

ČLOVEK IN ALKOHOL

Jože Ramovš

POVZETEK. Človek ima na svoji razvojni poti po zanj nespremenljivih dejstvih fizičnih, kemičnih, bioloških, psihičnih in socialnih zakonitosti nekaj svobode v zavzemanju stališča, v doživljanju in delovanju. Alkohol in druge omamne snovi – podobno pa tudi omamno doživljanje in vedenje – s svojim delovanjem na možgane to njegovo svobodo ožijo. Učinkovanje omamnih snovi pa je smiselno pri lajšanju telesne bolečine pri hudih boleznih, ker zveča svobodo duševnega delovanja, duhovnega zorenja in medčloveškega sožitja; s tem omogoča človeku bolj kakovostno življenje in sožitje v hudi bolezni, kakršna je lahko napredujoči rak.

UVOD

V tem referatu bom prikazal nekaj antropoloških razmislekov o človeku kot bitju, ki niha med trezno opojnostjo zdravega osebnostnega in sožitnega razvoja ter omamno zasvojenostjo, ki tragično zavira in poškoduje osebnostni razvoj in sožitje v družini, službi in družbi; spoznanj o alkoholu, o zasvojenosti z njim, o zdravljenju in preprečevanju te bolezni tu ne pišem – poleg številnih avtorjev sem štiri desetletja o njih poročal v knjigah o tej tematiki [1–6].

Pozorni bomo na tri vsebine:

1. človeški razvoj, ki teče po dveh enakovrednih tirih: prvi je spoznavanje in sprejemanje odvisnosti od fizikalnih, kemičnih, bioloških, socialnih in psihičnih zakonitosti, drugi je svoboda v stališču, doživljanju, vedenju in delovanju;
2. človekovo nihanje med trezno opojnostjo in omamno zasvojenostjo;
3. paliativna omamljenost pri smiselnem lajšanju bolečine.

ČLOVEŠKI RAZVOJ MED ODVISNOSTJO IN SVOBODO

Človek je edino bitje v naravi, ki sebe dojema kot svobodnega. Znanost lahko raziskuje samo povezave med vzroki in posledicami. Zanj je svobodno odločanje nedokazljiv, prav tako pa tudi neovrgljiv aksiom. Na svobodi temelji vsa kultura in človeško dostojanstvo vsakega človeka, ves razvoj posameznika in skupnosti, zakonodaja in kaznovanje, vzgoja in izobraževanje, vse prizadevanje za lepše sožitje in za demokratično organizacijo družbe. Pri gledanju na človeka nihajo posamezniki in nazori med determinizmom in svobodo. Determinizem meni, da človek nima nikakršne svobode, ampak je to le njegov občutek, v resnici pa človekovo doživljanje in vedenje povsem usmerjajo sile nezavednega v njem, družbene usmerjalne sile ter sile v vidnem ali nevidnem okolju. V vsakdanjem življenju in pri nekaterih psiholoških usmeritvah pa trdijo, da je vse človekova izbira, da

ima lahko vse pod nadzorom, da zmore vse, kar hoče. Brez upoštevanja svobode ni človeškega dostojanstva, ni njegovega razvoja ne smisla življenja, neupoštevanje človekove vpetosti v nujnosti naravnih, družbenih in etičnih zakonitosti v človeku in v vsej resničnosti okrog njega pa je omamna (samo)prevara, boleštni kompleks, da je človek bog, kot je to hudo motnjo posameznika in družbe poimenoval pronicljivi psihoterapevt Richter [7].

Človek je vpet v zakonitosti, kjer nima nikakršne svobode. Od fizikalnih in kemičnih zakonitosti je odvisen enako kakor vsa narava; v biološke zakone je vpet z enako nujnostjo kakor vsa živa bitja. Od svojega psihičnega delovanja je odvisen na podoben način kakor živali z razvitim centralnim živčnim sistemom. Zelo je odvisen od skupnosti in sožitja na ravni družine in drugih majhnih skupin, ki jim pripada, od znanja, orodij in organizacije ter kakovosti norm in sožitja v svoji krajevni, narodni, državni, verski in drugih skupnostih.

Svoboda pa je edinstvena človekova zmožnost, z njo se loči od ostale narave tako, da začne ustvarjati kulturo, je poudarjal naš antropolog Anton Trstenjak [8]. To in dejstvo, da je alkoholno in vsako drugo omamljanje poskus širjenja in izgubljanja svobode, terja, da se ob njej ustavimo malo več. Med psihologi jo je raziskoval zlasti Viktor E. Frankl (1905–1997) in njegova humanistična smer, poimenovana eksistencialna analiza ali (terapevtsko) logoterapija. Med sodobnimi svetovno znanimi avtoricami te smeri je najvidnejša Elisabeth Lukas; v slovenščini imamo prevedenih vrsto del enega in drugega [9–14].

Svoboda je osnovna človekova duhovna zmožnost. Sestavljajo jo sposobnosti, da človek v določenem trenutku ali situaciji more:

- zaznati dve ali več možnosti,
- stvarno izbirati med temi možnostmi,
- se orientirati, katera med danimi možnostmi je vrednejša ali bolj smiselna z vidika uvida v celoto, oziroma v pot smiselnega razvoja do obzorja, ki ga je človek v tej situaciji zmožen videti,
- uresničiti svojo izbiro ali odločitev.

Pomembno je spoznanje, da ima človek lahko zelo malo svobode. Količinsko jo rad ponazorim s težo volana v primerjavi s težo celotnega avtomobila – desetkilogramski volan povsem zadostuje za usmerjanje tisočkilogramskega vozila. Daleč največ svobode imamo v zavzemanju stališča do fizične, biološke, socialne in psihične danosti: ali jo sprejmemo ali ne, kako jo sprejmemo, spoznavamo in nanjo odgovarjamo – odgovornost se začne pri zavzemanju osebnega stališča do dejstev, tudi do rakave bolezni. Manj svobode imamo v doživljanju sebe, drugih ljudi in vse ostale stvarnosti, najmanj pa jo imamo pri svojem ravnanju: kaj res lahko naredimo in česa ne moremo. Pravzaprav se vsaka svoboda začne s stališčem v jedru človekove zavesti. Smiselno stališče odpre človeku duševni prostor za doživljanje, zlasti za čustva in

motivacijo ter za sodelovanje; že vse to ga odpira v razvoj, poleg tega pa mu odpira vrata v ustvarjalno delovanje v dani situaciji, ki bi bila brez njegovega smiselnega stališča nerešljiva.

Pomembno je tudi spoznanje, da je človekova svoboda vedno odprta v obe smeri – tako za dobro ali smiselno kakor za slabo ali nesmiselno. Svoboden sem takrat, ko lahko zavzamem v konkretni situaciji smiselno ali nesmiselno stališče, ko lahko usmerim svoje doživljanje v dobro ali v slabo, ko lahko nekaj naredim v smeri razvoja ali v smeri uničevanja samega sebe, drugih ljudi in okolja. Ta vidik svobode je psihološko, socialno in duhovno razčlenjeval z nedosegljivo umetniško močjo Dostojevski.

Pogosto slišimo mnenje, da ljudje uporabljamo svojo svobodo bolj za slabo kakor za dobro. Čeprav človeška neumnost nima meja, ni prepričljivo mnenje, da zloraba svobode prevladuje nad njeno uporabo za smiselno stališče, doživljanje in ravnanje. Če bi držalo mnenje o prevladujoči zlorabi svobode, bi že davno ne bilo več človeštva, zlasti pa ne razvoja. Prepričan sem, da ljudje svobodo veliko bolj uporabljamo za dobro kakor za slabo odločanje. In: da se to dobro v osebnosti krepi, v kulturah pa nalaga iz roda v rod – to je upanje v nadaljevanje razvoja. Slabo delamo, toda večinoma nehote, nenamerno, celo nevede – kot zmoto in ne kot hudobijo; zato po izročilu naše judovsko-grško-rimsko-krščanske in drugih kultur trajajo posledice zla do »tretjega rodu, dobro pa do tisočerega«. Na področju zasvojenosti in omam ter celotnega sožitja v družini, službi in družbi velika večina hudega ni zavestna hudobija, ampak nehoteno gorje.

Pot našega osebnega in družbenega razvoja teče torej po trdnih tleh odvisnosti od zakonitosti, vsak človek pa se v slehernem neponovljivem trenutku usmerja do meja svoje svobode s tem, ko zavzema stališče, doživlja in ravna bolj ali manj smiselno ali nesmiselno. Človek je nihajoče bitje med nujnostjo in svobodo, v svobodi pa med smiselnim in nesmiselnim, oziroma s klasičnimi izrazi etike: med dobrim in slabim.

Naše naslednje vprašanje je, kakšen vpliv ima pri tem uživanje alkohola in drugih omamnih snovi – oziroma prav tako usmerjanje v omamno doživljanje in vedenje.

MED TREZNO OPOJNOSTJO IN OMAMNO ZASVOJENOSTJO

Na biološki ravni usmerja razvoj duševni prijeten nagrajevalni občutek po zadovoljitvi potreb za preživetje in razvoj, medtem ko je občutek neprijetnega in bolečine svarilna bodeča ograja, ki sili k zadovoljevanju potreb. Ta temeljna razvojna zakonitost je vdzelana na kemični način v biologijo živčevja. Pri višje razvitih možganih plazilcev, ptičev in nas, sesalcev, je vrhunsko dovršena s številnimi niansami kemičnih prenašalcev (transmitorjev) infor-

macij po možganskih poteh, ki spodbujajo ali zavirajo občutenje, zaznavanje in delovanje. Pri zadovoljitvi pomembne potrebe lahko prijeten občutek zaobjame ves organizem in se stopnjuje do orgastičnega ugodja. Nagrajevalno ugodje ob tem, ko je človek zavzel smiselno stališče, ko je usmeril svoje doživljanje v smiselno smer ali naredil smiselno dejanje – to so veselje, radost, navdušenje –, je najbolj zdravo duševno in duhovno dogajanje, h kateremu zelo spodbuja v naši kulturi Sveto pismo in ga lahko z besedami stare bogoslužne himne poimenujemo trezna opojnost ob doživljanju lastnega razvoja in razvoja lepega sožitja v družini, službi in družbi.

Alkohol in druga omamna (psihoaktivna) sredstva s svojo kemično sestavo spodbujajo doživljanje prijetnega in/ali zavirajo doživljanje neprijetnega (bolečine, strahu ...) – omamljajo človekovo zavest. Druga značilnost pri omamljanju zavesti je, da se s ponavljanjem utiri v zasvojenost – to je škodljivo umetno potrebo po omamni snovi, omamnem doživljanju ali omamnem vedenju. Podobno kakor omamne snovi namreč umetno spodbuja ali zavira prijetno nagrajevalno možgansko transmisijo tudi omamo doživljanje (npr. v bojeviti navijaški tolpi) ali omamno vedenje (npr. igra na srečo). Pri vsaki omamni zasvojenosti človeku zakrneva zmožnosti za zdravo trezno opojnost ob svobodnem razvoju. Z vsako omamo si človek oži prostor svoje svobode za dojetanje stvarnosti – čedalje bolj avtistično je zazidan v potrebo po zadovoljevanju svoje umetne škodljive potrebe po omamni snovi, omamnem doživljanju svoje subjektivne navidezne resničnosti in po omamnem vedenju, ki otežuje delo in sožitje; čedalje težje zavzema smiselno stališče.

Molekula alkohola, opija in drugih omamnih snovi ni v naravi zlo – hudičevo seme –, čeprav jo tudi alkoholološki strokovnjak doživlja kot dvolično, hinavsko molekulo, ki veliko obljublja, nato pa naredi škodo [15]. Alkohol je enako potrebna in koristna snov kakor vse druge – je razkužilo, topilo, gorivo, surovina, konzervans – in tudi njegovo omamno delovanje na možgane je bilo v določenih situacijah smiselno, npr. ob bolečih posegih za reševanje življenja (danes so za to na voljo ustreznejše kemične snovi). Narkoza, ko pri ustrezni dozi primerne omamne sredstva človek izgubi zavest, omogoča reševanje življenja z operacijo. Paliativno lajšanje bolečine pri hudih boleznih omogoča, da človek zmore s svojo zavestjo smiselno zoreti sam v sebi, opravljati potrebna dejanja ter smiselno komunicirati z bližnjimi. Vse to so neprecenljive vrednote, ki bi jih ob neznosni bolečini ne mogli uresničiti. Tudi možgani sami imajo vrsto vzgibov, da sami proizvajajo podobne snovi za blažilno transmisijo ob »nesmiselni« bolečini.

Omamljanje je torej samo po sebi slabo, slaba je zloraba omamnih snovi, omamnega doživljanja in omamnega vedenja, ki odvrta od zdravega razvoja posameznika, od lepega sožitja med ljudmi in od trajnostnega razvoja kulture. Zlo omamljanja ni omejeno na alkohol in druge omamne snovi;

posameznikom in družbi je v 20. stoletju naredilo veliko več gorja doživljajsko omamljanje z ideologijami in zgrešenimi teorijami. V današnji potrošniški družbi množično amputira razvojno svobodo kolektivna zmota razvajanja, ki zavaja ljudi v iluzijo nenehnega užitka brez dela in za vsako ceno, v družinah pa povzroča največ hudega omamna razvada slabega komuniciranja in jalovih sporov.

Navedeni antropološki razmisleki omogočajo razmejiti uporabo omamnih snovi od njihove zlorabe. Omamljanje in zasvojenosti sodijo med množične kronične nenalezljive bolezni in so socio-psiho-somatski simptom duhovne praznote in napačne življenjske usmerjenosti, medtem ko paliativno zdravljenje bolečine lahko odločilno pomaga hudo bolnemu človeku, da ohranja svobodo in se osebno in sožitno razvija do smrti.

PALIATIVNA OMAMLJENOST PRI SMISELNEM LAJŠANJU BOLEČINE

Narkoza pri operaciji je smiselno omamljanje zavesti, ki omogoča preživetje. Paliativno zdravljenje bolečine ob hudi bolezni, ki olajša telesno trpljenje, omogoča največje možno telesno, duševno delovanje in sožitje. Mnogim pomaga pri duhovnem zorenju v trpljenju zaradi neozdravljive bolezni in v soočenju z bližajočo se smrtjo. Lepo medčloveško sožitje in osebna duhovna globina sta najvišji in zadnji domet človeškega zorenja. Zato je lajšanje bolečine etična dolžnost.

Lajšanje bolečine ne prepreči človeškega trpljenja. Telesna bolečina, ki presega meje človekove zdržljivosti, ovira njegovo duševno, duhovno in socialno delovanje, zato je njeno lajšanje nujno potrebno; utemeljeno je tudi v naravnem lajšanju z blažilno možgansko transmisijo. Vendar to velja samo za lajšanje telesne bolečine, ne pa za lajšanje duševne, duhovne in socialne stiske; te so energija za ukrepanje, ki nujno potrebuje kar največjo svobodo stališča, doživljanja in ravnanja. Omamljanja v duševni, duhovni in socialni stiski raztopi človeško energijo za reševanje teh stisk. Paliativno zdravljenje bolečine je torej smiselno samo za lajšanje telesne bolečine.

Ob koncu lahko iz povedanega izluščimo misel, ki se navezuje na dejstvo, da je rak bolezen, pri kateri odpove telesni imunski vzgib za uničevanje maligno mutiranih celic v organizmu. Pri hiranju telesa zaradi tega lahko – tudi ob paliativni omami bolečin – človek duhovno in socialno dozori do polne mere svoje človečnosti. Rak se dogaja v srcu telesne imunske zmožnosti, medtem ko se kronično omamljanje in zasvojenosti dogajajo v srcu psihosocialnih imunskih zmožnosti – pri njih umetno amputiramo človeško svobodo in z njo duhovni imunski sistem. Zato je zdravljenje alkoholizma in drugih zasvojenosti ter kroničnih omam mogoče samo v obratni smeri: z veliko bolečega napora si človek skupaj z drugimi, ki se zdravijo za alkoholo-

lizmom, vrača zmožnost svobode za zavzemanje smiselnega stališča, za zdravo doživljanje in dobro delovanje.

LITERATURA

1. Ramovš J. Alkoholno omamljen. Ječa alkoholizma v družini in pot iz nje. 2. dopolnjena izdaja. Celje: Mohorjeva družba, 1986.
2. Ramovš J. Boj za življenje družine. Zdravljenje alkoholizma in urejanje neskladne družine. Alkoholno omamljen II. Celje: Mohorjeva družba, 1983.
3. Ramovš J. Socialni delavec in alkoholizem. Metodologija za delo strokovnih in vodstvenih služb na področju alkoholizma v delovni organizaciji. Ljubljana: Delavska enotnost, 1988.
4. Ramovš J. Slovar socialno alkoholološkega izrazja. 3. dopolnjena izdaja. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka, 2001.
5. Ramovš J, Ramovš K. Pitje mladih. Raziskava o pitju alkohola med mladimi v luči antropoloških spoznanj o omamah in zasvojenostih. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka. 2007
6. Ramovš J, Ramovš K. Preprečevanje omamljanja in zasvojenosti. V pripravi na natis.
7. Richter HE. Der Gotteskomplex. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt, 1979.
8. Trstenjak A. Človek končno in neskončno bitje. Celje: Mohorjeva družba, 1988.
9. Frankl VE. Kljub vsemu rečem življenju DA. Celje: Mohorjeva družba (»Psiholog doživi taborišče smrti« in »Temeljna načela logoterapije«), 1992, 1993 in 2013.
10. Frankl VE. Volja do smisla. Celje: Mohorjeva družba, 1994 in 2014.
11. Frankl VE. Zdravnik in duša. Celje: Mohorjeva družba, 1994 in 2015.
12. Lukas E. Tudi tvoje trpljenje ima smisel. Celje: Mohorjeva družba, 2001.
13. Lukas E. Vse se uglaši in izpolni. Vprašanja o smislu, ki si jih zastavljamo na starost. Celje: Mohorjeva družba; 2002 in azširjena izdaja 2017.
14. Lukas E. Osnove logoterapije. Človeška podoba in metode. Celje: Celjska Mohorjeva družba, 2017.
15. Edwards G. Alcohol. The world's favorite drug. New York: Thomas Dunne Books, 2003.