

Ha tudok segítek, ha nem tudok, együttérzek!

„Virrasszatok és imádkozzatok, hogy kísértésbe ne esetek:
a lélek ugyan kész, de a test erőtlen.”

Máté evangéliuma 14:38

Érdekes kérdés, hogy a nyugati kultúrának miként lett szerves része a kábítószer. Vajon milyen motiváció vezette az embert a drogok felé és van-e visszaút?

A témáról a Magyar Drogterápiás Intézetek Szövetségének alelnökét, a Ráckeresztúri Drogterápiás Otthon alapítóját és vezetőjét, Victorné Erdős Esztert kérdeztük.

Ha végigtekintjük a droghasználat megjelenését és a hatvanas évek pszichedelikus forradalmát, majd ezeket összevetjük a mai drogkultúrával, hogy látod, mi változott a droghasználat mentalitásában?

Teljesen más lett a motiváció. Példaként nézzük az indián kultúrát, ahol kizárólag a kiválasztottak alkalmazták a bódító szereket a szellemvilággal való összekapcsolódás céljából, egy magasabb tudatsík elérésére. Vagy a kemény teleket a kokalevél rágásával élték túl – ezek szükségletekhez, alkalmakhoz kapcsolódó, funkcionális droghasználatok voltak. Láthatjuk, hogy mit tett velük később a nyugati kultúra és a „tüzes víz” megjelenése: a droghasználat szociális keretek között működött, ám az alkohol leterítette a büszke indián nemzetet. De ha a magyar kultúrát tekintjük át, itt meg az látható, hogy régen az alkohol a társasági élet része volt.

Itt van például az én nagyapám. Mindig volt saját pálinkája, saját bora. De én soha nem láttam sem őt, sem a nagymamámat magukban alkoholt inni, soha nem használták saját passzióra, kizárólag a vendégségek alkalmával került elő. Akkoriban szégyen lett volna a vendéget bolti termékkel kínálni, mint ahogy a bolti befőtt vagy lekvár is szégyen lett volna. Aki valamit adott magára, az mindent maga készített. Abban volt egy szociális tartás, s ez mára teljesen eltűnt.

Az értékek relativizálódása, a hagyományok megszűnése mind oda vezetett, hogy napjainkra a droghasználat megítélése teljesen fejre állt. Azok a társadalmak, akik korábban tudtak élni a kábítószerrel, most súlyos drog- és alkoholproblémákkal küzdenek.

Indiában nagy probléma, hogy az ENSZ betiltotta a máktermesztést, mert orvosságként is alkalmazták a mindennapokban, s nem kaptak helyette más gyógyszereket, így az alkalmazása átkerült az illegalitásba. Ez immorális lejtőre nyom milliókat.

Az utóbbi években természetesen a drogok is megváltoztak. A marihuána például már egyáltalán nem ugyanaz az anyag, amit a 60-as években a hippik használtak. A vadkender THC értéke 0,2 volt, ma a kender nemesített fajtájának értéke ennek hússzorosa is lehet!

Néhány éve megjelentek a dizájner drogok is. Ezek a szerek is molekulákból állnak, de ezeket máshogy rakják össze. Kínában, Indiában a gyógyszergyárakból az egyetemet végzett vegyészek átigazolnak droglaborokba, mert ott egy 0-val több a fizetésük. Így könnyű elcsábulni. A fürdőszóként vagy egyéb tisztálkodó szerként megjelölt anyagok repülőn érkeznek a különböző országokba. Nehéz felelősségre vonni őket, mert ráírják, hogy emberi fogyasztásra alkalmatlan. Innentől le van fedve aki forgalmazza. Szabad a piac. A drogpiacra is jellemző, hogy a rablók mindig egy lépéssel előbbre járnak, mint a pandúrok: a világ próbálta a jogi szabályozást alkalmazni, a klasszikus kábítószeres listáján lévő anyagok, pl. a heroin vagy a kokain, régóta illegálisak.

Most felébredt az ENSZ meg a jogi világ. Már a hatóanyagot is büntetik, nem a csak a kész terméket, de ez is nagyon nehéz feladat, mert ha a hatóanyagot nem kábítószerként árulják, hanem például gyomirtóként, akkor máris védve van a gyártó és a forgalmazó. Ha valaki azt beszurja, az az ő baja. Ezek a jogi kiskapuk. A mai korban a társadalom elindult egy olyan irányba, hogy az igazságszolgáltatás hatalmát veszti, minden a jogi csúrés-csavarás irányába mozdul el. Miközben mindenki tudja, hogy hazugság az egész: a vádlottak, a bíró, az ügyvédek, a közember. Mégis a jogi tartományban végzi mindenki a dolgát. Nincs célul kitűzve az igazság megtalálása, mint Mátyás király idejében. Régen a bírácoknak az volt a dolga, hogy az igazságot megtalálják, a mai bírácoknak ez nem feladatuk, mert az a lényeg, hogy a jogi szabályokhoz mi illeszkedik. Mindenki tudja, hogy semmi köze az igazsághoz, mégis az történik. A kábítószer vonalon is minden így működik.

A nyugati gondolkodás és a droghasználat között milyen összefüggések vannak? Miért nyúl a nyugati ember a drogokhoz, mi a fő motivációja?

Nagyon sok oka lehet. Egyrészt a nyugati ember kiábrándult a nyugati kultúrából és elindult kelet felé. Ez is a hippikultúrával köthető össze. 20-30 éve nagy divat volt, hogy a gazdagabb kultúrában élő fiatalok a nyugati kultúrából való kiábrándultságuk miatt, keleten kerestek válaszokat, gyakori volt, hogy a fiatalok elutaztak Indiába ópiumozni és az élet nagy kérdéseire a válaszokat megtalálni. Ekkor indult a kábítószer felértékelődése. A drogkultúrába bevont romantika pozitív marketinggé vált, nagyon felerősítette a fiatalokban a használat iránti vágyat. Természetesen azt az időszakot sem kell romantikus felhőbe vonni, hiszen a hippikultúra a családok felbomlását is hozta. A kommunákban nem tudták ki kinek a gyereke, apja, anyja és ez nem volt olyan idillikus. Sok szenvedés volt, az utcára került egy nemzedék. Napjaink Magyarországon hiába magyarázom, hogy a médiában nem azt kellene hangsúlyozni, hogy a drogfogyasztók rossz, elvetemült emberek, mert ezzel lázadást váltunk ki a fiatalokból, hanem azt, hogy ezek szánandó, beteg emberek, akiknek segítségre van szüksége. Ha azt sugalljuk, hogy ez nagyon vagány dolog vagy azt, hogy meg kell büntetni minden szerhasználót, akkor felébred a lázadás és emelkedik a droghasználók száma. Kis üzenetekkel kellene megjeleníteni, ahol azt mutatnánk meg, hogy ezek szerencsétlen emberek, akik segítségre szorulnak. Minthogy az se divat, hogy kerekesszékes legyenek, az se legyen trend, hogy drogfüggő legyenek.

A drogok és az alkohol kapcsolatát is érdemes megvizsgálni. A droghasználó és az alkoholista között az a különbség, hogy a drogos felsőbbrendűnek érzi magát, úgy érzi, hogy sokkal tisztább, amit ő használ.

A felsőbbrendű büszkeség addig tart, amíg komolyabbra nem fordul a szerhasználat, mert akkor mindez szertefoszlik.

Mára a drogok sokkal olcsóbbak lettek, mint az alkohol. A dizájner drog 200-300 Ft-ért megvásárolható. A kannás bornál is olcsóbb. Az benne az aljas, hogy az alkoholhoz az embernek 20-30 évig kell időt, pénzt, fáradtságot nem kímélve innia, hogy az addiktológiai osztályon legyen egy katonja, addig a drogosnak pár hét alatt kicsúszhat a lába alól a talaj. Az alkoholista évtizedekig eljár dolgozni, eltartja a családját, autót vezet, sokáig tartja magát. Az alkohol kiürül a szervezetből néhány óra alatt. A kábítószer hetekig kimutatható a vizeletből, ami azt jelenti, hogy legközelebb mikor valaki drogot használ, akkor nem nulláról indul, hanem emelkedik a szervezet toleranciaszintje, és néhány hét alatt kialakulhat a függőség, amit a használó nem vesz észre, mert mindig van a szervezetében a szerből. De amint elkezd kiürülni a szervezetből, megjelenik a nyugtalanság, a sóvárgás. Ez nem egy olyan látványos elvonási tünet, mint egy alkoholistánál egy roham, vagy egy delírium. A drogos csak annyit észlel kezdetben, hogy feszült, nyugtalan vagy egy kis bátorításra szorul, esetleg izgul egy vizsga miatt, s milyen jól lenyugtatja egy füves cigi – azt gondolja, hogy ő csak egy rekreációs drogfogyasztó. A kettőt nem köti össze, s mire összekötődik, addigra már késő, mert padlóra került.

Olvastam nemrégiben egy pszichológiai tanulmányt, melyben a régebbi rendszer elidegenítő szándékait taglalták. Például azt, hogy tudatosan kis konyhát építettek, hogy ne tudjon a család együtt leülni, vagy az anya-gyermek kötődést próbálták gyengíteni azzal, hogy a szoptatást ellehetetlenítették. Van-e valami felsőbb elrendezés abban, hogy most ilyen könnyen és olcsón hozzá lehet jutni a drogokhoz? Akar-e valaki elérni valamit ezzel vagy csak elindult egy lavina és nehéz megállítani?

Nem vagyok ilyen rosszhiszemű. Nehéz elképzelni, hogy van olyan emberi lény, akinek ez az érdeke, hogy tudatos családdromboló szándékkal készítsen otthonokat. Inkább az lehetett a fő szempont, hogy olcsó, és egyszerűen gondolták végig. Nem hiszem, hogy bárki direkt kitalálta volna, hogy ne legyen család, ne legyenek értékek. A korábban említett hippí mozgalom során azok a fiatalok tényleg romantikával indultak és szabadságért harcoltak, csak kicsit elszámolták magukat. Nem gondolom, hogy direkt szétverték a morált. Ez az életforma, a lázadás és a sok-sok drogozás, alkohol, szabad szerelem ezt hozta magával. Az lett a következménye, hogy szétesett a világ.

De ott van az LSD is. A pszichológia tanszéken Timothy Leary professzor találta fel, tudattágításra. Jó ötletnek tűnt, hogy segítségével átélhető az utazás, spirituális élményeket adott kezdetben. Kísérletei célja az volt, hogy kémia átvegye a belső erőforrások és a szakralitás helyét. Biztos vagyok benne, hogy ez sem ártó szándékkal indult, de már nem lehetett megállítani és semmissé tenni.

A vietnami háborúban is heroint osztottak a katonáknak, ahogy a középkorban meg pálinkát. Abban is biztos vagyok, hogy ez sem szándékos volt, egyszerűen a sok borzalmat valahogy enyhíteni akarták. Mikor a háborúból hazatértek a veteránok rájöttek, hogy függővé váltak, nem tudtak leállni a heroinról. Sokan nem akartak beletörődni, hogy szenvedélybetegek. Akiben volt belső igény arra, hogy visszamenjen normális emberként a családjához, azok hozták létre az első terápiás közösségeket,

amilyenek a mai napig a leghatékonyabban működnek. Saját példájukkal hívták a társaikat: Ha le akartok állni, gyertek ide, fogjunk össze, szokjunk le együtt! Sokaknak sikerült!

A világban jellemzően mindig egy-egy karizmatikus személy fordított jelentőset a történelem menetén. Itt is ez történhetett. Az Anonim Alkoholisták is pontosan így alakultak.

Van egy emblemikus történet: Joe és John két alkoholista ember volt. Egy evangelizáción megtértek, s megbeszélték, hogy, végigjárják a kocsmákat minden szerdán. Felkeresik a régi ismerőseiket, beszélnek nekik Istenről, a saját példájukról, s arról hogy Isten megszabadította őket, most már nem isznak. Eltelt egy év, John kérte Joe-t, hogy hagyják abba, mert a régi barátok továbbra is isznak. Erre Joe megrázta fejét és ezt válaszolta: Igen, ők isznak továbbra is, de mi nem! Rájöttek, hogy az, hogy minden héten mennek és beszélnek arról, hogy már hónapok óta nem isznak, az megtartja őket, s ha elég kitartóak lesznek, mások is látják példájukat és csatlakoznak hozzájuk. Ez lett az önsegítő módszer, a témában azóta könyvtárnyi szakirodalom született, rendkívül hatékony módszer.

Mesélnél a magyarországi kezdetekről? Hogy alakult ki hazánkban a drogterápia?

A saját fiatalkoromig tudok visszamenni, 1973-ban kezdtem a középiskolát. Négy gimnáziumba is jártam, zúrós kamasz voltam. Azokban az években talákoztam először a drogokkal. Sokat csellengtem akkoriban, az összes haverom drogos volt. 18 éves koromban megtértem, és egy református gyülekezetbe kezdtem járni, ahol egy nagyon kedves, befogadó és megértő lelkész házaspár szolgált. Segítségükkel megváltozhatott az életem, s Isten felé fordultam. Elkezdtem odahordtam hozzájuk a régi drogos barátaimat, akik nagyon szívesen jöttek, mert volt zsiros meg lekváros kenyér, de főleg azért mert volt szeretet és elfogadás. Mivel ezek a fiatalok ismertek engem, könnyebben jött a bizalom a lelkiség felé is, könnyebben tudtak kapcsolódni. A hippik is szívesen mentek templomba, mert ebben akkoriban volt egy kis lázadás is. Vannak jó néhányan ebből a csapatból, akik akkor le is szoktak és a mai napig tisztességes polgári életet élnek.

Így kezdődött a drogterápia is. Akkoriban adták ki TBZ (Társalmi Beilleszkedési Zavarok) füzeteket, melyek szakmai írásokat tartalmaztak a világ minden tájáról, értékes szociológiai módszerekkel. Ebben olvastam egy amerikai módszerről, ami megragadta a figyelmemet.

1982-ben felkérte az állam az egyházakat, az Ökumenikus Tanácsot, hogy foglalkozzanak a drogos fiatalokkal, mert tele vannak a börtönök. Egy évre rá a Református Egyház megalapította a Kallódó Ifjúságot Mentő Missziót.

Az Ökumenikus Tanács akkori vezetője, Dr. Bartha Tibor református püspök volt, az, aki az alkoholproblémákra is nagyon odafigyelt. A rendszerváltás után újrarendítette a háború után betiltott Iszákos Mentő Missziót. Nagy dolog volt akkoriban, hogy az állam felkérte őt a KIMM megalapítására, mert addig nem foglalkozhatott az egyház a fiatalok lelki képzésével.

Azokban az években teológiára jártam, s ötödéves koromban a KIMM elnökének kinevezett esperes, aki szociológiát tanított nekem az egyetemen, megállított a folyosón, hogy volna-e kedvem a hatodik, gyakorlati évre elmenni hozzá segítőnek a Faszorba. A lelkészi teendőkhöz kívül a KIMM titkári pozícióját szánta nekem. Igent mondtam. Itt kezdődött.

Több mindennel összefüggött ez az igen. Elsősorban azzal, hogy teljesen tapasztalatlan fiatal voltam, s ha Baranyába hívnak cigánymisszióba, oda is elmentem volna. Nem volt semmi konkrét tervem az orientálódással. Ez volt egyik tényező. A másik pedig az, hogy magam is kallódó gyerek voltam. Saját élményem adott egy nagy lökést. Zűrös családból jöttem, zűrös voltam 18 éves koromig, amikor megtértem, s az megváltoztatta az életemet. És még egy dolog, ami fontos, hogy rengeteg ismerősöm, régi barátom volt, aki drogproblémával küzdött, aki kallódó volt. Sok drogot ismertem Budapesten. Később velük kezdtem el a szociális munkát, ami akkor még hivatalosan nem létezett.

A vágyam az volt először, hogy középiskolából kirúgott gyerekekkel foglalkozzak: egyrészt volt erről saját élményem, másrészt a kisodródott barátaim miatt, akik nem fejezték be az iskolát. Meghirdettem egy találkozót, amire el is jöttek és az első órában ki is derült, hogy mellékesen drogoznak is. Így a két történet összeért. 1984-ben elkezdtem működtetni a Kallódó Missziót, s abban az évben szerveztem egy nagy koncertet a Fásorban, az akkori legnagyobb sztár együttes eljött ingyen zenélni a templomba. Ez manapság elképzelhetetlen. A számok között bizonyágtételek voltak. A rendezvény után évekig kaptam tőlük a tiszteletjegyeket, ami azt jelenti, hogy ez számukra is nagy élmény volt, ők is megbecsülték.

Így indult a drogmisszió.

Kezdetben hetente egyszer volt Bibliaóra, majd kétszer, végül már a munkaidőmben teljesen ezzel foglalkoztam.

Az esperes úr lassan mentesített a gyülekezeti munkákból, s hamarosan már teljes erőbedobással végeztem ezt a szolgálatot.

A Bibliaórák után mindig órákig beszélgettünk, azt mondták az emberek, hogy nem akarnak drogozni, de másnap újra anyagoztak. A lélek készen állt, de a test még erőtlen volt.

Svájcba utaztam, rehabilitációs intézeteket látogattam, tanulmányoztam a módszereiket. Ott nem orvosok végezték a rehabilitációt, hanem korábbi szerhasználók. Tőlük vettem át azt a módszert, amit mi is használunk, de kiegészítettem a keresztyén eszmékkal, elfogadással és együttérzéssel. Később ezeket egészítette ki a pozitív pszichológia. A mélylélektan egy sebkereső utat jár be, célja, hogy hozzuk elő a tudatalattiból a fájdalmakat s analizáljuk őket, ezt tartják a gyógyulás útjának. Ezzel szemben a pozitív pszichológia lényege az, hogy a múlt tényein nem lehet változtatni, nézzük inkább azt, hogy mi van még bennünk. Természetesen szükséges a múltfeltárás is, de nem elég magában. Sokszor előfordul, hogy valaki nem tudja egy másik emberrel megosztani a múltbéli szörnyűségeket, amik körülötte zajlottak. Erre azt szoktuk mondani, hogy nem baj, mondja el Istennek, Ő mindent meg tud bocsájtani, s minden sebet meg tud gyógyítani.

Elindítottuk a Ráckeresztúri Drogterápiás Otthont is. 1987-ben jöttek az első kliensek az otthonba. A kutatók is rájöttek, hogy a szeretet az egyetlen indikátor, a szeretet megvájazza a konfrontációt is.

Hatékonyabb az a terápia, ami a spiritualitást is bevonja a gyógyításba?

Bizonyított tény, hogy a vallás megtartó erő, de nem jelenti azt, hogy hit nélkül nem működnek a dolgok. Pszichológiai mechanizmusok is vannak. Van olyan istenhívó, aki drogos, alkoholista vagy bűnöző, mint például Olaszországban a bérgyilkosok, akik a „munka” előtt templomba mennek

imádkozni a sikeres gyilkolásért. Most jött ki egy pápai rendelet ennek betiltására, eltiltja a szentáldozástól ezeket a „keresztapákat”. A vallás sem óv meg mindenkit. Sokszor pont a sérült lelkű emberek keresik Isten vigasztalását. Kicsit elfogadóbb egy gyülekezet, mint a sima közeg. Emberileg is lehet gyógyulni a kémiai gyógyszerekkel és a pszichológiai eszközökkel. Egy jó közösség, a szeretetkapcsolat, az önsegítő módszerek is elindítanak az agyban gyógyító folyamatokat, ugyanakkor néhány évvel ezelőtt végeztek egy felmérést, melynek eredménye az lett, hogy azok a fiatalok, akik hisznek Istenben, sokkal-sokkal kevesebbet drogoznak. A kutatás során kiderült, hogy a hatalmas vízváltató nem az aktív vallásgyakorlók és az „ugyan hiszek Istenben, de nem gyakorolom a mindennapokban a vallást” között volt, hanem ott, hogy hiszek vagy nem hiszek a spiritualításban. Aki azt írta, hogy nem hisz, ott lényegesen több drogfogyasztó volt, mint azok között, akik hisznek, de nem járnak templomba. Az élet értelmének ismerete az, ami megtart. Ha nincs semmi a halál után, miért legyek tisztességes, kiterítenek úgy is. Miért fogjam vissza magam, ha holnap úgyis meghalok, s csak egy húsdarab vagyok.

Az istenhitnek van egy érdekes mellékhatása is: a hívő emberek tovább élnek, egészségesebbek, lényegesen kevesebb közöttük a droghasználó, az öngyilkos, az alkoholista vagy a daganatos beteg. Nem véletlen, hogy a guruk és a vallási vezetők sokáig élnek egészségesen. Számtalan nemzetközi és hazai kutatás igazolta ezt.

Test és lélek mindig együtt jár. Ha megnézzük a Bibliában, láthatjuk hogy a szakralitás az étkezéshez, testiséghez van kötve. A jelentős történések során közösen étkeznek, az isten áldása a testi-lelki dolgokra közösen vonatkozik. A test és lélek kapcsolata összeér, csak a görögök választották szét, a görög filozófia hatása átalakította ezt a nézetet. Jézusnak nem volt dogmatikája, csupán történeteket mesélt, a görögök tették bele a dogmatikus gondolkodásmódjukat a bibliafordításokba. Megjelent a dualizmus, ami szétválasztja a testet és a lelket: kijelentette, hogy van a rossz test meg a jó lélek. S most a legmodernebb pszichológia rájött újra arra, amit már régen tudtak, hogy minden pszichoszomatikus.

Ha rosszul érzed magad, megetetlek, forró fürdőt adok, ha beteg vagy, gondoskodom rólad. A gondoskodás, az étel elfogadása szorongáscsökkentő, az immunrendszerünk valójában az agyunkban van. Ha a lelked gyógyul, a tested is szebb lesz, kivirul. A kettő nincs külön. Ha a testet akarjuk gyógyítani, elkezdhetjük a lélekkel és fordítva is: ha gyógyítjuk a testet, gyógyul a lélek is.

Mi az útja a gyógyításnak nálatok? Rögtön tudtok spirituális témákról beszélni a kliensekkel vagy előbb rést kell ütni egy falon, hogy be tudjon áramolni rajta a szakralitás?

Nálunk együtt működik a kettő, mint ahogy véleményem szerint nem is szétválasztható a két dolog. Bízom abban, hogy a munkatársaim minden levegővétele a hitben zajlik. Isten tenyerén vagyunk egy erőterben. Hinni nem a klienseknek kell: én egyiküknek sem mondom, hogy higgyen, de a kollégáknak ez a napi természetesség. Mi egy keresztyén misszió vagyunk. Azt látom, hogy a drogosok nagyon nyitottak, tízből nyolc nagyon szívesen fogadja ezt az irányt. Ugyan kötelezőek a szakrális alkalmak is, mint ahogy a családterápiás vagy a visszaesést megelőző csoport is kötelező. Van hetente egy Bibliaóra, vasárnap egy Istentisztelet, az étkezéseknél imádkozunk, és minden este van egy 10 perces

Áhítat. 10-ből 9 kliensünk arról számol be, hogy első estén csak néz körbe, hogy vajon itt mindenki örült-e? Merthogy szent énekeket énekelünk. Aztán a harmadik este azt veszi észre, hogy már ő is énekel, pedig senki nem kényszeríti erre. Általában a zene az első lépés a szakralitás felé, aztán nagyon gyorsan megnyílnak a kapuk Isten felé is. Természetesen nem lehet szétszálazni, hogy a terápiából mennyi a hit és mennyi a pszichoterápiás hatékonyság. De ami biztos, mert ezt vizsgálatok igazolják: a szeretet a leghatékonyabb módszer. Tavaly nagyon sikeres évünk volt, azok közül, akik végigcsinálták a programot, mindössze egy ember esett vissza.

Azt sem állíthatom, hogy a hit szakmaiság nélkül működne. Tudjuk a keresztes inkvizíció korából, hogy a pokolba vezető út is jó szándékkal van kiköveztve, sokszor viszont az amatőr szakemberek többet segítenek, mint a profik, éppen a szeretet miatt. Ha csak a pszichológia van szeretet nélkül, akkor az eredmény nulla, de lehet, hogy inkább ártunk.

Nemrégiben neurotikus gyerekeket vizsgáltak Amerikában. Gyógyulást csupán azoknál értek el, akik azt nyilatkozták, hogy nagyon szeretik a terapeutájukat, alig várják vele a találkozást. Aki azt mondta, hogy nem szereti a terapeutáját vagy fél tőle, sőt az is aki azt nyilatkozta, hogy semmi különös nem jelent számára gyógyítója, vagyis a semleges tartományba sorolta, náluk semmilyen javulást nem tapasztaltak. Szedték a gyógyszert, de nem javultak. Ugyanezt a felmérést elvégezték neurotikus felnőttekkel is, kiderült, hogy ugyanez az eredmény. Csak annak javult az állapota, aki szerette a terapeutáját. Egy kivétel volt: az önkéntes kórházlátogatók. A terapeutát utálta a beteg, de az önkéntes egy napon elhívta, hogy jöjjön el egy jótékonysági este szendvicset kenni. Kapott az alkalmon, elment önkénteskedni és javult a státusza. Miért? Mert embernek tekintették. Szeretet, partnerség és embernek tekintés: ettől működnek igazán jól az önsegítő modellek, szemben az orvosi modellekkel.

A szeretet ezek szerint egy állapot? Nem függ a másik embertől?

Igen, a szeretet nem érzés. A börtönök tele vannak olyan emberekkel, akik szeretetből megölték egy másik embert. Annyira szerették, hogy megölték, hogy ne legyen másé. A szeretet egy attitűd, azt jelenti, hogy a másinak jót akarok. Sokkal teljesebb, persze, ha érzés is van emellett, mert akkor több az öröm benne, de ha valaki nem vonzó számunkra vagy nem szimpatikus, akkor is tudom őt szeretni. Mert jót akarunk neki és jót is teszünk.

Látszik egy tendencia a droghasználat terén. Van ebből kiút makroszinten? Mi várható?

Szerintem semmi jó. Ebben kicsit pesszimista vagyok. Kezeljük a drogosokat, de a drogprobléma növekszik. Ennek nagyon sok oka van, elsőként említeném az értékek összeomlását. Nincsenek példaképek, motiváló történések, a családok nem funkcionálnak. Ennek két oka van: vagy azért mert „rendes” család és dolgoznak, karriert építenek, vagy pedig azért mert „nem rendes” család és akkor züllenek, elhanyagolók. A régi értékek, mint, hogy vacsorát főzök a férjemnek, leckét írok a gyerekekkel kimentek a divatból. Azért is van a sok droghasználó, mert üresek a szívek. Ebben van bennem egy pesszimizmus, egy világvégevárás, mert úgy látom, hogy ezeket a folyamatokat nem lehet

visszafordítani, itt már csak ártalomcsökkentés van, kármentés. Az egyes embereket meggyógyítjuk, de a gépezetet már nem lehet megállítani. Eltűnnek a kultúrák. A globalizáció korát éljük. Attól még szép dolog széllal szembe menni, de ezek már csak egyéni történetek.

Mit tehet egy szülő annak érdekében, hogy a gyermeke távol maradjon az oly könnyen elérhető drogoktól?

Régen sem lett mindenki alkoholista, aki sörözött egyszer-kétszer iskola után. Fel kell készülnünk arra, hogy a mai generáció találkozik a drogokkal. De abban bízunk kell, hogy gyermekeink kaptak tőlünk egy stabil eszköztárat, ami megvédi, megőrzi őket. Egy biztos háttérrel, amit otthonról hoztak. A nemek arányát tekintve 10 fiúra jut 1 lány, a fiúk általában veszélyeztetettebbek az érzelmi elfojtások miatt. A szülőknek egy kis támogatásként azt mondom, hogy a gyerek 18 éves kora után fel lehet picit lélegezni, mert manapság általában 12-13 éves korban kezdik el a fiatalok a droghasználatot, a mi klienseink nagy része is ebből a korosztályból kerül ki. Amikor egy gyermeknek benő a feje lágya, kisebb a veszélye, hogy drogfüggő lesz.

Hogy zajlik az utógondozás és az integrálás? Meddig tudjátok kísérni a klienseiteket?

Az utógondozás több formában zajlik. Ez mindig a legnehezebb fázis. Van utógondozó csoport a közösségi médiában, ezt mindenkinek ajánljuk. Budapesten és Dunaújvárosban hetente van személyesen felkereshető utógondozó csoport, és közben mindenkinek javasoljuk, hogy járjon gyülekezetbe, sorközösségbe, anonim csoportba vagy sportolni, énekkarba vagy táncolni. Járjon olyan helyekre, hol barátai vannak és közösségben lehet.

Hozzánk is visszajárhatnak. Örülünk, ha visszajön valaki, de annak is örülünk, ha nem, mert ha valaki minden hétvégén nálunk van, az azt jelenti, hogy nincsenek emberi kapcsolatai másokkal s ránk van szorulva. Fontos az utógondozás, de nem akarjuk túldrámázni: azt hangsúlyozzuk a klienseknek, hogy képesek bármire. Képesek arra is, hogy végleg búcsút mondjanak a drogoknak. Mindenkinek a saját kezében van a távirányító, bármelyik adót választhatja. Az életük a saját kezükben van. Bocsássanak meg azoknak, akik régen bántották őket, azt tették ami tőlük tellett! Zárják le ezeket a dolgokat, a múlton nem lehet változtatni, nézzük a jövőnket! A múlt feltárása az első fázis. Második fázis a jelen megélése: ne búsulj a múlt miatt, ne félj a jövőtől, csak végezd a terápiát. Ez az edzőterem, most izmosodsz, ezt csináld teljes gőzzel! A harmadik fázis életük megtervezése. Fontos, hogy maradjunk a realitásoknál és legyen B, C, D terv is.

Mi zajlik benned a sikertelen terápia során, el tudod elengedni a kezét annak, akin nem tudsz segíteni?

Bármikor. Szerintem ez is egy hivatásgondozás. Mi hozott anyagból dolgozunk. Tudom, hogy ha sokaknál sikeres a terápia, az nem az én érdemem, hanem az Isten munkája, és saját erőforrásának eredménye. Ha tudok segítek, ha nem tudok, együttérzek. Ha valaki visszaesik, nem rohanok a gyóntatópapomhoz. Ez az ő élete, megpróbált leszokni, de valamiért nem tudja vagy nem akarja abbahagyni. Mert pszichésen annyira sérült, vagy mert képtelen rá. Nem tudja megcsinálni. Mint ahogy minden embernek vannak nehézségei az élet más-más területén. Én például 20 éve szenvedek attól, hogy nem tudok rendesen megtanulni angolul, vagy nem tudom rávenni magam arra, hogy rendszeresen tornázzak. Vannak dolgok, amik nem mennek. Ezer oka lehet, hogy valaki miért nem tudja letenni a poharat vagy a drogot. A szomatikus orvoslásban nagyobb a visszaesés. Egy urológustól, kardiológustól sem várod el, hogy örök életed legyen. Vagy betartod az utasításokat a kezelés során, s akkor jó eséllyel meggyógyulsz, vagy nem. Van aki tüdőrákos, mégis dohányzik. El kell engedni, de úgy, hogy közben nem szabad soha semmilyen körülmények között félvállról venni egy másik ember életét, hanem mindent meg kell tenned a gyógyulása érdekében. Rendszeresen tartunk szupervíziót, esetmegbeszélést, próbálunk mindig tanulni a sikerekből, kudarcból, de ahogy a szomatikus orvos is csak találgat, ugyanúgy itt is ezt tesszük sokszor, hiszen nem az én sikerem, ha valaki józan marad és nem az én kudarcom, ha visszaesik.

Lejegyezte: Boga Mónika