

**ISTRECOVER  
IFESTOMAN**

## IVADAS WILL SELF

Nesvarbu, iš kurios pusės į tai pažvelgtumėte, narkomanai ir alkoholikai sulaukia smerkiančio požiūrio. Tai suprantama: esame lengvabūdiški, neatsargūs, savanaudiški ir destruktivūs; griauname šeimas, darbus, gyvenimus, niokojame tiek materialinę, tiek psichinę sferą; eikvojame medicinos, socialinių, policijos, teismų ir kalėjimų tarnybų laiką ir mažai dėkojame už tai, ką jos dėl mūsų daro. Kai galiausiai metame narkotikus ir alkoholį ir pasiekiamo tam tikrą blaivybės lygį, dažnai nustembame, kad pasaulis ne sveikina mūsų pastangas, o vis dar tyčiojasi iš mūsų. Vėlgi, dažniausiai tai suprantama: mes padarėme tiek daug žalos – kolektyviai, o gal ir individualiai, – kad daugybės gyvenimų gali neužtekti žalai atlyginti; be to, mums ir toliau reikia didelės paramos iš sunkiai besiverčiančių specialistų, nors bent jau greitai pradėdame būti dėkingi už tai, kas mums siūloma.

Vis dėlto nemažai priekaištų, kad sveikstantys narkomanai ir alkoholikai susiduria neturi nieko bendra su tuo – greičiau tai yra to paties triukšmo dalis, kuri girtuoklį ar narkomaną paverčia pajuokos objektu. Gyvename visuomenėje, kurioje apsvaigimas laikomas ne tik prigimtine teise, bet jo ritualai taip sklandžiai įtraukti į kolektyvinės izoliacijos mechanizmą, kad sunku nustatyti, kur baigiasi vienos moters išgertuvės, o kur prasideda masinis lėbavimas. Tokiomis sąlygomis nesugebėjimas susidoroti su gėrimu, rūkalais, milteliais ar tabletėmis tampa savotišku kosminiu selektyvizmu: sveikstantis narkomanas ir (arba) alkoholikas yra tariamas šventės vaiduoklis, primenantis laimingiems šventės dalyviams, kad visiškai įmanoma, jog, jei aplinkybės ar paveldėjimas pasirodys problemiški, jų šampanas gali virsti tikru skausmu.

Ar galime juos kaltinti? Niekas nemėgsta, kai atkreipiamas dėmesys į po oda esančią kaukolę, ypač kai žvelgiama į tobulą mylimo veido geometriją; tačiau sveikstantys narkomanai ir (arba) alkoholikai atsiduria ypatingoje izoliacijos situacijoje: jie yra atskirti nuo pačių apsvaigimo ritualų, kurie trina skirtumus tarp žmonių (žmonės dažniausiai išlipa iš savo galvų, kad patektų į kitų galvas), o sveikstantys žmonės dar labiau nepripažįstami vien dėl šio fakto. Jei daugiau svarą sterlingų už kiekvieną kartą, kai perskaitydavau, kokie „nuobodūs“ ar „nejdomūs“ yra tie, kurie privalo būti blaivūs, būčiau turtingas žmogus. Tai, kad apsvaigę žmonės mums, blaiviams, atrodo tokie pat nuobodūs, yra nesvarbu: dėl savo blogos savijautos mes praradome teisę vertinti kitų elgesį.

Nemanau, kad dėl to galima labai kovoti: sveikstantis alkoholikas ir (arba) narkomanas tiesiog turi susitaikyti su atviru teisingo pasaulio abejingumu, tačiau galima padaryti tai, ko siekia visi kiti: rasti savo balsą. Dažnai žmogus atgauna savarankiškumo jausmą, o kartu ir savo tikslo suvokimą, tiesiog būdamas išgirstas – tai ir yra tai, kas numatyta „Recoverist Manifesto“; jis nesiekia būti karingas ar įsakmus, o tiesiog išreiškia jausmus; ir jei priklausomybės ligų peripetijos mus ko nors išmoko, tai to, kad galiausiai svarbiausia yra ne mūsų aplinkybės ar patirtis, jau nekalbant apie mūsų mintis, o mūsų jausmai: mums reikia jausti ir būti jaučiamiems kitų jaučiančių žmonių.

Mums to reikia labiau nei terapijos, religijos ar kitų materialinių vadinamosios sėkmės atributų – mums to reikia, nes tai būtina dvisingumo, kurį stengiamės pasiekti, sąlyga.

Būdamas profesionalus rašytojas, vengiu griebtis plunksnos ar pirštų prie klaviatūros vien tam, kad patirčiau katarsį, tačiau dažnai būtent toks išsilaisvinimas pasiekiamas; tai yra šalutinis proceso produktas – lygiai taip pat, kaip laimė gali būti laimingo ir pakankamai blaivaus gyvenimo būdo papildoma dalis.

**Will Self**

## „RECOVERIST MANIFESTO“ LINK

2012-2014 m. Jungtinėje Karalystėje, Italijoje ir Turkijoje žmonės, besigydomys nuo piktnaudžiavimo psichotropinėmis medžiagomis, dalyvavo menininkų vedamuose seminaruose, kuriuose tyrinėjo kultūros ir meno vaidmenį jų gyvenime. Bendradarbiaudami su profesionaliais menininkais visose trijose šalyse, daugelis žmonių pirmą kartą susipažino su šiuolaikiniu menu ir dalijosi savo patirtimi per didelio masto parodas ir simpoziumus. „Recoverist manifesto“ atsirado susitikus protams, susidūrus kultūroms ir skirtingiems idealams.

Manifestas čia pateikiamas kaip atskiras šių seminarų rezultatas. Jame nėra logotipų ir nuosavybės teisių, jis atspindi autentiškus žmonių, kuriuos sieja nematomos priklausomybės gijos, balsus. Šis darbas gimė su antropologės Margaret Mead dvasia, kuri, pati to nežinodama, suteikė mums daugiau galių, kai pareiškė: Niekada neabejokite, kad nedidelė grupė sąmoningų ir atsidavusių piliečių gali pakeisti pasaulį; iš tiesų tai vienintelis dalykas, kuris kada nors tai padarė.

Visi, kurie prisidėjo prie šio manifesto, yra vienaip ar kitaip paveikti priklausomybės, ir kiekvienas žodis, kurį perskaitysite, yra surinktas iš manifesto sesijų, kuriose buvo apibendrintos kartais skirtingos, kartais sutampančios baimės, siekiai ir vizijos. Nors trijose šalyse išryškėjo tam tikri kultūriniai skirtumai, mus sieja panašumai. Siekiant aiškumo, ši pirmoji anglų kalba išspausdinta „Recoverist manifesto“ versija bus paremta kai kuria medžiaga, kuri buvo naudojama diskusijoms, pasidalinimams ir solidarumui išprovokuoti.

[recoverist@aol.com](mailto:recoverist@aol.com)

isbn - 978-1-900756-76-1

## ŠIEK TIEK PRIEŠISTORĖS - GĖDA

1980 m. interviu televizijai aktorius Ričardas Burtonas buvo paklaustas, kaip ir kada sužinojo, kad turi problemų su alkoholiu. Burtonas atsakė:

**„Manau, kad niekas tiksliai nežino, koks gėrimas jį paverčia iš visuomeniško ar nuoširdaus juokdario į niūrią ir išgąsdintą nelaimingą būtybę, kuri dreba, nerimauja, prakaituoja ir sapnuoja košmarus, ir visada būna lapkritis, ir lyja, ir yra trečia valanda ryto, ir nėra kur eiti, ir jūs griebiatės cigaretės ir rūkote, ir galvojate apie visus tuos baisius dalykus, kuriuos padarėte per savo gyvenimą, ir [...] visas gėdas – kurias patyrėte ir kentėjote, ir gėdą, kurią suteikėte kitiems žmonėms, ir skriaudas, kurias padarėte kitiems žmonėms.**

**Nežinau, ar alkoholikai gali tai pasakyti taip iškalbingai; paprastai jie tiesiog sako: „Aš dvejus metus žiūrėjau pro langą, o tai, patikėkite manimi, [...] nėra juokinga – tai tikrai nėra juokinga.“**

Kalbėdamas apie nematomos studijos auditorijos juoką, Burtonas pabrėžė, kad jam buvo labai nesmagu patirti pažeminimą. Šį pažeminimą galbūt dar labiau sustiprina šiuolaikinės televizijos žiūrovai, kuriuos j kraujo troškimą įtraukia šventeiviški laidų vedėjai, trokštantys apšmeižti įžymybių trokštančius dalyvius, kad po to juos demaskuotų ir išjuoktų, o po mirties patalpintų „YouTube“, kad ateities kartos galėtų „pasigrožėti“.

Dėl mūsų išugdyto apetito visur parduodamoms neįgyvendinamoms svajonėms ir XXI a. technokratinės utopijos atributams neįmanoma išvengti tobulo gyvenimo būdo iliuzijos.

Viena vertus, mums vis dažniau parduodamas pigus alkoholis, ir taip pat farmacinis placebo, skirtas sveikatai ir gerovei. Kas mums parduoda alkoholį ir kas nuo ko – greito maisto, gatvės narkotikų, šaukštų farmacinio eliksyro – yra priklausomas, kad išlaikytų mūsų pasyvumą, kontroliuotų mūsų baimes ir pyktį?

Mokėdami mokesčius ar besisukiodami gatvių kampuose – legaliai ar nelegaliai – kas pasveria jų pelną?

Galbūt mes visi esame „sutrikę“ – susipainioję ir pakibę – ir nesuprantame, kas yra priklausomybė. Psichikos sutrikimų diagnostikos ir statistikos vadovas (DSM) yra fundamentalistų vadovas, kuriuo viso pasaulio psichiatrai naudojami, kad suskirstytų mus į kategorijas ir mūsų subtilius skirtumus, požiūrius ir elgesį paverstų sutrikimais ir priklausomybėmis.

Lošimai, seksas, apsipirkinėjimas, kofeinas, cigaretės, narkotikai, alkoholis ir daugybė kitų dalykų, kurie tvarkingai suvynioti į diagnozę, patologizuoti ir suskirstyti į atskiras kategorijas, patogiai pamirštant dalykus, dėl kurių mes ten patekome. Ričardas Burtonas ne tik aprašė savo priklausomybę nuo alkoholio ir cigarečių, bet atskleidė ir savo paties pažeidžiamumą, vienatvę ir gėdą dėl priklausomybės



## ŠIEK TIEK PRIEŠISTORĖS - GARBĖ

Atsižvelgdami į Margaret Mead žodžius, žmonės Italijoje, Turkijoje ir Jungtinėje Karalystėje pradėjo diskutuoti mažose grupelėse, o kartais ir didesnėse grupėse, svarstydami, kaip mes matome save, savo vertybes ir ateitį. Iš šių pokalbių gimė manifesto idėja.

Tyrinėjome menininkus, manifestus ir aktyvizmą, o svarbiausia buvo mūsų pagrindinių žmogaus teisių idėja. Pasiremdami Nelsono Mandelos, kuris viešai ir politiškai buvo reabilituotas iš „teroristo“ į „šventąjį“, dvasia, pradėjome iš naujo apibrėžti save iš pasyviai sveikstančių į sveikstančius – jautrius žmones, turinčius individualų balsą ir bendrą viziją, peržengiančią nacionalines ribas.

Nors esame surišti nematomomis priklausomybės gijomis, mūsų neapibrėžtė gėda, deficitas ir stigma, o mus apibrėžtė mūsų vertė ir potencialas. Suteikdami sveikimui žmogiškąjį veidą, pašalinsime dialogo kliūtis. Mūsų bendri balsai padės pasipriešinti tiems, kurie mus demonizuoja ir stigmatizuoja.

Taigi, pradėjome pokalbį vieni su kitais, peržengdami pasyvaus individo ribas, kad galėtume pareikšti savo balsą – garsų balsą – ir galvoti apie save kaip apie aktyvistus, ne skaičius ar statistinius duomenis, ne ligas ir patologijas, o žmones, kurie, matyt, gimė lygūs šiame pasaulyje.

Nuo moterų, netekusių savo vaikų, iki vyrų, praradusių savo šeimas, nuo tų, kurie manė, kad dėl išsilavinimo stokos yra beverčiai, iki tų, kuriems buvo sakoma, kad berniukai niekada neturėtų verkėti – tai žodžiai tų žmonių, kuriuos neišmanėliai ir bailiai pavadino savanaudžiais.

**Taigi, pasitelkdami tikrus sveikstančių žmonių, šeimų, kenčiančių nuo priklausomybės, ir šios srities specialistų iš mūsų trijų šalių balsus, pateikiame poetišką mūsų pirmojo „Recoverist manifesto“ pavyzdį.**

## „RECOVERIST MANIFESTO“ LINK

Ir kaip galima mėgautis kitais dalykais, jei žmogus yra alkanas? Apie nieką kitą negaliu galvoti, nes esu neišsimiegojęs ir alkanas.

Ak, šis laikinas, neteisingas pasaulis.

Bet atmerkite akis, jūs mirštate...

Čia yra tavo įkapės, o ten – juoda, juoda žemė.

Ar buvo geriau, kai buvo blogiau? Kai mūsų kova buvo neišmatuojama?  
Arba mirėme praityje, kad gyventume ateityje?

Žinau tik tiek, kad kovoju su praeitimi, bet kovoju iš visų jėgų.

Žinoma, gyvenime esu padaręs klaidų, bet drąsiai vėl atsistosis ir drąsiai eisiu pirmyn...

Tačiau kaip išvengti patekimo į šį sūkurį?

Kartais atrodo, kad ji yra tarsi juodoji skylė... bet viskas gerai... laikyk galvą virš vandens ir plauk pro ją. Laikysime už rankos.

Kas yra ši melo pasaka, ši irimo būseną, ši vienvėsi tuštuma?

Liūdnas, chaotiškas, dehumanizuotas ir daiktiškas pasaulis.

Negaliu rasti ramybės ir būti suviliotas šio šalčio sąmoningumo.

Nematau jokios ateities – eikite į dūdą su savo!

Ar aš pasiklydau?

PASIKLYDAU ir sudaužiau savo širdį!

Šis skausmas ir vienvėsi, ši gėda, visa tai suėda

Visame šiame chaotiškame ir nelygiavėrciame gyvenime esu anonimiškas, nematomas.

...Ir argi šiame medikamentų pasaulyje mes visi nesame priklausomi:  
priklausomi nuo godumo?

Mūsų praeitis ir dabartis kupina melo, šmeižto ir sąmokslų. Tokius pačius žaidimus  
mūsų ateityje žais valdantieji, kurie nenori, kad žmonės klestėtų ar būtų išsilavinę.

Kontroliuoja mūsų gyvenimus – nutildo mūsų balsus – jūsų prietariai ir baimės  
manęs nestebina.

**VISKAS BUS GERAI...**

Nebijokite; matote, mes (jūs ir aš) visą laiką kuriame ateitį...

Nustokite teisti problemų turinčius žmones; niekas nėra tobulas...

O tu, tu esi per griežtas sau.

Išvalyk akis, nuplauk tą smėlį, ištiesk man ranką.

Įsiklausykite... už viso to balto triukšmo, už to egzistencijos chaoso yra tylesnių garsų. Mūsų graži žaliaji žemė juda juodoje juodumoje.

Čia yra vietos būti tuo, kas iš tikrųjų esate, ne tik paviršutiniška išvaizda...

Išmokime klausytis, o ne tik žiūrėti ir vertinti...

Įveikime šią apatiją.

Įsiklausykime į foninius garsus, garsus, esančius pakraščiuose, kurie nėra tokie pažįstami.

...manyje gimsta nauja žvaigždė... Matau ateitį, kuri buvo taip giliai paslėpta.

Aš klausausi... Aš girdžiu...

...tačiau šis gimimas ir kiekvienas gimimas yra susijęs su skausmu.

PALAUKITE...

...tai pavojinga; pavojinga ir gražu

Mes prakaituosime, kad įgyvendintume savo įsivaizdavimus... mūsų rankose - mažas ir milžiniškas pasaulis

Sužadinkime savo siekius, puoselėkime savo galimybes

Dalytis reikia dvigubinti - mes neturime susidurti su šiuo pasauliu visiškai vieni

Taigi, pasitelkime visatos jėgą ir mėgaukimės tuo, kas iš tikrųjų esame...

**MŪSŲ ŽINIOS YRA  
MŪSŲ GALIA**

Bet ar pasaulis nori mus išgirsti, ar nori mūsų klausytis...?

Atverkite savo atviras, naujai matančias akis, pakelkite akis į dangų – žiūrėkite į mus, gerbkite mus, mylėkite mus – neišsigąskite tos sumaišties. Išsivaduo kime iš mūsų netikrumo metų.

...tapkime tuo, apie ką svajojome.

Esame galingas balsas, gyvybinė energija; esame didesnio dalyko dalis.

Susivienykime, pažadinkime savo sąžinę, išjudinkime miegančią vaizduotę

Būkite išradingi, smalsūs – siekite tikslo.

## **NĖRA KO BIJOTI**

---

Neturiu visų atsakymų, bet tai nieko blogo.

Ar esu pasiruošęs pokyčiams? Kad ir ką sakysiu, ar klausydamiesi būsite tokie pat ryžtingi kaip aš?

Kai nekalbu už save,

## **NIEKAS KITAS TO NEPADARYS... TAIGI AŠ PADARYSIU MES PADARYSIME**

**Esame „Recoverists“  
ir esame įsipareigoję  
siekti solidarumo ir  
lygybės**

**Esame „Recoverists“  
ir prašome pagarbos  
bei tolerancijos**

**Esame  
„Recoverists“,  
esame įvairūs ir  
tobulėjantys**

**Esame „Recoverists“  
ir vertiname savo  
balsą**

**Mes esame  
„Recoverists“,  
judantys į priekį**

**Už atleidimą ir  
švietimą, už šeimą,  
nuoširdumą ir laisvę,  
už draugystę ir  
meilę.**

**Aš negaliu, bet mes  
galime**



**ISTRECOVER  
IFESTOMAN**