

Marek Dziewiecki

Rola kościoła w wychowywaniu do wolności w kontekście integralnego spojrzenia na profilaktykę i terapię uzależnień

Studia nad Rodziną 2/2 (3), 111-122

1998

Artykuł został zdigitalizowany i opracowany do udostępnienia w internecie przez Muzeum Historii Polski w ramach prac podejmowanych na rzecz zapewnienia otwartego, powszechnego i trwałego dostępu do polskiego dorobku naukowego i kulturalnego. Artykuł jest umieszczony w kolekcji cyfrowej bazhum.muzhp.pl, gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach dozwolonego użytku.

ks. MAREK DZIEWIECKI

ROLA KOŚCIOŁA W WYCHOWANIU DO WOLNOŚCI W KONTEKŚCIE INTEGRALNEGO SPOJRZENIA NA PROFILAKTYKĘ I TERAPIĘ UZALEŻNIEŃ

1. Uzależnienia: definicja podstawowych pojęć

Znalezienie skutecznych metod terapii i profilaktyki uzależnień wymaga precyzyjnego zrozumienia tego zjawiska, a zwłaszcza jego przyczyn. Skuteczne zapobieganie i leczenie jest bowiem możliwe tylko wówczas, gdy nie ograniczamy się do eliminowania skutków sięgania po substancje uzależniające, lecz gdy likwidujemy przyczyny takich zachowań. Spróbujmy najpierw określić podstawowe pojęcia związane z uzależnieniami. Należą do nich następujące terminy: substancje uzależniające, uzależnienie, mechanizmy uzależnienia.

Substancje uzależniające to te wszystkie substancje chemiczne, których działanie zmienia sposoby myślenia oraz stany emocjonalne człowieka. Substancje tego typu wprowadzają zatem w świat złudzeń i są formą ucieczki od rzeczywistości. Ponadto nie tylko zakłócają one procesy myślenia i modyfikują stany emocjonalne, ale także powodują syndrom uzależnienia. Oznacza to, że człowiek uzależniony to człowiek żyjący w świecie iluzji i jednocześnie człowiek uzależniony od substancji, które go w ten świat iluzji wprowadzają.

Podstawową grupą substancji uzależniających są narkotyki. Narkotykiem w sensie szerokim mogą być także takie substancje, które nie są w powszechnej świadomości polskiego społeczeństwa zaliczane do tej grupy, jak np. alkohol, nikotyna, leki psychotropowe czy środki uśmierzające ból. Jeśli np. ktoś sięga po napoje alkoholowe w tak symbolicznych ilościach, że nie powodują one u niego zmian w myśleniu i w stanach emocjonalnych, to nie posługuje się on alkoholem w funkcji narkotyku. Jeśli jednak sięga on po alkohol po to, by o czymś zapomnieć, by złagodzić bolesne stany emocjonalne lub by poczuć się lepiej, to taki człowiek posługuje się alkoholem w funkcji narkotyku.

Uzależnienie to sytuacja zależności psychicznej od określonej substancji narkotycznej lub od całej grupy tego typu substancji. Alkohol i inne substancje chemiczne, które modyfikują procesy myślenia i stany emocjonalne, różnią się od klasycznych narkotyków jedynie tym, że dłużej trwa proces uzależniania

się, podczas gdy w przypadku narkotyków klasycznych można się uzależnić już po jednorazowym kontakcie z nimi. Ponadto klasyczne narkotyki (naturalne i syntetyczne) są zawsze zażywane w ich funkcji narkotycznej, podczas gdy można posługiwać się np. alkoholem czy lekami uśmierzającymi w sposób nie narkotyczny.

Uzależnienie od określonej substancji czy grupy substancji chemicznych prowadzi do powstania mechanizmów uzależnienia. Podstawowe mechanizmy to: system nałogowego regulowania uczuć za pomocą określonych substancji chemicznych, system iluzji i zaprzeczeń oraz ekstremalne skoki w sposobie przeżywania samego siebie.

System nałogowego regulowania uczuć oznacza, że dany człowiek nie dąży już do poprawy nastroju poprzez określony sposób postępowania czy poprzez dokonywanie zmian w swojej sytuacji życiowej, lecz poprzez sięganie po określoną substancję chemiczną. System iluzji i zaprzeczeń oznacza, że człowiek uzależniony oszukuje sam siebie, łudząc się, iż nie jest uzależniony i zaprzeczając najbardziej nawet bolesnym konsekwencjom sięgania po daną substancję uzależniającą. Ekstremalne skoki w przeżywaniu siebie oznaczają, że człowiek nie ma relatywnie stałego obrazu samego siebie, czyli sposobu myślenia o sobie i przeżywania siebie. Gdy znajduje się pod wpływem substancji uzależniającej, wtedy myśli o sobie i przeżywa siebie pozytywnie. Kiedy odzyskuje trzeźwość, wtedy myśli o sobie w sposób skrajnie negatywny i przeżywa bardzo bolesne stany emocjonalne, np. lęk, rozgoryczenie, wstyd. Jedynym ratunkiem wydaje mu się w takiej sytuacji ponowne sięgnięcie po substancję uzależniającą. Powyższe mechanizmy sprawiają, że uzależnienia typu alkoholizmu czy narkomanii są chorobą chroniczną i śmiertelną. Oznacza to, że nie jest możliwe samoczynne cofnięcie się takiej choroby i że nie leczona prowadzi ona do śmierci.

2. Prawidłowa diagnoza przyczyn uzależnień jako warunek skutecznej terapii i profilaktyki

Na przestrzeni ostatnich dziesięcioleci można zaobserwować bardzo symptomatyczne zmiany w patrzeniu na przyczyny uzależnień. Jeszcze nie tak dawno uważano, że sięganie po substancje uzależniające wynika ze złej woli i deprawacji albo z braku informacji na temat szkodliwości takich zachowań. Było to więc moralizatorskie patrzanie na to zjawisko. Przy takim założeniu terapia i profilaktyka uzależnień polegały na napiętnowaniu, na straszaniu bolesnymi konsekwencjami, a także na odwoływaniu się do dobrej woli i sumienia danej osoby.

Okazało się, że sprawa jest bardziej złożona, i że sama dobra wola nie wystarczy, bo w grę wchodzi tu jakaś dziwna siła i atrakcyjność substancji uzależniających. Źródła tej siły zaczęto szukać w sferze organicznej. Pojawiło się w ten sposób biologizujące patrzanie na uzależniania, czyli traktowanie tego

zjawiska jako wyniku predyspozycji, a nawet determinizmów organicznych, dziedziczonych genetycznie. Także ta interpretacja okazała się zupełnie niewystarczająca, gdyż nawet jeśli istniałyby tego typu skłonności biologiczne, to mogą one jedynie przyspieszyć proces uzależnienia, ale nie tłumaczą, dlaczego ten proces się w ogóle zaczyna, czyli dlaczego dana osoba sięga po substancje uzależniające!

Aby to zrozumieć, trzeba było zajrzeć głębiej w tajemnicę człowieka. W ten sposób dotarliśmy do psychologizującego modelu uzależnień. Model ten opiera się na trafnym i ważnym stwierdzeniu, że niezwykła wręcz atrakcyjność narkotyków czy alkoholu dla pewnych osób, nie wynika z atrakcyjności biologicznej takich substancji (są one zawsze szkodliwe dla organizmu), lecz z ich atrakcyjności emocjonalnej. Każdy człowiek pragnie być w dobrym nastroju i dąży do zapewnienia sobie dobrego samopoczucia emocjonalnego. Jeśli np. przeżywa ból czy lęk, to chciałby szybko zmienić tego typu nastrój. Nie ma jednak możliwości, by nakazać sobie przeżywanie np. radości, spokoju czy poczucia bezpieczeństwa. Człowiek nie posiada bezpośredniej władzy nad własnymi emocjami i przeżyciami. Nie może ich sobie dowolnie nakazywać lub zakazywać. Tutaj właśnie tkwi tajemnica siły narkotyków czy alkoholu: substancje te posiadają władzę, której nie ma człowiek: potrafią szybko i skutecznie zmieniać ludzkie emocje. Są więc bardzo atrakcyjne dla tych, którzy doświadczają bolesnych przeżyć i chcą pozbyć się ich szybko i za każdą cenę. Perspektywa psychologiczna, która ukazuje to właśnie zjawisko, niewątpliwie przybliżyła nas znacznie bardziej do prawdy o przyczynach uzależnień niż perspektywa moralizatorska czy biologizująca. Jednak perspektywa ta — obecnie najbardziej popularna — nadal nie ukazuje nam całej prawdy. Nie sięga istoty problemu, bo leży on głębiej.

Przeżycia i stany emocjonalne danego człowieka nie są bowiem czymś przypadkowym, lecz odślaniają prawdę o całej jego sytuacji egzystencjalnej.

Zwłaszcza w obliczu kryzysu informacje emocjonalne są zwykle precyzyjniejsze niż informacje intelektualne właśnie dlatego, że człowiek nie może dowolnie manipulować swymi emocjami, podczas gdy może niemal bez granic manipulować myśleniem na temat własnego życia. Łatwiej przecież oszukiwać samego siebie w myśleniu niż w przeżywaniu emocjonalnym. Wbrew nawet najbardziej oczywistym faktom narkoman lub alkoholik może sobie przez całe życie wmawiać, że nie jest uzależniony. Trudno natomiast przez całe życie ludzić się, że jest się w dobrym nastroju, gdy ktoś przeżywa np. dramatyczny lęk czy depresję.

Emocje nie są więc ostateczną rzeczywistością, nie wskazują same na siebie, lecz są informacją o tym, co się dzieje w życiu danego człowieka. Z tego powodu interpretowanie uzależnień jako zjawiska związanego z ludzkimi emocjami, jest zatrzymaniem się w połowie drogi ku pełnej prawdzie. Kiedy rozmawiam z alkoholikami czy narkomanami, to zdumiewam się,

jak spontanicznie i trafnie oni sami demaskują ostateczne powody sięgania po substancje uzależniające. Przykładem niech będą słowa dwudziestoletniej narkomanki, która w rozmowie ze mną powiedziała: „Nie rozumiem dlaczego ksiądz nie chce, bym sięgała po narkotyki, skoro dzięki nim jest mi lepiej i chce mi się żyć.”

Dopiero tutaj docieramy do najważniejszego i ostatecznego powodu sięgania po narkotyki. Tym powodem jest fakt, że dana osoba przeżywa swoje życie jako bolesny ciężar i ogromnie tęskni za doświadczeniem ulgi, czasem za każdą cenę. Ta dziewczyna sięga po narkotyki po to, by uciec od siebie i od bolesnej rzeczywistości, w której żyje. Powodem brania narkotyków nie jest zatem ostatecznie ani zła wola, ani skłonności czy obciążenia genetyczne organizmu, lecz kryzys życia, sygnalizowany przez bolesne stany emocjonalne. Narkotyk jest psychicznym „lekarstwem” dla osób, które przeżywają kryzys, które rezygnują z trudu dojrzewania i kierowania życiem mocą własnej świadomości i wolności. Tego typu postawa życiowa wiąże się nie tylko z osobowością danego człowieka, ale także z sytuacją rodziną i społeczną, w której on żyje.

Gdy chodzi o sytuację psychiczną człowieka uzależnionego, to jest to z reguły osoba, której brakuje dojrzałej hierarchii wartości, i która w konsekwencji bezkrytycznie akceptuje mity i dominujące tendencje społeczne. Jest to osoba, która unika więzi międzyludzkich, i która jest niezdolna do tworzenia więzi pozytywnych. Taka osoba nie jest odporna na frustrację, nie jest zdolna do podjęcia zobowiązań i odpowiedzialności za własne życie i postępowanie. Narkoman czy alkoholik nie ceni życia i wartości duchowych. Jest natomiast pełen kompleksów i bloków emocjonalnych.

W konsekwencji jest to osoba, która:

- realizuje się głównie za pomocą tego, co zewnętrzne;
- jest niepewna i zagubiona egzystencjalnie;
- szuka jedynie doraźnej przyjemności lub ulgi;
- potrzebuje coraz silniejszych emocji i wrażeń, aby „czuć” życie;
- nie radzi sobie z emocjami i nie osiąga równowagi emocjonalnej.

Można też wskazać typowe cechy rodzin, z których wywodzą się narkomani. Z reguły chodzi tu o rodziny, które:

- są podporządkowane konsumpcyjnemu stylowi życia w funkcji procesu: produkcja — konsumpcja;
- są niepewne swych zadań, obowiązków i celów;
- nie przekazują dojrzałej hierarchii wartości;
- są podporządkowane pracy zawodowej w taki sposób, który powoduje trudności wychowawcze i emocjonalne;
- są nadmiernie opiekuńcze;
- prowadzą życie powierzchowne z silnymi problemami emocjonalnymi.

Także społeczeństwo, które sprzyja rozszerzaniu się narkomanii, posiada dosyć typowe cechy. Jest to społeczeństwo, które:

- proponuje młodemu pokoleniu słowa, aktywność i przestrzeń działania pozbawioną wartości wychowawczych;
- kieruje się ideologią i biurokracją;
- jest bezradne wobec problemów ludzi młodych (np. zatrudnienie, mieszkanie, perspektywy rozwoju, grupy dewiacyjne);
- przekazuje młodym sprzeczne treści, co do podstawowych wartości i sensu życia;
- traktuje młodość jako symbol pełni życia, a nie jako fazę rozwoju;
- kieruje się filozofią konsumpcji, a przez to potrzebuje młodych nieszczęśliwych, którzy wszystko kupią w pogoni za brakującym szczęściem.

Niniejszy artykuł dotyczy głównie analizy uzależnień w odniesieniu do sytuacji osobistej danego człowieka, gdyż profilaktyka i terapia koncentruje się w praktyce na interwencji wobec określonych grup wychowanków czy osób uzależnionych. Znacznie mniejsze natomiast ma możliwości wpływania na zmianę sytuacji rodzinnej czy społecznej.

3. Dlaczego programy terapeutyczne i profilaktyczne są nadal mało skuteczne?

Wszelkie badania ewaluacyjne w dziedzinie profilaktyki i terapii uzależnień potwierdzają znikomą skuteczność aktualnie stosowanych programów w tej dziedzinie. Dzieje się tak dlatego, że programy te nie sięgają ostatecznych przyczyn narkomanii czy alkoholizmu. Większość modeli terapeutycznych ogranicza się do demaskowania i przewycięzania psychicznych mechanizmów uzależnień. Tego typu pomoc nie może być w pełni skuteczną terapią, gdyż zmniejsza lub likwiduje jedynie biologiczne i psychiczne konsekwencje uzależnień. Innymi słowy człowiek uzależniony, który dzięki leczeniu odzyskał zdrowie fizyczne oraz poradził sobie z psychicznymi mechanizmami uzależnienia, ale nie uczynił nic więcej, wraca jedynie do punktu wyjścia, czyli do sytuacji, w której zaczął sięgać po raz pierwszy po substancje uzależniające mimo, że nie był jeszcze wtedy od nich uzależniony! Dominujące obecnie modele terapeutyczne nie sięgają zatem podstawowego dla pytania, które brzmi: dlaczego proces uzależnienia w ogóle się rozpoczął?

Analogiczne ograniczenia cechuje większość istniejących programów profilaktycznych. Nawet najlepsze z nich kończą się tam, gdzie zaczyna się istota problemu. Nowoczesne programy profilaktyczne promują u wychowanków bardzo istotne kompetencje z zakresu informacji i postaw. Nie ograniczają się już do straszenia i do samych zakazów, ale precyzyjnie i bez moralizowania przekazują informacje na temat działania substancji narkotycznych oraz na temat destrukcji biologicznej i psycho-społecznej, jakiej takie substancje dokonują. Ponadto programy te uczą asertywnego i skutecznego przeciwstawiania się naciskom środowiska, które nakłania do sięgania po alkohol czy narkotyki. Uczą także asertywnego wyrażania emocji, zwłaszcza tych bolesnych, aby w ten

sposób eliminować potrzebę ich zagłuszenia drogą chemiczną. Tutaj jednak programy te zatrzymują się. Nie stawiają one zwykle najważniejszego dla profilaktyki pytania, które brzmi: skąd się biorą i co sygnalizują bolesne stany emocjonalne u dzieci i młodzieży?

W ten sposób doszliśmy do najważniejszych pytań dla terapii i profilaktyki uzależnień, czyli do kwestii ostatecznych przyczyn tego zjawiska. Skuteczna terapia powinna nie tylko demaskować konsekwencje uzależnienia się od alkoholu czy narkotyków, ale także odkryć, dlaczego u danej osoby proces uzależniania w ogóle się rozpoczął? Podobnie profilaktyka, to nie tylko przekazywanie informacji o substancjach uzależniających i uczenie kompetencji wobec własnych emocji, lecz to także pytanie o źródło bolesnych stanów emocjonalnych, z którymi młodzi mogą sobie nie poradzić, mimo najlepszych nawet kompetencji w tej dziedzinie.

Odpowiedź na oba pytania jest taka sama: u podstaw bolesnych emocji i sięgania po substancje uzależniające leży ostatecznie kryzys życia. A skoro tak, to zapobieganie alkoholizmowi i narkomanii polega ostatecznie na uczeniu dzieci i młodzieży dojrzałej postawy wobec życia. Terapia natomiast nie będzie skuteczna, dopóki nie pomoże pokonać dotychczasowego kryzysu życia i nie wprowadzi w świat, który przyniesie człowiekowi uzależnionemu większy zysk i większą radość niż sięganie po alkohol czy narkotyki. Terapia uzależnień jest jednak znacznie trudniejsza niż profilaktyka, gdyż oprócz uczenia dojrzałej postawy wobec życia wymaga jednocześnie likwidowania biologicznych i psychicznych skutków uzależnienia.

4. Rola duchowości w terapii i profilaktyce uzależnień

Skoro ostatecznym źródłem alkoholizmu i narkomanii oraz zagrożeń w tej dziedzinie jest kryzys życia, to skuteczna profilaktyka i terapia nie może ograniczać się do interwencji w sferze biologicznej i psychicznej. Musi wkraczać w sferę ludzkiej duchowości, gdyż zajęcie dojrzałej postawy wobec życia, a także przewyciężanie kryzysu życia jest możliwe tylko w sferze duchowej. Duchowość jest bowiem sferą, w której człowiek stawia sobie pytanie o to, kim jest i po co żyje oraz w oparciu o jakie wartości może zrealizować sens swojego życia. Dopóki dana osoba nie rozwinię sferę duchowej, dopóty nie może zająć dojrzałej postawy wobec siebie, świata i życia. Nie można przecież zająć dojrzałej postawy wobec rzeczywistości, której się nie rozumie.

Człowiek nie może w pełni zrozumieć samego siebie z jakiegokolwiek innej perspektywy niż sfera duchowa. Jeśli np. kontaktuje się z samym sobą jedynie poprzez ciało, to ono nie może mu wyjaśnić tajemnicy człowieka, gdyż ciało nie wie, kim jest człowiek i po co on żyje. Ciało odczuwa jedynie własne potrzeby i popędy. Pozostawione samemu sobie ciało staje się rodzajem nowotworu, który podporządkowuje sobie pozostałe wymiary człowieka, a przez to prowadzi go do dramatycznych napięć wewnętrznych oraz do konfliktów zewnętrznych.

Podobnie człowiek nie może zrozumieć samego siebie, jeśli patrzy na siebie jedynie z perspektywy własnej psychiki, a więc z perspektywy subiektywnych myśli i przeżyć emocjonalnych. Umysł ludzki nie jest źródłem wiedzy o tajemnicy człowieka. Umysł może tę tajemnicę odkryć, ale nie może jej własną mocą ustalić czy wymyślić. Pozostawiony sam sobie umysł ludzki nie szuka prawdy o całym człowieku, lecz wygodnych półprawd, a nawet iluzji. W sposób spontaniczny kieruje się logiką prywatną, która może wypaczać postawę człowieka wobec siebie i życia. Podobnie emocje nie wiedzą kim jest człowiek i jaką postawę powinien on zająć wobec własnej rzeczywistości. Pozostawione same sobie także emocje kierują się własną logiką: szukają dobrego samopoczucia. Nawet za cenę niszczenia człowieka, którego są częścią.

Niezwykłością sfery duchowej jest fakt, że w tej sferze i tylko w tej sferze człowiek może zapytać się o własną tajemnicę nie z perspektywy cząstkowej (cielesnej czy psychicznej), lecz z perspektywy całego człowieka. I tylko w tej sferze może znaleźć ostateczną odpowiedź, która umożliwi zajęcie dojrzałej postawy wobec życia. Duchowość zaczyna się zatem dopiero tam, gdzie człowiek wznosi się ponad swoje ciało i psychikę, aby postawić sobie pytanie o to, kim jest i po co żyje, o to, jaki ostatecznie sens ma jego ciało, myślenie i emocje.

Pierwszym zagrożeniem w formowaniu sfery duchowej jest nazywanie duchowością tego, co w rzeczywistości duchowością nie jest. Dla przykładu różnego rodzaju wzruszenia, wrażenia estetyczne, ogólne medytacje, zachwyty nad przyrodą, to jedynie ćwiczenia na koncentrację lub poszerzanie wrażliwości psychicznej i artystycznej. Ale nie jest to jeszcze duchowość. Istnieje więc groźba zastąpienia duchowości jej namiastką czy iluzją. W takiej sytuacji człowiek nie stawia sobie w ogóle pytania o sens życia. Drugim zagrożeniem jest zadowolenie się nieduchowymi odpowiedziami na duchowe pytania. Oznacza to sytuację, w której człowiek stawia sobie wprawdzie pytanie o to, kim jest i po co żyje, ale odpowiedzi szuka nie z perspektywy całej swojej tajemnicy, lecz jedynie z perspektywy cząstkowej, np. cielesno-emocjonalnej. Wtedy także mamy do czynienia z iluzją duchowości.

Gdy brak jest duchowości lub gdy dany człowiek rozwija jedynie jej namiastkę, to z definicji nie może zająć dojrzałej postawy wobec życia. A postawa błędna będzie prowadzić do bolesnych emocji, co wiąże się z ryzykiem różnego rodzaju uzależnień. Nie ma więc wolności bez duchowości, gdyż człowiek nie może odpowiedzialnie kierować sobą i swoim życiem dopóki nie wie, kim jest i po co żyje. Człowiek bez duchowości, to człowiek z definicji uzależniony od jakichś części samego siebie albo od środowiska zewnętrznego.

W praktyce okazuje się, że człowiek, który nie rozwinął sfery duchowej, uzależnia się od swego ciała (np. obżarstwo, lenistwo, uleganie popędom), od subiektywnego myślenia (systemy iluzji i zaprzeczeń), od emocji (ucieczka od emocji za wszelką cenę lub bierne uleganie emocjom; kierowanie się tym, co

przyjemne a nie tym, co wartościowe), od nacisków środowiska (robię to, co proponują inni, gdyż sam nie wiem, kim jestem i po co żyję), od określonych osób (różne formy uzależnień emocjonalnych) czy od określonych rzeczy (pieniądze, władza, telewizja). Człowiek pozbawiony sfery duchowej jest w jakimś stopniu uzależniony od wszystkich tych czynników jednocześnie, chociaż zwykle jakaś forma uzależnienia okazuje się dominująca i łatwiej zauważalna z zewnątrz.

Łatwo zauważyć, że obecnie w naszym społeczeństwie dążeniu do dobrobytu materialnego towarzyszy rosnące ubóstwo duchowe. Nastąpiło niemal programowe zawężenie ludzkich pragnień i aspiracji do koncentracji na cele i na dobrym samopoczuciu emocjonalnym za każdą cenę. Środki przekazu, czasopisma dla dzieci i młodzieży, reklamy, dominująca mentalność i moda, promują styl życia, który ignoruje duchowość, a przez to zawęża pragnienia i prowadzi do uzależnień. Dominuje obecnie człowiek ciała i emocji kosztem człowieka ducha. Dlatego też mamy coraz więcej uzależnionych, zwłaszcza wśród ludzi młodych.

Tylko bowiem w sferze duchowej człowiek może zająć świadomą i dojrzałą postawę wobec całej swojej rzeczywistości, a w konsekwencji może osiągnąć wewnętrzną wolność i satysfakcję z życia. A to — jak widzieliśmy — stanowi istotę profilaktyki i terapii uzależnień. Przyjrzyjmy się pokrótce na czym polega dojrzała postawa wobec życia, której osiągnięcie jest możliwe jedynie dzięki rozwojowi sfery duchowej.

Dojrzała postawa wobec życia wymaga po pierwsze, odpowiedzialnego odniesienia się do własnej rzeczywistości cielesnej. Oznacza to, że młody człowiek nie utożsamia się jedynie z własnym ciałem i nie ulega dyktaturze ciała, a więc instynktów, popędów czy cielesnych jedynie potrzeb. Przeciwnie, jest zdolny do dyscypliny wewnętrznej oraz uczy się takiego kierowania swym ciałem, by wyrażało ono miłość, odpowiedzialność, pracowitość, wytrwałość, służbę na rzecz bliźniego.

Po drugie, dojrzałość wymaga kompetencji w odniesieniu do własnych emocji. W tej dziedzinie grożą dwie skrajności. Z jednej strony grozi unikanie kontaktu z emocjami, a z drugiej uleganie dyktaturze emocji. Dojrzałość w tej dziedzinie to sytuacja, w której emocje informują daną osobę o jej sytuacji wewnętrznej czy zewnętrznej, ale nią nie rządzą. Decyzje należy podejmować w oparciu o miłość, prawdę i odpowiedzialność, a nie w oparciu o stany emocjonalne. Ponadto dojrzałość polega na uświadomieniu sobie, że celem życia jest postępowanie zgodne z wymaganiami prawdy i miłości, a nie szukanie dobrego samopoczucia emocjonalnego za wszelką cenę. Złe samopoczucie nie jest nieszczęściem, lecz ceną, chociaż bolesną informacją. A dobre samopoczucie jest osiągalne jedynie jako konsekwencja szlachetnego życia.

Dojrzałość wymaga ponadto odpowiedzialnego posługiwania się własnym myśleniem.

Istnieje bowiem ścisły związek między jakością myślenia a jakością postępowania. Zagrożenie w tej dziedzinie płynie z faktu, że człowiek jest w stanie manipulować własnym myśleniem. Potrafi tak dobierać argumenty i tak interpretować wydarzenia, by przekonać innych, a nawet samego siebie o tym, o czym chce być przekonany. Także wtedy, gdy przeczą temu oczywiste fakty. Przykładem błędnego myślenia może być przekonanie ludzi młodych, że sięgają po alkohol dla potwierdzenia własnej dojrzałości czy niezależności. Odpowiedzialność w dziedzinie myślenia polega na wolności szukania i uznawania prawdy obiektywnej o samym sobie. Także wtedy, gdy okazuje się ona dla kogoś bolesna, wymagająca, trudna. Chodzi więc o to, by mieć rację w życiu, a nie tylko w myśleniu. Dojrzałość w tej dziedzinie oznacza ostatecznie zdolność szukania prawdy, która wyzwala.

Zajęcie tego typu postawy wobec całej swej rzeczywistości jest owocem dojrzałości duchowej. Dojrzała duchowość to uzyskanie pogłębionej i prawdziwej odpowiedzi na pytanie o tajemnicę człowieka i sens życia. Dzięki temu sfera duchowa — i tylko ona — może stać się centralnym systemem kierowania życiem. Jednak sama duchowość nie wystarczy! Dana osoba może mieć przecież precyzyjną świadomość tego, kim jest i po co żyje, a mimo to może nie mieć siły i motywacji, by żyć w zgodzie z samą sobą, z własnymi aspiracjami czy ideałami. Duchowość jest odkryciem teorii odpowiedzialnego życia. Ale nawet najlepsza teoria nie wystarczy, jeśli dany człowiek nie posiada siły, która umożliwi wierną realizację przyjętych zasad.

5. Rola religijności w terapii i profilaktyce uzależnień

Stwierdziliśmy powyżej, że skuteczna terapia i profilaktyka uzależnień, wymaga nie tylko wypracowania dojrzałej teorii życia poprzez rozwój duchowy, ale także domaga się znalezienia siły potrzebnej, aby nie ustać w drodze. Źródłem takiej siły jest dojrzała religijność, czyli osobista więź z Bogiem. Empirycznym potwierdzeniem tej tezy okazuje się program Dwunastu Kroków Anonimowych Alkoholików. Jest to rodzaj rekolekcji prowadzących do „coraz doskonalszej więzi z Bogiem, prosząc jedynie o poznanie Jego woli wobec nas oraz o siłę do jej spełnienia” (krok XI). To właśnie dzięki odzyskaniu tak rozumianej religijności wiele milionów ludzi uzależnionych odzyskało trwałą wolność.

Podstawowym zadaniem Kościoła nie jest terapia uzależnień, lecz niesienie pomocy duszpasterskiej tym, którzy taką terapię już przeszli i próbują teraz odzyskać trwałą trzeźwość. Wymiar duchowy i religijny okazuje się bardzo cenny już w samym procesie kilkutygodniowej terapii. Jest natomiast wręcz konieczny w odzyskiwaniu trwałej trzeźwości i wolności. Główną metodą pomocy duszpasterskiej Kościoła wobec uzależnionych jest wprowadzanie ich w świat Bożej miłości i prawdy. Duszpasterz to najpierw świadek Bożej miłości. To ten, który kocha, który szuka człowieka mocą miłości nadprzyrodzonej,

bezwarunkowej, cierplivej. Duszpasterstwo jest więc spotkaniem, które rodzi się z Bożej miłości oraz które rodzi miłość i ją umacnia. Jest przekazywaniem dobrej nowiny o nieodwołalnej miłości Boga do każdego człowieka. Dla ludzi uzależnionych, zgłodniałych miłości, nie wierzących, że mogą być jeszcze kochani, i że mogą kochać samych siebie — dla takich ludzi jest to nowina, która dosłownie ratuje życie, przywraca wiarę i nadzieję oraz otwiera drogę ku wyzwoleniu i prawdzie.

Jednocześnie duszpasterstwo jest wprowadzaniem ludzi uzależnionych w świat Bożej prawdy. Ten właśnie kontekst jest tu czymś wyróżniającym i decydującym. Poza kontekstem miłości, a więc np. w klimacie ataku, agresji czy zemsty, człowiek po prostu boi się prawdy o sobie i broni się przed nią. Prawda przekazywana bez miłości — zwłaszcza prawda niepokojąca, bolesna czy stawiająca trudne wymagania — raczej paraliżuje i odbiera nadzieję niż wyzwala. W takim kontekście człowiek uzależniony może zanegować nawet najbardziej oczywistą prawdę o sobie.

Uznanie prawdy o sobie w sytuacji narkomanii, alkoholizmu czy innych form uzależnienia, okazuje się wyjątkowo trudne. Gdy jednak uzależniony przekonuje się, że duszpasterz przychodzi do niego z miłości i z miłością, to łatwiej mu pokonać lęk i uznać prawdę o sobie. Nie jak Judasz — z rozpaczą, lecz jak Piotr — z żalem i nadzieją. Będąc świadkiem Bożej miłości, duszpasterz stwarza uzależnionemu szansę, by podjął on ryzyko otwarcia się na prawdę, która wyzwala.

Specyfiką posługi duszpasterskiej jest nie tylko to, iż tworzy ona kontekst miłości, który ułatwia przyjęcie prawdy, ale też to, że przybliża uzależnionego do całej prawdy. Szukanie prawdy — lub jej unikanie — dokonuje się w kontekście osobistej historii, doświadczeń i przeżyć danej osoby. Gdy człowiek szuka prawdy o zjawiskach, które nie mają bezpośredniego związku z jego życiem, to łatwo jest mu myśleć logicznie i wyciągać racjonalne wnioski.

6. Duszpasterska troska o wychowanie dzieci i młodzieży w abstynencji

Zadaniem Kościoła jest nie tylko troska o tych, którzy są uzależnieni od narkotyków czy alkoholu. Istotną formą posługi duszpasterskiej jest także oddziaływanie wychowawcze na dzieci i młodzież, by młodzi nie sięgali po żadne substancje uzależniające. Kościół od dziesięcioleci podejmuje tę posługę, a jej skuteczność w dużym stopniu zależy od szukania takich form działania, które odpowiadają aktualnej sytuacji ludzi młodych oraz rozmiarom zagrożeń w dziedzinie alkoholizmu i narkomanii.

Ostatecznym celem duszpasterskiego programu profilaktyki jest pomaganie młodym, by podejmowali decyzje życiowe w oparciu o dojrzałą hierarchię wartości, by w sposób odpowiedzialny kierowali własnym ciałem, emocjami i myśleniem, by uczyli się dojrzałego kontaktu z samym sobą i z innymi ludźmi, by przeżywali przyjaźń z Bogiem. Chodzi więc o dostarczenie dzieciom

i młodzieży kompetencji w odniesieniu do własnego życia a nie tylko w odniesieniu do substancji uzależniających.

Z drugiej strony trzeba ukazywać dzieciom i młodzieży kontekst egzystencjalny, który sprawia, że narkotyk czy alkohol zaczyna być dla danej osoby groźny, że potrafi ją oszukać i całkowicie sobie podporządkować. Kontekstem tym jest zawężenie pragnień.

Jak więc duszpasterz może pomagać dzieciom i młodzieży, by skutecznie chronić ich od popadnięcia w uzależnienia? Przede wszystkim pomagając im, by strzegli i rozwijali w sobie bogactwo pragnień, marzeń, aspiracji i ideałów na miarę powołania człowieka. Dzieci i młodzież nie będą sięgać po piwo czy inne napoje alkoholowe wtedy, gdy pomożemy im odkryć i zafascynować się światem dobra i piękna, światem prawdy i miłości, światem prawdziwych wartości, których respektowanie przynosi taką satysfakcję i radość, jakiej narkotyk dać nie może.

7. Refleksje końcowe

Jest rzeczą bardzo wymowną, że ogromnie wzrasta liczba ludzi młodych, dotkniętych problemem alkoholowym czy narkomanią właśnie w czasach, w których dzieci i młodzież dysponują znacznie większą niż dotąd wiedzą o substancjach uzależniających. Nigdy jeszcze w historii naszego kraju nie było tak wielu programów profilaktycznych i nigdy nie objęto nimi tak wielkiej liczby uczniów w polskich szkołach, jak w ostatnich latach. Okazuje się, że jest to nadal zbyt mało, aby skutecznie zapobiegać zagrożeniom w tej dziedzinie.

Dramatyczne uzależnienia, które obserwujemy u ludzi młodych, odślaniają tajemnicę człowieka. Sięganie po substancje uzależniające przez dzieci i młodzież jest bowiem nie tyle przejawem niewiedzy czy złej woli, co skutkiem kryzysu życia. Z tego powodu skuteczne wychowanie w abstynencji i rozwiązywanie już istniejących problemów wśród wychowanków nie jest możliwe bez rozwinięcia dojrzałej sfery duchowej i religijnej. A tu rola Kościoła będzie zawsze niezastąpiona.

Bibliografia:

Dziewiecki M., Duchowość i religijność a profilaktyka i terapia uzależnień, *Świat Problemów*, 5 (1998), s. 41-44.

Dziewiecki M., Duszpasterz wobec uzależnionych od alkoholu, *Świat Problemów*, 6 (1995), s. 31-34.

Dziewiecki M., Jaka rodzina szkołą trzeźwości?, *Świat Problemów*, 1 (1995), s. 28-33.

Dziewiecki M., Krzywdy, wina, odpowiedzialność, *Świat Problemów*, 6 (1993), s. 6-8.

Dziewiecki M., Młodzież wobec alkoholu, *Ateneum Kapłańskie*, 1 (1997) 527, s. 58-72.

Dziewiecki M., Ogólnopolski Kongres Duszpasterstwa Trzeźwości, Radom 1994.

Dziewiecki M. red., Przesłanie nadziei, Warszawa 1993.

Dziewiecki M., Rozwój duchowy jako warunek trwałej trzeźwości w sytuacji choroby alkoholowej, Postępy Psychiatrii i Neurologii, 3 (1992), s. 177-190.

Dziewiecki M., Trzeźwość jako dojrzała wolność, Świat Problemów, 3 (1995), s. 14-19.

Dziewiecki M., Zapobieganie problemom alkoholowym wśród młodzieży, Quo vadis Polonia?, 1 (1995), s. 8-10.

Hawkins J.D., Podręcznik ewaluacji programów terapeutycznych, Warszawa 1994.

Mellibruda J., Perspektywy profilaktyki, Remedium, 5 (1995), s. 2-14.

Mellibruda J., Profilaktyka problemowa, Remedium, 10 (1997), s. 17-20.

Odzimek A., Natura duszpasterstwa trzeźwości, w: Przesłanie nadziei, Warszawa 1993, s.101-106.

Pezzoli C., Nuova ipotesi educativa, Milano 1997.

Stępień E., Alkohol a polska młodzież. Raport 1994, Warszawa, 1995.

Wojcieszek K., Czy można ukraść pokolenie? Świat Problemów, 7-8 (1995), s. 4-10.

Marek Dziewiecki: The Role of the Church in Education for Freedom in the Context of the integral View of Prophylaxis and Treatment of Addiction

Drugs which addict are all those chemical substances which influence man's thinking and his emotional state. Addiction is a state of psychological dependence upon one concrete drug or many of them. According to the author, an effective prophylaxis and therapy of addiction require an elaboration of a mature view on life and moral strengthening to be able to manage one's own life. A main source of such a strength is a deep faith and friendship with God.