

Tartu Ülikool

Usuteaduskond

**Greta Vaus**

***Usulised mõjutused Anonüümsete Alkohoolikute programmis***

**Bakalaureusetöö**

Juhendaja dr. theol. Maire Latvala

Tartu 2014

## Sisukord

SISSEJUHATUS .....	3
1. ANONÜÜMSETE ALKOHOLIKUTE LIKUMINE.....	6
1.1. AA liikumise algus .....	6
1.2. AA Eestis .....	7
1.3. AA 12 sammu ja traditsiooni.....	7
1.4. Jumal AA liikumises.....	9
2. VÕIMALIK USULINE PÕÖRDUMINE.....	10
2.1. Kriis kui usulise arengu tingimus .....	10
2.2. Alkohooliku „sisemine laps“ .....	12
3. EMPIIRILINE UURIMUSTÖÖ .....	14
3.1. Sissejuhatus töö käiku.....	14
3.2. Koosoleku kirjeldus ja kokkuvõte .....	14
3.3. Intervjuud .....	17
3.3.1. AA olulisus sinu elus. Kas AA on liialt seotud Jumalaga?.....	18
3.3.2. Kas Jumalal on oma osa kaine püsimisel?.....	21
3.3.3. Armulaud ja eestpalve. Palvetamine.....	23
3.3.4. Nägemused/kirjeldused deemonitest. ....	24
3.4. Kokkuvõte intervjuudest.....	25
KOKKUVÕTE.....	28
KASUTATUD KIRJANDUS JA ALLIKAD .....	30
Religious influences in the Alcoholics Anonymousprogram...32	

## SISSEJUHATUS

Alkoholi tarbimine on muutunud meie igapäevases elus väga tavapäraseks nähtuseks. Suuremal osal meist piirdub alkoholikasutus mõõduka tarbimisega ega tekita otseselt nähtavat kahju. Päris märkimisväärne osa inimestest joob alkohoolseid jooke aga sellisel määral, et paneb sellega ohtu nii enda tervise ja heaolu, kuid see ei jäta puudutamata ka tema lähedasi, lapsi ja vanemaid.

Kuna alkoholism on tõsiseid tervise häireid põhjustav haigus (Ootsing 2004: 30), siis peaks eeldama selle raviks meditsiinilist sekkumist. Anonüümsete Alkohoolikute liikumine (edaspidi AA), mille tegevuse olen oma töös uurimise alla võtnud, meditsiinilist abi ei kasuta. AA rühm on saatusekaaslaste toetusel põhinev tugirühm, millega liitumisel ei ole mingeid piiranguid ja mida professionaalsed nõustajad ka alati soovivad. (Aalto 2012: 14) AA liikumise programmi 12 sammu on rohkemal või vähemal määral seotud kõik Jumala kui kõrgema jõuga.

Veebileheküljel tutvustab AA ennast selliselt: *“AA hõlmab endas sõpruskonda mehi ja naisi, keda saadab ühine soov terveneda alkoholismist, jagades selleks omavahel kogemusi, jõudu ja lootust. Liikmeks olemise ainsaks tingimuseks on soov lõpetada joomine. AA ei ole seotud ühegi usundi, usulahu, poliitilise ühenduse, organisatsiooni ega institutsiooniga. Ainsaks eesmärgiks on jääda kaineks ja aidata seda ka teistel AA-ga liitunud alkohoolikutel.”* (AA Estonia kodulehekülg, 21.02.2014)

Teemasse süvenemiseks vaatasin läbi hulga raamatuid ja leidsin mõningaid, näiteks 1955-ndal aastal välja toodud viiteid, miks oli sel ajal alkohol meie ühiskonnas nii laialdaselt levinud. Toon siinkohal mõned katked 1955 aastal välja antud raamatust „Alkoholism ja võitlus selle vastu“:

*„Alkoholsete jookide tarvitamine, eriti aga nende kuritarvitamine on suur pahe, mis kapitalistliku korra igandina on kahjuks mõningal määral veel säilinud ka meie, nõukogude inimeste hulgas. Šamaanid, nõiad ja vaimulikud viisid joovastavate jookide tarvitamise laialdaselt usulistesse rituaalidesse... vanadest aegadest on pärit ka joomiskomme kirikupühade ja perekondlike sündmuste puhul... selle kombe juurutamine seoses usuliste talitustega oli usukultuste preestritele vajalik ühelt poolt uimastatud rahvamasside mõjutamiseks ja teiselt poolt isikliku tuluallikana. Veel tänapäeval peetakse mõnedes mahajäänud külades päevade kaupa kirikupühi rikkaliku söömise ja joomisega.“ (Chevalier 1955: 3-4)*

Eks iga aeg ja ajastu otsib omi põhjendusi alkoholi ülemäärasele tarbimisele, kuid ei saa me ka täna väita, et alkoholi liigtarbimist enam ei kohta. Oma töös püüan ma süveneda eelkõige küsimusesse, kas inimene toetudes üksnes AA programmile on võimeline tervenema alkoholisõltuvusest, mis on sotsiaalseid, psüühilisi ja somaatilisi häireid põhjustav pidurdamatu alkoholi tarvitamine (Ootsing 2004: 30). Olgu öeldud, et siinkirjutaja hindab väga kõrgelt ka meditsiinilisi saavutusi alkoholismiravis, aga tihtipeale on meditsiiniline ravi abivavajale kallis ja seega kättesaamatu.

Lugedes Anonüümsete Alkoholikute „piiblit“, nagu AA rühma liikmed ise kutsuvad 1939 aastal esmatrükis välja antud raamatut „Anonüümsed Alkoholikud“, on 12-st sammust ehk siis nende sõnul „kümnest käsust“ pooled seotud otseselt Jumala isiku endaga. Täpsustuseks lisan, et Jumal ei tähista siin töös konkreetset kristlikku Jumalat, vaid pigem kedagi Kõrgemat Jõudu, nii nagu AA-lased ise teda tunnevad.

Eelkõige huvitas mind, kuidas eesti inimene, kes on kasvanud ühiskonnas, kus usk ja usk Jumalasse on kuulunud (ja julgen väita, et kuuluvad ka täna) pigem tabude hulka, saab hakkama tema ette kerkinud kahekordse küsimuse asetusega:

Esiteks, on ta enesele tunnistanud, et ta on alkoholik. Ilmselgelt ei kuulu see ülestunnistus kergete kilda. Ja teiseks hüüab ta kellegi poole ja palub abi kellelki, kelle olemasolust tal enne ehk aimugi ei olnud. Vähemasti mitte sellel kujul, et see keegi võiks olla midagi reaalselt, käega katsutavat või palutavat. Aga ühel hetkel on

saanud see Keegi tema ellujäämise ainsaks lootuseks. Eelnevast järeldades võiks arvata, et seda inimest ootab ees kahekordne identiteedikriis.

Liigendasin oma töö kolmeks osaks. Esimene osa tutvustab lühidalt AA liikumist, selle algust USA-s ja AA liikumist Eestis.

Teine osa vaatlleb inimese teoreetilist lähenemist Jumalale ja võimalikku pöördumist usu poole.

Kolmas osa on empiiriline vaatlus AA liikumisse kuuluvate inimeste mõtetest ja nende edusammude arvatavatest tagamaadest. Kasutasin kvalitatiivset uurimusmeetodit, mille käigus külastasin poole aasta jooksul ühte kindlat Tallinnas asuvat AA rühma. Andmete kogumiseks kasutasin mitteosalevat vaatlust ja inervjueerisin selle AA rühma liikmeid enda koostatud küsimustiku alusel. Kasutades põhistatud teooria uurimistüüpi, lõin saadud andmete kodeerimisega lihtsustatud süsteemi vastamaks minu tõstatatud küsimusele: „Kas saab püsida kaine toetudes ainult AA programmile või on selleks vaja usku Jumalasse või Kõrgemasse võimu“. Selle uurimusmeetodi kasutamine võimaldab empiiriliselt saadud andmetest tekitada teooria ja see ei põhine varasematel uuringutel või teooriatel. (Laherand 2008: 115)

Kirjandusest kasutasin 1995-ndal aastal kordustrukis välja antud raamatut „Anonüümsed Alkohoolikud“ ja toetusin sellistele oma ala spetsialistidele nagu teoloogia ja inimarengu professor James W. Fowler, Saksamaa praktilise teoloogia professor Friedrich Schweitzer, Soome psühhoterapeut Tommy Hellsten ja meie enda usuteaduse professor ja religioonipsüholoog Tõnu Lehtsaar.

# 1. ANONÜÜMSETE ALKOHOOLIKUTE LIIKUMINE

## 1.1. AA liikumise algus

AA liikumine sai alguse Ameerikas 1935. aastal Akronis, Ohios ühe New Yorgi börsimaakleri ja Akroni arsti omavahelisest vestlusest. Too börsimaakler oli olnud juba kuus kuud kaine tänu oma kohtumisele alkohoolikust sõbraga, kes oli kontaktis tollase Oxfordi grupiga. Ja samuti aitas teda New Yorgi alkoholismiravi spetsialist dr. William D.Silkworth, keda AA liikmed tänini peavad oma arstiks-pühakuks.

Sellele maaklerile oli saanud selgeks, et ta peab vaatama kriitiliselt üle oma töökspidamised ja puudused, hüvitama teistele tekitatud kahju, olla kõigi vastu abivalmis ning uskuda ja lootma Jumalale. Ja püsivaks kaine, saab ta toetuda teisele alkohoolikule.

Nüüd, Akronisse jõudes, peale siin luhtunud äritehingut tekkis konkreetne oht jälle jooma hakata. Enese päästmiseks pidi ta edastama oma sõnumi teisele alkohoolikule, kelleks osutus üks Akroni arst, kes eelnevalt tulutult oli üritanud alkoholist loobuda. Alles selle maakleri, kes ise hädas oli, edasi antud sõnum dr. Silkworthi kirjeldusega alkoholismist kui haigusest ja allergilisest reaktsioonist, suutis toda Akroni arsti veenda alkoholist loobuma.

Koos asuti tööle Akroni Linnahaiglasse saabuvate alkohoolikutega. Peatselt oli nende grupis täieõiguslik liige number kolm. Püsivaks tervenemiseks oli vajalik ühel alkohoolikul teise alkohoolikuga pingsalt töötada. Ebaõnnestumisi oli palju kuid sekka sattus ka üksikuid kordaminekuid. Enesele teadmata oli loodud esimene AA rühm. (Anonüümsed...1995: 5-6)

Raamat, nimega „Anonüümsed alkohoolikud“ avaldati esmaselt aastal 1939. Sellest teine väljaanne avaldati aastal 1955-ndal ja kolmas 1976-ndal aastal.

*„1976.aasta märtsiks, kui käesolev väljaanne trükki läks, oli tagasihoidlikeil hinnanguil Anonüümsete Alkohoolikute liikmeid maailmas üle 1 000 000, kes olid koondunud ligemale 28 000 gruppi kokku üle 90 riigis“ (Anonüümsed...1995: 10).*

## **1.2. AA Eestis**

AA Eesti veebileheküljelt saab lugeda, et Eestis loodi esimene AA rühm 1990-ndal aastal Wismari haigla ruumides, mis tegutseb seal tänaseni. Nüüdseks on AA rühmasid loodud üle Eesti kuueteistkümmesse erinevasse linna. Ja selle aja jooksul on AA-ga liitunud sadu inimesi, kes on saavutanud püsiva kainuse. Kõige vanemad liikmed on kained AA esimesest tegutsemisaastast alates. (AA Estonia kodulelekülg, 23.02.2014)

Enne seda, juba 1987-ndal aastal pöördusid USA AA liikumises osalejad Eesti NSV Sõprusühingu vahendusel tolleaegse Tallinna Vabariikliku Narkoloogiadispenseri juhataja dr Anti Liiv`i poole ettepanekuga luua ka Eestis AA liikumine. Esimene kohtumine toimus juunis, 1987-ndal aastal. Osalejateks olid USA poolel ca 50 selle liikumise veterani ja Eesti poolel dr Anti Liiv ja lisaks kaks alkoholismihaiget - arst ning endine tootmisjuht.

Peale seda kohtumist üritas dr Anti Liiv aastail 1987-1988 käivitada AA liikumist erinevates väikestes gruppides, aga hoogu AA liikumine sisse ei saanud, mistõttu avaldati väike metoodiline materjal – “AA – kes nad on?” (Liiv 1988: 3)

## **1.3. AA 12 sammu ja traditsiooni**

AA programm sisaldab endas 12 sammu ja 12 traditsiooni. Need on alustajaliikmete endi kogemuste põhjal välja töötatud ja soovituslikud sammud ja traditsioonid, mille järgimine aga on iga inimese isiklikus paranemisprotsessis siiski eluliselt vajalik. Järgnevalt toon ära AA 12 sammu:

1. Tunnistasime, et olime jõuetud alkoholi ees ega suutnud oma eluga toime tulla.
2. Jõudsime veendumusele, et meist kõrgem jõud võib meile tagasi anda terve mõtlemise.
3. Otsustasime anda oma tahte ja elu Jumala – nii nagu meie Teda mõistsime – hoolde“
4. Viisime läbi põhjaliku ning kartmatu moraalse enese-uuringu.
5. Tunnistasime Jumalale, iseendale ja mõnele teisele inimesele oma väärade tegude tõelist olemust.
6. Olime täiesti valmis selleks, et Jumal kõrvaldaks kõik need meie iseloomuvead.
7. Palusime Teda alandlikult, et ta kõrvaldaks meie puudused.
8. Koostasime nimekirja inimestest, kellele me olime kahju teinud, ja soovisime seda neile kõigile hüvitada.
9. Hüvitasime neile inimestele tehtud kahju vahetult, välja arvatud juhtudel, kui me sellega oleksime kahjustanud neid või teisi.
10. Jätkasime enesevaatlust ja kui olime milleski eksinud, tunnistasime seda otsekohe.
11. Püüdsime palvete ja mõtiskluste abil süvendada oma teadlikku kontakti Jumalaga - nii nagu meie Teda mõistsime -, paludes Talt ainult mõistaandmist Tema tahtest meie suhtes ning jõudu selle elluviimiseks.
12. Olles teinud nende sammude tulemusena läbi vaimse ärkamise, püüdsime viia seda sõnumit kõigi alkohoolikuteni ning rakendada neid põhimõtteid kõigis oma tegudes.

(Anonüümsed... 1995: 62-63)

Need 12 sammu on pikemalt lahti seletatud 2012-ndal aastal Hiie Taal`i poolt kirjutatud bakalaureusetöös (Taal 2012: 19-24), millest tulenevalt ei hakka ma sellel pikemalt peatuma. Ilmselgelt on need aga AA liikumise olulisim osa, kuna iga AA rühma koosolek peatub järjestikku kõigil neil sammudel, iga päev ja iga kord.

1946-ndal aastal välja kirjutatud 12 traditsiooni ehk 12 teesi on koostatud AA liikumise kui organisatsiooni parimaks toimimiseks ja koospüsimiseks. Kokkuvõtvalt toonitavad nad AA isemajanduslikkust ja alatist jäämist asjaarmastajate ühenduseks,

kellede liikmelisus on seotud ainult sooviga lõpetada joomine. Kaheteistkümnes traditsioon rõhutab kõikide traditsioonide vaimset alust, milleks on anonüümsus ja mis tuletab pidevalt meelde, et põhimõtted on tähtsamad isiksustest.

Oma töö seisukohast pean tähtsaks tsiteerida teist traditsiooni: „*Meil kui rühmal on vaid üks ülimuslik võimuisik – armastav Jumal sellisena nagu ta end meie rühma teadvuses ilmutab. Meie juhid on vaid usaldusalused teenrid, kes ei valitse kedagi*“ (Anonüümsed... 1995: 286).

#### **1.4. Jumal AA liikumises**

1935-nda aasta Ameerika ühiskonnas ei tajutud Jumalat kauge ega eemalseisva nähtusena. Aga ka tolles ajas ja ruumis vajas inimene selles küsimuses delikaatset lähenemist. Dilemmaks oli jõu puudumine. Tuli leida inimese tahtest suurem jõud. Kui alkoholismist pääsemiseks oleks piisanud moraalikoodeksist või paremast elufilosoofiast, siis võinuksid paljud juba ammu terveks saada. (Anonüümsed... 1995: 51)

Lugedes 1939-ndal aastal Ameerikas välja antud teosest (tõlgitud Tallinnas, 1995) Jumala mõistmisest, siis ei erine see mingiski mõttes tänases Eesti AA rühma koosolekul räägitavast. Tsiteerin lõiku raamatust „Anonüümsed Alkohoolikud“: „*Kui me räägime teile Jumalast, mõistame me selle all niisiis enda arusaama Jumalast. Sama kehtib ka muude usuliste väljendite kohta, mida te käesolevas raamatust leiate. Ärge laske mingisugustel eelarvamustel, mida te usuliste terminite vastu võite tunda, takistada teil endalt ausalt küsimast, mida need teie jaoks tähendavad. See oli alguses kõik, mida me vajasime, et hakata vaimselt arenema, et luua esimene teadlik suhe Jumalaga, nii nagu me teda mõistsime. Hiljem avastasime, et tunnistasime omaks paljutki, mis esialgu oli paistnud meile käsitamatu. See oligi arenemine, ent kui me soovisime areneda, siis tuli kuskilt alustada.*“ (Anonüümsed... 1995: 53)

Täna Eestis olen kuulnud ütlemist: „Usu kas või lauajalga, aga usu midagi!“ Ma leian, et siin taandub küsimus usust jällegi võimaluste leidmisele enda jõu asendamiseks millegi muuga, mis kindlasti endast väljaspool peaks asuma. Küsimus ei ole ju asjas ega veel vähem „ühes lauajalga“ vaid julguses uskuda, et abi tuleb kelleltki väljastpoolt sind.

AA-lane ütleb, et AA-d võib võtta kui vaimset õpetust. Täpsustan, et tegemist ei ole mitte iseseisva vaimse õpetusega vaid ühe võimaliku väravaga vaimuilma. Vaimse tuuma ümber ei rajata kirikut ega looda hierarhiat. Jumalast kõneldakse nii, nagu keegi teda tajub. Kui AA-lane kõneleb vaimsest arengust, siis ei ole see eriti õnnestunud mõiste, kuna viitab liialt intellektuaalsusele ja vaimsetele võimetele. Aga ega erinevate teadmiste hulk ei tee AA-st vaimset liikumist. AA vaim sünnib igal koosolekul uuesti ja uuena, siis kui üks alkohoolik kuulab teist ja elab talle kaasa. Samas on AA peaaegu irreaalne ja otsekui olematu ilming. Tuleb kokku lihtsalt rühm inimesi, räägitakse millestki ja minnakse laiali. Silmnähtavalt nagu midagi ei toimu. Teiselt poolt aga tunnistab AA-lane väga sageli, et kaineks saamise protsess ei ole nende endi poolt suunatav ega juhitud ja see mis toimub, on mõistuseülene. Aga kui AA on elus, siis on nemadki elus. (Vlad. AA Estonia kodulehekülj, 23.02.2014)

## 2. VÕIMALIK USULINE PÖÖRDUMINE

### 2.1. Kriis kui usulise arengu tingimus

Oma sünnist alates oleme varustatud kasvava võimekusega uskuda. Kuidas need oskused aktiveeruvad ja arenevad, sõltub suuresti sellest, kuidas oleme me siia maailma vastu võetud ja millega ümbritsetult me kasvame. Usk on interaktiivne ja sotsiaalne: ta eeldab ühiskonda, keelt, rituaali ja hoolitsust. Ta on kujundatud läbi initsiatiivi, mis tuleb väljaspoolt meid endid või teisi inimesi, läbi vaimu ja armu. See, kuidas neid viimaseid tunda ja kujutada aga mitte tajuda ja ignoreerida, iseloomustab oluliselt usu kuju meie elus. (Fowler 1991:23)

Religioonipsühholoog Tõnu Lehtsaar kirjutab oma raamatus „Hingepilk“ (Tallinn, 1994) usulise pöördumise viisidest ja tagamaadest. Pöördumine saab olla alati vaid isiklik kogemus ja toimuda isiklikel põhjustel. Neid põhjusi nimetatakse *pöördumise motiivideks*. Pöördujad võivad olla intellektuaalsed-, müstilised-, proovipöördujad, tundelised-, äratuslikud või sunnitud pöördujad (Lehtsaar 1994: 169-170).

Motiivid kirjeldavad pöördumise võimalikke tõukejõudusid. Tihti peetakse pöördumise kaasnähteks sisekriisi. Siiski mitte iga otsing ei vii identiteedi teisenemiseni Jumalaga kohtumise kaudu. Üldise arusaama järgi on pöördumine identiteedi muutus – see tähendab uut arusaamist iseendast, mis on vanast minast midagi enam, kõrgemat ning täiuslikumat. Sellise kogemuse tekkimiseks peab uus usutunnetus kaasama kogu inimese isiksuse. Pöördumise sügavuse ja püsivuse määrab ära see, kui palju ja missugust isiksuse osa pöördumise protsess puudutab. On võimalik, et tegemist on vaid üksikute seisukohtade ja tunnete muutumisega. Kord esile kerkivad ja usulist vastust otsivad küsimused võivad järgmisel hetkel hoopis taanduda või lakata olemast. (Lehtsaar 1994: 170-171)

1940-ndal aastal sündinud teoloog ja inimarengu professor James W. Fowler peab usu arenemise üheks peamiseks tingimuseks kriisi. Iga kriisi tagajärjel saab usk muutuda avatumaks, inimesele loomulikumaks ja mõistetavamaks. (Fowler 1991: 55)

Identiteedikriisi läbielamine ja eneseleidmine on isiksuse küpsemisel üheks iseloomulikumaks jooneks. Identiteedi kujunemise keskmeks loetakse noorukiiga. Identiteedi moodustumine on elukestev protsess. Saksamaa praktilise teoloogia professor Friedrich Schweitzer eristab kolme võrdset identiteedi vormi. Nendeks on loomulik identiteet, rolliidentiteet ja mina-identiteet. Loomulik identiteet omab kohta arhailises ühiskonnavormis, kus „müütiliseks maailmavaateks“ nimetatakse antropomorfismi, animismi ja maagiast. Rolliidentiteet vastab ajalooliselt kattuvale varajasele kõrgkultuurile. Gruppiidentiteedile on siin aluseks religioon. Üksikisiku identiteet on samuti kinni traditsioonides, kindlates tavades ja normides. Mina-identiteet oma teiseses modernses väljundis omab soovi olla mina ise. (Schweitzer. Handbuch Interreligioeses Lernen 2005, 15.03.2014)

Mina on usuliselt neutraalne, nagu kõik psüühika osad, aga ta võib saada usulise kogemuse sisuks. Sel juhul antakse usuline vastus küsimusele: „Kes ma olen?“ Usuliselt kogetud mina saab aluseks edaspidistele usulistele kogemustele ja temast saab juhtiv jõud kogu psüühika integreerimiseks usuliseks tervikuks. (Lehtsaar 2013: 40)

## **2.2. Alkohooliku „sisemine laps“**

Alkoholisõltuvus on sündroom, see tähendab haigustunnuste kogumit või mitme haigustunnuse tüüpilist koosinemist (Ootsing 2004: 750). Erinevatel inimestel moodustavad selle sümptomid erineva terviku, mistõttu ei ole võimalik esitada kirjeldust, mis sobiks kõigile alkoholisõltlastele. Eelkõige väljendub sõltuvus käitumismuutustes, milleni viivad alkoholist põhjustatud muutused inimese ajus ja ka tema taju- tunde- ja mõtteviisides. (Aalto 2012: 9)

Alkohoolikul, kes tahab püsida kaine, ei taandu ega lakka teda saatev probleem mitte kunagi. Religioon võib saada üheks toimetulekuvahendiks. Pikka aega käsitleti toimetulekut kui probleemikeskset protsessi, mis oli suunatud probleemi lahendamisele ehk siis tihti stressiallika kõrvaldamisele. Kui aga ei ole näha reaalsel võimalust pingevallika vältimiseks või kõrvaldamiseks, tuleb võtta kasutusele tunde keskne toimetulek, mis on suunatud emotsionaalse pingega hakkamasaamisele. (Lehtsaar 2013: 110)

Soome psühhoterapeut Tommy Hellsten kirjutab oma raamatus „Jõehobu elutoas“, et alkohooliku toibumise kolm perioodi: tunnistamine, läbielamine ja mõistmine on aluseks tema sisemise maailma algetapi moodustamisele. Ta väidab, et kui inimene asetab rõhu kas või mõneks aastaks oma sisemisele kasvule, saabuvad märgatavad muutused tema isiklikus arengus. (Hellsten 2007: 162-163)

Oma järgmises raamatus „Elu laps“ (Pilgrim, 2007), kirjutab Hellsten oma veendumusest, et kõiki inimlikke küsimusi tuleb käsitleda vaimulikult ehk siis vaimselt. Ja sõnastatuna ümberpööratult: „*vaimseid asju tuleb kogeda ja läbi elada inimestena*“ (Hellsten 2007: 84). Olles ise alkohooliku laps, on Hellsten põhjalikult

teinud uurimustööd alkohooliku ja tema lähedaste sisemise mina tervendamisprotsesside ja nende võimalikkuse kohta. Ta jõudis isiklikule kogemusele, et ei saa läheneda Jumalale, minnes mööda iseendast ja vältida oma inimlikkust. Et pöörduda Jumala poole, peab hakkama nägema iseendas olevat saasta ehk „mittejumalikkust“. Vaimsed küsimused leiavad vastused, kui inimene „kohtub oma „sisemise lapsega“, see tähendab Hellsteni mõistes enda psüühilise reaalsuse läbielamist. Samuti ka tervenemise areng nõuab avameelset tõe iseendale iseendast. Vaimsus iseenesest ei vabasta inimest elamast inimesele määratud elu, milleks ta suuteline on.

Hellsten ütleb, et sisemises lapses kohtuvad inimese inimlikkus ja taevalikkus. Ja kuigi meie sisemine laps on taevane olend, olles oma Taevase Isa laps, on ta samal ajal meie olemuse inimlik osa. Vaimsus ega Pöördumine ei saa panna ennast tegelikkuse eest põgenema. Ainult läbi iseenda on võimalik jõuda Jumalani ja tema toetuseni. (Hellsten 2007: 84-85)

See, kuidas ja miks inimesed pöörduvad raskuste tekkides religiooni poole, oleneb tihti selle pingevaldika usulise tõlgenduse määrast. Stressitingimustes usu poole pöördumise näitajateks võivad olla palveelu intensiivistumine ja otsuste tegemisel usuliste väärtuste arvestamine. Religiooni üks psühholoogilisi funktsioone on olemasoleva stressori mõtestamine ja seletamine. Inimese toimetulekut mõjutab otseselt see, kui võrd suudab ta enda jaoks toimunut mõtestada. Usuline seletamine oleneb üldistatult ka isiklikest, situatsioonilistest ja kultuurilistest teguritest. Uuringutes, kus on püütud leida teatud isiksusetüüpide seotust suurema religioosusega, ei ole tulemused kinnitust leidnud. Sellest järeldudes on religioossete inimeste hulgas väga erinevaid isiksusetüüpe. (Lehtsaar 2013: 110-112)

## 3. EMPIIRILINE UURIMUSTÖÖ

### 3.1. Sissejuhatus töö käiku

Kvalitatiivse meetodi eesmärgiks on saada terviklikku empiirilist andmestikku, mis hõlmaks kvalitatiivseid ja detaile iseloomustavaid seiku (Laherand 2008: 21). Seega, oma töö parimaks läbiviimiseks ja enda tõstatud küsimusele vastuse leidmiseks teostasın mitteosalevat vaatlust ühes Tallinnas asuvas AA rühmas ja tegin intervjuusid selle sama AA rühma liikmetega.

Mitteosalev vaatlus tähendab sündmuste jälgimist loomulikus keskkonnas ilma sellest ise osa võtmata (Laherand 2008: 227). Vaatluste käigus jälgisin AA avatud koosoleku kulgu ja tegin ka märkmeid oma töö jaoks tähtsate teemade kohta. Kõrvalise isikuna on mul raske hinnata kuivõrd mõjutas minu kohalolek koosolekust osavõtjaid ja nende avatust. Arvan siiski, et tagasihoidlikumad inimesed olid vaoshoitumad, samas ei mõjutanud minu kohalolek mitte kuidagi ebatsensuursete väljendite kasutamist inimestel, kes sellise kõnepruugiga harjunud olid. Esimesel avatud koosolekul, kus ma viibisin, valiti teemaks kolmas samm ja traditsioon, seda kindlasti teades, et see minu uurimusteemaga otseselt seostub. Sellest tegin järelduse, et muudatuste tegemine sammude läbivõtmise järjekorras on täiesti aktsepteeritav.

Küllastasin seda konkreetset AA rühma poole aasta vältel. Seega said mulle tuttavateks paljud selle AA rühma liikmetest ja ka mind võeti juba kui vana tuttavat. Kurvaks tegi alati asjaolu kui nägin mõne aktiivselt rühmas käiva ja näiteks juba aasta aega kaine olnud liikme tagasilangust. Rõõm oli aga teda mõne aja möödudes jälle rühmas näha, vaatamata asjaolule, et tema jaoks kõik otsast peale hakkas.

### 3.2. Koosoleku kirjeldus ja kokkuvõte

Avatud koosolekutest võtsin osa kolmel korral. Kõigil koosolekutel anti ka viimasena sõna mulle, millest kasutasin seda võimalust viimasel korral. Tundsin, et

olen kohustatud koosolekust osavõtjate avameelsusele vastama omapoolse avatusega. Kirjeldasin enda suhet alkoholisse ja ka põhjusi, miks olen oma bakalaureuse töö teemaks valinud just selle.

Järgnevalt esitlen ühte tavapärast AA koosolekut.

Enne koosoleku algust kogunetakse koosoleku eesruumis. Juuakse kohvi või teed ja räägitakse igapäevastest asjadest ja iseenda päeva juhtumistest. Täpselt koosoleku algusajaks minnakse koosoleku ruumi, mis koosneb ühest suurest lauast, kuhu ümber ennast kõik koosolekust osalejad istuma paigutavad. Põlema pannakse keset lauda asetsev küünal. Üks AA liige juhatab koosoleku sisse. AA liige, kes koosolekut juhatab, on üldjuhul olnud kaine juba vähemalt üks aasta.

Toimub tervitamine ja ühe sammu ja traditsiooni ette lugemine. Sellest koosolekust võttis osa 8 inimest, neist neli meest ja neli naist (mõlemast soost kaks nooremat ja kaks vanemat inimest). Püüdsin vaadelda neid inimesi läbi nende alkoholi tarbimise kogemuse. Mõne jaoks tundus väga oluline olevat ära märkida kaine olemise aeg, aga mõni ei pidanud seda vajalikuks mainida. Näiteks võttis sellest koosolekust osa üks keskealine naisterahvas, kes oli enda sõnade järgi kümme aastat joonud ja kümme aastat kaine. Üks noor naine oli olnud kaine viis kuud. Üks keskealine meesterahvas oli joonud 43 aastat ja kaine seitse kuud. Ja üks nooremapoolne meesterahvas ütles, et on 20 aastat joonud ja Jumal on temaga kogu aeg kaasas olnud.

Sõna võeti kordamööda, mõni pikemalt ja mõni lühemalt. Iga kõneleja alustas aga oma nime ütlemisega ja tunnistamisega, et ollakse alkohoolik ja lõpetati tänuga kaine päeva eest.

Selle koosoleku teemaks olid kolmas samm ja kolmas traditsioon. Kuna kolmas samm on otsus anda oma elu ja tahe Jumala hoolde: *Otsustasime anda oma tahte ja elu Jumala hoolde, nii nagu me Teda mõistame* (AA Estonia kodulehekülg, 01.03.2014), siis mõtetasid kõnelejad enda jaoks lahti teemat Jumala ja enda suhtest. Kuigi selles sammus on kirjas juba kindel otsus, ei olnud mitte kõik AA-lased veendunud, et nad oma elu kellegi teise hoolde usaldada saavad. Takistuseks selles

sai Jumala mitte tundmine ja usaldamatus. Samas olid kõik kõnelejad veendunud ainuüksi iseenda võimetuses.

Kolm aastat alkoholi mitte tarbinud mees nimetas kolmandat sammu enda jaoks kõige olulisemaks. Ühe vanemapoolse naise jaoks oli tähtsaim „AA pühadus“: *Ristiusk ei põhine armastusel. Kirik on silmakirjalik. Kirik meeldib noorena. AA-s on teistsugune pühadus, mul on seda vaja, praegu eriti. Vaja on teist inimest kõrvale. Täna alkohol ei tõmba.*

Üks keskealine naine kirjeldas oma suhet Jumalaga selliselt: *olen käinud Nevski kirikus, olen osa võtnud alfa kursustest. 2 korda ristitud, Venemaal ja Eestis. Palvetan ema pildi ees.*

(selle töö autori isiklikud märkmed AA koosolekust 7. juulil 2013)

Koosolekul, kus käsitleti 12-ndat sammu: „*Olles kogenud nende sammude tulemusena vaimset ärkamist, püüdsime viia seda sõnumit alkohoolikuteni ja järgida neid põhimõtteid kõikides oma tegemistes.*“ (AA Estonia kodulehekül, 01.03.2014), arutleti millegi pärast ainult selle sammu esimese poole üle. Soov abistada teisi endasuguseid jäi seekord tahaplaanile. Panin selle tähelepaneku siiski ainult enda koosolekul viibimise arvele. Arvatavasti pidasid AA-lased mind silmas pidades vajalikuks rääkida rohkem vaimsetest asjadest.

Seitse ja pool kuud kaine olnud keskealisene mees räägib vaimsest ärkamisest selliselt: *Vaimne ärkamine on pinnuks olnud. Kirikus käinud, ei võitle enam religioonide vastu. Miks võitlesin vaimsuse vastu? –tahtsin olla kaine ja tahtsin juua. Võtsin vastu otsuse, et tegelen tõsiselt ja aitab. Esimene pits viib tsükklisse. Vaimne ärkamine tähendab mulle õppimisvõimet ja tahtmist. Olen kirikuline, mitte usklik, nagu ütles ühes jutluses Toomas Paul. Aitan praegu end ise. Joonud üle 40 aasta.* (märkmed AA koosolekust 21.juulil, 2013)

Õhkkond koosolekutel oli vaba, aga samas ka korda hoidev ja ametlik. Minule kui kõrvalisele isikule ja mitte AA rühma kuuluvale, mõjusid need koosolekud emotsionaalselt ja vaimselt väsitavalt.

AA koosolekuid viiakse läbi juba aastaid ja seda kogunisti kaks korda päevas. See on märkimisväärne. Koosolekud on omale ettenähtud korrast alati kinnipidavad. Koosoleku läbiviijaks on hetkel tugevaim ja juba piisavalt kaua kaine püsinud AA liige. Kahjuks ei välista see tõsiasi, et järgmisel hetkel just tema eksinute sekka ei satu. Üksteise suhtes oldi toetavad ja suhtumine kaasliikmesse oli sõbralik.

Sain aru, et toetavad ollakse ka kõikides muudes elu puudutavates küsimustes. Igal liikmel võis olla oma kindel valdkond, milles ta oli tugevam või teadlikum kui teised ja sai seega abistavat nõu anda. Head nõuannet võis saada nii perekondlikke probleeme puudutavates küsimustes kui ka juriidilises valdkonnas. Samuti on antud igale liikmele luba ja võimalus helistada kasvõi ööpäeva ringselt teisele AA liikmele mõnest raskest emotsionaalsest hetkest ülesaamiseks.

### **3.3. Intervjuud**

Intervjueerimiseks esitasin endale põhiküsimuse, mille oma bakalaureusetöö kirjutamise eesmärgile vastavalt sõnastasin järgmiselt: „Kas alkohooliku jaoks alkoholist vabanemisel on Jumalal koht AA-s või piisab ka ainult AA-st?“

Sellele küsimusele vastuse saamiseks koostasid ligikaudu 35-st küsimusest koosneva küsimustiku. Intervjuude läbiviimisel kasutasin *avatud intervjuu* tüüpi, mida on kõige sobilikum kasutada kui uuritavate kogemuste varieeruvus on suur, käsitletavat teemat on delikaatsed ja uuritavate arvukus on väike. Samuti kui on soov esile tuua halvasti teadvustatud seiku. (Laherand 2008: 180-181) Oma tehtavatele intervjuudele sain anda vabaduse varieeruda vastavalt intervjueeritava jutukusele ja intervjuu käigule.

Valim tekkis AA liikmetest, kes sattusid sel hetkel osa võtma koosolekust ja kes intervjuuks ka nõusoleku andsid. Minu lõplikku valimisse jäi üheksa inimest, neist kaks ei tulnud kokkulepitud ajal kohale. Küsitlesin seitset inimest, neist üks naine ja kuus meest. Üks mees soostus rääkima ainult ilma diktofonita ja endale

meelepärastel teemadel. Üks intervjuueeritavatest täna ennast enam AA liikmeks ei pea. Meeste vanused jäid vahemikku 29 – 61. Naine oli 44 aastat vana.

Intervjuude lahti harutamiseks kasutasin sotsioloogide *Barney Glaser*’i ja *Anselm Strauss*’i välja töötatud (1967. aastal) põhistatud teooriat. See eeldab üldiste küsimuste esitamist huvipakkuva uurimisteema kohta ja seejärel andmete kodeerimist. Andmed, mida kodeeritakse, peaksid hõlmama osaliste mõtteid, tundeid ja kavatsusi kui ka ilmingute konteksti ja struktuuri. (Laherand 2008: 115-126)

Intervjuude tegemist raskendavateks asjaoludeks said neli põhikomponenti: AA-lase anonüümsust hoidev hoiak; teema delikaatsus; AA-lase kaootilisus koosolekutest osavõtmisel ja minu kui intervjuuerija mitte kuulumine AA liikmeskonda ja seega AA-lase hingeelu mittemõistev isik. Vastavalt põhistamise meetodile sõelusin andmete töötlemisel välja neli tähtsamat teemat, mille võtsin alljärgnevalt lähema vaatluse alla.

1. AA olulisus sinu elus. Kas AA on liialt seotud Jumalaga?
2. Kas Jumalal on oma osa kaine püsimisel?
3. Palvetamine. Armulaud ja eestpalve.
4. Nägemused/kirjeldused deemonitest.

Nendest küsimustest neljas on esitatud alkoholismile omase võimalikule kõrvalnähule tähelepanu pööramiseks. Alkoholideliirium ehk *delirium tremens* võib esile kutsuda meeltesegadust ja hallutsinatsioone. Sümptomiteks on unetus, luulumõtted, südamekloppimine ja halb orienteerumine ajas ja ruumis. (Aalto 2012: 119) Mind huvitas selle kogemuse olemasolu ja intervjuueeritava võimalikku seostamist Jumalat ja deemonit puudutavate teemadega.

### **3.3.1. AA olulisus sinu elus. Kas AA on liialt seotud Jumalaga?**

Kõik seitse küsitletavat hindasid AA olemasolu väga oluliseks. Neist kuus külastasid AA-d jätkuvalt. Seitsmest vastajast üks ennast AA liikmeks enam ei pea ja koosolekutest osa ei võta. Kaks küsitletavat olid kained juba vastavalt 15 ja 20 aastat,

aga jätkuvalt võtsid osa AA koosolekutest praktiliselt iga päev või ka ühe päeva jooksul kahest koosolekust. Mõlemad olid seotud aktiivselt ka organisatoorsete küsimustega, see tähendab üks neist oli tegev uute AA rühmade moodustamisel ja teine ühe uue kveekeri koguduse loomisel.

Küsitletavatest kolm olid osavõtjad, kes rohkem või vähem sattusid jällegi alkoholi tarbima ja peale alkoholijoobe möödumist AA koosolekul kohal olid.

Näiteks üks minu intervjueeritavatest oli 50-ne aastane mees, kes oli alkoholi tarbinud umbes 30 aastat. AA-ga liitus ta 16 aastat tagasi. Koos AA-ga on suutnud püsida kaine kõige rohkem 5 kuud. Ilma AA-ta on olnud järjest kaine 11 päeva: *AA on minu jaoks kõige tähtsam. Käin siin iga päev... siis praegu kolmas päev. Olen praegu ka veel suhteliselt segaduses. Kui reisin, siis jääb ka vahele.*

Üks 29 aastane meesterahvas hakkas alkoholi tarbima juba 14-15 aastaselt ja sellest alates muutus joomine tema igapäevaseks eluviisiks. AA-st kuulis ta vanglas, sotsiaaltöötaja käest ja liitus 2006-ndal aastal. Küsimusele, kui tihti ta AA-s käib, vastas küsitletav: *Niipalju kui ma ikka saan... Eelmine aasta jätsin AA kõrvale. Hakkasin jooma ja... Saatsin nagu AA ....., et mul ei olegi enam midagi vaja. Nüüd ma saan aru, et ma tegin kõik valesti. Mul on seda punkti, neid inimesi vaja. Mina pean neid a i t a m a. Nemad aitavad mind.*

Kaks vastanutest olid jäänud kaineks kohe peale AA-ga liitumist, see tähendab ilma tagasilöökideta. Ühel neist on aastane AA-s käimise kogemus ja käib seal jätkuvalt ka edasi. Teine aga ennast AA liikmeks täna enam ei pea. Peale aastast iganädalast käimist AA-s hakkas ta käima kirikus, *alfa*-kursustel (kord nädalas toimuv kristlust tutvustav loeng ja arutelu). Temaga vesteldes selgus, et ta ei pea vajalikuks nimetada ennast ka enam endiseks alkohoolikuks vaid ta saab ennast peale ristimist nimetada kristlaseks ja on „uuestisündinu“. Eesti usuteadlane ja vaimulik Elmar Salumaa peab sellele väljendile soovitavaks vastet „ueekssünd“, mis sisuliselt on adekvaatsem. Ja kuigi Uues Testamendis esineb mõiste otseselt vaid kaks korda, kõneldakse asjast endast ikkagi oluliselt rohkem. Individuaalne ueekssünd tähendab inimese asetumist uude vahekorda Jumalaga ja selle toimet võrreldakse kui teistkordse sündimisena. (Salumaa 2009: 423-424)

Kuna alkoholist loobumine nõuab alkoholisõltlaselt piisavalt motivatsiooni, on väga tähtis, et ka tagasilöökidest hoolimata suudetakse jätkata endale algselt seatud eesmärkidega. Sellepärast ei ole kindlasti mitte vähetähtis, et küsitletavate seas omas olulist tähtsust tõsiasi, et suuremalt jaolt oli ka sõpruskond seotud AA liikmeskonnaga.

Üks juba vanem meesterahvas, kes oli tarbinud alkoholi 20 aastat ja sama palju aastaid ka kaine püsinud, ütles enda olevat vägagi kommunikatiivse inimese, aga parimad sõbrad on ikkagi AA-st: *Ma isegi ei mõtle selle peale... on see tingimus või ei ole. See seltskond meeldib. Ellujäämise võimalus tegelikult... Ma ei saaks sellega hakkama kuidagi... Seltskond, kes mõistab, kellel on samasugune kogemus... alkoholism puudutab nii oluliselt inimese hinge, et... et juhul kui seda kogemust ei ole, siis see puudutus jääb mõistmatuks. Kõrvalseisja näeb küll väliselt, mismoodi need muutused toimuvad, aga ei suuda ealeski kogemuse puudumisel sisuliselt mõista, mis toimub.* AA-st kuulis ta kõrtsis ühelt AA-laselt.

Alkoholisõltuvuse kulg eri indiviididel on erinev. Aga ainult osa sõltlasi paraneb ilma professionaalse abita, kasutades lähedaste ja tugirühmade tuge. Ravi lõppeesmärgiks peaks olema täiskarsklus, sest vaid väike osa alkoholisõltlasi saab naasta alkoholi mõõduka tarbimise juurde. (Aalto 2012: 13) AA-s öeldakse inimese kohta, kes saab hiljem pöörduda jällegi tavapärase alkoholitarbimise juurde, et järelikult ei olnud ta alkohoolik.

Küsimusele, kas AA-s on liigselt juttu Jumalast, vastasid kõik eitavalt. Ainult üks vanem meesterahvas arvas: *kui peaaegu värisevana tuled, suurt midagi aru ei saa ja esimene mõte on see kui Jumalat kuulen, et ah-aa, nüüd hakatakse mind kuskile sekki värbama. Aga see on niisugune tüüpiline reaktsioon alkohoolikul, et kõik mis on nagu joomise vastu, et see tekitab tõrget. Et see on vaenlane.... kõik, kes tahavad sind nagu joomisest kõrvale vedada või... Et see on t ü ü p i l i n e a l k o h o o l i k.*

### 3.3.2. Kas Jumalal on oma osa kaine püsimisel?

Selles punktis pidasin tähtsaks jõuda selgusele ka küsitletavate usulises kuuluvuses ja taustas. Usuline taust oli kõigil küsitletavatel erinev. Jumalast kuulnud olid kõik juba lapsepõlves. Ristitud oli kuus, neist lapsepõlves üks. Kuuest küsitletavast vastas sellele küsimusele jaatavalt viis inimest, üks intervjueeritav ei osanud sellele küsimusele seletust anda.

Kõik küsitletavad pidasid äärmiselt tähtsaks usku Jumalasse või kellessegi Kõrgemasse. Enda osa kaine olemisel ei nimetanud mitte keegi. Kõigil oli ühene arvamus, et ainult iseendale toetumisest jääb väheks ja püsimine kaine oleks võimatu. Jumalateenistustest võtsid regulaarselt osa seitsmest küsitletavast kolm, kõik erinevatest konfessioonidest (1 baptist, 1 luterlane, 1 kveeker). 2004-ndal aastal Kristuse koguduse liikmeks ristitud 50-ne aastane mees koguduse tööst enam osa ei võta. Oma kirikuks nimetas ta AA-d ja arvas, et Jumal võiks ta ka ise olla ja iseendale oma maailma luua.

Selles punktis jõudsin ma jällegi AA kolmanda sammu, see tähendab, inimese ja Jumala omavahelise suhte juurde. Vanem meesterahvas, kes on luteri koguduse liige ja ristitud umbes 40 aastat tagasi enne laulatamist, kõneles sellisel: *...kolmas samm on just nagu niisugune keskne... noh u s a l d u s siis Jumala vastu sõna otsesena. Et usaldan oma elu ja tahte Jumalale, nagu me teda mõistame ja see usaldamine selles mõttes ei ole keeruline, usaldan just selles, mis tegelikult mu ümber toimub. See – kuidas?, mil moel see toimunud on?, jääb mulle saladuseks. See on nii nagu usalduski. Tegelikult, see ratsionaalselt... see käib üle m õ i s t u s e.*

Kui tugevalt keegi Jumalaga seotud on, on loomulikult erinev. Minu uurimusest tehtud järelduste kaudu ei mängi siin mitte mingisugust rolli ka aeg, kui kaua keegi küsitletavatest ennast Jumalaga seotuks peab. Tähelepanu pälvis minu jaoks küll arusaam, et suhtlemises tundsid ennast oluliselt vabamalt need küsitletavad, kes ennast said juba pikemaajaliselt kristlusega seotuks nimetada. Ka Jumalast rääkimine oli nende jaoks lihtne ja loomulik.

Üks noorem meesterahvas, kes oli ristitud lapsena, nimetas ennast ajapuuduse tõttu kirikus mitte käivaks. Tema vastandlikest vastustest selgus, et oma kirikuks peab ta AA-d ja Jumalat hakkas uskuma peale ristimist: *Aga ma usun teda siia maani miskipärast. Mõnikord ma nagu ei usu, siis on tunne, et teda ei olegi olemas. Et ta ei ole mulle nagu midagi annud. Selles mõttes nagu ongi see, et ma jään nagu ootama midagi. Ma suhtlen nii palju kaplanitega juba, et...vanglas sai käidud ja kaplanite jutul ja rääkimas. Ja ma hakkasin Jumala raamatuid lugema ja kodus, maal ma loen samamoodi. Et usun teda ja ta on annud mulle väga sellise hea elu, aga eks ma olen ise nagu ära ka rikkunud...et kõik asjad tuleb nagu ise järgi proovida.*

Küsimusele, kas Jumalasse uskumata saaks kaine püsida, vastas ta selliselt: *Kindlasti mitte. See ongi see, et kui inimesed ütlevad, et mis Jumal sulle annab või mis ta sulle üldse annab? Et sa käid nagu rääkimas, aga siis on nagu see koht, et mul on nagu hästi palju kogemust olnud, et mulle ei peagi Jumal mitte midagi andma. Ta annab mulle selle... vabad käed nagu öeldakse.*

Üks küsitletav nimetas endas olevat Jumalatunnetust voolamiseks enda sees või et tema on Jumala sees. Küsitletaval, kes puutus Jumalast rääkimisega kokku alles tulles AA-sse, oli ilmselgelt ka Jumalast kõnelemine ebalev ja raskendatud. Samas ei tähendanud see, et Jumal talle tundmatu oleks, pigem siiski ootamatu ja võib olla ka seda suurema tähelepanu all olev. Oli selge, et selles olukorras, kuhu inimene enesele ootamatult sattunud oli, vajas ta enese jaoks mingi usulise seisukoha tekkimist.

Nooremapoolne naisterahvas, kes kaks aastat tagasi ristiti baptisti koguduses, kirjeldab endaga toimunut selliselt: *Pärast seda kui see alkoholist vabanemine tuli, siis tuli usk. Minuga toimus mingi ime ja ma ei saanud sellest aru ja ma sain aru, et see on Jumala töö, hiljem.* Samuti oli tal kindel usk ja teadmine, et abi peab tulema väljast, mitte tema seest. Tema jaoks oli kogu see kogemus, mille ta enda sõnul Jumala käest sai, tema senist elu ja mõttemaailma läbi raputav ja kogunisti raskesti mõistetav.

Arvatavasti vajab see saadud uudne kogemus või tunne inimese jaoks sügavamalt läbitunnetamist või selginemist. Antud olukorras näitab kriis, et inimese usk ei suuda tulla toime eelneva elukogemusega. Senised usulised seisukohad (kui

need üldse olemas olid) ei ole piisavad, et mõista ja seletada toimuvat. Kõigil juhtudel elatakse kriisi üle kui mingisugust hingedikust, millele soovitakse leida lahendust. (Lehtsaar 1994: 164-165)

Umbes 40-ne aastane mees, kes minuga intervjuud teha ei soovinud, nimetab tihti oma jutus Jumalat. Ta tänab Jumalat, aga ei usu Jumalat. Kirikumehi ja jutlusi ei pea ta millekski, sest räägitakse talle arusaamatut ja mõttetut juttu, mis ei puuduta tema elu. AA-s käib ta iga päev, aga satub sellele vaatamata tihti uuesti alkoholi tarbima. Üks minu küsitletavatest satub kirikusse ainult kontserditele või jõulude ajal.

### **3.3.3. Armulaud ja eestpalve. Palvetamine.**

Oma küsimustiku viimases küsimuses tundsin huvi armulaua ja eestpalve kohta. Selle küsimuse esitamisega soovisin aru saada meie eesti inimeste teadlikkusest kirikuelus toimuva kohta. Palvetamisest hakkasid küsitletavad rääkima aga ilma et oleksin selle kohta midagi küsinud.

Minu küsimus (üks väheseid, mille sõnastuse jätsin kõikide intervjuude käigus muutmata) oli selline: „Oled sa kuulnud armulauast ja eestpalvest?“ Kuuest intervjuueeritavast neli olid eelnevalt kuulnud armulauast ja eestpalvest, kaks mitte. Üks 35-aastane meesterahvas ütles enda olevat sattunud armulauale isegi enne tema ristimist: *...Jaa, kindlasti on minu pärast palvetatud.*

Üks 42-aastane meesterahvas vastas: *...Kunagi ikka, see ihu maitmine ja vere joomine.* Ta arvas, et tema pärast palvetatud ilmselt ei ole, kuna tema tutvusringkonnas nii vagasid usklikke ei olnud. 50-ndates meesterahvas enne kirikusse minemist armulauast ega eestpalvest kuulnud ei olnud: *...Aga see ei olnud kirik vaid konverentsi saal ja seal oli muidugi armulaud.*

Palvetamiseks nimetasid küsitletavad isekeskis vaikset jutuajamist. Endile ootamatult avastati aga, et ka sellist viisi saab omal moel palvetamiseks nimetada.

Kaks küsitlervatavatest nimetasid palvetamisega seoses ka Jumalat, kelle poole pöörduatakse.

Keskealine meesterahvas, kes Jumalast rääkimisega enne AA-ga liitumist kokku puutunud ei olnud, kirjeldas oma arusaamist palvetamisest: *Võib-olla väike jutuajamine või vaikne palve, mõtisklused. Mul on selline meelerahupalve, et niimoodi, et tuleb mingil kujul. Et mitte võidelda mingite asjadega.*

Süsteemaatilise teoloogia käsiraamatus nimetatakse palvet üldreligioosseks nähtuseks, mis esineb nii kõige primitiivsemas religioonis kui kõrgreligioonides, kristlus kaasa arvatud. Seejuures piibellikus tähenduses ei ole palve monoloog ega appihüüdva inimese karje tühjusse, vaid on tagatud kuuldavõtmise Jumala poolt. Seetõttu on välistatud kristlikku palve mõju seletamine autosugestiooniga. Samuti ei ole palve inimlike religioossete vajaduste või harrastuste kultiveerimine. Ta puudutab inimese kogu eksistentsi ja saab mõjutada sellisena kõiki inimlikke elualasid ja vahekordi. (Salumaa 2009: 311-314)

AA-last iseloomustab vast kõige paremini ühe meesterahva ütlus, et tema ei palu, aga on küll tihtipeale õhtuti tänulik oma kaine päeva eest.

### **3.3.4. Nägemused/kirjeldused deemonitest.**

Seda küsimust käsitleti minu intervjuueeritavate poolt mõneti erinevalt. Kaks küsitlervatavatest välistasid koheselt dualismi (maailma- või elukäsitlus, mis lähtub kahest teineteisele vastanduvast ning ühendamatust algantusest või printsipiist, mis võivad oleleda teineteisega paralleelselt (Salumaa 2009: 65)), öeldes selle nende jaoks mitte tõsiselt võetava oleva.

Kaks intervjuueeritavat seostasid deemonid alkoholitarbimise hoogudega. Näiteks ühe nooremapoelse naisterahvas kirjeldus: *Noo...need alkoholihood, mis käivad, siis ma arvan, et seal ongi tegu deemonitega, mis mu sees hakkavad karjuma. Mis ei sõltu minu tahtest. Tuleb väljast see jõud, mis minu sisse tuleb, jah... Et nüüd*

*ma olen õppinud nendega tänu Jumalale hakkama saama, siis...Neid ei ole tükk aega olnud, aga üldiselt nad ikka käivad aeg-ajalt jah.*

Ja ühe keskealise meesterahva kogemus: *Praegu enam mitte, ka siis kui ma joon. Kunagi küll, aga see oli ammu. Kas nad olid siis unes või... Aga enam mitte. Peale ristimist mitte.*

Kokkuvõttes ei olnud küsitlevatest kellelegi vöõras kokkupuude deemonitega. Üks meesterahvas kirjeldas peensusteni põrgut ja teadis ka enda seal olnud oleva: *Deemonitega võitlemine on see asi, et vaata kui inimene joo, siis ta muutub deemoniks ära. Ta on ise v a n a k u r a t. Deemon mõtleb, et ta saab hakata neid asju tegema, nagu vaja teha on, teha ükskõik mida. Sina oled tema jaoks nagu nukk... Ma tunnen selle ära, et ma olen ise põrgus olnud.*

### **3.4. Kokkuvõte intervjuudest**

Igast eraldi käsitletud teemast sain tuua esile võtmesõnad ehk tähendusüksused (Laherand 2008: 120), mis sõrendatult trükituna on tekstis ka esile toodud. Põhistatud teooriale omase tõlgendusprotsessi eesmärk on väljendada andmeid ja ilminguid mõistetena, mis peaksid saama ka teooria peamisteks ehituskivideks (*ibid*: 124). Leidsin oma tähendusüksustele seletused kas Meditsiini sõnastikust (Ootsing, Trapido 2004) või Elmar Salumaa Süstemaatilise teoloogia käsiraamatust (Salumaa 2009).

Järgnevalt toon ära võtmesõnadele leitud seletused.

tüüpiline alkohoolik - *tüüpsümptom- sümptom, mis on diagnoosi seisukohalt tähtis (sageli ka vara avalduv ja/või tugev), alkohoolik- alkoholismi põdev isik* (Ootsing 2004: 30).

abistamine - *abistajarakk -vt.CD4-rakk, T-abistajarakk, T-rakk, mis aktiveerib ja abistab teisi immuunsüsteemi rakke* (Ootsing 2004: 8).

usaldus - usk - kristluse põhiantusi ja väljendab piibellikult mõistetud vahekorda inimese ja Jumala vahel, on seega oma olemuselt vahekorramõiste (Salumaa 2009: 410).

mõistus - intellekt- mõistus, aru, taip, mõtlemisvõime; vrd.intelligentsus (Ootsing 2004: 304).

palve - üldreligioosne nähtus, esineb nii kõige primitiivsemas religioonis kui kõrgreligioonides, kristlus kaasa arvatud (Salumaa 2009: 311).

„viina“kurat - kurjad vaimud- ehk demonid esinevad piibellikus käsitluses sageli ka korrumpeerivate jõuteguritena kogu looduse üle (Salumaa 2009: 243).

Minu küsimuste teemade liikumise suund oli taotluslikult AA-st Jumala poole. Samal moel ka märksõnadele seletuste leidmisel sain kasutada vastavalt Meditsiini sõnastikku esimese ja teise teema puhul. Kolmanda ja neljanda teema märksõnadele sain vaste ainult Salumaa Süstemaatilise teoloogia käsiraamatust.

Koostas in väga lihtsustatud ja üldise mudeli, mis aitab selgitada suhteid ilmingu, selle põhjuste ja tagajärgede vahel. Loomulikult saan kasutada siin ainult enda intervjuudest saadud andmeid.

**PÕHJUSED** - tüüpiline alkohoolik (lihtsustatult)

põhjuste tagajärjeks on ILMING – alkoholism

ilmingut mõjutavad ühelt poolt

**KONTEKST JA SEKKUMISTINGIMUSED** – koosolek (mõistus), abistamine

teiselt poolt STRATEEGIAD sekkumiseks – palve, usaldus (usk Jumalasse)

ilmingule järgneb TAGAJÄRJED (kaks võimalikku): 1. surm; 2. elu- kaine alkohoolik

Minu intervjuueeritavatel oli kõigil olemas Põhjused ja Ilming. Konteksti ja Sekkumistingimusi omasid seitsmest küsitlervast kuus. Strateegiat kasutasid rohkem või vähem kõik seitse küsitlervat.

Kuuest intervjuueritavast viis võtab osa väga aktiivselt AA koosolekutest. Neist kaks on olnud juba pikka aega (15-20 aastat) kained ja võtavad osa millegi uue moodustamisest. Kuuest intervjuueritavast kaks on jäänud kaineks esimesel korral (neist üks käib edasi AA-s (kaine 1 aasta), teine on lahkunud AA-st ja käib kirikus).

Kuuest intervjuueritavast kolm satuvad tihti uuesti alkoholi tarbima, samuti üks küsitletav.

Intervjuueritav, kes AA asemel kirikus käib, ei tunne end enam alkohoolikuna ega nimeta end ka kaineks alkohoolikuks, vastupidiselt teistele küsitletutele.

Kokkuvõtvalt võiksin oma algselt tõstatatud küsimusele vastata läbi selle uurimustöö tulemuste järgnevalt: Jumalal on alkohooliku kainenena püsimisel äärmiselt oluline roll. Alkohoolik, kelle sooviks on saada kaineks alkohoolikuks, astub konkreetseid sammud, et kõrvaldada pinge allikad või selle toimed. Seda nimetatakse aktiivseks toimetulekukuks. Sotsiaalse toetuse otsimine puudutab nii nõuannete kui informatsiooni nõutamist. Pöördumine usu poole tähendab abi ootamist Jumalalt. (Lehtsaar 2013: 111)

AA liikumine on anonüümne organisatsioon ja mingeid arvestusi seal ei peeta. See raskendab igasuguste statistiliste järelduste tegemise. Läbi oma tehtud empiirilise uurimuse joonistus välja siiski teatav muster. Kõikidele minu poolt küsitlevatele AA liikmetele andis jõu püsida kaine soov toetuda Jumalale või Kõrgemale Jõule. AA-sse võisid nad jääda käima aastateks ja seda üldjuhul lausa igapäevaselt. Mõnes mõttes võiks seda nimetada samuti sõltuvuseks, siis AA-sõltuvuseks.

AA rühmas käimisest loobus minu seitsmest küsitletavast üks inimene, samal ajal jäädes kaineks. Olles enne AA rühmaga liitumist ateist, sai AA-s käies Jumal tema jaoks reaalseks. AA-s käimise asemel hakkas ta käima kirikus. Samuti ei pidanud ta enam vajalikuks nimetada ennast alkohoolikuks, mis AA-s käies nõutud oli.

Andmeid, kui palju inimesi on saanud just AA-st tõuke liituda kirikuga, võiks ehk saada juba ainult kirikuliikmeid küsitledes.

## KOKKUVÕTE

Minu uurimustöö oli eelkõige seotud inimeste ja nende ellujäämisega. Mina seadsin endale küsimuse, kas nad saavad seda teha toetudes AA-le või vajavad nad kainena püsimisel Jumala abi. Iga inimese lugu oli isiklik ja personaalne, aga võib öelda, et üks ühisosa oli olemas ja leitud: nad on teel, ja tahavad jääda kaineks.

*„Neile inimestele on ühine see, et nad on selleks sunnitud. Keegi on öelnud, et ükski inimene ei muutu enne, kui muutumisest loobumine liialt vaevaliseks kujuneb. Teele asumine pole seega mingi sangaritegu...“.* (Hellsten, 2007: 133)

Mulle tundub, et aastal 2014 on muutunud alkoholisõltlasest inimene meile teistele, siis mittealkohoolikutele, arusaadavamaks tänu ajakirjandusele ja meediale. Ka Eesti Riigikogu on võtnud ette meetmeid alkoholipoliitika suhtes. Näiteks anti Sotsiaalministeeriumis välja „Alkoholipoliitika roheline raamat“, milles on eriline tähelepanu pööratud alkoholi kättesaadavuse ja alkohoolsete jookide müügiarenduse piiramisel. (Sotsiaalministeerium. Alkoholipoliitika roheline raamat, 15.04.2014)

Ilmselt puudub täna Eestis rahuldav sõltuvusravi kättesaadavus. Ameerikast 1935-ndal aastal alguse saanud AA liikumine on paljudele inimestele elulise tähtsusega. AA koosolekud on üles ehitatud oma mõtete avaldamisele ja olukordade lahtiseletamisele. Ma ei oskaks praegu nimetada samalaadset võimalust ja organiseeritust kaks korda päevas ja iga päev ennast selliselt avada. Ka Jumal ja tema vägi on sinna programmi juba algselt sisse kirjutatud. Jumalale tänu, et inimene oma isekuses ei ole teda sealt täna ka välja kirjutanud. Ilmselt on tegu inimestega, kellel on raske koorem seljas kanda ja üksi seda kanda ei jaksa. Naaber ega sõber ei mõista ja kaassõltlasel on tegemist iseendaga.

AA on säilitanud tänaseni oma algse kuju ja vormi ja tundub, et see toimib. Samuti on hea meel tõdeda, et järjest rohkem jõuab teadmine selle organisatsiooni olemasolust ka abivajajateni.

Ja lõpuks, keegi alkohoolikust ei peaks ennast tundma ühiskonnast väljatõrjutu või teisejärgulise kodanikuna. Abi on ju tegelikult leitav. Tänapäeva meditsiin peab alkoholisõltuvuse ravi efektiivseks. Uuringute järgi saavad ravist kasu rohkem kui pooled patsientidest. Paranemine ilma spetsialisti abita õnnestub aga umbes igal viiendal. (Aalto 2012: 6)

Ka minu empiiriline uurimustöö jõudis tulemuseni, et kaineks jäämine on võimalik. AA-s ei räägita kunagi alkoholismist paranemisest. AA-s ollakse kained alkohoolikud. Mina jõudsin tulemuseni, et Jumal saab ka sellest staatusest välja tõsta.

## KASUTATUD KIRJANDUS JA ALLIKAD

1. AALTO, Mauri. Alkoholisõltuvus. Tallinn, AS Medicina, 2012.
2. Anonüümsed Alkohoolikud. Lugu sellest, kuidas tuhanded mehed ja naised on paranenud alkoholismist. Tallinn, Printall, 1995.
3. CHEVALIER A., PODOLSKI I., Alkoholism ja võitlus selle vastu. Tallinn, Eesti Riiklik Kirjastus, 1955.
4. FOWLER, James W. Stufen des Glaubens. Gütersloher Verlagshaus Gerd Mohn. Gütersloh, 1991.
5. HELLSTEN, Tommy. Jõehobu elutoas. Kirjastus Pilgrim, Tiina Ristimets, Tallinna Raamatutrükikoda, 2007.
6. HELLSTEN, Tommy. Elu laps. Kirjastus Pilgrim, Tiina Ristimets, Tallinna Raamatutrükikoda, 2007.
7. LAHERAND, Meri-Liis. Kvalitatiivne uurimisviis. Tallinn, OÜ Infotrükk, 2008.
8. LEHTSAAR, Tõnu. Hingepilk. Tallinn, Kristlik kirjastus Logos, 1994.
9. LEHTSAAR, Tõnu. Sissejuhatus religioonipsühholoogiasse. Eesti Keele Sihtasutus, AS Pakett, 2013.
10. LIIV, Anti. Anonüümsed Alkohoolikud (AA) – kes nad on? Tallinna Vabariiklik Narkoloogiadispenser, Tallinn, 1988.
11. OOTSING, Sirje, TRAPIDO, Laine. Meditsiini sõnastik. Tallinn, Kirjastus Medicina, 2., uuendatud trükk, 2004.
12. SALUMAA, Elmar. Süstemaatilise teoloogia käsiraamat. Tallinn, Kirjastus Logos, EELK Usuteaduse Instituut, 2009
13. TAAL, Hiie. Usu roll töös sõltlastega Anonüümsete Alkohoolikute liikumise ja Tartu Vanglas läbiviidava sotsiaalprogrammi Igapäevane valik näitel. Bakalaureusetöö. Tartu, 2012.
14. AA Estonia. <http://www.aaestonia.com/index.php?id=4>
15. AA Estonia. Vlad. <http://www.aaestonia.com/index.php?id=78>

16. Alkoholi roheline raamat.

[http://www.sm.ee/fileadmin/meedia/Dokumendid/Tervisevaldkond/Tervisepoliitika/Alkoholipoliitika/Failid/Alkoholi\\_roheline\\_raamat](http://www.sm.ee/fileadmin/meedia/Dokumendid/Tervisevaldkond/Tervisepoliitika/Alkoholipoliitika/Failid/Alkoholi_roheline_raamat).

17. SHWEITZER, Friedrich. Handbuch Interreligiöses Lernen, 2005. Religiöse Identitätsbildung.

[http://www.cimuenster.de/biblioinfothek/open\\_access\\_pdfs/Handbuch\\_Interreligioeses\\_Lernen/24-Schweitzer-Religioese\\_Identitaetsbildung.pdf](http://www.cimuenster.de/biblioinfothek/open_access_pdfs/Handbuch_Interreligioeses_Lernen/24-Schweitzer-Religioese_Identitaetsbildung.pdf)

# **Religious influences in the Alcoholics Anonymous program**

## **Summary**

In Estonian society, alcohol consumption has become a common occurrence in our everyday lives. For the most of us, this is limited to reasonable amounts, which doesn't cause any directly observable harm. However, a significant part of the population consumes alcoholic beverages to such an extent that it endangers their own health and well-being, as well as affecting the people close to them, their children and their parents.

Since alcoholism is an illness that causes serious health problems (Ootsing 2004: 30), it should be expected that its treatment requires considerable medical intervention. In the Alcoholics Anonymous movement (from now on AA), which is the subject of my research, medical help is not used. The 12 steps of the AA program are all to a greater or lesser extent linked with God, or some other higher being.

In my thesis I have raised the question of what kind of a role can an alcoholic's belief in God have in his or her process of attaining sobriety. My use of the name God does not signify a specific Christian deity, but rather some higher being or a higher force in general.

My research into this topic was motivated by a desire to learn how an Estonian person can successfully cope with a twofold dilemma: 1) to admit their alcoholism, and 2) to ask for help from a being about whose existence they may have previously had no knowledge of. Both of these aspects are still considered taboo in our society. Such a person is therefore faced with a twofold identity crisis. According to James W. Fowler, a theologian and a professor of human development, one of the main criteria for the development of faith is crisis. After each crisis, faith may come to be more open, and more natural and understandable to a person. (Fowler 1991)

In my inquiry, I employed the methods of qualitative research: observation, interviews and verbal communication. My aim was to bring this delicate subject to light through people's subjective viewpoints.

The AA movement is extremely anonymous, and therefore they don't keep any statistical records of their work. This makes the drawing of any conclusions all the more difficult. However, in the interviews I conducted, a certain pattern emerged. For all the subjects I questioned, it was the will to lean on God or some other higher force that gave them the strength to stay sober. It also turned out to be common that people keep attending AA groups for years, even as a daily occurrence. In a way, this could also be called an addiction: an addiction to AA. Out of the seven people questioned, only one stopped going to AA meetings, all the while still staying sober. Having been an atheist before joining the AA group, it was in AA that God became a part of her reality. So instead of continually going to AA, she started attending church. She also didn't deem it necessary to keep calling herself an alcoholic, which is something that AA attendees are required to do.

The data on how many people have joined the church because of AA is, however, something that could perhaps only be attained by questioning churchgoers.

## **Lihtlitsents lõputöö reprodutseerimiseks ja lõputöö üldsusele kättesaadavaks tegemiseks**

Mina, Greta Vaus (12.07.1967)

1. annan Tartu Ülikoolile tasuta loa (lihtlitsentsi) enda loodud teose

### **Usulised mõjutused Anonüümsete Alkohoolikute programmis**

mille juhendaja on dr. theol. Maire Latvala

- 1.1.reprodutseerimiseks säilitamise ja üldsusele kättesaadavaks tegemise eesmärgil, sealhulgas digitaalarhiivi DSpace-is lisamise eesmärgil kuni autoriõiguse kehtivuse tähtaja lõppemiseni;
- 1.2.üldsusele kättesaadavaks tegemiseks Tartu Ülikooli veebikeskkonna kaudu, sealhulgas digitaalarhiivi DSpace'i kaudu kuni autoriõiguse kehtivuse tähtaja lõppemiseni.
2. olen teadlik, et punktis 1 nimetatud õigused jäävad alles ka autorile.
3. kinnitan, et lihtlitsentsi andmisega ei rikuta teiste isikute intellektuaalomandi ega isikuandmete kaitse seadusest tulenevaid õigusi.

Tartus, 05.05.2014