

## M³odzie¿ wobec alkoholu

### 1. Rozmiary zagro¿eñ alkoholowych w¶ród m³odzie¿y

W ostatnich kilku latach obserwujemy wyra¿ny wzrost zagro¿eñ alkoholowych w¶ród m³odzie¿y. Co roku Pañstwowa Agencja Rozwi±zywania Problemów Alkoholowych publikuje na ten temat oddzielny raport: "M³odzie¿ a alkohol". Okazuje siê, ¿e z roku na rok wzrasta liczba m³odych, którzy siêgaj± po napoje alkoholowe a maleje liczba abstynentów. Jednocześnie obni¿a siê wiek inicjacji alkoholowej. Z raportu "M³odzie¿ a alkohol 94" wynika, ¿e obecnie w¶ród ch³opców szkó³ ¶rednich zaledwie nieca³e 10 procent to abstynenci (jeszcze kilka lat temu abstynentów by³o dwa razy tyle). Natomiast wiek inicjacji alkoholowej dla wiêkszo¶ci z nich obni¿y³ siê do 13-tego roku ¿ycia. Sytuacja w¶ród dziewcz±t jest niewiele lepsza.

S± to dane alarmuj±ce, gdy¿ oznaczaj±, ¿e je¶li taka tendencja nadal siê utrzyma, to w najbli¿szych latach bêdziemy mieli w Polsce setki tysiêcy m³odocianych alkoholików. Choroba alkoholowa pojawia siê bowiem tym szybciej im wcze¶niejsza nastêpuje inicjacja alkoholowa. W wieku rozwojowym alkoholizm mo¿e rozwin±æ siê nawet ju¿ po kilku miesi±cach od wypicia pierwszej puszki piwa.

### 2. Dlaczego alkohol jest atrakcyjny?

Je¶li chcemy skutecznie przeciwstawiaæ siê rosn±cym zagro¿eniom alkoholowym w¶ród dzieci i m³odzie¿y, to musimy znale¿æ odpowied¿ na kilka podstawowych pytañ. Pierwsze z nich brzmi: dlaczego alkohol okazuje siê a¿ tak atrakcyjny, ¿e wielu m³odych siêga po napoje alkoholowe mimo, ¿e zdaj± sobie sprawê z zagro¿eñ a znaczna czê¶æ osobi¶cie do¶wiadcza tragicznych skutków choroby alkoholowej we w³asnej rodzinie? Musi byæ w alkoholu jaka¶ niezwyk³a si³a, która sprawia, ¿e kolejne pokolenia daj± siê oszukaæ i wchodz± na drogê choroby alkoholowej.

Na przestrzeni ostatnich dziesiêcioleci mo¿na zaobserwowaæ bardzo symptomatyczne zmiany w patrzeniu na PRZYCZYNY picia alkoholu. Jeszcze nie tak dawno uwa¿ano, ¿e siêganie po alkohol przez m³odych wynika g³ównie z ich z³ej woli, deprawacji moralnej albo niedostatecznej wiedzy o szkodliwo¶ci tej substancji. By³o to spojrzenie MORALIZUJ±CE I INTELEKTUALIZUJ±CE. W takim u¿eciach wychowanie w trze¼wo¶ci polega g³ównie na straszaniu dzieci i m³odzie¿y bolesnymi konsekwencjami picia a tak¿e na odwo¿ywaniu siê do ich dobrej woli, sumienia, wiedzy i rozs±dku.

Szybko jednak okaza³o siê, ¿e sprawa jest bardziej z³o¿ona, bo w grê wchodzi tu jaka¶ dziwna si³a i atrakcyjno¶æ napojów alkoholowych. Źród³a tej si³y zaczêto szukaæ w sferze organicznej. Pojawi³o siê w ten sposób BIOLOGIZUJ±CE patrzenie na picie alkoholu przez m³odzie¿, czyli t³umaczenie tego zjawiska jako skutku sk³onno¶ci organicznych dziedziczonych genetycznie. Tak¿e ta interpretacja okaza³a siê zupe³nie niewystarczaj±ca, gdy¿ nawet je¶li kto¶ ma tego typu predyspozycje biologiczne to przyspieszaj± one jedynie proces uzale¿nienia ale NIE T³UMACZ± DLACZEGO TEN PROCES SIÊ W OGÓLE ZACZYNA, CZYLI DLACZEGO DANY CH³OPIEC CZY DZIEWCZYNA SIÊGA PO ALKOHOL!

Aby

to zrozumieć, trzeba być o zająrzeć głębiej w tajemnicę alkoholu. W ten sposób dotarliśmy do PSYCHOLOGIZUJĄCEGO spojrzenia na alkohol i na rolę jego atrakcyjności. Model ten opiera się na trafnym i ważnym odkryciu, że niezwykle wręcz atrakcyjność alkoholu dla pewnych osób nie wynika z atrakcyjności biologicznej tej substancji (alkohol jest zawsze szkodliwy dla organizmu) lecz z jego atrakcyjności EMOCJONALNEJ. Każdy człowiek dąży do zapewnienia sobie dobrego samopoczucia emocjonalnego. Jeżeli przeżywa bolesne emocje, np. ból czy lęk, to chciałoby zmienić tego typu nastroj. Człowiek nie posiada jednak bezpośrednio władzy nad własnymi emocjami i przeżyciami. Nie może ich sobie dowolnie nakazywać czy zakazywać.

Tutaj właśnie tkwi tajemnica siły alkoholu: substancja ta POSIADA WŁADZĘ, KTÓREJ NIE MA CZŁOWIEK: POTRAFI SZYBKO I ŁATWO ZMIENIAĆ LUDZKIE EMOCJE. Perspektywa psychologiczna, która ukazuje to właśnie zjawisko, niewątpliwie przybliżyła nas znacznie bardziej do prawdy o genezie zagrożeń alkoholowych niż perspektywa moralizatorska czy biologizująca. Jednak perspektywa ta - obecnie najbardziej popularna - nadal nie ukazuje nam całej prawdy. Nie sięga istoty problemu, bo leży on głębiej i wymaga postawienia kolejnego pytania.

3. Dla kogo alkohol jest atrakcyjny?

Przeżycia

i stany emocjonalne danego człowieka nie są czymś przypadkowym lecz ODSŁANIAJĄ PRAWDĘ O CAŁEJ JEGO SYTUACJI EGZYSTENCJALNEJ. Zwłaszcza w sytuacjach kryzysowych informacje emocjonalne o całym życiu są zwykle precyzyjniejsze niż informacje intelektualne właśnie dlatego, że człowiek nie może dowolnie manipulować swymi emocjami, podczas gdy może niemal bez granic manipulować myśleniem na temat własnego postępowania.

EMOCJE

NIE SĄ JEDNAK OSTATECZNY RZECZYWISTOŚCI. NIE WSKAZUJĄ NA SAME SIEBIE LECZ SĄ INFORMACJĄ O TYM, CO SIĘ DZIEJE W ŻYCIU DANEGO CZŁOWIEKA. Z tego powodu interpretacja atrakcyjności alkoholu jako zjawiska związanego z ludzkimi emocjami jest zatrzymaniem się w powrocie drogi ku pełnej prawdzie. Kiedy rozmawiam z młodzieżą to zdumiewam się jak spontanicznie i trafnie - choć zwykle niewiadomie - oni sami demaskują OSTATECZNE POWODY SIĘGANIA PO ALKOHOL. Przykładem niech będzie słowa kilkunastoletniej dziewczyny, która w rozmowie ze mną powiedziała: "Nie rozumiem dlaczego księżdz nie chce, bym nadal piła alkohol, skoro dzięki niemu lepiej się czuję i bardziej chce mi się żyć."

Dopiero tutaj

docieramy do najważniejszego i ostatecznego powodu sięgania po alkohol przez młodzież. Tym powodem jest fakt, że dana osoba PRZEŻYWA SWOJE ŻYCIE JAKO BOLESNY CIĘŻAR I TĘSKNI ZA DOŚWIADCZENIEM ULGI. CZASEM ZA KADĄ CENĄ. Wspomniana dziewczyna sięga po alkohol po to, by uciec od siebie i od bolesnej rzeczywistości, w której żyje. Prawdziwym powodem picia alkoholu nie jest zatem ani zła wola czy lekkomyślna ciekawość, ani skłonności czy obciążenia genetyczne organizmu lecz KRYZYS ŻYCIA, sygnalizowany przez bolesne stany emocjonalne. Skoro tak, to alkohol nie jest jednakowo atrakcyjny dla wszystkich. Okazuje się on tym bardziej atrakcyjny, a przez to tym bardziej niebezpieczny, im bardziej dany człowiek doświadcza kryzysu życia. Kryzys bowiem prowadzi do bolesnych przeżyć a wtedy rodzi się pokusa, by sięgnąć po alkohol i "poprawić" sobie nastroj.

4. Rozwój duchowy jako istota terapii i profilaktyki uzależnień

Dotychczasowe

analizy umożliwiają opracowanie kryteriów, jakie powinny spełniać skuteczne programy terapeutyczne i profilaktyczne. Jeżeli jakimś model

terapeutyczny ogranicza się do detoksykacji oraz do demaskowania i pokonywania psychicznych mechanizmów alkoholizmu, to tego typu pomoc terapeutyczna W OGÓLE NIE LECZY CHOROBY ALKOHOLOWEJ LECZ JEDYNIEM ZMNIEJSZA LUB LIKWIDUJE JEJ BIOLOGICZNE I PSYCHICZNE KONSEKWENCJE. Innymi słowami człowiek uzależniony, który dzięki takiej terapii odzyska pewne zdrowie fizyczne oraz poradzi sobie z psychicznymi mechanizmami uzależnienia ale nie uczyni nic więcej, WRACA JEDYNIEM DO PUNKTU WYJŚCIA, czyli do sytuacji, w której ZACZĘ PIĆ ALKOHOL MIMO, ŃE WTEDY NIE BYŁ JESZCZE OD NIEGO UZALEŃNIONY! Psycho-biologiczne programy terapeutyczne opierają się na analizie procesu uzależnienia ale nie sięgają podstawowego dla terapii pytania, które brzmi: DLACZEGO PROCES UZALEŃNIENIA W OGÓLE SIĘ ROZPOCZĘ?

Analogiczne ograniczenia cechują niemal wszystkie programy profilaktyczne, które są obecnie stosowane w polskich szkołach. Mimo, że większość z nich nie ogranicza się już tylko do udzielania informacji o alkoholu, to jednak nawet najlepsze KOŃCZĄ SIĘ TAM, GDZIE ZACZYNA SIĘ ISTOTA PROBLEMU. Nie ograniczają się wprawdzie do straszenia alkoholem ale precyzyjnie i rzeczowo przekazują informacje na temat działania tej substancji oraz na temat szkód biologicznych i psycho-społecznych, jakiej ona dokonuje. Ponadto programy te uczą młodych skutecznego przeciwstawiania się naciskom środowiska, które nakłania do sięgania po alkohol. Uczą także asertywnego wyrażania emocji, zwłaszcza tych bolesnych, aby w ten sposób eliminować potrzebę ich zagłuszania drogami chemicznymi. Programy te nie docierają jednak do najważniejszego dla profilaktyki pytania, które brzmi: SKĄD SIĘ BIORĄ I CO SYGNALIZUJĄ BOLESNE STANY EMOCJONALNE U DZIECI I MŁODZIEŻY?

Tymczasem bez pogłębionej odpowiedzi na to pytanie nie jest możliwe opracowanie skutecznych programów terapeutycznych i profilaktycznych. Skuteczna terapia powinna bowiem nie tylko demaskować konsekwencje uzależnienia od alkoholu ale także odkrywać, dlaczego u danej osoby w ogóle rozpoczęł się proces uzależnienia? Podobnie profilaktyka to nie tylko przekazywanie informacji o alkoholu i uczenie kompetencji wobec własnych emocji lecz to także pytanie o ŃRÓDŁO bolesnych stanów emocjonalnych, z którymi młodzi mogą sobie nie poradzić mimo najlepszych nawet kompetencji w tej dziedzinie, dopóki nie wyeliminują przyczyn tego typu przeżyć.

A przyczyną bolesnych emocji jest ostatecznie KRYZYS ŻYCIA. Z tego względu skuteczne ZAPOBIEGANIE alkoholizmowi polega NA UCZENIU DZIECI I MŁODZIEŻY DOJRZAŁEJ POSTAWY WOBEC ŻYCIA. TERAPIA natomiast nie będzie skuteczna, JEŚLI NIE POMOŻE POKONAĆ DOTYCHCZASOWEGO KRYZYSU ŻYCIA i nie wprowadzi w świat, który przyniesie alkoholikowi większy zysk i większą radość niż sięganie po alkohol. Leczenie uzależnień jest oczywiście znacznie trudniejsze niż zapobieganie, gdyż oprócz uczenia dojrzałej postawy wobec życia, aby zlikwidować PRZYCZYNY sięgania po alkohol, trzeba najpierw lub jednocześnie likwidować biologiczne i psychiczne SKUTKI uzależnienia, czyli mechanizmy choroby alkoholowej.

Jeśli ostatecznym Ńródłem problemów alkoholowych w Ńród młodzi jest kryzys życia to skuteczna profilaktyka i terapia nie może ograniczać się do sfery biologicznej i psychicznej. Powinna obejmować sferę ludzkiej duchowości, gdyż ZAJĘCIE DOJRZAŁEJ POSTAWY WOBEC ŻYCIA JEST MOŻLIWE TYLKO W SFERZE DUCHOWEJ. To właśnie duchowość jest sferą, w której człowiek stawia sobie pytanie o to, kim jest i po co żyje. Dopóki dana osoba nie rozwinie sfery duchowej, dopóty nie może zajęć dojrzałej postawy wobec siebie, świata i życia. Nie można przecięć zajęć wewnętrznego człowieka wobec rzeczywistości, której się nie rozumie.

Człowiek nie może prawdziwie zrozumieć samego siebie z jakiegokolwiek innej

perspektywy niż sfera duchowa. Jeśli np. ktoś kontaktuje się z samym sobą jedynie poprzez ciało to ono nie może mu wyjaśnić tajemnicy człowieka, gdyż ciało nie wie kim jest człowiek i po co żyje. Ciało odczuwa jedynie ważne potrzeby i popędy. Pozostawione samemu sobie ciało staje się rodzajem nowotworu, który podporządkowuje sobie całość człowieka i żyje jego kosztem.

Podobnie człowiek nie może zrozumieć samego siebie jeśli kontaktuje się jedynie z ważnymi psychikami, a więc z ważnymi sposobami myślenia i przeżywania emocjonalnego. Umysł ludzki posiada zdolność myślenia ale nie jest źródłem wiedzy o tajemnicy człowieka. Umysł może tę tajemnicę odkryć ale nie może jej ważnymi mocami ustalić czy wymyślić. W sposób spontaniczny umysł ludzki kieruje się tzw. logiką prywatną, która może prowadzić do bardzo błędnej postawy wobec siebie i życia. Logika ta przejawia się w dążeniu do usprawiedliwiania nawet najbardziej niebezpiecznych zachowań, jeśli tylko nie wymagają one wysiłku czy dyscypliny. Podobnie emocje nie wiedzą kim jest człowiek i jaką postawę powinien on zająć wobec ważnej rzeczywistości. Pozostawione same sobie one także kierują się ważnymi logikami: szukają jedynie dobrego samopoczucia za wszelką cenę.

#### Niezwykłości

sfer duchowej jest fakt, że w tej sferze i tylko w niej człowiek może ZAPYTAĆ SIĘ o ważną tajemnicę nie z perspektywy cielesnej (cielesnej czy psychicznej) lecz z PERSPEKTYWY CAŁEGO CZŁOWIEKA. I tylko w tej sferze może ZNALEŃ OSTATECZNY ODPOWIEDŹ, która stanie się podstawą zajęcia dojrzałej postawy wobec życia. DUCHOWOŚĆ ZACZYNA SIĘ ZATEM TAM, GDZIE CZŁOWIEK WZNOŚI SIĘ PONAD SWOJE CIAŁO I PSYCHIKĘ, ABY POSTAWIŁ SOBIE PYTANIE O TO KIM JEST I PO CO ŻYJE A TAKŻE O TO, JAKI SENS MA JEGO CIAŁO, JEGO MYŚLENIE I EMOCJE.

Pierwszym zagrożeniem w tym względzie jest nazywanie duchowości tego, co w rzeczywistości duchowość nie jest. Dla przykładu różnego rodzaju wzruszenia, wrażenia estetyczne, ogólne medytacje, zachwyty nad przyrodą czy muzyką to jedynie ćwiczenia na koncentrację lub poszerzanie wrażliwości psychicznej ale nie duchowości. Istnieje więc GROBA ZASTĘPIENIA DUCHOWOŚCI JEJ NAMIĄSTKĄ CZY ILUZJĄ. Drugim zagrożeniem jest ZADOWOLENIE SIĘ NIE-DUCHOWYMI ODPOWIEDZIAMI NA DUCHOWE PYTANIA. Oznacza to sytuację, w której człowiek stawia sobie pytanie o to, kim jest i po co żyje, ale odpowiedzi szuka w swoim ciele czy w sferze psychicznej. Wtedy mamy do czynienia z iluzją duchowości.

#### Gdy brak jest duchowości lub

gdy dany człowiek rozwija jedynie jej namiastkę, to z definicji nie może zająć dojrzałej postawy wobec życia. A postawa błędna prowadzi do bolesnych emocji, co wiąże się z ryzykiem różnego rodzaju uzależnień. NIE MA WIĘC WOLNOŚCI BEZ DUCHOWOŚCI, gdyż człowiek nie może odpowiedzialnie kierować sobą i swoim życiem dopóki nie wie, kim jest i po co żyje. Człowiek bez duchowości to człowiek z definicji uzależniony od jednej ze swoich sfer cielesnych albo od środowiska zewnętrznego.

#### W

praktyce oznacza to, że człowiek, który nie rozwinął sfery duchowej, uzależnia się od swego ciała (np. obżarstwo, lenistwo, panseksualizm), od subiektywnego myślenia (różne systemy iluzji i negowania prawdy o ważnym życiu), od emocji (ucieczka od emocji za wszelką cenę lub bierne uleganie emocjom, kierowanie się tym, co przyjemne emocjonalnie a nie tym, co wartościowe), od nacisków środowiska (robię to, co większość, bo sam nie wiem, kim jestem i co służy memu rozwojowi), od określonych osób (uleganie innym lub posługiwanie się nimi do ważnych celów) czy od określonych rzeczy (pieniądze, władza). Człowiek pozbawiony sfery duchowej jest w jakimś stopniu uzależniony od wszystkich tych czynników jednocześnie, chociaż zwykle jakaś forma uzależnienia okazuje się dominującą i światło zauważalne z zewnątrz.

Sfera duchowa okazuje się więc kluczowa dla terapii i profilaktyki uzależnień. Stąd też duchowość i religijność są ważnymi elementami programów terapeutycznych w najbardziej renomowanych ośrodkach na świecie. Tymczasem w naszym społeczeństwie dążeniu do dobrobytu materialnego towarzyszy obecnie rosnące ubóstwo duchowe, zwłaszcza wśród dzieci i młodzieży. A mimo to polskie programy terapeutyczne i profilaktyczne nadal jeszcze pozbawione są pogłębionego wymiaru duchowego i religijnego, co w oczywisty sposób ogranicza ich skuteczność.

##### 5. Natura duszpasterstwa trzeźwości w odniesieniu do dzieci i młodzieży

Z dotychczasowych analiz wynika, że istotą profilaktyki i terapii uzależnień jest uczenie dzieci i młodzieży dojrzałej postawy wobec siebie i własnego życia. Dopiero wtedy młodzi są w stanie osiągnąć wewnętrzne wolność i trwałą satysfakcję. Z tego względu Kościół ma tutaj do spełnienia istotną i niezastępią rolę, gdyż jego podstawową misją jest uczenie życia w miłości i odpowiedzialności. A więc takiego życia, które przynosi pełną radość (por. J 17,13).

##### Przyjrzyjmy

się po krótko na czym polega dojrzałość, która jest celem wysiłków duszpasterskich Kościoła i która stanowi podstawę wychowania w trzeźwości młodego pokolenia. Dojrzałość ta wymaga, po pierwsze, odpowiedzialnego odniesienia się do własnej rzeczywistości cielesnej. Oznacza to, że młody człowiek nie utożsamia się jedynie z własnym ciałem i nie ulega dyktaturze ciała, a więc instynktów, popędów czy cielesnych jedynie potrzeb. Jest natomiast zdolny do dyscypliny wewnętrznej oraz uczy się takiego kierowania swym ciałem, by wyrażało ono miłość, odpowiedzialność, pracowitość, wytrwałość, zaangażowanie na rzecz dobra.

##### Po

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

##### Dojrzałość

wymaga ponadto odpowiedzialnego posługiwania się własnym myśleniem. Istnieje bowiem ścisły związek między jakością myślenia a jakością postępowania. Zagrożenie w tej dziedzinie plynie z faktu, że człowiek jest w stanie manipulować własnym myśleniem. Potrafi tak dobierać argumenty i tak selekcjonować informacje, by przekonać innych a nawet samego siebie o tym wszystkim, o czym chce być przekonany. Także wtedy, gdy przeczą temu oczywiste fakty. Przykładem błędnego myślenia może być subiektywne przekonanie ludzi młodych, że sięgają po alkohol dla potwierdzenia własnej dojrzałości czy niezależności. Odpowiedzialność w dziedzinie myślenia polega na odwadze i wolności szukania prawdy obiektywnej. Także wtedy, gdy okazuje się ona dla kogoś bolesna, wymagająca, trudna.

Zajęcie tego typu postawy wobec całej swej rzeczywistości jest OWOCEM DOJRZAŁOCI DUCHOWEJ. Dojrzała duchowość to uzyskanie POGŁĘBIONEJ I PRAWDZIWEJ ODPOWIEDZI na pytanie o tajemnicę człowieka i o sens życia. Dzięki temu sfera duchowa - i tylko ona - może stać się CENTRALNYM SYSTEMEM KIEROWANIA ŻYCIEM. Jednak SAMA DUCHOWOŚĆ

NIE WYSTARCZY! Dana osoba może mieć przecież precyzyjną wiadomość tego, kim jest i po co żyje a mimo to może nie mieć siły i motywacji, by żyć w zgodzie z samym sobą i z własnymi aspiracjami czy ideałami. DUCHOWOŚĆ JEST ODKRYCIEM TEORII ODPOWIEDZIALNEGO ŻYCIA. Ale nawet najlepsza teoria nie wystarczy jeżeli dany człowiek nie posiada SIŁY, by ją zrealizować. Skuteczna profilaktyka i terapia alkoholowa wymaga więc nie tylko określenia dojrzałej teorii życia ale także znalezienia RODZAJA SIŁY potrzebnej, aby nie ustawać w drodze.

Takim źródłem siły jest dojrzała i pogłębiona religijność, czyli osobista więź z Bogiem. Empirycznym potwierdzeniem tej tezy okazuje się program Dwunastu Kroków Anonimowych Alkoholików. Jest to rodzaj rekolekcji prowadzących do "coraz doskonalszej więzi z Bogiem, prosząc jedynie o poznanie Jego woli wobec nas oraz o SIŁĘ do jej spełnienia" (krok XI). To właśnie dzięki odzyskaniu tak rozumianej religijności wiele milionów ludzi uzależnionych odzyskało trwałą wolność.

## 6. Duszpasterz wobec młodzieży uzależnionej

Dopiero

od niedawna zaczynamy sobie uświadamiać, że alkoholizm to zjawisko, które dotyczy niestety także dzieci i młodzieży. Wiele osób w naszym kraju jest nadal przekonanych, że alkoholicy to jedynie ludzie w starszym wieku, którzy codziennie chodzą pijani po ulicach i wszystko już stracili. Myli się wtedy alkoholizm z jego ostatnią fazą. Kiedy w czasie spotkań z młodzieżą wyjaśniam, że sięgają po piwo w wieku nastu lat, już za rok czy dwa mogą być alkoholikami, wtedy niemal wszyscy (zwłaszcza chłopcy) okazują niedowierzanie. Młodzi nie chcą o tym wiedzieć, bo jest to prawda, która niepokoi i zobowiązuje do abstynencji. W czasie spotkania w ósmej klasie szkoły podstawowej w małym miasteczku koło Radomia kilku chłopców absolutnie nie chcą uznać faktu, że wśród nastolatków mogą być alkoholicy. Uśmiechali się z niedowierzaniem, gdy o tym mówiłem. Wtedy wstała ich koleżanka i spytała: proszę księdza, jak mogę pomóc mojemu 16-letniemu koledze, który jest w stanie agonalnym ze względu na chorobę alkoholową? Wszyscy w klasie osobście znali umierającego chłopca-alkoholika, o którym mówiła ta dziewczyna. Po jej pytaniu zniknęła uśmiech z twarzy chłopców, którzy nie chcieli przyznać do wiadomości jak groźny jest alkohol w ich wieku.

Sądzę,

że obecnie w każdej parafii są ludzie młodzi a nawet dzieci dotknięte chorobą alkoholową. Potrzebują oni szybkiej i kompetentnej pomocy. Udzielenie im pomocy duszpasterskiej okazuje się jednak bardzo trudne. Po pierwsze dlatego, że młodociani alkoholicy - może jeszcze bardziej niż dorośli alkoholicy - unikają kontaktów z parafią i duszpasterzem. Po drugie, jeżeli są już uzależnieni, to nie mogą w pełni skorzystać z pomocy duszpasterskiej jeżeli wcześniej nie otrzymają specjalistycznej pomocy od instytucji i placówek zajmujących się chorobą alkoholową. Innymi słowy, zanim mogą odbudować swój duchowość, religijność i wartościowość moralną, muszą w pierwszej kolejności otrzymać pomoc terapeutyczną czy włączyć się w grupy samopomocy dla osób uzależnionych. W praktyce taką pomoc otrzymują nieliczni. Dzieje się tak dlatego, że brakuje jeszcze instytucji terapeutycznych i grup samopomocowych, zwłaszcza w małych miejscowościach i ośrodkach wiejskich. Ponadto mija zwykle parę lat, zanim najbliższe środowisko zorientuje się i uzna, że ktoś z młodych jest już alkoholikiem.

Z drugiej strony pracę duszpasterską Kościoła

z młodymi alkoholikami bardzo utrudniają nierealne oczekiwania wobec duszpasterzy. Nadal ukazują się specjalistyczne publikacje na temat pracy trzeźwościowej w Polsce, w których ocenia się działalność Kościoła na podstawie ... ilości ośrodków terapeutycznych dla alkoholików, prowadzonych przez instytucje kościelne. Są to oczywiście bardzo cenne inicjatywy ale nie stanowią one istoty duszpasterstwa trzeźwości.

Ośrodki terapeutyczne wymagają grona specjalistów i personelu pomocniczego, odpowiednich budynków, w³acznego wyposa¿enia i sporych ¶rodków finansowych. Jest to wiêc g³ównie zadanie i odpowiedzialnoœæ pañstwa a nie Koœci³o³a czy jakiegokolwiek innej instytucji pozapañstwowej. Rol± duszpasterza jest motywowanie uzale¿nionych, by zdecydowali siê na terapiê ale nie zak³adanie oœrodków terapeutycznych.

#### Podstawowym

zadaniem Koœci³o³a nie jest zatem terapia uzale¿nieñ lecz niesienie pomocy duszpasterskiej tym, którzy tak± terapiê ju¿ przeszli i próbuj± teraz odzyskaæ trwa³± trzeźwoœæ. Wymiar duchowy i religijny okazuje siê bardzo cenny ju¿ w samym procesie kilkutygodniowej terapii alkoholowej. Jest natomiast wrêcz konieczny w odzyskiwaniu trwa³ej trzeźwoœci.

#### G³ówn±

metod± pos³ugi duszpasterskiej Koœci³o³a wobec m³odych dotkniętych chorob± alkoholow± jest wprowadzanie ich w ¶wiat Bo¿ej mi³oœci i prawdy. Duszpasterz to najpierw ¶wiadek Bo¿ej mi³oœci. To ten, który kocha, który szuka cz³owieka moc± mi³oœci nadprzyrodzonej, bezwarunkowej, cierpliwej. Duszpasterstwo jest wiêc spotkaniem, które rodzi siê z Bo¿ej mi³oœci oraz które rodzi mi³oœæ i j± umacnia. Jest przekazywaniem dobrej nowiny o nieodwo³alnej mi³oœci Boga do ka¿dego cz³owieka. Dla ludzi zg³odnia³ych mi³oœci, nie wierz±cych, ¿e mog± byæ jeszcze kochani i ¿e mog± kochaæ samych siebie - dla takich ludzi jest to nowina, która dos³ownie ratuje ¿ycie, przywraca wiarê i nadziejê oraz otwiera drogê ku wyzwoleniu i prawdzie. Duszpasterz - w³asn± postaw± mi³oœci, szacunku, cierpliwoœci, nadziei - pomaga uzale¿nionym upewniaæ siê, ¿e Bóg kocha nas tak¿e wtedy, gdy jeste¶my jeszcze lub znowu daleko od Niego. On pozwala nam ponosiæ konsekwencje naszych b³êdów, bo cierpi±c mo¿emy siê zastanowiæ nad naszymi b³êdami i odwróciæ od z³a. Ale Bóg nie cofa swojej mi³oœci. Nigdy. Tak jasno mówi nam o tym ewangeliczna przypowieœæ o mi³osiernym ojcu i powracaj±cym synu (por. £k 15, 11-32).

#### Jednocze¶nie

duszpasterstwo jest wprowadzaniem w ¶wiat Bo¿ej prawdy. Ale powtórzmy raz jeszcze: duszpasterstwo jest wprowadzaniem cz³owieka w ¶wiat prawdy w kontekœcie uprzedzaj±cej i nieodwo³alnej mi³oœci. Ten w³acny kontekst jest tu czym¶ wyró¿niaj±cym i decyduj±cym. Poza kontekstem mi³oœci, a wiêc np. w klimacie ataku, agresji czy zemsty, cz³owiek po prostu boi siê prawdy o sobie i broni siê przed ni±. Prawda przekazywana bez mi³oœci - zw³aszcza prawda niepokoj±ca, bolesna czy stawiaj±ca trudne wymagania - raczej parali¿uje i odbiera nadziejê ni¿ wyzwala. W takim kontekœcie cz³owiek mo¿e zaneigowaæ nawet najbardziej oczywiœt± prawdê o sobie.

Uznanie prawdy o sobie w sytuacji choroby alkoholowej okazuje siê wyj±tkowo trudne. Gdy jednak uzale¿niony przekonuje siê, ¿e duszpasterz przychodzi do niego z mi³oœci i z mi³oœci±, to ±atwiej mu pokonaæ lêk i uznaæ prawdê o sobie. Nie jak Judasz - z rozpacz±, lecz jak Piotr - z ¿alem i nadziej±. Bêd±c ¶wiadkiem Bo¿ej mi³oœci, duszpasterz stwarza uzale¿nionemu szansê, by podj±³ on ryzyko otwarcia siê na prawdê, która wyzwala.

#### Specyfik± pos³ugi duszpasterskiej jest

nie tylko to, i¿ tworzy ona kontekst mi³oœci, który u³atwia przyêcie prawdy ale te¿ to, ¿e przybli¿a uzale¿nionego do ca³ej prawdy. Szukanie prawdy - lub jej unikanie - dokonuje siê w kontekœcie osobistej historii, do¶wiadczeñ i prze¿yæ danej osoby. Gdy cz³owiek szuka prawdy o zjawiskach, które nie maj± bezpo¶redniego zwi±zku z jego ¿yciem, to ±atwo jest mu my¶leæ logicznie i wyci±gaæ racjonalne wnioski. Gdy jednak kto¶ szuka prawdy, która dotyczy bezpo¶rednio jego ¿ycia i postêpowania, to wtedy mo¿e on wydawaæ umys³owi "tajne instrukcje", czyli nie¶wiadome czêsto za³o¿enia, które zniekszta³caj± przebieg rozumowania. Czyni to po to, by nie odkryæ tego, co go niepokoi lub co stawia wymagania.

Każdy człowiek prowadzi więc sobie tylko warsztat polityki samoinformacji. Pewne rzeczy widzi doskonale. Wobec innych pozostaje dosłownie zaślepiiony. Okazuje się, że jako człowieka ludzkiego myślenia o własnej sytuacji zależy bardziej od jakości życia niż od ilorazu inteligencji. Im bardziej problematyczne jest życie, tym bardziej ogranicza ono dostęp do prawdy. Alkoholizm jest tu przykładem wyjątkowo czytelnym: bódąc okaleczonym sposobem życia, skutecznie okalecza zdolność alkoholika do szukania prawdy o sobie i o własnym postępowaniu.

Zadaniem duszpasterza jest więc pomaganie uzależnionemu, by przybliżyć się do pełnej prawdy o sobie poprzez przybliżenie się do Boga, który wie o wszystkim, co dzieje się we wnętrzu człowieka. Poprzez modlitwę, wsłuchiwanie się w głos sumienia, w konfesjonale i osobistej rozmowie z duszpasterzem, człowiek uzależniony ma szansę odkrywać prawdę o swoich zachowaniach, więziach, o swojej hierarchii wartości, o najgłębszych motywacjach. Tej prawdy nie odkryby w żadnym innym kontekście poszukiwać czy ludzkich tylko spotkań. Bożą prawda w pełni otwiera oczy, definitywnie demaskuje fałsz i iluzje a przez to prowadzi do autentycznej przemiany życia. Dobrze wiedz o tym ci trzeźwiejcy alkoholicy, którzy moc Bożej miłości i prawdy wyrwali się z pętli zniewolenia i kłamstwa. Oni już wiedz, że choroba alkoholowa nie dotyczy jedynie alkoholu lecz tajemnicy człowieka i jego życia. Wiedz też, że odzyskanie trwałej trzeźwości wymaga nie tylko panowania nad alkoholem lecz zdolności do panowania nad sobą i nad własnym życiem w oparciu o miłość i prawdę.

## 7. Duszpasterska troska o wychowanie dzieci i młodzieży w abstynencji

### Zadaniem

Kościół jest nie tylko troska o młodych, którzy są uzależnieni od alkoholu. Istotną formą posługi duszpasterskiej jest także oddziaływanie wychowawcze na dzieci i młodzież, by nie sięgali oni po alkohol. Kościół od dziesięcioleci podejmuje tę rolę a jej skuteczność w dużym stopniu zależy od szukania takich form działania, które odpowiadają aktualnej sytuacji ludzi młodych oraz rozmiarom zagrożenia w tej dziedzinie.

Jako duszpasterz trzeźwości od kilku lat spotykam się każdego miesiąca z kilkoma tysiącami młodzieży, zwłaszcza w szkołach średnich. Głównym celem tych spotkań jest właśnie wychowanie w trzeźwości. Od początku mojej pracy miałem świadomość, że wychowanie w trzeźwości to ostatecznie nie problem alkoholu lecz człowieka i że w związku z tym wszelkie programy profilaktyczne nie są wystarczające. Z tego względu opracowałem na potrzeby spotkań z młodzieżą własny program profilaktyczny. Został on opisany w wydanej w 1993 roku przewodniku dla duszpasterstwa trzeźwości ("Przesłania nadziei", s. 162-184), który otrzymali wszyscy kapłani.

Omawiany program nie ogranicza się do promowania kompetencji wobec alkoholu. Nie ogranicza się też do pomagania dzieciom i młodzieży, aby żyli zdrowiej i bardziej świadomie, aby potrafili powiedzieć: "nie" w obliczu szkodliwych propozycji i nauczyli się asertywnego wyrażania własnych emocji. Ostatecznym celem duszpasterskiego programu profilaktyki jest pomaganie młodym, by podejmowali decyzje w oparciu o dojrzałą hierarchię wartości, by w sposób odpowiedzialny kierowali własnym ciałem, emocjami i myśleniem, by uczyli się dojrzałego kontaktu z samym sobą i z innymi ludźmi, by przeżywali wielką przyjaźń z Bogiem. Chodzi więc o dostarczenie dzieciom i młodzieży kompetencji w odniesieniu do własnego życia a nie tylko w odniesieniu do alkoholu.

Z drugiej strony trzeba ukazywać dzieciom i młodzieży kontekst egzystencjalny, który sprawia, że alkohol zaczyna



być dla danej osoby groźny, że potrafi ją oszukać i całkowicie sobie podporządkować. Kontekstem tym jest zawężenie pragnień. Każdy człowiek rodzi się z bogactwem pragnień, marzeń i aspiracji. Już małe dzieci mają mnóstwo nadziei i planów na przyszłość. Okres dorastania jest czasem snucia intensywnych pragnień i poszukiwania ideałów. Młodzi marzą o tym, by kochać i być kochanymi, by być silnymi, szczerymi, uczciwymi, by żyć w przyjaźni z Bogiem i w zgodzie z samym sobą, by cieszyć się uznaniem innych, by mieć liczne zainteresowania, pasje, hobby. Pragnienia, aspiracje i ideały stają się źródłem radości i nadziei. Czynią silnymi. Poszerzają horyzonty. Pobudzają do wysiłku. Mobilizują. Pozwalają przetrwać trudne chwile.

Niestety w miarę upływu lat nasze pragnienia i aspiracje ulegają zubożeniu. Wiąże się to z ograniczeniami i trudnościami zewnętrznymi, z przeżywanymi rozczarowaniami, z doświadczeniem wspaniałych szałów, zaniedbań i błędów. Niestety zaczyna się wtedy, gdy następuje dramatyczne zubożenie, czasem nawet zupełne uśmiercenie pragnień. Wtedy początkowe bogactwo marzeń i ideałów zostaje zawężone do kilku zaledwie a czasem do jednego pragnienia. Są wśród nich młodzi tacy, dla których jedynym pragnieniem jest już tylko posiadanie pieniędzy, alkohol, seks, narkotyk. W takiej sytuacji mogą oni łatwo stać się niewolnikami tych nielicznych pragnień, które im jeszcze pozostały. Dzieje się tak dlatego, że pragnienia te stają się niezwykle silne, niemal obsesyjne, gdy pochłaniają całą energię życiową danego człowieka. Ponadto wydają mu się niezwykle atrakcyjne z tego prostego powodu, że są jedyne i że nie widzi on już innej drogi do szczęścia.

Jeśli ktoś zredukował swoje pragnienia, aspiracje i ideały na przykład do chęci posiadania pieniędzy, to poświęcił wszystko: zdrowie, sumienie, rodzinę, byle tylko te pieniądze zdobyć. Podobnie będzie w sytuacji człowieka, którego jedynym pragnieniem jest już tylko seks, alkohol czy narkotyk. Poświęcił on wszystko inne, łącznie z własnym życiem, byle próbować zaspokoić to jedyne pragnienie, jakie mu jeszcze pozostało. Zubożenie pragnień prowadzi więc do zniewolenia.

Takiego zubożenia pragnień doświadczył człowiek już na początku swej historii. Pierwsi ludzie w pewnym okresie życia ograniczyli wszystkie swe pragnienia do jednego: by zerwać zakazany owoc. Łudzili się, że zrealizowanie tego pragnienia zapewni im szczęście i niezależność. To jedyne pragnienie przesłoniło im wszystko inne. Stracili zdrowy rozsądek. Ulegli pokusie. W konsekwencji przyszedł lęk i cierpienie.

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

Z tego właśnie względu duszpasterska troska o wychowanie w trzeźwości nie może ograniczać się do przestrzegania przed pić alkoholu czy do zobowiązań abstynenckich, np. z racji I komunii św. czy bierzmowania. Powinna ona koncentrować się na całym kontekście życia dzieci i młodzieży, aby ułatwić im nabycie dojrzałych więzi z Bogiem, z ludźmi i z samym sobą. Trzeba przy tym pamiętać, że ostatecznym fundamentem trzeźwości nie są teoretyczne kompetencje, nakazy czy zakazy lecz więzi. Dla przykładu, jeśli dziecko przeżywa więź przyjaźni i zaufania wobec rodziców, którzy przestrzegają przed pić alkoholu, to nie będzie ono pić nawet jeśli nie rozumie jeszcze w jaki sposób alkohol może szkodzić. Gdy natomiast brak jest

więzi miłości i zaufania, to trudno będzie dzieciom i młodzieży o zachowanie abstynencji, choćby doskonale rozumieli, że sięganie po alkohol w wieku rozwojowym przynosi dramatyczne szkody.

### Znamienne

jest pytanie, które postawił mi 16-letni uczeń szkoły średniej:

"Dlaczego mam nie pić alkoholu? Ja wiem, że zaczynam pić w tym wieku, już za rok mogę być alkoholicem ale dlaczego miałbym sobie nie szkodzić, skoro rodzice się mnie nie interesują i nie kochają mnie i skoro mnie samemu nie zależy już na moim zdrowiu i życiu?" Temu chłopcu i jemu podobnym można pomóc w zachowaniu abstynencji jedynie poprzez wprowadzenie ich w świat wiłości i zaufania.

### Dochodzimy tutaj

do kresu możliwości najlepszych nawet programów profilaktycznych. Programy mogą pouczać ale nie mogą tworzyć wiłości. Wprowadzanie w świat wiłości i zaufania dokonuje się (lub nie!) w środowiskach, w których żyje młodzi. Szczególne znaczenie ma w tym względzie środowisko rodzinne, gdyż człowiek uczy się postawy do siebie i życia głównie w dzieciństwie. To właśnie w rodzinie dziecko uczy się miłości do Boga i człowieka albo zostaje wprowadzone w świat lęku, agresji czy samotności. Wiele polskich rodzin przeżywa obecnie kryzys a to prowadzi także do trudności w wychowaniu młodego pokolenia. Kryzys dotyczy również polską szkołę. Z bólem przyjmuję wiadomości podane w telewizji (bez komentarza!), że w jednym z warszawskich liceów dyrekcja autoryzowała studniówkę z alkoholem. W ten sposób szkoła stała się anty-szkolą, miejscem, w którym młodzi uczą się subkultury spotkań przez alkohol. Ponadto jeżeli wśród uczestników studniówki był choć jeden uczeń niepełnoletni, to podawanie alkoholu jest wtedy nie tylko złamaniem zasad wychowawczych ale też złamaniem prawa.

### W obliczu kryzysu

rodziny i szkoły wyjątkowo istotnego znaczenia nabiera duszpasterska troska o wychowanie dzieci i młodzieży w abstynencji. Podstawą form tej troski jest kształtowanie u młodych dojrzałej religijności czyli wprowadzanie ich w wiłość i zaufanie do Chrystusa. Wtedy młodzi uczą się ufać Bogu i Ewangelii bardziej niż sobie, niż swemu ciału i emocjom, niż naciskowi mody, rówieśników, środków przekazu. Bardziej niż alkoholowi czy narkotykom.

### Jakie symptomatyczne są wyniki badań

CBOS-u "Młodzi 94" (por. "Problemy Alkoholizmu, styczeń 1995, s.VII). Okazuje się, że 80% uczniów szkół średnich pije alkohol, 36% pali papierosy a 10% ma kontakty z narkotykami. Wszyscy ci uczniowie deklarowali, że nie biorą czynnego udziału w praktykach religijnych. Natomiast wśród uczniów, którzy uczestniczą regularnie w Eucharystii i życiu sakramentalnym, niemal nie zdarzają się takie zjawiska. Mamy zatem empiryczne potwierdzenie, że osobista więź z Chrystusem stanowi najbardziej skuteczną formę wychowania w trzeźwości.

### Duszpasterz

trzeźwość to ten, kto pomaga dzieciom i młodzieży, by żyli na codzień w obecności Chrystusa, mocą Jego miłości i prawdy. Kapłan, który czuje się odpowiedzialny za trzeźwość młodego pokolenia to nie tylko ten, który mówi o alkoholu i zachęca do abstynencji. To także ten, który katechizuje i troszczy się o uczestnictwo młodych w niedzielnej Eucharystii oraz w życiu sakramentalnym. Duszpasterz trzeźwość to także ten, który opiekuje się młodzieżąowymi ruchami formacyjnymi, np. ministrantami, scholą, Katolickim Stowarzyszeniem Młodzi, grupami oazowymi, harcerzami.

### W obecnej sytuacji potrzeba też takich działań

duszpasterskich, które bezpośrednio odnoszą się do dzieci i młodzieży ze środowisk szczególnie zagrożonych. Dlatego cenniejszą i skuteczniejszą formą wychowania w trzeźwości jest tworzenie świetlic i oratoriów w salach

parafialnych, gdzie dzieci i młodzież - zwłaszcza z rodzin dotkniętych chorobami alkoholowymi - mogą się spotykać, odrabiać lekcje, modlić i uczyć dojrzałych wiernych z Bogiem i człowiekiem. Bardzo wskazane jest ponadto organizowanie przez parafię różnych form wypoczynku w czasie ferii i wakacji. Młodzież z środowisk zagrożonych są wtedy pod opieką wychowawców i młodzieży z katolickich grup formacyjnych. Mogą uczyć się chrześcijańskich wzorców życia i spotykania się w wolności i odpowiedzialności.

## 8. Refleksje końcowe

Pora na kilka zdań

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

Dramatyczne

problemy alkoholowe wśród ludzi młodych odsłaniają **TAJEMNICĘ CZŁOWIEKA**. Sięganie po alkohol przez dzieci i młodzież jest bowiem nie tyle przejawem niewiedzy czy złej woli co skutkiem kryzysu życia. Z tego powodu skuteczne wychowanie w abstynencji i rozwiązywanie już istniejących problemów wśród młodych nie jest możliwe bez rozwinięcia bogatej sfery duchowej i religijnej. A tu rola Kościoła będzie zawsze niezastąpiona.