

# ARKA

ISSN 1234-3005

Nr 14 ● październik 1995 r.

- **Czy kultura potrzebna jest do zbawienia?**  
– wykład Krzysztofa Zanussiego
- **Mniejsze zło**
- **Wesela bez alkoholu**
- **Prawo a uzależnienia w Chicago**
- **Telefon AA w Londynie**



**BIULETYN KOMISJI EDUKACJI W DZIEDZINIE ALKOHOLIZMU  
I INNYCH UZALEŻNIEŃ FUNDACJI IM. STEFANA BATOREGO**

## SPIS TREŚCI

● Drodzy Czytelnicy .....	1
● Czy kultura potrzebna jest do zbawienia? – Krzysztof Zanussi .....	2
● Człowiek jest spotkaniem .....	14
● Wino w wodę – Iwona Konarska .....	15
● Operacja „Śnieżna kula” – Agnieszka Kowalewicz .....	20
● Nasi stypendyści .....	22
● To ja, Twoja choroba... .....	24
● O uzależnieniach w szkole prawa .....	25
● Opiekuńcze służby pracownicze – model łódzki .....	27
● Jestem lektorem Komisji .....	31
● Wychodzenie z kręgu zła – dr Marek Beniowski .....	32
● Prosto z mitingu .....	39
● Telefon Anonimowych Alkoholików w Londynie .....	42
● Susan Shapiro z Nowego Jorku .....	45
● Piosenka Marka .....	46

---

WYDAWCA ZEZWALA NA PRZEDRUK NASZYCH ARTYKUŁÓW Z PROŚBĄ O UMIESZCZENIE NASTĘPUJĄCEJ ADNOTACJI: „Przedruk z kwartalnika ARKA wydawanego przez Komisję Edukacji w Dziedzinie Alkoholizmu i Innych Uzależnień Fundacji im. Stefana Batorego”.



## DRODZY CZYTELNICY

Odstąpię od zwyczaju i zamiast przedstawienia treści numeru poświęcę tę stroniczkę kilku refleksjom. Na jednym z mitingów Al-Anon, w którym uczestniczyłam niedawno, ktoś powołał się na żartobliwe - ale jakże trafne - wyjaśnienie współuzależnienia: „Jeżeli potraci cię samochód, a tobie przed oczami stanie życie drugiego człowieka, to znaczy, że jesteś współuzależniona”.

Powszechnie uważa się, że osobą współuzależnioną jest na ogół kobieta, która tkwi w niedobrym związku jak w potrzasku i swoją biernością oraz lękiem przyczynia się do pogorszenia problemu. Według klasycznego modelu współuzależnienia wygląda to tak: mężczyzna zajmuje się piciem, a kobieta zajmuje się mężczyzną, zaniedbując własne potrzeby, rozwój, a często też inne obowiązki.

Rzeczywiście, na mitingach Al-Anon kobiet jest więcej, podobnie na seminariach i warsztatach dotyczących współuzależnienia, kobiety kupują też więcej książek i poradników na te tematy. Wynika z tego jednak coś dobrego, bo to ich zaangażowanie w szukanie pomocy zaczyna przynosić rezultaty. Przynajmniej wśród tych, które się na to zdobywają, rodzi się coraz wyraźniejsza świadomość prawa do powiedzenia „nie” wtedy, gdy nie chcą zaakceptować krzywdy, upokorzeń lub przemocy.

Życie nie jest oczywiście tak proste, że wystarczy powiedzieć „nie”, a wszystko automatycznie zmieni się na lepsze. Od powiedzenia pierwszego „nie” może się jednak zachwiać niedobry system, a czasem po prostu jest to pierwsza lekcja samostanowienia dla osoby wypowiadającej głośno swój sprzeciw.

Motto w mojej ulubionej książeczce do medytacji pt. „Dni zdrowienia” (Days of Healing) na dzień 1 października brzmi:

**Ludzie traktują nas przeważnie tak,  
jak my traktujemy sami siebie.**

Dzielę się tą myślą z wszystkimi, którzy będą czytać ten jesienny numer Arki. I jak zwykle oczekuję na listy, artykuły, pytania i komentarze, żeby zimowa Arka również zawierała jak największy wkład czytelników. A tymczasem, życzę miłej lektury.

*Ewa Woydytło*

KRZYSZTOF ZANUSSI

## Czy kultura potrzebna jest do zbawienia?



Każde spotkanie z nowym gronem słuchaczy jest dla mnie swoistą przygodą i niespodzianką. Tym razem również dlatego, że wyobrażałem sobie, iż znajdę się w małym gronie kilkunastu osób i będziemy rozmawiać raczej osobiście. A tu znienacka, duża wykładowa sala pełna ludzi - poczułem się jak na uniwersytecie. Zostałem też zapowiedziany jako profesor, co jest zgodne z prawdą, bo mam ten tytuł, ale szczerze mówiąc, bardzo mnie on śmieszy. Artystę śmieszą tytuły przypisane przez biurokrację. Mnie rzeczywiście kiedyś prezydent Wałęsa nadał ten tytuł, ale to do niczego przecież nie upoważnia (poza zniżką kolejową), natomiast czuję się w tej roli nieco zakłopotany.

Muszę na wstępie wyjaśnić, że temat wykładu, za który zostałem pochwalony, nie jest niestety mojego autorstwa. Użył go po raz pierwszy mój powinowaty, pan Jacek Woźniakowski, który tak nazwał swój zbiór esejów. Mnie tytuł ten wydał się bardzo atrakcyjny i ciekawy, zapożyczyłem go więc do

swojego wykładu, który właśnie dzisiaj chciałbym państwu przedstawić.

„Czy kultura potrzebna jest do zbawienia?” - w pytaniu tym kryje się oczywiście prowokacja. Z jednej strony niemal bez namysłu można powiedzieć „Ależ tak, o czym tu w ogóle rozmawiać?!”. Z drugiej strony trzeba sobie jednak zdać sprawę, że sprawa nie jest sama przez się oczywista. Przecież tylu zupełnie niekulturalnych ludzi sprawia wrażenie ludzi bardzo świętych. Może więc przyjrzymy się temu zestawowi słów i zastanówmy się, co tu mamy na myśli.

Zacznijmy od tego, czym jest kultura? Czemu ją przeciwstawiamy? Najprostsza definicja pojęć wyjątkowo elastycznych i rozciągliwych, to definicja poprzez kontrast, przez przeciwstawienie. A więc, co bym przeciwstawił pojęciu „kultura”? Najczęściej chcę mu przeciwstawić „barbarzyństwo” - czyli coś, co jest w człowieku najbardziej prymitywne, najbardziej zwierzęce, najgorsze.

W dzisiejszej retoryce brzmi to jednak dość niemodnie. Powiedziałem: „zwierzęce”, ale w tym obszarze retoryka współczesnego człowieka harcuje sobie w sposób, moim zdaniem, nagan-ny. Bo pomyślmy dalej: za zwierzęciem stoi pewne poczucie intuicyjne naszej natury ludzkiej oraz wartość, która jest bardzo lubiana w potocznej retoryce, a mianowicie spontaniczność.

Bardzo często przeciwstawia się dzisiaj kulturę spontaniczności. Kulturalny - to znaczy sztuczny, wymuszony; spontaniczny - to znaczy naturalny. Jest to przeciwstawienie dość bałamutne i niebezpieczne. Otóż szczerze mówiąc, spontanicznie, to ja bym najchętniej dał wyraz mojej zwierzęcej naturze i kopnął staruszkę albo dziecku dał w ucho, kiedy mnie drażnią lub denerwują. Całym wysiłkiem kultury staram się jednak nie kopać staruszek i nie dawać w ucho dzieciom, chociaż czasami może i dobrze by im to zrobiło. Jako marny wychowawca nie chcę się tu jednak wdawać w sprawy kar cielesnych. Natomiast pokazuję państwu pewną ryzykowną grę pojęć, która tu się rodzi - co jest naturą człowieka, a co jest kulturą, czyli wytworem wyborów - i tym, co za tymi wyborami idzie.

Ja kulturę bardzo chętnie widzę jako dorobek zbiorowy. Nikt z nas nie jest zanurzony w kulturze, której by komuś nie zawdzięczał. Wszyscy ją bierzemy w spadku od tych, którzy ją przed nami budowali. Dość żywo czuję to w krajach, w których czasami jakiś zły los,

jakaś niegodziwość historii, naruszyła to spadkobranie. Nie tak dawno byłem w Bułgarii. Spotykałem się tam z publicznością, odbyłem wiele rozmów. Jeden z artystów bułgarskich, mój przyjaciel, człowiek głęboko patriotyczny, który bardzo kocha swój kraj, wyznał mi w tonie rozpaczki, że po najeździe tureckim, ten stary kraj, ileż starszy od Polski, ileż głębiej zanurzony w kulturze od nas, przez te stulecia bardzo niszczycielskiej okupacji - jak on mówił - zatracił bardzo wiele z ciągłości. Dzisiaj wielu ludzi w jego kraju jest niezdolnych do rzeczy najprostszej, która jest znakiem kultury - do bezinteresowności; do bezinteresownego pomyslenia, zrobienia gestu, do dania wyrazu zainteresowaniom, które niczemu nie służą. To jest dla mnie znak barbarzyństwa, ten brak bezinteresowności.

Dostrzegam ten rodzaj barbarzyństwa we wszystkich społeczeństwach młodych, gdzie zachwyca mnie ich dynamika, ich żywość, ale przygnębia mnie ich interesowność. Byłem kilka dni temu w Irlandii. Jest to niby społeczeństwo stare, ale też bardzo zdruzgotane przez długoletnią okupację. Tam słyszałem właściwie to samo, co od mojego przyjaciela w Bułgarii, od jakiegoś zatroskanego Irlandczyka. Tak trudno tam o bezinteresowny zachwyt, o bezinteresowne zaciekawienie. Irlandia też cierpiała wyjątkowo boleśnie przez lata okupacji brytyjskiej: stało się tam coś takiego, co możemy przyrównać do nieszczęść, które my Polacy

mamy na naszym sumieniu - myślę o tym co się stało na dawnych wschodnich terenach Rzeczypospolitej, gdzie tamtejsze elity zostały spolonizowane, a reszta społeczeństwa pozostawała na kulturalnym ugorze, w warunkach, które nie pozwalały im się rozwinąć. Mówię o tym, bo to jest zjawisko uniwersalne.

Zadziwia mnie natomiast Ameryka, którą lubię bardzo i nie mam wobec niej kompleksów. Pracowałem tam długo, dobrze się tam czuję, ale jestem wolny od wszelkiej pokusy identyfikowania się z Amerykanami. Nie chciałbym zostać Amerykaninem, chociaż pewnie mógłbym, miałem w każdym razie takie możliwości. Wielu ludzi pytało mnie tam, czy jestem Amerykaninem. To nie zawiera się w akcencie, tylko w decyzji. Można złożyć przysięgę, dostać paszport i w ten sposób zostać obywatelem tego kraju. Jest tam jednak parę rzeczy, na które nie chcę się zgodzić. Mam żal, że w tym młodym kraju tak strasznie trudno o bezinteresowność, zwykłą szczerą bezinteresowność człowieka, który by się na przykład zaciekawiał czymś dziwnym a niepotrzebnym. Zawsze mi żal, gdy widzę jak najbliższa rzecz w Ameryce jest zazwyczaj obwarowana tym, czy „coś z tego będzie”. Jeżeli coś „do niczego nie prowadzi”, to szkoda czasu. Czy warto zabawiać pannę w samolocie, jeżeli ona wysiada w połowie trasy, a ja przy następnym lądowaniu? Europejczyk się nad tym nie zastanawia. My

mamy w naszej tradycji poczucie, że przyjemnie jest czarować drugą osobę nawet wtedy, jeżeli nic z tego nie wyjdzie. Dobrze się czujemy, jeżeli przez chwilę byliśmy zabawni, że dobrze wypadliśmy w czyichś oczach, chociaż to niczemu praktycznemu nie posłuży i z tą osobą może się nie zobaczymy już nigdy więcej. A jednak... Nam się wydaje, że to ładne, a ktoś bardzo pragmatyczny myśli, że szkoda sił, szkoda czasu.

Po tych ogólnych refleksjach na temat „intuicji kultury” chciałbym przejść do obszaru, po którym poruszam się pewniej. Chodzi mi o obszar kultury artystycznej. Jest on węższy niż ten, o którym mówiłem przed chwilą. W nim znajdują się najrozmaitsze dzieła sztuki, do których gonią nas w szkole. Na przykład wciąż zmuszają nas do czytania książek, chociaż młodzież robi to coraz niechętniej. Obawiam się, że ten problem będzie się pogłębiał. Książka była przez minione stulecia podstawą, najgłębszym ośrodkiem naszego życia kulturalnego. Dzisiaj już niestety tak nie jest.

Oprócz książek mamy teatr, muzykę, malarstwo; mamy słowem, te wszystkie podstawowe dyscypliny, w których zawiera się w przekazie artystycznym kultura rozumiana nieco wężziej - kultura artystyczna. To co powiem, zabrzmiałoby banalnie, ale trzeba to powtarzać, szczególnie u końca wieku, kiedy wiele rzeczy myli się ludziom raz po raz. Moment końca wieku jest dla na-

szej kultury europejskiej, a może euroamerykańskiej - momentem zawirowania. Rodzą się tendencje do relatywizowania wszystkiego, a więc także wartości w kulturze - że piękno to jest rzecz umowna, że to czysta konwencja. To co głosi dzisiaj postmodernizm, to moim zdaniem zbiór bałamutnych i głupich teorii nie wartych nawet studiowania. Zderzam się z tym jako wykładowca uniwersytecki, zwłaszcza że niektórzy moi wykształceni koledzy takie teorie głoszą, jakoby wszystko było względne. Pozostaję uparty w swoim przekonaniu, że jest dokładnie odwrotnie. Może się zmieniać definicja, możemy zmieniać sposób nazywania rzeczy, ale w kulturze wszystko jest trwałe. Co było dobre, jest dobre; co było złe, jest złe.

To kryterium dobrego i złego prowadzi nas do tematu, który pozwoliłem sobie zaproponować na wstępie. Do czego służy kultura? No, dla mnie służy do zbawienia. Nie chcę tu głosić żadnej tezy kościelnej czy wyznaniowej, nie chcę mówić o zbawieniu w sensie religii objawionej, do której zresztą sam się przyznaję. Spróbuję to potraktować metaforycznie, żeby nikogo nie wykluczać. Nazwijmy więc zbawieniem po prostu rozwój człowieka. Szczerze mówiąc, przy moim minimalizmie, rozwój to jest właściwie przetrwanie. Ponieważ jestem fizykiem z pierwszych studiów, przywykłem do modeli, które rozwijają się w czasie; życie jest strumieniem, który płynie bardzo pośpiesznie, tak że nie ma w nim żadnych

punktów, które by nie podlegały wpływowi czasu. Jak się trwa, to się idzie naprzód; jak się nie idzie naprzód, to się cofa. Nie ma trzeciej możliwości. Człowiek albo się rozwija, albo się cofa. Tertium non datur. Wobec tego rozwój człowieka, rozwój ku kulturze, a przeciwko barbarii, jest czymś, w czym kultura artystyczna jest narzędziem, moim zdaniem, narzędziem ważnym.

Co w kulturze i dla kultury jest dobre? Jakie dzieło jest dobre i jej służy? Otóż dobre jest to wszystko, co służy nam w rozwoju. Można to empirycznie poznać. Na przykład w jakim stanie ducha przystępujemy do lektury i w jakim kończymy lekturę. W jakim otwieramy telewizor i w jakim gasimy. Czujemy - jeżeli jesteśmy sami ze sobą szczerzy - czy zrobiliśmy się odrobinę lepsi, odrobinę mądrzejsi, odrobinę bogatsi, pełniejsi, czy odrobinę głupszy, bardziej wypruci. To się czuje. Trzeba tylko zwrócić na to uwagę. To się czuje ex post. Dla mnie to jest miara, czy obcowalem z dziełem sztuki, czy ze szmirą, kiczem, rzeczą głupią, banalną, gumą do żucia, wata dla oczu. Jeżeli brak mi innych kryteriów, jeżeli estetycy nie potrafią sformułować bardziej obiektywnych kryteriów, to w ostatecznym rachunku wiem to najprostsze - kultura potrafi mnie podbudować lub potrafi mnie nie podbudowywać. Stawiam sobie przeto następne pytanie: jak tej kultury mam używać, jeżeli ona rzeczywiście do tego jest powołana.

Przypominam sobie z lat szkolnych podręcznik do biologii, którego autorem był ówczesny i jeszcze przedwojenny dyrektor warszawskiego ZOO, pan Żabiński. Do tej pory mam w głowie przykłady z tego podręcznika i wciąż wzrusza mnie język, jakim był napisany. Otóż mówiąc o pewnym porządku w organizmach, autor powiada tam, że człowiek nie odżywiający, w pierwszej kolejności spala to, co najmniej wartościowe. Podobnie w nie dogrzanym domu człowiek pali to, co zbyt cenne. Jestem już mocno starszym panem i mam bardzo osobiste wspomnienie z czasów wojny. Otóż opowiadano mi, czego sam oczywiście nie pamiętam, że jako małe dziecko byłem kąpiący w wodzie, podgrzewanej na piecyku, w którym palono encyklopedie mego dziadka. Sądzę, że jest to przepiękna metafora, mówiąca jak można kulturę zredukować do rzeczy praktycznej. A jednocześnie jest to metafora złego użycia środków. Otóż pan Żabiński przypomina, że człowiek, który musi ogrzać mieszkanie, najpierw pali to co bezwartościowe, a potem rzeczy coraz bardziej wartościowe: książki, meble - tak jak robiliśmy to w czasie wojny. Kultura jest takim dobrym towarem, którego nie warto używać na opał.

Tymczasem ilekroć widzę, że człowiek zmęczony siada przed telewizorem, chcę wołać: „Ratunku! Pan się pomylił, pan robi zupełnie nie to co należy”. Kultury nie należy używać za-

miast spaceru, zamiast odpoczynku, zamiast kąpieli, zamiast łaźni. Potrzebne są zupełnie inne zabiegi, żeby człowiek się zregenerował. Kultura jest tym, do czego trzeba sięgać dla odzyskania sił duchowych, a więc w momencie mobilizacji wewnętrznej. Nie można z kultury korzystać wtedy, gdy człowiek jest kompletnie do niczego. Trzeba się najpierw zmobilizować do wysiłku. Nie można nic dostać, nie wychodząc na przeciw. Nie można przeżyć książki, jeżeli się jej nie czyta z pewnym oddaniem lub oczekiwaniem. Jerzy Grotowski, kiedy jeszcze uprawiał teatr, terroryzował publiczność i walczył z zachodnią, konsumpcyjną publicznością. Za wielkie pieniądze, jakie płacili, szczególnie kiedy jeździł po wielkich stolicach świata, sadzał ludzi na sali i kazał im siedzieć do pół godziny w ciszy. Mówił: „Proszę państwa, wyzwólcie się teraz z waszych codziennych trosk i pośpiechu. Przestańcie myśleć o kolacji, na którą pójdziecie po teatrze i skupcie się, żebyście byli w stanie przyjąć od aktorów to, co wam dadzą za chwilę”. Grotowski był wielkim człowiekiem terroru, więc rzucał wściekłym spojrzeniem na tych, którzy wiercili się lub gadali. Wskazywał wtedy palcem i mówił „Oj, bo pana wyproszę”. To wspaniale robiło bogatym ludziom, bo za własne pieniądze byli leczeni z pewnej zadyszki. A w momencie, gdy w końcu zaczynał się spektakl, taki jak na przykład „Apocalypsis con figuris”, następowało rzeczy-



wiecie spotkanie. Aktorzy dawali wszystko z siebie, czuło się, że żyły wypruwają, żeby dać świadectwo jakiejś prawdy, a ludzie, którzy tam przyszli, też czekali intensywnie i byli gotowi do przyjęcia.

Oczywiście możemy powiedzieć, że nie raz nas w życiu oszukano. Nie raz czytałem książkę z wielkim wysiłkiem, przebijałem się przez tekst, który na końcu mnie zawiódł i uważam, że miałem do czynienia z pretensjonalną głupotą, z jakimś nabzdyczonym autorem który mi zawraca głowę, a ja go czytałem na kolanach. Wielekroć w teatrze nudziłem się śmiertelnie, bo mimo wysiłku z mojej strony, nic mi w końcu nie dali. Z wiekiem robię się coraz śmielszy, często wychodzę z teatru, z kina, odkładam książkę przeczytaną do połowy, bo mój potencjał pokory jest też ograniczony.

Kiedy wybieram coś dla siebie, to wybieram to, co wierzę, że poszerzy moje horyzonty. Użyję znowu banalnej metafory. Widzę, że macie tu państwo dostęp do kuchni wegetariańskiej - to jest w naszym klimacie i w naszej tradycji prawdziwy rarytas. Ja kilka razy do roku miewam u siebie w domu gości z Indii. Zawsze wtedy przeżywam barbarzyństwo mojej mięsożerności. W ich oczach czuję się fatalnie. Kiedy oni przyjeżdżają, zaczynamy się wstydić i omijamy wszystkie potrawy mięsne. Oni zwykle sami gotują potrawy wegetariańskie. Kiedyś sąsiadka spytała, czy mamy w domu hipopotama, bo taką

ogromną ilość kapust trzeba przynosić, żeby się tym najeść. A moja sędziwa mama, która dobiega dziewięćdziesiątki, jak ma ochotę na swoją kielbasę, to przez delikatność zjada ją pokryjomu w łazience. Pomyśleć, jakie to okropnie niskie, to co my robimy. Sądzę, że kiedyś, za ileś stuleci, ludzie będą parzyć na nas z takim samym zdziwieniem, jak my patrzymy na naszych przodków, którzy ćwiartowali przeciwników, piekli na wolnym ogniu, rozrywali im stawy i uważali, że to jest zupełnie naturalne - że złemu trzeba przed śmiercią dać pocierpieć. Nam się to w głowie nie mieści, prawda? A przecież to byli nasi kulturalni przodkowie. (Skądinąd my sami żyjemy obok kary śmierci, która w końcu XX-go wieku okazuje się czymś barbarzyńskim, ale właściwie jeszcze do niedawna tak nie było i zresztą jest nie dla wszystkich nawet dzisiaj). Skoro tyle uwagi przywiązujemy do tego, co wkładamy do naszych organizmów i skoro uważamy na to, co robić, by z pokarmu nie wynikło zatrucie, to pomyślmy, ile duchowego zatrucia płynie z tego, że zapełniamy oczy, uszy, naszą fantazję - materiałem trzeciej kategorii, poślednim, nic nie wartym, który tylko zamula wyobraźnię.

Gdy pada słowo „wyobraźnia”, to w tej mojej agitacji kulturalnej powraca pewne sformułowanie, moim zdaniem bardzo przydatne. Mianowicie, istnieje pewna powinność etyczna, która wyraża się w wyobraźni. Chociaż nie ja

wymyśliłem to określenie, jest mi ono bardzo bliskie. Nie jest jednak zbyt często używane w języku potocznym. Jeżeli wielka część dramatu naszego współżycia ze światem polega na tym, że nie potrafimy wyjść poza siebie, zobaczyć siebie oczami drugiego człowieka, zobaczyć krzywdę i ból, jakie zadajemy, nieuwagę, którą ranimy czyjąś delikatność - to jest to właśnie nasze barbarzyństwo płynące z braku wyobraźni.

Kultura to jest zdolność, to doświadczenie wczucia się w drugiego człowieka. I tutaj kultura artystyczna jest ogromnym narzędziem. Ona niesłychanie pomaga. Gdyby nie było Prousta, Dostojewskiego, Felliniego - masy rzeczy nie wyobraziłbym sobie i nie zrozumiał. Dzięki każdemu z nich mam wyobraźnię umeblowaną jakimś więcej elementem. Znam jeden więcej nastrój, jedno więcej uczucie, jeden więcej sposób przeżywania. Pamiętam jak w młodości czytałem Stendhala. Trafiłem na dobry czas, kiedy budziły się we mnie namiętności; dzięki tamtej lekturze zobaczyłem, jak może wybuchnąć ludzka miłość - zła, powikłana, ale taka, że nagle te moje koleżanki szkolne, które przed chwilą ciągnąłem za warkocz, stały się ludźmi i zrozumiałem, że można je widzieć w zupełnie innym wymiarze. To było wspaniałe i zawdzięczam to panu Stendhalowi, za co chętnie zaniósłbym mu kwiatek na grób, gdybym wiedział, gdzie się znajduje. Jest tych

ludzi bardzo wielu, którym bym zanosił kwiaty...

Bo dzięki nim stałem się bogatszy, czegoś się dowiedziałem. Czego się dowiedziałem od Beethovena? Czegoś, czego nie wiedziałem wcześniej, na przykład o nastroju przed burzą. Akurat dzisiaj słuchałem VI Symfonii - ile nastrojów, ile zdziwień, ile zastanowień, ile zachwyków jest zawartych w muzyce! O tym się trudno mówi, ale jest to bogactwo, bez którego człowiek prymitywny jest po prostu biedny. Ktoś, kto tych rzeczy nie przeżył, nie dogoni ludzkości, pozostanie cofnięty w rozwoju. W tym miejscu widzę, jak kultura artystyczna jest narzędziem, które mi pozwala skorzystać z doświadczeń minionych stuleci. Wdałem się ostatnio w lekturę Petroniusza. Przedziwna lektura, jakieś strzępy - ale nagle objawił mi się świat przedchrześcijański. Zobaczyłem, czym się od niego różni, jak bardzo - przy mojej nikłej wierze - jest we mnie zupełnie inne widzenie tego mojego miejsca w Kosmosie od tego, które przyniósł Petroniusz w czasach, kiedy jeszcze nie było nadziei na odkupienie. Również mówił o tym Fellini w „Satiriconie”, który jest adaptacją tej książki, tych strzępów - gdzie powołał do życia ten świat, przypomniał jaki ten świat był kiedyś.

Wczoraj włączyłem telewizor, żeby obejrzeć audycję Alicji Resich-Modlińskiej, do której zaprosiła księdza Tischnera. Ksiądz Tischner powiedział,

że ludzkość dzisiaj nie jest bardziej grzeszna niż kiedykolwiek; dramatem ludzkości jest dzisiaj nie to, że ludzie postępują wbrew sumieniu, lecz że nie chcą mieć sumienia, chcą zanegować istnienie dobra i zła, powiedzieć, że wszystko jest jednakowe, że wszystko jest tylko kwestią przypadku, że człowiek jest produktem okoliczności i społeczeństwa, a nie siebie samego, swoich własnych wyborów. W tym fałszywym mniemaniu jest nasza wielka bieda i ona przenosi się na kulturę, bo wartości w kulturze stają się tak samo relatywne. Przeciwno temu ja sam bronię się, bo wydaje mi się, że jest to nieprawda. Kultura sprawdza się przez to, na ile nas podnosi, na ile potrafi nas natchnąć i ożywić w momencie, kiedy jesteśmy duchowo wyczerpani, zszarżali, bez wyobraźni.

Kultura jest tym cudownym narzędziem, wypracowanym przez stulecia, dzięki któremu wyszliśmy z tego stanu na wół zwierzęcego, z tej barbarii, z tego chamstwa - bo po polsku owa „barbaria” oznacza właśnie chamstwo, pewien sposób życia, jaki potencjalnie w każdym z nas siedzi. Jest w każdym człowieku wspomnienie chama, którego przewyciężył, a który odzywa się czasami. To okropne, spostrzec w sobie to zwierzę, ale wspaniale, że możemy wierzyć, że da się je pohamować, okiełznać i w jakiś sposób wzbić się ponad nie.

Zrobiłem kiedyś film „Barwy ochronne”, w którym właściwie cały

czas tylko o to mi chodziło; tam podjąłem polemikę z tym troszkę angelicznym, a troszkę zakłamanym, słodkim obrazem dobrotliwego świata. Ja czuję świat jako wielki dramat, który się nieustannie rozgrywa. I właśnie w polemice z takim słodkim gadaniem zrobiłem film, który jak się potem okazało, zupełnie czym innym ludzi interesował. Zainteresował sztafaż zakłamanego uniwersytetu, korupcji, oszustwa, a tymczasem mnie tam najbardziej chodziło o to, jak się ma kultura do natury, i jak właściwie natura jest w człowieku potworna, jeżeli tak się ją zdefiniuje, jak ja to teraz robię. Bo oczywiście można też powiedzieć, że natura ludzka jest czymś pięknym i dobrym. Człowiek nie może sobie zaprzeczyć. Nie może się rozwinąć w konflikcie ze swoją naturą. W tym miejscu mówimy już o naturze w inny sposób. Musimy ją uszanować, uznać - i ją poprawiać. Ale nie można jej zanegować. Bo wtedy człowiek siebie niszczy.

W innym moim filmie pt. „Życie rodzinne” - na złość modzie panującej 20 lat temu, kiedy wszyscy się tak strasznie „wyzwalali” od rodzin, warunkowań, od tradycji, od przeszłości - szczególnie na Zachodzie - ja w polemice z takim myśleniem opowiadałem o chłopaku, który nosi garb trudnej rodziny - ojca złamanego i zniszczonego alkoholika. I on, który uciekł w nadziei, że się wyzwoli, w ostatniej scenie filmu musi sobie przypomnieć, że jest synem, że jest kontynuacją swo-

jej rodziny. Ma ten sam tik, który ma ojciec, co nie znaczy że ma mieć ten sam los, bo właśnie może swoim życiem inaczej pokierować. Chodziło mi o to, że nie można zaprzeczyć swoim korzeniom, tylko można na tych korzeniach coś budować. W tym kontekście rozumienie natury wynika już z zupełnie innej intuicji. Tutaj mówimy o tym co naturalne, w przeciwieństwie do tego co sztuczne.

Osobiście bardzo boję się ludzi, którzy swej naturze zadają jawny gwałt. Wielokroć widziałem to na politycznym polu na przykład obserwując postępowych Niemców z mojego pokolenia, którzy za nic nie chcieli uronić łzy nad tym, co stracili na skutek wojny. Mnie to naprawdę napawało przerażeniem. Mówiłem: „Ja się was boję. Jeśli wy nie potraficie płakać nad Królewcem, nad Wrocławiem, tak jak my płaczemy nad Lwowem i nad Wilnem, to wy jesteście nienormalni. Przecież ja nie chcę nikomu zabierać Lwowa i Wilna, pogodziłem się z tym, że te miasta odeszły i nawet próbuję patrzeć na to pozytywnie. Może w ten sposób nasze długi zostaną spłacone, może ktoś inny się rozwinie; może dzięki temu, że oddaliśmy jakże nam bliskie miasto, inny kraj, Ukraina, któremuśmy zdążyli w historii nieźle zaszkodzić, podniesie się i stanie się narodem i będzie miał własną pełną egzystencję. No ale to nie zmienia faktu, że ja - urodzony na trzy miesiące przed wojną - tak przesiąknęłam legendą naszych Kresów, że oko mi się

musi zaszklić, gdy we Lwowie usłyszę starą polską piosenkę. Ja z tym nie będę walczył. To jest właśnie dla mnie naturalne, bo w ten sposób mogę się wyzwolić od złych uczuć, które oczywiście są we mnie: pragnienia odwetu, pragnienia odzyskania tego, czego nie należy czasem odzyskiwać. Trzeba czasem ze stratą pogodzić się, trzeba coś zostawić za sobą, powiedzieć sobie, że los potoczył się tak a nie inaczej i tak może jest nawet lepiej”.

Mówię państwu o tym, bo ten mój atak na naturę mógł być źle zrozumiany. Dlatego próbuję go zrównoważyć wskazując, że w innym rozumieniu będę natury bronił, będę bronił tego, co w człowieku jest w tym właśnie sensie naturalne, że nie skłamane - pod warunkiem, że jest to materia, nad którą pracujemy, na której próbujemy zbudować nasz rozwój duchowy. A nie jest to tylko bierność przyznania się do natury.

W tej powodzi sloganów jakie obecnie krążą, pamiętam że jedno z najwstrętniejszych jakie mi się pojawia w slangu psychologiczno-młodzieżowym, to jest hasło, które zachwycało hippiesów przed 30 laty - „I'm okay, you're okay” - „Jesteśmy w porządku”. To hasło ma w sobie jądro czegoś słusznego, bo zawiera istotę aprobaty, która jest potrzebna człowiekowi. Łatwo może się ono jednak stać niszczycielskim hasłem, jeśli oznacza: „Jestem jaki jestem i nie chcę być inny”. Wtedy to hasło jest ohydne, jest wyrazem duchowej śmierci. Nie chcąc się zmie-

niać, nie chcąc rosnąć, musi się cofać, karleć - czyli musi się stawać coraz mniejszym, coraz marniejszym, coraz podlejszym człowieczkiem. Bo kto nie rośnie, ten karleje. Można się podnosić i upadać, ale nie ma stanu, w którym byśmy byli zamrożeni. Wszystko porusza się przecież wzdłuż prostej czasu, która ma swój przebieg i nie ma od tego odwołania.

To wszystko, co chciałem powiedzieć pozytywnego o kulturze, może się dzisiaj zderzać z jakąś rozterką wobec tego, co widzimy na rynku. Wielu moich przyjaciół, ludzi kultury, popada w panikę widząc, że uporządkowane w pewien sposób wartości dzisiaj się rozpadają.

Najczęstszym motywem wśród dzisiejszych sfrustrowanych intelektualistów jest narzekanie na amerykańizację i na to, że wszystko robi się komercyjne. Ja, proszę państwa, mam już za sobą tę rozterkę i przestałem się tym przejmować. Wydaje mi się, że wszystko jest tak, jak być powinno. I to jest moje ostatnie wyznanie, może trochę przekorne, do którego nie wiem na ile państwa przekonam. Ale ponieważ myślę, że w tym przekonaniu jest coś uspokajającego, więc to powtórzę na przekór powszechnie przyjętym opiniom.

Myślę, że myśmy w naszej europejskiej arogancji tyle lat żyli zorientowani na piękne elity, które rzeczywiście brały na siebie odpowiedzialność za społeczeństwa, za zbiorowości i dlatego były przez nie uważane za elity, że

nie spostrzeżliśmy, że doszła do nas ogromna rzesza ludzi, których awans społeczny i kulturalny jest dzisiaj faktem bezspornym. Mnie to zawsze uderza, szczególnie teraz w Polsce, kiedy widzę tę ogromną rzeszę ludzką, która nagle ma dostęp do cywilizacji i do wolności jakiegoś dawniej nie miała i do decyzji, których nigdy nie mogła podejmować. Ta wielka rzesza ludzi jest często marnie wykształcona i ma marne nawyki kulturalne. To prawda, ale na to nie ma rady, że coś się wznosi, a potem opada i w jakimś szerszym obszarze wznosi się ponownie. Wszędzie tam, gdzie widzę autentyczne zaangażowanie w kulturę, tam przypuszczam, że rodzą się prawdziwe wartości. I nawet w najmarniejszym serialu telewizyjnym, nawet w durnej piosence, przypuszczam, że jest jakaś żywa poezja. Ja już jestem tak wykształcony i tak wychowany, że tego nawet nie umiem słuchać i nie zmuszam się do tego i wyłączam radio przy rocku. Ale uważam, że to jest w jakiś sposób naganne, trochę tak jak jedzenie mięsa. Sam jednak nie zostaję wegetarianinem, bo na tyle się już zmienić nie potrafię, chociaż kto wie, może jeszcze kiedyś dojdę do większej doskonałości?

Zasięg zjawisk w dzisiejszej kulturze jest o tyle szerszy, o tyle więcej książek się drukuje, o tyle więcej ludzi uczestniczy w kulturze, że nawet jeżeli to co było wykwittem najwyższych „kominów” społeczeństwa, dziś sypie

się i jałowuje - teatr jest dzisiaj nudny, mówiąc prawdę, nowych powieści specjalnie dobrych nie ma, ale wystarczająco dużo dobrych jest starych; telewizja też ma wiele gumi do żucia, chociaż i tam czasem się trafi „Przystanek Alaska”, który jest całkiem przyzwoitym serialem, już nie upokarzającym w oglądaniu - słowem to, że dzisiaj nastąpił pewien regres jakościowy, nie jest dowodem, że coś się naprawdę załamało. Jest to moim zdaniem zwykle „tąpnięcie”, jak to mówią na Śląsku, czyli że ziemia się troszkę zapadła, ale to nie jest koniec świata ani żadna czarna dziura. To nie jest na pewno powód żeby twierdzić, że w kulturze wszystko jest relatywne czy względne.

Natomiast każda nowa epoka powoduje, że coś ze starej rozsypuje się w drobny mak i że na coś, co dla tamtej epoki było najwyższym osiągnięciem, nowa epoka nagle jest głucha. Podnosi mnie na duchu to, że pamiętam, jak Koźmian narzekał na Mickiewicza i widzę, że miał rację. Koźmian był na swój sposób dużo doskonalszy niż ów młody chaotyczny romantyk. Na przykład „Oda do młodości” naprawdę poetycko jest knotem, tymczasem Koźmian pisał cudowne wiersze. Historia jednak oddała później sprawiedliwość Mickiewiczowi, który się rozwinął i stał się twórcą nowej estetyki i był wielkim poetą, co wcale nie przekreśla Koźmiana.

Tę cykliczność chciałbym państwu podsunąć jako pewien motyw równo-

wagi. Proszę nie przerażać się tym, że dzisiaj wszyscy mówią o regresie w kulturze, że nie jest tak dobrze jak było. Ja myślę, że narzekanie na to, że dzisiaj jest gorzej niż kiedyś jest równie stare jak ludzkość. Ktoś mi cytował najstarszy napis, bodajże asyryjski, o tym, że obyczaj młodzieży się psują... Ja myślę, że od tego czasu nic się nie zmieniło. Tak samo proces cyklicznego rozwoju kultury jest czymś naturalnym. Nie widzę więc jeszcze końca świata, przynajmniej dla siebie. Może najwyższej emeryturę, jeżeli się okaże, że nie umiem już mówić w tym świecie, w którym teraz żyję. Ale na razie robię wielki wysiłek, żeby się w nim odezwać. Jeśli jednak okaże się, że nie kontaktuję, że z młodym pokoleniem nie potrafię się komunikować, to też nie nieszczęście, bo mam jeszcze parę innych zajęć w życiu. Z żalem rozstanę się z kinem, ale będę robił coś innego.

Właśnie oderwałem się od pisania żeby do państwa przyjechać, a jestem w środku kończenia scenariusza. Znajduję się więc na tym ostatnim, najgorszym etapie, kiedy przeżywam straszne huśtawki: nastroju, wiary, załamania, pokonywania niemożności. Że ja już więcej w życiu nic nie napiszę i nie mogę zrozumieć, jak to się stało, że cokolwiek kiedyś napisałem. Kim był tamten, któremu się udawało? To przerażające, jak człowiek się naszarpie próbując coś stworzyć. Myślę, że to jest cena, jaką płacą wszyscy artyści. Prawie każdy z moich przyjaciół przyzna-

je, że proces twórczy jest taką straszliwą huśtawką, z której tak łatwo wylecieć poza granice rozsądku i samokontroli, że wielu artystów przewraca się i nie wytrzymuje tych napięć. Tworzenie jest szalenie niebezpieczne.

Ja sam odczuwam agresję, kiedy widzę, jak współczesna retoryka - od niej zacząłem i na niej skończę - lekkomyślnie bawi się słowami i pojęciami, które we mnie budzą grozę. Zauważyliście państwo, jak język reklamy, jak język potoczny, lekkomyślnie używa słowa „szaleństwo”, „wariactwo”, jakby to były słowa pozytywne. Otóż dla mnie szaleństwo jest tuż za drzwiami, ja wiem, że ono jest tak blisko, że ja z tym nie żartuję. Wiem, że sam mogę się rozsypać kompletnie i że z tego napięcia wyjdzie jakiś wrak ludzki, niezdolny do niczego.

Ponieważ od dziecka jeździłem konno, to była moja największa własna nauka życia, teraz piszę o tych latach. Piszę o moim dzieciństwie w okresie stalinizmu, który przeżyłem dość dramatycznie, ale chyba pozytywnie, właśnie dzięki koniom. Ludzie mi nie bardzo pomogli, a konie ogromnie. Pamiętam jedną z takich prawd, których się uczy człowiek od konia. Że jeżeli koń wyłamie przeszkodę, to nie można wrócić do stajni. Można obniżyć przeszkodę, można zrobić wszystkie oszustwa, nawet przeszkodę na ziemi położyć, ale koń musi ją przejść jeszcze raz, bo inaczej będzie ją wyłamywał stale.

Pisanie jest jak spowiedź, którą człowiek sam przed sobą robi. Właści-

wie przed kawałkiem papieru, który pójdzie w świat. Sytuacja ta stwarza taki dramat, który staje się tytułem pozwalającym prosić o wyrozumiałość. Społeczność artystów cieszy się na ogół najgorszą reputacją, na pierwszy rzut oka artyści są jednym z ciemniejszych zaułków każdego narodu. Ja sam wywodząc się ze środowiska akademickiego, miałem przez lata odruch odrzutu wobec moich kolegów artystów jako ludzi oscentacyjnie niemoralnych. Dzisiaj wiem, że za tym okropieństwem stoi tyle cierpienia, tyle wzlotów, upadków, tyle prób, że w końcu można powiedzieć, że to środowisko jest bardziej moralnie sprawdzone niż wiele środowisk pozornie nienaganych.

Znajduję się często w takich rzekomo szacownych środowiskach, bo zasiadam w kilku radach nadzorczych, bywam na spotkaniach bankowych i chociaż nic z tego świata nie rozumiem, bardzo mnie on interesuje. Tam właśnie obserwuję takie złoza marności, łajdactwa, nędzy duchowej, że myślę sobie, że ci moi okropni bracia artyści, awanturnicy, samolubni, czasem wręcz wstrętnei ludzie, może w gruncie rzeczy są jednak bliżej moralności. Bo wprawdzie tak jak mówił ksiądz Tischner, łamią oni zasady swego sumienia, ale najczęściej mają sumienie i wiedzą, że je mają. A przecież jeżeli rozpoznajemy swój błąd, to właściwie już jesteśmy na drodze do zbawienia.

# Człowiek jest spotkaniem

Czymś zupełnie nowym dla mnie i mojego rozwoju duchowego było uczestniczenie w warsztacie prowadzonym przez dwóch księży - trzeźwiejących od kilkunastu lat (z dobrym skutkiem) w AA. Jak się łatwo domyślić, musiał to być warsztat z ich właśnie profesji, a był to warsztat: Pismo św. - Droga Duchowego Rozwoju Człowieka.

Nieraz sięgałem po Biblię, czytałem ją i próbowałem zrozumieć jej mądrość, zawartą w poszczególnych wersetach. Czy to co czytałem rozumiałem? Myślałem że tak, ale tak naprawdę to kończyło się to na czytaniu, a nie na analizowaniu tekstu tak, aby go zrozumieć.

Sama postawa księży Wieśka i Pawła, ogromna akceptacja nas wszystkich, otworzenie się z własnymi problemami i szczerść aż do bólu, spowodowały, że wreszcie mogłem swobodnie mówić o swoich problemach i wątpliwościach natury religijnej. Mówiłem otwarcie i bez obawy. Każde spotkanie poprzedzało wspólne śpiewanie przy gitarze, na której nam akompaniował ks. Wiesiek, a nie jak przy takich okazjach bywa - tylko modlitwa. Śpiewem też kończyliśmy zajęcia. Wspólnie też rozważaliśmy nad Listem św. Jakuba Apostoła. Dopiero tam odkryłem ogromną mądrość zawartą w Biblii oraz nauczy-

łem się, jak z tej mądrości korzystać i jak ją zrozumieć. Odkryłem też ważną rzecz, o której czytałem u Anthony de Mello. Teraz wiem, że samo czytanie Biblii oraz kurczowe trzymanie się tekstu prowadzi do pewnego fałszerstwa prawdy, która jest przesłaniem Biblii.

Drugą część tego warsztatu, gdyż po trzech dniach sympatyczni księża musieli wyjechać, prowadził pastor Robert Gamble, Amerykanin szkocko-irlandzkiego pochodzenia z Kościoła Episkopalnego.

## **Biblia jako źródło mądrości**

W podobny sposób pracowaliśmy nad wersetami Listu Jakuba pod przewodnictwem pastora. Nie widziałem żadnej różnicy w zajęciach, a i wiedzy mi przybyło. Pastor przekazywał nam Biblię jako źródło mądrości, jej pojęcie i wartość historyczną. Pokazał jak rozumieć ewangelistów i czemu służą Stary i Nowy Testament.

Ten jeden warsztat, prowadzony przez duchownych różnych wyznań, mówił o tym samym. Zobaczyłem wspólną płaszczyznę do dyskusji o Bogu, zobaczyłem tolerancję i akceptację ludzi inaczej wierzących. Uwierzyłem, że można się porozumieć z innymi wyznaniem, bo tak naprawdę to jesteśmy chrześcijanami i korzystamy z tego samego Pisma św. Jestem głęboko prze-



konany, że przy odrobinie dobrej woli porozumienie jest możliwe, a powinniśmy szukać tego co nas łączy, a nie tego co nas dzieli, powinniśmy dyskutować, a nie klócić się w zapiekłym fundamentalizmie i oszołomstwie.

To było właśnie moim zdaniem głównym przesłaniem Międzynarodo-

wej Letniej Szkoły - TOLERANCJA I AKCEPTACJA, bo bez tego nie ma mowy o rozwoju duchowym człowieka i o tym też mówiła w swoim inauguracyjnym wykładzie dr Ewa Woydyłło.

*Michał Cimek - Głogów*

## WINO W WODĘ

Alkoholik w Kamesznicy może czuć się bezsilny, ale nie powie, że jest bezradny - tłumaczy tamtejszy proboszcz, Władysław Zązel. By się o tym przekonać do rozciągniętej na 12 kilometrach wioski pod Żywcem przyjeżdżają Anonimowi Alkoholicy z Bielska-Białej. Tydzień poświęcili na Czwarty i Piąty Krok, dzisiaj ostatni dzień pobytu i spotkanie z proboszczem, potem spowiedź.

Dziesięć osób - cztery kobiety, sześciu mężczyzn, trochę spięci przed rozmową z księdzem. - Nie miejcie przede mną strachu - prosi Władysław Zązel, który tu się urodził i w tej parafii jest od lat. - Jestem samoukiem i muszę się od was uczyć jak radzić sobie z alkoholem. Poza tym nie robię wam łaski, że przychodzę, ale wy mi robicie łaskę, że mnie chcecie. I jeszcze jedno wam po-

wiem, nie takich jak wy widziałem, nie miejcie się za szczególnych bohaterów.

Dwa lata temu ksiądz zaproponował, by w rozpitej gminie, przy ośrodku terapeutycznym w Kamesznicy spotykała się grupa kobiet współzależniących. Po długich namowach sołtysowej, Ireny Pietras, przyszło ich dwanaście. Niechętnie słuchały, że domowe picie też od nich zależy. Że nie muszą starać się przypodobać mężowi kupując pół litra i że ważniejsze od sakramentu małżeństwa jest ich bezpieczeństwo. Po tej ostatniej wypowiedzi, często powtarzanej przez księdza, gdy w domu wybucha pijacka awantura, kobieta dzwoni po policję i na plebanię. Przeważnie ksiądz przyjeżdża pierwszy, jeśli uważa, że sytuacja jest groźna znajduje dla rodziny zastępczy nocleg.



W przyszłości, w budowanym obok plebanii domu spokojnej starości, będą pokoje dla maltretowanych żon. Na razie do ośrodka zaczęli zaglądać mężowie, ksiądz im tłumaczył, że każdy ma swoje dno. Niech spróbują, nawet jeśli „zapiją” po pół roku, bo takie wpadki są tu najczęstsze, łatwiej będzie im wrócić do trzeźwości. Z tych przekonanych mężów powstało Stowarzyszenie Abstynentów „Grapka”. Jest to także nazwa wzniesienia, na którym stoi kapliczka Matki Boskiej, pielgrzymi wę-

drują tam wierząc w uzdrawiającą moc źródła. Mieszkały tu siostry, misjonarki, ale wyjechały na Wschód, bo tam są bardziej potrzebne. Teraz przyjeżdżają trzeźwiejący alkoholicy, przyciąga ich autorytet księdza.

Gmina dała 15 milionów, pracowali mieszkańcy wsi i od ponad roku mają własne pomieszczenia. Na „Grapce” grupa uzależnionych spotyka się w każdą sobotę o 16.30, współuzależnione osoby przychodzą w niedzielę. Mogą też, tak jak minionego lata, przyjmować gości z Bielska-Białej, z którymi przyjechał psychoterapeuta z Wojewódzkiej Poradni Leczenia Uzależnień, Tadeusz Jordanek. Twierdzi, że w Bielsku sytuacja jest, jak określa, coraz bardziej otwarta i przyciągająca. Codziennie odbywają się trzy mitingi, o których informuje prasa lokalna. Nazywają się różnie - „Anioły”, „Wzajemność”, „Azyl”, „Ufność”, „Stokrotka”, „Banita”, „Watra”, „Familia” i oczywiście „Nowe Życie”. Oni sami po powrocie zapewne założą własną grupę. Są ze sobą od początku terapii, dziś znaleźli się na znanym wielu etapie - boją się z sobą rozstać. Krysia na samą myśl, że mogłaby stracić kontakt z tą właśnie grupą już ma łzy w oczach, ale zaraz mi tłumaczy, że to tylko taki nastrój przed spowiedzią.

Przyjechaliśmy tu w konkretnym celu - tłumaczy mi psychoterapeuta, Tadeusz Jordanek. - Te dwa kroki, szczególnie obrachunek wydają się, moim zdaniem, nie do zrealizowania w

domu. Izolacja, potem zamknięcie w grupie są wskazane. - Jeśli to policzenie się z własnym życiem robię sam, jest to tylko jeden raz. W grupie tę refleksję nad sobą przeżywam dziesięć razy, wraz z innymi - dodaje jeden z mężczyzn.

Jak trafili do AA? Krysia знаła kogoś, kto chodził na mityngi. Przypro-wadził ją. Marta mówi poważnie, że jest w trakcie „realizowania kontraktu”, który zawarła ze swoją lekarką. Jednym z jego elementów jest udział w spotka-niach AA. - Siła grupy jest potężna - mówi z przekonaniem Krysia. Jej już dorosłe dzieci uczestniczą w spotka-niach Al-Anon. To od nich zaczęła się jej przemiana, dziś choć sama wyszła na prostą, nadal potrzebuje ich wspar-cia, w domu jest mąż. Czynny alkoholi-k - ucina Krysia - tu, w Kamesznicy nie będę o nim rozmawiać.

Marcin śmieje się, że stosował naj-różniejsze metody, które określa jako chałupnicze. Chciał poradzić sobie sam. Próbował siedem lat, a teraz jest tutaj i prosi mnie, żebym nie wymawia-ła przy nim słowa „esperal”. Uważa się za lidera grupy. Kiedy mówi, że Dwa-naście Kroków można przeczytać w pięć minut, ale realizować trzeba całe życie, reszta słucha go cierpliwie.

Jurek zazdrości Krysi, że wciągnęła do AA swoją rodzinę. Jego żona powie-działa, że problem alkoholu chowa do walizki, w ogóle nie wolno o tym roz-mawiać. Nie udało się ominąć tego tematu przy planowaniu wakacji. Ty-



dzień w Kamesznicy to tydzień urlopu. - Dla mnie jest to urlop postojowy - uściśla Katarzyna - tyle że nie jestem z dziećmi. A fabryka i tak stoi.

Ksiądz szuka słów, które by ich uniosły. Przypomina, że bez Wielkiego Piątku nie byłoby Zmartwychwstania, że św. Paweł mówił o słabościach, które będą chlubą, a Chrystus nie oceniał Marii Magdaleny z kim i ile razy. A oni na to, że pisanie życiorysu na trzeźwo jest bardzo trudne. - Ale przecież wasze poprzednie życie było jak gra w karty z oszustem. Nigdy się wtedy nie wygra, lepiej od razu zrezygnować. Takim oszustem był przecież alkohol. Byliście skoncentrowani tylko na nim, wyrwani z rodziny. Gdybyście pili nie byłiby-śmy teraz razem, tylko każdy leżałby w swoim kącie. Bo to tak jest, najpierw wielka przyjaźń, a potem jak się popiją, żaden nie interesuje się, co stało się z drugim. Ta chłodna uwaga podoba się wszystkim. Ale ksiądz wie, że coś jesz-cze ich uwiera. Strach przed spowie-dzią. Opowiada więc anegdotę o wier-nym, który coraz głośniej zaznaczał, że 24 lata nie był u spowiedzi. - No to

trzeba było poczekać rok, byłby jubileusz - skomentował spowiadający.

Z Kamesznicy Górnej idziemy do Dolnej. - Czym większy pijak, tym niżej mi się kłania - komentuje proboszcz i mówi, że wszyscy powinniśmy się cieszyć, przecież dostaliśmy się na jego własną Arkę Noego. Kiedyś przed laty, zanim zbudował tę Arkę, czuł się bezradny. Wydawało mu się, że powinien stać z balonikiem przed kościołem i nie wpuszczać pijanych parafian. Dziś może powtórzyć za św. Pawłem, że „wystąpił w dobrych zawodach”. Gdy został proboszczem wprowadził własną ustawę, taką o nie piciu. Ogłosił ją z ambony, a potem rozpoczął przekonywanie Kamesznicy, że to wszystko dla jej dobra. - Nie spieszyłem się - wspomina dzisiaj - wiedziałem, że najpierw muszę zasłużyć na szacunek i posłuszeństwo parafian. Choć w międzyczasie otworzono w Kamesznicy dwa sklepy monopolowe uważa, że odniósł sukces. Stosował najróżniejsze, skrajne metody. Ogłaszając prawo o niepiciu powiedział z ambony, że w razie niepowodzenia zastosuje głodówkę, bo jeśli mógł być Popiełuszko męczennikiem za „Solidarność”, on będzie za trzeźwość. Potem, w ramach lżejszych i o dziwo skuteczniejszych posunięć, wyruszył parę razy w rajd po gminnych knajpach. - I pan tutaj, i ty tutaj - zwracał się uprzejmie do wiernych. Bardziej pijani schylali głowy, mniej próbowali się tłumaczyć. Barman udawał, że tu nie pracuje. Po kilku takich

przeглядach restauracji, w najbliższą niedzielę ksiądz zapowiedział, że tak jak są wypominki za zmarłych, teraz będą wypominki za pijaków. Odczyta ich nazwiska w ogłoszeniach, bo chyba są dumni, że ich ciągle przy barze spotyka. A jeśli nie są, niech tam nie chodzą wcale.

- Potem doszedłem do wniosku, że przełomem w życiu jest wesele, niech też będzie przełomem w piciu - tłumaczy ksiądz Władysław Zązel. W ciągu minionych dziewięciu lat 50 par z okolicy wyprawilo wesele bez wódki. O obyczaju w Kamesznicy zaczęli się dowiadywać inni, rozproszeni po całym kraju, którzy też nie chcieli mieć alkoholu do toastów, ale osamotnieni i bojkotowani przez oburzonych krewnych wstydzili się przyznać do tego pomysłu. Ksiądz naliczył, że w całym kraju może być około 5 tys. takich par. Potężna siła, załączek partii. 140 z nich przyjechało w lipcu do Kamesznicy na wesele wesel. - Na wesele szłam radosna, bo się nie martwiłam czy się mój opije - tłumaczy Cecylia z Milówki parze z Pomorza.

Ksiądz Władysław Zązel bardzo często zwraca się do kobiet. - Z wszystkich kłótni rodzinnych, szczególnie tych poalkoholowych, to one wychodzą najbardziej pokrzywdzone - komentuje.

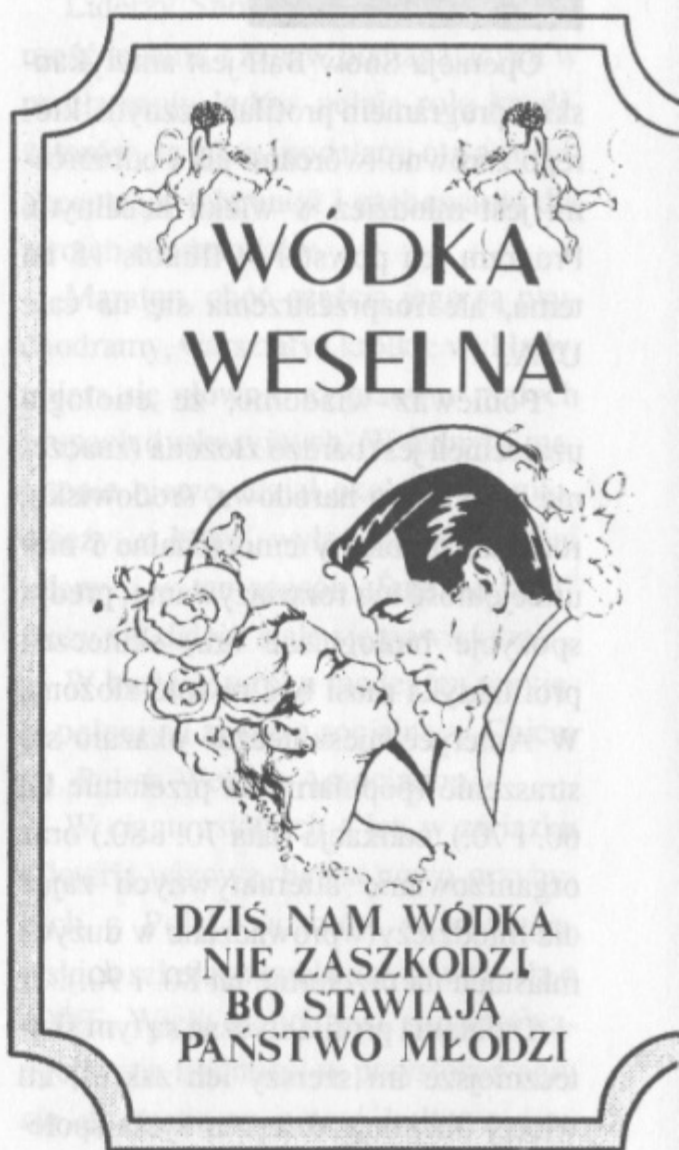
Kiedy już odbyły się pierwsze trzeźwe wesela zrobił jeszcze jeden krok - wyłożył księgę, do której każdy może wpisać swoją deklarację absty-

nencji. Za dobrą monetę przyjmowane są i trzy miesiące, i „zawsze”. Ktoś na marginesie dopisał - „ale piwo tak”. Czym deklarujący jest młodszy, tym łatwiej jest mu wpisać, że już nigdy nie dotknie kieliszka. Starsi mężczyźni są pokorniejsi wobec słabości i ostrożniejsi w deklaracjach. - Ale nawet jeżeli zdarzy im się wpadka - komentuje ksiądz - już będą mieli się od czego odbić. Zebrałem 600 podpisów. Wiem, że niektóre wesela bywają niedoskonałe, bo za parą młodą stoją rodzice, bracia - pijacy, gości też się nie upilnuje, ale przecież najważniejsze jest, że kto miał takie wesele przyjął inny, trzeźwy styl życia.

Najbardziej cieszy się, że ludzie z całej Polski przyjeżdżają do niego po błogosławieństwo, a pijani w Kamesznicy zostali - jak mówi ksiądz - pozbawieni komfortu picia. Trzeźwość stała się stylem życia, a nie wstydlivym uleganiem proboszczowi. - Oczywiście - mówi ksiądz, gdy mijamy knajpę „Pod Baranią” - nie wyeliminuję picia do końca. Nie wyrwę całkiem, ale czym większe jest zagrożenie tym więcej musi być ratowników. Jak przy płonącym lesie.

*Iwona Konarska*  
*fot. autorka*

Dla kontrastu - oto przykład z Sochaczewa, gdzie sprzedaje się alkohol z taką etykietką. Jak widać, Sochaczew leży b a r d z o daleko od Kamesznicy.





Korespondencja z Chicago

AGNIESZKA KOWALEWICZ

## Operacja „Śnieżna kula”

Operacja Snow Ball jest amerykańskim programem profilaktycznym, którego zarówno twórcami jak i odbiorcami jest młodzież w wieku licealnym. Program ten powstał w Illinois 15 lat temu, ale rozprzestrzenia się na całe USA.

Ponieważ wiadomo, że etiologia uzależnień jest bardzo złożona (znaczenie ma kultura narodowa, środowisko, rodzina, problemy emocjonalne i nieumiejętność ich rozwiązywania, predyspozycje biologiczne itd.) skuteczna profilaktyka musi być równie złożona. W Ameryce nieskuteczne okazało się straszenie (popularne na przełomie lat 60. i 70.), edukacja (lata 70. i 80.) oraz organizowanie alternatywnych zajęć dla młodzieży (wprowadzane w dużych miastach na przełomie lat 80. i 90.).

Działania profilaktyczne są tym skuteczniejsze im szerszy ich zakres, im więcej obejmuje dziedzin życia społeczności i jednostki.

Dlatego operacja Snow Ball stawia sobie za cel pielęgnowanie osobistego i interpersonalnego rozwoju jednostki we wszystkich dziedzinach jej życia jako najlepszą gwarancję, że nie będzie

ona uciekać się do używania alkoholu, narkotyków i przemocy jako metod radzenia sobie z problemami.

Tak rozumiana profilaktyka jest zespołem działań propagujących zdrowy, bezpieczny i produktywny styl życia.

Skuteczna profilaktyka powinna obejmować co najmniej 5 następujących strategii:

1) kształcenie osób (młodzieży i dorosłych) które chcą zajmować się prewencją - społecznie lub zawodowo;

2) rozpowszechnianie i udostępnianie rzetelnych informacji;

3) organizowanie alternatywnych rozrywek i zajęć dla młodzieży;

4) rozwijanie u młodzieży umiejętności życiowych (life skills) takich jak umiejętność porozumiewania się (communication skills), nawiązywania kontaktów, rozwiązywania problemów, radzenia sobie w sytuacjach konfliktowych, nauka asertywności, metod radzenia sobie ze stresem itd.;

5) wywieranie nacisku na lokalną politykę społeczną - tak by propagowała ona zdrowy styl życia.

Snow Ball w swoich działaniach obejmuje wszystkie wymienione po-

wyżej elementy. Operacja Snow Ball nie jest właściwie organizacją ale zrzeszeniem autonomicznych, lokalnie działających grup, które są od siebie niezależne. Każda taka środowiskowa grupa jest wspólnotą młodzieży i dorosłych prowadzącą u siebie działalność opartą na przeświadczeniu, że każdy człowiek jest zdolny do podejmowania słusznych i zdrowych decyzji odnośnie swojego życia w oparciu o rzetelną informację oraz zrozumienie siebie - swoich motywacji i postaw.

Proces profilaktyczny ma na celu rozwój jednostki - jej umiejętności interpersonalnych (m.in. przywódczych) oraz umiejętności podejmowania decyzji.

Profilaktyka, aby być skuteczna wobec jednostki musi także postawić sobie za zadanie budowanie systemu wsparcia dla młodzieży i dorosłych w ich własnym środowisku (poprzez szkoły, organizacje osiedlowe czy sąsiedzkie). Autonomia lokalnych grup Snow Ball zapewnia, że są one w pełni zespolone ze środowiskiem, w którym działają i jego specyfiką.

Środowiskowa grupa Snow Ball - dorośli i młodzieżowi liderzy spotykają się regularnie na cotygodniowych treningach i imprezach o charakterze rozrywkowym. Kluczem do sukcesu jest umiejętne połączenie nauki z zabawą i kontaktami interpersonalnymi o dużym ładunku emocjonalnym, oraz aktywny udział a nawet przywódcza rola młodzieży.

Dwa razy do roku liderzy Snow Ball przygotowują maraton Snow Ball - trwającą zwykle 3 dni imprezę dla młodzieży z lokalnej społeczności. Maraton taki choć łączy w sobie elementy zabawy i edukacji jest przede wszystkim okazją do zbliżenia - wymiany myśli, problemów i uczuć.

Liderzy Snow Ball poprzez znajomość technik i zabaw pomagających w przełamaniu lodów pełnią rolę katalizatorów, są także modelami otwartości, akceptacji, tolerancji i zachowania dla swoich rówieśników.

Maraton, choć częścią jego są psychodramy, warsztaty i krótkie wykłady, opiera się głównie na pracy w małych grupach dyskusyjnych. W jednym maratonie bierze udział około setka młodzieży, z której wyłaniają się kolejni liderzy i w ten sposób „Śnieżna kula” toczy się dalej i stale się powiększa.

W bieżącym roku model ten przyjęła polonijna agencja socjalna w Chicago, Polish Welfare Association.

W ciągu ostatnich 4 lat, w związku z loterią wizową, liczba nowo przybyłych z Polski uczniów w chicagowskich szkołach publicznych wzrosła o 400%. Wielu z nich jest rozczarowanych i ma trudności w przystosowaniu się do życia w nowej kulturze i w nowym środowisku. Młodzież przeżywająca trudny okres zmian skarży się na brak oparcia i pomocy. Nie mogą liczyć na rodziców, którzy są zapracowani i często jeszcze bardziej zagubieni w nowej rzeczywistości niż ich dzie-

ci. Przepelnione szkoły są zupełnie nie przygotowane do tego, by pomóc polskiej młodzieży w procesie adaptacji. W grupie tej rosną problemy związane z alkoholem, narkotykami i przestępczością.

W styczniu 1995 r. Polish Welfare Association zatrudniła 3 pracowników, których zadaniem jest rozwinięcie programu Snow Ball w 3 szkołach średnich na terenie Chicago, gdzie jest najwięcej polskich uczniów. Szkoleni od stycznia młodzieżowi i dorośli liderzy

zorganizowali w czerwcu pierwszy maraton.

Uczestnicy byli zachwyceni i przygotowują już następny na październik.

Ponieważ proces zmian kulturowych w Polsce sprawia, że sytuacja Polskiej młodzieży w kraju jest trochę podobna do tej na emigracji, może nasze chicagowskie doświadczenia mogłyby się okazać pomocne nad Wisłą?

O informacje proszę się zwracać do Komisji Edukacji Alkoholowej przy Fundacji im. Stefana Batorego w Warszawie.

## Nasi stypendyści

**MAŁGORZATA STAŃCZYK**

Łódź

Fundacja Pomocy Osobom Uzależnionym

„Uwolnienie”

# Z Rutgers wróciłam z pomysłami

Wraz z dwiema osobami z Polski uczestniczyłam w letniej szkole Summer School of Alcohol and Drug Studies Uniwersytetu Rutgers w USA.

Jeszcze przed wyjazdem do Stanów otrzymałam ofertę programową szkoły i musiałam dokonać wyboru warsztatów, w których chciałabym uczestniczyć. Przyznaję, że było to bardzo trud-

ne zadanie, gdyż wszystkie tematy wydawały się bardzo atrakcyjne, a ja mogłam wybrać jedynie dwa. Intuicja, na którą się zdałam i tym razem okazała się moim sprzymierzeńcem. Z perspektywy czasu uważam, że nie mogłam dokonać lepszego wyboru.

Pierwsze dni w USA mogłabym określić słowem „zaskoczenie”. Byłam



więc zaskoczona, że wieżowce na Manhattanie w Nowym Yorku są „aż tak wysokie”, że Amerykanie są aż tak punktualni i dobrze zorganizowani, że studentów w szkole jest aż tak wielu i że są radośni, uśmiechnięci i otwarci i czuję się tak jakbym ich znała od lat. Zaskoczyła mnie nawet pogoda. Przygotowana byłam na upały, a tu drugiego dnia zrobiło się pochmurno i deszczowo. Program był bardzo napięty, tak więc od wczesnych godzin porannych do późnego wieczora odbywały się warsztaty, seminaria i wykłady. Szkoła w Rutgers prowadzona przez dr Gail Millgram cieszy się bardzo dużym prestiżem i zatrudnia najlepszych specjalistów z dziedziny uzależnień. Nic więc dziwnego, że poziom zajęć był bardzo wysoki. Szkoła uważana jest za jedną z najbardziej postępowych. Nikogo więc nie dziwiło, że prezentowane były nowatorskie podejścia pozostające niekiedy w sprzeczności z tradycjami, funkcjonującymi w leczeniu od lat.

Tak więc ugruntowana wiedza, świeży powiew nowych idei, wspaniali ludzie, przyczynili się do powstania niepowtarzalnej atmosfery w Rutgers, której wspomnienie i dziś przyprawia mnie o dreszczyk emocji.

Wybrałam dwa podstawowe warsztaty.

Pierwszy z nich prowadzony przez Raymonda P. Dreitleina nosił tytuł „Duchowość i psychologia transcendentalna w zdrowieniu”.

Instruktor okazał się mistrzem jeśli chodzi o przekazywanie wiedzy. Słuchaliśmy go prawie w hipnotycznym transie, ale potrafił nas również rozśmieszyć aż do łez. Nic zresztą dziwnego, bowiem seminaria uzupełniające prowadził z zakresu psychologii humoru. Temat mnie zafascynował. Jestem pod silnym wrażeniem wiedzy, którą wyniosłam z udziału w tych zajęciach. Stwierdzam, że jest to kierunek, którym z całą pewnością chcę się zajmować.

Zarówno Raymond jak i Karen Herrick, która również prowadziła seminarium z zakresu tej tematyki wyrazili gotowość przyjazdu do Polski.

Udało mi się znaleźć w Stanach organizację, która może pomóc zorganizować tę wizytę. Przywiozłam sporo materiałów i książek. Zabieram się za tłumaczenie i mam nadzieję już niebawem zamieścić w „Arce” bardziej szczegółowe informacje dotyczące omawianej problematyki.

Drugi warsztat miał zupełnie inny charakter. Prowadziła go Nikola Irish Moyer, a nosił tytuł „Terapia krótkoterminowa w leczeniu uzależnień”. Ta tematyka była mi częściowo znana, ponieważ brałam udział w warsztatach prowadzonych w Łodzi przez terapeutów amerykańskich. Chciałabym zorganizować warsztaty, aby umożliwić zainteresowanym osobom korzystanie z tej metody w pracy z pacjentami uzależnionymi. Jestem również bardzo zadowolona nową metodą pracy z pa-

cientem uzależnionym za pomocą jednej sesji terapeutycznej. Ta procedura została jedynie zasygnalizowana, ale ponieważ wykazywałam duże zainteresowanie instruktorka ofiarowała mi książkę z dokładnym opisem tej metody. I tu również po przetłumaczeniu obiecuję podzielić się informacjami. Ośrodek, w którym pracuję przenosi się do nowego, większego lokalu, co umożliwi rozszerzenie działalności. Terapia krótkoterminowa oraz grupy rozwoju duchowego na pewno znajdą się w ofercie terapeutycznej ośrodka.

Pobyt w Rutgers był dla mnie ogromną inspiracją i myślę, że wiedza oraz energia jaką we mnie wyzwolił pozwoli

mi dokonać wielu istotnych zmian i usprawnić nasz warsztat terapeutyczny.

W sensie osobistym uważam, że 4 fundamentalne pytania określające duchowość:

1. Kim jestem?
2. Dokąd zmierzam?
3. Co tutaj robię?
4. Jak mogę osiągnąć spokój?

zapisały się we mnie bardzo głęboko. Jesef Cambell uważa, że każdy z nas jest bohaterem, który ma do odbycia swoją własną podróż. Moja podróż do Stanów i to, czego się tam nauczyłam, to ważny element mojej życiowej podróży i dlatego bardzo dziękuję wszystkim, którzy mi to umożliwili.

## TO JA, TWOJA CHOROBA...

Nienawidzę mitingów. Nienawidzę Siły Wyższej. Nienawidzę wszystkich, którzy są „na programie”. Każdemu, kto wchodzi mi w drogę życzę żeby go szlag trafił. Wszystkim życzę śmierci i cierpienia.

Pozwól, że się przedstawię: Jestem Chorobą, jestem UZALEŻNIENIEM. Chorobą podstępna, przebiegłą i groźną. To właśnie ja. Zabiłam miliony i bardzo jestem z tego zadowolona.

Lubię działać z zaskoczenia. Lubię udawać, że jestem przyjaciółką i kochanką. Czyż nie przynosiłam ci ulgi? Nie sprawiałam przyjemności? Przyznaj, że byłam ratunkiem na samotność i zawsze przychodziłam w sukurs, gdy odechciało ci się żyć. Lubię kiedy cierpisz. Lubię zmuszać cię do płaczu. Ale najbardziej lubię sprawiać, że nie czujesz już kompletnie nic, nawet cierpienia. Wtedy tryumfuje.

Zapewnię ci natychmiastową ulgę, żebyś w zamian cierpiał w nieskończoność. Ja, twoja choroba, zawsze będę przy tobie. Również gdy wszystko jest dobrze - wtedy mówisz, że nie zasługujesz na to, aby było tak dobrze, a ja zgadzam się z tobą. Razem możemy zniszczyć wszystko co najlepsze w twoim życiu.

Chociaż jestem chorobą tak zniechęconą, nigdy nie przychodzę bez wyraźnego zaproszenia. Każdy musi sam mnie wybrać. Są ich jednak miliony - tych, którzy mnie chcą mimo rozsądku, sensu i utraty spokoju.

Bardziej niż wy mnie nienawidzicie, ja nienawidzę was wszystkich, którzy wymyśliliście ten wasz Program 12 Kroków. Nie cierpię tego programu, waszych mitingów, tej waszej Siły Wyższej. One mnie osłabiają do tego stopnia, że nie mogę być tym, czym potrafię być w pełni swego rozkwitu.

Teraz muszę przyczajona siedzieć tu cichutko. Nie widzisz mnie, ale ja czuwam i czekam na odpowiedni moment. Nigdy nie zniknę. Jestem taka jak zawsze, a nawet z czasem mogę się stać gorsza. Jeśli tylko egzystujesz, ja żyję. Jeżeli ty żyjesz, ja tylko egzystuję. Ale jestem przy tobie zawsze... i dotąd dopóki znowu się nie spotkamy - jeśli w ogóle się jeszcze spotkamy - życzę ci z całego serca wszystkiego najgorszego.

*(Anonimowe)*

## Korespondencja z Chicago

# O UZALEŻNIENIACH W SZKOLE PRAWA

W semestrze jesiennym 1995, na Wydziale Prawa Uniwersytetu w Chicago zostały wprowadzone zajęcia dotyczące „Problematyki prawnej uzależnień” (*Legal Issues of Addiction*), pierwszy tego typu program akademicki nie tylko na tej uczelni, lecz w ogóle w USA. Seminarium prowadzi prof. Wiktor Osiatyński, który na tej samej uczelni ma również inne zajęcia, m.in. na temat konstytucjonalizmu.

Seminarium zapozna studentów z prawnymi zagadnieniami związanymi ze skutkami uzależnień w życiu społecznym. Będzie tam mowa o wszelkich postaciach uzależnień, w tym oczywiście o alkoholizmie i narkomanii. Studenci zapoznają się z elementarną wiedzą na temat różnych koncepcji tych problemów oraz strategii pomocy dotkniętych nimi osób. Zostaną omówione regulacje prawne mające wpływ na postępowanie wobec osób, które popełniają wykroczenia lub czyny przestępne pod wpływem substancji.

Przeanalizowanie powiązań między uzależnieniem (lub nadużywaniem), przestępczością i odpowiedzialnością prawną, pozwoli na określenie możliwości stosowania prawnych instrumen-

tów do motywowania osób mających problem powrotu do zdrowia. Zostaną sformułowane zakresy działań motywujących przez przedstawicieli różnych grup zawodowych mających kontakt z osobami nadużywającymi alkoholu lub innych substancji, które wchodzi w konflikt z prawem.

Zostały też zaplanowane zajęcia na temat ewentualnych następstw legalizacji narkotyków (twardych i miękkich) oraz działań prowadzących do zmniejszania szkód indywidualnych i społecznych wynikających z używania substancji (legalnych i nielegalnych). Ostatnia część seminarium poświęcona będzie przeglądowi strategii profilaktycznych oraz edukacyjnych stosowanych w różnych krajach i regionach świata.

Celem seminarium jest połączenie wiedzy teoretycznej z praktyką istniejących rozwiązań oraz zaangażowanie młodzieży prawniczej w twórcze pomysły mające na celu podniesienie skuteczności działań sądów, policji i systemu penitencjarnego wobec osób mających problemy z piciem lub używaniem innych środków, stanowiących - jak wiadomo - ponad połowę wszystkich odbywających kary za łżejsze i

cięższe przekroczenia prawa. Równie ważnym celem jest to, aby przyszli adwokaci, sędziowie i prokuratorzy posiadali odpowiednią wiedzę i byli przygotowani na kompetentne działania wobec swych klientów.

Oto tematy poszczególnych sesji:

1. Wprowadzenie: Substancje chemiczne - używanie, nadużywanie, uzależnienie.
2. Koncepcje uzależnienia.
3. Koncepcja choroby - i powrotu do zdrowia.
4. Uzależnienie a wolność.
5. Uzależnienie, przestępczość, odpowiedzialność.
6. Legalizacja narkotyków.
7. Zmniejszanie szkód używania narkotyków.
8. Stosowanie prawa w prewencji i motywacji.

Studenci będą nie tylko uczestniczyć w dyskusjach, mitingach różnych grup samopomocy dla osób uzależnionych i pisać pracę semestralną, a następnie zdawać egzamin - lecz również będą mogli wnieść swój wkład do opracowań regulacji prawnych stale aktualizowanych i ulepszanych w systemie jurysdykcji amerykańskiej.

*E. W.*

Opiekuńcze

Śłużby Pracownicze



## MODEL ŁÓDZKI

Po raz pierwszy z programami profilaktycznymi dla zakładów pracy zetknęliśmy się na konferencji „Alkoholizm w miejscu pracy” zorganizowanej przez Komisję Edukacji w Dziedzinie Alkoholizmu i Innych Uzależnień Fundacji im. St. Batorego w 1992 roku. Na konferencji okazało się, że Polska nie posiada tego typu programów w odróżnieniu od krajów Europy Zachodniej, USA i Kanady, gdzie z powodzeniem funkcjonują one od lat.

Ta idea wydawała nam się interesująca, choć wiązała się z ryzykiem i stawiała przed nami trudne zadania wymagające twórczych rozwiązań. Pierwszy blok szkoleniowy, który wprowadziliśmy przeznaczony był dla kadry kierowniczej zakładów pracy. Nazwaliśmy go umownie „Strefą czerwoną”. Celem powyższego bloku jest przekazanie wiedzy o uzależnieniu alkoholo-

wym, nauczanie rozpoznawania osób uwikłanych w problem alkoholowy i dostarczenie wiedzy o konstruktywnych sposobach postępowania wobec tych osób.

Program ten sprawdziliśmy w kilku zakładach pracy. Spotkał się z dużym zainteresowaniem ze strony uczestników.

Naszym zdaniem, program zawdzięcza dobre przyjęcie zastosowanym technikom i procedurom, takim jak wykład aktywny, rzeźby, psychodramy, bezpośredni kontakt z trzeźwiejącym alkoholikiem, itp. Scenariusz szkolenia zakłada wciągnięcie do aktywnej współpracy wszystkich uczestników.

Następny etap tworzenia programu wiąże się ze współpracą z dr J. Morawskim. Uczestniczyliśmy w zorganizowanej przez niego konferencji.

Nasza koncepcja zakłada również wyłonienie i przeszkolenie osób, które w zakładach pracy pełniłyby rolę konsultantów. Konsultant jest ogniwem pośrednim między zakładem pracy a ośrodkiem terapeutycznym. W ten sposób zrodziła się potrzeba opracowania i wdrożenia nowego, odmiennego od dotychczas stosowanego programu terapeutycznego, który nazwaliśmy „Programem Wczesnej Interwencji”. Program ten może spełniać swoje zadanie terapeutyczne zarówno wobec osób uzależnionych od alkoholu, jak i takich, które dopiero zaczynają mieć problemy z piciem. Spodziewamy się, że program ten może się okazać szczególnie przydatny dla ludzi bardzo młodych.

Wróćmy na chwilę do naszych pierwszych doświadczeń w łódzkich zakładach pracy. Dyrektorzy przedsiębiorstw często używali argumentu, że zwolnienie pracownika uwikłanego w problem alkoholowy to najlepsze wyjście.

Lobby zakładowe chroniące osoby nadużywające alkoholu jest często bardzo silne. Długo musieliśmy namawiać dyrektora jednego z zakładów pracy na wprowadzenie Opiekuńczej Służby Pracowniczej. Z rozmowy wynikało, że zakład ten poniósł rok temu miliardowe straty, ponieważ pijany portier nie wyłączył maszynki i spowodował pożar fabryki.

Przekonany w końcu przez nas dyrektor i tak po tygodniu stwierdził, że

Rada Pracownicza nie wyraziła zgody na wprowadzenie u siebie programu.

Na szczęście nie we wszystkich przedsiębiorstwach stopień świadomości kadry zarządzającej jest tak niski.

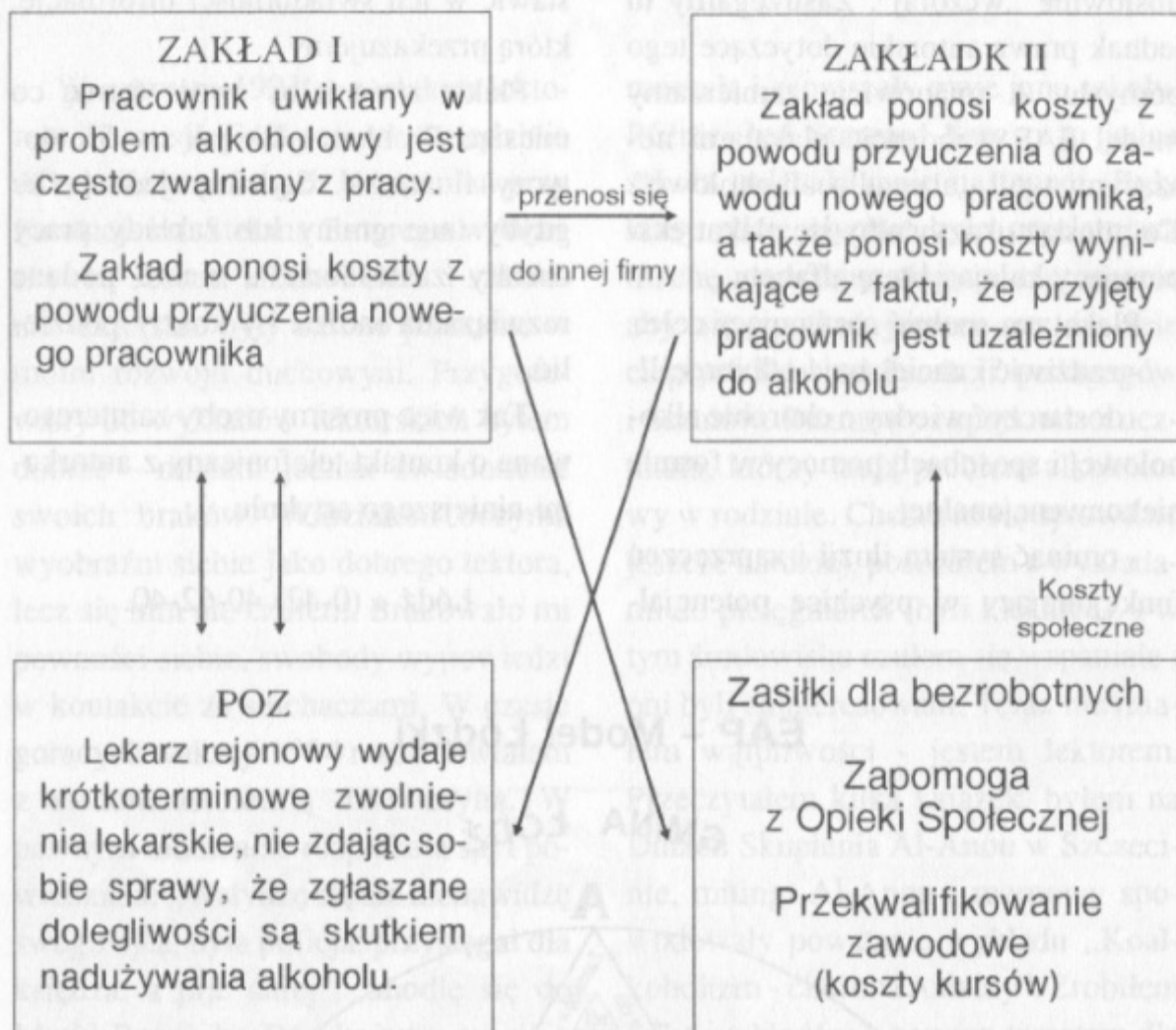
Kolejnym etapem tworzenia naszego modelu EAP (Opiekuńcze Służby Pracownicze) był udział w szkoleniu zupełnie nie związanym z omawianą problematyką, gdyż dotyczyło ono systemowej terapii rodzin. Uznaliśmy, że największe szanse powodzenia mają te przedsięwzięcia, które cechuje ujęcie systemowe, i które włączają do współpracy różnorodne, na pozór nie związane ze sobą elementy.

Chcąc pozostać w zgodzie z ideą systemowości naszego modelu, rozpoczęliśmy również szkolenie lekarzy i pielęgniarek z POZ. Opracowaliśmy dla nich 4-etapowy program w zakresie praktycznych umiejętności rozpoznawania choroby alkoholowej i motywowania do leczenia osób z problemem.

Obecnie przeszkoliliśmy grupę lekarzy POZ i około 300 pielęgniarek. Prawie wszystkie przeszkolone pielęgniarki wyraziły chęć uczestniczenia w dalszych etapach szkolenia oraz wejścia w ścisłą współpracę z ośrodkiem.

Ponadto prowadzimy szkolenie marketingowe 50 osób z łódzkich zakładów pracy. Czekamy na efekt tych działań i jesteśmy ciekawi czy znajdą się przedsiębiorstwa gotowe we współpracy z nami wdrożyć na swoim terenie EAP. Wstępne rozmowy z uczestnikami szkolenia upoważniają nas do

... zwolniony pracownik krąży jak elektron...



umiarkowanego optymizmu w tym zakresie. Uznaliśmy również, że dużo uwagi należy poświęcić tym grupom zawodowym, które są szczególnie zagrożone problemem alkoholowym, a od ich rozwagi i odpowiedzialnych decyzji zależy bezpieczeństwo nas wszystkich. W tym celu opracowaliśmy program dla różnych grup zawodowych oraz oddzielny program dla grupy zawodowej kierowców.

Doszlismy do wniosku, że najbardziej skuteczne może okazać się wpro-

wadzenie tych programów do szkół zawodowych. I tak program dla kierowców realizujemy w technikum samochodowym, a drugi z wymienionych programów w technikum gastronomicznym. Chcemy objąć tego typu działalnością profilaktyczną również inne szkoły zawodowe. Mamy nadzieję, że przepisy zmienią się na tyle, że program dla kierowców będzie można zastosować wobec grupy osób, którym zabrano prawo jazdy za prowadzenie pojazdu w stanie nietrzeźwym.

Ostatni element modelu zrodził się dosłownie „wczoraj”. Zastrzegamy tu jednak prawa autorskie dotyczące tego pomysłu. A mianowicie zamierzamy model EAP wzbogacić plakatami noszącymi tytuł „abecadło alkoholowe”. Co miesiąc ukazywałyby się plakaty eksponujące kolejną literę alfabetu.

Plakat ma spełnić następujące cele:

- zadziwić i zaciekawić odbiorcę!!!
- dostarczyć wiedzy o chorobie alkoholowej i sposobach pomocy w formie niekonwencjonalnej,
- ominąć system iluzji i zaprzeczeń funkcjonujący w psychice potencjal-

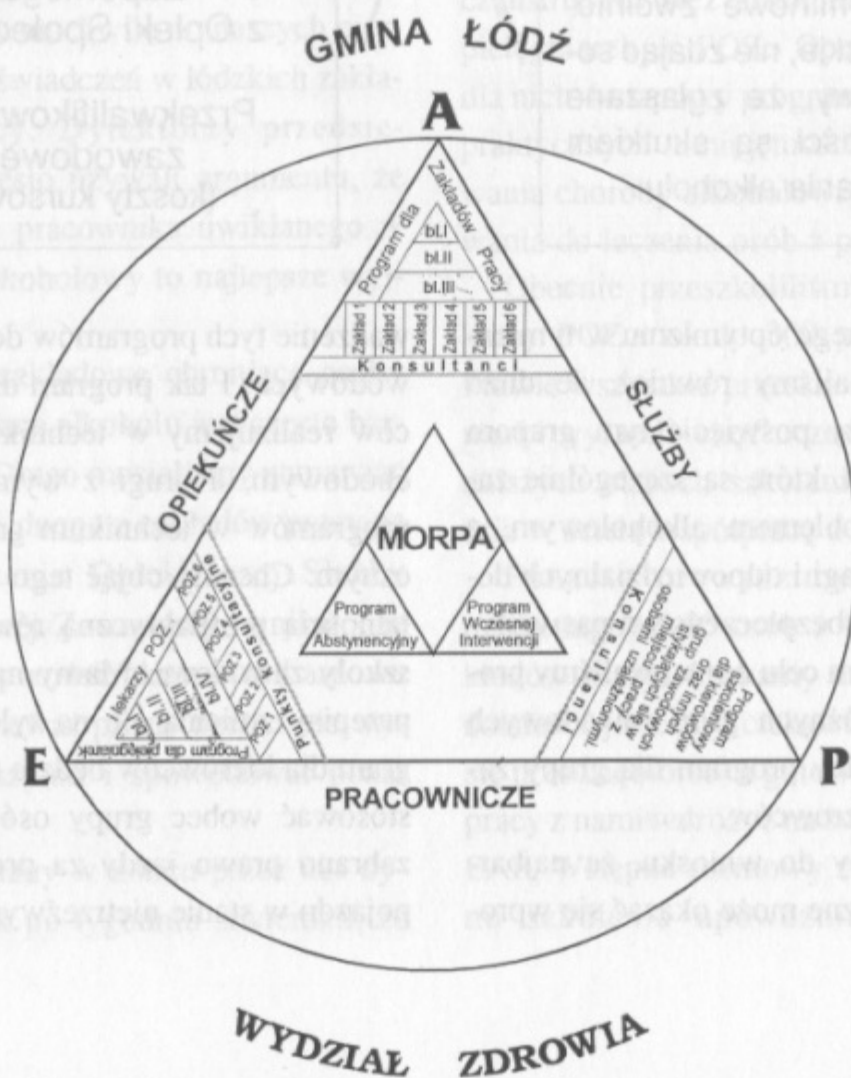
nych odbiorców, a tym samym pozostawić w ich świadomości informację, którą przekazujemy.

Plakat zmieniałby swoją formę co miesiąc. Problem tylko jak zwykle dotyczy finansów. Sądzymy jednak, że gdyby inne gminy lub zakłady pracy chciały zastosować u siebie podane rozwiązania można by koszty podzielić.

Tak więc prosimy osoby zainteresowane o kontakt telefoniczny z autorkami niniejszego artykułu

Łódź – (0-42) 40-62-40.

## EAP – Model Łódzki





# Jestem lektorem Komisji

W czerwcu 1993 r. zostałem lektorem Komisji Edukacji w Dziedzinie Alkoholizmu i Innych Uzależnień przy Fundacji im. Stefana Batorego w Warszawie. Jestem alkoholikiem i szkolenia lektorskie były bardzo pomocne w moim rozwoju duchowym. Przygotowany do wykładów lektorskich byłem dobrze - miałem jednak świadomość swoich braków. Widziałem oczyma wyobraźni siebie jako dobrego lektora, lecz się nim nie czułem. Brakowało mi pewności siebie, swobody wypowiedzi w kontakcie ze słuchaczami. W czasie gorących wakacji 1994 r. rozmawiałem z siedemnastoletnią dziewczyną. W pewnym momencie rozpląkała się i powiedziała: „Wstydzę się ale nienawidzę swego ojca, była policja, przysięgał dla księdza, a pije dalej”, „modłę się do Matki Bożej, bo Bóg kojarzy mi się z osobą męską, a mężczyźni są źli i niedobrzy”.

To zdecydowało, aby iść do szkół, i nieść młodzieży wiedzę na temat tej choroby jaką jest alkoholizm. Przygotowałem się i od jesieni zacząłem wykłady w L.O. w Goleniowie. Z lekcji na lekcję czułem się coraz pewniej, pedagodzy byli zadziwieni wzorowym zachowaniem uczniów na moich wykładach. Na jeden z wykładów przybyła dyrektorka, z zadowoleniem stwierdziła, że robię to profesjonalnie i mam zdolności pedagogiczne. Wieść się

rozeszła i zapraszały mnie inne szkoły. Później był Stargard Szcz. i tu jedna szkoła polecała mnie następnej. Były klasy gdzie słyhać było przelatującą muchę, owacje na stojąco, zaproszenia aby się spotkać jeszcze raz i wiele ciepłych słów od dyrekcji, pedagogów i uczniów. Rozmowy i spotkania z uczniami, którzy mają problem alkoholowy w rodzinie. Chciałem się sprawdzić jeszcze bardziej, poszedłem z wykładami do pielęgniarek (byli i lekarze). I w tym środowisku czułem się wspaniale i oni byli zainteresowani. Teraz nie miałem wątpliwości - jestem lektorem. Przeczytałem kilka książek, byłem na Dniach Skupienia Al-Anon w Szczecinie, mitingi Al-Anon i rozmowy spowodowały powstanie wykładu „Koalkoholizm - choroba rodziny”. Zrobiłem kilka wykładów z nowym tematem dla pielęgniarek Goleniowa, Stargardu Szcz. i Szczecina. Wiele radości i satysfakcji dają mi wykłady lektorskie, najwięcej owoce tych wykładów. Któregoś dnia prowadzę miting AA w Goleniowie, przyjmuję nowego członka AA, a on mówi, że jego żona jest pielęgniarką, była na moim wykładzie i stąd jego obecność. Moja radość ogromna. Jeszcze kilka osób trafiło do AA lub Al-Anon zachęconych przez córki lub synów, którzy byli na moich wykładach. Szanuję i Kocham tych ludzi, do których mówię - oni pewnie to

czują i dają mi to samo. Wiem, że moja praca jest potrzebna i będę starał się ją wykonywać coraz lepiej.

**Tadeusz AA, lektor Komisji**

**PS**

W wielkim skrócie, opisałem swoje radosne doświadczenia lektorskie. Uczniowie, którzy wstydzieli się podejść do mnie w szkole, zaczepiali mnie w par-

ku, na ulicy, zawsze miałem dla nich czas. Zawsze starałem się zachować spokój i pewność siebie. I na koniec coś dziwnego. Ja bez doświadczenia pedagogicznego robiłem coś, co okazywało się skuteczne i dobre. Były klasy rozbrykane i pojedynczy „wojownicy” w klasach, zawsze dałem sobie radę. Nigdy na nikogo się nie skarżyłem - nie było potrzeby.

**Tadeusz**

## CZY WIECIE, ŻE...

Aż do wieku XIX obłąd - uważany przez Kościół za opętanie przez diabła - leczono z niesłyszczaną brutalnością. Nawet krewni obłąkanych byli czasami pociągani do odpowiedzialności.

Na ilustracji - szarlatan rzekomo wyjmujący z głowy kobiety kamienie, które jako by miały być bezpośrednią przyczyną szaleństwa.





## WYCHODZENIE Z KRĘGU ZŁA

*Harm* - to po angielsku zarówno szkoda, jak i krzywda, lecz również - w pewnym sensie - zło. *Harm reduction* - to zmniejszanie szkód, krzywd, zła. Taki kierunek działania w odniesieniu do problematyki uzależnień zakłada, że środki uzależniające funkcjonują w każdym społeczeństwie, różniąc się jedynie w poszczególnych kręgach kulturowych ich rodzajem i charakterystyką przyjmowania - w związku z tym wizja społeczeństwa wolnego od nałogów jest utopijna. Przyjmując ten fakt należy dążyć do minimalizacji kosztów społecznych i jednostkowych generowanych przez uzależnienia. Nastawienie na zmniejszanie szkód zakłada również, że godne życie można wieść nie tylko wtedy, gdy jest się wolnym od nałogów.

Początki takiego działania sięgają lat dwudziestych naszego wieku, kiedy to w Anglii powołano specjalny komitet dla oceny sytuacji związanej z narkomanią. W raporcie Komitetu Rollestona (Humphrey Rolleston był przewodniczącym komitetu) zawarta zosta-

ła opinia, że „może być w określonych przypadkach uzasadnione przepisywanie (uzależnionym osobom) minimalnych niezbędnych dawek (narkotyku), zarówno dla uniknięcia poważnych objawów odstawienia, jak i utrzymania pacjenta w stanie, w którym będzie mógł wieść użyteczny byt”. Rozwój kierunku *zmniejszania szkód* nastąpił na przełomie lat siedemdziesiątych i osiemdziesiątych - w Wielkiej Brytanii i w Holandii. Z tego okresu pochodzi też określenie *harm reduction*. W odniesieniu do narkomanii nowy sens temu kierunkowi nadała rozwijająca się epidemia HIV/AIDS. Zapobieganie zakażeniu stało się priorytetem, i obok wciąż aktualnego hasła „*nie używaj narkotyków*” pojawiło się nowe - „*jeśli używasz, używaj bezpiecznie*”. Jego realizacja okazała się opłacalna, tak ze względów społecznych, jak i ekonomicznych, powodując zmiany w polityce niektórych państw wobec problemu narkomanii.

Programy zmniejszania szkód wynikających z używania narkotyków w kontekście epidemii HIV/AIDS powinny uwzględniać (wg Des Jarlais) trzy zasadnicze komponenty.

Pierwszy, to zastąpienie dalekiego, idealistycznego celu (zaprzestanie używania narkotyków) celem bliższym - pragmatycznym, jakim jest ograniczenie rozprzestrzeniania się zakażenia HIV w środowisku narkomanów.

Drugi, to ustalenie hierarchii celów i osiąganie ich za pomocą odpowiednich środków (ograniczenie przenoszenia HIV w środowisku narkomanów można uzyskać przez wyleczenie ich z narkomanii; ponieważ zadanie to jest trudno osiągalne, kolejnym celem jest zaprzestanie dożylnego zażywania narkotyków; dla tych, którzy mimo wszystko biorą narkotyki dożylnie, celem będzie doprowadzenie do używania wyłącznie własnych igieł i strzykawek; jeżeli i to jest niemożliwe, konieczne jest wprowadzenie metod służących do odkażania sprzętu do wstrzykiwania).

Po trzecie, perspektywa zmniejszania szkód zakłada, że narkomani są członkami społeczeństwa, którym również należy się opieka, oraz że niezbędny jest udział przedstawicieli środowiska narkomanów w opracowywaniu projektów zarówno profilaktyki i terapii uzależnienia, jak i profilaktyki HIV/AIDS w tym środowisku.

Przekładając język teoretycznych założeń na konkretne działania w zakresie *zmniejszania szkód* będą mieściły się między innymi: edukacja prowadzona w środowisku narkomanów (poprzez „outreach” - „sięganie po”, „wychodzenie do”), łatwy dostęp do programów terapeutycznych dla osób uza-

leżnionych, organizowanie programów substytucyjnych (głównie metadonowych), zmiana uwarunkowań prawnych dotyczących sprzedaży igieł i strzykawek (w zależności od istniejącego stanu prawnego), edukacja środowiska farmaceutów (odnośnie sprzedaży igieł i strzykawek narkomanom), organizowanie programów wymiany igieł i strzykawek.

Międzynarodowe konferencje nt. zmniejszanie szkód zapoczątkowane zostały przed 5 laty przez Patą O’Hare, terapeutę z Liverpool, człowieka, którego osobiste zaangażowanie spowodowało, że szóstą konferencję we Florencji w 1995 r. dostrzegła nawet WHO, której podejście do problematyki uzależnień przez wiele lat wykluczało koncepcję redukcji szkód. Pat O’Hare opisując genezę zainteresowania się kierunkiem redukcji szkód wspomina olśnienie, którego doznał tłumacząc swojej córce, że niebezpiecznie jest kręcić się na huśtawce zamiast „normalnie” huśtać i jak to jego rada i nakaz funkcjonowały wyłącznie wtedy, gdy przyglądał się dziecku, natomiast gdy tylko odwrócił wzrok, jego córka skręcała łańcuchy huśtawki, by nabierając obrotów mijać w szalonym pędzie głową o cal stalową ramę, dobrze zdając sobie sprawę z niebezpieczeństwa związanego z tą zabawą. Wtedy Pat przestał tłumaczyć swoim uczniom jak szkodliwe jest waczenie kleju i zorganizował im program socjalny. Podziało.

W trakcie szóstej konferencji przedstawiono wiele doniesień na temat sposobów redukowania szkód, od programów substytucyjnych, przez programy wymiany sprzętu dla uzależnionych, z wykorzystaniem automatów do wydawania - tak metadonu, jak strzykawek i igieł. Przedstawiono program heroinowy, realizowany w Szwajcarii, jako kolejny etap programów substytucyjnych dla uzależnionych. Mówiono o pracy punktów „bezpiecznego wstrzykiwania”, gdzie osoby uzależnione mogą podawać sobie narkotyk, a gdzie jednocześnie prowadzi się mikroedukację i wsparcie socjalne. Efekty programów przedstawiano w formie naukowych opracowań, z których można było dowiedzieć się, czy i na ile opłacalne są poszczególne kierunki działania. Wiele można było nauczyć się od Włochów, Anglików, Holendrów, czy Australijczyków, porozmawiać z Joy'em Trancina ze Stanów Zjednoczonych, który dał się wsadzić do więzienia, by móc stanąć przed sądem i udowodnić stanowi Kalifornia, że prawny zakaz rozdawania strzykawek i igieł jest śmiertelnościami anachronizmem. A poza tym ważny był zapal tych ludzi, który emanował na zewnątrz i był bardzo (pozytywnie) zaraźliwy.

Czy kierunek redukcji szkód jest w Polsce realizowany? Zaryzykuję twierdzenie, że nie. Istniejący system pomocy dla osób uzależnionych bazuje na akceptowanej społecznie koncepcji „godnego życia w abstynencji”. Co ciekawe, obligatoryjność tej abstynencji

dotyczy wyłącznie narkotyków, bo w odniesieniu do palenia papierosów lub picia alkoholu podobnie kategorię głośów nie ma. I nikogo nie obchodzi, że nakłady ponoszone na leczenie chorób związanych z nałogiem palenia papierosów i picia alkoholu (bo to przyczyna chorób układu krążenia!) są nieporównywalnie większe od nakładów na leczenie osób uzależnionych i nikomu nie przyjdzie do głowy zastanawiać się nad ewentualnym odstępstwem od niesienia pomocy nałogowemu palaczowi w związku z kolejnym zawałem czy udarem mózgu, który go dotknął, czy też nad nieleczeniem alkoholowej marskości wątroby. Natomiast w odniesieniu do narkomanów odczucia społeczne są zupełnie inne. Głośno mówi się, że sami są sobie winni, że tak właściwie, to dobrze im tak, że pomocy należy udzielać tylko tym, którzy chcą wyjść z nałogu, resztę zostawiając samym sobie. Wiadomo natomiast z wieloletnich doświadczeń, że istnieje grupa osób uzależnionych, dla których wyjście z nałogu jest nierealnym celem. Dla nich konieczne jest zorganizowanie innego modelu funkcjonowania w społeczeństwie, opartego o pomoc ambulatoryjną, którą realizować można w oparciu o programy substytucyjne. Takie tendencje terapeutyczne wspierane są na świecie badaniami epidemiologicznymi wyliczającymi między innymi finansowe korzyści programów ambulatoryjnego prowadzenia narkomanów. Dokonując porównawczej analizy wydatków polskiego

narkomana uzyskamy kwotę ok. 10 mln starych złotych miesięcznie (ok. 10-12 cm<sup>3</sup> kompotu na 1 dzień x 30 tys. zł za 1 cm<sup>3</sup> = 300-360 tys. zł/1 dzień x 30 dni = 9-10,8 mln zł/miesiąc). Pieniądze te narkoman zdobywa w sposób nielegalny - najczęściej z obrotu (handlu i produkcji) narkotykami i z kradzieży, lecz również z prostytucji, wyłudzenia i żebrania. Biorąc pod uwagę również i ten fakt, że każdy narkoman jest potencjalnym źródłem zakażenia narkomanią, a część z nich jest źródłem zakażenia wirusem HIV (i innymi wirusami - m.in. zapaleń wątroby typu B i typu C) społeczeństwu opłaca się inwestowanie w działania zmierzające do ograniczenia rozprzestrzeniania się narkomanii. Analiza programów realizowanych na świecie dowodzi, że im bardziej są one restrykcyjne, tym mniej z nich pożytku. Przykładem są tu m.in. Stany Zjednoczone, gdzie mimo istnienia penalizacji posiadania narkotyków i surowych kar dla handlarzy liczba osób używających narkotyki wcale nie maleje. Nie chcę przez to powiedzieć, że narkotyki należy zalegalizować, bo nawet Holendrzy mówiąc o dostępności zakupu marihuany i haszyszu w wydzielonych punktach na terenie swojego kraju nie mówią o legalności tego procederu, lecz o zwolnieniu od odpowiedzialności za handel narkotykami. W Holandii uznano, że mniejszym złem jest regulowana sprzedaż narkotyków „miękkich” niż poszerzanie nielegalnego rynku narkotyków „twardych”. Efekty: przesunięcie w górę wieku pierwszego kontaktu

z „twardymi” narkotykami, spadek liczby osób uzależnionych od opiatów. To nie znaczy, że model „holenderski” nadaje się do powtórzenia w Polsce bez zastrzeżeń. Ale znaczy to, że najwyższy czas zastanowić się, czy kierunek „abstynencyjny” zakładający „wyleczalność” narkomanii naprawdę musi mieć charakter obowiązującej ideologii? Przecież zgodnie z danymi Instytutu Psychiatrii i Neurologii 75% pacjentów rozpoczynających terapię uzależnienia kończy ją przed upływem 7 dni, a dwuletni program terapii kończy nie więcej niż 20% osób. To dużo, lecz jednocześnie to przeraźliwie mało.

Dodatkowy problem terapii osób uzależnionych rodzi zakażenie wirusem HIV. W trakcie pierwszego roku działania jedna czwarta spośród 84 osób uzależnionych hospitalizowanych w Ośrodku Diagnostyki i Terapii AIDS dla Województwa Katowickiego (ODTA/WK) trafiła do ośrodków rehabilitacji. Taki odsetek osób kierowanych do ośrodków po detoksykacji można by uznać za sukces. Jednakże tylko jedna z tych osób kontynuuje program terapeutyczny. Natomiast prawie połowa uzależnionych pacjentów hospitalizowanych w ODTA/WK zrezygnowała z leczenia stacjonarnego, wypisując się na własne żądanie. Szczególnym niepokojem napawa fakt, że 2/3 z nich wypisało się w pierwszych kilku dniach pobytu, w okresie nasilonego zespołu odstawiennego od opiatów. Wynikało to zapewne ze znacznej siły uzależnienia oraz z obiektywnej niedo-

skonałości metod detoksykacji. Opuszczenie oddziału w tym okresie jest praktycznie równoznaczne z powrotem do nałogu, co równocześnie ogranicza możliwość kontynuowania w warunkach ambulatoryjnych rozpoczętego w oddziale leczenia somatycznego. Ma to tragiczny wpływ na stan zdrowia pacjentów (opisana sytuacja w odniesieniu do naszych chorych skończyła się w dwóch przypadkach powrotem do oddziału w stanie agonalnym). Kontynuacja nałogu może gwałtownie przyspieszyć kryzys stanu somatycznego pacjenta, co związane jest nie tyle z samym nałogiem, lecz ze skrajnie niekorzystnymi warunkami życia. Przerwanie postępowania diagnostycznego i leczniczego przed jego zakończeniem nadaje temu zjawisku dodatkowy wymiar. Niedoleczone stany chorobowe, a także przyspieszony rozwój następstw zakażenia HIV mają wymiar indywidualnego problemu medycznego oraz powiększają istniejące zagrożenia epidemiczne. Dlatego też najbardziej celowym rozwiązaniem dla części naszych pacjentów uzależnionych od opiatów wydaje się wprowadzenie metadonu do krótko- i średnioterminowej stabilizacji, z kontynuacją substytucji w programie ambulatoryjnym. W warunkach ambulatoryjnych metadon umożliwiłby prowadzenie właściwej terapii przeciwirusowej osób zakażonych HIV oraz prowadzenie profilaktyki zakażeń oportunistycznych, gruźlicy i wirusowych zapaleń wątroby, mając korzyst-

ny wpływ na jakość życia naszych pacjentów i czas przeżycia. Metadon ułatwiłby też zapewne prowadzenie chorych w stanach terminalnych.

Funkcjonujące w naszym kraju programy metadonowe doczekały się jak dotąd licznych słów krytyki. Wydaje się, że osoby krytykujące nie dostrzegają upływu czasu i zmienionej w związku z epidemią HIV/AIDS sytuacji osób uzależnionych. Zawiera się ona w dosadnym stwierdzeniu, zaprezentowanym nb. przez Pata O'Hare, że „nieżywi narkomani nie wyleczą się” („dead drug users do not recover”). Stąd profilaktyka zakażenia HIV powinna stać się priorytetem działań w środowisku narkomanów. Dlatego, poza programami substytucyjnymi, należy rozwijać programy wymiany igieł i strzykawek, uzupełniając je o informację na temat konieczności gotowania „kompotu” przed użyciem.

Na zakończenie - dygresja. Praca z ludźmi zakażonymi HIV uczy pokory. Pokory wobec nieuchronności końca. Lecz pozwala dostrzegać te wszystkie elementy bytu, które składają się na człowieczeństwo, stwarzając możliwość działania i niesienia pomocy nie ograniczającej się do przepisywania „pigulek”. Wydaje mi się, że wobec części osób uzależnionych podejście terapeutów winno być nacechowane podobną pokorą, by zamiast walki z nałogiem (często walki bardziej na śmierć niż na życie) oferować klientom życie z nałogiem.

# HARM REDUCTION

harm reduction to zmniejszanie szkód, zmniejszanie zła, zmniejszanie krzywd

harm reduction to inna niż „tyko bez narkotyku” opcja życia

harm reduction to papierosy z filtrem i piwo, a nie prohibicja

harm reduction to doktor Rolleston, który w 1926 roku napisał, że „może być uzasadnione...”

harm reduction to uznanie, że narkomanów nie zrzucano jak stonki z samolotów

harm reduction to mniej strzykawek na ulicach i mniej przestרחu w oczach przechodnia na widok zaćpanego naprzeciw

harm reduction to *jak dobrze, że przyszedłeś, w czym mógłbym ci pomóc?*

harm reduction to nie tylko metadon, to także rozdawanie igieł, rozdawanie strzykawek, rozdawanie nadziei

harm reduction to mniej kartek *jestem narkomanem*

harm reduction to mniej wydatków na niekończące się hospitalizacje, to więcej pieniędzy na zabawy dla moich dzieci

harm reduction to mniej zakażonych, to mniej chorych na AIDS,

bo trudno jest patrzeć w oczy dwiętnastoletniej dziewczyny, która brała przez trzy miesiące, a na zawsze zostanie z trzyliterowym znamieniem,

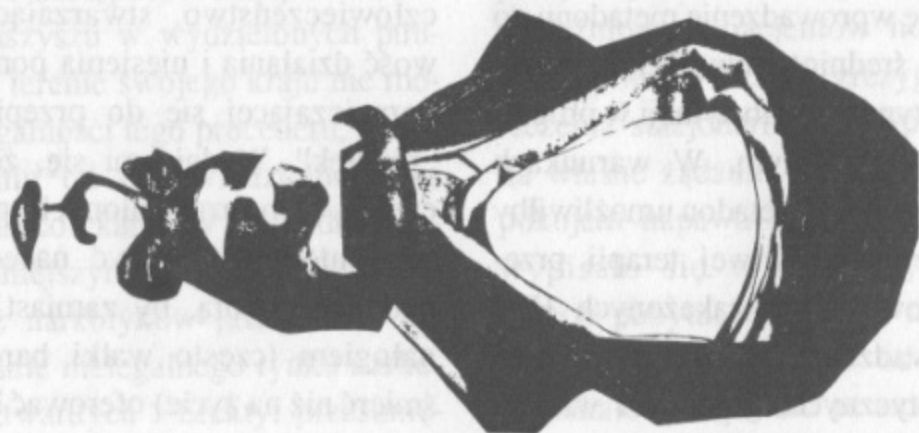
bo nie można się zgodzić na uzurpację prawa do ferowania wyroków w imię śmierci - alternatywy życia w trzeźwości,

bo na Jasia wydaliśmy tyle pieniędzy i wypaliliśmy tyle naszych serc wiedząc, że wróci do grzania,

bo kiedy policjant depcze strzykawkę, nie robi nic ponad generację kolejnej małej kradzieży,

bo może już czas na spojrzenie prawdzie w oczy,

że być człowiekiem nie znaczy być Panem Bogiem





# TEN ŁATWY SZÓSTY KROK

Rozmawiałem z wieloma ludźmi w AA, którzy podobnie jak ja mieli lub nadal mają trudności z Szóstym Krokiem. Szósty Krok sugeruje, że jesteśmy w pełni gotowi, aby Bóg uwolnił nas od wszystkich naszych wad.

„To zbyt proste - powiedziałem - o wiele za proste! Wręcz niemożliwe”. I znowu źle zrobiłem, a mianowicie postanowiłem połączyć Krok Szósty i Siódmy. Powiedziałem sobie, że Bill W. prawdopodobnie starał się rozciągnąć te reguły do dwunastu, może dlatego, że był zabobonny.

I tu popełniłem pierwszy błąd. „Prosiłem” zanim byłem „gotowy”. Najpierw musiałem stać się gotowy, żeby mechanizm zadziałał.

Czasami decyzja pozbycia się jakiegoś defektu jest szybka, zwłaszcza gdy cierpię z jego powodu. Bywają też wady bardziej subtelne i sprawiające mi chorobliwą przyjemność. Nienawidzę defektu, ale uwielbiam efekt. Tych trudniej się pozbyć. Potrzeba mi wtedy dużo modlitwy o tę gotowość. Staram się zaakceptować tę część siebie, dzielić się nią z innymi, starać się rozwijać i postępować dalej według Kroków. Czekanie mnie denerwuje.

Kontynuując swoją analizę stwierdziłem: „Nie ma tu nic do roboty! Nie ma wyzwania, nie ma niczego do przezwyciężania”.

I tu zrobiłem drugi błąd. Ten Krok, tak jak Pierwszy, Drugi, Trzeci i Ósmy, wymaga poddania się, a tego moje wielkie ego nie toleruje. W tym Kroku nie działałem lecz zdobywałem się na pełną gotowość. Jest to dla mnie akt poddania się, a nie kontroli. Jest to trudność, przez którą płakałem, z którą walczyłem bardziej niż z innymi. Tu muszę sobie odpuścić i zaufać swojej Sile Wyższej. Nie pomoże moja własna siła woli, analizowanie lub naprawianie defektów. Muszę je po prostu zaakceptować. Jest to dla mnie powtarzanie pierwszych Pięciu Kroków na nowym poziomie: przyznanie, że moje wady (i zalety) - właśnie to kim jestem teraz oraz upewnienie się, że sam niczego nie zmienię. Zrozumieć łatwo, ale bardzo trudno zechcieć. To właśnie dzięki temu Krokowi zacząłem naprawdę doświadczać swojej słabości i jej rozmiarów. Zdałem sobie sprawę z tego, że uparcie trwałem przy swoich wadach dla wygody i bezpieczeństwa, jakie mi zapewniały. Zupełnie jak z alkoholem,

nie mogłem wyobrazić sobie życia bez nich.

Analizując dalej ten Krok stwierdziłem, „W końcu! Oto Krok, którego szukałem! Mam w końcu szansę bycia doskonałym!”

Słowa „w pełni” i „wszystko” sprawiły, że poczułem, że zaraz stanę się święty. Można sobie wyobrazić, że nie posunąłem się ani o krok naprzód. Zapomniałem, że ten Krok napisany został przez ludzi i dla ludzi. Teraz zaczynam rozumieć, że ten Krok to proces stopniowej akceptacji. Kiedy wada mnie upokarza, po prostu akceptuję ją i przyznaję się do bezsilności wobec niej tak jak zrobiłem to w przypadku alkoholu. Każdego dnia staję się w pełni gotów. Ponieważ jestem perfekcjonistą muszę stale pamiętać, że Krok Szósty to przewodnik i cel, a nie coś co trzeba osiągnąć zanim zaczniesz dalszą drogę. Gdybym tak do tego podchodził zatrzymałbym się na Kroku Piątym, a to przecież nie wystarczy.

Wgłębiłem się w ten Krok i z zadowoleniem stwierdziłem, że mogę działać samodzielnie i robić to co sam uważam za słuszne.

To był mój największy błąd. Chciałem przejść przez ten Krok sam. Myślałem, że w tym miejscu znikną moje wady. Tam nie ma „moje”. W żadnym z Kroków nie ma zaimków „ja”, „mnie”,

„mój”. Teraz rozumiem, że Kroki to sposób na życie wielu ludzi, to wspólne doświadczenie wielu starających się rozwiązać wspólny problem. Nie przejdę przez Krok Szósty samodzielnie.

W książce „Dwanaście Kroków i Dwanaście Tradycji” napisane jest, że ten Krok oddziela mężczyzn od chłopców. Ja tego naprawdę doświadczyłem. Po raz pierwszy zaczynam rozumieć potrzebę prawdziwej pokory, aby przeżyć szczęśliwe i pogodne życie. Częścią prawdziwej pokory jest akceptacja siebie, która zastępuje nienawiądzienie siebie za nieumiejętność poprawy. Dodaje to pogody i spokoju ducha, których tak bardzo potrzebuję. Bill W. pięknie to ujął: „Dla tych, którzy rozwijają się w AA, pokora znaczy jasne rozpoznawanie kim i czym naprawdę jesteśmy oraz szczerą próbę stawania się tym czym możemy się stać”.

Więc jeśli chodzi o Szósty Krok, mogę powiedzieć, że macie przed sobą długą drogę i nawet jeśli nie chce się wam czasami iść, dziękujcie Bogu, że tyle już o sobie wiecie, ponieważ to też jest postęp.

Widzicie jak to działa?

***E.C., Bowling Green, Kentucky***

(Tłumaczyła Magda Czajkowska)

Copyright (C) „AA Grapevine”, Inc., reprinted with permission

# AA MNIE SKUSIŁO

„Jesteśmy jak ludzie, którzy stracili nogi i nigdy ich nie odzyskają”. „Uznajemy rozwój duchowy, a nie duchową doskonałość”. „Nasze stosunki z ludźmi oparte są na przyciąganiu, a nie na namawianiu”. „...Doprowadziło to do żalosnej, niezrozumiałej demoralizacji”. „Odpuść sobie, dopuść Boga”.

Mimo że słowa te zna niemal każdy AA, nie mają one ze sobą wiele wspólnego. Zakorzeniły się jednak w zakamarkach mojego umysłu i dały początek wielkiej przygodzie odkrywania wielu wymiarów programu AA.

Znalazłem się w AA z orzeczenia sądu po otrzymaniu pierwszego mandatu za jazdę samochodem po alkoholu. Miałem obowiązek odbycia sześciu spotkań w grupie AA.

Już od kilku lat zdawałem sobie sprawę z tego, że mam problem z pićciem. Pójście na miting AA było nieprzyjemne, ale nie niemożliwe.

Na pierwszym mitingu zacząłem zauważać coś dziwnego. Na drugim uczucie to stało się silniejsze, na trzecim wstałem i powiedziałem o sobie kilka słów. Po czwartym pomyślałem, że może będę przychodził nawet po odbyciu „wyroku”. Postanowiłem po prostu zaczekać i zobaczyć co będzie.

Przygoda trwała przez następne miesiące. Nie miałem i nie chciałem mieć sponsora. Nie polecam tego niko-

mu, ale ja woląłem odkrywać AA samodzielnie.

Podczas gdy trzeźwe tygodnie mijały, ja uczyłem się tego dziwnego żargonu, którego na początku nie rozumiałem; był to język z Big Book - czyli „Wielkiej Księgi AA”: odpuścić sobie, dopuścić Boga, wyrzec się kontroli, wypełnianie Dwunastego Kroku, sponsor, obietnice AA, i tak dalej, i tak dalej.

Za każdym razem, kiedy czytaliśmy rozdziały trzeci i piąty przychodziły do mnie nowe refleksje i nowe myśli, które w samotności pewnie by nie przyszły.

Każdy dzielił się czymś z siebie i to dla mnie wiele znaczyło - „Trzeźwość to dar od Boga; to co zrobię z resztą swojego życia to mój dar dla Boga”; „Nauka to słuchanie, uzdrawianie to mówienie”; „Przyszedłem do AA, żeby przestać pić, nie wiedząc, że przy okazji wyzdrowieję” - to tylko niektóre z tych rzeczy.

Kiedyś pewien mężczyzna dał mi książkę Hazelden „Dwadzieścia cztery godziny” i odtąd zaczynałem każdy dzień od czytania jej. Ktoś inny polecił mi „Życie w trzeźwości”. Potem przyszło „Jak widzi to Bill”. Zaprenumerowałem „Grapevine” i powoli moja biblioteczka AA zaczęła się powiększać.

Coraz bardziej rozwijały się we mnie myśli i poglądy z pierwszych

tygodni i tak stworzyły nowy sposób myślenia i nowy światopogląd. Teraz widzę logiczny i zwarty program na życie.

Dałem się po prostu delikatnie uwieść przez program AA. Skończyłem sześćdziesiąt lat, ale nadchodzące pierwsze urodziny aowskie są dla mnie o

### Głos spoza mitingu

# TELEFON ANONIMOWYCH ALKOHOLIKÓW W LONDYNIE

Gdy jesteś w Wielkiej Brytanii a chcesz nawiązać kontakt z AA to zadzwoń między 9.00 a 21.00 pod nr 171-352-3001, miły głos zapyta w czym ci pomóc, poda ci adres najbliższego mitingu lub inną informację o jaką pytasz, a jeżeli masz szczęście i trafisz na dyżur Witka AA to możesz pogadać po polsku. Jednak twoja radość nie trwa dłużej niż 2-3 minuty - możesz usłyszeć, że twojemu rozmówcy jest bardzo przykro, ale musi już kończyć bo ten telefon jest przede wszystkim dla tych „co jeszcze wciąż cierpią”. Moim cicerone po „serwisie telefonicznym AA” - tak oni to nazy-

wiele ważniejsze - są kamieniem miłym w tej nowej nieustającej przygodzie.

*E.K., La Canada, California*

(Tłumaczyła Magda Czajkowska)

Copyright (C) „AA Grapevine”, Inc., reprinted with permission

wają - był właśnie Witek, z którym jak się okazało znamy się od 5 lat. Przypomniał mi, że jego grupą macierzystą i moją jest warszawskie „Odrodzenie” i, że ja go przyjmowałem do AA.

Siedziba „serwisu telefonicznego”, zajmuje jeden duży pokój na pierwszym piętrze typowego londyńskiego domku na przedmieściu Londynu. Dyżury pełnią tam na dwie zmiany kilku wolontariuszy AA, cztery osoby przyjmują telefony, a jeden koordynator prowadzi książkę wydarzeń i pilnuje, by każdy telefon o pomoc był załatwiony do końca. Odbierający zgłasza się sakramentalnym „Dzień dobry, jak mo-

żemy ci pomóc" i upewnia się, że rozmówca wie, że dzwoni do serwisu aowskiego. Następnie ustala się gdzie i kiedy można skontaktować się z dzwoniącym w ciągu najbliższych 48 godzin. W tym czasie ktoś z AA do niego dotrze, by zabrać go na pierwszy miting. I to jest wszystko, co otrzymuje alkoholik po raz pierwszy proszący o pomoc. Służba ta współdziała z kilkudziesięcioma AA-owcami, którzy zgodzili się w ramach 12 Kroku na stałą współpracę z serwisem.

Często pierwszy osobisty kontakt z kimś z AA może mieć decydujący wpływ na dalsze życie nowicjusza, dlatego też zostać „pomagaczem” to nie tylko zaszczyt ale przede wszystkim duża odpowiedzialność. „Pomagacz” czuje się odpowiedzialny za to by wspólnie z nowicjuszem trafić na miting - o sposobie i efektach jego starań zawiadamia serwis, gdzie dokonuje odpowiedniej adnotacji w książce wydarzeń. Każda sprawa ma swój początek i koniec. Jak z tego widać nowicjusz na swój pierwszy miting przychodzi z przewodnikiem i wstępną informacją o AA - no i nie czuje się obco a taki system pozwala na rozwijanie sponsoringu we Wspólnocie. Bardzo często dzwonią członkowie rodzin osób pijących, których bardzo grzecznie i szybko odsyła się do serwisu telefonicznego Al-Anon, a na ich życzenie informuje się o lokalnych otwartych mitingach AA. Innych interesantów np. dziennikarzy, lekarzy, policjantów czy pra-

cowników opieki społecznej kieruje się do Biura Usług Ogólnych - natomiast gdy ktoś jest w „dołku” lub zwyczajnie chce pogadać, podaje mu się odpowiedni numer telefonu zaufania.

A jak ta sprawa wygląda u nas? Tak naprawdę „Telefonu Anonimowych Alkoholików” nie ma, są tzw. telefony zaufania, punkty informacyjne, punkty konsultacyjne a nawet telefony AA, które oprócz „namawiania do AA” i pocieszania przez telefon, nic więcej nie mogą zaproponować, tak naprawdę to interesuje nas treść rozmowy, a nie konkretna pomoc temu, który o nią prosi. Głęboko poruszyła mnie odpowiedź Witka na pytania, dlaczego serwis nie zgłasza się słowami „telefon AA słucham” a tylko numerem telefonu i po co im informacja o tym czy rodzina nowicjusza wie o jego kontaktach z AA - odpowiedział, że chodzi o zachowanie anonimowości nowicjusza, o zachowanie w sekrecie jego problemu.

Kilka lat temu rozmawiałem z paroma ludźmi, którzy do AA trafili w USA lub Wielkiej Brytanii, dali mi oni delikatnie do zrozumienia, że dostrzegają w naszej Wspólnocie działające w Polsce symptomy egoizmu, potraktowałem to, bez mała jako insynuację pod naszym adresem - to nie mogła być prawda, tak pomyślałem. W ostatnich latach notujemy duży wzrost liczby zarejestrowanych grup, uległa poprawie organizacja wewnętrznych struktur AA, można powiedzieć, że AA dotarło

do zakładów karnych - to wszystko naprawdę cieszy, ale nie znaczy, że już nic nam nie brakuje.

Uważam, że AA powinno trafić do tych miejsc, gdzie odtruwa się alkoholików (szpitale, izby wytrzeźwień, poradnie, lecznice prywatne), dotrzeć do lekarzy, którzy odtruwają pacjentów w domu, zaopatrzyć ich w nasze ulotki i adresy mitingów. Czuję się zawstydzony, że w Polsce nie ma całodobowego serwisu telefonicznego AA.

Popatrzcie, jak chętnie obchodzimy różnego rodzaju rocznice, niedawno obchodziliśmy w Poznaniu X rocznicę pierwszego zjazdu AA - zastanawiam się ile w tym lat było dla nas trzeźwych? Czy umiemy wyciągać wnioski z naszych bogatych doświadczeń? Czym zajmujemy się na zjazdach, kongresach, intergrupach i innych gremiach? Dalej są tam „dyżurne”, stałe tematy a więc: kasa, literatu-

ra, osobowość prawna, czy fundacja czy spółka, kto ma rację - Warszawa czy Poznań, no i kto „złamał” anonimowość? A ja chciałbym, aby człowiek, który wyciągnął do nas rękę o ratunek, napotkał pomocną dłoń AA - chcę by mógł w ciągu całej doby zadzwonić do serwisu AA - by trafił do niego ktoś z nas i przyprowadził go na pierwszy miting a tam nie natknął się na ścianę obojętności a trafił do naszych serc.

Organizatorem serwisu telefonicznego w Londynie jest Komitet Regionalny AA:

LONDON REGION  
TELEPHONE SERVICE AA  
First Floor, 11 Redcliffe Gardens  
London SW10 9BG,  
telephone 017-352 3001

*Ryszard AA*

## **FIRMA „AKURCIK”**

02-679 Warszawa, ul. Modzelewskiego 23 m 246

**LITERATURA NA TEMAT UZALEŻNIEŃ I ZMIANY OSOBISTEJ**

→ **PORADNIKI**

→ **POSZUKIWANE NOWOŚCI**

→ **KSIĄŻKI DLA KAŻDEGO**

**Przyjeżdżamy z książkami (na koszt firmy)  
na konferencje, kongresy, rocznice i inne duże imprezy.**



SUSAN SHAPIRO Z NOWEGO JORKU

## **NO WIĘC NA DOBRE PRZESTAŃ PALIĆ!**

- Ustal dzień, kiedy przestaniesz palić.
- Postaraj się przewidzieć, że wtedy nie zdarzy się nic stresującego.
- Powiedz możliwie największej liczbie osób że przestajesz palić i poproś je o pomoc.
- Przygotuj sobie różne sposoby zastąpienia papierosa.
- Pochowaj akcesoria przypominające ci o paleniu - popielniczki, zapalniczki, etc.
- Zrób listę rzeczy, które możesz kupić za pieniądze, które oszczędzisz.
- Przez kilka pierwszych tygodni zmień swoje nawyki i rytuały starając się unikać wszystkiego, co przypominałoby ci o paleniu.

### **„Jak pomóc przyjacielowi rzucić palenie?”**

1. Okazuj, że zależy ci na tym, aby to się udało, zwłaszcza przez pierwsze 6 miesięcy.
2. Zapytaj, czego potrzebuje i co mógłbyś zrobić, aby pomóc.
3. Utrzymuj kontakt - przez telefon lub osobiście - na wypadek, gdybyś był potrzebny.
4. Zapewnij palacza, że podziwiasz jego decyzję i popierasz ją z całego serca.
5. Wiedz, że przyjaciel przechodzi przez trudny okres odstawienia, bądź cierpliwy i wyrozumiały, jeżeli jego zachowania lub nastroje będą chwilowo niezrównoważone.
6. Co jakiś czas pytaj o to, jak mu idzie.
7. Zaproponuj własną nagrodę - coś, o czym wiesz, że sprawi przyjacielowi wielką przyjemność.
8. Zapewnij o swoim przekonaniu, że na pewno się uda.
9. Możesz zaproponować, że ty też coś zmienisz w swoim życiu, żeby przyjacielowi było różniej (np. zastosujesz jakąś dietę lub zaczniesz się regularnie gimnastykować).
10. Pomagaj przyjacielowi unikać szczególnie groźnych bodźców skłaniających do zapalenia papierosa.

# Moje ego

E A H /x2

E G  
Chociaż nie piję, to jak pijany

A E  
Znow dzielę włos na czworo.

G  
Czepiam się innych o byle głupstwo

A E  
I jest mi z tym nieskoro.

Znowu powraca myśl dawnych lat,  
Że ja wiem wszystko najlepiej.  
Zamiast się dobrać do swoich wad,  
Do cudzych się przyczepiam.

Nawet i program, który dostałem  
Na swoje nowe życie,  
Umiem ustawić pod swoje JA  
By chęć mych był przykryciem.

Mimo że wiem już, że wielu ludzi  
Trzeźwiejszych jest ode mnie  
To, gdy uczepię się swoich racji,  
Tłumaczyć nadaremnie.

Refren: A E  
Zdaje mi się, że wiem czego chcę

G A E  
I że mogę ten świat uszczęśliwić.

G A } bis  
Chcę dobrze dla siebie, chcę dobrze dla innych.

G A E  
Czemu uparli mi się sprzeciwiać?"



Coraz bardziej ten problem dokucza.  
Spać po nocach już przez to nie mogę.  
Pycha, duma i złość mnie rozwala.  
Przyjaciele stali się wrogiem.

Aż pewnego dnia przyszło olśnienie,  
Otworzyły się oczy i uszy  
I dotarło to, co od dni wielu  
Próbowało wydostać się z duszy.

Popatrz „głębokie” - masz wielu przyjaciół,  
Tyle rąk wyciągniętych do ciebie.  
Lecz tych rąk nie chciałeś zobaczyć,  
Bo widziałeś wciąż tylko siebie.

Teraz chciałbyś krzyknąć - Nieprawda!  
Lecz nie kłam, baranie, daj spokój.  
Dusza z sercem do światła się garnie,  
Więc nie trzymaj już dłużej ich w mroku.

Refren: Zdaje mi się, że wiem czego chcę.  
Już wiem także, że świata nie zmienię.  
To nie on, lecz ja przystosować się mam -  
Chcę dobrego, to siebie mam zmieniać.



Autor w środku (najwyższy)



# FUNDACJA im. STEFANA BATOREGO

## Komisja Edukacji w Dziedzinie Alkoholizmu i Innych Uzależnień

Al. Ujazdowskie 33/35  
Warszawa, Telefon 622-1286 Fax 622-1280

---

Komisja Edukacji w Dziedzinie Alkoholizmu i Innych Uzależnień przy Fundacji im. Stefana Batorego ma na celu przeniesienie do Polski z Zachodu skutecznych metod leczenia alkoholizmu i innych uzależnień oraz zapobiegania tym chorobom.

### **Cele Komisji:**

- Szkolenie w zakresie teorii i praktyki polskich profesjonalistów i paraprofesjonalistów w dziedzinie uzależnień chemicznych oraz terapii rodzin przez zagranicznych specjalistów, sprowadzonych w tym celu do Polski.
- Szkolenie polskich profesjonalistów i paraprofesjonalistów w ośrodkach leczniczych i szkoleniowych za granicą.
- Edukacja polskich specjalistów w dziedzinach nie związanych bezpośrednio z leczeniem odwykowym np. lekarzy, nauczycieli, duchownych, policji, personelu więzień, sędziów i przedsiębiorców tak, by potrafili pomagać uzależnionym, stwarzając motywację do leczenia oraz odpowiednie warunki powrotu do zdrowia.
- Prewencja i popularyzacja wiedzy na temat uzależnień w społeczeństwie.
- Wydawanie książek, broszur i materiałów szkoleniowych na temat uzależnień i współuzależnień.

Komisja współdziała z instytucjami powołanymi do leczenia alkoholizmu i uzależnień. Komisja współpracuje z prasą, radiem i telewizją oraz wydawnictwami. Oferuje wykłady, konferencje i seminaria dla przedstawicieli różnych zawodów związanych z alkoholizmem i uzależnieniami, a także dla szkół i wyższych uczelni. Pragnąc upowszechnić poczucie odpowiedzialności za rozwiązywanie własnych problemów, Komisja nie wyręcza nikogo w realizacji obowiązków i wymaga od wspomaganých instytucji udziału finansowego lub rzeczowego we wspólnych przedsięwzięciach.

### **Członkowie komisji:**

- Wiktor Osiatyński, publicysta, doktor nauk prawnych (przewodniczący)  
Adam Sokołowski, przedsiębiorca (dyrektor)  
Adam Strzembosz, Pierwszy Prezes Sądu Najwyższego  
Zbigniew Wierzbicki, profesor socjologii  
Ewa Woydyłło, psycholog (koordynatorka szkoleń)