

Pregledni znanstveni članek (1.02)
 BV 71 (2011) 2, 279—320
 UDK: 613.8:2-1
 Besedilo prejeto: 3/2011; sprejeto: 5/2011

Drago Jerebic, Sara Jerebic

Odvisnost kot oblika malikovanja

Povzetek: Odvisnost ima poleg biološke, sociološke in psihološke tudi duhovno razsežnost, ki je vidna v psevdoreligioznih izkušnjah in ritualih odvisnika. Odvisnost je izraz njegovega hrepenenja po presežnem, za katero je prepričan, da ga na noben drug način ne more doseči. Podlaga temu izkrivljenemu prepričanju ali krivi veri je popačeno razmišljanje, ki je posledica neprimerne regulacije afekta sramu, ponavadi v zgodnjem otroštvu. Za to izkrivljeno religiozno udejstvovanje je značilno nesvobodno prisilno izkazovanje čaščenja objektu navezanosti. Vse te značilnosti veljajo tudi za malikovanje.

Ključne besede: odvisnost, malikovanje, religija, regulacija afekta sramu

Abstract: **Addiction as a Form of Idolatry**

In addition to its biological, social and psychological dimensions, addiction also has a spiritual dimension, which can be seen in the addict's pseudo-religious experiences and rituals. The addiction is an expression of his yearning for the transcendent and he is convinced that he cannot reach it in any other way. The basis for this distorted conviction or false faith is a distorted way of thinking, which is a result of an inappropriate regulation of the affect of shame, usually in early childhood. This distorted religious activity is characterized by a constrained and compulsive worshipping of the object of devotion. All these characteristics also apply to idolatry.

Key words: addiction, idolatry, religion, regulation of the affect of shame

1. Uvod

Pojem odvisnosti ponavadi obravnavamo kot težavo oziroma bolezen, kateri botrujejo biološki, sociološki in psihološki dejavniki. Manj pogosto pa se omenja odvisnost kot duhovna težava, pri kateri govorimo o izkrivljeni obliki religioznosti, o neke vrste malikovanju (Bradshaw 2008). V tem članku se bomo osredotočili na skupne točke, stičišča, podobnosti in povezanosti med pojmom odvisnost in malikovanje. Zato bomo najprej pojasnili, kaj je malikovanje in kaj je odvisnost, nato pa bomo predstavili podobnosti med obema pojavoma, v tem smislu, zakaj lahko rečemo, da je odvisnost ena od oblik malikovanja in zakaj lahko rečemo, da je odvisnost tudi posameznikov duhovni problem.

2. Malikovanje

Malikovanje (angl. *idolatry*) pomeni čaščenje podobe (gr. *eidōlon* – podoba; *latreia* – čaščenje) in je največji greh v Svetem pismu. To je tako, kakor da bi se osredotočili na prst, ki kaže na neki objekt, namesto na objekt, v katerega je ta prst usmerjen. Namen kazanja s prstom pa je seveda, da pokažemo objekt, ne prsta. To primerjavo lahko uporabimo pri religiji: prst so zunanja pravila, obredi, molitveni obrazci, objekt pa je notranje doživljanje, misli in hrepenenje po povezanosti z Bogom (Swidler 2010, 140).

Razlagalci pravijo, da bi moral biti v Genezi in pri prerokih večji poudarek na zvestobi Izraelcev do Boga kakor pa na sami opredelitvi za monoteizem. To, da Izraelci ne bi smeli imeti drugih bogov in naj bi častili samo enega Boga, naj ne bi bilo definirano zgolj kot monoteizem, ampak predvsem kot zvestoba med dvema, med Bogom in ljudstvom. Zato je v tem kontekstu malikovanje razumljeno kot nezvestoba, kot prekršitev odnosa, zamenjava drugega z nekom tretjim, to pa je dejansko največja rana in bolečina v odnosu, ker je poškodovan ne samo človek, ampak prav odnos (Nicholls 1996, 452).

2.1 Prevelik poudarek na zunanjih stvareh

Nevarnost pri večini religij je prevelik poudarek na zunanjih obredih oziroma zapovedih. Ponavadi je namen zunanjih zapovedi in obredov, pomagati človeku, da bi lažje uglasil svoje notranjost, svoj razum in svoje srce na bistvene stvari. Zgled napačnega razumevanja religioznosti je, če nekdo reče, da je religiozen (recimo jud, kristjan), in s tem misli na to, da opravlja vse ekternalije. Če je človekov glavni cilj, da opravi predpisano število del in zmoli toliko in toliko molitvenih obrazcev, je lahko učinek teh ekternalij točno nasproten od želenega – njegov razum in srce odvrta od bistvenega in mu morda celo onemogočajo, da bi bil resničen, pristen oziroma avtentičen (Swidler 2010, 140). To pa je najbolj vidna posledica malikovanja. Malikovalec je manj pristen in resničen kakor pa pravi notranji vernik (Bradshaw 2008); natanko to Kristus izrecno kritizira pri svojih rojakih, pri farizejih (Mt 23,27).

Za judovstvo in islam obstaja največja skušnjava glede malikovanja: prevelika osredotočenost na zunanja dejanja (kdaj in kaj se sme jesti, kdaj se je treba ustaviti in iti k molitvi, kdaj se smejo družiti), njihov cilj je izpolnitev dejanja, ne pa dobro človeka samega (Mt 23,27). Pri krščanstvu ta nevarnost obstaja glede morebitne prevelike osredotočenosti na doktrino oziroma pravi nauk. Protestanti na primer poudarjajo, da je resnico mogoče najti samo v Svetem pismu (*sola Scriptura*), in tako je sedaj v Združenih državah Amerike že prek 350 različnih protestantskih cerkva. Ob tem se upravičeno postavi vprašanje, ali so naredili iz tega gesla oziroma doktrine idol. So s tem res prava podoba resnice, ki jo uči Sveto pismo?

Kot primer avtentične religije, za katero pravi, da jo najbolj povzemajo besede »v meni in med mano in tabo«, omeni Jezusa, ki ga na svoj način priznavajo vse tri monoteistične religije (judovstvo, islam in krščanstvo), in poudari tisto, kar je pomembno: ne toliko, kaj pride v človeka (eksternalije), ampak kaj pride iz njega

(Mr 7,15). Ne naredijo človek dobrega zgolj zunanje stvari, ampak njegovo notranje hotenje in potem dejanja, ki iz tega sledijo. Enako velja tudi za odvisnosti: zadovoljstva ne prinašajo zunanje stvari, ampak je treba poiskati notranji vir zadovoljstva (Swidler 2010, 141).

Podobno pravi tudi Mark Johnston v delu *Saving God* (Johnston 2009, 27), ko navaja 1 Kor 13: »Če nimaš ljubezni, si nič, si brneče cimbale,« medtem ko je resnična vera predvsem izražena v ljubezni in v svobodi. Resnično religiozen človek ni malikovalec, saj mu je bistven odnos, ki ga vzpostavi z Bogom, in ne ritual. Malikovanje je poskus, »udomačiti« Boga, ga izkoristiti, mu dati prednost zaradi svojega lastnega ugodja. K temu se človek nagiba zato, ker ne zmore živeti v neodrešenem svetu, v iskanju in hrepenenju po Bogu. Zaradi negotovosti in dvomov – tudi to je del religije – si naredi malika in se s tem oddalji od pravega Boga (Bradshaw 2008; Moore 1992, 231–263).

2.2 Monolatrizem – čaščenje enega Boga

V hebrejščini za malikovanje uporabljajo besedo *avodah zarah*, to pomeni: tuje, sprevrženo, odtujeno čaščenje. Da je čaščenje sprevrženo, pravi Johnston, mora biti usmerjeno ne k malikom, izdelanim s človeškimi rokami, ampak k nižjemu bogu, ki ni Najvišji. Ko Jahve v Svetem pismu pravi, da je ljubosumni Bog, govori tudi o starih bogovih, ki so jih Izraelci poznali iz Egipta, in če beremo preroke, lahko ugotovimo, da pri Izraelcih govorimo o radikalnem razvoju od mnogoboštva do monoteizma. Na tej poti srečamo dinamiko monolatrizma, ki resda že pomeni čaščenje enega Boga, vendar pa tu še bistveni poudarek na monoteizmu samem. Po vrnitvi iz Egipta so se Izraelci še vedno želeli obračati na stare bogove, da bi jih pomirili. Zato jim je tudi Jahve dal prvo zapoved, da se ne bi več obračali nanje. Ko pa so sprejeli monoteizem, so ga sprejeli kot neke vrste »henoteizem«, prepričanje, da obstaja najvišje božanstvo, pa tudi nižji bogovi in da je Jahve najvišji in ljubosumni Bog, ki ne dovoljuje, da bi častili še druge bogove, saj bi bilo to malikovanje, napačno usmerjanje duhovne energije (Johnston 2009, 20).

Kot malikovanje označi sv. Pavel tudi držo Judov do tore, ko so zavrnilo Kristusa. Namesto da bi verjeli, da jih je Kristus odrešil, so se še dalje podrejali zgolj Mojzesovi postavi, ki v tem kontekstu postane njihova malikovalska podoba. Sv. Pavel razlaga držo in prepričanje, ko si moraš sam s svojimi deli zaslužiti odrešenje, kot malikovalsko držo. Pravi, da nas je Kristus osvobodil postave, duhovne ječe, ki jo je postava predlagala (Gal 3,13: »Kristus pa nas je odkupil od prekletstva postave tako, da je za nas postal prekletstvo ...«) (Johnston 2009, 26).

2.3 Postanemo to, kar častimo

V knjigi *We become what we worship* avtor Beale razlaga, da človek postane podoben idolom, malikom, ki jih časti. Častilec nekoga polagoma začne odsevati lastnosti tistega, ki ga časti, začne dobivati njegove lastnosti. Podobno kakor pri vzgoji otrok, ko otrok začne posnemati starše. Ne postane starši, ampak kakor starši. Posnema nekatere starševske lastnosti, držo in naglas. Glavna misel knjige je: Bog je ustvaril ljudi, da bi bili podobe, ki bi odsevale njegovo slavo in izžarjavali bogopodobnost. Religiozen človek predstavlja in odseva Boga, malikovalec pa

odseva podobnost svojega malika. Težava pri malikovanju je po avtorjevem mnenju: zaradi dejstva, da so maliki mrtve stvari, stvari brez življenja, takšni postanejo tudi njihovi čistilci. Če nekaj ne obstaja, tega ni, zato bo tudi predstava o tem prej ko slej izginila. Tako se dogaja tudi z malikovalci, obsojeni so na propad, na izgubo, na izgubo samega sebe (Beale 2008, 15–36).

Če hoče biti človek iskren iskalec Boga, bo moral sprejeti svojo lastno omejenost, dejstvo, da Boga ni mogoče spoznati, da ga ni mogoče popredmetiti, obvladati, manipulirati z njim, ni ga mogoče skrčiti zgolj na neko podobo (Beale 2008, 17; Bradshaw 2008). Če človek tega ne sprejme, lahko razumemo, da ne želi sprejeti dejstva, da je samo človek, in želi biti nekaj več. To pa je blizu malikovalski drži – Bogu in sebi ne daje pravega mesta oziroma ne daje Boga in sebe na pravo mesto. Zmanjševanje vloge Boga ali povečevanje svoje vloge govori o malikovalskem, napačnem pristopu, ki človeku onemogoča, da bi bil avtentičen.

Da postane človek to, kar časti, potrjuje prerok Izaija, ko označi Izrael kot ljudstvo, ki ima ušesa, pa ne sliši, ima oči, pa ne vidi, ima usta, pa ne zna govoriti. Tako kakor njihovi idoli (Beale 2008, 51). Podobno je v Svetem pismu (2 Mz 32), ko govori o Izraelu, ki je čistil zlato tele; pravi, da bo malikovalski Izrael kaznovan, ker je odseval uporniški značaj zlatega teleta (trdovratni – 2 Mz 32,9; neposlušni – 2 Mz 32,25; odvrčali so se od poti – 2 Mz 32,8; treba jih je bilo združiti v ogradi, da bi jih Mojzes lahko povedel, kamor mu je Bog naročil – 2 Mz 32,26).

2.4 Prvi greh

Postavlja se vprašanje, kdaj se je rodilo prvo malikovanje. Je bilo že vključeno pri prvem grehu? Ko sta se Adam in Eva odvrnila od Boga, sta na njegovo mesto postavila nekaj drugega in tako nista več odsevala božje podobe (Beale 2008, 127).

Adamov greh v Svetem pismu ni eksplicitno označen za malikovanje, ta ideja pa ga na zapleten način povezuje s tem grehom. Adam ni več zvest Bogu, temveč se zanaša zgolj nase in verjetno tudi na satana, ki je prišel v podobi kače. Kača je lažniva (1 Mz 3,4) in sleparska (1 Mz 3,1.13) in Adam Bogu ne odgovori po resnici, ko ga Bog vpraša, ali je jedel z drevesa spoznanja (1 Mz 3,11). Adam odgovori, da mu je jabolko dala Eva, ki mu jo je Bog sam dal za ženo, in je jedel (1Mz 3,12). S tem zmotno prenaša odgovornost za svoj padec na Evo. Poleg tega Adam (kakor kača) ne zaupa besedi Boga, in ko zamenja zaupanje Bogu za zaupanje kači, pomeni, da ne odseva več božje podobe, ampak začne odsevati podobo kače (Beale 200, 129).

Opaziti je tudi element samooboževanja. Adam se je odločil, da bolje ve, kaj je dobro zanj, kakor to ve Bog. Zaupal je vase, v ustvarjenega človeka, namesto v Stvarnika. Iz raja je bil izgnan, ker je bila v kačinih besedah tudi resnica (da bosta razlikovala dobro in slabo; 1 Mz 3,5). Adam je lahko postal podoben Bogu na dva načina: z zaupanjem in s poslušnostjo, to je bilo dobro, ali pa z bogokletjem, to pa je bilo slabo. Adam si je dovolil določati etične zakone, a to je zgolj pristojnost Boga in ne vloga, ki bi jo lahko izpolnjeval človek. Poznavanje dobrega in slabega pomeni sodbo. Drevo s tem imenom je bilo kraj, kjer se je Adam odločil ali za sodelovanje in upoštevanje ali pa za kršitev božjih zakonov. Kot kralj/duhovnik je

lahko razglasil sodbo o vsem, razen o božji pravičnosti. Ko je kača prevarala Evo, se je tudi sam odločil, da je božja beseda napačna, kačina (lažni bog) pa pravilna. S tem je odzrcalil še naslednjo podobo kače, ki je poveljevala svoj način vedanja nasproti božji pravičnosti (Beale 2008, 133).

Prvi greh je povzročil, da je človek postal sam svoj ustvarjalec, zdravilec in nosilec in kot posledica tega vsi grehi vključujejo malikovanje, to pa pogosto obsega tudi prilastitev božanskih privilegijev in samooboževanje, da si zagotovi fizično, ekonomsko in duhovno blagostanje. V tem oziru je bilo malikovanje magija, pogosto uporabljena za manipulacijo z nadnaravnimi silami, da bi se zagotovilo častilčevo blagostanje (135).

3. Odvisnost

Kakor smo v prvem delu razložili, kaj je malikovanje, bomo sedaj poglobljeje pogledali, kaj je odvisnost, da bomo potem lažje potegnili nekaj vzporednic med obema pojmomoma.

3.1 Definicija odvisnosti

Diagnostični in statistični priročnik duševnih motenj, ki ga je izdalo Ameriško psihiatrično združenje (American Psychiatric Association 2011), v peti izdaji predlaga naslednjo definicijo odvisnosti: to je škodljiv vzorec uživanja substanc, ki vodi do klinično pomembne okvare ali motnje, spozna pa se v vsaj dveh ali več kriterijih, ki se pokažejo v dvanajstmesečnem obdobju:

- pogosto (ponavljajoče se) uživanje snovi, katerega posledica so neizpolnjene obveznosti v službi, v šoli, doma (pogoste odsotnosti ali slabo opravljeno delo – povezano z uživanjem snovi, odsotnost ali izključitev iz šole – povezano z uživanjem snovi, zanemarjanje otrok ali gospodinjskih opravil);
- ponavljajoče se uživanje snovi v situacijah, ko je to fizično nevarno oziroma tvegano (npr. vožnja z avtomobilom ali upravljanje strojev, oseba pa pod vplivom uživanja snovi);
- nadaljevanje uživanja snovi, kljub rednim in ponavljajočim se težavam v odnosih; težave so posledica uživanja snovi ali pa to uživanje še poslabša odnose (npr. prepri z zakoncem o posledicah uživanja, fizično nasilje);
- tolerantnost, ki je definirana kot:
- potreba po izrazito povečanih količinah substance za dosegom omame ali želenega učinka,
- izrazito zmanjšanje učinka z nadaljnjim uživanjem enake količine snovi;
- umik, ki se kaže kot:
- značilen odtegnitveni sindrom zaradi uživanja snovi,
- uporaba iste snovi zaradi zmanjšanja ali izogibanja odtegnitvenemu sindromu;
- oseba pogosto uživa neko določeno substanco v večjih količinah ali v obdobju, daljšem, kakor je predvideno;

- pri osebi je navzoča vztrajna želja ali neuspešno prizadevanje (poskusi), da bi zmanjšala ali prekinila uživanje substance;
- oseba veliko časa porabi za dejavnosti, ki so potrebne za pridobitev snovi, za uživanje snovi in za okrevanje od posledic uživanja snovi;
- opuščanje pomembnih socialnih, poklicnih ali rekreativni aktivnosti ali zmanjšanje teh aktivnosti zaredi uživanje snovi;
- nadaljevanje uživanja snovi, kljub zavedanju, da zato obstajajo stalne in ponavljajoče se psihološke in fiziološke težave, ki jih povzroča ali celo poslabša uživanje snovi;
- hrepenenje, močna želja ali potreba po zaužitju neke snovi.

Na podlagi različnih tovrstnih priročnikov so strokovnjaki, ki se ukvarjajo s področjem odvisnosti, oblikovali bolj specifične definicije. John Bradshaw, ki je imel izredno velik vpliv na delovanje zdravljenih odvisnikov v Združenih državah Amerike (Levin 1998, 168), je kot sistemski teoretik in terapevt povzel bistvo odvisnosti *kot motnjo, navzočo pri posamezniku s patološkim odnosom do izkušenj, vzorcev vedenja, ki spreminjajo razpoloženje, se stalno ponavljajo in imajo negativne in za življenje škodljive posledice* (Bradshaw 1988, 129).

V okviru te opredelitve zadeva patološkost predvsem zanikanje in zablode, obrambne mehanizme, ki so zunanjemu opazovalcu videti zelo nenavadni oziroma nori, in dejstvo, da so navzoči neuspešni poskusi kontroliranja odvisniškega vedenja. Enako zadeva v okviru gornje definicije vedenje, ki spreminja razpoloženje, tako *substance* (droge, zdravila na recept, nikotin, kofein, hrana ...) kakor *vedenje* (igre na srečo, delo, spolnost, odnosi, treniranje, vera, čustva, nakupovanje, gledanje televizije ...). Negativne in za življenje škodljive posledice pa zadevajo: očitne specifične zdravstvene težave, posamezne pravne težave, nesreče in izgubo delovnega mesta ali odnosa, izgubo samospoštovanja ali spoštovanja družine ali kolegov, zmanjšanje delovne uspešnosti in učinkovitosti, prepire in na splošno negativno držo (Nationwide addiction and detox helpline 2011).

3.2 Odvisnost kot umik od pravega, resničnega odnosa in hkrati kot nadomestek za ta odnos

Tako kakor pri malikovanju velja tudi tukaj, da je to prekinitvev odnosa z Bogom; častilec ga nadomesti z odnosom do idola (Beale 2008, 15–36). To lahko razumemo kot neke vrste nezvestobo: prekrši se zvestoba Bogu in Bog se nadomesti z neko stvarjo (Nicholls 1996, 452). Enako je pri odvisnosti: odvisnost je (ne) uspešen poskus, nadomestiti, zapolniti narcistični manko oziroma deficit (Levin, 1998, 170) oziroma poiskati tako imenovani nadomestek za neuresničeni odnos (Gostečnik 2006, 290).

Bradshaw nadaljuje, da pri svojem delu še ni srečal človeka, ki bi imel težave z odvisnostjo in ne bi čutil v sebi bolečine zavrženosti ali osamljenosti. Ta neznosnost bolečine sili človeka, da išče kakršnokoli možnost, kako bi se izognil tej boleči realnosti. Ko neka človekova dejavnost pripomore, da se človek izogne tem bolečinam, dobi ta aktivnost ali drža izredno pomembnost v njegovem življenju. Hkrati pa od posameznika zahteva čas in energijo, ki bi ju drugače uporabil na drugih

področjih svojega življenja, zato pravimo, da ima to zanj »za življenje« škodljive posledice, ker se na drugih temeljnih področjih življenja ne more več dovolj intenzivno vključevati (Bradshaw 1988, 128–131). Posledica občutka zavrženosti in osamljenosti je občutek, da je z menoj nekaj v temelju narobe in mi zato ni pomoči. Pravimo, da je temeljno ozračje, v katerem je ta človek odraščal ali doživljal samega sebe, občutek sramu, to pa pomeni prej omenjeno: z njim je nekaj narobe, zato se mora skriti, prikriti tisto, kar je narobe. V tem vzdušje je zelo težko živeti, ker pomeni kronično nezno bolečino. Naslednja oteževalna okoliščina: ni upanja, da bi ta bolečina izginila. Posameznik se namreč doživlja, kakor da mu ni pomoči, ker je v samem bistvu nekaj narobe z njim, v njegovi notranjosti; takšen tako ali tako je in v tem je sam. Zato z morebitnimi sprostitevami ali umiki pred to bolečino išče poti in sredstva zunaj sebe, ki bi ga vsaj deloma razbremenila teh občutij o samem sebi (Bradshaw 1992, 254).

3.3 Odvisnost – vedenje, ki spreminja razpoloženje

Navedenim sredstvom, predvsem pa vedenju in izkušnjam, ki so nekakšen umik pred bolečinami, pravimo vedenje, ki spreminja razpoloženje. Podobno kakor pri malikovanju, pri katerem človek pogosto zaradi nezmožnosti prenašanja eksistencialne negotovosti, dvomov in iskanja, kaj resnična vera je, izbere lažjo, bolj zanesljivo pot in si naredi zlato telo, sam postavlja zakone, vse z namenom, da bi se počutil bolje (Moore 1992, 231–263).

Vsako takšno vedenje, ki spreminja razpoloženje, ima v sebi potencial, da postane človek od njega odvisen. To se zgodi takrat, ko postane na primer kak religiozni ritual najpomembnejša izbira, prioriteta, ko je človek v stiski in se pusti zasvojiti s tem ritualom. To pa je vedno le nadomestek za pravi odnos z Bogom, ki pa ga zasvojena oseba ni zmožna. Takšno vedenje postane kronično, ker je tudi človekova bolečina zavrženosti kronična, kroničen je občutek, da je z njim nekaj v temelju globoko narobe. Ta kroničnost postane škodljiva za človekovo življenje in patološka. Nazadnje se vedenje, ki spreminja razpoloženje in človeka vsaj za nekaj časa zaščiti pred afekti sramu in pred zavrženostjo, sprevrže v odvisnost. Dejansko bi lahko rekli, da odvisnost postane obrambni mehanizem pred bolečimi občutji oziroma afektom sramu. Odvisnost zakrije občutek sramu in ga okrepi, afekt sramu pa, nasprotno, poganja odvisnost in ji daje dodatni zagon (Fossum in Mason 1986, 3–19).

3.4 Neregulirani afekt sramu kot podlaga odvisnosti in malikovanju

Zdrav, naravni sram je temelj moralnega življenja. Človeku sporoča, da ni absoluten, da ni Bog, da je omejen in nepopoln. Varuje ga, da je resnicoljuben, skromen in realen. Brez tega bi poskušal biti Bog oziroma bi se pretvarjal, da je Bog. Iz sebe bi naredil merilo, s katerim bi se primerjal z drugimi ljudmi. Ta sram mu mogoča in dovoljuje, da je nepopoln. Vključuje njegove napake, potrebo po pomoči in polno zavedanje svoje lastne omejenosti (Bradshaw, 1992, 125).

Če zdravega, naravnega sramu ni ali če afekt sramu ni zdravo reguliran, potem je velika verjetnost, da bo človek imel težave z razmejitvami, z realnim doživljanjem samega sebe in drugih in tudi na duhovnem področju, to pa lahko vodi v

izkrivljeno duhovnost, ki ji pravimo malikovanje, saj vsako malikovanje vključuje nezdravo neregulirani afekt sramu (Bradshaw 2008).

Religiozni ritual, ki ni pristen, je vedno v službi prekrivanja sramu in krivde, podobno kakor pri odvisnosti. Zdi se, da temu dejstvu nasprotujejo spoznanja o genetskih vplivih, vendar isti avtor zatrjuje, da dejansko ni osebe, ki ne bi imela težav z zavrženostjo in ponotranjenim sramom, skupaj s telesno odvisnostjo. To pa še ne pomeni, da ne obstajajo neke določene genetske predispozicije: pet- do devetkrat večja verjetnost je, da bo otrok alkoholika postal alkoholik, kakor pa se bo to zgodilo otroku iz družine, v kateri ni težav z alkoholom (Bradshaw 1988, 154).

Vključena so tudi zavedanja nasprotij, ki so del človekove narave – človek je več kakor žival in želi preseči svoje lastne omejenosti. Ne vodi ga nagon, ampak lahko sam izbira, to pa ga lahko vodi tudi v stanje, ko morda postane manj kakor človek in manj kakor žival. Kjer je svobodna volja, tam so lahko tudi ekstremistične odločitve, zelo nasprotne odločitve, drugače od nagona, ki vodi živali iste vrste v bolj ali manj isti smeri (Bradshaw 1992, 127–130).

Naravni sram človeka varuje, da najde ravnotežje med zelo različnimi možnostmi in izbirami, varuje ga, da ostane človek. Tej vrlini pravimo razumnost (Bradshaw 2009, 71). Kadarkoli človek naredi napako, nastopi afekt sramu. V začetku človek potrebuje starše, ki mu poimenujejo afekt sramu, da se ga otrok zave in da postane ta afekt čustvo. Ko pa doživljamo ta sram v nekem kontekstu in je ta kontekst v naših možganih zaznan kot dogodek, postane občutje, emocija. Če starši pomagajo otroku videti napako kot nekaj normalnega, kar se dogaja vsem ljudem, bo otrok ohranil to občutje sramu kot pozitivno varovalo, ščit svojega notranjega jaza. Še več, to lahko postane priložnost za učenje na podlagi napak iz vsakdanjega življenja. Kadar pa starši otroka sramotijo zaradi napak, sramotijo njegov afekt sramu, ki se pokaže ob storjeni napaki. V možganih se shrani kot neprijeten dogodek polomije in ponižanja.

Zdrav sram pomaga človeku razviti osebne razmejitve, nauči ga previdnosti, spodobnosti, zmernosti. Ko človek ponotranji ta pravila in navodila za primerno vedenje, nastopi sram v povezavi s krivdo. Ko človek naredi napako, začuti sram, ki nato postane krivda (čuti krivdo); temu pravimo moralni sram.

Človek doživlja sram tudi v povezavi z jezo, kot zaščito svojega lastnega dostojanstva. Ko doživlja svojo nemoč in svoje omejitve, postane sram izvir občutja skromnosti. Ob življenjskih skrivnostih pa bo človek naravni sram doživljal kot občutje spoštovanja, fascinacije. Zdrav, dozoreli občutek za sram je izvir in varovalo naše duhovnosti. Postane del človekove modrosti, človeku omogoča, da omeji stvari, ki so nepomembne, in se osredotoči na stvari, ki so dejansko tega vredne.

Brez občutka za sram človek ostane »brez sramu«. To pomeni pomanjkanje osebnih razmejitev. Takšen človek ima pomanjkljiv oziroma popačen občutek za samospoštovanje in si izoblikuje obrambno držo, ki ga varuje pred ranljivostjo. Gre v eno ali drugo skrajnost: perfekcionizem, nič mu ne more do živega, vedno je kontroliran, kritizira druge; druga skrajnost: predaja, brez kontrole, samopodcenjevanje, prevelika kritičnost do samega sebe, samoobtoževanje (Bradshaw 2009, 68–74).

Naloga staršev je, da varujejo svoje otroke in skrbijo za njihove razmejitve, za to, da otroci niso nezaščiteni ali izpostavljeni takrat, ko tega ne bi želeli. Najhujša travma za otroka je, če ga tisti, ki bi ga moral zaščititi, izpostavi oziroma da tisti, ki bi moral biti vir miru, postane vir nemira (Cvetek 2009, 73–87). Škodljivi, toksični sram je posledica vseh vrst zlorab. Zgodi se, da se otrok ob nekom, ob komer bi se moral počutiti zavarovanega, počuti travmatiziranega. To lahko povzroči samo nekdo, ki ni v stiku s svojimi lastnimi afekti sramu, zato jih prenese na otroka in mora otrok nositi njegov sram. Ta proces se ne dogaja samo pri fizičnem ali spolnem nasilju, temveč tudi pri čustvenem nasilju. Če starši kontinuirano sramotijo otroka, ko izraža svoje želje in potrebe, bo posledica tega jasna: kadarkoli bo kaj hotel ali začutil (in morda hotel izraziti) kako željo ali potrebo, bo občutil sram, počutil se bo osramočenega. To dinamika je bila v jedru avtoritarne vzgoje, pri kateri je bilo sramotenje ena od ključnih pedagoških metod (Bradshaw 2009, 68–74).

3.5 Odvisnost – iskanje zadovoljstva v zunanjih stvareh

Zgoraj opisano doto človek zelo težko živi, zato je eden od načinov, kako se soočiti z notranjo nevarnostjo, s škodljivim sramom, to, da ga človek poskuša omrtviti, otopiti; to je navzoče pri vseh vrstah odvisnosti: odtujevanje notranjemu doživljanju, v katerem je veliko sramu, in obračanje k zunanjim sredstvom. Tako pri malikovanju kakor v odvisnosti ljudje vidijo rešitev zunaj sebe, ne v svoji notranjosti (Fossum in Mason 1986, 39; Swidler 2010, 140). Ker se ozirajo po zunanjih stvareh, se počutijo notranje prazni. Temu pravimo duhovni bankrot. Želijo ga zapolniti na razne ekstatične načine ali samo na kak presegajoč način (Bradshaw 2008). Teolog Thomas Moore ugotavlja, da je v teh avtoritarnih, zlorablajočih dogodkih človekova duša poškodovana, ni pa izgubljena: duša še vedno nagiba človeka k rasti. Če je rast zablokirana bodisi z lažnim jazom ali z obrambnimi mehanizmi, ki so človeka zavarovali pred še hujšimi posledicami najrazličnejših oblik nasilja in kot posledica tega škodljivega sramu, potem duša išče skrite načine razodevanja: recimo človekove sanje, simptomatično vedenje, kompulzivno ponavljanje bolečih vsebin. Vse to pa moramo razumeti kot metafore duše, kot nenehne poskuse duše, ki želi razrešiti in preseči preteklo travmo (Moore 1992, 3–12, 231–263). Podobno ugotavlja Christian Gostečnik, ko opisuje razlog in namen kompulzivnega ponavljanja, v katerem bi človek želel ponovno oblikovati situacijo, podobno pretekli, v kateri se je zgodilo travma, vendar tokrat z namenom, da se sedaj dogajanje izteče po človekovi želji in se s tem človek osvobodi okovov prisilnega ponavljanja nečesa bolečega in nefunkcionalnega (Gostečnik 2004, 182–226). Moore pravi, da se v takšnih primerih duša nekako polasti popačene, sprevržene duhovnosti, vse z namenom, da bi jo slišali, da bi slišali človekovo stisko. In zasledovanje, iskanje ekstaze, opojnosti je lahko le vrsta izkrivljene duhovnosti, ko zasvojeni želi zapolniti in zadovoljiti neko praznino, vlti vanjo vsebino, po kateri žeja njegovo dušo (Moore 1992, 3–12, 231–263).

3.6 Odvisnost in prikrievanje uničujočega afekta sramu

Pri obeh fenomenih, pri odvisnosti in pri malikovanju, je navzoče prikrievanje sramu. Če odvisnik zanika, da bi imel težave, da bi se čutil v sebi zelo slabega,

nepopravljivega, se skrije, malikovalec se skrije: Adam se pred Bogom ali pretvarja ali pa resnično verjame, da dela prav (farizej); to je neke vrste grandiozni obrambni mehanizem (Beale 2008, 127; Bradshaw 1988, 154). Opisali bomo, zakaj se dogaja prikrivanje oziroma preveliko poudarjanje zgolj enega ekstrema: imamo kontroliranje kot sredstvo za prikrivanje in sprostitvev kot drugo skrajnost (acting out) »utapljanja« v uničujočem sramu (Fossum in Mason 1986, 14).

Kontroliranje je eden glavnih načinov za prikrivanje afekta sramu, ki ga človek čuti kot posledico zelo zgodnjega kroničnega doživljanja zavrženosti in občutka, da z njim nekaj ni prav. Obstaja tudi drugi pol tega resda povsem naravnega delovanja dvojice kontrola – sprostitvev. Ta dvojnost je navzoča na mnogih področjih, na primer pri mišicah: napetost – sprostitvev. Obe aktivnosti sta povezani. Pri večini stvari, s katerimi se človek prvič sreča in se jih skuša naučiti, naprej miselno kontrolira vedenje (vožnja avtomobila), pozneje, ko to osvoji, pa se lahko sprosti in se prepusti (vožnji). Podobno je pri plesu, pri vožnji s kolesom in pri igranju inštrumenta. Človek lahko pozabi inštrukcije, ker vedenje postane avtomatično in ne potrebuje več posebnega miselnega napora. V takšnih primerih pravimo, da človek dela še vedno razumno, vendar spontano. Kontrola in sproščenost se zlije-ta v eno, v nezavedni spontani gib (pritisk na pedal kolesa pri kolesarjenju), ki je bil na začetku zelo kognitivno kontroliran. Kontrola in sproščenost sta tako v ravnovesju in uglaseni druga z drugo (Bradshaw 1988, 133). Ko pa se zgodi, da se sram ponotranji in postane toksičen oziroma škodljiv, uniči ravnovesje in razmejitve. Človek postane bodisi grandiozen, najboljši, nadčlovek bodisi najslabši, manj kakor človek. Postane vse ali nič – in to ga lahko privede do totalne kontrole, ki rezultira v kompulzivnosti, v obsesivnosti, v perfekcionizmu ali pa v izgubi kontrole nad svojim vedenjem, ki se pokaže v odvisnosti. Oboje je med seboj povezano in se dopolnjuje.

Sram podpira tako kompulzivnost kakor odvisnost, kontroliranost in destruktivno popuščanje, in povečuje napetost na obeh straneh. Zaradi afekta sramu postane človek še bolj kontroliran in še težje si odpusti. Podobno se dogaja človeku, ki ima težave z neorganiziranostjo in postane še bolj samouničevalen. Bolj ko se posameznik kontrolira, bolj potrebuje protiutež sproščanja; bolj ko se avtodestruktivno sprošča, bolj potrebuje nato kontrolo. Latinska beseda za odvisnost je *addicere*, pomeni pa: predati se, vdati se. In dejansko odvisnost pomeni, da se posameznik neki substanci ali vedenju, ki spreminja razpoloženje, obsesivno predaja; to je nasprotni pol od kontrole. Vendar rešitev ni v tem, da bo ta človek skušal kontrolirati svojo lastno odvisnost, ampak da se zave svoje nemoči, tega, da nečesa ne more več obvladovati, in se sooči z dejstvom, da ne more več kontrolirati svoje lastne odvisnosti. Odvisnost pa je prav zato odvisnost, ker je ne moremo več kontrolirati (Bradshaw 1988, 159).

3.7 Odvisnost in malikovanje kot demonstracija samozadostnosti, grandioznosti in samooboževanja

Če je človekova samopodoba, njegovo temeljno izražanje potreb in čustev, preplavljena s sramom, potem človekova volja izgubi konstruktivno vlogo in stik z razumom. To nam pomaga razumeti, zakaj neka oseba lahko zapade v nerearno

oziroma popačeno dojetje same sebe, kakor to vidimo tako pri malikovanju, ko se nekdo dela, pretvarja, da je bog (Beale 2008, 15–36), kakor pri odvisnosti, ko se nekdo dojema, da je bodisi več kakor človek bodisi manj kakor človek (Bradshaw 2009, 73).

Za delovanje razuma – zaznavanje, dojetje, presojanje, odločanje – je ključno delovanje volje, ko je treba izbrati, se odločiti med več stvarmi. Vse te funkcije omogočajo, da človek oceni različne alternative in med njimi izbere zase najprimernejšo v dani situaciji in v danem trenutku. Govorimo o vplivu nedominantne hemisfere, v kateri je center za čustveno reguliranje. Danes nevroznanost poudarja, da je glavni dejavnik pri dobri izbiri oziroma odločanju afekt, afektivna regulacija, se pravi desna hemisfera. To pomeni: če ima človek težave s čustveno regulacijo, s tem, da nekaterih čutenj ne sme začutiti ali jih doživlja pretirano, ima to vpliv tudi na njegovo razmišljanje in predvsem na odločanje. Če vse to povežemo s škodljivim sramom, bi bilo to izražanje čustev, preplavljenih s sramom, zato jih človek ne kaže in ne sme začutiti; zamrzne jih, s tem pa polagoma izgubi stik s čustveno inteligenco – regulacijo afektov. Ko se zgodi zamrznitev afektov, to zelo močno ovira dominantno hemisfero. Človekove razumske, analitične sposobnosti postanejo okrnjene, pristranske, razberejo manj možnosti pri izbiranju. To vpliva na delovanje volje, kakor da bi bila slepa, ne vidi alternativ, nima izvernih podatkov, med katerimi bi izbirala, nima vsebine, podatkov zunaj sebe. Ko volja vsebuje samo sebe, lahko želi in hoče zgolj samo sebe, to pa je vzrok patološkega odnosa do svoje lastne volje in takšen odnosa je modifikator razpoloženja. Posledica tega je samovoljnost, impulzivnost, usmerjenost edinole na sebe, ekstremizem, vse do hotenja tistega, česar ni možno doseči, do nestvarnosti torej; samovoljnost namreč nima meja. V tej samovoljnosti se človek – podobno kakor pri besu – spet počuti močnega, v stiku s samim sabo, celovitega, nič več razcepljenega, zato je to zelo mamljivo in zasvojitveno vedenje. Ta samovoljnost je temelj vseh odvisnosti. Vsi odvisniki so dejansko sužnji svoje lastne volje (59–88, 217–234).

3.8 Odvisnost kot psevdoreligiozni obred

Pri vseh oblikah zlorab, pri fizični, pri spolni in pri čustveni zlorabi, obrambni mehanizmi pomagajo človeku, da se nekako zavaruje, ker bi drugače utrpel preveliko škodo. Temu procesu pravimo mistifikacija, vzpostavljanje obrambnih mehanizmov, ki človeka v začetku varujejo, pozneje pa ga ovirajo pri vzpostavljanju resničnih, pristinih in realnih odnosov (Bradshaw 1992, 56). Tako kakor je bilo že prej opisano, pri vseh vrstah zlorab je povzročitelj zlorabe nekdo, ki ni v stiku s svojim lastnim sramom, kakor nekdo, ki ima prav, ki že ve, zakaj tako dela, in ki lahko dela, kar hoče (Bradshaw 1992, 236; Repič 2008, 95–105). Zelo podobno kakor Adam v rajskem vrtu skuša biti kakor Bog, ko poseže po prepovedanem sadu. V dejanju ni čutil sramu (omejenosti, tega, kar je – človek) in šele nato ga preplavi sram in spozna, da ne more biti enak Bogu (Baele 2008, 127–129). Kot dejavnik zlorabe »se dela boga«, s tem, ko si dovoli to, kar je prepovedano, to, kar človeku ni dovoljeno. Po drugi strani pa to prepovedano sam kot žrtev doživi kot neke vrste lažnega boga; ob tem je zmeden in občuti velik sram. Zato mnoge žrtve zlorab iščejo substance, aktivnosti, ki jim nekako zagotavljajo lažno samopresežnost, s katero se povezujejo s tem lažnim bogom, upajoč, da bo odslej potek dogodkov

drugačen, razrešujoč, odrešujoč. To torej postane njihov bog in njihovo čaščenje. Ali drugače povedano, iščejo način, da ubežijo pred strašnim notranjim doživljanjem, da utopijo stisko in doživljanje samega sebe kot nečesa pokvarjenega, nelepega, umazanega in nepopravljivega.

Odvisniški psevdoreligiozni obred se začne s posvetitvijo, s pobožnostjo zasvojenčevemu bogu. Zasvojenčev »sveti nauk«, njegova doktrina, je oblikovan iz škodljivega sramu in popačenega jaza. Vsebina njegove religije je, da je ljubljen samo takrat, ko ni resnično on sam. Verjame, da je slab in ničvreden. To je odvisnost od lažnega jaza, od lažne predstave o samem sebi (Bradshaw 1992, 235–236) oziroma od afektivnega psihičnega konstrukta (Gostečnik 2004, 17). Naslednji element v ciklu psevdoreligioznega odvisniškega obreda je zasvojenčevo izkrivljeno mišljenje. Njegovi posthipnotični samogovori (slab sem ..., ne bo mi uspelo ...) postanejo formulirana molitev. Ljubezen zamenja z zlorabo. Izbere lažnega boga ali idola – primarno odvisnost. To je lahko alkohol, droga, spolnost, hrana, denar ..., kaka oseba. Lahko ima tudi manj pomembne bogove, sekundarne odvisnosti. Verjame, da mu ne bo dobro, dokler ne dobi odmerka substance, lažnega boga. Noben religiozni vernik ni nikoli tako predan svoji veri kakor zasvojena oseba. Tretja faza v ciklu je uprizoritev, udejanjenje (acting out), ali prevedeno v katoliško liturgijo: spremenjenje, povzdigovanje. Del tega je obsesivno razmišljanje. Zasvojena oseba je obsedena, preplavljena in popolnoma okupirana s svojim navideznim bogom. Porabi lahko ure ali celo dneve, ko razmišlja o substanci ali opojnem sredstvu, kako to dobiti in jo potem uživati. Obsesija deluje kot meditacija, mantra, molitev. Naslednji element v tej fazi so rituali, obredi, ki so del udejanjenja odvisnosti. Tudi za ta del porabi zasvojenec veliko čas, za ritualno vedenje pred zaužitjem, udejanjenjem, in med njim. Obstajajo posebne procedure in navodila za uporabo posamezne odvisniške substance. Sledi ekstaza, zadetek, orgazem. Takrat odvisnik začuti, da je prispel, da je povezan, celovit, kakor da je bog. Sledi metasram, padec, zdrs iz »stanja milosti«. Zasvojena oseba se počuti ničvredno. Ni zadovoljstva. Spet se pokažejo hrepenenje, manko, praznina. Metasram je sram, ki je rezultat posledic udejanjenja, uprizoritve, in zakrije škodljivi sram, ki leži v središču odvisnosti, pri izvoru odvisnosti. Zadnja faza v odvisniškem ciklu so negativne, za življenje škodljive posledice in povečanje intenzivnosti sramu in popačenosti. To vodi zasvojeno osebo nazaj k lažni religioznosti ali občutku, da je ničvredna, da je nekaj hudo narobe z njo, da ni vredna ljubezni. Zato zasvojena oseba spet išče svojega zasvojitvenega idola, da bi se spet počutila dobro, in tako cikel sam sebe poganja oziroma vzdržuje v teku (Bradshaw 1992, 235–238).

4. Sklep

Na koncu lahko povzamemo, da se pojma odvisnost in malikovanje prekrivata oziroma sta si podobna v več pogledih.

Mnogi avtorji so si enotni glede tega, da je psevdoreligioznost lahko vedno del odvisnosti, odvisnost pa tudi večkrat potrebuje psevdoreligioznost za svoje izražanje. Pri obeh govorimo o hrepenenju po presežnem, in to na popačen način. Ali

če povzamemo Jungovo besedno igro: spiritus contra spiritum (Levin 1998, 163), to pa lahko razumemo, kakor da nastopa alkohol v vlogi boja proti hrepenenju duše oziroma da je to duhovni boj, da odvisnost zelo močno posega na področje duhovnosti. Odvisnost razumemo kot sprevrženo duhovnost, ki človeka – namesto da bi ga osvobajala – usužnjuje. In prav to je eden od bistvenih kriterijev, ko ocenjujemo »pravšnost« neke duhovnosti: koliko človeka osvobaja? Če ne osvobaja, potem smo kaj hitro pri malikovanju in pri odvisnosti. Obema je torej skupno nesvobodno prisilno izkazovanje čaščenja objektu navezanosti.

V slehernega človeka je vsajeno hrepenenje po presežnem, po odnosu, to je hrepenenje človekove duše. Pogosto se dogaja, da je duša ovirana ali zablokirana v času človekovega odraščanja: izkuša zavrženost, zanemarjenost, zlorabe, to pa so zelo pogosto razlogi za morebitno odvisnost. Takrat človekova duša oziroma hrepenenje išče nadomestno pot, išče lažno presežnost, točno to se dogaja prav prek odvisnosti. Namesto da bi človek svobodno sledil svojemu hrepenenju, se zgodi, da nesvobodno išče nadomestno pot. Temu lahko rečemo tudi prisilno iskanje nečesa, česar ni mogoče najti, zato mora človek to iskanje prisilno ponavljati, vse dokler ne vzpostavi resničnega odnosa, dokler ne najde resnične Osebe, ob kateri se lahko umiri. To je zelo nazorno opisano pri sv. Avguštinu v njegovem življenju in iskanju, ko v Izpovedih (Avguštin 1991, 5) pravi: »... in nemirno je naše srce, dokler ne počije v tebi«. S tem »počitkom« se je prenehalo njegovo kompulzivno ponavljanje najrazličnejših destruktivnih vedenj, ki jih lahko razumem kot krik po rešitvi in po resnični umiritvi.

Podlaga prisilnega ponavljanja, ki je temelj vsake odvisnosti, je nesvoboda v želji, napačno hotenje, poškodovana in okrnjena volja. Le iz teh razlogov človek dopusti, da mu nekdo ali nekaj zavлада, nadvlada nad njim, da se mu podredi in vda. Vse to je vtakano v dinamiko malikovanja in odvisnosti: nesvoboda, podrejenost, odmik od resničnega izvira, od žive vode (Jn 4,10), ki bi resnično potešila njegovo hrepenenje. Poskus, da bi se človek odrešil stiske prek odvisniškega vedenja, je vedno obsojen na neuspeh, saj to stisko poskuša reševati z »navadno vodo«, ne z živo vodo, zato ga lahko razumemo kot Sizifovo delo, kot ujetost v neki začaran krog, iz katerega ne more ven. Rekli bi, da je v tem smislu odvisniško in malikovalsko vedenje paradokсно, ker se človek svobodno odloči za nesvobodo.

V relacijski družinski paradigmi ta paradoks razumemo kot posledico neprimerne regulacije afekta, škodljivega sramu, to pa botruje vzpostavitvi izkrivljenega razmišljanja, ki onesposobi človekovo voljo, da bi želela in izbirala možnosti in odločitve, najboljše za človeka. Duše in njenega hrepenenja pa ne onesposobi, duša ne neha iskati rešitve bolečega ozračja, v katerem je odvisnik. Točno v tem smislu lahko razumemo delovanja mehanizma kompulzivnega ponavljanja: kot poskus duše, da išče dokončno odrešitev.

Odvisnost in malikovanje imamo tudi za moteno držo oziroma odnos in za zmotno izkrivljeno dožemanje Boga. Tako je pri odvisniku navzoče bodisi grandiozno občutje, da je več kakor človek, torej bog, da nima napak, da je popoln, predvsem pa: da ne potrebuje Boga oziroma – morda v izrazito grandiozni cinični drži – je pripravljen pomagati Bogu, če ta Bog njega potrebuje. Lahko pa je navzoča tudi temu nasprotna, še vedno religiozno zmotna drža: človek nad sabo obupa. Če prvi

tip odvisnika ne potrebuje Boga, za drugi tip odvisnika velja, da mu tudi Bog ne more več pomagati. Pri obeh je navzoča grandiozna pozitivna ali negativna odvisniška drža, ki ga varuje pred še hujšimi destruktivnimi občutki zavrženosti in zamenjarjenosti.

Naslednja religiozna zmotnost, ki je razvidna tako pri odvisnosti kakor v malikovanju, je: odvisnik misli, da še ni odrešen in da si mora rešitev priboriti sam, z zunanjimi deli, z obredi ali substancami. Mnogi odvisniki pravijo: »Zame ni več pomoči,« a v tem lahko vidimo, da so z odvisnostjo iskali pomoč, odrešitev, in je niso našli. Dejanska odrešitev za odvisnika je spreobrnjenje, opustitev krive vere, zmotnega prepričanja, da zanj ni odrešenja, da ni »že odrešen«. Korak k sprejetju tako imenovanega odrešenja je priznanje svoje lastne nemoči, v smislu besed sv. Pavla: ko sem šibek, sem močan (2 Kor 12,10). V tem priznanju je zajeto priznanje človekove omejenosti, potrditev avtentične človečnosti, se pravi: tudi sprejetje svoje lastne omejenosti in nepopolnosti. To je vsebina prvega koraka v programu dvanajstih korakov pri različnih skupinah anonimnih odvisnikov, ki vključuje priznanje, da odvisnik potrebuje pomoč Boga (višje sile). Tako dejansko lahko rečemo, da je odvisnost duhovni problem, kakor je tudi zdravljenje odvisnosti v največjem svetovnem gibanju za zdravljenje odvisnosti postavljeno v okvir, v katerem je odnos z Bogom (High Power – nekdo, večji od človeka) nenadomestljiv.

Reference

- American Psychiatric Association.** 2011. Domača stran. 9. marec. <http://www.dsm5.org/ProposedRevisions/Pages/proposedrevision.aspx?rid=431> (pridobljeno 9. marca 2011).
- Avguštin, Avrelij.** 1991. *Izpovedi*. Prev. Anton Sovrè in Kajetan Gantar. Celje: Mohorjeva družba.
- Beale, K. Gregory.** 2008. *We become what we worship: a biblical theology of idolatry*. Nottingham: Apollos.
- Bradshaw, John.** 1988. *Bradshaw On: The family*. Deerfield Beach, FL: Health Communications.
- . 1988. *Healing the shame that binds you*. Deerfield Beach, FL: Health Communications.
- . 1992. *Creating love*. New York: Bantam Books.
- . 2008. *A theology of addiction*. Houston: John Bradshaw Media Group. Zvočni CD.
- . 2009. *Reclaiming virtue*. New York: Bantam Books.
- Cvetek, Robert.** 2009. *Bolečina preteklosti*. Celje: Celjska Mohorjeva družba.
- Fossum, Merle A., in Marilyn J. Mason.** 1986. *Facing shame*. New York: W. W. Norton.
- Gostečnik, Christian.** 2004. *Relacijska družinska terapija*. Ljubljana: Brat Frančišek in Frančiškanski družinski inštitut.
- . 2006. *Neustavljivo hrepenenje*. Ljubljana: Brat Frančišek in Frančiškanski družinski inštitut.
- Johnston, Mark.** 2009. *Saving God: religion after idolatry*. Princeton: Princeton University Press.
- Levin, Jerome, David.** 1998. *Couple and family therapy of addiction*. London: Jason Aronson.
- Moore, Thomas.** 1992. *Care of the soul: how to add depth and meaning to your everyday life*. London: Piatkus.
- Nationwide addiction and detox helpline.** 2011. Domača stran. 26. februar. <http://www.alcoholanddrugabuse.com/article1.html> (pridobljeno 26. februarja 2011).
- Nicholls, William.** 1996. Saints and fanatics: The problematic connection between religion and spirituality. *Judaism* 45, št. 4:446–458.
- Repič, Tanja.** 2008. *Nemi krik spolne zlorabe in novo upanje*. Celje: Celjska Mohorjeva družba.
- Swidler, Leonard.** 2010. Authentic religion: within me, and between me and thee. *Journal of Ecumenical Studies* 45, št. 1:140–141.