

KÖNYVSZEMLE

Két könyv a szenvedélybetegségekről

Diether Wolf v. Goddenthov: *Alles fängt so harmlos an*. Kursbuch zur Suchtprävention und erfolgreichen Behandlung Abhängiger. (Olyan ártatlanul kezdődik az egész. Útmutató a szenvedélybetegségek megelőzésére és a függőségbe jutottak sikeres kezelésére). Herder, Freiburg-Basel-Wien 1988. 223 o.

A rendkívüilen aktuális és gyakorlati könyvhöz Dr. Rita Süßmuth, az NSzK ifjúsági, családi, női és egészségügyi minisztere írt előszót: a szerkesztő és főmunkatárs újságíró; az írógárdában kiváló szakemberek szerepelnek. Vagyis, színvonalas, de a nagyközönség számára készült könyv, amelyben hasznos információt találhatnak a szülők, a nevelők, a lelkesek, az orvosok és mindazok, akik kapcsolatban állnak illetve kapcsolatba kerülhetnek a szenvedélybetegekkel. Tehát mindenkit érint ez a kiadvány.

Hat részből áll. Az első megadja az alaphangot: Tulajdonképpen az emberen, nem pedig a kábítószereken fordul meg minden. "Nem a kábítószereket a döntő, hanem benső vágyunk, hogy megtaláljuk az utat, a célt, életünk teljességét és értelmét" (20.o.). Mindaz, ami legbensőbb vágyunk kielégítésének hamis látszatát keltheti, az "Sucht"-tá, szenvedélybetegséggé válhat. A német Sucht szóra nehéz megfelelő magyar kifejezést találni. Eredetileg betegséget jelent (l. "sick" az angolban). A német nyelvhasználat rengeteg "Suchtot" ismer, s használja is összetett szóként: Nikotin-Sucht, Fress-Sucht, Sex-Sucht, Arbeits-Sucht, Eifer-Sucht, Erfolgs-Sucht, Profit-Sucht, Genuss-Sucht, Fernseh-Sucht stb. (26.0.) – Benső vágyaink kifejlődésében és kielégítésében viszont nagy szerepet kap a közösség, a társadalom, amelyben élünk. Ezért hangsúlyozzák a szerzők már az első oldalaktól a Co-Süchtige jelentőségét: azokét, akik mint szülők, gyermekek, élettársak, nevelők, munkaadók stb. magatartásukkal – legtöbbször öntudatlanul – hozzájárulnak ahhoz, hogy a szenvedélybeteg még jobban beegabalyodjék az alkoholba, a kábítószerebe stb.; annak a használatába, amibe csalfa reményét helyezi. (29-41.o.)

A második rész a megelőzés fontosságát emeli ki. A harmadik pedig röviden vázolja, hogy mik az okai annak, hogy valaki szenvedélybeteggé válik. A negyedik fejezet elég részletesen tárgyalja a szenvedélybetegségek nyolc fajtáját: illegális kábítószerek, az alkoholizmus, a legális orvosságok használatából eredő betegség, a nikotin használata, étkezési zavarok (bulemia és anorexia nervosa), játékszenvedély, munkaszenvedély és tévészenvedély. Utal hatásukra és az absztinencia szükségére azoknál, akik már rabjai lettek valamelyik szenvedélynek. (74-135.o.)

Külön részt szentel az AIDS és a kábítószerek kapcsolatának, a különböző terápiás módszereknek, az öngógyező csoportoknak és a környezeti hatásának.

A könyv egyik legfontosabb mondanivalója a "Co-Süchtigeknek" szól. Amikor észreveszik, hogy hozzátartozójuk, munkatársuk, plébániájuk híve stb. kábítószereket (alkoholt, orvosságokat stb.) kezd használni, helytelen jóindulatból vagy álszeméremből ne próbálják kendőzni állapotát. Eljárásukkal csak cinkosai lesznek, hogy maga se igyekezzék megszabadulni kezdő bilincsei irtságából. Nyugodt, de világos állásfoglalásukkal hassanak oda, hogy azonnal keresse fel a megfelelő terápiás lehetőséget.

Helmut Harsch: *Alkoholismus*. Schritte zur Hilfe für Abhängige, Angerhörige und Freude. (Alkoholizmus. Lépcsők, amelyek segíthetnek az alkoholistáknak, hozzátartozóiknak és barátainak). Kaiser, München, 3. kiadás 1987. 161 o.

A szerző általánosságban is tárgyal a szenvedélybetegségekről, kifejlődésük mechanizmusairól. Könyvének kétharmadát azonban az ún. AA-csoportok, az Anonim Alkoholisták, a Névtelen Alkoholisták működésének szenteli. A világ minden részén (Magyarországon is) tevékeny mozgalom, amelyet a 30-as években két, "elveszett ügynek" tekintett amerikai alkoholista kezdeményezett, hogy kivekeregessenek nyomorult

helyzetükből. Sikeres törekvésükből születtek meg ezek az önszegélyező csoportok. Ma is egyik legjelentősebb kezdeményezés az alkoholizmus legyőzésére.

Harsch éveken át gyűjtött gazdag tapasztalata alapján fejti ki a "Névtelen Alkoholisták 12 lépését". Ime néhány lépés: 1) Beismertük, hogy az alkohollal szemben minden uralmunkat elveszítettük, s önmagunk képtelenek vagyunk ezen változtatni. 3) Elhatároztuk, hogy akaratunkat és életünket az Isten gondviselésébe bizzuk. (Bármilyen legyen a felfogásunk róla). 8) Leltárt készítettünk mindazon személyekről, akiknek kárt okoztunk, s készen voltunk a jóvátételre. 11) Elmélkedés által igyekeztünk fejleszteni tudatos kapcsolatunkat Istennel – bármilyen legyen a felfogásunk róla –, kérve, hogy az akaratát felismerhessük és adjon erőt célunk eléréséhez.

Ebből a pár sorból talán nem tűnik ki az egyes állítások és állásfoglalások jelentősége. Harsch azonban szemléltetően érzékelteti mindegyik fontosságát. Lassú és mélyre ható munkáról van szó. A volt alkoholistának nemcsak fel kell hagynia az ivással, hanem társai segítségével szembe kell néznie önmagával, öncsalásaival. Ahhoz, hogy igazán segítséget kérjen, be kell ismernie, hogy önerejéből nem képes helyzetén változtatni. Felsőbb Erőhöz kell fordulnia, Istenhez - bármilyen legyen is Isten-képe. Nincs tehát semmiféle szektáság a mozgalomban. Egymás felfogását tiszteletben tartva keresik az egyetlen szilárd pont, Isten erejét, támogatását. A hibák beismerésénél is ki-követelheti saját vallási felfogását: pl. szoros értelemben vett gyónást akar-e végezni vagy inkább csak egy pszichikai támaszt vár attól, aki meghallgatja élete történetét (128-133.o.). Harsch finomann figyelmezteti azonban a gyóntatót arra, tekintetbe kell vennie gyónója sajátos helyzetét.

Az alkoholizmust kiváltó okok felszámolásának tárgyalásával a szerző arra is megtanít, hogy hogyan szabadulhatunk meg egyéb lelki koloncainktól. – Ezért reméljük, hogy hamarosan magyarul is megjelenik Harsch kitűnő munkája.

Benkő Antal

H. Schwan – W. Filmer (Hrsg.), *V e r z i c h t e n l e r n e n* (Tanuljunk lemondani). Ulstein, Frankfurt/M-Berlin-Wien 1984. 232 o.

A szerkesztők 68 politikusnak, egyházi személyiségnek, gazdasági és tudományos szakembernek tették fel a kérdést: Tanulnunk kell-e a lemondást, hogy általa megoldhassuk a jövő problémáit? S ha igen, miben álljon az önmegtagadás?

Ötvenketten nagyon alaposan fontolgatták a problémát. Kifejtett nézeteiket igyekszünk visszatükrözni.

A lemondás három bántóan negatív formája van gyakorlatban:

1. A féktelen fegyverkezés. "Ismersz valami értelmes okot, amiért felfegyverkezésre százmilliárdokat költenek a világon, míg naponta éhenhal 40.000 gyermek?" – kérdezi G. Schröder, a szövetségi rendőrség főnöke (184.o.).

2. Az önző érdekek. "Elterjedt a lemondás, mint gyakori követelmény egyéni célok /karcosság/ elérésére vagy az igen szűk érdeklődés (sportteljesítmény, üzemi eredmények...) megvalósítására... Nem tudatosultak bennünk eljárásmodunk anarhista következményei? Vagy nehezünkre esik levonni a belátott és felismert következményeket?" – teszi fel a kérdést A. Koschel, a nemzetközi Pax Christi általános titkára (107.o.).

3. Az értékek elhanyagolása. "Mi már most lemondunk azon értékekről, amelyek elkerülhetetlenül szükségesek a ténylegesen teljes élethez. Nevezetesen a támogató bizottságról, amit a család nyújt (minden harmadik ember magára marad, csak háztartásaink 9 %-ában él több mint öt személy)... A fogalmak, mint a szeretet, hűség, fegyelem vagy a rend és a takarékoság túlzottan 'régimódi' szavakká váltak" – állapítja meg A. Schimke, a háziasszonyok szövetségének elnöknője (175.o.).

A pozitív lemondás három főútját emelhetjük ki: