

SZÁSZ ANNA

### *A Névtelen Alkoholisták Magyarországon*

„A Névtelen Alkoholisták olyan férfiak és nők közössége, akik megosztják egymással tapasztalataikat, erejüket és azon reményüket, hogy megoldhatják közös problémájukat, valamint segíthetnek másoknak az alkoholizmusból a józanság útjára lépni.

A közösséghez való tartozás egyetlen feltétele az ivással való felhagyás vágya.

Az A. A.-tagság nem jár illetékel vagy díjjal: mi önellátóak vagyunk a saját kozzjárulásainkból.

Az A. A. nem szövetkezik semmiféle szektával, felekezettel, szervezettel vagy intézménnyel: nem hagy jóvá és nem ellenez semmi külső állásfoglalást.

...Elsődleges célunk józannak maradni és más alkoholistákat a józanság útjára segíteni.”

Tíz éve annak, hogy az USA-ban akkor már több mint fél évszázadra visszatekintő, és a második világháború után a nyugati típusú demokráciákban is teret hódító Névtelen Alkoholisták (Alcoholics Anonymous, a mindennapokban csak a kezdőbetűket használják: A. A.) mozgalma Magyarországon is megjelent. 1988 nyarán Budapesten alakult meg az első, valamivel később Pécsen a második csoport. A nyilvánosság előtti első fellépésük, amelyre 1990 májusában, a FÉSZEK klubban került sor, visszhangtalan maradt. De még ma, tíz év eltelte után, egy meglehetősen szűk kör kivételével, az A. A. a legkülönbözőbb képzettségű, akár humánszakmákat űző értelmiségiek előtt is ismeretlen.

Ennek bizonyára több oka van. Az egyik magában a mozgalomban rejlik. Az A. A. működését, a tagok magatartását, mindenütt, ahol léteznek csoportjai, az ún. 12 Hagyomány szabályozza. A 11. Hagyomány így szól: „A nagy nyilvánossággal való kapcsolatunk nem a hírverésen, hanem a vonzóerőn alapul. Személyes névtelenségünket a sajtó, a rádió és a film szférájában egyaránt meg kell őrizniünk.” A névtelenség ellenére azonban, ha ez látszólag paradoxon is, a nyilvánosság az A. A. működésének sine qua nonja. Az USA-ban a mozgalom és a sajtó között már a kezdeti időszakban szoros kapcsolat épült ki. „Tapsztalt újságírók – bár hitetlen Tamások – mindent megtettek, hogy az A. A. üzenetét továbbítsák. ...A sajtó berkeiben a riporterek barátainknak tekintették magukat.” Sőt, a névtelen szerző, aki kötetbe foglalta és magyarázatokkal látta el a 12 Hagyomány keletkezésének történetét, a következőket írja: „Világszerte, minden néven nevezhető, bőséges és

kedvező publicitás volt a fő tényező abban, hogy alkoholisták csatlakoztak közösségünkhöz.”

Ezzel szemben Magyarországon az A. A., noha az alkoholizmus közvetlenül vagy közvetve a lakosság legalább 10 százalékát érinti, csak nagyon gyéren és alkalmasszerűen kapott nyilvánosságot. Ez részben a magyar sajtó struktúrájából, a hatalmi viszonyokból, az újságírók politikára orientáltságából, végső soron a civil társadalom kezdetlegességéből fakad.

A másik ok lényegében ugyanaz. Magyarországon a szocializmus évtizedei alatt nem létezett civil társadalom és eleve nem jöhetett létre olyan par excellence civil, önszerveződésre és önszervezésre épülő, minden külső intézménytől és tekintélytől független szervezet, mint az A. A. (Lásd a fent idézett alaptételeket.)

A nyolcvanas évek elején alakultak ugyan beteggyógyászati és klubok, ezek azonban, bár nem becslöm le a jelentőségüket, többnyire tekintélyes szakemberek vezetése alatt működnek, és szinte kivétel nélkül létükben függenek az állam támogatásától.

Valójában az A. A. éppen azt a lehetséges modellt szolgáltathatta volna, amely a magyar társadalomból hiányzott – és valószínűleg hiányzik mind a mai napig. Amely társadalom azért nem mutatott – és a jelenben sem mutat – iránta érdeklődést, mert ez a modell nem volt és nincs beépítve a társadalom korábban kialakult és igencsak szívósnak bizonyuló konvencionális kapcsolatrendszerébe.

### Az A. A. eredete, tanításainak forrásai

Az A. A. eredetmítosza, bár a mozgalomban a mítosz szerepét tölti be, valószínűleg eseményeken és történéseken alapszik. A mítosz mindkét szereplője létező személy.

...A New York-i tőzsdeügynök és az Akron városában élő orvos találkozása 1935 júniusában, és mindaz, ami ebből a találkozásból létrejön, mondhatnók, jellegzetes amerikai sikertörténet. Lehet, hogy valóban az. Ám a kezdetektől máig az A. A. világmozgalommá nőtt, óvatos becslések szerint több mint kétmillió tagja van, 141 országban 90 ezer csoportja működik.

...Az A. A. első írásbeli dokumentuma az 1939-ben *Névtelen Alkoholisták* címmel megjelent kötet, a Nagy Könyv, ill. Kék Könyv (az előbbi jelzést azért kapta, mert vastag papírra nyomták, az utóbbit a borító színe miatt), amely az alapítók: a tőzsdeügynök, Bill és a sebészorvos, dr. Bob felépülésének történetét tartalmazta, negyven másik esetleírással egyetemben. Az előszóban in statu nascendi figyelhetők meg a mozgalom később kristályos formában kialakult alapelvei. „Mi, Névtelen Alkoholisták, több mint százan vagyunk, férfiak és nők... E könyv fő célja, hogy leírja: *pontosan hogyan is épültünk fel...* Úgy gondoljuk, hogy tapasztalatainknak ez az összegzése mindenkinél nagy segítségére lesz az alkoholisták megértésében. Sokan nem fogják fel, hogy az alkoholista nagyon beteg. Abban is biztosak vagyunk, hogy életmódunk példája mindenki számára tanulmányos lehet...”

Fontos, hogy névtelenek maradjunk... Nagyrészt üzletemberek és szak-

emberek vannak közöttünk... Reméljük, megértik, hogy az alkoholistákkal végzett munkánk nem a főfoglalkozásunk...”

Nem vagyunk a szó hagyományos értelmében vett szervezet. Nincs nálunk sem tagdíj, sem illeték. Tagjainktól egyetlen dolgot kívánunk meg, hogy őszintén kívánják abbahagyni az ivást. Nem kötődünk semmiféle valláshoz, szektához vagy felekezethez, nem állunk ellentétben senkivel. Egyszerűen csak segíteni szeretnénk a szenvedőket...”

Az elmúlt évtizedekben a saját irodalmi tevékenységükön túl, könyvtárukra duzzadt az A. A.-val foglalkozó, főként angol nyelvű irodalom. Magyar nyelven az A. A. eredetéről, szellemi előzményeiről, magáról a mozgalomról mindeddig egyetlen tudományos igénnyel íródott, összefoglaló jellegű munka született. Dr. Kelemen Gábor pécsi pszichiáter tanulmánya *Alcoholics Anonymous. avagy a józanság filozófiája* eredetileg az *Alkohológia* című folyóirat 1989-es évfolyamának 4. számában jelent meg, majd a szerző egyéb tanulmányaival együtt az *Addikciók széles spektruma* című kötetben. (1994. Kiadta az *Országos Alkohológiai Intézet*.)

A fent idézett tanulmányában írja, hogy: „Az A. A.-mozgalom közvetlen előtörténetét tárgyaló munkák négy fő mozzanatot emelnek ki. E tényezők sorában az első a híres svájci pszichoterapeuta, C. G. Jung nevéhez és egyik betegéhez kapcsolódik...” Ez a páciens egy gazdag amerikai bankár, akit Jung sem tudott a krónikus alkoholizmusából kigyógyítani. Miután egy hosszú kezelés után visszaesett, Jung azt mondta, hogy: „sem a további orvosi, sem a pszichiátriai beavatkozástól nem várható javulás, talán... ha csak ritka esetben is, egy szellemi vagy vallási élmény elvezethet a talpra állító megtéréshez.”

A bankár a spiritualista Oxford-csoporthoz csatlakozott, és valóban sikerült felépülnie. Ezek után találkozott egy ugyancsak krónikus alkoholizmusban szenvedő barátjával, aki a bankár történetének hatására szintén tagja lett egy Oxford-csoportnak. Ő volt az, aki megtérésének élményéről beszámolt az akkor már testileg-szellemileg mélypontra lévő Bill W.-nek. Kettőjük találkozása az A. A. előtörténetének második mozzanata. A harmadik mozzanat, hogy Bill részt vesz egy elvonókúrán: „A kórházban mélyülő depresszió lépett föl, amely egy extatikus-spirituális élménnyel oldódott föl.” Ugyanakkor „kezébe került a neves pragmatista filozófus és pszichológus, William James: *A vallásos élmény változatai* című könyve...” Ezek hatására ráébred arra, hogy milyen fontos, ha a megtérésről beszélni tud egy másik alkoholistával, ha „a megtérés lehetőségének üzenetét egy alkoholista adja tovább egy másik alkoholistának”.

Végül a negyedik mozzanat: a már *száraz* Bill 1935 májusában üzleti ügyben Akronba utazik. Itt történt, hogy egy délután ellenállhatatlan ivási kényszer fogta el, egyszersmind páni félelem. Úgy érezte, csak egy másik alkoholistával való beszélgetés segítheti abban, hogy józan maradjon. Egy pap és egy Oxford-csoporthoz tartozó nő segítségével találkozott az alkoholista és narkomán dr. Bobbal. „A beszélgetés nemcsak Billt nyugtatta meg, de Bobnak is a szívéig ért.” Egy utolsó lerészegedéssel ő is végső búcsút vett az alkoholtól. Mindez 1935. június 10-én történt. Az A. A. történetét ettől a naptól keltezik.

## Hazai kísérletek

A szocializmus évtizedei alatt Magyarországon működött az Alkoholelles Országos Bizottság, amelynek kiadásában jelent meg az Alkohológia című folyóirat, értékes és érdekes, szociológiai ihletettséggű tanulmányokkal. Rendszeres gazdasági számításokat végeztek és közöltek, hogy mennyibe kerül az államnak az alkoholizmus. Működtek ambuláns alkoholgondozók. Kórházak pszichiátriai osztályán végeztek elvonókúrát. Az országban volt néhány kifejezetten alkoholisták gyógyítását szolgáló alkohológiai osztály. A hetvenes évek második felében létrehozták az ún. AE – Alkoholelles – klubokat, amelyek jellegüket, hangulatukat tekintve, leginkább kocsmára emlékeztettek, azzal a nem elhanyagolható különbséggel, hogy e klubokban nem mértek italt. Mindezek mellett, illetve mindezeket kívül működött a Nagyfai Munkaterápiás Alkoholelvonó Intézet a nagyfai törvénynek nevezett, 1974. 10-es tvr. alapján. Dr. Kelemen Gábor a már fentebb említett tanulmányában nem nevezi ugyan meg Nagyfát, de igen valószínű, hogy arra vonatkozik a következő passzus: „Az alkoholisták létezésükkel elégtettek ki egy rejtett, de nagyon is valóságos bűnbakképző szükségletet. ...kialakul, mégpedig az egészségügy égisze alatt egy, az alkoholisták önvédelmét és autonóm méltóságát figyelmen kívül hagyó agresszív »segítő« intézményhálózat... A segítség elemei között szerepelt egyebek között a saját hozzátartozó elleni följelentésre bátorítás, a bűncselekmény nélkül börtönszerű kezelésre kényszerítés gyakorlata, a rendőri felügyelet mintájára szervezett kötelező gondozás, a táppénz megvonása stb.”

A valóságos helyzet a fent leírtnál is rosszabb volt. A 10-es tvr. (az Elnöki Tanács által hozott törvényerejű rendelet) maga volt a jogi abszurditás, amikor egészségügyi szervezetek, vagy egyszerűen csak az egészségügyben dolgozó személyek (például védőnő) javaslatára bírói ítélettel az alkoholisták két év kötelező alkoholelvonó kúrára Nagyfára beutalták. Minden jogrendszer megcsúfolása volt, hogy az eljárást bárki, családtag is kezdeményezhette. Az intézmény neve nagyfokú manipulációra adott lehetőséget, amikor egészségügyi intézményként tüntették föl, jöllehet a szegedi Csillagbörtön rabgazdasága volt, és ha néhány részleggel kibővítették is, változatlanul a Büntetésvégrehajtás Országos Parancsnokságának irányítása alatt működött. Voltak egészségügyi alkalmazottai, dolgozott az intézményben pszichológus, nevelőtanár, de az intézmény jellegéért a helyben lakó, régóta ott dolgozó őrséggel folytatott egyenlőtlen küzdelemben az egészségügyi személyzet alulmaradt. Mindent összevéve: Nagyfa nem munkaterápiás intézet volt, hanem kényszermunkatábor. Olyan hely, ahol nem volt ritka az öngyilkosság, és ahol különösen kiszolgáltatottak voltak a nők.

Úgy gondolom, nem szorul bizonyításra, hogy az ivási szokásokat illetően a magyar társadalom rendkívül ambivalens. Itt most nem kívánom azokat a történeti okokat felsorolni, amelyek a korábbi szokásokat megváltoztatták és azokat a csoportokat, rétegeket is bevonták az össznépi fogyasztásba – nőket, fiatalokúakat –, amelyek ebből korábban kimaradtak. A kádárizmus évei alatt az együttivás – munkahelyi ünnepek, névnapozás stb. – a csoporthoz tartozás feltétele és kifejeződése. Aki ebből kimaradt, az gyanússá, ugyan-

akkor az, akiről bebizonyosodott, hogy alkoholista, azaz beteg, az megbélyegzett emberré vált. „Ahol manapság valaki megkaphatja az alkoholista minősítést, az az egészségügy...” – írja Kelemen Gábor, és hozzáfűzi: „Ma Magyarországon az A. A. és az Al-Anon csoportok kivételével minden olyan szituáció, ahol az alkoholista alkoholistaként szerepel, *vádoló* szituáció... A szembenállók (orvos és beteg) viszonyát a kölcsönös ellenszenv és projekciók uralják, a szituáció nem a fejlődése és a hídépítése, hanem a probléma konzerválása.”

Tegyük hozzá: ez független a szereplők szubjektív szándékától. A fent leírt szituáció magából a struktúrából következik. Az egészségügy bármelyik területén az orvosok és a beteg közötti kapcsolat nem párhuzamosságon alapszik, hanem a föl-, illetve alárendeltségen. Az alkoholizmus azonban nem közönséges betegség, és az alkoholista sem csak a szó közönséges értelmében beteg.

Természetesen, és ezt nem volna tisztességes elhallgatni, Magyarországon az alkoholisták megmentésére folytak igen nemes szándékú kísérletek. Mindenképpen meg kell említeni Levendel László nevét, aki tudógyógyászként és egészségpolitikusként három évtizeden keresztül harcolt, hogy az alkoholisták gyógyítására államilag több pénzt és nagyobb figyelmet fordítsanak, és aki a saját osztályára a legkülönbözőbb társadalmi rétegből származó alkoholista beteget befogadta és gyógyította.

Ugyancsak meg kell említeni Avar Pál nevét, aki nemcsak alkoholisták egyéni csoportterápiájával foglalkozott, hanem tevőleges szerepe volt abban, hogy az A. A. Magyarországon is megalakult.

## Az első találkozó

Az A. A. hazai kezdeteit némi balladai homály fedi. Hallottam olyan változatot, hogy még a hivatalosan bejegyzett első csoport működése előtt egy pesti, belvárosi lakásban tartottak összejöveteleket. Ha ez igaz, csak azt bizonyítja, hogy komoly igény volt arra, amit az A. A. képvisel.

A nyolcvanas évek vége felé több irányból indul meg a honosításra irányuló kísérletezés, illetve szervezés. Helmut, aki Németországban él, az ottani A. A. tagja, de anyai ágon magyar, az elsők között próbálkozik. Egy fővárosi intézmény vezetőjét szeretné megnyerni a mozgalom számára. Elutasítják. Később Pécssett, dr. Kelemen Gábornak segít létrehozni egy csoportot. Közben László, aki az aktív korszaka végén, ami az ő esetében közel harminc év, meg akar az alkoholtól szabadulni, egy ismerőse tanácsára fölkeresi dr. Avar Pált. László eredeti szándéka, hogy az Esperal nevű gyógyszer beültetésére vállalkozik. (Az Esperal az Anticolhoz vagy Antetilhez hasonló, az alkohollal összeférhetetlen szer, ha ráisznak rosszullesz, sőt halált okozhat. Jelenléte a szervezetben állandó fenyegetettséget jelent. Avar Pál, aki részben a szakirodalomból, részben amerikai tanulmányútján a gyakorlatból ismerkedett meg az A. A.-val, lebeszéli erről páciensét. A beültetés alternatívájaként az ősegítő közösséget ajánlja.

A véletlenek összjátéka, hogy Helmut és László jó barátok. Egy meghívás

és László in vivo tanulmányozhatja az A. A.-t Németországban, nagyvárosok és kistelepülések gyűlésein. Hazajövele után pedig megalakítja az első csoportot. Az első találkozó dátuma, amikor az A. A. minden gyűlésen elhangzó önmeghatározását „A Névtelen Alkoholisták olyan férfiak és nők közössége...” magyar nyelven felolvasták: 1988. június 17.

A következő év tavaszán jött létre a pécsi csoport.

1990-ben, egy korabeli jelenléti lista tanúsága szerint Budapesten heti három összejövetelt tartottak, plusz egy zártkörűt, vidéken kettőt. Egyet Pécsen, egyet Békéscsabán.

## Mit tud az A. A.?

Mit tud, amit mások nem?

Hogy lehet egy olyan betegséget, mint az alkoholizmus gyűlésekkel és gyűléseken gyógyítani?

Továbbá: mennyire adaptálható egy mozgalom, amely a miénktől merőben eltérő kultúrában gyökerezik? Miként honosodhatnak meg a mi számunkra idegen ritusok s szokások?

És legfőként: miként működik egy olyan szervezet, amelyik a szó általunk ismert értelmében nem szervezet?

Bizonyára még számos kérdést lehetne az A. A.-val kapcsolatban föltenni. Számomra hosszú időn keresztül jelentettek rejtélyt. Ma sem merem állítani, hogy alapos ismeretekkel rendelkezem, jöllehet 1990 májusa óta állok velük kapcsolatban. Vannak köztük barátaim, részt vettem nyitott gyűléseken, sok mindent elolvastam. De nem vagyok alkoholista. Nem éreztem azt az alkoholszomjat, amiről a lassan nyolc éve józan Karsai azt mondta, hogy körülbelül olyan, mint amikor valakinek két percnél tovább víz alá nyomják a fejét. Nem tudom milyen a filmszakadás, amikor az ember reggel úgy ébred föl, hogy nem tudja mi történt vele előző este, hol volt, kikkel, mit tett, mit mondott. Nem tudom milyen az, amikor már semmi nem fontos, sem a gyerek, sem a férj vagy feleség, sem a munkahely, sem az otthon, csak az alkohol. Amikor valaki saját vizeletében fekszik holt részegen, mondjuk egy Mechwart ligeti padon, vagy önmaga elől menekülve a városszéli erdőbe költözik, vagy egy minden luxussal ellátott New York-i házban magányosan delirál...

Azokat az embereket, akikkel a saját elbeszélésük szerint mindez megtörtént, én nem ismertem, én már csak az A. A. tagjaiként, józan vagy józanodó alkoholistaként ismerem őket.

...Ha most megpróbálok a magam által fölített kérdésekre, legalább egy részükre válaszolni, akkor azzal kell kezdenem, hogy az A. A. tudja és megalkulásától fogva vallja, hogy az alkoholizmus betegség – az alkoholista pedig beteg. Az A. A. ismeri ennek a betegségnek a természetét. Az allergia kifejezést szokták rá alkalmazni. Az alkoholista eleve másként reagál az alkoholra, mint a társasági ivó. Az alkoholista, ha megiszik egy pohár sört, nem tudja, mi fog történni. Az A. A.-ban megtanulja, hogy számára az al-

kohol mérge, az első pohárral egy olyan automatizmust indít be, amely fölött nincs uralma.

Az alkoholizmus azonban nemcsak a test betegsége, hanem az Én-é. A léleké. Az A. A. 12 lépéses felépülési programjának – amelynek célja az önnevelés, a személyiségformálás – középpontjában Isten áll. Az általam ismert egyik legszebb dokumentumban, amely az USA egyik legnagyobb egyetemén leendő terapeutáknak tartott előadás magyarra fordított változata, a fenti programot az ismeretlen szerző, durva meghatározások nyomán „Isten-vircsaft”-ként említette.

## ...Miről is van szó?

Amikor az alkoholista rászánja magát, hogy életében először elmenjen egy A. A. gyűlésre, teli van szorongással, rossz tapasztalatokkal, büntudattal. Emberi lény, de már rég nem akként kezelik. A gyűlésen nem kérdeznak és nem is kérnek tőle semmit, se igazolványt, se beutalót, ellenben azzal fogadják, hogy „Ülj le, jó helyen jársz”. Meg sem kell szólalnia. Aki viszont megszólal, az minden alkalommal bemutatkozik. „János/Éva/Péter stb. vagyok és alkoholista.”

Az előzmények ismeretében nem könnyű önmagukat alkoholistaként azonosítani. De ebben valószínűleg segít a többiek példája és az elfogadásnak, a nyíltságnak a gyűlésekre jellemző légköre.

Az A. A. igazi nagy találmánya, hogy a 12 lépéses program kezdetén, amikor első lépésként kimondják: „Beismerjük, hogy tehetetlenné váltunk az alkohollal szemben – életünk irányíthatatlanná vált” leveszi az alkoholistáról azt az iszonyú büntudatot, amire „csak inni lehet”. A főtebb idézett névtelen szerző szerint „óriási a hatása, ha egy alkoholista egy másik alkoholistától hallja: beteg vagyok, és megtaláltam a módját, hogy úrrá legyek a betegségemem”. Mert a második lépés így szól: „Meggyőződünk arról, hogy egy felsőbb Erő helyreállíthatja lelki egészségünket.”

Különösen nagy bölcsességre vall, hogy az A. A. alapítói nem határozták meg közelebbről ezt az isteni Erőt. A későbbi lépésekben a „saját felfogásuk szerinti Isten” kifejezést használják, belső szabadságot adva ezzel a tagoknak a hit dolgában is.

Mert az A. A. tanításai ajánlásokat tartalmaznak, nem parancsokat. A 12 lépés sem azt mondja, hogy ezt kell tenned, hanem, hogy ezt és ezt tették azok az alkoholisták, akik a többiek előtt jártak.

Emlékezetes cikkében dr. Kelemen Gábor felteszi a kérdést: Felserdülhet-e az A. A. Magyarországon? Noha az A. A. tagok száma megsokszorozódott, noha tíz évvel ezelőtt Budapesten hetente három gyűlést tartottak, ma naponta tartanak hármat. Sőt, bizonyos napokon négyet és vidéken több mint harminc településen működik A. A. csoport. Az egyértelműen igenlő válasz a segítők segítségével még várat magára.