eigi að aðstoða þá við að byggja aftur upp sambönd við fjölskyldu og vini.

Markmið rannsóknar Jacobs er að bera kennsl á ungmenni sem eru líkleg til að þróa með sér fíknir á borð við alkóhólisma og spilafíkn og gera viðeigandi ráðstafanir áður en þau taka upp skaðlegt atferlismunstur.

Rannsókn þátta sem gera menn móttækilega fyrir spilafíkn hefur því tvöfaldan tilgang: að stuðla að bata þeirra sem nú þjáast af sjúkdómnum og draga úr „líkum á því að komandi kynslóðir þurfi að leggja út í sömu hörmulegu, kostnaðarsömu og oft vonlausu baráttu við tortímingsarmátt spilafíknar og annarra fíknna.“

SIJUKDÓMSMINNIGAR

REYNSLA AF BATA

Hluti I: Fjárhættuspilsárin

Félagar í GA-samtökunum segja frá reynslu sinni af fjárhættuspili til að fræða aðra en einnig til að styrkja sjálfa sig í bindindinu. Í samtökunum er það að segja sögu sína kallað að „veita stuðning“ og er í raun bataferli - og batinn er í beinu hlutfalli við það hve hreinskilinn félaginn er. Minningarnar, sem fara hér á eftir, eru margar sláandi og jafnvel hneykslanlega fyrir þá sem ekki þekkja til samtakanna; fyrir sögumennina er hreinskilnin oft sár en alltaf lækandi.

Sögurnar í þessum kafla fjalla jafnt um afbrot í æsku og alvarlega glæpi, ofbeldi og sjálfsvígstílaunir. Í nánast hverri sögu bíða fleiri tjón er fjárhættuspilarinn einn, eiginkonum er sýnt ofbeldi og börn eru vanrækt. Ástandið versnar uns það verður óþolandi og fleiri en einn spilafíkill lýsir því að hann hafi aðeins átt um tvennt að velja: GA-samtökin eða dauðann.

Þetta eru sögur GA-félaga og enda því flestar vel. Flestir hafa náð því að lifa eðlilegu og frjóu lífi. Sögur milljóna spilafíkla, sem enn þjást, eru enn ósagðar. Þær geta líka fjallað um bata og heilbriggt lífveri ef GA-samtökin koma þar við sögu.

Hér er engin saga sögð til fullnustu. Þótt margar séu átakanlegar fjallar hver saga aðeins um lítið brot af þeim hörmungum sem spilafíklar hafa leitt yfir sjálfa sig og fjölskyldur sínar.

Til skilningsauka á þjáningum aðstandenda spilafíkla eru hér einnig sögur sagðar frá sjónarhorni þeirra.

Gott ævikvöld

Leið mín til GA-samtakanna var lögð strax í barnaskóla þegar ég kom við í sælgætisbúðinni, borgaði eitt sent og reyndi að finna einu bleiku karamelluna sem leyndist í hrúgu af hvítum karamellum í krukku á búðarborðinu... ef ég fann þá hvítu fékk ég verðlaun. Að stela smáaurum til að geta farið að finna „þá bleiku“ varð brátt fastur liður á hverjum degi í skólanum. Að spila kúluspil, kasta upp mynt um hafnaboltamyndir og hark með smápeningum voru næstu sporin á glötunarbrautinni.

Ég hafði mikinn áhuga á hafnabolta eins og fleir í Brooklyn á fimmta áratugnum og fór að veðja á liðin áður en ég varð fjórtán ára. Ég og vinir mínir áttum greiðan aðgang að veðmögurum og fylgdumst með úrslitum á billjarðstofunni eða í dagblöðunum í sælgætisbúðinni. Við vinirnir lékum alls konar boltaleiki - um peninga. Ég fylgdist með körfuboltaleikjum og handboltaleikjum og veðjaði um úrslitin. Á veturna spiluðum við strákarnir póker, tuttugu og eitt, rommí, mónópólí og önnur spil næstum hvern einasta dag. Foreldrar mínir, sem báðir unnu úti, voru mjög ánægðir með að vita yngsta soninn una sér með vinum sínum við borðtennis og mónópólí - en vissu ekki hvað var lagt undir.

Brátt var ég farinn að spila fimm sinnum á dag. Fyrstu árin í gagnfræðaskóla vann ég sem sendill í fatahreinsun og matvörubúð til að fjármagna fjárhættuspilið. Áhugi minn á verðbréfamarkaðnum vaknaði áður en ég varð sextán ára þegar eldri bróðir minn hjálpaði mér við að kaupa bréf í sykurfyrirtæki á Kúbu. Ég fékkst við margt spennandi og fannst að ég lifði mjög ánægjulegu táníngalífi: ég veðjaði í íþróttagetraunum, spilaði um peninga, stundum líka teningaspil og á hverjum sunnudegi hitti ég ítalska vini mína og við spiluðum í happdrætti, tókum þátt í getraunum í blöðum og tímaritum og reyndum fyrir okkur á verðbréfamarkaðnum. Smám saman komst ég líka vel inn í markaðinn með smáhlutabréf sem var þá mjög vinsæll og markaðinn í Kanada. Mér fannst lífið mjög spennandi.

Skömmu eftir að ég var sautján ára vann ég hvað eftir annað 500-750 dollara í hafnaboltagetraunum. Það styrkti trú mína á því að getraunir og fjárhættuspil væru vænlegri en verðbréfamarkaðurinn til að ná því markmiði mínu að setjast í helgan stein þrjátíu og fimm ára gamall. Fram undan var skólaganga, atvinnuleit, hjónaband og barneignir ásamt langri leið á glötunarbrautinni... og GA-samtökin aldarfjórðungi síðar.

Eftir hafnaboltagróðann fór ég að taka þátt í íþróttagetraunum á hverjum degi, spilaði reglulega teningaspil og fjárhættuspil og fór öðru hverju á veðreiðar. Með hverri viku, hverjum mánuði og ári sem leið í hringiðu fjárhættuspilsins dreymdi mig ákafar um stóra vinninga og velsældarlíf eftir þrjátíu og fimm ára aldur. Án þess að ég gerði mér grein fyrir því varð þó draumurinn um gott ævikvöld þó æ fjarlægari eftir því sem ég tók fleiri lán. Ég fék lán hjá foreldrum mínum, bræðrum mínum, vinnuveitanda, bönkum og lánastofnunum. Ég gegmdi áburgðarstöðu við stjórn og verslun á myndlistarmarkaðnum og það gerði mér kleift að verða mér úti um fé á ólöglegan hátt með beinum þjófnaði og mútum. Ég réttlætti þessi afbrot sem eðlilegt endurgjald fyrir vinnu mína og sanngjarna uppbót fyrir gróðann sem ég færði vinnuveitanda mínum.

Ég gifti mig tuttugu og eins árs, varð faðir tuttugu og þriggja ára og síðan tvisvar aftur en það voru aðeins aukaatriði á rúmlega tuttugu og þriggja ára ferli mínum sem virkur spilafíkill.

Heiðarleiki var ekki lengur til hjá mér, hvorki gagnvart vinnuveitanda, veðmangara, vinum, eiginkonu, börnum né öðrum aðstandendum, ekki einu sinni gagnvart kunningjum mínum. Að lokum varð mér ljóst að enginn lét lengur blekkjast og vissi innst inni að ég var kominn í alvarlegar kröggur. Ég brást við því með enn ákafara fjárhættuspili svo ég gæti haldið í vonina um stóra vinninginn sem myndi leysa allan vanda. Þó nokkrum sinum græddi ég stórfé en síðan kom hvert tapið af öðru og ég sökk enn dýpra í skuldafenið.

Æskuár barnanna minna þriggja liðu hjá án þess að ég sinnti þeim nokkuð og það varð ekki aftur tekið. Á meðan spilaði ég fjárhættuspil og þóttist vera að afla fjár handa fjölskyldunni.

Dagarnir fóru í að grannskoða getraunadálka í fjöldanum öllum af dagblöðum og íþróttablöðum. Kvöldin fóru í símtöl til að leggja undir og og síðan að fylgjast með úrslitunum fram undir morgun. Það var erfitt að byrja næsta dag nema ég sæi fram á að ég gæti stundað fjárhættuspil eins og daginn áður. Tíminn var að rjúka frá mér og veröld mín var að hrynja. Verstu vonbrigðin voru þegar leikjum, sem ég gat veðjað á, var aflýst, eins og þegar Kennedy forseti var myrtur; þegar lögreglan lokaði veðmangarstofum eða ég gat ekki staðið í skilum og veðmangari útilokaði mig frá frekari veðmálum.

Þegar ég var hálfertugur (og draumur minn um áhyggjulaust ævokvöld átti að hafa ræst) borgaði ég minnst einum lánardrottni á hverjum degi allan

mánuðinn. Þrjátíu og átta ára gamall fékk ég hjartaáfall og gat ekki lagt undir í viku meðan ég var á hjartadeildinni. Síðan var ég á almennri deild í rúmar tvær vikur og hélt þá áfram að veðja. Mér var bjargað frá bana en samt hélt ég áfram á sömu braut við að reyna að drepa mig.

Þegar ég var fjörutíu og eins árs og hafði spilað fjárhættuspil í næstum 24 ár fór ég í fyrsta sinn á fund í GA-samtökunum. Um fertugt hafa flestir komið undir sig fótunum en ég var rétt að byrja að læra að lifa lífinu - án fjárhættuspils. GA-samtökin hafa vísað mér leið til að lifa lífinu í heiðarleika, hamingju, öryggi, iðjusemi og fullri vitund. Án fjárhættuspils er ég fær um að lifa lífinu og er ekki stöðugt á flóttu.

GA-samtökin hafa leitt mig út í sólskinið og ég vil aldrei aftur lifa í skugga fjárhættuspilsins.

Þjófur

Ég byrjaði að spila fjárhættuspil þrettán ára gamall. Fjölskylda mín var miðstéttarfolk. Báðir foreldrar mínir lögðu hart að sér til að veita okkur sem mest. Þegar ég var þrettán ára byrjaði ég að sækja keiluspilsstaði og spila keiluspil um smápeninga. Þegar allt var upptekið þar leituðum við annað; ef það rigndi veðjuðum við um regndropa sem runnu niður gluggarúður. Ef það var sólskin fórum við í kirkjugarðinn bak við keiluspilsstaðinn og spiluðum tuttugu og eitt á legsteinunum. Við spiluðum fjárhættuspil bak við samkunduhús og kirkjur, alls staðar sem við gátum spilað. Við veðjuðum um allt milli himins og jarðar, hlaup, skordýr, regndropa, snjókomu og bílanúmer. Hvað sem var.

Ég var venjulegt barn úr miðstéttarfjölskyldu. Hvers vegna spilaði ég fjárhættuspil. Þá vissi ég ekki hvers vegna ég spilaði fjárhættuspil. Ég veit bara að ég fæ aldrei bætt allt það tjón sem ég olli á uppvaxtarárunum. Sextán ára spilaði ég keiluspil og fékk peninga fyrir það hvort sem ég vann eða tapaði. Ég fékk greidda 50 dollara hvort se ég vann eða tapaði og ef ég vann fékk ég 35% af gróðanum.

Á föstudagskvöldum klifraði ég út um gluggann um miðnætti svo foreldrar mínir kæmust ekki að því að ég væri að fara út til að spila. Ég spilaði keiluspil alla nóttina til tíu að morgni og klifraði þá aftur inn um gluggann og lá í rúminu þegar foreldrarnir komu að vekja mig. Ég spilaði

mikið og græddi heilmikið á keiluspilinu. En ég var spilafíkill svo mér fannst ég aldrei græða nóg.

Ég fór fyrst til okurlánara þegar ég var sextán ára gamall og skipti við okrara allt þangað til ég varð 25 ára og gekk í GA-samtökin. Þegar ég var sautján ára varð faðir minn að selja fyrirtækið sitt til að greiða rúma 80 þúsund dollara spilaskuldir sem við bróðir minn höfðum safnað. Faðir minn gat því aldrei sest í helgan stein og varð að vinna fyrir sér þangað til hann dó 74 ára gamall. Ég fór í framhaldsskóla og faðir minn vann tvöfalda vinnu til að kosta skólagöngu mína, bróður míns og systur minnar. Í framhaldsskólanum gerði ég ekkert annað en að sitja í spilastofunni og spila fjárhættuspil. Ekkert annað. Loks var ég rekinn úr skólanum og gekk í herinn.

Ég gekk í herinn til að fá menntumn og byrja nýtt líf. Á ellefu mánuðum kom ég tvisvar fyrir herrétt fyrir að brjótast inn í skápa og stela peningum til að geta spilað fjárhættuspil. Ég var rekinn úr hernum og var heppinn að sleppa með að fá almenna lausn. Þá fluttist ég aftur heim til foreldra minna. Þar læddist ég oft inn í svefnherbergi foreldra minna meðan þeir sváfu og stal peningum úr vösum föður míns. Ég tók myntsafn sem hann átti og seldi það. Ég stal myndavélunum hans; ég stal skartgripum móður minnar; ég stal silfurborðbúnaðinum og seldi hann. Ég stal frá ættingjum mínum. Ég tók fé að láni. Ég gaf út innstæðulausar ávísanir. Ég fór í hverja einustu A&S-búð og keypti alls 26 blandara fyrir 46 dollara hvern, greiddi þá með A&S-kritarkorti og skipti þeim svo í öðrum búðum fyrir peninga til að spila fjárhættuspil. Fjórar vikur í röð fór ég í Gertz-stórverslunina og skipti 50 dollara ávísun. Loksins náðist ég. Ég lenti ótrúlega oft í vandræðum en mér tókst alltaf að láta bjarga mér. Ég fór til foreldra minna og sagði: „Mamma, ég verð að fá þúsund dollara, annars drepur okrarinn mig. Segðu pabba ekki frá því.“ Svo fór ég til pabba og sagði: „Ég verð að fá þúsund dollara.“ Þannig fékk ég 2000 því foreldrar mínir hefðu gefið sálina úr brjosti sér til að vernda börnin sín og ég hagnýtti mér það.

Ég kynntist stúlku þegar ég var í háskólanum í Bridgeport. Hún tók MA próf þegar hún var tvítug og þá giftum við okkur. Ári síðar var hún ein taugahrúga. Við vorum gift í fimmtán mánuði og ég lagði líf hennar í rúst. Ég laug stöðugt að henni og það voru aldrei til peningar á heimilinu. Ég þóttist þurfa peninga handa læknum, lögmanninum, slátraranum eða hverjum sem var og líka til að borga leiguna. Að lokum vorum við borin út úr íbúðinni.

Ég stal frá tengdforeldrum mínum; ég stal frá ömmu konunnar minnar og gerði konunni minni lífið leitt á allan hátt. Viku eftir brúðkaupið komum við heim úr brúðkaupsferðinni og þá tók ég alla peninga sem við áttum og borgaði okurkörnlunum. Ég stal demantaskreyttu úri sem foreldrar mínir höfðu gefið konunni minni og veðsetti það. Ég kom henni í trú um að hún hefði týnt því í brúðkaupi vinar okkar. Allt þetta gerði ég áður en ég kom í GA-samtökin. Ég gerði hvað sem var til að komast yfir peninga.

Þegar ég kom í GA-samtökin var ég með 95 dollara á viku og átti að borga okkrum 350 dollara á viku. Ég hafði fengið 17 dóma. Ég skuldaði þremur lánastofnunum. Ég skuldaði 32 mönnum fé og kallaði sjálfan mig þess vegna mínusnúllið. Það tók mig langan tíma að borga þeim öllum en með hjálp GA-stefnunnar hafa allir sem ég skuldaði fengið fé sitt endurgreitt. Það gekk hægt og það var erfitt en ég varð að gera það og það var GA-leiðin. Með batastefnu GA er ég orðinn venjulegur maður en þó með einni undantekningu: ég get ekki spilað fjárhættuspil.

Nú sæki ég GA-fundi reglulega. Ef læknir segði mér að ég væri með krabbamein en ég gæti fengið bata með því að fara í geislun þrjá tíma í senn vikulega þá myndi ég fara í geislun. Spilafíkn er eins konar krabbamein og það byrjar í æsku. Ég fékk það og bróðir minn fékk það. Eini munurinn á mér og tvíburabróður mínum er að hann er enn virkur spilafíkill. Ég er óvirkur spilafíkill. Sjúkdómurinn er ólæknandi en það er hægt að halda honum niðri. Og það er aðeins hægt ef ég get haldið áfram að fylgja GA-stefnunni.

Saga hnefaleikarans

Ég kom í heiminn árið 1909 í róstusömu hverfi í Lynn í Massachusetts. Þar varð maður að berjast til að komast áfram í lífinu. Ég held að ég hafi fæðst með kreppta hnefa sem benti til þess að ég væri fæddur hnefaleikari. Ég held að ég hafi líka verðið fæddur teningaspilari.

Tólf ára gamall byrjaði ég í hnefaleikum og í 189 bardögum vann ég mér inn alls 50 þúsund dollara. Þegar ég hætti að boxa átti ég ekki eyri. Þegar ég var 24ra ára varð ég byrja aftur frá grunni.

Fyrir fyrsta áhugamannabardagann minn fékk ég gullúr og 50 sent. Ég gaf pabba úrið en fór út með 50 sentin og á næsta götuhorni stóð hár og renglulegur strákur sem var kallaður Skippy. Hann hélt á teningum og sagði

mér að ég gæti tvöfaldað aurana mína. Næstu fjörutíu árin fóru í að elta þennan hálfu dollar. Ég held að féð sem ég tapaði í fjárhættuspili á öllum þessum árum hafi verið í kringum 100 þúsund dollarar.

Ég man að pabbi skrifaði ávísun handa mér á hverju laugardagskvöldi. Um leið og ég kom inn náði hann í tékkheftið og spurði: „Hve mikið?“ Þetta bjargaði mér þangað til hann dó.

Aðeins einu sinni falsaði ég tólf dollara ávísun í nafni pabba. Þá gaf hann mér harðari ráðningu en ég fékk nokkurn tíma í hringnum og það vandi mig af ávísanafalsi. Eitt sinn stal ég 50 sentum úr vasa pabba til að koamst í bíó en hann vissi aura sinna tal. Þegar hann varð var við að 50 sentin voru horin gaf hann mér aðra ráðningu. Það læknaði mig algerlega.

Í fjörutíu ár hef ég verið að borga bönkum og lánastofnunum. Þið getið ímyndað ykkur öll þúsundin sem ég fékk að láni og vextina sem ég greiddi - nóg til að setjast í helgan stein. En ég gerði mér aldrei grein fyrir að ég væri veikur.

Ég get sagt í fullri hreinskilni að fyrstu þrettán árin sem ég var giftur voru þau verstu sem ég hef lifað en síðan ég gekk í GA-samtökin fyrir átján mánuðum líður mér þúsund sinnum betur. GA-samtökin hafa kennt mér að gera það sem ég átti að gera fyrir fjörutíu árum. Ég áttaði mig aldrei á því hvað ég var veikur og það var engin leið til að ráða við þennan sjúkdóm fyrir en ég kynntist GA-samtökunum.

*Abe. W.
New York*

Við Jerry

Ein ástæðan til þess að ég gekk í GA-samtökin var saga Jerrys, félaga míns í fjárhættuspilum og góðs vinar sem syrgi mjög.

Jerry var nágrenni minn og við urðum vinir því hann hafði líka áhuga á hestum og íþróttum. Hann var hægur og blíður náungi. Hann var giftur en þau hjónin áttu engin börn. Jerry spilaði fjárhættuspil og konan hans baðst fyrir. Þannig var lífið hjá þeim.

Við skemmtum okkur vel í nokkur ár. Á helgum voru veðreiðar á kvöldin auk venjulegra veðreiða alla vikuna. Við unnum báðir á venjulegum vinnutíma svo við fórum oft á tvennar veðreiðar á laugardögum, að deginum

til og aftur um kvöldið. Einkonur okkar kvörtuðu ekki. Við vorum bara á veðreiðum.

Ég man ekki hvenær við byrjuðum að sinna knattspyrnunni. Jerry hafði lengi haft samband við veðmangara í grenndinni til að veðja á háskólaliðin og atvinnumannalið í knattspyrnu. Honum gekk vel í fótboltanum. Í lok leiktíðar var hann yfirleitt í gróða. Ég slóst í lið með honum.

Meðan leiktíðin stóð yfir gekk allt okkar líf út á fótbolta, stöðuna og leikina (kvölds og morgna og miðjan dag). Ef við unnum á laugardegi fórum við á veðreiðar um kvöldið. Ef illa gekk urðum við að sitja heima.

Með árunum fórum við að skipta við traustari veðmangara. Það var nauðsynlegt því vinir okkar veðjuðu og nýttu sér sambönd okkar. Við lærðum alls konar brögð við veðmálin. Símalínurnar hjá okkur glóðu alla helgina. Við lifðum og hrærðumst í þessu. Næst kom körfuboltinn, bæði háskólaliðin og atvinnumenn. Heima hjá okkur var allt fullt af dagblöðum, getraunaseðlum, íþróttablöðum, skrám og töflum. Sími, útvarp og sjónvarp voru stöðugt í gangi.

Þessi tíu mánaða leiktíð virtist ganga vel á allan hátt og nú gátum við notað sumarið fyrir veðreiðar. Inn á milli veðreiða og íþróttgetrauna spiluðum við um peninga. Við skipulögðum sumarleyfi okkar þannig að við værum nálægt veðreiðabrautum. Þegar við áttum nóg fé skrúppum við til San Juan á Puerto Rico. Þegar vinir og ættingjar komu í heimsókn var yfirleitt spilaður póker um smápeninga. Allt var í besta lagi. Börnin mín voru að verða fullorðin og virtust hin ánægðustu. Jerry stóð í skilum með afborganir af húsinu sínu. Við spurðum aldrei nákvæmlega um fjárhagsstöðu hvor annars. Við vorum að skemmta okkur.

Þá fluttist Jerry burt til að reyna að ná stjórn á fjárhættuspili sínu. Eftir margar leiktíðir var fjárhættuspil okkar orðið algjörlega stjórnlaust. Nú komumst við sjaldnar á veðreiðar en á næstu leiktíð héldum við veðmálunum áfram og eftir fyrsta sumarið í nýja húsinu hafði Jerry tapað stórfé. Þá var bara eitt til ráða - að finna aðra dægrastyttingu. Hver voru áhugamál hans? Hann hafði ekki efni á fótboltaliði svo hann keypti sér hest. Hestur virtist vera skárri kostur en fjárhættuspil og ekki var síðra að hugsanlega gat hann skilað gróða. Þessi eini hestur gat orðið að heilu hestabúi!

Við fórum með hestinn á góðar veðreiðabrautir, síðan á verri brautir og loks á þær lélegustu. Hestinum voru gefin lyf svo hann stæði á löppunum og einn daginn kom hann alveg niðurbrotinn úr hlaupi. Hann var sendur á

bóndabæ til hvíldar og síðan fluttur heim aftur en Jerry hafði ekki efni á að halda honum. Jerry seldi hestinn með tapi og síðan húsið sitt með gróða. Hann fluttist í íbúð í næstu borg og fór að tala um að ættleiða barn. Maður sem eyðir 10 þúsund dollurum í hest er áreiðanlega til í að fjárfesta 10 þúsund dollara í barni. Ættleiðingin varð að veruleika og nú hafði Jerry góða vinnu og átti bæði konu og barn. En hann hellti sér aftur út í fjárhættuspil. Nú tóku margir þátt í þessu með okkur og síminn hringdi linnulaust. Við lækkuðum í bjöllunni vegna nágrannanna og þegar urrið varð ópolandi tengdum við litla ljósaperu. Við komumst með naumindum gegnum fótboltaleiktíðina. Í febrúar leitaði Jerry að annarri vinnu til að bæta upp tapið. Hann fékk hlutastarf sem veitingastjóri á leikvanginum og sagði mér að allt gengi eins og best varð á kosið. Hann sagði mér ekki frá samkvæmunum eftir leiki og spilamenskunni á föstudögum. Hann hafði líka fundið nýja flóttaleið - pillur.

Um hríð heyrði ég ekkert frá Jerry. Engin símtöl. Mér fannst það undarlegt. Ég hafði nýlega fengið stóran vinning og keypt mér nýjan bíl svo ég notaði tækifærið til að heimsækja hann á sunnudegi og sýna hvað mér gengi vel.

Hjá Jerry var allt í besta lagi. Launatékkinn hans var sendur heim og Jerry var svo til hættur að veðja á hesta og fótboltið. Hann fór varlega í spilamenskunni. Hann hafði lagt fé sitt í verðbréf og það gekk allt vel. Á fimm mánaða tímabili græddist honum stórfé. Hann fjárfesti í fyrirtækjum sem ráku spilavíti og nú var nýbúið að opna í Atlantic City.

Við töluðum sjaldan saman á þessum tíma. Ég bauð honum að vera með þegar fótboltaleiktiðin hófst en hann neitaði. Ég bauð honum með á nokkra fótboltaleiki. Barnið dafnaði vel. Verðbréfin skiluðu hagnaði. Allir drukku kampavín. Féð sem hann hafði notað til fjárfestingar hafði þrefaldast. Þá lét hann undan freistingunni, veðjaði stórfé á hafnaboltið og tapaði.

Seint í október var ég í San Juan og þá fékk ég símboð. "Þetta er ég, Jerry. Ég er hérna."

Hann var einn. Konan og barnið voru heima. Ég skildi þetta ekki. Við töluðum saman. Hann hafði selt öll verðbréfin sín, keypt ný og tapað öllu saman. Konan hans vildi skilnað. Hann vildi gróða. Við fórum saman í spilavítið og á leiðinni heim spiluðum við um peninga í flugvélinni.

Í desember, tveim vikum fyrir jól, sat Jerry heima í stofu hjá mér uppðópaður af pillum. Nú bjó hann einn í litlu herbergi rétt handan við

hornið. Hann var ráðþrota. Konan hans elskaði hann ekki lengur. Hún þoldi ekki að hann spilaði fjárhættuspil.

Til að gera eitthvað hringdi ég og fékk upplýsingar um hvar hægt væri að komast á GA-fund. Ég bauðst til að fara með honum en hann fann ástæðu til að komast undan að fara. Jerry byrjaði að veðja á fótboltalið. Hann hélt sér á floti gegnum úrslitakeppnina. Á þessum tíma sór hann að byrja ekki að veðja á hesta þegar veðreiðarnar hæfust en 12. janúar kom hann til mín og sagðist vilja fara á veðreiðar.

Eftir þetta kvöld vorum við fastagestir á veðreiðabrautinni. Við þurftum ekki lengur að mæla okkur mót. Við hittumst bara og sátum saman. Jerry kom á hverju kvöldi. Loks vildi hann ekki sitja hjá mér en sagðist verða uppi hjá strákunum og koma seinna. Þeir héldu að hann væri með mér.

Ég sá Jerry síðast hálfum öðrum tíma áður en veðreiðarnar hófust að kvöldi til. Hann virtist ringlaður; stóð aleinn í mannlausri klúbbstofunni og starði á tómt ráshliðið. Við töluðum saman stutta stund og skildum svo.

Næsta þriðjudag hringdi konan mín til mín í vinnuna. Hún var í uppnámi. Jerry hafði fundist látinn í rúminu; á náttborðinu var bréf, pilluglas og tóm viskíflaska. Ég fór heim til að hughreysta konuna mína og þá um kvöldið var mér öllum lokið. Við grétum og fylgdum honum til grafar.

Þegar ég kom í GA-samtökin gerði ég mér fyrst fulla grein fyrir hörmungasögu Jerrys. Hann skildi aldrei að hann var fárveikur.

Í fjórðu viku minni í GA-samtökunum fór ég aftur að leiði Jerrys. Ég bað fyrir honum og taldi æviár hans sem voru grafin á legsteininn. Hann varð aðeins þrjátíu og fjöggra ára gamall.

Hal. T.

Bloomfiels, N.J.

Frá öðrum félaga í GA-samtökunum

Konan mín var á sjúkrahúsi að ala dóttur okkar og ég var heima að hlusta á fótboltalýsingu í útvarpinu - ég hafði veðjað á annað liðið. Þegar leikurinn var búinn fór ég á sjúkrahúsið. Tengdamóðir mín var fyrir utan og sagði í hæðnistón: „Til hamingju.“ „Með hvað?“ spurði ég. Það hafði tekið konuna mína 20 tíma að fæða son okkar og ég hélt að þetta yrði eins núna en hún

átti barnið á tveim tímum og ég var hvergi nærri því ég þurfti að hlusta á leikinn.

Þegar ég heimsótti hana var ég ekki með hugann við það. Ég var að horfa á íþróttir í sjónvarpinu. Ég var skepna og tók ekkert tillit til konu minnar og barna. Ég vissi varla að þau voru til.

Úr sögu Larry R.

Á hverjum spilatúr kom alltaf óhjákvæmilega að því að ég gat ekki lengur haldið öllu leyndu. Nú varð ég að segja konunni minni frá þessu. Þá gerðist alltaf það sama.

Yfirleitt kom ég heim klukkan hálfjögur eða fjögur að nóttu. Ég kveið því að sjá ljós í eldhúsglugganum því ég vonaði að hún væri söfnuð. En hún var vakandi, drakk te eða kaffi og beið mín í ofvæni. Fyrst sagði hún mér af kvöldmatnum; eins og oft áður hafði honum verið fleygt. Hún hafði fundið upp ástæður til að skýra fjarveru mína fyrir börnunum okkar og vinum sem litu inn eða hringdu. Hún lýsti undrun sinni á því að ég skyldi hringja klukkan fjögur um daginn og segjast koma heim eftir hálf tíma en svo hefði ekkert heyrst frá mér í tólf klukkustundir.

Þegar maðurinn fer á spilatúr er erfitt að segja til til um hvor þjáist meira, líkamlega, andlega og tilfinningalega, fjárhættuspilarinn eða eiginkonan. Hún getur ekkert gert nema beðið og velt fyrir sér hvað orðið hafi af manningnum. Hann gæti verið í fangelsi, fastur í bílflaki, kominn til útlanda, lifandi, dauður eða peningalaus. Yfirleitt getur hún verið viss um að hann sé peningalaus. Hún íhugar alla þessa möguleika og framhjáhald að auki og reynir að snúast til varnar með öllum tiltækum vopnum. Hún getur elskað, beðið, smjæðrað, hótað, nöldrað eða „talað út um hlutina“ eins lengi og hún endist til þess. Ef hún er gift spilafíkli er það algerlega árangurslaust því spilafíkn er sjúkdómur sem ágerist með tímanum en líður ekki hjá.

Sama sagan endurtók sig eftir hvern spilatúr. Konan mín dró sannleikann upp úr mér, eina staðreynd í einu, eins og hún væri að draga úr mér tennur. Smám saman var flett ofan af einni lyginni af annarri, einni skuldinni af annarri. Hver innstæðulaus ávísun - hver fölsun undirskriftar hennar í lánastofnun - hver arðgreiðsluávísun eða launaávísun sem ég hirti úr póstkassanaum - hvert nýtt lán út á líftrygginguna - hver bankareikningur sem ég opnaði - var mikið áfall fyrir stolt hennar, traust og ást.

Við sátum í eldhúsinu, horfðum á sólina koma upp og veltum fyrir okkur hvernig við ættum að hafa þola þennan dag. Einhvern veginn yrðum við að fela svefnleysið, líkamlega, andlega og tilfinningalega þreytu og allar nýju skuldirnar fyrir börnunum, vinum og nágrönnum. Auðvitað hét ég því af fullri sannfæringu að spila aldrei aftur fjárhættuspil á ævi minni.

En ég hafði engin svör við endalausum beiðnum hennar um útskýringu. Ég gat ekki útskýrt hvers vegna ég spilaði fjárhættuspil. Djúpt í undirvitund minni var einhver óskiljanleg hvöt sem ég gat ekki gert neina grein fyrir.

Ég hélt að vandamál mín væru fjárhagsleg. Nú veit ég að þau voru tilfinningaleg. Ég reyndi að leita lausna hjá geðlækni. Ég reyndi trúarbrögð. Ég reyndi að fara á alla staði í borginni þar sem ég hafði selt ávísun og samði um að ekki yrðu keyptar fleiri. Við skrifuðum þessi fólki bréf. Konan mín tók við allri stjórn á fjármálum heimilisins og ég bað um að ég fengi bara peninga sem nægðu mér einn dag í einu. Við settum öll verðbréf og allar eignir á hennar nafn. Við lokuðum yfirdráttarreikningunum mínum. En samt fann ég ráð til að fá peninga til að spila fjárhættuspil. Ég betlaði af vinum mínum og síðan mönnum sem ég þekkti nánast ekki neitt. Ég fékk meira að segja lánaða peninga hjá 67 ára gamalli móður minni, ekkju með 67 dollara á mánuði í ellilífeyri. Og í hvert sinn kviknaði vonin á ný. „Bara einu sinni enn.“ „Í þetta sinn... í þetta sinn vinn ég áreiðanlega nóg til að borga allar skuldir. Nú losna ég úr klípunni og spila aldrei aftur fjárhættuspil.“ Þannig hugsaði ég. Slíkar ranghugmyndir virðast þjá alla spilafíkla.

Minnst fimm sinnum gengum við hjónin gegnum slíkt uppgjör og vonuðum að nú hæfist nýtt og betra líf. Jafnoft skildum við til reynslu, yfirleitt strax eftir játningu mína. Í fyrstu fóe ég með föggur mínar í klúbbinn minn en að lokum var mér hent út því ég borgaði ekki reikningana mína. Við síðasta reynsluskilnaðinn varð ég að láta mér nægja ódýrt hótélherbergi í skuggahverfi borgarinnar. Í reynd voru þessi hvíldarskeið nauðsynleg til þess að konan mín héldi sönsu. Eftir nokkra daga kom ég heim og reyndi á ný að semja um sættir. Í hvert sinn ákváðum við að reyna einu sinni enn vegna barnanna. Við hlytum að elska hvort annað nóg til að vinna bug á þessari áráttu. Barnanna vegna hlyti ég að geta náð stjórn á þessu og forðast algjöra kollsteypu.

Eftir tíu ára brjálæði gafst konan mín loksins upp. Eitt kvöldið þegar ég kom heim úr vinnu lá þar bréf um að hún væri farin til Los Angeles. Hún hafði selt bílinn okkar til að geta séð fyrir sér og börnunum þangað til ég gæti selt húsið og sent henni fé. Hún sagðist elska mig og engan annan. Hún

fyrirgaf mér algjörlega. En hún þoldi einfaldlega ekki meira. Allt þetta stóð í bréfinu.

Ég brást við án þess að hugsa mig um. Þegar ég hafði lesið bréfið nokkrum sinnum reif ég það í tætlur, hringdi á flugvöllinn og spurði hvenær næsta vél færi til spilavítaborgarinnar Reno. Ég var með 150 dollara í vasanum sem ég hafði fengið í laun. En gat ég greitt flugfar fram og til baka til Reno með ávísun? Svarið var að það væri sjálfsagt ef ég væri með skilríki og nafnið mitt væri í símaskránni.

Það virðist alltaf vera hægur vandi fyrir spilafíkil að útvega reiðufé til að ala meinsemd sína. Ég vildi eiga 150 dollarana fyrir spilatúrinn í Reno. Fremur en að taka af þessu „heilaga fé“, sem ég var með í vasanum, skrifaði ég viljandi innstæðulausa ávísun fyrir flugfarinu og taldi mér trú um, eins og vanalega, að ég myndi greiða þetta af spilagróðanum. Tuttugu og fimm mínútum eftir að ég fann bréfið frá konunni minni var ég kominn af stað til Reno.

Úr sögu Beatrice L.

Maðurinn minn spilaði fjárhættuspil en ég hélt að hann væri að greiða afborganir af húsinu okkar. Dag einn komu menn frá bankanum til að ganga að veðinu. Ég skildi ekki hvað var á seyði og varð dauðhrædd. Þeir gengu úr einu herbergi í annað. Ég spurði: „Hvað eruð þið að gera hér?“ og þeir svöruðu: „Þið hafið ekki borgað af veðláninu í sex mánuði.“ Ég varð miður mín og vissi ekki hvað til bragðs skyldi taka. Strax og mennirnir voru farnir hringdi ég til mannsins mína á vinnustað og spurði hvort hann hefði ekki staðið í skilum með afborganirnar. „Jú, auðvitað, elskan mín,“ svaraði hann. „Hafðu engar áhyggjur.“

Ég sagði honum að bankamennirnir hefðu komið. Ég var öll ein taugahrúga. Ég bað hann að taka kvittanirnar með heim - ég vildi sjá þær með eigin augum. Hann kom ekki með neinar kvittanir. Ég réðst á hann strax og hann kom inn úr dyrunum. „Hvar eru kvittanirnar?“ spurði ég. Hann svaraði: „Hafðu engar áhyggjur.“ Annað gat hann ekki sagt. „Hafðu engar áhyggjur.“ Um síðir sá ég kvittanirnar og þá var mér allri lokið. Hann hafði ekki borgað neitt. Ég hafði látið hann fá peninga og þeir fóru allir í fjárhættuspil. Ég var í uppnámi og það eina sem hann sagði var: „Hafðu engar áhyggjur.“

Frá öðrum GA-félaga

Ég sveik út fé og gaf út innstæðulausar ávísanir. Ég sveifst einskis til að fá fé til að leggja undir. Ég fór 75 km leið á veðreiðabrautina og tapaði öllu. Þá fór ég þessa 75 km leið heim til mín, svældi út meira fé, fór aftur 75 km leið til baka og tapaði aftur. Mér var sama um allt og alla - allt nema veðmálin. Ég hegðaði mér eins og geðsjúklingur og einn daginn fór ég yfir um. Ég var heima og þá brast eitthvað innra með mér. Ég fór að henda til húsgögnum og hótaði að drepa konuna mína og börnin.

Lögreglan kom og ég var sex daga í sýslufangelsinu. Konan mín ákærði mig. Hún vildi ekki þekkja mig lengur. Ég gat ekki náð saman 266 dollurum til að greiða tryggingarleyfið. Tryggingin var 2.500 dollarar. Þegar klefafélagi minn heyrði þetta fór hann að skellihlæja. Hann sat inni fyrir bankarán og tryggingarfé hans var 50 þúsund dollarar. Þegar hann hætti að hlæja sagði hann við mig: „Hvað myndirðu gera ef líf þitt væri komið undir þessum 266 dollurum?“ Það snart mig. Ég fór að hugsa og í fyrsta sinn á ævinni áttaði ég mig á því hvað ég vara að gera því ef ég ætti að greiða þessa 266 dollara mér til lífs Þá væri ég dauðans matur. Ég sat í klefanum mínum næstu sex dagana og hugsaði og byrjaði að skilja hvað ég var að gera.

Úr sögu Tony B.

Við hjónin vorum hætt að tala saman. Hjá mér komst ekkert að nema veðmál og fjárhættuspil. Ég hugsaði ekki um neitt annað frá því ég opnaði augun á morgnana þangað til síðustu úrslit komu í útvarpinu um miðnæturbil. Eitt sinn gekk mér mjög illa í síðustu vikunni fyrir jól en konan mín og dóttir okkar hlökkudu til jólanna. Ég var mjög leiðinlegur við þær um þetta leyti því konan mín eyddi peningum í gjafir og þa þurfti ég að leita annað til að fá áhættufé. Ég byrjaði á deilu sem snerti í rauninni bara fjárhættuspil mitt en ég kom konunni minni í trú um að hún ætti sökina. Eitt leiddi af öðru og hún lét niður í tösku, hringdi til föður síns og bað hann að sækja sig. Mér fannst að nú væri öllu lokið. Ég lét alla örvæntingu mína bitna á þeim með því ljótasta og brjálæðislegasta sem ég hef nokkru sinni gert. Ég gekk berserksgang fyrir framan augun á dóttur minni. Konan mín og dóttir okkar voru nýbúnar að skreyta jólatréð og ég fleygði því um koll. Ég braut allt

skrautið á trénu. Ég fleygði ferðatösku konunnar minnar beinlínis í gegnum vegg sem vart úr þunnum gífsplötum. Ég barði í veggina og reif hurðir af hjörum. Þetta stóð yfir í klukkustund eða svo þangað til faðir hennar kom og þá var það búið. Ég sat á rúminu og hágrét og heyrði dóttur mína kalla: „Pabbi, hættu að gráta. Gerðu það, hættu.“ Mér fannst ég vera aleinn og örvilnaður; ég opnaði fyrir útvarpið og heyrði að ég hafði tapað einu sinni enn. Það er rétt! Fjárhættuspilið var að leiða mig í geðveiki... eða DAUÐA.

Úr sögu annars GA-félaga

Ég var búinn að fá vinnu og mér gekk vel. Um haustið innritaði ég mig í viðskiptafræði í háskóla og fór í tíma tvö kvöld í viku. Mér þótti vinnan skemmtileg og skólinn vel þolanlegur. Heima fyrir var ástandið verra. Mamma skildi þegar við bróðir minn vorum litlir og nú vann hún úti allan daginn. Við bjuggum þrjú í lítilli íbúð með afa og ömmu. Fimm manns og allir rifust við alla. Foreldrar mínir höfðu ekki reynst færir um að viðhalda hjónabandi og ég var sannfærður um að eins hlyti að fara fyrir mér. Ég varð að finna eitthvert svið þar sem mér geni vel; til að sýna öllum hvað ég væri klár karl.

Ég fann flóttaleið og komst smám saman lengra með hugviti og dálitlum peningum. Fjárhættuspil, viðurkennd dægrastytting, fyrirtak til að skemmta sér og slaka á; og alls staðar fyrir hendi. Á skrifstofunni var dreift fótboltagetraunaseðlum og ég freistaði gæfunnar. Ég veðjaði fimm dollurum um leik á sunnudegi og lærði heilmikið um útileiki, heimaleiki, áhættudreifingu og alls konar slangur sem tengdist nýja „áhugamálinu.“

Um vorið komu veðreiðarnar og veðhlaupahestarnir. Shangri La, Draumalandið, ný veröld, öll í einum pakka.

Úr sögu annars GA-félaga

Það þykir kannski ólíklegt að hægt sé að bíða tjón af að spila bingó í safnaðarheimilum og félagsmiðstöðvum. En sú dægrastytting kostaði mig mikinn tíma og mikið fé. Ég fór frá einu bingóspilinu til annars og stundum fór ég á bingó og síðan beint til Reno - og tapaði auðvitað hverjum eyri. Ég leitaði allra bragða til að spila fjárhættuspil. Það gekk svo langt að maðurinn

minn harðbannaði mér að spila en þegar færi gafst laumaðist ég út til að spila fjárhættuspil. Ég fékk fé að láni því ég var aldrei með eyri í buddunni.

Ég spilaði líka tuttugu og eitt við börnin mín og lét þau biðja ömmu sína um peninga. Ég held að þá hafi ég lotið lægst - að svíkja fé út úr börnunum mínum.

Úr sögu Bill B.

Í þá daga lágu stakir tékkar frammi í bönkunum og ég fór inn, tók ávísun og fyllti hana út - það skipti ekki mála hvaða nafn ég skrifaði undir - ég var svo heiðarlegur á svipinn. Ég seldi margar ávísanir í mörgum bönkum og líka á mótelum, hótelum og í búðum; það skipti engu máli. Ég fékk bréf frá bönkum: „Hjálögð er ávísun að upphæð X. Við óskum ekki eftir að eiga viðskipti við þig framar.“ Ég gaf út of margar innstæðulausar ávísanir.

Ég treysti ekki öðrum til að halda uppi reikningum með innstæðulausum tékkum svo ég gerði það sjálfur. Ég fleytti þeim frá einum reikningi á annan. Ég mátti til og svo var það líka spennandi. Þetta var annaðþ og meira en fjárhættuspilið; hvernig átti ég að útvega féð? Að lokum lenti ég í vandræðum og útistöðum við lögin. Ég keypti hlut í teningaspilsstað í borginni og mútaði sífellt fleiri lögreglumönnum með sífellt meira fé. Þeir hljóta að hafa fengið sér gullhúðaðar skammbyssur fyrir alla peningana frá mér. Allt sem ég græddi á teningaspili og öðru lagði ég strax aftur undir. Ég var sjálfur besti viðskiptavinur minn.

Svo kom ég fyrir dóm og rannsóknarnefnd og þá leist mér ekki á blikuna. Í GA-samtökin kom ég samt bara vegna þess að konan mín komst að því að ég spilaði fjárhættuspil þegar ég hafði tæmt sparifjárreikninginn okkar tvisvar eða þrisvar. Hún fór að leggja inn á reikning þar sem áttu að vera mörg þúsund dollarar en hann var tómur. Eftir það dró hún mig með í GA-samtökin og ég fór með henni. Þá hafði ég engan áhuga á að hætta að spila fjárhættuspil; ég vildi bara fá frið fyrir henni og það tókst.

Öllum óskum fullnægt tafarlaust

Áður fyrr hélt ég að peningahark og kúluspil hefðu verið fyrsta reynsla mín af fjárhættuspili en eftir nokkur ár í GA-samtökunum varð mér ljóst að

áráttu hegðun mín hafði mótast fyrir þann tíma. Ég vildi alltaf fá alla hluti strax, án nokkurrar fyrirhyggju. Hvort sem það voru hjólaskautar eða rjómáís þá vildi ég fá það strax. Ef það voru miðar á hafnaboltaleik varð ég að fá þá á undan öllum öðrum. Smám saman varð þetta allsráðandi hugsunarháttur hjá mér. Öllum óskum varð að fullnægja tafarlaust.

Mér fannst að auðveldasta leiðin til að fá allt sem ég vildi væri að spila fjárhættuspil. Fimmtán ára gamall var ég orðin vanur því að leggja undir á hverjum degi. Ég byrjaði á að veðja á hafnaboltalið og sjá um pott fyrir veðmál um fótbolta og hafnabolta. Á þeim aldri byrjaði ég líka að fá lán hjá okkrum. Ég fór stundum á stefnumót en hafði alltaf meiri áhuga á veðmálaúrslitunum en stelpunni sem ég fór út með.

Mér tókst ekki að stofna til sambanda svo ég hætti því og fjárhættuspil tók allan minn tíma; ýmist var ég að veðja eða ég lá bara og lét mig dreyma um fullkomna hönd í póker eða knöpp veðreiðaurslit þar sem hesturinn minn vann. Ég vanrækti skyldur mínar við foreldra mína og stal frá þeim hvenær sem færi gafst. Síðustu árin fyrir tvítugt hélt ég til á veðreiðabrautum og í spilastofum. Ég bjó nálægt veðreiðabrautunum og komst að minnsta kosti á eina á dag. Allt gekk út á að leggja undir og mesta spennan var á veðreiðunum. Mig dreymdi um tvöfalda og þrefalda vinninga en oftast fór ég heim án þess að eiga fyrir brúartollinum eða bara snarli. Ef ég vann var ég alsæll þangað til ég tapaði næst.

Svo gifti ég mig og þá gjörbreyttist líf mitt. Þangað til hafði ég tekið afleiðingum fjárhættuspilsins með jafnaðargeði og jafnvel hlegið að þeim; að vera rekinn úr prestaskóla vegna fjárhættuspils var ekki þungbært því mig langaði meira til að spila fjárhættuspil en að verða prestur. En þegar ég gifti mig eftir 15 ára fjárhættuspilsferil gat ég ekki axlað ábyrgðina. Ég vildi bara eiginkonu til málamynda. Ég vildi ekki félagsskapinn sem fylgdi hjónabandinu. Það urðu algjör umskipti í afstöðu minni til lífsins. Ég varð að ljúga að konu sem fylgdist með mér allan sólarhringinn; hvers vegna ég kæmi ekki heim í kvöldmat; hvers vegna ég yrði að fara út ap ná í kvöldblaðið og kæmi ekki heim fyrr en fjórum tímum seinna; hvers vegna það væru aldrei til nægir peningar til að borga reikningana okkar.

Við þetta bættist fjárhagsbyrði, sem ég hafði aldrei haft meðan ég var einhleypur, og hún jókst eftir að fyrsta barnið okkar fæddist og konan mín varð að hætta að vinna. Ég hafði enga eirð í mér til að sinna henni og syni mínum. Á fimm árum eignuðumst við þrjú börn og því fylgdu aukin útgjöld. Ég fór að stunda veðmang og síðan ólöglega viðskiptastarfsemi til að „sjá

fyrir“ fjölskyldunni. Í rauninni var ég að afla fjár til að standa undir síauknu fjárhættuspili. Nú fóru 17 eða 18 tímar á dag í fjárhættuspil og þess á milli lá ég í rúminu og velti því fyrir mér hvar ég ætti að fá fé til að greiða spilaskuldir.

Heimilislífið varð martröð. Eftir að hafa staðið í veðmálum og fjárhættuspili allan daginn kom ég heim til konunnar, sem ég vanrækti, og barnanna sem skildu ekki hvað ég sinnti þeim lítið. Ég varð svo tpenntur að ég gat ekki borðað nema drekka fyrst sex bjóra til að róa taugarnar. Það varð svo að vana til að slaka á. Ég var stöðugt með samviskubit. Ég hafði fengið kristilegt uppeldi og þessi lífsstíll var í algjörrri mótsögn við það. Ég var orðinn taugaveiklaður, brögðóttur, svikull og siðlaus maður.

Í vinnunni stal ég hlutum og seldi viðskiptavinum þá. Ég tók við stolnum munum og seldi þá með gróða. Ég stundaði veðmang á vinnustað en tapaði öllum gróðanum hjá veðmangaranum mínum á kvöldin. Ég var orðinn drykkjumaður og fékk oft ómínsköst. Ég gekk með byssu því ég óttaðist árásir en notaði byssuna bara einu sinni þegar ég var drukinn og skaut á ljósastaura. Maðurinn sem hafði eitt sinn ætlað sér að verða prestur var orðinn ógn við samborgara sína; en þegar ég var með spilafíklum fannst mér ég samt vera alveg eðlilegur.

Auk streitunnar þjáðist ég af líkamlegum kvillum vegna vanhírðu. Ég var með skemmdar tennur og fór ekki til tannlæknis nema ég fengi tannkyli. Ég var með blæðandi gyllinæð en fór ekki til læknis því það var of „dýrt.“ Blóðþrýstingurinn var hættulega hár og vegna dreykkjunnar fékk ég svimaköst og hjartsláttartruflanir og lifði í stöðugum ótta við að fá heilablóðfall eða hjartaslag.

Þegar ég hafði spilað fjárhættuspil nánast linnulaust í sjö ár íhugaði ég í alvöru að fyrirfara mér til að losna úr þessari martröð. Ég gat ekki horfst í augu við veruleikann. Ég þráði að ná árangri í lífinu en fjárhættuspilið spillti öllu fyrir mér. Loks fann ég leiðina í GA-samtökin og þakka Guði fyrir það á hverjum degi.

*John C.
Bronx, N.Y.*

Pyntingarviðburðir

Meðan ég ég stundaði veðmál var ég fastagestur á Madison Square Garden leikvanginum. Nú sé ég forsalinn fyrir mér, þúsundir andlitslausra líkama, ekki mannlegar verur, bara skrokka. Þegar lið Utah-háskóla keppti við lið Pittsburgh-háskóla voru líklega 150 áhorfendur frá Utah, 200 frá Pittsburgh og 17 þúsund spilafíklar að fylgjast með körfuboltaleiknum.

Við höfðum þörf fyrir að sjá leikinn og upplifa þessar pyntingar - fyrir mér var þetta pyntingarviðburður, ekki íþróttaviðburður. Úrslit leiksins réðust ekki fyrr en fjórum mínútum fyrir leikslok og síðustu fjórar mínúturnar tók hjartað tryllingslega kippi í brjósti mér. Þetta á líka við um hafnabolta en þar eru pyntingarnar dregnar á langinn.

Nú hef ég alss enga löngun til að fara á leikvanginn. Ég minnst hans með hryllingi. Eitt sinn gat ég talið upp alla leikmennina með nafni - og fannst það merkilegt. Nú hugsa ég: og hvað um það? Ég hef enga löngun til að fylgjast með íþróttaleikjum og kem í GA-samtökin til að minna mig á að þeir skipti engu máli í lífinu.

Saga eiginkonu

Þegar við Bill giftum okkur árið 1954 vissi ég að hann hafði stundað fjárhættuspil og gert ýmislegt miður heiðarlegt til að afla fjár. En ég gerði mér enga grein fyrir því að hann væri haldinn illvígum sjúkdómi. Ég hélt að hann myndi hætta að spila fjárhættuspil þegar við værum gift. Ég hlustaði ekki þá mörgu sem reyndu að vara mig við. Ég var sannfærð um að ég gæti breytt honum til betri vegar. Brátt komst ég að því að ég hafði rangt fyrir mér.

Skömmu eftir brúðkaupið fór hann á spílatúr. Mér varð mikið um þegar mér varð ljóst að hann hafði tapað því litla fé sem við áttum. Þetta var upphafið að endalausum áhyggjum.

Eftir fyrsta spílatúrinn kom annar og síðan fleiri. Í hvert sinn sem hann kom heim sat hann bara niðurlútur, sagðist ekki skilja hvers vegna hann hefði gert þetta og hét því að gera þetta aldrei aftur. Ég vildi trúa honum. Við urðum alltaf að setjast niður og reyna að finna leið til að komast af fram til næsta útborgunardags. Ég varð að ljúga að innheimtumönnum og hafði óbeit á því. Ég fann að þeir vissu að ég var að ljúga. Ég hætti að fara til dyra

og svara í símann. Ég sagði mömmu að láta símann hringja tvisvar, leggja svo á og hringja aftur. Annars svaraði ég ekki.

Þegar ég komst að því að Bill hafði gefið út tvær innstæðulausar ávísanir varð ég dauðhrædd. Ég held að þá hafi mér orðið ljóst að það væri eitthvað mikið að manningnum mínum. Ég reyndi margoft að tala við hann um þetta en það gekk bara ekki.

Eina nóttina vaknaði ég eftir miðnætti og þá var Bill farinn. Eftir að ég sofnaði hafði hann staðið upp úr rúminu til að fara á spilaklúbb. Ég varðs vo reið að ég hringdi til pabba og bað hann að sækja mig en daginn eftir kom ég heim því Bill lofaði að gera þetta aldrei aftur. Eftir þetta átti ég þó erfitt með að sofna því ég var hrædd um að hann laumaðist aftur út. Þegar ég varð ófrísk af fyrsta barninu okkar hélt ég að það yrði áreiðanlega til þess að hann hætti að spila fjárhættuspil. Þvert á móti þá jók hann það. Mér fannst að hann gæti ómögulega elskað mig fyrst hann fór svona með mig. Ég ákvað að vera kyrr þangað til barnið væri fætt því þótt hann hætti ekki fyrir mig myndi hann hugsanlega hætta fyrir barnið. Ég vann fyrstu sex mánuðu meðgöngutímans en varð þá að hætta vegna álagsins. Launin mín fóru líka hvort eð er í fjárhættuspil hans svo það var tilgangslaust að vinna.

Eftir að dóttir okkar fæddist lét ég útskrifa mig degi fyrr en vanalega af sjúkrahúsinu því við vorum félítíl. Ég hringdi á vinnustað mannsins míns til að biðja hann að sækja mig. Mér var sagt að hann hefði ekki mætt í vinnu þann dag og þá féll mér allur ketill í eld. Það var ekki um annað að gera en að biðja fólkið hans að sækja mig. Ég þekkti enga aðra sem gætu greitt sjúkrahúsvistina fyrir mig. Fólkið hans var mjög gott við mig.

Þessi reynsla kom mér alveg úr jafnvægi. Mér fannst að réttast væri að fara frá honum en hinsvegar óttaðist ég að ef ég gerði það myndi hann lenda í alvarlegu klandri og jafnvel í fangelsi. Svo ég fór hvergi.

Þegar ég lít til baka skil ég ekki hvernig ég þoldi þetta. Kvöld eftir kvöld var ég ein heima. Ég sat við gluggann og beið og vonaði að hann kæmi heim. Ég grét og grét. Ég hringdi í alla spilaklúbba, sem ég vissi um, og ef hann var þar lét ég skila til hans að þetta væri „neyðarkall“ en það var ekki til neins. Jafnvel þótt kallað væri á hann kom hann ekki í símann. Þegar hann kom svo loksins heim æpti ég og öskraði á hann. Ég var ekki með sjálfri mér. Ég kallaði hann öllum illum nöfnum. Hann sat bara niðurlútur og sagði ekki orð. Þegar ég róaðist reyndum við að tala saman. Það var ekki auðvelt. Hann sneri út úr öllu sem ég sagði og reyndi að láta eins og það væri mér að kenna að hann spilaði fjárhættuspil. Yfirleitt endaði þetta á að ég sagði: „Þá

það, við reynum að hafa þetta eins og þú vilt,“ og vonir mínar glæddust aftur en brustu svo strax daginn eftir ef hann gat komist yfir peninga.

Ég veigraði mér mið að fara að heiman á daginn vegna þess að hann kynni að koma heim og selja eða veðsetja allt sem hann gat fest hendur á. Einn daginn þegar ég fór að heimsækja móður mína seldi hann borðstofuhúsgögnin okkar og veðsetti útvarpið og borðsilfrið. Þá missti ég allt traust á honum. Ef hann sagðist ætla að fara í klippingu fann ég átyllu til að fara með honum því ég trúði ekki einu orði sem hann sagði. Hann hafði brugðist mér of oft.

Mér þótti allt sem hann gerði vera grunsamlegt. Ef hann kom seint heim úr vinnu ásakaði ég hann um fjárhættuspil. Þegar ég komst að því að það var rangt hugsaði ég: „Nú fer hann líklega að spila, bara til að hefna sín á mér.“

Ég varð líka beinlínis undirföru. Ef ég komst yfir peninga varð ég að fela þá. Ég leitaði í veskinu hans meðan hann svaf til að gá hvort hann hefði náð í peninga. Yfirleitt fann ég hvort hann ætlaði að fara að spila eða hafði verið að því en ég fékk óbeit á að saka hann um það nema ég væri alveg viss.

Eitt sinn lét hann sektarmiða vegna umferðarlagabrota hlaðast upp því hann hafði tapað fénu, sem átti að borga sektirnar með, í fjárhættuspili. Dag einn kom svo lögreglumaður að sækja hann. Ég var svo hrædd að ég vissi ekki hvert ég átti að snúa mér. Foreldrar hans voru í fríi og við skulduðum þegar öllum sem ég mundi eftir. Það var ekki annað að gera en láta hann sitja af sér sektina. Mér fannst það sárt en jafnframt hugsaði ég að nú myndi hann kannski ná áttum. Meðan hann sat inni voru húsgögnin okkar tekin því við höfðum ekki greitt afborganir af þeim og ég varð að flytjast til foreldra minna því við stóðum ekki í skilum með leiguna. Það var erfitt en ég gerði mér vonir um að hann kæmi nýr og betri maður úr fangelsinu. Nú yrði honum ljóst hvað hefðist af fjárhættuspili.

Eftir að hann var látinn laus bjuggum við hjá foreldrum mínum í tvo og hálfan mánuð því Bill hafði misst vinnuna. Hann ákvað að fara að vinna hjá föður sínum og við fluttumst til foreldra hans. Þeir voru að byggja nýtt hænsnabú úti á eyðimerkurlandi. Bill vann af kappi á búinu og virtist una sér vel. Þetta var ekki auðvelt líf en hann spilaði ekki fjárhættuspil og það var aðalatriðið. Ég fór aftur að hafa áhyggjur þegar hann fór að skipuleggja eggjasöluna. Ég komst að því að hann notaði tekjurnar til að spila fjárhættuspil. Ég fyrirleit hann fyrir það. Ég skildi ekki að nokkur maður gæti stolið frá sinni eigin fjölskyldu.

Með miklum trega ákváðum við að best væri að við færum burt af búinu. Bill fékk starf hjá tryggingafélagi en þar komust menn fljótlega að því að hann hafði misst fyrra starf sitt vegna fjárhættuspils og þá var honum sagt upp. Ég tók þetta nærri mér en hugsaði aftur sem svo: hann verður að skilja hvað fjárhættuspilspúkinn gerir honum. Hann hlyti að átta sig þegar hann væri rekinn úr svona góðri vinnu. Honum tókst að fá annað gott starf sem sölumaður og nú gekk allt ljómandi vel í um það bil þrjá mánuði. Ég var ánægð og fór aftur að treysta honum. Við gátum greitt gamlar skuldir. Ég fór aftur að treysta honum fyrir peningum, treysti honum til að fara að heiman í vinnuna eða í klippingu og mér fannst ekki lengur að ég þyrfti að fara með honum.

Þá kom sá skelfilegi dagur þegar hann fór til systur sinnar að borga henni fé, sem hann hafði fengið að láni, og fór frá henni beint í spilaklúbb. Ég man að fyrst ætlaði ég ekki að trúa þessu. Okkur hafði liðið svo vel. Hann gat ekki steypt okkur aftur í ógæfu. En hann gerði það samt.

Við reyndum að leita honum hjálpar hjá geðlækni því ég þoldi þetta ekki lengur. Ég var miður mín og það bitnaði mest á börnunum okkar þremur. Þau skildu ekki hvað var á seyði. Þau spurðu um pabba og hvers vegna ég væri að gráta. Ég man ekki hvað ég sagði þeim - sennilega allt nema sannleikann til að fá frið fyrir þeim.

Bill gekk til geðlæknis í um það bil tvo mánuði en því lauk einn daginn þegar hann laumaðist í spilaklúbb í stað þess að fara í tíma hjá læknum. Ég man hvað mér leið illa þegar mér varð ljóst að geðlæknir gæti greinilega heldur ekki hjálpað honum.

Næstu tvo mánuðina velti ég enn fyrir mér hvað ég ætti að gera en á afmælisdegi dóttur okkar fór hann aftur að spila fjárhættuspil. Ég var örvilnuð. Nú þoldi ég ekki meira. Það hefði helst átt að leggja mig inn á geðsjúkrahús. Ég vissi að eitthvað varð ég að gera. Ég hugsaði um börnin. Hver myndi sjá um þau ef eitthvað kæmi fyrir mig?

Daginn eftir fór Bill á fylkissjúkrahúsið til að biðja um hjálp en þar var honum vísað á GA-samtökin. Þegar hann kom heim hringdi hann strax þangað. Honum var sagt að við fengjum heimsókn um kvöldið og það stóðst. Til okkar komu ung hjón. Ég varð steinhissa þegar þau sögðu okkur sögu sína. Ég hafði alltaf haldið að við værum eina fólkið í heiminum meða þetta vandamál. Þau sátu þarna og sögðu okkur „okkar eigin“ sögu.

Bill fór á fyrsta GA-fundinn 7. febrúar 1962. Ég var mjög vantrúuð á þetta í fyrstu. Mér fannst fjárhættuspilsvandi Bills vera svo erfiður

viðureignar að ég gat ekki séð hvernig þetta gæti hjálpað honum. Að vísu hafði maðurinn frá GA-samtökunum, sem heimsótti okkur, hætt fjárhættuspili og saga hans var saga okkar. En ég var hrædd við að binda of miklar vonir við þetta. Ég vildi ekki þola ein vonbrigðin enn.

Ég var kvíðin þegar Bill kom heim af fyrsta fundinum. Hann sagði fátt. Hann sagði bara að sér litist ekki illa á þetta og sagði mér hvernig fundurinn hefði farið fram. Mér virtist að honum hefði ekki fundist mikið til um það sem hann sá og heyrði en hann hélt áfram að sækja fundi og ég fór með honum þegar ég gat. Í raun hafði ég misskilið fyrstu viðbrögð hans við GA-samtökunum. Greinilega hafði það sem gerðist á fundunum snortið hann djúpt og hann hafði mikinn áhuga á GA-samtökunum og öllu sem þar gerðist.

Í mínum augum eru GA-samtökin kraftaverk. Bill hefur ekki veðjað eða spilað fjárhættuspil af neinu tagi í fjórtán mánuði.

Í Gam-Anon-samtökunum hef ég sjálf komist að raun um að ég er heldur ekki fullkomin. Fundirnir þar hjálpa mér mikið til að bæta mig.

Við Bill eigum enn við ýmisleg vandamála að stríða, eins og gengur og gerist í hjónaböndum, en hann spilar ekki lengur fjárhættuspil og við getum sest niður og talað saman í einlægni. Við elskum og virðum hvort annað og það finnst mér skipta öllu máli.

Margie M.

Pomona, Kaliforníu

Spilafíkn

Þegar ég klifraði upp á klettana við ströndina fann ég brotin rifbeinin nísta mig. Ég horfði út yfir hafið og sá brimöldurnar brotna við klettana. Dauðinn beið þarna niðri og mig langaði að deyja. Allt í einu hvarflaði hugur minn til æskuáranna.

Ég hugsaði til þeirra tíma þegar ég gekk á fjöll og stóð á háum tindum. Við mér blöstu djúpar gjár og langir, grænir dalir. Blátt fljót liðaðist um landið og hvarf í fjarska. Ég sneri mér við og horfði á fjallahringinn í norðri og öðlaðist örlítinn skilning á ógnarstærð sköpunarverksins. Ég lagðist á bakið, horfði upp í bláan himininn og varð var við fyrirbærið óendanlegt rými. Mig fór að langa til að þekkja Guð.

Seinna stóð ég á veröndinni að vetri til og sá að þessi hvíta veröld með snjókomu var kraftaverk. Vikur og mánuðir liðu og það snart mig djúpt að heyra hróp og köll systkina minna þegar þau fögnuðu vorinu. Þau leituði í ofvæni að fyrstu blómunum og öllu sem spratt strax og snjórin var farinn. Ég fann hlýjan vindinn við vanga mér. Ég sá trén grænka og gleði mín óx enn þegar ég heyrði fuglasöng sem boðaði að veturinn væri endanlega að baki. Heima heyrði ég móður mína syngja. Hún var trúuð kona og tjáði gleði sína yfir vorkomunni og gjöfum Gups í söng.

Í annað sinn stóð ég á grænu engi og fann hlýjuna af sólinni sem vermdi villt blómin við fætur mér og ég fann hvað sköpunarverkið var fagurt. Ég stóð við akurinn að hausti til, sá gullið hveitið bylgjast í vindinum og skildi að gróður magn jarðarinnar er kraftverk.

Úti í eyðimörkinni kraup ég á kné til að skoða örlítið blóm, fagurt, litskrúðugt og ilmandi, sem blómgaðist í skugga af kaktusi. Ég furðaði mig á þeim mætti, sem býr að baki sólar, tungls, stjarna og árstíðanna og gat skapað þetta litla blóm, ekki mikið stærra en títuþrjónshaus.

Ég kynntist elskunni minni. Við giftum okkur og á fyrstu árum hjónabandsins lærði ég að skilja hvílík blessun ástin er, blíð og skilningsrík. Þegar þar að kom hélt ég í fyrsta sinn á nýfæddum syni mínum. Hjarta mitt fylltist auðmýkt. Ég leit á konuna mína og brosið á vörum hennar og ljóminn í augunum sögðu mér að við værum á einu máli.

Svo kom sá óheiladagur þegar ég fór á Santa Anna-veðreiðabrautina í Arcadia í Kaliforníu. Ég horfði á gæðingana og fann spennuna í fólkinu í kringum mig. Ég var léttur í spori þegar ég gekk upp á áhorfendapallana. Þar horfði ég yfir þetta glæsilega veðreiðasvæði, sporöskjulagaða brautina og litfögur blómin sem plantað var í miðjunni. Það var eins og Guðs hönd hefði búið til þetta fagra munstur og í norðri bar fjallahringinn við bláan himininn.

Þegar hestunum var raðað upp greip ég fast um kvittanirnar fyrir fénu sem ég hafði veðjað á hestinn sem ég valdi. Hlaupið hófst og ég stökk á fætur og reyndi að koma auga á hann. Hróp áhorfenda voru ærandi. Ég var yfir mig æstur því ég sá hestinn minn hvergi í forystuhópnum. Allt í einu heyrði ég rödd úr hátalara gegnum dyninn: "Hér kemur Captain Cal, hann tekur forystuna..." Ofboðslegur fögnuður gagntók mig. Ég hrópaði hástöfum. Fólk sneri sér við og horfði á mig en ég skundaði í biðröðina hjá gjaldkeranum að sækja vinninginn.

Á leiðinni út í bílinn minn fannst mér ég vera endurfæddur. Ég vissi ekki að innan um fögur blómin og glæsilega gæðingana leyndist uppspretta brennandi ástríðu sem átti eftir að ríkja yfir lífi mínu.

Á næstu vikum og mánuðum heltók veðmálaástríðan mig. Ég barst áfram á öldufaldu flóðbylgju sem gleypți allan minn tíma. Hvergi kom upp efi, enginn grunur um að þetta gæti sært ástvini mína, því hér var of fjár í boði sem ég gat notað til að sýna þeim ást mína. Eins og í vímu barst ég langt út fyrir mörk veruleikans. Um hríð var ég sælli en nokkru sinni fyrr. Mér gat ekki mistekist. Peningarnir streymdu inn. En svo sneri gæfan við mér bakinu. Þegar ég hélt áfram að tapa fór ég að efast. Samviskan vaknaði og ég fór að reyna að átta mig. Ég var hugsjúkur. Eina nóttina vaknaði ég og það rann upp fyrir mér ljós. Ég strengdi þess heit að veðja aldrei aftur. Þá fékk ég sálarfrið og sofnaði vært.

Daginn eftir rauf ég heit mitt og næstu mánuðina tók vil langur ferill loforða og heitrofa sem varð til þess að ég gerði mér grein fyrir því að ég gat ekki hætt að leggja undir. Sjúkdómurinn ágerðist og ég fórnaði smám saman öllum lífsreglum mínum. Heimilislífið var í upplausn. Konan mín, sem elskaði mig og treysti mér, lifði við kröpp kjör, einmana og hugsjúk. Börnin mín bjuggu við skort og óöryggi og fengu hvorki félagsskap né leiðsögn frá föður sínum.

Árin liðu fljótt. Hugur minn varð orrustuvöllur skelfilegrar sektarkenndar og spilafíknar.

Smám saman hörfaði ég inn í ömurlegan og einmanalegan heim. Fjárhættuspilinu fylgdi ekki lengur nein peningavon, það var bara ógnvænlegt skrímsli sem skyggði á hverja hreyfingu mína.

Sá dagur kom að ég stóð við fótagafl sjúkrahúsrúms í Pasadena í Kaliforníu og horfði á föður minn dauðvona. Hryggðin gagntók mig og mér fannst ég vera misheppnaður sonur. Ég lokaði augunum og bað fyrir föður mínum. Þegar ég leit á hann aftur hafði hann lyft höfðinu frá koddanum, litaðist um í stofunni og horfði svo framan í mig. Dauft bros lék um varir hans og höfuðið féll aftur á koddann. Ég gekk að höfðalaginu og þrýsti hönd hans að mér. Ég kraup á kné og grét.

Ég sat við kistuna á útfararstofunni og hugsaði um hvað ég hefði farið illa að ráði mínu um ævina. Þúsund sinnum hafði ég svarið að veðja aldrei aftur en gekk alltaf á orð mín og í hvert sinn dó örlítill partur af mér. Ég stóð upp og horfði á föður minn. Þetta var síðasta tækifærið. Bara að þessi mikli

missir gæti orðið til að ég fyndi styrk. Ég hvíslaði en það var eins og orðin hljómuðu um hljóða stofuna. „Ég lofa þér því, pabbi, að veðja aldrei aftur.“

Eftir útförina var ég hljóður og fór mér hægt við vinnu mína eins og ég óttaðist að snögg hreyfing gæti hrakið burt friðinn sem nú ríkti í huga mér. Fíknin í veðmál bærði ekki á sér en mér fannst allt vera óraunverulegt. Á hverjum degi bað ég þess að ég gæti fundið Guð á ný.

Í janúar ók ég út úr bænum til vinnu einn morguninn. Sólin var að koma upp, mér leið einstaklega vel og naut náttúrunnar og sveitaloftsins. Allt í einu fannst mér að eitthvað dásamlegt hlyti að gerast þennan dag.

Og þá sá ég skyndilega fyrir mér áhorfendapallana við veðreiðabrautina, gæðingana á fullri ferð og seðlabunka sem virtust vera svo nálægt mér að ég gæti snert þá. Þetta beið eftir mér. Þarna var lausnin á öllum vandamálum og uppfylling allra leyndra óska. Áráttan kom yfir mig eins og hvirfilvindur. Ég sneri við og ók beint aftur í bæinn.

Seint um kvöldið sat ég á bílastæðinu við veðreiðabrautina. Fólkið var löngu farið, ég sat einn og horfði út í myrkrið. Ég var örvilnaður og samviskan kvaldi mig. „Góði Guð,“ hvíslaði ég. „Var mér ætlað þetta? Getur þú ekki brotið hlekkina og frelsað mig?“

Ég stend í spilaklúbb í Gardena eftir að hafa ekið þangað langa leið og eytt óratíma við spilaborðin. Mér er þungt í sinni og ég sé mannlega eynd allt í kringum mig. Föl andlitin og skjálfandi hendurnar vitna um vítið sem þetta fólk lifir í. Rétt hjá mér stendur ung, ófrísk kona og reykir sígarettu, spennt og taugaóstyrk. Jafnvel ófætt barn þarf að líða fyrir spilafíkna. Ég fer út í svala nóttina, sest daufur og þungur upp í bílinn og legg af stað heim aftur. Ég hugsa um konuna mína og eyk hraðann því samviskubitið veldur því að mér finnst ég verði að flýta mér til hennar. Bíllinn æðir áfram og vegurinn er í móðu fyrir þreyttum augum mér. Þá hverfur mér veröldin andartak, ég fell fram á stýrið en kippist við og sé að ég er að aka á vegavinnutæki og rauð ljós á miðri akbrautinni. Ég rykki í stýrið, finn að ég missi jafnvægið og heyri ískrandi málmhljóð þegar bíllinn veltist á hliðina og stöðvast. Ég get ekki hreyft mig og finn það hálf dofinn að þetta eru endalokin.

Ég ligg á sjúkrahúsinu og sálarkvalirnar eru mun verri en verkirnir í líkamanum því mér er ljóst að fyrir utan allar aðrar syndir er ég líka orðinn hættulegur í umferðinni. Mér finnst það vera kraftaverk að ég skuli vera lifandi. Ég bíð alla nóttina, þá stendur hún við hlið mér og ég þori varla að horfa framan í hana. Hún er föl eins og dagsbirtam sem seytlar inn um

gluggann. Hún beygir sig og kyssir mig bliðlega. Ég loka augunum til að halda aftur af tárunum. Blíðuorðin brenna á vörum mér en ég get ekkert sagt.

Ég heyri karlmansrödd. Ég opna augun og sé son minn standa við fótagaflinn og þakka í auðmýkt fyrir að hann hefur ekki yfirgefið mig...

Aftur ek ég sömu löngu leiðina heim frá Gardena. Ég er dofinn á líkama og sál eftir martröð undanfarinna klukkustunda. Þetta var úrslitatilraunin til að græða féð, sem ég er sannfærður um að ég þurfi, og nú er öll von úti og ég hef hvorki mátt né vilja til að halda áfram.

Ég fer fram hjá staðnum þar sem ég velti bílnum og fyllist hryllingi. Leiðin liggur meðfram ströndinni og ég stöðva bílinn og klifra upp á klettana við sjóinn. Nú er öllu lokið.

Fölur máninn hvarf bak við skýin og ég stóð stjarfur í myrkrinu. Í síðasta sinn leit ég til framtíðar en fann hvergi neina vonarglætu. Ég hugsaði aftur í tímann í leit að minningu sem gæti bægt burt myrkrinu en sá bara rúm fimmtíu ár sem sóað var í glötun. Ég dró djúpt andann og hallaði mér fram að ólgunni sem myndi veita mér frið. „Guð fyrirgefi mér.“ Ég heyrði ekki rödd mína. Ég gat ekki hreyft mig því ég sá konuna mína fyrir mér. Hvernig gat ég fyrirfarið mér þegar ég vissi að henni þótti ennþá vænt um mig? Það er rétt sem ég hef heyrt. „Stundum þarf meiri kjark til að lifa en deyja.“

Ég náði heim og horfði upp í gluggann á ljósið sem ávallt beið mín. Ég komst upp stigann og skreið eins og sært dýr á gríðastaðinn við hlið hennar og vissi að hún var að gráta. Ég starði út í myrkrið. Hugsanirnar hringsnerust í höfðinu á mér. Þær urðu eins og angistaróp í myrku víti, þéttust saman í skelfingarhnút og splundruðust með ljóshraða í allar áttir en... það... var... engin... undankomuleið. Svo fannst mér ég fljóta upp úr djúpunum og ég náði valdi á hugsunum mínum. Ég var kaldur af svita og ég vissi að ég var nálægt því að verða geðveikur. Hvað átti ég að gera? Hvar gat ég leitað hjálpar? Var nokkra hjálp að fá - nokkurs staðar?

Ég sat á sófanum og horfði fast á manninn sem hafði ferðast 200 km í rútu heim til mín til að segja mér frá fyrirbrigði sem nefndist GA-samtökin. Ég var djúpt snortinn því hann lýsti nákvæmlega því sama og ég hafði reynt á ömurlegum æviferli mínum. Þessi maður þjáðist af sama sjúkdómi og ég. Rödd hans náði gegnum ringulreiðina í huga mínum. Hann talaði um menn sem hefðu stofnað ný samtök. Svo sagði hann það sem ég þráði svo heitt að heyra; að aðrir menn, mínir líkar, hefðu losnað undan oki spilafíknarinnar og lifðu nú eðlilegu lífi.

Hann kvaddi og ég lofaði að koma á næsta fund. Þegar ég lokaði dyrunum á eftir honum hvíslaði ég þakkarorð til Guðs því í hjarta mínu fann ég það bærast sem enginn maður getur án verið. Vinur minn hafði gefið mér von.

Næsta föstudagskvöld fórum við hjónin á fundinn í Los Angeles. Vinur okkar tók á móti okkur og okkur var heilsað hlýlega. Ég sat þögull við hliðina á konunni minni og leit á mennina í kringum mig. „Hvernig geta þeir hjálpað mér?“ hugsaði ég. Ég hugsaði um öll heilræðin sem ég hafði fengið um dagana og allar þjáningarnar sem ég hafði valdið öðrum. Börnin mín höfðu alist upp á trausts og öryggis og myndu aldrei bíða þess bætur. En samt - ÉG GAT EKKI HÆTT AÐ SPILA FJÁRHÆTTUSPIL.

Bara að þeir gætu gefið mér lyf eða skorið meinið burt til að frelsa mig.

Ég var sveittur í lófunum og áttaði mig á að maður stóð fyrir framan hópinn og talaði. Það var auðmýkt í rödd hans þegar hann sagði frá því hvernig hann hefði sóað lífi sínu, misst fjölskylduna, orðið einmana og örvilnaður og þráð það helst að svipta sig lífinu. Hann sagðist hafa verið ófær um að losna undan oki spilafíknarinnar.

Stundirnar liðu eins og sekúndur og ég hlustaði með athygli á hvert orð því mennirnir sem töluðu á fundinum sögðu mína eigin sögu. Mér varð ljóst að þeir voru af sama tagi og ég og að konur þeirra og börn höfðu þjáðst vegna þessa sjúkdóms. Ég fann til samúðar með þeim, dýpri en ég hafði nokkru sinni haft með nokkrum manni. Mig langaði að hjálpa þeim. En hvað gat ég gert? Síðasti maðurinn stóð upp og í svip hans spegladist samúðin sem fyllti hjarta mitt. Eins og hann gæti lesið hugsanir mínar sagði hann orð sem snertu mig djúpt og opnuðu leynidyr að ókunnum krafti sem átti eftir að gjörbreyta lífi mínu. „Ef þú vilt hjálpa fælögum þínum, spilafíklunum í þessum sal og í samtökunum, að flytja þeim boðskapinn sem ennþá þjáast, þá er besta framlag þitt að láta fyrsta fjárhættuspilið eða veðmálið vera.“

Mér þótti leitt þegar ég sá að fundinum var að ljúka. Ég hefði viljað að hann væri endalaus svo ég gæti haldið í þessa undarlegu tilfinningu sem gaf mér frið og sálarró. Ég fann að konan mín snerti hönd mín, leit til hennar og sá nýjan ljóma í augum hennar. Hún var að byrja að átta sig á að spilafíkn mín væri skelfilegur sjúkdómur. Ég fann hvað mér þótti vænt um hana. Þrjátíu og eitt ár í hjónabandi hafði hún veitt mér hollustu, ást og traust - langt fram yfir það sem hægt var að ætlast til af nokkurri eiginkonu. Ég vissi að án hennar hefði lífi mínu lokið fyrir löngu því hún var eina festan sem ég hélt í til að lifa af.

Í hverri viku næstu mánuðina ókum við saman þessa 300 km á næsta GA-fund. Þá fór ég að skilja máttinn sem felst í hinum einföldu, andlegu meginreglum samtakanna. Ég lærði að meta skilning, vináttu og samúð. Ég fann innblástur og von í ævisögum stofnendanna, frelsi þeirra undan oki áráttunnar og nýjum lífsháttum. Ég lærði í raun og sannleika nýja meginreglu: sá sem hjálpar öðrum af samúð hjálpar sjálfum sér um leið. Ljósíð sem kviknaði í sál minni á fyrsta fundinum hefur aldrei dofnað, það hefur orðið skærara. Nú stendur það á milli mín og fíknarinnar, ÞAÐ FRELSAÐI MIG.

Þegar ég geng inn í fundarsalinn fyllist ég alltaf af auðmjúkri þakklætiskennd og ég svara brosum og kveðjum manna úr öllum stéttum samfélagsins. Því spilafíknin fer ekki í manngreinarálit; hún ræðst á alla sem eru tilfinningalega næmir fyrir henni. Sumir eru enn föllir og teknir eftir sjúkdóminn. Það eru nýir félagar að leita hjálpar. Ég þreytist aldrei á að fhuga kraftaverkin í lífi fólksins í þessum sal á þeim tveimur árum sem ég hef komið hingað. Því hér hef ég margoft séð líf sem var í molum verða heilt á ný. Mér hefur orðið ljóst að hér býðst fyrsta raunverulega hjálpin gegn spilafíkn. Mörg okkar hafi staðið frammi fyrir dómstólum og enginn hefur skilið hina raunverulegu orsök afbrota okkar. Ég hugsa um allar fjölskyldurnar í landi okkar sem lifa ömurlegu lífi vegna spilafíknar. Ég veit að hér í Bandaríkjunum eru milljónir barna og milljónir enn ófæddar sem verða að treysta á GA-samtökin til að njóta æskunnar.

Ég klifra upp á klettana við ströndina, horfi út yfir hafið og sé brimöldurnar brotna við klettana. Eitt sinn var þetta takn dauðans en nú sé ég fegurð því ég hef loksins fundið frið og er laus undan oki fíknarinnar. Ég hef endurheimt sjálfsvirðingu mína og er nýtur þjóðfélagsþegn. Heima hjá mér ríkir ást, traust og hamingja.

Vegna krossins sem ég bar í svo mörg og löng ár leitast ég við að vera skilningsríkur. Og vegna þess að ég hef leitað að Guði finn ég nýtt líf innra með mér. Andi minn leitar til sólarinnar og ég finn návist Guðs í skýjunum og öldum hafsins. Ég sé hann í fjallakyrddinni og þögn eyðimerkurinnar. Ég sé hann í öllu lífi sem sprettur af jörðunni - í fuglasöngnum og íkornanum sem hoppar um trjágreinarnar. Ég sé hann í fegurð blómanna sem spretta á vorin, í ástúð móðurinnar og saklausum svip barnsins. Þótt eilífdin blasui við mér óttast ég ekki því ég hef öðlast þá djúpu sannfæringu að ég er ekki einn.

Hluti II: GA-samtökinn og batinn

Rauði þráðurinn í sögum GA-félaga, sem þeir segja okkur þegar þeir koma fyrst í samtökin, er um léttinn sem þeir finna þegar þeir uppgötva að þeir eru ekki „einir í heiminum.“ Þangað til þeir komu á fyrsta fundinn höfðu flestir haldið að þeir væru þeir einu sem hefðu spillt fjárhag sínum, fjölskyldulífi, heilsu og framtíðarvonum með spilafíkn. Eftirfarandi sögur eru sagðar í þeirri von að spilafíklar, sem hafa ekki komið í samtökin, geti fræðst um að til sé staður þar sem menn hafi lært að ná stjórn á þessari illvígu árátta.

Sögurnar í fyrri hlutanum fjölluðu einkum um hörmungarnar, sem fylgja spilafíkninni, en hér verður sagt frá kynnum af GA-samtökunum, bata og þroska. Sá þáttur í GA-bataferlinu að félagar hjálpi spilafíklum sem enn þjást kemur þó vart fram sem skyldi. Þúsundir félaga verja miklum tíma í slíka aðstoð á hverju ári en fæstir vildu segja mikið frá því vegna þess að það bryti í bága við hógværðina sem menn temja sér í GA-samtökunum. Flestum sögunum fylgir því óskrifaður lokakafli þar sem félagar hjálpa öðrum að sigrast á spilafíkninni og hjálpa þanni sjálfum sér um leið.

Ég gat ekki hætt

Ég lagði síðast undir 21. nóvember 1964 og þremur dögum síðar fórum við hjónin á fyrsta GA-fundinn. Ég hafði aldrei heyrt um samtökin fyrr. Ég vissi ekki við hverju ég mætti búast og hafði enga hugmynd um hvernig þau gætu hjálpað mér. Ég vissi bara að ég var sjúkur maður með spilafíkn.

Reynsla mín af fjárhættuspili er mér enn í fersku minni. Ég vil aldrei gleyma ógæfunni sem ég bakaði konu minni og börnum. Einhvers staðar stendur „að gleyma því sem þú gerir rangt getur valdið því að þú gerir það aftur.“

Fimmtán ára gamall byrjaði ég að spila póker við vini mína á hverju föstudagskvöldi. Ég held ég hafi skuldað peninga vegna fjárhættuspils allt frá fyrsta degi og byrjaði snemma að hafa áhyggjur vegna spilaskulda. Það var ekki fyrr en ég kom í GA-samtökin að ég gat játað fyrir sjálfum mér hvernig ég var á unglingsárunum. Flestir spilafélagar mínir litu á mig sem hálfgerð fífl. Ég lifði alltaf á snöpum því ég átti aldrei peninga, ekki einu sinni fyrir snarli eftir pókerspilið. Ég var alltaf til í snatt og sendiferðir fyrir eldri spilafélaga mína í von um að einn daginn tækju þeir mér sem jafningja.

Eftir á að hyggja vann ég mér ekkert álit og gat ekki borið virðingu fyrir sjálfum mér.

Eftir tvö ár í framhaldsskóla hætti ég námi til að geta spilað fjárhættuspil allan daginn. Ég taldi mér trú um að ég gerði það til að geta hjálpað móður minni en það var tómmt bull. Ég tók aldrei eðlilegan þátt í félagslífi, tíminn fór allur í fjárhættuspil. Ég spilaði áfram póker vikulega en fór líka að veðja á íþróttalið og hesta. Þótt ég væri alltaf að spila fjárhættuspil á þessum árum safnaði ég ekki miklum skuldum því ég hafði lágar tekjuir og ekkert lánstraust.

Skýrustu minningar mínar frá fjárhættuspilsárunum eru um vanlíðan og þunglyndi. Stundum fór ég af veðreiðum með tárin í augunum og bað Guð að frelsa mig frá þessari ógæfu.

Árið 1952 var ég kvaddur í herinn og þar spilaði ég fjárhættuspil hvenær sem færi gafst. Tveimur árum síðar fékk ég lausn en reyndi ekki að fá vinnu heldur spilaði fjárhættuspil í heilt ár. Móðir mín leitaði til Hermannabjónustunnar fyrir mig og þá komst ég í skóla og lauk að lokum prófi. Á þessum tíma hélt ég áfram að spila fjárhættuspil - ég vildi mennta mig svo ég fengi hærra kaup og gæti lagt meira undir.

Ég giftist konunni minni í júní 1956. Hún tók aldrei þátt í fjárhættuspilinu og yfirleitt reyndi ég að leyna því fyrir henni. Skömmu eftir brúðkaupið fékk ég nýtt starf og mun meiri tekjur. Þá fór ég líka að leggja meira undir og fjárförf mín varð langum meiri en tekjurnar. Til að standa undir kostnaðinum af fjárhættuspilinu og sýna lit á að sjá fyrir heimilinu fór ég bókstaflega að betla, fá lán og stela frá öllum í kringum mig. Ég skuldaði bönkum, fjármögnunarfélögum, veðmögurum, ættingjum og vinum. Auk þess dró ég mér fé frá vinnuveitanda mínum og hugsaði ekkert um hvernig ég gæti skilað því aftur á réttan stað. Skuldir mínar jukust stöðugt og ég hafði enga stjórn á ástandinu.

Ég hringdi til veðmangara og lagði þúsundir dollara umndir á hverjum degi þótt ég ætti ekki nema tíu sent fyrir símtalinu. Áður en ég kom í GA-samtökin var líf mitt orðið gjörsamlega stjórnlaut. Ég laug og sveik linnulaust til að geta haldið áfram að spila. Mér var þá þegar orðið ljóst að ég var veikur en ég vissi ekki hvernig ég ætti að hætta að spila fjárhættuspil. Ég man að ég fór á skrifstofu Hermannasamtakanna og talaði við ýmsa fulltrúa þar. Ég bað um hjálp en þeir sögðu að ég yrði þá að láta leggja mig inn á sjúkrahús fyrir fyrrverandi hermenn. Ég reyndi það en mér var sagt að þar væru engin rúm laus fyrir menn með geðræn vandamál.

Rétt áður en ég fór á fyrsta GA-fundinn leið mér verr en nokkru sinni fyrir. Ég skuldaði of fjár og vissi að brátt kæmist upp um fjárdráttinn. Álagið á öllum sviðum lífs míns var orðið óþolandi. Tilfinningalega var ég niðurbrotinn og hafði enga framtíðarvon. Ég gat ekki lengur látið mig dreyma um stóra vinninginn sem myndi leysa allan vanda. Ég var vonlaus, sjúkur spilafíkill og viss um að ég væri dæmdur til að deyja þannig.

Mágkona mín heyrði um GA og hringdi fyrst í samtökin. Þar var henni sagt að það væri fundur um kvöldið. Hún sagði konunni minni það og hún spurði hvort ég væri til í að fara. Ég greip tækifærið því ég vildi reyna hvað sem var til að hætta fjárhættuspílinu. Seinna komst ég að því að þá þegar var tvennt mér í hag. Ég vissi að ég var veikur og þráði að hætta að spila fjárhættuspil.

Fyrsti GA-furnurinn var algjör opinberun fyrir mig. Í fyrsta lagi voru þarna aðrir menn af mínu tagi. Ég var með svo mikla sektarkennd og fyrirleit sjálfan svo mjög að ég gat ekki ímyndað mér að aðrir væru jafnsjúkir og ég. Það var hughreystandi að sjá og hlusta á menn sem áttu við sama sjúkdóm að stríða. Ég gat talað við menn sem skildu mig og ég þáði hjálp þeirra fúslega. Í öðru lagi voru þarna menn sem höfðu hætt að spila fjárhættuspil, sumir fyrir viku, aðrir fyrir sex árum. Það sem ég sá þetta kvöld vakti vonarglætu í hjarta mínu. Ég sagði sjálfan mig: „Ef þessir menn gátu hætt að spila fjárhættuspil ætti ég að geta það líka.“

Fyrstu vikurnar á bataveginum leitaði ég stöðugt ráða. Vandamál mín hurfu ekki eins og döggr fyrir sólu en mér var sagt hvernig ég ætti að taka á þeim, einn dag í einu. Allir félagarnir hjálpuðu mér, með því að segja frá reynslu sinni á fundunum, hringja til mín á milli funda og svara spurningum mínum í kaffihléunum. Og merkilegast var að ég fann að þeim var hreint ekki sama um mig - bláókunnugan manninn.

Fjárhagsvandamál mín voru ekki úr sögunni en reyndir félagar sögðu mér hvernig ég ætti að taka á þeim og minnka álagið. Mér var leiðbeint sérstaklega um það hvernig ég ætti að tala við lánardrottna; biðja þá um skilning og aðstoð svo ég gæti hjálpað mér sjálfur. Ég varð að fá mér aukavinnu til að geta framfleytt mér og átt afgang handa lánardrottnunum. Ég hlustaði með athygli á félagana og fylgdi ráðum þeirra í hvívetna.

Mér fannst ég eiga heima í GA-samtökunum og reyndi af kappi að tileinka mér kosti þeirra félaga sem ég virti og dáði mest. Brátt tók ég fullan þátt í GA-starfinu því mig langaði að hjálpa öðrum eins og allir þessir menn höfðu hjálpað mér.

Ég hef sótt GA-fundi reglulega í nítján ár og einn mánuð og aldrei spilað fjárhættuspil. Fjölskylda mín og ég höfum notið þess efnalega og andlega og ég finn líka aðrar breytingar hjá sjálfum mér. Nú kann ég vel við sjálfan mig og virði sjálfan mig. Ég tel mig vera nýtan þjóðfélagsþegn og færan um að miðla því sem ég hef lært í GA-samtökunum.

GA-samtökin björguðu lífi mínu og ég stend alltaf í þakkarskuld við þau fyrir það sem þau gerðu fyrir mig.

Maður er aldrei of gamall til að breytast

Ég gifti mig í stríðinu og kom til New York árið 1949. Áður en ég kom til Bandaríkjanna hafði ég aldrei spilað fjárhættuspil en faðir minn hafði tapað innflutningsfyrirtæki vegna fjárhættuspils svo móðir mín varð að vinna sem matsveinn á veitingahúsi til að fæða og klæða átta börn.

Eiginmaður minn var ljúfur, góður og örlátur maður sem leyfði mér að gera það sem mig lysti þegar ég átti frí. Hann vann á næturvöktum og ég vann á daginn á lögmannsstofu. Í eitt eða tvö ár lifði ég ósköp venjulegu lífi en einn daginn fór ég á veðreiðabrautina í stað þess að fara á skrifstofuna - ég held að það hafi bara verið af leiðindum. Mér fannst gaman að öllum látunum og spennunni og tókst að fá einn eða tvo vinninga. Næsta laugardag fór ég á sömu veðreiðabrautina en tapaði öllu sem ég hafði grætt og vikulaunum að auki. Eftir það gat ég ekki lifað venjulegu lífi. Ég hélt áfram að sækja veðreiðarnar og fór að skreppa til Las Vegas; stundum tók ég leigubíl út á flugvöll og flaug til Las Vegas þegar ég átti að vera að vinna á skrifstofunni.

Í þó nokkur ár fór ég um það bil fjórum sinnum til Las Vegas á ári. Ég hafði mikið lánstraust í spilavítunum þar og gat skrifað upp á skuldaviðurkenningar fyrir eitt til fimm þúsund dollara sem ég greiddi svo þegar ég kom heim aftur með fé sem ég tók út af sparifjárreikningnum okkar. Á þessum árum athugaði maðurinn minn aldrei hvað væri á reikningnum og spurði heldur aldrei hvaða erindi ég ætti vestur.

Skömmu eftir að maðurinn minn dó, árið 1966, ákvað ég að flytjast til Las Vegas og setjast þar að. Ég hafði unnið nokkuð fé í síðustu ferðum mínum þangað og taldi víst að ég gæti lifað á spilagróðanum og þyrfti þá ekki að borga flugferðirnar fram og til baka frá New York. Árið 1972 átti ég 36 þúsund dollara. Ég þóttist snjöll við að spila tuttugu og eitt og spilaði það

Í spilavítunum eins og peningar væru orðnir úreltir. Ég hugsaði hvorki um framtíð mína, heilsufar né aðbúnað. Fjárhættuspilið eitt skipti máli og ef ég tapaði þúsund dollurum eða svo vissi ég að það var meira til í bankanum. Eftir um það bil fimm ára linnulaust fjárhættuspil uppgötvaði ég einn daginn mér til skelfingar að ég átti bara 500 dollara eftir á reikningnum. Ég bjó á móteli og greiddi reikninginn vikulega og ákvað að leigja mér íbúð svo ég hefði þó þak yfir höfuðið næsta mánuðinn. Þá vonaðist ég til að fá vinnu. Ég fann íbúð og greiddi inn á leiguna en fór svo og gerði „lokatilraun“ til að vinna aftur eitthvað af því sem ég hafði tapað. Ég tapaði öllu sem ég átti eftir og gat ekki flust inn í íbúðina. Nú neyddist ég til að vera þrjár nætur á Hjálpræðishernum og ganga um allan bæinn í atvinnuleit. Ég fékk hvergi skrifstofuvinnu því ég var komin yfir sextugt og varð að flytjast til fjölskyldu og sjá um þrjú börn og húshald fyrir konu sem vann úti. Það var enginn leikur að þrifa sex herbergi, elda og vakna klukkan sjö til að koma börnunum í skólann. Þar kom að lokum að ég fékk félagslegt húsnæði fyrir eldri borgara og ekkjulífeyri sem er núna 350 dollarar á mánuði. Þangað til fyrir fjórum mánuðum fór ég enn og spilaði fjárhættuspil fyrir lífeyrinn og það endaði yfirleitt með því að ég átti hvorki fyrir mat né strætisvagni og jafnvel ekki fyrir rafmagnsreikningnum. Fyrir fjórum mánuðum heyrði ég gjafara í spilavítinu segja við félagi sinn að ég yrði bráðum peningalaus. Þá var ég með fimmtíu dollara í spilapeningum á borðinu. Hún hafði rétt fyrir sér. Ég sat við borðið þangað til allir spilapeningarnir voru farnir. Ég fór út, niðurbrotin, og hugsaði til þess sem gjafarinn hafði sagt og sagði við sjálfa mig: „Bjani geturðu verið - þú hefur eytt stórfé í fjárhættuspil hérna en þau líta niður á þig og hlæja að þér.“ Þá ákvað ég nú væri „komið nóg“, greip símaskrá og hringdi til GA-samtakanna. Þar var símsvari og ég skildi eftir símanúmerið mitt. Daginn eftir var hringt til mín og svo kom félagi og fylgdi mér á fund. Ég ætlaði varla að trúa því að til væri annað fólk sem ætti við sama vanda að etja. Ég hafði eitt sinn hugleitt að fyrirfara mér en ég hafði ekki hugsað til GA-samtakanna. Nú hef ég verið í bindindi í fjóra mánuði - og ég er öll að breytast til batnaðar. Ég vinn fjóra tíma á dag við umönnun á hvíldarheimili. Ég er að læra að lifa á lífeyrinum mínum. Fortíðin er að baki - það er ekki til neins að sýta það sem búið er. Með hjálp GA-samtakanna og míns æðri máttar vonast ég til að geta lifað nytsömu og skynsamlegu lífi forðast fjárhættuspil, einn dag í einu. Nú veit ég að maður er aldrei of gamall til að breytast. Ég hef greitt mest af skuldum mínum og finn ást og umhyggju þar sem áður var fyrirlitning.

Rétt lítið inn á veðreiðar

Á hverju fimmtudagskvöldi kemur hópur manna saman á Hótel Lenox í Boston. Einn af öðrum stendur upp, tekur til máls og segir: „Ég heiti Bill, (eða Joe, Bob, eða Jim) - ég er spilafíkill“ Þetta er GA-fundur og þessir menn úr öllum stéttum samfélagsins, kennarar, lögmenn, sölumenn, leigubílstjórar, segja reynslusögur sínar til að öðlast styrk, reynslu og von til að losna undan illvígu oki spilafíknarinnar.

Að kvöldi 24. ágúst 1960 kom ég sjálfur á Hótel Lenox á fyrsta fund GA-samtakanna í Boston. Ég var hræddur og vandræðalegur og gekk marga hringi kringum hótelið áður en ég hafði mig í það að fara inn í fundarherbergið. Þegar ég hlustaði á hörmungarsögur þeirra sem leituðu betra lífs rifjaðist mín eigin saga upp fyrir mér. Ég hvarf tuttugu ár aftur í tímann; þá var ég 24ra ára, giftur og hafði mjög góða stöðu hjá landsþekktu fyrirtæki. Hver hefði trúað því að þetta góða starf, fjölskylda og vinir ættu eftir að víkja fyrir árátta minni í að spila fjárhættuspil?

Þetta byrjaði allt ósköp sakleysislega þegar ég var úti með vini mínum og við litum rétt aðeins inn á veðreiðar. Það snerti vin minn ekki neitt en ég „ánétjaðist“ þegar í stað. Tilstandið og litagleðin á veðreiðabrautinni hreif mig og þótt ég tapaði dró það ekkert úr áhuga mínum. Í fyrstu fór ég bara á laugardögum en brátt var það ekki nóg. Ég fór að hespa vinnuna af svo ég kæmist á veðreiðarnar. Eftir sex mánuði var ég farinn að vanrækja starf mitt sem sölumaður og fékk stranga áminningu frá vinnuveitandanum. Hún hafði lítil áhrif því ég var svo upptekinn af veðmálunum að allt annað varð að víkja. Næstu sex mánuði vann ég lítið sem ekki neitt og var að lokum rekinn úr starfi. Ég fékk mér kvöldvinnu svo ég ætti frí á daginn. Veðraeiðabrautin var það eina sem skipti mig máli í lífinu.

Allan þennan tíma var ég stöðugt að fá lánaða peninga, fyrst hjá ættingjum og vinum, svo í bömnkum, fjármögnunarfyrirtækjum og lánasjóðum, og loks hjá okurlánurum sem tóku svo háa vexti að þeir hirtu megnið af spilagróðanum. Það er óskiljanlegt að maður með svo lágar tekjur skyldi geta safnað svo gífurlegum skuldum.

Í mörg ár skildi fjölskylda mín ekki hvað olli gerðum mínum. Ég var alinn upp við hreinskilni og góðvild. Þótt ættingjar mínir væru langt frá því

að vera vel efnaðir komu þeir mér alltaf til bjargar og vonuðu að hvert sinn yrði það síðasta. Þegar þeir höfðu lánað mér allt sem þeir gátu hélt ég áfram að þrýsta á þá að fá lánað fé handa mér. Ég gekk kerfisbundið á hvern einasta ættingja og lofaði alltaf að nýja lánið yrði það síðasta. Ég hugsaði oft um að fremja rán og ætlaði margsinnis að fyrirfara mér.

Öðru hverju var gæfan mér hliðholl einn daga eða nokkra daga í senn og það æsti löngun mína í meira og meira. Ég var kominn á það stig að ég hirti ekki um tap eða gróða heldur bara að vera að veðja. Að urfa að lifa dag án veðmála var mér kvöl. Veðreiðabrautin var orðin athvarf mitt; þangað flýði ég ekki bara undan innheimtumönnum heldur frá öllum vandamálum mínum.

Eftirvæntingin á undamn hlaupunum, skipulagningin, prettirnir, fólsku vonirnar, allt voru þetta þættir í leiknum. Ég sat í hringekju og vildi ekki að hun stöðvaðist. Í rauninni var ég á sleða sem rann eins langt niður og hann komst á hverjum degi en mér virtist vera alveg sama. Vinir mínir voru bara vinir ef þeir lánuðu mér peninga. Nýr vinur var metinn í skyndi eftir því hvað hægt væri að „slá hann“ um mikið. Hugsunarháttur minn var orðinn svo brenglaður að ég sneiddi hjá öllu sem telja mátti til eðlilegs lífs.

Eftir veðreiðar dagsins ók ég oft 150 km á aðra breut þar sem keppt var að kvöldlagi. Á leiðinni horfði ég oft á sólina setjast bak við hæðirnar og hugsaði sem svo að þetta væri sólarlag lífs míns. Ég var alltaf á hraðferð, alltaf uppspenntur, varnarlaus gagnvart fíkninni sem knúði mig áfram. Ég huggaði mig við það eð ef ég tapaði aftur núna ætti ég „tromp í bakhöndinni“ á morgun: ég hafði hugsað upp nýja leið til að fá lán eða fundið nýjan okurlánara. Þá beið ég viljandi nokkra hríð með að fara til hans svo okranum þætti ég ekki of ákafur. Mér fannst ef ég væri nógu „svalur“ væri líklegra að hann hætti á að lána mér.

Stundum hafði ég ekki önnur ráð til að ná í fé en að hverfa að heiman í nokkra daga. Þá varð konan mín skelfingu lostin og hélt að eitthvað hefði komið fyrir mig. Svo hringdi ég úr annari borg og þá sagði hún: „Allt er fyrirgefið. Komdu bara heim. Við hjálpum þér einu sinni enn.“ Þá fékk ég aftur stóra fúlgu að láni, þóttist aftur ætla að byrja upp á nýtt en tók aftur til við veðmálin af enn meiri fífldirfsku.

Ég var gagntekinn af sektarkennd og sjálfsvorkunn. Ég óttaðist hvað ég myndi gera næst. Ég vissi að þessi leið til að fá lán hjá fjölskyldunni var ekkert annað en fjárkúgun. Mér fannst ég vera óforbetranlegur aumingi sem gæti aldrei uppfyllt eðlilegar kröfur samfélagsins.

Systir mín varð fyrst til að gera sér grein fyrir því hvað væri á seyði. Hún sá að ég var „sjúkur“ og að mér var ekki sjálfrátt. Hún ráðlagði mér að leita til geðlæknis og ég ákvað líka nokkrum sinnum að gera það en fann mér alltaf einhverja afsökun á síðustu stundu. Ég var ekki tilbúinn að „gefast upp.“

Í apríl 1960 heyrði ég fyrst um GA-samtökin. Systir mín las grein um þau í blaði og sagði mér frá þeim. Ég skrifaði aðalstöðvum GA í Kaliforníu og stuttu seinna fékk ég bréf og bækling um hvernig ætti að stofna deild á Boston-svæðinu. Það hafði engin áhrif á mig og ég hélt áfram á sömu braut. Það leit út fyrir að ég væri ákveðinn í að ganga af sjálfum mér dauðum. Ég var líkamlega og andlega niðurbrotinn af svefnleysi, næturvinnu og daglegu stússi við veðmálakvittanir sem yfirleitt voru rifnar í tætlur. Undir lokin lagði ég undir í lægsta mögulega flokki, var orðinn peningalaus eftir eitt eða tvö hlaup og reyndi síðan að „slá“ kunningja mína á veðreiðunum um lán til að „vera með.“

Sunnudagsmorguninn 20. ágúst 1960 fór loksins að rofa til hjá mér. Þá hringdi maður sem kynnti sig bara sem „Jay.“ Hann sagðist vera að stofna GA-deild í Boston og áður en ég gat hugsað nokkuð neikvætt sagði hann mér örfá atriði úr ævisögu sinni. Ég var steinhissa; það var eins og ég vær að tala um sjálfan mig gegnum hann. Ég samþykkti með semingi að koma á fyrsta fundinn næsta fimmtudagskvöld.

Ég verð alltaf þakklátur konu minni og systur fyrir að hvetja mig og eggja mig til að fara á þann fund. Þegar ég kom inn í fundarherbergið á Hótel Lenox fann ég að mikil eftirvænting lá í loftinu. Þetta var fyrsti fundurinn af þessu tagi á Nýja Englandi. Maður sem hafði sótt fundi í New York heilsaði mér við dyrnar og reyndi að róa mig en hjartað barðist ótt og títt í brjósti mér. Ég settist aftarlega og skömmu síðar hófst fundurinn.

Ég hlustaði á mennina þrjá, sem komu frá New York-deildinni, tala. Þeir höfðu flogið til Boston á eigin kostnað til að vera á þessum fundi. Einn sagðist hafa þénað rúmlega 25 þúsund dollara á ári undanfarin fimmtán ár. Hann hafði lifað á innan við 5 þúsundum dollurum á ári, afgangurinn fór í fjárhættuspil. Nú hafði hann ekki spilað fjárhættuspil í fjóra mánuði og mér fannst það vera óratími.

Ég talaði ekki á þessum fundi en ég heyrði marga segja sögur sínar og það var mér ólýsanlegur léttir. Ég var ekki lengur einn. Í lok fundarins spjallaði fólk saman yfir kaffibolla. Einn mannanna frá New York, sem hafði ekki lagt undir í tíu mánuði, gat nefnt hvern einasta sigurvegara í

Kentucky Derby-hlaupinu frá upphafi; hann hafði veðjað í fjörutíu og fimm ár áður en hann kom í GA-samtökin. Ég dáðist að honum og fann allt í einu af nýja von. Í fyrsta sinn gat ég ímyndað mér að hægt væri að lifa án þess að leggja undir. Fyrstu áhrif GA voru farin að láta til sín taka. Þegar ég gekk út á götuna eftir fundinn átti ég fullt í fangi með að henja mig. Mig langaði mest til að hlaupa og hrópa til að segja öllum þessar góðu fréttir. Hvað eftir annað sagði ég við sjálfan mig: „Það er von! Það er vin! Það er von!“

Ég vissi að þetta yrði löng og mikil barátta. Ég var sannfærður um að ef mér mistækist í GA-samtökunum fengi ég aldrei annað tækifæri til að lifa eðlilegu og farsælu lífi. Fyrsta skref mitt var að fara til allra lánardrottna og leggja spilin á borðið. Ég gaf engin loforð sem ég gæti ekki staðið við. Ég bað um niðurfærslu á mörgum skuldum og fékk það oft. Stundum varð ég að víxlaða greiðslunum en allir sáu að það saxaðist á skuldarnar þótt hægt gengi. Ein vika leið af annarri og brátt hafði ég staðið mig í tvo mánuði. Ég verð að játa að hefði lengra en vika liðið milli funda hefði mér aldrei tekist þetta. Oft tókst mér með naumindum að halda út fram á næsta fund sem gaf mér alltaf nýja von og hvatningu. Á þessu skeiði voru símtölin milli funda ómetanleg. Sú stefna GA að félagar hafi símasamband milli funda var eins og töfralyf fyrir mig. Þegar ég var að reyna að hjálpa öðrum fannst mér oft að ég hefði jafnmikið eða jafnvel meira gagn af því en hinn aðilinn.

Konan mín sótti fundi með mér og veitti mér ómetanlegan stuðning með þeim nýja skilningi á spilafíknarvandanum sem við fengum í GA-samtökunum. Ég er ekki að segja að þetta hafi verið einfalt eða auðvelt. Þótt ég hefði byggt upp sterka mótstöðu gegn fíkninni var hún ekki alveg horfin. Margir dagar voru mjög erfiðir. Stundum virtist óþolandi einhæft og tilbreytingarlaust að borga allar þessar afborganir. Ég var oft niðurdreginn og leiður en fundirnir á fimmtudagskvöldum fylltu alltaf upp í tómarúmið.

Nú höfðu skaðapast ólýsanleg vináttubönd milli mannanna sem höfðu byrjað fundahöldin saman þetta fimmtudagskvöld í ágúst. Með tímanum varð okkur æ ljósara að með samstöðu gætum við náð markmiði okkar.

Svo fór fleira að gerast: viðtöl í útvarpi og sjónvarpi og við fengum viðurkenningu í dagblöðum og tímaritum. Mikilvægast var þó að ég fór að vinna eftir tólfsþorakerfi batastefnunnar okkar. Að bæta þeim skaðann sem ég hafði valdið tjóni var mikil hjálp en það sem gaf mér mestan innblástur var tólfta sporið sem fjallar um að flytja boðskapinn um von til spilafíkla sem enn þjást. Að svara öllum fyrirspurnum, hringja til gamalla og nýrra félaga og sýna skilning sem er kannski aðeins mögulegur milli eins

spilafíkils og annars, allt þetta er vinna í tólfta spörinu. Ánægjan sem ég hafði af slíku starfi gaf mér meiri styrk og festu í baráttu minni við að ná bata.

Svo rann upp 24. ágúst 1961, sem merkti að eitt ár var liðið síðan ég hafði lagt undir síðast. Þegar Boston-deild GA-samtakanna fagnaði eins árs afmæli sínu fannst mér að draumur hefði ræst. Nú er mér ljóst hve fátt er líkt með lífinu sem ég lifði og því sem ég lifi nú. Ég hef öðlast hið dýrmæta hnoss, sálarfrið. Ég hef öðlast ást og virðingu eiginkonu minnar og fjölskyldu, virðingu vina minna og starfsfélaga. Ég met það of mikils til að stofna því í hættu. Ég veit að ef ég byrja aftur að hugsa á rangan hátt þá steypir það mér í algjöra glötun.

Þessi gjörbylting á hugsunarhætti mínum kom til eftir að ég varð fús til að játa það fyrir mínum innra manni að ég væri ekki eins og annað fólk. Það varð að rústa þeirri sjálfsblekkingu að sá dagur kæmi að ég gæti haft stjórn á fjárhættuspili mínu. Þetta festist í huga mér á öllum þeim vikum og mánuðum sem ég var í endurmenntun í GA-samtökunum.

Nú eru liðin næstum tuttugu og tvö ár síðan ég hef veðjað eða spilað fjárhættuspil. Þegar ég gekk inn á GA-fundinn það ég um kraftaverk. Enginn segir mér að kraftaverk geti ekki gerst. Í mínu lífi hafa gerst tvö - í fyrsta lagi: ég hætti að veðja, og í öðru lagi: ég finn ekki lengur þörf til að veðja. Ég segi ekki að mig langi ekki stundum til þess. Ég er spilafíkill og verð það alltaf en kjarni málsins er að ég hef lært að hafa stjórn á fíkninni. Ég stend ekki lengur máttvana gegn gömlu áráttunni.

Fyrir þessi kraftaverk þakka ég Guði og öllum þeim sem hjálpuðu mér: „Jay“, sem stofnaði Boston-deild GA, og öllum félögum í GA fyrr og síðar - fóstbræðrum mínum; og félögunum í Gam-Anon, mökum og aðstandendum spilafíklanna. Þeir áttu alltaf hvatningarorð handa mér. Konan mín, sem er félagi í Gam-Anon, veitti mér líka ómetanlega hjálp í hverju spori mínu.

Ég held að ég geti aldrei skrifað lokakafla þessarar sögu því ég á eftir að þarfnast GA-samtakanna alla ævi. Ég veit að innra með mér býr lítill neisti og verði hann að báli er ég búinn að vera.

Að lokum get ég aðeins sagt að GA-samtökin hafa fært mig nær sjálfum mér, nær fjölskyldu minni og, framar öllu, nær Guði.

*Joe L.
Boston*

Það var ekki mín sök

Meðan maðurinn minn spilaði fjárhættuspil var mér þúsund sinnum efst í huga að fara frá honum en ég treysti mér ekki til að standa á eigin fótum. Ég var líka um kyrrt vegna þess að ég var hrædd um að ég hefði brugðist honum á einhvern hátt og var með sektarkennd. Ég gifti mig átján ára gömul og leit upp til mannsins míns. Í fyrstu var mér ekkert illa við að hann leggði undir - hann tók mig með á veðreiðarnar og mér fannst það spennandi. Þá lagði hann líka lítið undir en seinna urðu það stórar upphæðir.

Ég hélt að ég gæti haft áhrif á hann til batnaðar. Ég hélt að hjónabandið myndi beina honum á rétta braut og hann þyrfti bara gott og traust samband. Hann missti föður sinn í æsku og ég hugsaði sem svo að ef hann ætti ástvin myndi hann ekki lengur þurfa að spila fjárhættuspil. Fyrsta árið í hjónabandinu virtist allt ganga vel. Maðurinn minn sagðist hafa fengið lánað fé hjá ættingja sínum til að greiða spilaskuldurnar sínar. Allt virtist vera í lagi. Hann vann fram á kvöld en mér var sama um það því hann var þó ekki að veðja eða spila fjárhættuspil, eða það hélt ég. Hann hringdi aldrei til veðmangara að heiman og við höfðum nóg fyrir okkur að leggja. Innst inni grunaði mig víst að hann væri enn að spila fjárhættuspil - stundum spurði ég en hann neitaði einlæglega - en ég gat ekki viðurkennt það fyrir sjálfri mér.

En þegar dóttir okkar var um það bil eins árs gömul kom hann eitt kvöldið seint heim úr „vinnu“ og var mjög þreytulegur og uppgefinn að sjá. Þegar hann fór úr jakkanum datt lánaskrá úr vasanum. Ég tók hana upp og fékk næstum móðursýkiskast þegar ég sá hvað við skulduðum mikið. Kannski vildi hann að ég kæmist að þessu því eftir þetta hætti hann að fela fjárhættuspil sitt fyrir mér. Ástandið versnaði stöðugt. Ég skammaðist mín fyrir manninn minn og ástandið á okkur og að lokum hætti ég algjörlega að umgangast annað fólk því ég blygðaðist mín. Ég átti enga vini og engan sem ég gat leitað til. Ég sat alein og dauðhrædd heima í íbúðinni okkar dag eftir dag. Ég var ein taugahrúga. Ef dóttir okkar var ofurlítið óþæg varð ég reið og barði hana. Ég þoldi ekki streituna. Og ég var dauðhrædd um að maðurinn minn myndi fara frá mér og skilja mig eftir eina í heimi þar sem ég gæti ekki bjargað mér sjálf.

Hegðun mín varð líka árátukennd. Ég leitaði fróunar í búðarferðum, tók allt út í reikning og safnaði skuldum sem ég vissi að við gætum aldrei greitt. Á köflum þreif ég stanslaust og hamaðist með ryksuguna tímunum saman, stundum alla nóttina. Ég var orðin svo mögur að ég fór til læknis en ráðgjöf

hans og róandi lyf hjálpuðu mér ekkert. Þá varð ég aftur ófrísk. Við lifðum næstum engu kynlífi en ég hélt að annað barn myndi sameina okkur og hjálpa okkur að ná áttum.

Ég hafði enga burði til að ganga með barnið. Kvöld eitt varð maðurinn minn að aka mér á sjúkrahús í skyndi. Fósturlátinu fylgdu mikil veikindi og ég var við dauðans dyr. Meðan á því stóð var maðurinn minn alltaf á veðreiðabrautinni. Hann skildi mig eftir á sjúkrahúsinu og fór. Hann vissi ekki hvort ég myndi lifa eða deyja og honum virtist vera alveg sama. Mér fannst ég hafa glatað öllu sem ég átti. Ég varð þunglynd og einræn. Þegar ég kom heim sökk ég enn dýpra inn í sjálfa mig og gat varla sinnt daglegum störfum. Ég kenndi sjálfri mér um vandamál mannsins míns. Ég hélt í alvöru að ég ætti sök á því vegna þess að ég væri ekki góð eiginkona, ekki góð manneskja. Ég hélt í alvöru að ég ræki hann út í veðmálin og fjárhættuspilið.

Ég fór aldrei út ef ég gat komist hjá því. Ég var heima allan daginn og horfði stundum á sjónvarp en yfirleitt sat ég bara sinnulaus og lét mig dreyma um að maðurinn minn dæi og ég yrði frjáls, „virðuleg“ ekkja. Ég ímyndaði mér að mér væri illt fyrir brjóstinu og var alltaf að kvarta yfir því. Mér fannst ég ekki ná andanum. Og ég var viss um að ég væri að verða brjáluð.

Þá hætti maðurinn minn að leggja undir. Ég vissi ekki hvernig á því stóð. Hann sagði mér ekki að hann sækti GA-fundi. Hann hélt að ef ég kæmist að því að hann væri alvarlega veikur myndi ég fara frá honum. Ég hélt að hann hefði ákveðið að gera eitthvað hræðilegt og var frávita af hræðslu. Loks spurði ég hann hreint út og hann sagði mér frá GA-samtökunum. Svo hringdi Gam-Anon-félagi til mín og ég fór á nokkra fundi. En þegar ég komst að því að fjárhættuspil hans var ekki mér að kenna varð ég bálreið og beisk og vildi láta hann þjást eins mikið og ég hafði gert í öll þessi ár. Reiðin sauð í mér og ég lét hana bitna á honum þangað til ég fór að fyrirlíta sjálfa mig fyrir að gera það.

Við reyndum þó bæði af kappi að fylgja batastefnunni, hann í GA og ég í Gam-Anon. Smám saman byrjuðum við að bæta hjónaband okkar og byggja líf okkar upp að nýju. Ég ákvað að fara aftur í skóla - mig langaði að fá framhaldsmenntun. Mér tókst það og ég hef líka eignast tvö yndisleg börn. Nú skortir mig ekkert og ég vildi óska að allir nytu sömu hamingju og við hjónin, auðvitað án þess að ganga gegnum hörmungarnar sem urðum að þola. Við þökkum Guði fyrir leiðsögn hans.

Fallið

Á fyrsta GA-fundinum var sagt við mig: „Reyndu að fylgja batastefnunni í níutíu daga. Ef þér líkar ekki árangurinn geturðu alltaf snúið til baka í eyndina. Fjárhættuspilið bíður alltaf eftir þér.“ Ég hélt spilabindindið í níutíu daga, hét því að fylgja batastefnu GA alla ævi og lýsti því yfir að ég hefði tileinkað mér lífsreglu - ég myndi aldrei aftur spila fjárhættuspil, hvað sem í boði væri. Það yrði grundvöllur minn til að lifa eðlilegu lífi og vinna bug á sjúkdómnum.

Kvöldið sem ég fagnaði því að hafa ekki lagt undir í níutíu daga fékk ég viðurkenningarskjal undirritað af öllum fundarmönnum. Þetta voru verðlaun og eftir fundinn verðlaunaði ég sjálfan mig með því að koma við í gamla klúbbnum mínum og fá mér einn fyrir svefninn. En ég var þar of lengi. Dyrinum var lokað og gestirnir byrjuðu að spila teningaspil. Ég vissi að ég átti ekki að freista sjálfs mín og innst inni vildi ég ekki spila fjárhættuspil. Margir gestanna vissu um vandamál mitt og létu sem þeir sæju mig ekki.

Ég fylgdist með, drakk og spjallaði. Eftir þrjá tíma voru dyrnar opnaðar aftur og ég fór út án þess að hafa lagt undir en gamla fíknin kraumaði í mér.

Þegar ég kom á næsta GA-fund fannst mér ekki lengur að ég hefði verið kominn á fremstu nöf með leggja undir. Ég leit fram hjá því að ég vissi vel að teningaspilið byrjaði á tilteknum tíma á hverju kvöldi og að ég hafði viljandi verið of lengi í klúbbnum. Stuðningstala mín var léttvæg þetta kvöld. Ég hafði þetta í flimtingum og taldi þetta lítið mál. Ég fékk að heyra ýmsar athugasemdir. Mér var sagt að mikil hætta væri á að ég byrjaði aftur að spila fjárhættuspil ef svona atvik kæmi fyrir aftur en ég var ekki móttækilegur fyrir þeirri leiðsögn og hún gerði ekkert gagn.

Ég sótti marga GA-fundi á þessum tíma. Ég tók virkan þátt í GA-starfinu, fór á fundi í samráðsnefnd hópanna, studdi starf lítilla hópa og vann að kynningarmálum. Þegar nýir félagar birtust bauð ég þeim á næsta fund sem bauðst svo þeir kynntust batastefnunni strax - ekki viku seinna.

Ég hringdi líka oft til félaganna.

En á þessum tíma átti ég við mörg vandamál að etja; heima fyrir og í vinnunni og spilafíknina sem kraumaði í mér. Stuðningur minn á fundum

var ekki einlægur. Ég fór undan í flæmingi. Ég talaði um fortíðina í stað þess að segja frá fikninni sem ásótti mig. Ég þóttist vera í góðum bata til að sýna nýliðunum fram á að GA-stefnan bæri árangur. Ég leyndi því sem hrjáði mig í raun og veru. Ég vissi að mér fór aftur en fannst að með virku starfi í GA-samtökunum hlyti það að lagast. Ég hélt að starf á einu sviði batastefnunar væri næg trygging. Það var rangt.

Ég varð þunglyndur og vandamál mín urðu sífellt þungbærari. Í GA-samtökunum var ég fræddur um það að ég hefði árum saman flúið frá vandamálum mínum með því að spila fjárhættuspil en nú var sú vörn ekki til staðar - ég var hættur að leggja undir. Ég stóð berskjaldaður frammi fyrir vandamálunum og hafði enga lausn. Ég fór á taugum. Í stuðningstölum mínum lét ég að því liggja að ógæfan biði mín. Þótt ég færi á sex fundi í röð byrjaði ég aftur að spila fjárhættuspil. Ég féll.

Í GA-samtökunum varð ég að horfast í augu við raunveruleikann, að ég hefði árum saman flúið vandamál mín með spilamennskunni og þannig skapað mér flest öll vandamál mín sjálfur. Þegar ég áttaði mig á því fyrirleit ég sjálfan mig. Þett avr sjálfskaparvíti.

Ég freistaði sjálfs mín og fór með lífreglu mína eins og seðlabúnt. Eftir níutíu daga hafði ég tileinkað mér lífsreglu, sem ég treysti á, en stóðst ekki að leggja bindindisheit mitt að veði eins og áhættufé. Ég hafði uppgötvað nýja tegund fjárhættuspils.

Nú tek ég betur eftir í GA-samtökunum. Mér tókst að ná mér aftur egtir fallið og nú veit ég að maður leggur fyrst undir í huganum. Nú gef ég gætur að hættumerkjunum (reiði, ópolinmæði) og reyni að breyta afstöðu minni þegar í stað. Bætið hverja stund, einn dag í einu og forðist að falla.

Stan L.

Teaneck N.J.

Úr sögu Franks P.

Ég var að ná mér eftir sjálfsvígstilraun þegar ég fékk boð frá GA-samtökunum. Áður hafði ég hlegið að þessu fólki, nú vissi ég að samtökin voru mín eina von. Ég fór á fyrsta fundinn án þess að vita hvað biði mín þar. Fundurinn hafði engin áhrif á mig en ég fór samt á annan fund kvöldið eftir og þá small eitthvað saman. Í fjóra mánuði sótti ég fundi fimm sinnum í viku.

Þökk sé GA-samtökunum hef ég nú meiri skilning á sjálfum mér og lífi mínu. GA-samtökin hjálpuðu mér til að sameina aftur fjölskyldu mína með meiri ástúð og skilningi. Þegar ég gekk í GA hætti ég ekki bara að spila fjárhættuspil. Þar hef ég öðlast mun meira en ég átti von á. Nú tek ég einn dag í einu og lifi góðu lífi. Hvaða máttur er þetta sem býr í GA-samtökunum? Ég kalla hann Guð.

Úr sögu Ernies

Ég leitaði lengi hjálpar til að losna undan spilafíkn minni. Ég fór til geðlækna, sálfræðinga og presta en það bar engan árangur. Loks var svo komið að mig langaði ekki að lifa lengur en var þó skelfilega hræddur við dauðann. Þá leitaði ég að GA-samtökunum og fann þau.

Á fyrsta GA-fundinum leið mér eins og drukknandi manni sem sér strá fljóta hjá. Hann veit að stráið heldur honum ekki á floti en grípur það samt. Þannig greip ég í GA-samtökin þótt ég teldi víst að hópur ókunnugra mann gæti vart hjálpað mér fyrst ég hafði setið inni, farið á sjúkrahús vegna barsmíða, misst allt sem mér var kærast og setið löngum stundum hjá sálfræðingum og prestum án þess að það hefði nokkur áhrif. Ég fór á fyrsta fundinn fullviss um þrennt. Í fyrsta lagi að ég væri vondur maður því ég hafði gert margt af mér og sært marga. Í öðru lagi að ég væri eini maðurinn í heiminum með þetta vandamál. Og í þriðja lagi að enginn og ekkert gæti hjálpað mér. Ég kom tortrygginn inn og gekk út furðu lostinn.

Á fundinum voru um það bil fimmtán menn. Þegar þeir tóku til máls heyrði ég mína eigin sögu aftur og aftur. Það var eins og þeir læsu úr dagbókinni minni. Furðulegast var að þessir menn höfðu breytt lífsháttum sínum, nokkuð sem ég taldi útilokað. Þeir voru hættir að spila fjárhættuspil og bindindið hafði varað allt frá þremur vikum upp í þrjú ár. Þeir komu mér í skilning um að ég væri ekki illmenni að eðlisfari heldur sjúklingur, að ég væri ekki einn með þennan sjúkdóm heldur einn af milljónum sem ættu við hann að stríða.

Það eina sem ég þurfti að gera til að hjálpa sjálfum mér var að vera fús til að játa að líf mitt væri stjórnlaust og að ég vildi ganga í lið með þessum mönnum til að berjast gegn spilafíkninni. Það hafði ég þegar gert. Ég talaði síðastur á fundinum. Ég sagði frá hatri mínu út í allt og alla, gremju og

vonbigðum, vanmætti mínum gegn spilaáráttunni og að mig langaði til að verða félagi í samtökunum.

Ég breytti þörf minni fyrir fjárhættuspil í þörf fyrir GA-samtökin og GA-fundi. Ég sótti fundi reglulega og líf mitt breyttist til betri vegar. Ég hafði sóað mörgum árum og miklu fé og það varð ekki bætt en á möregum sviðum greri um heilt; ég öðlaðist aftur sjálfsvirðingu, virðingu konu minnar, ættingja, yfirmanna og vina. Ég naut líka aftur ástúðar konu minnar og fjölskyldu. Ég gat aftur hugsað skýrt og skilað mínu dagsverki og ég naut þess aftur að vera samvistum við mína nánustu. Mikilvægast af öllu var að ég fékk aftur sálarfrið.

Þótt ég hafi verið tvö ár í GA-samtökunum er ég enn í fjárkröggum en skuldirnar hafa lækkað að mun og ég veit að með tímanum get ég greitt þær að fullu. Ég mun alltaf eiga við ýmis vandamál að stríða en spilafíknin slævir ekki lengur hug minn svo ég get tekið á þeim og leyst þau. Nú hef ég ekki lengur þörf fyrir GA-samtökin eins og hækju. Í staðinn er komin löngun til að hjálpa þeim sem enn þjást af spilafíkn. Það verk verður aldrei fullkomnað en til að vinna að því verð ég að vera alla ævi í GA-samtökunum. Ég verð að vinna eins og ég get fyrir samtökin og fara í tólftasporsheimsóknir hvenær sem er og hvar sem er hvort sm mér hentar það eða ekki. Ég veit að ég þarf að varast veð verða svo ánægður með sjálfan mig að ég gleymi þeim sem þarfnast mín. Í staðinn get ég vænst að njóta stuðnings og blessunar þeirra sem ég þarfnast. Ég get ekki farið fram á meira.

Úr sögu Rays M.

Þegar ég vaknaði morguninn eftir var ég enn yfir mig hrifinn af GA-samtökunum en á næstu mínútum náðu efi og vantrú tókum á mér (sinna skildi ég að ég hafði ekki unnið nóg í fyrsta sporinu). Um hálfellefuleytið var ég kominn vel á veg að „falla.“ Ég fann mér til afsökunar að ég myndi fara á veðreiðabrautina í síðasta sinn, vinna stórfé, greiða allar skuldir mína og gerast svo góður GA-félagi til æviloka. Ég taldi sjálfum mér trú um að þetta væri heillaráð, fór út í bíl og skellti mér á veðreiðabrautina í Pomona. Ég man að ég lagði undir í öllum tíu veðhlaupunum þennan dag en vann bara tíu dollara. Svo ók ég alla leið til Gardena til að freista gæfunnar við spilaborðin. Mér tókst að tapa öllu fimm mínútum fyrir lokun. Á leiðinni

heim var ég langt niðri og velti fyrir mér hvað ég ætti að segja konunni minni.

Ég varð enn að fara tvisvar sinnum til Gardena áður en ég fékk algera fyrirlitningu á sjálfum mér. Síðasta kvöldið, sem ég spilaði fjárhættuspil, reyndi ég ekki að finna mér afsökun fyrir framferði mínu. Loksins var ég tilbúinn að gefast upp. Ég játaði algjöran ósigur. Á nokkrum sekúndum sá ég allan spilafíkilsferil minn fyrir mér í svipmynd og mér varð ljóst að ég gat ekki haldið áfram einn. Ég tileinkaði mér fyrstu þrjú spor GA-batastefnunnar undanbragðalaust. Eftir það leið mér eins og ég væri endurfæddur.

Úr sögu Bobs M.

Eftir tíu mánuði í GA-samtökunum sagði fíknin heiftarlega til sín. Ég ók strætisvagni í New York og varð fyrir árás fjögurra óþokka á endastöð. Þá var ég settur í að þrifa 50 strætisvagna á hverri nóttu.

Ég sagði John, sem var félagi í AA, hvað mér liði illa og hvað starfið væri ömurlegt. Ég átti að fá 200 dollara útborgaða daginn eftir og sagðist ætla á veðreiðabrautina, veðja bara tveimur eða fjórum dollurum og græða hundrað dollara á hverjum hesti. Ég sagðist þekkja menn sem gætu tryggt mér vinninga. Ef ég ætti peninga hefði ég kannski kjark til að heimta betra starf. John sagði mér frá heilögum Frans frá Assisi, hvernig hann hefði afsalað sér öllum gæðum og gerst betlari. Hann benti mér á að ég hefði lagt undir í 23 ár og með tíu mánaða bindindi hefði ég náð miklum árangri. „Maður þarf ekki að vera stjarna eða forstjóri til að komast áfram í lífinu. Sinntu bara þínu og spilaðu ekki fjárhættuspil.“ Ég hugleiddi þetta og þá staðreynd að jafnvel þótt ég fengi vinning gat ég ekki farið af veðreiðabrautinni. Ég varð að leggja undir í næsta hlaupi og því þarnæsta og daginn eftir var ég mættur á ný.

Úr sögu Jims H.

Ég fór langa leið með lest inn til Manhattan og sat yfir bjór á bar þangað til ég átti að mæta hjá læknum. Honum brá ekki vitund þótt ég segðist hafa tapað öllu mínu fé á veðreiðum en það sem hann sagði var ekki upplífandi.

Hann sagði að ég kæmist ekki að fyrr en eftir þrjú ár og þá þyrfti ég fimm til sjö ára meðferð, fimm tíma í viku sem kostu sjötíu og fimm dollara hver. Ég vissi að foreldrar mínir hefðu ekki efni á slíku þótt þeir hefðu hvað eftir annað bjargað mér úr kröggum. Ástandið virtist vonlaust, ekki síst þegar læknirinn tók fram að sér gengi yfirleitt illa með spilafíkla.

Margir aðrir læknar höfðu verið álíka svartsýnir á að hægt væri að ráða bót á spilafíkn minni. Einn sagði: „Þú hefðir meiri líkur á að læknast af banvænu krabbameini.“

Ég hafði mörg hundruð sinnum reynt að hætta á spilaferli mínum sem hófst þegar ég var þrettán ára og stóð til þrjátíu og sjö ára aldurs. Ég spilaði fjárhættuspil í framhaldsskóla, háskóla og herþjónustu. Ég var rekinn úr fjörutíu störfum, tapaði þremur fyrirtækjum, var lagður inn á þrjú geðsjúkrahús, átti í ýmsum útistöðum við lögin og var margoft tekinn og barinn. Ég varð líka áfengissjúklingur og eftir öll þessi ár í ógæfu og eymd varð mér loksins ljóst að hvað mig snerti var eitt glas eða eitt veðmál það sama og hrein geðveiki.

Síðla árs 1961 las ég grein um GA-samtökin í blaði heima í Ohio. Ég sendi bréf í pósthólf í Los Angeles og fékk bækling og lista með tuttugu spurningum fyrir fólk sem taldi sig vera í vanda vegna fjárhættuspils. Ég svaraði öllum tuttugu spurningunum játandi. Ég skrifaðist á við Jim W., ritara GA. Seinna fékk ég að vita að hann var stofnandi samtakanna. Mér var boðið að koma á fund fólks sem væri að reyna að losna undan oki sjúkdóms sem nefndist spilafíkn.

Á þeim tíma var enginn GA-hópur nær mér en í New York. Lagt var til að ég stofnaði hóp í heimabæ mínum. Ég þekkti marga fjárhættuspilara en sjö árum áður hafði ég reynt árangurslaust að fá suma þeirra til að hætta að leggja undir. Ég hafnaði þessari tillögu. Í staðinn ákvað ég að treysta á viljaprek mitt og tólf spora batastefnu GA-samtakanna sem skýrt var frá í bæklingnum. Ég hélt út í sjö mánuði og fór þá aftur að drekka og spila fjárhættuspil jafnóhemjulega og fyrr. Nú höfðu foreldrar mínir, ættingjar, vinir og vinnuveitendur fengið slíka óbeit á mér vegna drykkju og spilamennsku að ég átti engan að. Faðir minn gaf mér flugmiða til Los Angeles. Hann sagðist ekki lengur geta bjargað mér úr kröggum mínum og héðan af yrði ég að sjá um mig einn hvað sem á dyndi. Fjölskyldan hefði sagt skilið við mig fyrir fullt og allt. Auðvitað hafði ég oft heyrt þetta áður en nú skildist mér að honum var alvara.

Ég átti að skipta um vél í Chicago og fara um Las Vegas til Los Angeles. Í ljós kom að vélin til Chicago var fullbókuð en ég var fyrstur á biðlista. Allir farþegarnir mættu og ég var settur á biðlista með kvöldvélinni. Þegar ég gekk frá brottfararhliðinu heyrði ég gífurlega sprengingu og fólk þaut í allar áttir. Vélin sem ég hafði ætlað að fara með hafði hrapað í flugtaki og allir um borð fórust.

Ég hafði oft sagt að ég vildi deyja í flugslysi því það tæki fljótt af. Fyrir þessa ferð hafði ég keypt hámarkslíftryggingu, 250 þúsund dollara.

Það hefði nægt til að endurgreiða föður mínum allt sem hann hafði látið af hendi rakna til að lækna mig af spilaáráttunni og bjarga mér úr sjálfsköpuðum vandræðum. Í stað þess að fagna því að hafa ekki farist í flugslysinu tautaði ég við sjálfan mig: „Því gat ég ekki verið um borð?“

Daginn eftir kom ég til Los Angeles og um kvöldið fór ég á fyrsta GA-fundinn í Gardena. Þar heyrði ég um það bil tuttugu og fimm spilafíkla tala um sjálfa sig og hvað spilafíknin hefði gert þeim. margir höfðu verið fastagestir í spilaklúbbunum í Gardena þar sem fjárhættuspil var löglegt. Sumir höfðu aðeins spilað í nokkur ár, aðrir í tuttugu og jafnvel fjörutíu ár. Allir viðurkenndu að þeir væru vanmáttugir gagnvart spilafíkninni og að líf þeirra hefði verið orðið stjórnlaust. Bindindi þeirra á fjárhættuspil hafði staðið allt frá nokkrum mánuðum upp í þrjú, fjögur ár. Mér var sagt að nýr félagi, eins og ég, væri mikilvægasti maðurinn á fundinum; að áframhaldandi líf GA-samtakanna byggðist á einu meginstarfi: að miðla boðskapnum til þeirra sem enn þjáðust. Ég talaði síðastur. Ég man að ég sagði: „Guði sé lof að ég hef fundið athvarf. Það er von.“

Fundirnir veittu mér aukinn styrk á hverjum degi. Dagarnir urðu að vikum. Ég sá nýja félaga koma á fundi og vonaði að þeir fyndu það sama og GA-samtökin höfðu fært mér. Ég sá þjáninguna og óttann víkja úr augum þeirra og brátt voru þeir farnir að brosa og jafnvel hlæja að því hve fáránlega langt þeir hefðu látið spilafíknina teyma sig.

Það tók mig þrjátíu og sjö ár að öðlast þennan sálarfrið. Ég fann hann ekki fyrr því áður en ég kom í GA-samtökin hafði ég ekki einlæga löngun til að hætta fjárhættuspili. Þegar hún var komin vísuðu GA-samtökin mér leiðina til nýs lífs. Þau geta gert það sama fyrir alla sem leita í einlægni leiðar til að losna úr martröð spilafíknarinnar.

Úr sögu Howies C.

Mér varð strax ljóst að mikilvægast væri að láta annað fólk af mínu tagi vita að til væru GA-samtök í Las Vegas svo við settum smáauglýsingu í dagblöðin. Seinna fengum við símsvara en í fyrstu notuðum við heimasíma minn fyrir GA. Ég skrifaði greinar í dagblöð borgarinnar undir dulnefni. Þau birtu greinarnar með ánægju. Þegar GA-samtökin í Las Vegas stækkuðu fór ég að halda fleiri fundi. Ég átti bágnt með að halda bindindið í heila viku milli funda svo ég bætti við aukafundum á fimmtudögum. Fyrstu sex mánuðina eða svo hringdi ég til allra félaganna á hverjum degi. Það má kannski segja að ég hafði verið trúnaðarmaður þeirra allra en í raun og veru voru það símtölin til þeirra sem björguðu mér.

Til marks um velgengni mína

Þetta var loksins farið að borga sig. Ég hafði lagt hart að mér í framhaldsskóla, læknaskóla og á kandidatsárunum og nú var ég loksins farinn að hafa góðar tekjur af einkastofu í New Jersey. Áður hafði ég haft litinn tíma til afþreyingar en þegar hægurinn fór að vænkast vaknaði hjá mér áratá sem ég réð ekki við.

Ég byrjaði að spila fjárhættuspil áður en spilavíti voru leyfð í New Jersey. Eiginlega byrjaði þetta með flóði af bæklingum og auglýsingapésúsum frá Las Vegas. Ég leit svo á að þessi tilboð væru til marks um velgengni mína. Brátt var ég orðinn tíður gestur í Las Vegas, ýmist með fjölskyldunni eða einn á ferð, en alltaf með það á tilfinningunni að ég væri að njóta verðlauna sem ég ætti skilið. Fyrst lagði ég lítið undir en brátt urðu það háar upphæðir. Stundum vann ég en það skipti ekki miklu máli - það var ekki gróðavonin heldur spilafíknin sem rak mig til að koma aftur og aftur.

Þegar ég gat ekki komist til Las Vegas fór ég á veðreiðabrautirnar í grenndinni. Ég sagði konunni minni að ég væri að fara á fund en fór í staðinn á veðreiðar. Svo voru spilavítin í Atlantic City opnuð og þá átti ég mun auðveldara með að komast í það sem mér þótti skemmtilegast - að leggja undir í spilavítum.

Enginn endar í gróða ef hann spilar fjárhættuspil af fíkn. Bráðlega fór ég að fá lánaða peninga til að greiða spilaskuldir mínar. Vegna starfs míns og þjóðfélagsstöðu var mér tekið vel í bönkunum og það var auðvelt að fá

yfirdrátt og veðlán. Væntanlegur spilagróði átti að standa undir endurgreiðslum en auðvitað varð ekkert úr því. Þá leitaði ég til okurlánara og þeir tóku mér fagnandi því það var auðvelt að finna mig. Þeir vissu hver ég var. Þeir lánuðu og ég borgaði og borgaði og borgaði. Það tekur engan enda því maður getur aldrei greitt að fullu.

Næst fór ég að stela og stöðu minnar vegna voru það að sjálfsögðu afbrot sem ég framdi við skrifborðið.

Það var mjög auðvelt. Læknar hafa mikil viðskipti við tryggingafélög og öðru hverju greip ég til tryggingasvika til að ná mér í fé. Ég hugsaði aldrei um afleiðingarnar; ég hélt að enginn myndi taka eftir þessu. Einhver gerði það samt og fyrir tveimur árum kom ég fyrir rétt og var fundinn sekur um svik.

Dómarinn, sem dæmdi mig fyrir glæpi mína, vísaði mér á GA-samtökin. Mér var gert að leita til þeirra, greiða bætur, inna af hendi samfélagsþjónustu og sitja inni fjórar helgar. Dómnum var áfrýjað og það tafði fyrir því að ég kynntist samtökunum. Ég vildi ekki og gat ekki játað að ég væri öðruvísi en annað fólk, að ég gæti ekki spilað fjárhættuspil á eðlilegan hátt. Ég held að mér hafi fallið það enn þyngra vegna þess hvað ég var fær í mínu fagi. Ég hélt því áfram að leggja undir.

Orð dómarsins um GA höfðu þó haft mikil áhrif á konuna mína og eftir nokkra hríð leitaði hún sjálf til samtakanna. Áður en varði komu hjón úr GA-samtökunum heim til okkar. Mér var skapi næst að reka þau á dyr en konunnar minna vegna ákvað ég að hlusta á þau og vera ekki ókurteis.

Áður en ég vissi af var ég kominn á GA-fund þetta sama kvöld. Fyrst af öllu komst ég að því að ég var ekkert öðruvísi en hitt fólkið á fundinum. Þarna voru menn úr öllum stéttum en við áttum allir við sama vanda að etja. Fundurinn varð líka til að lækna mig af eins konar öfugsnúnu snobbi; ég hélt að ég hefði framið gífurlega glæpi og ætlaði ekki að fara að umgangast smáþjófa. Á fundinum komst ég að því að ég var græningi í samanburði við suma aðra - í því að svíkja út fé, særa fólk og spilla heimilislífínu.

Nú geri ég mér grein fyrir hörmungunum sem ég olli. Konan mín varð ein taugahrúga og börnin mín voru örvilnuð. Ég fékk lán hjá foreldrum mínum og tengdafólki sem treysti mér af því að ég var læknir. Það gat ekki verið að ég væri illa staddur því ég hafði svo góðar tekjur. Það er mikilvægt atriði - spilagróðinn varð aldrei nema örlítið brot af því sem ég hefði getað unnið mér inn sem læknir.

Lækningaleyfið, sem ég hafði stritað fyrir í fimmtán ár, var afturkallað vegna skorts á siðferðilegri dómgreind. Ævistarf mitt var farið í súginn. Ef ég væri ekki félagi í GA-samtökunum gæti ég ekki tekið því með æðruleysi. Ég sætti mig við það sem ég fæ ekki breytt. Nú hef ég ekki spilað fjárhættuspil í þrettán mánuði og finn sannarlega enga löngun til þess. En ég veit að ef ég fer ekki að minnsta kosti vikulega á GA-fund það sem eftir er ævinnar gæti ég lent í hættu. Sjúkdómurinn gæti tekið sig upp aftur og valdið því að ég endurtæki mistökin sem ollu mér öllum þessum þjáningum.

Glatað starf

Ég veit ekki hvenær ég varð spilafíkill en fjárhættuspil var mikilvægur þáttur í lífi mínu allt frá unga aldri. Ég fór í framhaldsskóla og síðan í herþjónustu. Ég fékk alltaf góðar einkunnir. Það voru aldrei nein vandræði með mig. Ég var eins og mæður vildu hafa börn sín á þeim tíma. Ég stal ekki. Mér var það framandi. Mér datt það ekki í hug.

Eftir herþjónustuna fór ég í undirbúningsnám í háskóla og lauk prófum með góðri einkunn. Ég spilaði fjárhættuspil og fór á veðreiðar en allt í hófi. Ég fór í lagaskóla, lauk prófi þaðan og gerðist lögmaður. Ég byrjaði að byggja upp mjög góða lögmannsstofu og fór einnig að hafa gífurlegan áhuga á fjárhættuspili, einkum í spilavítum. Ég fór að stunda fasteignasölu og stofan mín varð ein sú besta ef ekki sú albasta í öllu fylkinu. Ég var með sex ritara en þó eini lögmaðurinn á stofunni. Ég seldi milli fimm og sex hundruð hús á ári. Ég hafði rífandi tekjur. Ég hefði aldrei getað grætt jafnmikið á fjárhættuspili og ég græddi á lögmannsstofunni. Suma dreymir um glæsibíla, ný hús og lystisnekkjur, Ég hefði getað veitt mér þetta allt en ég hafði þörf eða fíkn í að spila fjárhættuspil. Mér var boðið í fríar ferðir til Las Vegas og þar var tekið konunglega á móti mér. Mér var boðið í glæsilegar hótélíbúðir með fjórum svefnherbergjum, spilastofu og einkasundlaug, bara fyrir okkur hjónin. Allt var þetta í boði hússins og hvar sem ég kom á veitingastaði í Las Vegas var mér boðið í mat. Ég fékk svo að segja allt sem ég vildi.

Ég veit ekki hvort ég var of heimskur til að skilja hvers vegna spilavítin buðu mér allt þetta eða hvort mér var bara alveg sama en ég tapaði gífurlegum upphæðum, miklu meira fé en ég gat nokkurn tíma unnið mér inn og ég byrjaði að taka lán. Sá sem tekur lán, leggur féð undir og tapar

þarf að greiða tvær skuldir: lánið og spilaskuldina. Mér fannst aldrei að ég ætti við spilafíkn að etja; ég lagði bara undir af því að ég þurfti að greiða skuldir. Ég þurfti hvorki að leita til okurkarla né fjármögnunarfyrirtækja. Í mínum eigin augum var ég meiri háttar maður. Ég gat gengið inn í banka, beðið um peninga, fengið þá og lagt þá undir.

Ég hélt áfram að spila fjárhættuspil og nú gat ég ekki einu sinni greitt vextina af skuldum mínum. Þá fór ég að taka lán úr sjóðum sem ég átti ekki. Ég segi „lán“ því mér þótti óhugsandi að ég gæti stolið einhverju. Það hafði ég aldrei gert. Ég var alinn upp í sómakærri fjölskyldu. Hvernig gat ég stolið? Þetta var bara lán. Ég fékk lán um tíma þangað til gæfan yrði mér hliðholl og ég gæti greitt skuldir mínar.

Þá voru spilavítin í Atlantic City opnuð. Enginn dró mig þangað. Reyndar ákvað ég að ég ætlaði ekki að fara þangað. Ég gæti staðist það. Ég ætti ekki við neitt vandamál að stríða. Ég stóðst það í sex mánuði og fór þá undir því yfirskini að mig langaði að sjá hvernig spilavítin væru en í rauninni vissi ég hvers vegna ég vildi fara. Þegar ég kom þangað hitti ég marga sem ég þekkti því flestir voru frá Las Vegas og þeir skjölluðu mig í bak og fyrir. Það var sama sagan.

Aftur lét ég annaðhvort blekkja mig eða ég þurfti á hrósinu að halda en ég féll fyrir þessu öllu saman. Ég ætlaði að vera snjall. Ég ætlaði ekki að þiggja lán í spilavítunum og þá gæti ég ekki tapað miklu. En ef ég gekk frá sölu á húsi og fékk reiðufé í hendur fór ég beint í spilavítið með það og ég leysti líka út ávísanir sem voru ekki ætlaðar mér. Ég þekkti menn í tilteknum spilavítum sem buðu mér mat og helgardvöl. „Komdu endilega og njóttu lífsins í helgarfrí á okkar kostnað.“ Ég fékk viðhafnarmikil boðskort í pósti, eitt var með blöðru sem þandist út þegar ég opnaði umslagið og á henni var boð. Enginn þvingaði mig til að þiggja boðin.

Spilafíkn mín var svo sterk að ég gat ekki staðist hana. Ég skildi ekki að þetta var sjúkdómur. Ég held að enginn sé alveg búinn að vera fyrir en hann er kominn í gröfina en ég var svo langt niðri að ég var á þrotum, andlega og líkamlega. Ég hafði tapað svo miklu, fengið svo mikið lánað og skuldaði svo mikið; ég fann að þetta gat ekki gengið lengur. Ég talaði við lögmann, sem var mjög góður vinur minn, og sagði konunni minni í fyrsta sinn frá því hvað væri á seyði. Hún vissi að ég spilaði fjárhættuspil en ekki hvað það var umfangsmikið. Hún vissi ekki að húsið var veðsett upp í topp. Hún vissi ekki að ég hafði sóað öllu af bankareikningunum; hún elskaði mig og treysti mér og vildi ekki trúá neinu slíku. Lögmaðurinn sagði að ég væri í þannig

stöðu að ég gæti fengið milljónir dollara að láni ef ég vildi. Þá fór ég að skilja að ég gæti aldrei greitt skuldir mínar. Það var engin leið úr þessum ógöngum. Ferill minn var á enda og lögmaðurinn sagði: „Þú verður að hætta strax. Þú verður að loka lögmannsstofunni. Þú verður að hætta því annars verðurðu annaðhvort geðveikur eða sviptir þig lífi.“ Hann hafði rétt fyrir sér.

Konan mín var farin til Florida og ég sagðist koma til hennar. Lögmaðurinn vissi hvar hann gat náð til mín og ég lokaði stofunni minni. Það kom öllum mjög á óvart. Ég ók til Florida en vonaði að eitthvað kæmi fyrir; ég gat ekki verið þar. Ég stansaði einn dag og varð að tala við við fólk sem spurði hvað hefði komið fyrir og hvað væri á seyði svo ég ók aftur heim. Ég vissi ekki mitt rjúkandi ráð. Þegar ég kom heim biðu mín skilaboð frá vini mínum sem er félagi í GA-samtökunum. Hann bað mig að hringja og tala við sig. Konan mín var líka komin og við sátum og töluðum við þennan vin minn til klukkan fjögur um morguninn. Hann sagði aldrei að ég væri spilafíkill. Hann var engum líkur. Hann bað mig að koma með sér á fund daginn aftir.

Ég hefði farið hvert sem er í leit að hjálp svo ég fór á fundinn. Á fundinum rann upp fyrir mér að kannski væri eitthvað að mér. Ég hlustaði á reynslusögur og kannaðist við margt. Í fyrsta sinn varð mér ljóst að ég var ekki einn um þetta vandamál - og að ég var þó betur staddur en margir aðrir. Ég átti enn samheldna fjölskyldu. Konan mín elskaði mig enn, þrátt fyrir allt, og börnin mí líka. Ég fór á annan fund daginn eftir og þarnausta dag og síðan fjórum sinnum í viku. Reyndar geri ég það enn. Í þrjú ár hef ég ekki lagt undir í fjárhættuspili af neinu tagi - ekki í happdrætti, ekki í spilakassa, ekki einn eyri.

Þótt ótrúlegt sé fór ég að ná tókum á lífi mínu. Ég hafði forðast að koma heim til mín því ég var hræddur við það. Ég var hræddur við að horfa framan í fólk. Smám saman fór ég að finna að fólk vildi hjálpa mér og að það var von. Undanfarin þrjú ár hafa verið stórkostleg. Síðustu fimm árin á undan þeim hrökk ég alltaf í kút þegar síminn hringdi, hvort sem það var heia eða á skrifstofunni. Á nóttunni gekk ég um gólf. Nú get ég sofið því finn að ég er á réttri leið. Mér tókst að fá sæmilegt starf. Ég hef ekki eins miklar tekjur og ég hafði og fæ þær sjálfsagt aldrei en ég held þó því sem ég vinn mér inn. Ég sé fyrir fjölskyldunni og þetta eru sæmileg laun. Ég fæ að nýta hæfileika mína á réttan hátt. Ég er mjög virkur í starfi GA-samtakanna og nýt þess að í starfi mínu hef ég sveigjanlegan vinnutíma. Það er oft leitað til okkar frá

framhaldsskólum og ég fer og held fyrirlestra. Ég hef líka talað á fundum náðunarnefnda. Bráðlega fellur dómur í máli mínu en mér finnst ég ekki vera afbrotamaður. Ég veit að ég þarf að afplána refsingu fyrir afbrot mín og með hjálp GA-samtakanna get ég tekið því með æðruleysi.

Það er auðvelt að segja að hugarfar mitt hafi gjörbreyst. En það var erfitt. Batastefnan kennir manni að sætta sig við það sem maður fær ekki breytt en það er oft sárt. Í skólanum heyrta börnin mín hæðnislegar athugasemdir um mig og konan mín fær að heyrta þær í vinnunni. Það er ekki sanngjarnt gagnvart þeim. Þau gerðu ekkert af sér. Ég reyni að gera mitt besta og vona að einn daginn geti þau sagt um föður sinn: „Hann reyndi þó. Kannski tókst það ekki alveg en hann reyndi.“ Ég reyni í anda batastefnunnar.

Fyrstu þrjár vikurnar í GA-samtökunum

Ég sit á sófanum og horfi á nýjan vin minn sem er að segja mér frá GA-samtökunum í fyrsta sinn. Hann talar um upplausnina og þjáninguna sem fylgir sjúkdómnum því hann er sjálfur spilafíkill. Það snertir mig djúpt því hann er að lýsa mínu eigin lífi í smáatriðum. Ég á bágð með mig þegar það rennur upp fyrir mér að ég er ekki einn eða einstakur; aðrir þjást líka af sjúkdómnum sem hefur valdið svo mörgum hörmungum, ástvinum mínum, sjálfum mér og öllum sem spilafíkn mín hefur bitnað á. Ég hafði haldið að ég væri úrhak og ætti enga von.

Rödd mannsins nær aftur til mín. Hann segir mér frá stofnendum hópsins og baráttu þeirra við sjúkdóminn, hvernig hún leiddi til þess að þeir mynduðu hópinn og hvað hópurinn hefði gert fyrir sig. Svo segir hann það sem ég þrái svo að heyrja, að aðrir menn hafi hætt fjárhættuspili með hjálp GA-samtakanna. Þeir hafi byrjað nýtt líf og bætt fyrir misgjörðir sínar.

Hann kveður og ég lofa að koma á fund á föstudaginn. Þegar ég loka dyrunum á eftir honum hvíslaði ég þakkarorð til Guðs því í hjarta mínu fann ég það bærast sem enginn maður getur án verið. Vinur minn hafði gefið mér von.

Það er föstudagskvöld og við hjónin erum við hótelið þar sem við ætlum að hittast. Vinur minn tekur á móti okkur og fylgir okkur inn á fundinn. Okkur er heilsað hlýlega og fundurinn hefst.

Félagarnir tala hver af öðrum um hörmungarnar sem spilafíkninn leiddi yfir þá og batann sem þeir hafa náð í GA-samtökunu. Auðmýkt þeirra og

einlægni snertir mig djúpt. Um mig fer friðarkennd og ég finn nýja von sem eykur áhuga minn á frásögnum félaganna.

Ég gríp nýjar hugmyndir sem munu hjálpa mér til að byggja upp nýtt líf, án fjárhættuspils. Ég horfi á félagana og sé að sumir bera merki þjáninganna; aðrir segja meira með augnaráði og málróm en orðum sínum. Ég er meðal minna líka og skil þá. Ég er þakklátur fyrir návist þeirra og vináttu og ég er ekki lengur einn. Ég hugsa oft til vinar míns og verð honum enn þakklátari.

Mér þykir leitt þegar ég sé að fundinum var að ljúka. Ef ég get haldið í þessa nýju tilfinningu sem bærisk innra með mér get ég byggt upp nýtt líf. Ef ég get reist múr milli mín og spilafíknarinnar meðan ég er að byggja mig upp aftur get ég einn daginn staðið jafnfætis öðrum, nýtur þegn með sjálfsvirðingu. Ég lít á menninan í kringum mig og varnarmúrinn byrjar að myndast. Hann er ekki úr steini heldur lifandi mönnum sem hafa sjálfir náð að lifa eðlilegu og nytsömu lífi án fjárhættuspils. Ég hafði lifað svo lengi í klóm fíknarinnar að ég var hættur að hlusta á vísdomsorð og holl ráð því ég gat ekki fylgt þeim. Það sem ég sé í þessum mönnum veitir mér aftur trú og loksins finn ég að með þeirra hjálp get ég líka gert það sem þeir gerðu. Það gefur mér nýja von.

Fundinum lýkur og við ökum heim. Milli okkar hjónanna ríkir friður og aukinn skilningur. Aftur og aftur hugsa ég til vinar míns því hann er í miðjum varnarmúr mínum og ég er þakklátur.

Dagarnir líða og þegar freistingin kemur upp leita ég skjóls bak við múrinn og finn styrk.

Aftur er kominn föstudagur og við erum á fundi. Okkur er heilsað með sömu hlýjunni. Ég skyggnist um eftir vini mínum og sé að hann stjórnar fundinum. Aftur sitjum við og hlustum og ég finn ásetning minn styrkjast. Ég fer að átta mig á því hvað hver félagi er mikilvægur fyrir mig og þeir hver fyrir annan. Meðan við stóðum einir skorti mikið á - það var skarð í tilveru okkar sem gerði okkut berskjaldaða fyrir spilafíkninni. Saman í hóp getum við lagt hver öðrum lið þannig að hver og einn verði heilsteyptur persónuleiki. Félagarnir tala hver af öðrum, ég finn hvernig skarðið fyllist og það gefur mér frið og styrk. Ég er þakklátur fyrir alla þessa nýju vini.

Ef vinur minn gæti lesið hugsanir mínar núna myndi hann vita að í GA-samtökunum vonast ég til að geta grætt sálarmein mín og bætt fyrir misgjörðir mínar gagnvart ástvinum og öðrum og að hann hefur gert mér ómetanlegan greiða.

„Opíð bréf til sonar míns“

Ég ætla að segja þér frá göllum og veikleikum mínum, FÖÐUR ÞÍNS!

Fyrir fimmtán árum eða svo var ég (og er enn) giftur maður í góðu hjónabandi - og átti tvo unga syni. En ÖRLÖGIN breyttu þessum manni í ömurlega mannleysu.

Þetta skeið ævi minnar hófst sumarið 1952. Ég var *alltaf* með peninga í veskinu mínu, þetta 30 til 50 dollara. Þá vann ég fyrir dagblaðið Chicago Sun-Times. Þennan tiltekna dag var lítið að gera og ég var að glugga í blaðið í ró og næði. Aftast var dálkurinn „Veðreiðafréttir“, ég fór að lesa um hestana og merkti við tvö nöfn. Um annan var sagt „gæti unnið öll hlaupin“ og um hinn „þessi er frábær.“ ég tók tvo dollara úr verkinu mínu og bað mann. sem ég vissi að stundaði veðreiðar, að veðja á þessa tvo hesta fyrir mig. Hann spurði hvers konar veðmál ég vildi og ég sagði að mér væri sama, ég vildi bara fá sem mesta peninga. Hann veðjaði einum dollara á hvorn, annar vann og hinn varð annar. Ég fékk 28 dollara og 60 sent og hugsaði: „Það er vit í þessu!“ Þar með var ég kominn á glötunarbrautina.

Ég get ekki lýst því hvað ég fór illa með konuna mína og börnin mín og auðvitað sjálfan mig. Ég þjáðist af áhyggjum og sífelldum vonbrigðum. Ég tók fjögur eða fimm lán hjá lánastofnunum. Ég laug, sveik og stal. Loks gat ég hvorki sofið né borðað og ekki hugsað rökrétt. Ég stal peningum úr dánarbúi (um 7000 dollurum). Ég lagði 200 dollara undir á dag í von um að geta greitt skuldarnar. Ekkert fór eins og ég vildi. Ég sökk bara dýpra og dýpra í botnlaust fenið.

Þegar kunningjarnir af veðreiðunum fóru að hringja heim til mín hugsaði ég að lausnin væri kannski að fara að heiman. Það var ekki til neins því vandamálin fylgdu mér - þetta var engin lausn, bara meiri þrautir fyrir konuna mína. Þegar ég var orðinn peningalaus og ráðþrota hringdi ég heim og konan mín sendi mér peninga til að komast heim.

Þá gerði ég hreint fyrir mínum dyrum og hét því að leggja aldrei aftur undir. EN ég sagði ekki frá einni 40 dollara skuld. Ég hélt ég gæti borgað hana við tækifæri. En ég var bara að blekkja sjálfan mig. Eftir sex mánuði var ég aftur farinn að veðja (til að reyna að borga þessa 40 dollara). Ég tapaði 5000 dollurum áður en nokkur vissi af því. Ég held að á þessum fimmtán árum hafi ég tapað um 35 þúsund dollurum. Ég fæ aldrei eyri af því til baka!

Presturinn okkar vísaði mér á GA-samtökin og þau hjálpuðu mér að komast aftur á rétta braut. Ég get ekki hætt að sækja GA-fundi því þeir hjálpa

mér að verjast fíkninni. Á vinnustað mínum eru veðmál í gangi á hverju kvöldi. Á öllum þremur vöktum eru veðmangarar svo ég þarf ekki að leita freistinganna - þær eru innan seilingar á hverju kvöldi. Eina leiðin fyrir mig til að öðlast styrk er að reyna að hjálpa öðrum. Ég verð að halda áfram að sækja GA-fundi því ég veit að ég verð spilafíkill alla ævi.

Trúðu mér, það er ekki létt að bera þessa byrði þegar freistingarnar blasa við allt í kring.

Með hjálp og skilningi konunnar minnar og kjark og æðruleysi, sem ég bið Guð að gefa mér, reyni ég af kappi að vera sá maður sem ástvinir mínir vilja að ég sé. Með Guð og fjölskylduna á mínu bandi (og auðvitað GA-samtökin) hlýt ég að geta það.

Sonur minn, hugsaðu ekki of ljótt um mig. Ég er bara dauðlegur maður sem elskar konuna sína og börnin sín heitt. Ég iðrast gerða minna en þær verða ekki aftur teknar. Hafðu umburðarlyndi með mér. Biddu fyrir mér og reyndu að skilja mig. Þá get ég litið björtum augum til morgundagsins.

*Með ástarkveðju,
Pabbi*

Fall í sama farið

Fyrstu tíu ár mín í hjónabandi voru farsæl. Maðurinn fór öðru hverju á veðreiðar en það virtist ekki vera til vandræða. Eftir á er mér ljóst að spilafíkn hans jókst smám saman og tók stórt stökk þegar hann skipti um starf fyrir fimmtán árum. Þá tók ég strax eftir að hann var breyttur. Hann var lítið sem ekkert heima og þá sjaldan ég talaði við hann var eins og að hann hlustaði ekki á mig.

Í fyrstu skildi ég ekki hvað var á seyði en þegar veðmálaástríða hans jókst varð mér ljóst að hún var komin úr böndunum. Hvað eftir annað bjargaði ég honum um fé til að losa hann úr vandræðum og fann upp afsakanir til að réttlæta það fyrir sjálfri mér. Hann fékk mér peninga vikulega en ég sá aldrei neinn launaseðil og vissi ekki hvernig fjármál okkar stóðu í raun og veru.

Þegar hann hafði stundað veðmálin í þrjú eða fjögur ár fór ég að verða taugaóstyrk og kenndi sjálfri mér um þetta allt saman. Hann hafði ekki látið svona þegar við giftum okkur; hvers vegna gerði hann þetta núna? Við deildum oft og það hafði sín áhrif á alla á heimilinu. Börnin urðu

taugaspennt - í hvert sinn sem við rifumst fór sonur okkar fram og seldi upp af tónum taugaóstyrk. Mér fannst að ég ætti sök á þessu en skildi ekki hvað ég hefði gert eða hvernig á þessu stæði.

Loksins krafðist ég þess að fá að sjá launaseðil mannsins míns. Hann vann 70-80 tíma á viku og hafði góðar tekjur. Hann sagðist þurfa 90 dollara í vasapeninga á viku fyrir sig og nú veit ég að það varð honum að falli. Hann tók lán hjá fólki og hélt að hann gæti greitt það með vasapeningum næstu viku en sökk bara dýpra og dýpra í skuldafenið því hann hélt áfram að tapa.

Ég vann líka í búð á þessum tíma til að drýgja heimilistekjurnar.

Þegar börnin fóru að stálpast komst ég því að maðurinn minn fékk líka lánaða peninga hjá þeim! Hann fékk lánaða peninga sem sextán ára dóttir okkar fékk fyrir að vera barnfóstra! Fólk fór líka að koma til mín og heimta peninga sem maðurinn minn hafði fengið að láni fyrir tveim þrem árum. Börnin mín snerust líka gegn mér. Ég sagði þeim aldrei neitt því ég vildi ekki að þau vissu af veðbraski föður þeirra og þar sem þau vissu ekki neitt höfðu þau óbeit á mér fyrir að vera alltaf að jagast í honum.

Svo byrjaði maðurinn minn að drekka. Hann fór á veðreiðarnar á kvöldin og því meira sem hann tapaði, því meira drakk hann. Hann kom yfirleitt drukkinn heim. Fyrst fór ég með honum á veðreiðarnar einu sinni í viku til að komast á mannamót en eftir að hann byrjaði að drekka þótti mér það ömurlegt. Ég hætti að fara og þoldi ekki að vera með honum. Ég fór út ein og komst að því að mér fannst það skemmtilegt. Ég hafði algjöra óbeit á að vera með mannum mínum. Upp úr því hættum við að vera saman og lifðum hvort sínu lífi þótt við byggjum undir sama þaki. Samt rifumst við öðru hverju. Hann grátbað mig um peninga og hét því að hætta að leggja undir og drekka. Það var alltaf sama sagan og samt áttaði ég mig ekki á því að hann væri veikur.

Kornið sem fyllti mælinn var þegar ég komst að því að hann hafði haft 500 dollara út úr kærasta dóttur okkar sem pilturinn hafði ætlað að nota til að borga af bíl. Ég varð bálreið. Ári fyrir hafði ég heyrt um GA-samtökin en maðurinn minn sagði alltaf að hann þyrfti ekki á þeim að halda. Nú vissi ég að hann þyrfti þeirra með og líka hjálp til að hætta að drekka. Ég var farinn að kvíða fyrir að heyra hann koma heim á bílnum - það var aldrei að vita í hvernig ástandi hann væri. Við vorum bæði orðin undarleg á geðsmunum. Við vorum ráðþrota. Þá ákváðum við að reyna að leita til GA-samtakanna.

Í fyrstu leist mér ekkert á að fara í Gam-Anon-samtökin. Mér þótti niðurlægjandi að þurfa að tileinka mér batastefnuna. Maðurinn minn taldi

víst að hann gæti aldrei lifað án þess að leggja undir. Hvorugt okkar hafði trú á GA-samtökunum en við vorum örvilnuð. Ég hreifst strax samt af starfi Gam-Anon og lærði heilmikið um spilafíkn. Maðurinn minn virtist líka vilja tileinka sér batastefnu GA-samtakanna en fyrsta árið hélt hann áfram að drekka svo etta var erfitt fyrir mig þótt ég væri að læra að taka á vandamálunum. Eftir hálf tveimur árum eða svo varð hann að drekka af heilsufarsástæðum og allt virtist vera í lagi. En um það bil átján mánuðum eftir að við byrjuðum í samtökunum fékk ég nafnlaust bréf um að maðurinn minn væri aftur byrjaður að leggja undir og allir vissu af því nema ég. Mér var allri lokið. Mér hefur aldrei liðið eins illa. Ég hringdi til nokkurra GA-félaga og þeir sögðu mér að tala um þetta við hann strax og hann kæmi heim um kvöldið. Það er þeim að þakka að ég gekk ekki af vitinu þennan dag. Ég fylgdi ráðum GA-félaganna og spurði hann hreint út um þetta. Hann trylltist og sagðist fara að heiman. Ég hugsaði með sjálfri mér: „Guði sé lof. Endilega!“ En daginn eftir þegar við vorum orðin rólegri lagði ég til að við fengjum GA-félaga til að koma til okkar og ræða málin. Næsta dag komu þrenn hjón til okkar og það hreif. Eftir fjögurra eða fimm tíma umræður byrjaði hann hreinlega nýtt líf. Það var fyrir sex mánuðum. Nú er samband okkar hjónanna eins og það var þegar við kynntumst fyrst. Það eru mikil umskipti eftir öll þessi hörmungaár.

Margt hefur orðið til að breyta hugarfari mínu. Ég hef lært að treysta á Guð og það gefur mér þolinmæði og hamingju. Nú veit ég hve miklu maður fær áorkað ef maður öðlast æðruleysi en áður var mér það ókunnugt. Ég á enn margt ólært en það er ótrúlegt hvað hægt er að gera með því að fylgja stefnu þessara samtaka.

Alice H.
San Diego, Kaliforníu

Svart er hvítt, dagur er nótt

Ég er gift spilafíkli sem er búinn að ná stjórn á fíkn sinni. En ég ætla að fjalla um líf okkar áður en það gerðist. Sá sem giftist spilafíkli veit það yfirleitt ekki og ég vissi það ekki. Ég vissi að honum þótti gaman að leggja undir en leit á það sem meinlausa dægrastyttingu. Nú er mér líka ljóst að hann var skeytingarlaus í fjármálum en ég held að mér hafi fundist það aðlaðandi.

Fyrstu stefnumót okkar voru á veðreiðabrautinni og mér þótti það spennandi skemmtun á laugardagskvöldi.

Spilafíkn er sjúðómur sem fer síversnandi og ýmis greinileg einkenni koma í ljós - fjárhagskröggur og yfirdrifinn áhugi á íþróttaviðburðum. Þau koma smám saman í ljós og maður áttar sig ekki á þeim fyrr en eftir á. En þannig var þetta hjá mér.

Fyrst var það lán sem þurfti að borga og hann hét því að leggja aldrei aftur undir; hann sagðist vita að hann hefði gengið of langt og þetta væri þörf lexía. Ef ég vildi hjálpa honum væri öllum vandræðum lokið og ég hjálpaði honum og vonaði að öllum vandræðum væri lokið. En það kom alltaf að því að borga annað lán og enn annað og með árunum söfnuðust upp skuldir sem við réðum ekki við. Við gátum ekki borgað reikninga, börnin fengu ekki nýja skó, húsgögn gáfu sig en við gátum ekki keypt ný. Stundum vissum við ekki hvort við gátum greitt leiguna. Þetta var hægfare hnignun. Það sá ég eftir á.

Ég hætti að vinna úti þegar fyrsta barnið okkar fæddist því ég vildi leggja mig alla fram sem móðir. Ég hafði þráð það síðan ég var lítil. Ég ólst upp eins og flestar stelpur á minni tíð; hélt að ég myndi gifta mig og lifa sæl og ánægð eftir það, eignast tvö börn og hús með hvítri girðingu í kring og það var eiginlega allt sem mig langaði í.

En nú var ég á góðri leið með að missa manninn minn og ég skildi ekki hvernig á því stóð. Fjármálin voru erfið en við virtumst líka fjarlægjast hvort annað. Við rifumst og það yfirleitt að ástæðulausu, fannst mér. Seinna skildi ég að hann stofnaði til deilna svo hann gæti farið út. Þær voru bara átyllur. Þá gat hann hringt, farið á veðreiðarnar eða eitthvað annað til að leggja undir. Maðurin minn lagði undir og veðjaði um allt, hvað sem var.

Ég velti því fyrir mér hvað ég gæti gert til að bæta ástandið og með árunum fór ég að efast um að ég væri góð eiginkona. Mér fannst að ef ég væri nógu ástrík og indæl þyrfti maðurinn minn ekki að fá útrás í fjárhættuspili. Ég vissi þó aldrei hve mikið hann lagði undir, bara að hann stundaði veðmál. Það var ljóst þegar ég vaknaði klukkan þrjú á nóttunni og hann var að hlusta á íþróttauðslit í útvarpinu vegna þess að hann hafði veðjað á íþróttalið. Það var líka ljóst þegar ég sá hann horfa á sjónvarpið og hlusta á útvarpið um leið að ég var ekki aðalatriðið í lífi hans á þeirri stundu. Ég vissi líka að hann hastaði á börnin, rak þau út eða henti einhverju í þau, sem var annars mjög ólíkt honum, þegar hann var að hlusta á veðreiðaúrslitin.

Ég vissi að við gátum ekki farið út á tilteknum tímum því þá var hann bundinn við sjónvarpið. Það voru dagblöð út um allt, sem ég mátti ekki snerta, því hann þurfti að skipuleggja veðmálin daginn eftir. Allt fór síversnandi - fjárhagslega, líkamlega og tilfinningalega. Ég fór að fá verk fyrir brjóstið, fór til læknis og fékk róandi lyf. Ég fórvað forðast annað fólk. Mér fannst að ég yrði að finna leið til að fá hann til að hætta að leggja undir og leiða þessar hörmungar yfir fjölskylduna en af því að mér fannst að ég ætti sökina þorði ég ekki að tala um þetta við nokkra sál. Ég hélt mig heima. Stundum leit ég út um gluggann en svo kom að því að ég hætti alveg að fara út. Ég svaraði ekki í símann af ótta við að það væri innheimtumaður og opnaði ekki bréf af ótta við að það væri reikningur og ég fór ekki til dyra þegar dyrabjallan hringdi. Ég vissi hvenær börnin komu heim úr skólanum og þá fyrst reyndi ég að hreyfa mig.

Ég get ekki nefnt tölur um fjárhagstjón vegna spilafíknar en ég veit að margar eiginkonur og margir eiginmenn bíða tjón á sálu sinni vegna spilafíknar. Börn eru vanrækt og fá ekki það sem þau þurfa og ég vanrækti börnin mín líka tilfinningalega. Ég gat ekki leikið við þau og hlustað á þau. Ég var lömuð vegna spilafíknarvandans í fjölskyldunni. Ég veit ekki hvaða áhrif það hafði á börnin mín. Ein dóttir mín er eiturlyfjaneytandi og kannski er það vegna þess að ég vanrækti hana vegna þess að faðir hennar var með spilafíkn. Ég veit ekki hvaða áhrif þetta hafði á hin börnin mín og ég veit ekki hvaða áhrif spilafíknin hefur haft á öll þau börn spilafíkla sem ég hef kynnst með árunum.

Um tíma var ég trúnaðarmaður í Gam-A-Tán-samtökunum og kynntist fjölda barna sem bjuggu við spilafíknarvandamálið. Flest áttu það sameiginlegt að lengi vel vissu þau ekki hvað var á seyði í fjölskyldunni. Þau vissu bara að eitthvað var að. Þau vissu að faðirinn og móðirin, sem áttu að elska hvort annað, voru alltaf að rífast. Þau vissu að það þýddi ekkert að biðja um nýja íþróttaskó fyrir mótið í næstu viku því það voru engir peningar til. Þannig eru áhrif spilafíknarinnar. Fólk leitar eftir framfærslustyrk, eiginkonur vinna utan heimilis, ekki af löngun heldur til að geta greitt reikninga. Sumar drekka áfengi. Sjálf tók ég róandi lyf um langt skeið. Ég hafði ekki önnur ráð til að halda mér gangandi og stóð mig þó ekki allt of vel.

Veröldin er undarlegri en maður skyldi halda. Eitt sinn sá ég sjónvarpsþátt þar sem minnst var á GA-samtökin; ég vakti manninn minn og sagði honum frá þessu en hann sagði mér að hann þyrfti ekki á slíku að

halda því hann gæti hætt að leggja undir hvenær sem hann vildi. Ég vildi trúa því og reyndi að trúa því í mörg herrans ár. Spilafíkill getur fengið mann til að trúa því að svart sé hvítt og dagur sé nótt. Ég þykist hafa sæmilega greind - ég er ekkert gáfnaljós en ég er enginn bjáni. Samt gat þessi maður sannfært mig um það að bíll sem ég hafði séð standa á einni götu hefði verið á annarri götu - og þótt ég vissi að ég hefði sagt honum eitthvað gat hann talið mér trú um að ég hefði aldrei sagt það. Þegar bankinn sendi innheimtubríf gat hann komið mér í trú um að það væru mistök. Þannig er spilafíknin. Yfirleitt láta aðstandendur blekkjast og það gerði ég.

Spiklafíkill byggir upp draumaveröld í kringum sig og hans nánustu sogast inn í hana. „Einu sinn og ég legg aldrei aftur undir; einu sinni enn og þú færð nýjan bíl; einu sinni enn og við kaupum nýtt hús; leyf mér bara að vinna núna og við eignumst allt sem við viljum.“ Þegar hann sagði þetta var honum full alvara. Spilafíknin gagntók hann; ég skipti engu máli og börnin skiptu engu máli.

Ég var heppin því maðurinn minn leitaði til GA og þannig komst ég í Gam-Anon. Oftast leitar eiginkonan fyrst til samtakanna því sá sem býr með spilafíkli er meðvitaðri um sjúkdóminn en hann sjálfur. Ég gerði það ekki því ég var svo illa farin af þunglyndi og áhyggjum að ég gat ekki leitað hjálpar. Ég hélt að hjálp væri ekki til. Ég var alein og yfirgefin og vissi ekki hvert ég átti að leita. En maðurinn minn leitaði hjálpar; ég fór með honum og í samtökunum fann ég mína líka. Áður hafði ég ekki hugmynd um að aðrir ættu við sama vanda að stríða. Þess vegna held ég að það sé mjög mikilvægt að láta annað fólk vita af GA-samtökunum og að það getur fengið hjálp.

Núna nýt ég lífsins og ég er viss um að það hefði ég líka getað gert fyrir mörgum árum en spilafíknarvandinn fór svo illa með mig að ég naut mín ekki.

Saga Jims

Ég heiti Jim S. Ég hef verið spilafíkill í tuttugu ár en það var ekki fyrr en 1981 að ég var nógu heiðarlegur við sjálfan og aðra til að viðurkenna það.

Ég byrjaði að leggja undir tólf ára gamall þegar ég fór að selja blöð á veðreiðabrautinni í Seattle. Auðvitað var ég of ungur til að veðja en það var enginn vandi því svo til allir voru fúsir til að veðja fyrir mig.

Næsta ár fékk ég vinnu við að annast um hestana fyrir og eftir hlaup. Ég hafði rétta vöxtinn til að gerast knapi og því hélt ég áfram að vinna á brautinni. Sumarið 1960 byrjaði ég sem knapi á litlu brautunum í Washington og 1962 var ég orðinn nógu gamall til að sitja hesta á stóru veðreiðabrautunum. Á þessum árum var ég fullviss um að ég yrði mesti veðmálasérfræðingur allra tíma. Hver gat vitað meira um hestana en knapinn?

Mér gekk mjög vel meðan ég var að læra starfið. Ég sat marga sigurvegara og veðjaði á næstum hvert einasta hlaup. Hvort sem ég sat sjálfur hestinn eða ekki varð ég að veðja. Í árslok hafði ég setið meira en hundrað sigurvegara, átti ekki eyri í banka og skuldaði töluvert. Ég lét það ekki á mig fá því ég vissi að ég þurfti bara að draga úr veðmálunum og þá yrði allt eins og mig dreymdi um.

Árið 1964 var mig farið að dreyna um „stóra vinninginn“ sem allir vonast eftir. Ég var knapi hjá manningum sem hafði ráðið mig í byrjun og nú komst „gæðingurinn“ okkar aftur í gagnið eftir árshvöld vegna meiðsla á fæti. Við höfðum góð sambönd á brautinni og gátum æft hann um morguninn án þess að nokkur vissi. Ég hafði lagt fyrir nóg fé til að kaupa húsvagninn, sem mig langaði í, og ákvað að veðja öllu fénu á „gæðinginn.“ Þá gæti ég keypt enn betri húsvagn og kannski líka nýjan bíl. Ég lagði allt undir og hafði forystu á endasprettinum en þá hrasaði hesturinn og fótbrotnaði. Sjálfur varð ég frá vinnu um hríð vegna axlarbrots en hélt þó áfram að veðja til að reyna að vinna upp tapið, fór aftur að taka lán og safnaði enn meiri skuldum.

Seint á sjöunda tugnum var ég orðinn allt of þungur og átti í vandræðum með að grenna mig. Líkt og margir knapar með aukakíló fór ég að taka lyf til að léttast. Sumarið 1969 var ég orðinn dópisti og knapafæri mínum var lokið. Þegar ég hætti var ég alveg peningalaus.

Mér var boðið starf við að selja hlaupaskráranar á brautinni og vann mér inn 100 dollara eða meira á dag. Þegar ég sagði upp tíu árum seinna var ég aftur peningalaus og stórskuldugur. Ég fékk starf sem þjónn í San Francisco og var þar í tvö ár en eyddi öllum launinum í veðmál. Þá fór ég aftur á veðreiðabrautina, byrjaði að vinna sem vveðmálaritari og hélt enn sem fyrr að ég gæti staðist freistinguna að veðja. Í hálf tannað ár komst ég aldrei heim til mín með launin. Ég laug, stal, falsaði ávísanir og þar fram eftir götunum og var svo langt niðri að ég ákvað að fyrirfara mér. Reyndar hafði ég gert tilraun til þess nokkrum árum fyrr. Ég sat heim hjá mér með ginflošku og byssu og hugsaði sem svo að ef ég drykki mig nógu fullan ætti ég auðveldara

með að binda enda á þetta allt saman. Ég sat og grét þangað til tárin þraut. Ég vissi að alkóhólistar og eiturfjandeytendur áttu kost á meðferð og kannski gat ég fengið hjálp einhvers staðar... Ég leit í símaskrána og undir G fann ég GA-samtökin. Ég hringdi strax og kvöldið eftir var mér fylgt á fund í Pleasant Hill í Kaliforníu. Ég sat allan fundinn, las „Kjarnabókina“ og hlustaði á félagana segja frá reynslu sinni.

Ég fór beinlínis grátandi heim, ekki vegna þess að ég hefði tapað veðmáli, heldur vegna þess að í fyrsta sinn gerði ég mér grein fyrir því hvað var á seyði. Ég var með sjúkdóm sem kallaðist „spilafíkn“ og nú gat ég talað við menn sem skildu mig og höfðu gengið í genum það sama ó ég.

Þegar ég gekk út af fyrsta GA-fundinum vissi ég að þetta var satt. Ég var haldinn síversnandi sjúkdómi. Mér varð svo mikið um að ég hugsaði ekki um annað næstu dagana enlsa alla GA-bókina til að reyna að átta mig á þessu öllu saman. Sá lestur snart mig djúpt því allt sem ég las var eins og það hefði verið skrifað um mig.

Ég hafði stundað veðmál í 26 ár, vissi að ég var búinn að fá nóg og vildi hætta. Ég vissi ekki hvaort það sem sagt var um batastefnuna væri satt en ég hugsaði sem svo að ég hefði engu að tapa. Mér var sagt að ef ég fylgdi batastefnunni ætti ég von um að losna undan oki spilafíknarinnar. Mér var sagt að fara á eins marga fundi og ég gæti. Ég hlustaði vel og talaði stundum og mér létti strax við að tala um það sem ég hafði gert. Oft trúði ég því varla að ég væri að segja þessum mönnum frá því sem ég hafði gert af mér. Eftir nokkurra daga bindindi fór ég aftur að hafa martröð. Vinnan á veðreiðabrautinni var hrein kvöl. Stundum fékk é skjálftaköst og svitnaði. Mér var sagt að ég fengi bæði andleg og fjárhagsleg fráhrarfseinkenni. Andlegu fráhrarfseinkennin voru verst; stundum fannst mér að það hefði verið skárna að skjóta mig kvöldið sem ég hringdi til GA-samtakanna. Ég grét mikið og það létti dálítið á. Sektarkennd getur valdið miklum sálarkvölum. Fyrstu mánuðina gekk á ýmsu hjá mér meðan ég reyndi að tileinka mér þetta allt saman. Þá á ég við að ég fór á ótal fundi og reyndi að nýta mér allan þann styrk sem ég gat fengið í GA-samtökunum.

Ég heyrði marga tala um að þeim þætti gott að koma á fundi því það gæfi þeim styrk. Ég var samt lengi að átta mig á að það var einmitt það sem ég hafði gert allt frá byrjun! Ég fæ ótrúlaega mikinn styrk frá öðrum á fundunum. Nú veit ég fyrir víst að ef ég ætti ekki samtökin að væri ég annaðhvort enn að veðja eða dauður!

Það vafðist dálítið fyrir mér að á fundunum, sem ég hafði farið á, hafði ég aldrei hitt annan samkynhneigðan mann og ég hafði aldrei talað við neinn í samtökunum um að ég væri samkynhneigður og ætti vin sem ég hefði búið með í tólf ár. Eftir tvo mánuði fannst mér að ég yrði að tala um þetta samband og ýmis vandamál sem öll pör þurfa að kljást við, jafnt gagn- sem samkynhneigð. Að ég sagði ekki frá þessu strax var bara uppburðarleysi en það var samt erfitt að tala um þetta fyrir framan fullan sal af gagnkynhneigðum mönnum. Að tala hreint út um þetta hjálpaði mér mikið til að ná bata. Ég hef náð mjög góðu sambandi við alla í hópnum og án þeirra hefði mér aldrei tekist þetta. Max vinur minn hefur komið á nokkra fundi og nú getum við talað um það sem ég gerði meðan ég veðjaði og líka um það sem ég hef fyrir stafni núna. Ég er að reyna að bæta fólki tjónið sem ég olli meðan ég veðjaði.

Mér var ráðlagt að taka virkan þátt í GA-starfinu og það hef ég gert. Ég fer á eins marga umræðufundi og sporafundi og ég get. Ég verð að fara á minnst þrjá GA-fundi í hverri viku og oftast fer ég á fleiri. Ég er ritari hóps í San Francisco og formaður almannatengsla nefndar fyrir Norður-Kaliforníu. Virkt starf er nauðsyn en maður má ekki láta það trufla eigin bata. Almannatengslastarfinu fylgja mikil umsvif og það hefur breytt ýmsu hjá mér. Það er álag að eiga við sjónvarps- og útvarpsstöðvar oig reyna að koma saman þáttum um spilafíkn. En okkur hefur orði vel ágengt við að útbreiða boðskap GA-samtakanna.

Þessu starfi fylgir líka álag innan samtakanna. Á fyrstu mánuðunum sendum við talsmenn okkar í 20 skóla, tvo útvarpsþætti og þrjá sjónvarpsþætti. Þegar ég fór að fá glósur frá félögum, sem höfðu ekki verið í þessum þáttum, varð ég mjög sár. Það lá við að ég færi aftur að veðja. Ég veit ekki hvað hefði gerst hefði ég ekki haft félagi til að tala við. Ég vinn ekki kynningarstarf til að upphefja sjálfan mig heldur til að reyna að hjálpa og það er líka þakkarvottur til samtaka sem björguðu lífi mínu. Fyrir nokkrum vikum hringdi ég til félagi um miðnætti út af þessu og hann bauð mér að koma og spjalla við sig. Við sátum til klukkan þrjú um nóttina og þá leið mér miklu betur. Þegar ég kom heim hringdi annar félagi, sem hafði lent í deilu við konuna sína, og ég fór og talaði við hann. Þetta var löng nótt. En enginn okkar fór aftur að veðja eða spila fjárhættuspil! Fráhvarfseinkennin í vinnunni eru ekki lengur eins slæm og í fyrstu. Fyrst sagði ég engum á veðreiðabrautinni að ég væri kominn í GA-samtökin en þegar ég lét verða af því tóku allir því mjög vel. Ég fæ mikinn stuðning. Þegar maður vinnur

allan daginn við að skrá veðmál og taka við vefé er auðveltað gleyma sér. Ég tók það ráð að lesa hvorki dagskrána né veðhlaupadálkana í blöðunum. Erfiðast var að sleppa hlaupaskránni. Ég hef átt hesta síðan ég byrjaði á veðreiðabrautinni en nú er því líka lokið. Ég seldi síðasta hestinn minn í fyrra. Ég varð að fórna ýmsu til að halda freistingunum frá mér. Ég sakna hestanna en það og margt annað sem ég hef látið á móti mér erlítill fórn miðað við það að ég er hættur að veðja. Að vera laus við vepmálin og starfið í GA-samtökunum eru mikilvægustu atriðin í lífi mínu.

*Jim S.
San Francisco*

Minningarorð um vin

Mér veitist mjög erfitt að byrja á þessum minningarorðum um vin okkar. Það yrði löng saga ef ég ætti að rifja upp allar minningar mínar um þennan góð dreng.

Það er mikið verk að ávinna sér ást og virðingu náungans og hvað það snerti átti hann sér engan jafningja. Vinur okkar hjálpaði hundruðum GA-félaga, jafnt með „fyrsta símtalinu“ til þeirra sem enn þjáðust og samtölum við reynda félagasem þurftu sérstakan stuðning.

Í stuðningstölum félaga í hópnum okkar kemur oft fram að þeir tengja fystu kynni sín af GA-samtökunum við vin okkar. Til þess að skilja hvernig hann gat veitt öðrum svona mikið held ég að við verðum að reyna að skilja hann. Hann var afskaplega lífsglaður maður og naut hvernar stundar. Hann sagði oft að árin í GA-samtökunum hefðu verið hamingjuríkustu ár þeirra hjóna - og hann deildi lífsgleði sinni með okkur. Hann vildi að hver GA-félagi nyti sömu gleði og sama æðruleysis og hann sjálfur. Ég sagði að hann hefði „deilt“ með öðrum en það er ekki rétt, hann „gaf.“

Þessi góði drengur lét ekki nægja að vera fyrsti tengiliður manna við GA-samtökin heldur fylgdi því ávallt eftir með því að fara sjálfur í heimsókn til nýja félagans eða virkja aðra til að styðja hann. Hvað eftir annað tók hann á sig ómælt erfiði til að hjálpa nýjum félögum við ýmis vandamál. Hann talaði við dómara, bankamenn, skilorðsgæslumenn og fleiri til að útskýra eðli spilafíknar. Og árangurinn lét ekki á sér standa. Við stöndum margir í mikilli þakkarskuldbið þennan mann. Hann gaf okkur styrk og leiðsögn til að

byggja upp nýtt líf. Vinur okkar stuðlaði að andlegri endurreisn hundraða manna.

Auk þess tók hann þátt í starfi samtakanna á öllum sviðum. Eins og hann sagði sjálfur var hann fús til að gegna hvaða starfi sem var, hvort sem það var að sitja í ráðum og nefndum, þjóna landssamtökunum eða hópnum eða þrifa öskubakkana eftir fund. Hann sýndi frábært fordæmi um fulla virkni.

Þessi maður var hjálparhella okkar allra í GA-samtökunum. Með óbugandi styrk og sannfæringu helgaði hann líf sitt því að „hjálpa þeim sem enn þjást.“ Hann var sannur vinur minn. Vinátta hans var mér ómetanleg og með hinum missi ég meira en orð fá tjáð.

Vinur okkar er farinn en hann lifir áfram í hjörtum okkar allra. Hann var sannarleg „vinur í raun.“

Eftirmáli

Hvað veldur spilafíkn? Er það flókið samspil félagslegra og sálfræðilegra þátta, brenglað erfðamengi eða er hvert einstakt tilfelli einstakt? Við vitum það ekki og þótt allt sem snertir spilafíkn sé áhugavert höfum við ekki ráð á að dvelja við þá spurningu, Þeir sem koma til okkar þurfa hjálp þegar í stað. Það er enginn tími til að hella sér út í vangaveltur, kanna sögu hvers spilafíklis og túlka niðurstöðurnar. Batastefnan gerir hvergi ráð fyrir umræðum um gildi mismunandi meðferðaraðferða eða ólíkar sálfræðikenningar. Félagar okkar vita að jafnvel þótt þeim hafi tekist að ná stjórn á spilafíkninni geta þeir aðeins haldið áfram að þroskast með því að hjálpa öðrum að forðast fjárhættuspil. Það hefst lítið upp úr sjálfsskoðun og vangaveltum miðað við launin sem fást fyrir að hjálpa öðrum að ná tökum á lífinu.

Hvernig geta GA-samtökin hjálpað spilafíklum eef orsök sjúkdómsins er óþekkt? Batastefna samtakanna byggist ekki einungis á skilningi heldur einnig á trú. Trúin á hjálparmátt GA byggist á þeirri traustu staðreynd að þúsundir spilafíkla hafa náð bata með því að fylgja batastefnu samtakanna. Engin önnur meðferð hefur skilað árangri nema í henni fælist einnig að sækja GA-fundi reglulega. Félagar eru hvattir til að yfirvinna bresti sína með því að trúa á hugsjónir samtakanna og þeir vita að þeir eiga stuðning annarra félaga vísan. GA-samtökin lifa þannig á trú félaganna og það er þessi trú sem hjálpar félögunum að ná bata.

Hefðbundin meðferð sálfræðinga og geðlækna beinist að einstaklingnum sjálfum en í GA snúast allar greiningar og umræður um samtökin sjálf. Félögunum er kennt að sameiginleg velferð sitji í fyrrirúmi og bera því sameiginlega ábyrgð á að ákveða hvaða ráðstafanir gagnast spilasjúklingum best til að ná bata. Í samtökunum ríkir eining um það markmið að hjálpa spilafíklum að ná bata en þar koma fram ýmsar skoðanir um hvernig best sé að fara að því. Hver félagi er því einnig ráðgjafi hópsins því allir leggjast á eitt til að stuðla að bata hinna. Hefðbundin meðferð felst einatt í inhverfri sjálfsskoðun en GA-félagar leysa andlega og tilfinningalega hæfileika sína úr læðingi með virku framlagi til starfsins.

Líkt og í öðrum hópum sem fást við sama vandamál eða styðja sama málefni veita spilafíklar hver öðrum stuðning sem ekki er að fá annars

staðar. Stuðningurinn birtist einkum á tvennan hátt: sem samúð eða tortryggni. Líklega geta aðeins þeir sem hafa sjálfir reynt þær hörmungar sem spilafíkn hefur í för með sér skilið þjáningabráður sína til fullnustu. Og að vita að annar maður hefur þjáðst jafnmikið og samt náð heilsu á ný er ómetanleg hvatning til að ná bata. En með djúpri samúð fylgir einnig heilbrigð tortryggni. Margir spilafíklar hafa fullkomnað svo „listina“ að ljúga að aðeins þeir sem hafa beitt sömu brögðum sjá í gegnum blekkingar þeirra. Férlagar þvinga hver annan til að sýna fyllstu hreinskilni, ekki bara með skírskotun til siðaboðorða heldur með innsæi sínu, hyggjuviti og hnyttni.

Samtök sem byggjast á trú virðast oft undarleg og dularfull í augum þeirra sem þekkja ekki til til þeirra. Það er von GA-samtakanna að þessi bók hafi varpað nægu ljósi á markmið og aðferðir samtakanna til að ókunnugir skilji að þau eru best og eini staðurinn sem spilafíklar geta leitað á til að ná bata.

JIM W. OG STOFNUN GA-SAMTAKANNA

Fjárhættuspil í æsku

Jim W., maðurinn sem stofnaði GA-samtökin, fæddist 1912 í Suður-Kaliforníu. Þegar hann var sex ára heyrði hann söguna um að undir enda regnbogans væri alltaf falinn fjársjóður. Drengurinn beið færís mánuðum saman og þegar hann loks sá regnboga eltist hann við hann í marga klukkutíma. Hann fann engan fjársjóð en varð rennblautur, fékk lungnabólgu og var vart hugað líf.

En hann lét sér lexúna ekki að kenningu verða; öllu heldur var þetta fyrsta skrefið í 40 ára leit hans að „stóra vinningnum.“

Tíu ára gamall missti Jim föður sinn og þá hófst fyrsta skeiðið á langri glötunarbraut hans. Þeir bræðurnir, Jim, Richard og Bill, höfðu lært undirstöðuatriði spilamennsku af föður sínum og spiluðu af fjárhættuspil af kappi til að verjast einmanaleika og sorg. En það fór á annan veg því þeir lögðu sífellt meira undir og rifust stanslaust.

Nú var enginn til að sjá fyrir heimilinu svo Jim varð að fara að vinna á unga aldri og hann reyndi að drýgja tekjur sínar með fjárhættuspili. Þegar hann útskrifaðist úr framhaldsskóla var hann orðinn snjall pókerspilari og tilgreindi það besta hæfileika sinn. Þetta var á kreppuárunum og mikið um atvinnuleysi svo Jim gerði pókerspilið að aðalstarfi. Þessi ár hans voru það sem dr. Robert Custer kallar „vinningsstigið“ og Jim neytti færni sinnar við menn sem höfðu atvinnu og áttu því fé til að tapa.

Seinna fékk Jim fasta vinnu en fjárhættuspilið var áfram ríkjandi í lífi hans. Hann notaði laun sín til að geta lagt meira undir í póker og fyrir nýja ástríðu - veðreiðarnar í Santa Anita. Veðmálaástríðan varð svo rík að hann stundaði aðeins launaða vinnu til að geta lagt meira undir og hætti þegar

veðmálin gengu vel. En hann var ekki líkt því eins snjall í veðmálum og í póker og skuldirnar hrönnuðust upp.

Þrítugur fór Jim í herþjónustu og þar buðust góð tækifæri til fjárhættuspils. Í hernum ágerðist spilaárátta Jims svo mjög að hann tók að efast um geðheilsu sína. Hann hafði verið snjall og forsjáll pókerspilari en nú leiddist hann út í að spila af algjörri fífldirfsku. Hann þoldi ekki að tapa og lagði sífellt meira undir í von um vinning.

Þegar seinni heimsstyrjöldinni lauk fór Jim aftur „heim“ til Santa Anita og tók aftur til við að tapa á veðreiðunum. Hann kenndi þó hvorki sér né fíkninni um tapið heldur skelkti skuldinni á lausungarstemninguna á veðreiðabrautinni sem væri ekki við hæfi „atvinnumanns“ af hans tagi.

Þá fluttist hann til Reno í Nevada og taldi víst að þar gæti hann veðjað kerfisbundið og skynsamlega. Hann taldi sér trú um að veðmálin væru „fjárfesting“ og hann rýndi vel í öll fáanleg gögn áður en hann veðjaði. Sú aðferð skilaði gróða um hríð.

Til lengdar var kerfisbundin greining þó of þreytandi og hann fór að treysta á hugboð tengd við nafn hestsins, lit og þess háttar. Áhugi hans á veðreiðum dvínaði líka þegar hann uppgötvaði glæsiveröld spilavítanna í Reno. En það var eins og kerfin sem Jim beitti við spilaborðin væru öll spilavítunum í hag því brátt hafði hann tapað sínum síðasta eyri. Með gömlu aðferðinni, að vinna íhlaupavinnu til að fá áhættufé, tókst honum að þrauka í nokkra mánuði en þá varð hann að fara „á puttanum“ heim til Los Angeles, peningalaus og aleinn.

Skömmu eftir Jim kom aftur til Kaliforníu fékk hann vellaunað starf í byggingarvinnu en tapaði vikulega launum sínum í fjárhættuspili. Hann fann að það var hrópanði ósamræmi í því að hafa háar tekjur og vera samt skuldum vafinn og hugsaði í alvöru um að hætta fjárhættuspili. Brátt hafði hann sterka löngun til að hætta og hélt bindindið um hríð. En vasafylli af peningum varð viljanum yfirsterkari og brátt var hann aftur á leið til Santa Anita og í skuldafenið.

Alkóhólismi og AA

Sífelld tap og vonbrigðin yfir að geta ekki hætt buguðu siðferðisprekið og Jim fór að drekka. Hann drakk til fagna vinningi, drakk til að gleyma tapi og drakk til að drepa tímann milli veðmála. Sem betur fer áttaði hann sig á

að drykkjan var sjúkleg og 1946 gekk hann í AA-samtökin. Með því að tileinka sér stefnu þeirra samtaka tókst honum að hætta að drekka. Og AA-samtökin færðu honum fleira gott því þar kynntist Sybil, konunni sem hann gekk að eiga árið 1951.

Algamus-félagið

Þótt Jim hefði hætt að drekka náði hann engri stjórn á spilaáráttu sinni. Þau hjónin fluttust til Reno og nú steypiti Jim þeim báðum í eynd og örbirgð. En í stormasömu hjónabandi þeirra kviknaði hugmynd sem átti eftir að bjarga lífi þúsunda spilafíkla um allan heim.

Jim byrjaði einfaldlega að beita sumum meginreglum AA á spilafíkn sína. Sybil sá að honum fór nokkuð fram og stakk upp á að hann hefði samband við aðra spilafíkla. Jim tók því vel og fór að tala við alla sem heyra vildu um spilaáráttu sína og löngun til að hætta. Viðbrögðin voru ekki uppörvandi, höfnun, fáfræði og léttúðug svör, en hann náði sambandi við Johnny W. sem var líka AA-félagi og spilafíkill.

Þá hafði Jim ekki lagt undir í fimm mánuði og Johnny þróaði að hætta svo þeir ákváðu að halda saman og styðja hvor annan. Tveir í viðbót bættust í hópinn og þessir fjórir áfengiussjúku spilafíklar komu saman til að ræða sameiginleg vandamál og þarfir. Þeir kölluðu sig „Algamus-félagið“ og meðal þeirra ríkti góður félagsandi. En þótt byrjunin lofaði góðu sundraðist félagið eftir næsta fund. Seinna rakti Jim það til þess að þeir hefðu ekki einbeitt sér að spilafíknarvandanum heldur hefðu umræðurnar leiðst út í léttara hjal um dagleg málefni.

Vanmáttur og von

Jim hafði gert virðingarverða tilraun til að hætta en vonbrigðin ollu því að hann fór á enn glæfralegri spilatúr en fyrr. Einlæg von í bata snerist í andhverfu sína, glæsta drauma um stóra vinninginn. Á leiðinni í Boulderklúbbinn í Las Vegas lét hann sig dreyma um auð og gjafmildi, glæsiliíf og virðingu. Auðvitað tapaði hann. En það tap snerist þó í eins konar sigur - hann átti eftir 25 dollara og lagði þá ekki undir. Það kostaði ítrustu

sjálfstjórn að ganga út úr spilavítinu með þessa aura í vasanum en honum tókst það. Hann vildi ekki þola þessar vítiskvalir lengur.

Eftir að Jim kom aftur heim frá Las Vegas var hann staðráðinn í að ná stjórn á spilafíkn sinni en vissi ekki hvernig hann ætti að fara að því. Allir hinir þrír félagarnir í Algamus-félaginu voru fallnir og könnuðust ekki við að eiga í neinum vandræðum vegna drykkju eða fjárhættuspils. Einhvern tíma hefðu slík vonbrigði kipt fótunum undan Jim en hann herti upp hugann. Það hlaut að vera von, fannst honum, fyrst hópur hafði hist til að hjálpa spilafíklum jafnvel þótt það hefði aðeins staðið í tvær vikur. Kannski væri hægt að koma langlífari samtökum á laggirnar.

Önnur tilraun

Næstu mánuðina eftir að Algamus-félagið lagðist niður reyndi mikið á trú Jims á að hægt væri að ná bata. Hann var einn á báti og hugsaði oft til fjárhættuspils. Sem betur fer gat Sybil, konan hans, hjálpað honum. Hún vann á aðalskrifstofu AA-samtakanna og þangað hringdi oft fólk með önnur vandamál en drykkju. Þegar spilafíklar hringdu vísaði hún þeim á manninn sinn. Í nóvember 1955 efndi Jim til fundar með Art M., sem var líka spilafíkill, til að ræða sameiginleg vandamál. Fundurinn var haldinn heima hjá Jim og þangað komu nokkrir aðrir spilafíklar, þar á meðal fyrrverandi félagar í Algamus-félaginu. Art. M. kom á fundinn gegn því að hann fengi 20 dollara lán og sást aldrei aftur. Samt voru fundir haldnir heima hjá Jim öðru hverju næstu mánuðina. Aðsóknin dvínaði smám saman og loks var Jim aftur einn. Seinna taldi hann víst að það hefði verið of óformlegt að halda fundina í heimahúsum; fundarmenn vildu ekki leggja neitt af mörkum til að fá annað húsnæði. Jim viðurkenndi líka að það lofaði ekki góðu að byrja batastefnu starf með 20 dollara láni eða mútum. Skuggi vonbrigða hvíldi yfir degi sem hefði átt að vera hátíðisdagur - ársafmæli Jims í spilabindindi.

Snemma árs 1956 hafði Stan R., sem var blaðamaður með veðmálaástríðu, samband við Jim fyri milligöngu aðalskrifstofu AA. Jim gat ekki boðið upp á hópfund en lagði til að þeir hittust reglulega og ræddu málín. Stan tók boðinu og svo fór að hann hætti veðmálum.

AA-skrifstofan kom líka á öðru sambandi sem hafði mikil áhrif á framþróun samtakanna. Fred Shields, kunnur útvarpsmaður, bað Jim, Sybil

konu hans og Stan R. að koma í útvarpsþátt og tala um baráttuna við spilafíknarvandann. Þau þáðu boðið með þökkum.

Fred Shields kynnti þremmenningana sem „Gamblers Anonymous“ eða „nafnlausu fjárhættuspilarana“ og þannig varð nafn GA-samtakanna til. Þátturinn gekk vel og hvert þeirra sagði sína sögu en tilmæli Freds til hlustenda um að hringja og spyrja spurninga fékk engan hljómgrunn. Tíminn leið og enginn hringdi. Undir lok kvöldsins hafði einn maður hringt og hann bað Jim um ráð til að vinna á veðreiðabrautinni.

Öllum þótti þetta leitt en Stan R. var beinlínis niðurbrotinn. Hann hafði gert sér miklar vonir um að útvarpsþátturinn fengi góðar undirtektir og varð fyrir sárum vonbrigðum. Stan R. tók aftur til við að veðja sleit sambandi við Jim. Í GA-samtökunum var bara einn félagi.

Síðla árs 1956 hringdi svo Sam F., tryggingasölumaður sem einnig hafði leitað til AA-samtakanna, til Jims. Þeir mæltu sér mót heima hjá Jim strax um kvöldið. Sam hafði tvennt til að bera sem Jim mat mikils: hann var reiðubúinn að viðurkenna vandann og hann hafði góða kímniáfu. Með þeim tókst strax góð vinátta og með gagnkvæmum stuðningi tókst þeim að halda bindindið. Þetta var í raun og veru upphaf GA-samtakanna.

Viðtöl Pauls Coates

Um það bil sex mánuðum eftir að þeir kynntust fengu Sam og Jim boð frá konu sem leitaði hjálpar vegna spilafíknar eiginmannsins. Þeir fóru í heimsókn til hjónanna en komust fljótt að því að maðurinn hafði enga löngun til að hætta fjárhættuspili. Kanan var samt svo þakklát fyrir hjálpina að hún bauðst til að koma þeim í samband við Paul Coates, áhrifamikinn dálkahöfundur hjá dagblaðinu Los Angeles Mirror.

Jim varð hissa þegar Coates hringdi strax næsta dag. Brátt birtist grein í blaðinu um frumkvöðlastarf GA-samtakanna. Þetta var mjög góð kynning en aftur urðu þau Jim of Sybil fyrir vonbrigðum - undirtektir voru engar. Blaðamaðurinn hélt þó ótrauður sömu stefnu og bauð Sam og Jim að koma í sjónvarpsþátt sem hann stjórnaði vikulega. Aftur glæddust vonir.

En þá kom óvænt babb í bátinn. Sam neitaði að koma fram í þættinum því hann óttaðist að þekkjast og það gæti haft slæm áhrif á viðskiptin. Jim sagði Coates ekki frá þessu heldur fékk Flyd M., félagi í AA, til að hlaupa í skarðið og kynnti hann sem nýjan GA-félagi. Paul Coates sá þó í gegnum

það og beindi flestöllum spurningum sínum til Jims. Þrátt fyrir þetta og þótt þeir Jim og Floyd birtust báðir með bréfpoka yfir höfðinu gekk þátturinn vel og í lokin bauð Paul Coates áhorfendum að skrifa og leita upplýsinga.

Fyrsti fundur GA-samtakanna

Á næstu dögum fékk Jim fimmtán fyrirspurnir um hvar og hvenær næsti GA-fundur yrði haldinn. Hann svaraði öllum, gaf upp staðinn og dagsetninguna: föstudaginn 13. september 1957.

Þau Jim, Sam, Floyd og nokkrir vinir þeirra tóku á móti nýliðunum. Þau höfðu útbúið upplýsingaefni um batastefnuna og skipulagt fundinn. Fimm spilafíklar mættu.

Jim stjórnaði fundinum, veitti stuðning og lýsti batastefnu samtakanna. Sumir nýliðarnir sögðu ekki orð, aðrir dembdu spurningum yfir Jim. Fundurinn sjálfur stóð aðeins í hálfra aðra klukkustund en kaffispjallinu á eftir lauk ekki fyrr en langt var liðið á nóttina. Mikilvægast var þó að ákveðið var að halda annan fund og það stóðst.

Sagan um stofnun GA-samtakanna er sagan um draum eins manns sem rættist með hjálp margra annarra. Nú starfa samtökin af meiri þrótti en nokkurn dreymdi um í upphafi. Með hjálp þeirra hafa tugir þúsunda látið draum sinn rætast og byggt upp eðilegt og heilbriggt líf.

Viðbætur II

KÖNNUN DR. ROBERTS L. CUSTERS

Spurningar og svör

SPURNINGAR Í GA-KÖNNUN

I. LÝÐFRÆÐIGÖGN

1. ALDUR

Dreifisvið	24-72
Meðaltal	47

2. KYN

Karlkyns	96%
Kvenkyns	4%

3. TRÚARUPPELDI

Kaþólskir	42%
Mótmælendur	30%
Gyðingar	25%
Annað	3%

4. HJÚSKAPARSTAÐA

Giftir	84%
Skildir að borði og sæng	4%
Fráskildir	6%
Ekkjur/ekklar	1%
Einhleypir	5%

5. MENNTUN

Framh.skólanám	24%
Framh.skólapróf	30%
Háskólanám	25%
Háskólapróf	20%

6. ÞJÓÐERNISUPPRUNI

Írskir)
Ítalskir) þrennt algengast
Þýskir)

7. ATVINNA

Já	94%
Nei	6%

8. HERÞJÓNUSTA

Já	67%
Nei	32%

9. BÚSETA

(15 fylki og Kanada)

10. LENGÐ GA-FUNDARSÓKNAR

Dreifisvið - 1 til 238 mánuðir
Meðaltal - 87 mánuðir (7 ár og 3 mánuðir)

11. REGLULEG FUNDARSÓKN

Já	98%
Nei	2%

12. ALDUR Á FYRSTA GA-FUNDI

Dreifisvið	22-61
Meðaltal	39,7 ár

13. HVE LANGT BINDINDI

Dreifisvið	1-238 mánuðir
Meðaltal	73 mánuðir (6 ár og 1 mánuður)

14. HVE MÖRG FÖLL

Eitt	32%
Tvö	10%
Fleiri en tvö	16%
Engin	42%

15. DEILDIR INNAN KLUKKUSTUNDAR AKSTURS

Ein	6%
Tvær	10%
Fleiri en tvær	68%
Engin	42%

54. MAKI SÆKIR GAM-ANON

REGLULEGA

Já	56%
Nei	36%
Veit ekki	8%

59. LEITAÐ TIL GEDHEILBRIGÐIS-FAGMANNA Á UNÐAN GA

Já	40%
Nei	60%

74. VIKULEG FUNDARSÓKN

Já	97%
Nei	3%

75. BIÐ Í SEX MÁNUÐI EFTIR AÐ VITAÐ VAR UM GA

Já	40%
Nei	60%

76. JÁKVÆÐ AFSTAÐA TIL GAM-ANON

Já	84%
Nei	8%
Veit ekki	8%

77. JÁKVÆÐ AFSTAÐA TIL GAM-A-TÁN

Já	72%
Nei	8%
Veit ekki	20%

II. TUTTUGU GA-SPURNINGAR - JÁ

18. VINNUTAP	85%
19. ÓÁNÆGJA Á HEIMILI	99,5%
20. ÁHRIF Á ÁLIT	93%
21. SAMVISKUBIT	99,5%
22. FYRIR SKULDIR	93%
23. DREGIÐ ÚR METNAÐI	94%
24. AFTUR EFTIR TAP	97%
25. AFTUR EFTIR GRÓÐA	98%
26. TIL SÍÐASTU KRÓNU	97%
27. LÁN	99,5%
28. EIGN SELD	79%
29. SPILAFÉ HALDIÐ SÉR	93%
30. HEIMILI VANRÆKT	94%
31. SPILAÐ LENGUR	98%
32. FLÝJA ÁHYGGJUR	92%
33. AFBROT HUGLEIDD	86%
34. ANDVAKA	72%
35. RIFRILDI	92%
36. FAGNAÐ	84%
65. SJÁLFSVÍG HUGLEITT	36%

III. EIGINLEIKAR

38. KAPPGJARN	
Já	90%
Nei	6%
Veit ekki	4%
39. ÍÞRÓTTAMANNSLEGUR	
Já	62%
Nei	36%

Veit ekki 2%

47. MJÖG ORKUMIKILL

Já 76%

Nei 25%

Veit ekki 6%

48. SÓUN AUK FJÁRHÆTTUSPILS

Já 72%

Nei 25%

Veit ekki 3%

78. ÁVANAR

Reykingar 52%

Drykkja 34%

Ofát/þungi 56%

Umframeyðsla 58%

Svefnleysi 14%

IV. BERNSKU- OG FJÖLSKYLDUSAGA

57. 2 ÁR FRÁ FORELDRUM Í ÆSKU

Já 8%

Nei 82%

58. MISSIR FORELDRIS FYRIR 15 ÁRA ALDUR

Já 13%

Nei 87%

62. BARINN Í ÆSKU

Já 13%

Nei 87%

63/64 ANDFÉLAGSLEG EINKENNI SEM BARN/UNGLINGUR

Já 5%

Nei 95%

67. SJÁLFSVÍG NÁINNA ÆTTINGJA

Já	4%
Nei	96%

68. FORELDRI ALKÓHÓLISTI

Já	18%
Nei	82%

SPILAFÍKILL

Já	14%
Nei	86%

GEÐVEIKI

Já	4%
Nei	96%

V. SAGA FJÁRHÆTTUSPILS

16. ALDUR VIÐ FYRSTA FJÁRHÆTTUSPIL

Dreifisvið - 4-40

Meðaltal - 14

17. ALDUR VIÐ FYRSTA TAP EÐA GRÓÐA

Dreifisvið - 7-40

Meðaltal - 17

37. SJÁLFSMYNDARBÆTANDI

Já	94%
Nei	6%

41. GRÓÐI = ÁRSLAUN

Já	44%
Nei	56%

42. GRÓÐI \$5000

Já	50%
Nei	50%

52. LÍKA ALKÓHÓLISTI

Já	8%
Nei	92%

53. LÍKA HÁÐUR FÍKNIEFNUM

Já	2%
Nei	98%

55. ÞRÁIR ENN FJÁRHÆTTUSPIL

Já	60%
Nei	40%

60. ERFITT AÐ JÁTA AÐ ÞÚ VÆRIR SPILAFÍKILL

Já	72%
Nei	28%

61. FANNST ÞÚ VERA STÓRLAX

Já	92%
Nei	4%
Veit ekki	4%

70. FÆRI Á FJÁRHÆTTUSPILI INNAN KLUKKUSTUNDAR

Já	98%
Nei	2%

71. ER FÆRI Á FJÁRHÆTTUSPILI INNAN KLUKKUSTUNDAR
NÚNA

Já	100%
Nei	0%

72. KJÖRTEGUND FJÁRHÆTTUSPILS

Veðreiðar	21%
Veðreiðar m/vagni	16%
Íþróttagetraunir	21%
Spil	24%
Teningar	15%

Hundaveðhlaup	3%
Spilakassar	1%
Bingó	0%
Annað	2%

73. HEFÐI KOSIÐ SPILAVÍTI

Já	60%
Nei	28%
Veit ekki	12%

VI. VANDAMÁL TENGD FJÁRHÆTTUSPILI

40. MISSTI STARF EÐA FYRIRTÆKI

Já	60%
Nei	40%

43. BJARGAÐ ÚR KRÖGGUM

Já	90%
Nei	10%

44. HANDTEKINN

Já	21%
Nei	79%

45. FANGELISISVIST

Já	9%
Nei	91%

46. OLLI ALVARLEGUM FJÖLSKYLDUVANDRÆÐUM

Já	98%
Nei	2%

49. ÁTTI EKKI FYRIR NAUÐSYNJUM

Já	70%
Nei	30%

50. ÓLÖGLEG LÁN

Já	50%
Nei	50%

51. VANSKIL Á SKULDUM

Já	66%
Nei	34%

56. MONTAÐ AF GRÓÐA Í TAPI

Já	75%
Nei	25%

66. SJÁLFSVÍGSTILRAUN

Já	18%
Nei	82%

69. GJALDÞROT

Já	21%
Nei	79%

VII. FRAMFÖR EFTIR INNGÖNGU Í GA

79. HOLL ÁHUGAMÁL

Já	82%
Nei	10%
Veit ekki	8%

JÁ

80. EIGIÐ ÚTLIT	92%
81. FJÁRMÁLASTJÓRN	98%
82. FRAMFÆRSLA	99%
83. BORGGA REIKNINGA	96%
84. NÝIR VINIR	94%
85. MEIRA MEÐ FJÖLSKYLDU	96%
86. FORÐAST AÐ ERGJA FÓLKK	90%
87. GÓÐ SKIPULAGNING	84%
88. STARFI HALDIÐ	93%

89. AUKIÐ UMBURÐARLYNDI	93%
90. EKKERT FJÁRHÆTTUSPIL	96%
91. SKÝR HUGSUN	99%
92. VANDAMÁL LEYST	96%
93. SJÁLFSVIRÐING	97%
94. TEKIÐ Á KVÍÐA	92%
95. TEKIÐ Á ÞUNGLYNDI	87%
96. TEKIÐ Á REIÐI	87%
97. ÖÐRUM HJÁLPAÐ	98%
98. MEIRI HEIÐARLEIKI	97%
99. ÁST VEITT	97%
100. ÁBYRGÐ	99%
101. SKAÐABÆTUR	98%
102. ANNAÐ	
103. ALMENN FRAMFÖR	
Slæm	0%
Sæmileg	26%
Góð	74%

Viðbætur III

RANNSÓKN DR. JULIANS I. TABERS

Spurningar og svör

SPURNINGALISTI UM SPILAFÍKN OG SVÖR HÓPANNA Í PRÓSENTUM

1. Líklegast er að rekja megi spilafíkn eða óhóflegt fjárhættuspil til djúpstæðra vandamála í tilfinningalífi eða persónuleika.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	82%	11%	7%
Meðferðarsérfræðingar	66%	10%	24%
Sálfræðingar	77%	19%	4%
Geðlæknar	91%	9%	0%

2. Meðferðin á að beinast að spilafíkn sem aðalvandamálinu þegar ekkert bendir til að eitthvað sé að á öðrum sviðum nema vegna fjárhættuspils.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	82%	16%	2%
Meðferðarsérfræðingar	76%	10%	14%
Sálfræðingar	88%	8%	4%
Geðlæknar	75%	19%	6%

3. Ég tel rétt að líta á spilafíkn sem sjúkdóm eða truflun.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	96%	0%	4%

Meðferðarsérfræðingar	90%	3%	7%
Sálfræðingar	62%	31%	7%
Geðlæknar	75%	6%	19%

4. Spilafíkn eða venjubundið fjárhættuspil er ávani, sem stafar af langri reynslu, og það ber ekki að líta á hana sem sjúkdóm eða truflun.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	7%	84%	9%
Meðferðarsérfræðingar	7%	83%	10%
Sálfræðingar	31%	65%	4%
Geðlæknar	13%	75%	12%

5. Þegar spilafíknin er eitt sinn vöknud heldur hún áfram vegna ómótstæðilegrar löngunar í fjárhættuspil sem gerir skynsamlegar ákvarðanir erfiðar eða ómögulegar.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	96%	2%	2%
Meðferðarsérfræðingar	100%	0%	0%
Sálfræðingar	77%	8%	15%
Geðlæknar	91%	3%	6%

6. Spilafíkn er sennilega fíkn svipaðs eðliðs og aðrar fíknir, svo sem í eiturlyf og áfengi.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	91%	4%	5%
Meðferðarsérfræðingar	83%	7%	10%
Sálfræðingar	88%	4%	8%
Geðlæknar	63%	19%	18%

7. Sálræn „víma“ eða breytt hugarástand sem tengist því að taka áhættu er sennilega það sem flestir fjárhættuspilarar sækja í.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	73%	11%	16%

Meðferðarsérfræðingar	83%	3%	14%
Sálfræðingar	50%	8%	42%
Geðlæknar	59%	16%	25%

8. Spilafíkn er sennilega afleiðing einhvers brests í skapgerð eða persónuleika sem var til staðar áður en fjárhættuspilið hófst.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	73%	18%	9%
Meðferðarsérfræðingar	62%	28%	10%
Sálfræðingar	42%	27%	31%
Geðlæknar	84%	3%	13%

9. Spilafíklar eiga venjulega við mörg önnur alvarleg vandamál að stríða sem stafa af skapgerðartruflun fremur en sjúkdómi eða fíkn.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	34%	43%	23%
Meðferðarsérfræðingar	24%	48%	28%
Sálfræðingar	35%	38%	27%
Geðlæknar	31%	25%	44%

10. Á tímabilum þegar fjárhættuspil er mikið stundað kemur fram greinileg breyting frá venjulegu lundarfari og persónuleika spilafíkilsins.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	93%	7%	0%
Meðferðarsérfræðingar	97%	3%	0%
Sálfræðingar	46%	15%	39%
Geðlæknar	47%	13%	40%

11. Sjálfsrefsing er helsta tilefni flestra spilafíkla.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	32%	46%	22%
Meðferðarsérfræðingar	10%	62%	28%
Sálfræðingar	8%	54%	38%

Geðlæknar	9%	41%	50%
-----------	----	-----	-----

12. Ég trúi ekki að spilafíkn sé til.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	0%	98%	2%
Meðferðarsérfræðingar	0%	97%	3%
Sálfræðingar	0%	100%	0%
Geðlæknar	3%	88%	9%

13. Fjöldi spilafíkla fer sennilega eftir aðgengi að fjárhættuspili í samfélaginu.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	50%	41%	9%
Meðferðarsérfræðingar	59%	24%	17%
Sálfræðingar	23%	42%	35%
Geðlæknar	25%	66%	9%

14. Flestir spilafíklar eru sennilega tilfinningalega vanþroskaðir.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	82%	16%	2%
Meðferðarsérfræðingar	76%	7%	17%
Sálfræðingar	65%	19%	16%
Geðlæknar	66%	19%	15%

15. Spilafíkill er ekki líklegur til að hafa haft varanleg tengsl við fjölskyldu, starf eða samfélag.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	41%	57%	2%
Meðferðarsérfræðingar	21%	66%	13%
Sálfræðingar	15%	62%	23%
Geðlæknar	6%	69%	25%

16. Spilafíkill er ekki líklegri til að vera með aðrar fíknir en hver annar.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	30%	64%	6%
Meðferðarsérfræðingar	14%	72%	14%
Sálfræðingar	38%	38%	24%
Geðlæknar	22%	28%	50%

17. Peningar eru helsta tilefni flestra spilafíkla.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	20%	73%	7%
Meðferðarsérfræðingar	3%	90%	7%
Sálfræðingar	8%	65%	27%
Geðlæknar	0%	72%	28%

Í næsta hluta er beðið um skoðanir á meðferð.

18. Við meðferð spilafíkla er mjög lítil von um marktæka framför án tillits til þess hvaða aðferð er notuð.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	11%	84%	5%
Meðferðarsérfræðingar	0%	83%	17%
Sálfræðingar	0%	81%	19%
Geðlæknar	3%	81%	16%

19. Við meðferð spilafíkla ber ávallt að taka hópmeðferð fram yfir einstaklingsmeðferð þegar þess er kostur.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	91%	4%	5%
Meðferðarsérfræðingar	55%	31%	14%
Sálfræðingar	50%	27%	23%
Geðlæknar	47%	9%	44%

20. Við meðferð spilafíkla ber að leggja mikla áherslu á þróun aga og sjálfsstjórnar.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	75%	18%	7%
Meðferðarsérfræðingar	72%	10%	18%
Sálfræðingar	73%	27%	0%
Geðlæknar	44%	22%	34%

21. Við meðferð spilafíkla ber að leggja mikla áherslu á að öðlast innsýn í orsakir spilafíknar.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	23%	64%	13%
Meðferðarsérfræðingar	38%	55%	7%
Sálfræðingar	42%	42%	16%
Geðlæknar	41%	31%	28%

22. Við meðferð spilafíkla ber að leggja mikla áherslu á að finna leiðir til að hætta fjárhættuspili og standast löngun í fjárhættuspil.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	84%	4%	12%
Meðferðarsérfræðingar	97%	0%	3%
Sálfræðingar	88%	8%	4%
Geðlæknar	78%	13%	9%

23. Spilafíklar eru óvenju oft með streitutengda kvilla, svo sem of háan blóðþrýsting, magasár og slíkt.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	66%	25%	9%
Meðferðarsérfræðingar	66%	10%	24%
Sálfræðingar	15%	23%	62%
Geðlæknar	34%	3%	63%

24. Stutt sjúkrahúsvist (3-6 vikur) og hjálp fagmanna er æskileg fyrir spilafíkla sem vilja í alvöru hætta fjárhættuspili.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	43%	34%	23%
Meðferðarsérfræðingar	55%	17%	28%
Sálfræðingar	38%	38%	24%
Geðlæknar	44%	19%	37%

25. Fagleg hjálp í einhverri mynd er nauðsynleg ef spilafíklar eiga að forðast fjárhættuspil til lengdar.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	36%	52%	12%
Meðferðarsérfræðingar	52%	34%	14%
Sálfræðingar	88%	4%	8%
Geðlæknar	72%	9%	19%

26. Fagmenn, svo sem sálfræðingar geðlæknar og félagsráðgjafar, hafa mjög lítið að bjóða spilafíklum varðandi spilafíklarvandann.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	54%	34%	12%
Meðferðarsérfræðingar	21%	62%	17%
Sálfræðingar	15%	65%	20%
Geðlæknar	13%	59%	28%

27. Samtök á borð við GA (álíka og AA) eru öll sú hjálp sem spilafíklar þurfa.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	30%	50%	20%
Meðferðarsérfræðingar	3%	86%	11%
Sálfræðingar	8%	73%	19%
Geðlæknar	16%	53%	31%

28. Samvinna fagmanna og sjálfshjálparhópa er besta fyrirkomulagið til að hjálpa spilafíklum.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	73%	18%	9%
Meðferðarsérfræðingar	100%	0%	0%
Sálfræðingar	92%	0%	8%
Geðlæknar	91%	3%	6%

29. Aðeins þeir sem sjálfir hafa þjáðst af spilafíkn geta í raun skilið spilafíkilinn.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	73%	27%	0%
Meðferðarsérfræðingar	3%	93%	4%
Sálfræðingar	4%	85%	11%
Geðlæknar	6%	72%	22%

30. Ef menn hafa efni á því er fagleg sálækning betri en GA og önnur sjálfshjálparsamtök og þá ætti að beita henni í stað slíkra hópa.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	4%	86%	10%
Meðferðarsérfræðingar	3%	93%	4%
Sálfræðingar	15%	58%	27%
Geðlæknar	16%	50%	34%

31. Fagmenn sem hafa spilafíkla í meðferð ættu að hafa mjög góða þekkingu á starfi hópa á borð við GA.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	100%	0%	0%
Meðferðarsérfræðingar	100%	0%	0%
Sálfræðingar	85%	4%	11%
Geðlæknar	91%	0%	9%

32. Að kenna nokkrar einfaldar sjálfstjórnaraðferðir ætti að hjálpa spilafíklum til að hætta fjárhættuspili.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	9%	82%	9%
Meðferðarsérfræðingar	7%	90%	3%
Sálfræðingar	8%	69%	23%
Geðlæknar	0%	91%	9%

33. Æskilegt er að losa spilafíkilinn við allar fjárhagsáhyggjur með langtímaláni eða gjaldþroti svo hann geti einbeitt sér að því að ná stjórn á spilafíkninni.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	11%	82%	7%
Meðferðarsérfræðingar	10%	76%	14%
Sálfræðingar	12%	62%	26%
Geðlæknar	16%	47%	37%

34. Atferlismótunaraðferðir þar sem umbun er veitt fyrir góða hegðun og refsað fyrir slæma eiga vel við í meðferð spilafíkla.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	9%	59%	32%
Meðferðarsérfræðingar	38%	38%	24%
Sálfræðingar	69%	8%	23%
Geðlæknar	41%	19%	40%

35. Vel menntaðir fagmenn í geðheilbrigðisgeiranum þurfa mjög litla sérþjálfun til að veita spilafíklum meðferð.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	11%	70%	19%
Meðferðarsérfræðingar	7%	83%	10%
Sálfræðingar	8%	77%	15%
Geðlæknar	3%	81%	16%

Í næsta hluta er beðið um álit á markmiðum meðferðar.

36. Ég tel að hvetja eigi til góðrar hegðunar, svo sem mikillar vinnu, sem komi í staðinn fyrir fjárhættuspil.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	50%	36%	14%
Meðferðarsérfræðingar	62%	17%	21%
Sálfræðingar	31%	46%	23%
Geðlæknar	28%	34%	38%

37. Að byggja upp lífsstíl með minni spennu og temja sér æðruleysi er afar mikilvægt fyrir spilafíkla.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	96%	2%	2%
Meðferðarsérfræðingar	62%	17%	21%
Sálfræðingar	50%	19%	31%
Geðlæknar	34%	16%	50%

38. Meginmarkmið meðferðar spilafíkla ætti að vera algjört bindindi á allar tegundir fjárhættuspils.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	91%	7%	2%
Meðferðarsérfræðingar	93%	3%	3%
Sálfræðingar	62%	23%	15%
Geðlæknar	78%	13%	9%

39. Sumar tegundir minni háttar fjárhættuspils kunna að vera í lagi fyrir spilafíkil sem er hættur fjárhættuspili.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	7%	82%	11%
Meðferðarsérfræðingar	3%	90%	7%
Sálfræðingar	15%	58%	27%

Geðlæknar	6%	69%	25%
-----------	----	-----	-----

40. Mikilvægt markmið í meðferð spilafíkla ætti að vera fullkominn skilningur á lögmálum líkindareiknings.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	25%	66%	9%
Meðferðarsérfræðingar	7%	79%	14%
Sálfræðingar	4%	54%	42%
Geðlæknar	6%	72%	22%

41. Fagmaður sem sinnir meðferð spilafíkla ætti að hvetja til ævilangs starfs í hópi á borð við GA.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	82%	9%	9%
Meðferðarsérfræðingar	66%	24%	10%
Sálfræðingar	50%	19%	31%
Geðlæknar	62%	9%	29%

Í næsta hluta er beðið um álit á félagslegri stefnu varðandi fjárhættuspil.

42. „Ósakhæfur vegna tímabundinnar geðveiki“ væri viðeigandi málsvörn fyrir spilafíkil sem sakaður er um þjófnað til að fá fé til að leggja undir.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	54%	34%	12%
Meðferðarsérfræðingar	31%	59%	10%
Sálfræðingar	4%	88%	8%
Geðlæknar	3%	88%	9%

43. Fagmenn sem sinna spilafíklum ættu ekki að nota „spilafíkn“ sem afsökun fyrir misgjörðum skjólstaðinga sinna.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	41%	48%	11%

Meðferðarsérfræðingar	72%	21%	7%
Sálfræðingar	85%	12%	3%
Geðlæknar	94%	3%	3%

44. Þegar spilafíkill hefur játað afbrot vegna spilafíknar ættu þeir sem hjálpa honum að hvetja til þess að hann greiði fórnarlambinu fullar skaðabætur.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	93%	0%	7%
Meðferðarsérfræðingar	93%	3%	3%
Sálfræðingar	81%	0%	19%
Geðlæknar	84%	0%	16%

45. Þar sem fjárhættuspil er löglegt ætti það aðeins að vera á vegum einkafyrirtækja.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	14%	39%	47%
Meðferðarsérfræðingar	7%	59%	34%
Sálfræðingar	4%	42%	54%
Geðlæknar	0%	34%	66%

46. Þar sem fjárhættuspil er löglegt ætti það að vera á vegum góðgerðarfélaganna, skóla, kirkju, ríkis og/eða einkafyrirtækja.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	25%	16%	59%
Meðferðarsérfræðingar	41%	21%	38%
Sálfræðingar	12%	27%	61%
Geðlæknar	28%	13%	59%

47. Rekstrartekjur af fjárhættuspili ættu aldrei að renna til einkaaðila.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	43%	9%	48%
Meðferðarsérfræðingar	31%	34%	35%
Sálfræðingar	31%	31%	38%

Geðlæknar	19%	19%	62%
-----------	-----	-----	-----

48. Lögleyft fjárhættuspil er meinlaust fyrir mestallan almenning.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	36%	41%	23%
Meðferðarsérfræðingar	59%	31%	10%
Sálfræðingar	65%	23%	12%
Geðlæknar	62%	16%	22%

49. Nákvæmt eftirlit ætti að vera með lögleyfðu fjárhættuspili til að draga úr líkum á fólk ánetjist fíkn.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	66%	7%	27%
Meðferðarsérfræðingar	59%	14%	27%
Sálfræðingar	42%	31%	27%
Geðlæknar	19%	53%	28%

50. Samfélagið ætti ekki að hafa áhyggjur af því hvað verður um spilafíkla.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	2%	93%	5%
Meðferðarsérfræðingar	10%	90%	0%
Sálfræðingar	4%	88%	8%
Geðlæknar	6%	88%	6%

51. Ég styð ekki að fjárhættuspil af nokkru tagi sé lögheimilað.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	36%	20%	44%
Meðferðarsérfræðingar	21%	66%	13%
Sálfræðingar	19%	54%	27%
Geðlæknar	0%	97%	3%

52. Æskilegt væri að menn þyrftu leyfi til fjárhættuspils þannig að aðeins þeir sem sýna ábyrgð og forsjálni geti spilað fjárhættuspil.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	11%	48%	41%
Meðferðarsérfræðingar	10%	76%	14%
Sálfræðingar	0%	69%	31%
Geðlæknar	3%	69%	28%

53. Fólki innan við tvítugt ætti aldrei að leyfast að taka þátt í fjárhættuspili.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	46%	25%	29%
Meðferðarsérfræðingar	38%	45%	17%
Sálfræðingar	23%	54%	23%
Geðlæknar	16%	59%	25%

54. Félög fagfólks á borð við geðlækna, sálfræðinga og félagsráðgjafa ætti að lýsa opinberlega yfir afstöðu sinni til lögheimilaðs fjárhættuspils.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	66%	9%	25%
Meðferðarsérfræðingar	55%	41%	4%
Sálfræðingar	42%	19%	39%
Geðlæknar	38%	41%	21%

55. Ég tel æskilegt að ríkið afli fjár með fjárhættuspili svo við borgum lægri skatta.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	25%	46%	29%
Meðferðarsérfræðingar	17%	66%	17%
Sálfræðingar	27%	38%	35%
Geðlæknar	41%	22%	37%

56. Almannatryggingar ættu að greiða fyrir meðferð spilafikla hjá fagmönnum.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
--	---------	----------	--------------

Félagar í GA	77%	0%	23%
Meðferðarsérfræðingar	90%	3%	7%
Sálfræðingar	85%	12%	3%
Geðlæknar	84%	9%	7%

57. Ríkisvaldið ætti ekki að taka afstöðu til fjárhættuspils, allar tegundir fjárhættuspils ættu að vera lögheimilaðar.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	9%	54%	37%
Meðferðarsérfræðingar	7%	76%	17%
Sálfræðingar	0%	77%	23%
Geðlæknar	16%	50%	34%

58. Ekki er líklegt að spilafíkn verði meira vandamál þótt fleiri fylki lögheimili fjárhættuspil því það er manngerðin, ekki aðgengi að fjárhættuspili, sem er rót vandans.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	23%	64%	13%
Meðferðarsérfræðingar	10%	90%	0%
Sálfræðingar	50%	31%	19%
Geðlæknar	53%	31%	16%

59. Við allar tegundir fjárhættuspils og alls staðar þar sem fjárhættuspil fer fram ætti að koma fram greinileg aðvörun um að fjárhættuspil geti haft skaðleg áhrif á andlega heilsu fólks.

	Sammála	Ósammála	Engin skoðun
Félagar í GA	75%	7%	18%
Meðferðarsérfræðingar	69%	21%	10%
Sálfræðingar	46%	38%	16%
Geðlæknar	31%	47%	22%

Viðbætur IV

RANNSÓKN DR. DURANDS F. JACOBS

Niðurstöður

ÞÆTTIR SEM TALDIR ERU VALDA TILHNEIGINGU TIL SPILAFÍKNAR

Lýsing úrtakshóps

Annar hópurinn, 58 manns, bauðst til að taka þátt í könnuninni á Alþjóðamóti spilafíkla í Palm Springs í Kaliforníu 1981. Hinn hópurinn, 25 manns, svaraði spurningunum á þingi spilafíkla í Anaheim í Kaliforníu 1982. Enginn marktækur munur reyndist vera á persónulegum upplýsingum og almennri forsögu hópanna og þeir voru því sameinaðir í einn 83ja manna úrtakshóp.

Hafa ber hugfast að þessar niðurstöður eru mjög langt frá því að vera endanlegar. Ekki má gera ráð fyrir að þær lýsi spilafíklum almennt og ekki einu sinni GA-félögum í Bandaríkjunum. Þær eru birtar til að auka aðeins á þær litlu upplýsingar sem til eru um spilafíkla og í von um að þær hvetji til frekari kerfisbundinna rannsókna.

Persónuupplýsingar

- Í úrtakshópnum var 71 karl og tólf konur.
- Meðalaldur var 48 ár (dreifisvið 28-72).
- Meðalmenntunarstig var eitt ár fram yfir framhaldsskóla (þ.e. eitt ár í háskóla).

- Aðeins 7% voru atvinnulaus. Af hinum voru 74% í fullu starfi, 7% í hlutastarfi og 11% ellilífeyrisþegar.
- 80% voru gift og bjuggu með maka þegar könnunin var gerð; 18% voru skilin eða skilin að borði og sæng og aðeins 2% voru einhleyp.
- 52% höfðu verið í herþjónustu.
- Trúflokkatengsl voru 18% kaþólskir; 34% mótmælendur; 41% gyðingar og 7% annað. Hlutfall gyðinga er mun hærra en vænta mætti miðað við bandaríska manntalið 1980 þar sem gyðingar eru taldir vera innan við 3% landsmanna, kaþólskir 23% og mótmælendur 32%.
- Kynþátta og þjóðernisuppruni var margvíslegur og menn röktu ættir til ýmissa Evrópuþjóða. Mjög áberandi var afar lítið hlutfall þeldökkra (2%) miðað við að þeir eru 11-12% landsmanna. Menn frá Asíu og Kyrrahafseyjum og af Arabaættum voru alls um 2% sem er í samræmi við að þeir eru um 1-2% landsmanna. Menn af rómönskum ættum voru 3% en þeir eru um 6% landsmanna.
- Meðalaldur þegar fjárhættuspil hófst var 18 ár og dreifisviðið 6 til 43 ár. Að meðaltali hafði fólkið í úrtakshópnum stundað fjárhættuspil í 21 ár.

Almenn forsaga

Spurningar um fjölskyldu sögu leiddu í ljós eftirfarandi:

- 25% sögðu frá spilafíkn í fjölskyldunni.
- 27% sögðu frá alkóhólisma í fjölskyldunni (hlutfallslega fátítt var að spilafíkn og alkóhólismi kæmy fyrir í sömu fjölskyldu).
- 12% misstu foreldri fyrir 15 ára aldur.
- 13% höfðu gert tilraun til sjálfsvígs. (Þetta er afar há tala miðað við þjóðina í heild.)
- 16% höfðu verið í fangelsi 30 daga eða lengur.
- 5% áttu ákæru yfir höfði sér þegar könnunin var gerð.
- Undanfarin þrjú ár höfðu menn að meltali fengið eina umferðarsekt en dreifisviðið var 0-8.

Lífsgæði

Menn voru beðnir að meta hvort núverandi aðstæður þeirra væru betri, álíka eða verri en annarra á sama aldri. Í heild taldi þessi hópur GA-félaga sig lífa mun betra lífi en annað fólk á sama aldri. Sérstaklega:

- 51% töldu heilsufar sitt betra en 11% töldu það verra. 25% voru undir læknishendi.
- 59% voru hamingjusamari en 7% töldu sig vera óhamingjusamari en aðrir á sama aldri.
- 19% sögðust oft hafa áhyggjur af framtíðinni en 41% sjaldan eða aldrei.
- 54% töldu sig sofa betur en 14% verr en aðrir á sama aldri.
- 61% töldu að þeim gengi betur í starfi en flestum öðrum Aðeins einn taldi sig hafa verra starf en flestir aðrir.
- Spurt var: „Hvernig semur þér almennt við fólk?“ 72% svöruðu „betur en flestum öðrum“ og aðeins einn „verr en flestum öðrum.“
- 60% töldu að þeim semdi betur en flestum við þann sem stæði þeim næst en 12% verr.
- 77% sögðust hafa betri matarlyst en flestir aðrir. Aðein einn kvartaði um að hafa minni matarlyst en flestir aðrir.
- 65% sögðust vera of þungir. Spurt var hvenær menn hefðu verið þyngstir á fullorðinsárum; 43% sögðu að það hefði verið *eftir* að þeir hættu að spila fjárhættuspil, 39% *á meðan* þeir spiluðu fjárhættuspil og 14% *áður* en þeir byrjuðu að spila fjárhættuspil.
- Þegar spurt var um afstöðu til peninga sögðust 69% vera gjöfuleir, svo sem „örlátur“, „eyðslukló“, „kærulaus“, en hinir sögðust vera fastheldnir á fé, svo sem „aðsjáll“, „nískur“, „sparsamur.“

Fíkniefnanotkun

Spurt var allmargra spurninga um notkun tóbaks, áfengis, fíkniefna og lyfja sem fást gegn lyfseðli.

A. Tóbaksnotkun:

- 48% reyktu alls ekki sígarettur; 9% reyktu innan við pakka á dag, 34% reyktu 1-2 pakka á dag og 9% reyktu meira en 2 pakka á dag.

- 35% reyktu hvorki vindla né pípu; 50% sögðust gera það einstaka sinnum og 10% í óhófi.
- Aðeins einn sagðist nota neftóbak eða munntóbak.
- 78% sögðu að tóbaksneyslan hefði verið mest *meðan* þeir spiluðu fjárhættuspil. 10% sögðu að hún hefði verið mest fyrir þann tíma en 12% eftir að þeir hættu að spila fjárhættuspil.

B. Áfengisnotkun:

- 90% sögðust ávallt hafa neytt áfengis „lítilllega“, jafnt fyrir og eftir og á meðan þeir spiluðu fjárhættuspil.
- 20% gáfu upp „hóflega“ til „mikla“ áfengisneyslu á árunum *áður* en fjárhættuspilið hófst. Hófleg til mikil áfengisneysla var mest eða 42% af úrtakshópnum *meðan* fjárhættuspilið stóð yfir en lækkaði í 34% *eftir* að því lauk. Þessi tilhneiging var einkum áberandi hjá þeim sem drukku „mikið“; 2% *fyrir*, 15% *á meðan* og 4% *eftir* að fjárhættuspili lauk.

C. Önnur fíkniefnanotkun:

Aðeins lítill minnihluti úrtakshópsins sagðist hafa neytt annarra geðbreytingalyfja en áfengis. Notkun slíkra lyfja var almennt „lítill“ bæði fyrir og eftir fjárhættuspilsskeiðið. Innan við 3% sögðust hafa notað þau „hóflega“ eða „mikið.“ Hófleg eða mikil annarra fíkniefna en áfengis tvöfaldaðist þó á fjárhættuspilsárunum miðað við árin á undan. Eftir að fjárhættuspili lauk minnkaði hófleg og mikil notkun strax niður í helming þess sem hún var árin á undan því. Algengast var að neytt væri örvandi lyfja og það var næstum tvisvar sinnum algengara en að neytt væri róandi lyfja. Þessi munur var einkum áberandi á fjárhættuspilsskeiðinu.

Bernska og unglingsár

Svör við spurningum um bernsku og unglingsár reyndust almennt styðja kenninguna (sem sagt er frá í sjöunda kafla bókarinnar).

- Heldur fleiri (30%) spilafíklar en almennt gerist töldu að þeir hefðu átt „hamingjusnaðari“ fremur en „hamingjuríkari“ æsku en aðrir. Hinir töldu að ekki væri um neinn mun að ræða.

- 55% sögðust hafa haft meiri þörf fyrir viðurkenningu og hrós en en aðrir; aðeins 15% sögðust hafa haft minni þörf fyrir slíkt.
- 46% sögðust hafa verið óruggari og með meiri minnimáttarkennd en flestir aðrir táningar; 29% sögðust hafa fundið minna til þess en aðrir.
- Spurt var: „Hver voru dæmigerð viðbrögð þín þegar fullorðinn maður, sem skipti þig miklu, hafnaði þér?“ Aðeins 7% sögðust hafa snúist gegn viðkomandi og hefnt sín og 5% sögðust hafa látið reiði sína bitna á einhverju eða einhverjum öðrum. 38% sögðust hafa gert „eitthvað til að þóknast“ manningum en flestir (50%) afneituðu annaðhvort höfnuninni með því að „láta sem mér væri sama“ eða viðbrögðin voru að „ég ímyndaði mér að ég væri í draumaheimi þar sem ég naut ástúðar og fékk hrós“.

Ríkjandi tilhneiging manna í þessum hópi til að bregðast við streitu og vonbrigðum í bernsku og á unglingsárum með blöndu af afneitun og dagdraumum kom þeim hugsanlega seinna til að sækja stöðugt aftur í aðstæður við fjárhættuspil þar sem komið var fram við þá sem „stórlaxa“ eða „snillinga“ og yfirleitt látið „eins og ég væri merkismaður!“

Kannski kom stuðningur við kenninguna best og greinilegast í ljós í svörum þessa hóps við fjórum spurningum sem var ætlað að afla gagna um hugrof (þ.e. að lifa öðru lífi) meðan á fjárhættuspili stóð. Svörum við þessum spurningum var dreift á fjögurra eða fimm stiga Likert-mælikvarða sem náði frá „aldrei“ til „oft“ eða „aldrei“ til „alltaf.“

Spurning: „Fannst þér einhvern tíma þegar þú spilaðir fjárhættuspil að þú værir orðinn annar maður?“ 85% játuðu að svo hefði verið að nokkru leyti; af þeim sögðu 18% að það hefði gerst „sjaldan“ eða „stöku sinnum“; 28% „stundum“ og 39% „alltaf.“

Spurning: „Fannst þér einhvern tíma eftir spilatúr að þú hefðir verið í leiðslu?“ 87% sögðu að svo hefði verið að nokkru leyti; 11% sjaldan; 38% stöku sinnum og 38% oft.

Spurning: „Fannst þér einhvern tíma þegar þú spilaðir fjárhættuspil að þú værir „utan við sjálfan þig“ - horfðir á sjálfan þig spila?“ 69% sögðu að svo hefði verið að nokkru leyti; 18% sjaldan; 28% stöku sinnum; 23% oft.

Spurning: „Hefurðu einhvern tíma fundið fyrir óminnisköstum þegar þú spilaðir fjárhættuspil?“ 53% sögðu að svo hefði verið að nokkru leyti; 15% sjaldan; 24% stöku sinnum; 14% oft.

Vísindalegar skýrslur greina frá því að slík hugrofsviðbrögð séu algeng hjá alkóhólistum og fíkniefnaneytendum en þetta er í fyrsta sinn sem slíkt

hefur verið staðfest kerfisbundið hjá úrtakshópi spilafíkla. Telja mætti líklegt að eiturefni valdi hugrofsviðbrögðum áfengissjúklinga og fíkniefnaneytenda. Slík skýring nægir þó ekki fyrir afar tíð og greinileg hugrofsviðbrögð í þessum úrtakshópi spilafíkla. Aðeins 11% notuðu yfirleitt fíkniefni á fjárhættuspilskeiðinu og aðeins 4% hóflega eða mikla neyslu á því æviskeiði. 42% sögðust hafa neytt áfengis hóflega eða mikið á fjárhættuspilsárunum.

Í könnuninni var ekki spurt hvort áfengis eða fíkniefna hefði verið neytt beinlínis meðan verið var að spila fjárhættuspil. Niðurstöðurnar benda til að neysla fíkniefna og/eða áfengis ein og sér geti ekki skýrt afar tíð hugrofsviðbrögð hjá þessum hópi við fjárhættuspil. Frekari rannsókna er þörf til að fá skýrari svör um líkamlega og sálræna þætti hugrofsviðbragða í tengslum við mismunandi fíknir.

Hugsanir um fjárhættuspilsárin

Reynt var að kanna hvaða hugarástand hafi helst ríkt í hópnum áður en fjárhættuspil hófst, meðan það skeið stóð efir og eftir að því lauk. Fáir minnstust varanlegs, sérkennilegs hugarástands áður en fjárhættuspil hófst, aðeins 4% sögðust hafa verið mjög „taugaspenntir“ og 10% að þeir hefðu verið „tilfinningalega dauðir.“ Á fjárhættuspilsárunum meira en fimmfaldaðist hlutfall þeirra sem voru „taugaspenntir“ í 22% en hlutfall þeirra sem voru „tilfinningalega dauðir“ tvöfaldaðist miðað við árin á undan. Efir að fjárhættuspili lauk fann eiginlega enginn fyrir varanlegu, sérkennilegu hugarástandi.

Þegar rifjað var upp hvernig þeim hefði liðið þegar þeir spiluðu fyrst fjárhættuspil sögðu 12% að þeir hefðu verið hræddir og taugaspenntir en 46% fann það mjög skemmtileg og spennandi reynsla. Eftir eins til tveggja ára fjárhættuspil fundu aðeins 6% fyrir ótta en 59% fannst það afar spennandi. Þegar þeir hættu að spila fjárhættuspil fannst aðeins 14% það enn afar spennandi en 50% sögðu að það ylli þeim miklum ótta og taugaspennu.

Í svörum við tengdum spurningum sögðu 54% hópsins að frá því þeir byrjuðu að spila fjárhættuspil og þangað til skömmu áður en þeir hættu því hafi spennunautnin sem fylgdi fjárhættuspilinu sífellt farið vaxandi. 40% þeirra sögðu að nautnin hefði aukist að tilteknu marki og síðan minnkað. Önnur 31% sögðu að nautnin hefði stöðugt minnkað. Um sama tímaskeið

sögðu 57% að þeim hefði sífellt liðið verr þegar þeir voru ekki að spila fjárhættuspil og 21% sögðu að þeim hefði sífellt liðið betur.

GA-félagarnir veltu fyrir sé hvaða markmiðum þeir hefðu fylgt á fjárhættuspilsárunum og töldu þrjú þeirra mikilvægust og í þessari röð:

1. Að flýja tilfinningalega spennu (þ.e. óánægju með sjálfa sig) og tilbreytingarlaust líf.
2. Að finna örvun.
3. Að finna slökun.

Yfirgnæfandi meirhluti taldi að „spennan í leiknum“ hafi verið sá einstaki þáttur sem olli mestu um að þeir héldu sig við fjárhættuspilið og síðan eftirfarandi þættir í þessari röð: „löngun til að græða fé í skyndi,“ „ég gat ekki hætt,“ „löngun til að flýja tilbreytingarlaust líf“ og „löngun til að veita fjölskyldu og vinum lífsgæði“

Bati

Þrjár helstu ástæður sem urðu til þess að menn játuðu fyrir sjálfum sér að fjárhættuspil þeirra væri stjórnlaust voru:

1. „þegar hjónabandið var í hættu vegna fjárhættuspils“
2. „þegar ég hélt stöðugt áfram að spila mikið“
3. „þegar ég stal til að kosta fjárhættuspilið“

Áhrifavaldar sem héldu mönnum í bindindi voru taldir í þessari röð:

1. Batastefna GA-samtakanna
2. Ótti við að falla aftur í sama farið
3. Ættingi náins vinar
4. Eigin viljastyrkur
5. Trú á Guð

Þegar spurt var „hvað veitir þér mesta ánægju núna“ voru algengustu svörin:

1. Fjölskylda og vinir
2. GA-samtökin
3. Vinnan
4. Sálarfriður og sjálfsvirðing
5. Dægrastytting

Erfiðustu vandamál spilafíkla í bata voru talin:

1. að ná betra sambandi við maka eða foreldri

2. að ná betra sambandi við fjölskyldu og vini
3. að standast freistinguna að spila fjárhættuspil
4. að finna eitthvað að gera í tómstundum
5. að losna úr fjárhagskröggum
6. að halda sig við GA-stefnuna
7. að eignast nýja vini

Könnuninni lauk með þremur spurningum um viðhorf til faglegrar meðferðar:

Spurning	Já	Nei	Óákveðinn
Telur þú að sumir spilafíklar á batavegi hefðu gott af mánaðarmeðferð á sjúkrastofnun?	56%	15%	29%
Hefðir þú viljað slíka meðferð hefði hún fengist?	46%	32%	22%
Mundirðu nýta þér slíka meðferð ef hún byðist?	24%	50%	26%

SKRIFSTOFUR GA-SAMTAKANNA

Hópfundir í grendinni

GA-deildir starfa nú í 58 þjóðlöndum (samkvæmt ISO febrúar 2020).

GA hefur starfað á Íslandi óslitið frá árinu 1995.

Í dag eru 7 GA deildir á landinu (febrúar 2020).

Upplýsingar um GA-samtökin veitir:

Svæðisnefnd GA

Heimasíða: <http://www.gasamtokin.is>

Netfang: lausn@gasamtokin.is

Neyðarsími: 698-3888

Og á: <http://www.gamblersanonymous.org>

Alþjóða-þjónustuskrifstofan

Í hjarta samtakanna er Alþjóða-þjónustuskrifstofan, International Service Office eða ISO. Hún er kostuð með framlögum GA-hópa og sér um bréfaskipti og ýmis stjórnunarmál. Hún gefur einnig út mánaðarritið „Life Line“ sem flytur félögum fréttir af samtökunum.

ISO gegnir mikilvægu kynningarhlutverki með því að veita upplýsingar um spilafíkn og GA-samtökin. Skrifstofan býður einnig upp á kynningarefni handa hópum sem verið er að stofna. Auk þess gefur ISO út ýmsar kvikmyndir, bækur og bæklinga.