

- af mad, alkohol, stoffer, arbejde, sex, mennesker m.m.
- at konfrontere sit livs smerte og blive fri

Afhængighed skyldes trangen til at flygte fra sin livssmerte

I bogen “Kvinder der elsker for meget” har forfatteren **– AT KONFRONTERE SIT LIVS** Robin Norwood den fremragende indsigt at afhængighed i **SMERTE OG BLIVE FRI** almindelighed skyldes trangen til at **flygte** fra **Sig** selv over i noget andet.

Et afhængigt menneske er hoppet ud af sig selv og over i det, som han eller hun er afhængig af. Formålet med at hoppe ud af sig selv er ganske enkelt: at undgå at mærke sig selv. At undgå at mærke smerten i ens liv. At undgå at mærke alt det i livet, der langt fra er, som det skal være.

De fleste mennesker gør alt hvad de kan for at undgå smerten, fordi de ikke ser mening i den.

Men der er faktisk mening med smerten. Den livssmerte der stadig sidder i os efter en lang og kompliceret personlig historie, fortæller os, at noget ikke gik som det skulle dengang, og at det stadig ikke er på plads.

Der er noget vi stadig har at lære om livet. Og det er på tide at få det lært.

For at lære og blive fri må vi **rense** os. Det sker ved at gå gennem smerten. Når vi mærker den og sætter ord på følelserne, kan vi godt se, hvad der gik skævt – og hvordan vi traf uhensigtsmæssige beslutninger, der faktisk har fastholdt situationen helt til den dag i dag. Såret bløder stadig. Det er på tide at få det helet.

Den “medafhængige” er en central del af problemet!

Det interessante ved arbejdet med afhængige mennesker – uanset hvad afhængigheden handler om – er, at der næsten altid er en “medafhængig”, der hopper over i den afhængige, på samme måde som den afhængige hopper ud af sig selv og over i maden, sexen, alkoholen, jobbet etc.

Den medafhængige er sådan en, der tilsyneladende “elsker for meget” – sådan en engel, som den slemme alkoholiker, arbejdsnarkoman e.l. er heldig at have ved sin side – men som i virkeligheden blot er afhængig af den anden person, på samme måde som den anden person er afhængig af jobbet, maden, alkoholen eller hvad det nu er. Den afhængige kan derfor ikke let slippe ud af sin afhængighed, fordi et nært menneske er afhængig af at personen er afhængig! Og derfor ubevidst vil gøre alt for at fastholde ham eller hende i sin afhængighed.

Sådanne komplicerede sammenhænge kan være svære at gennemskue for den person, der lider under sin afhængighed, og for hvem fx alkoholafvænningen gang på gang mislykkes – til venners og pårørendes store fortrydelse.

Vejen ud af afhængigheden er vejen igennem smerten

For at blive fri af sit misbrug må man derfor på samme tid se på sin historiske livssmerte og på sin sociale livssituation her og nu. At blive fri vil også sige at blive **fri** i forhold til andre mennesker, og det er nogle gange det mest skræmmende.

For vi behøver faktisk ikke være afhængige af nogen, når vi kan regne fuldt og **helt med os selv**. Så er vi frie til at leve som vi vil, med dem vi vil. Først i den frihed kan kærligheden og ånden trives.

Om pilotforsøget og vores nye forskning

Kuren som du tilbydes her på klinikken, er en kombination af livsfilosofi, holistisk psykoterapi og holistisk kropsterapi. Den blev i 1999 pilottestet på 16 arbejdsløse alkoholikere, der ikke kunne hjælpes til uafhængighed med antabus. 6 måneder efter kurens afslutning havde 9 det langt bedre, og af disse var tre kommet i **arbejde**.

Vi håber at du vil deltage i vores forskning – og besvare spørgeskemaer om livskvalitet m.m. før og efter din behandling. Se venligst brochuren “Forskning og udvikling”.

Velkommen

Velkommen til Forskningsklinik for Holistisk Medicin, hvor vi vil gøre alt for at hjælpe dig ud af din afhængighed – forudsat at du vil **hjælpe dig selv**. Læs mere om behandlingen i brochurerne “Livskvalitetspakken”, “Behandlings- og udviklingsplanen” etc.

Bevidsthedsorienteret lægevidenskab – Sundhed gennem livskvalitet og personlig vækst

Projektleder - Bent Mathiasen. AD -Elisabet Merle Petersen.Tlf.: 00312042 16517. Grafisk design - Innaendesign MDD, Tlf.: 7020 1230. Billedkunstner - Pia P. Tlf.: 2360 7719 . Trykning - Phønix-Trykkeriet Tlf.: 8733 6699 - Papir: Munken Lynx - TreBruk Papir A/S 43664366

Grafisk produktion og sponsorer:



Bliv smuk, god og sand. Pia P. har malet “Verdensmoderen” efter inspiration fra Gustav Klimt til Forskningsklinik for Holistisk Medicin. “Verdensmoderen” udtrykker en indre tilstand af skønhed, godhed og sandhed. Klinikken skal netop hjælpe folk til at blive mere smukke, gode og sande.



FORSKNINGSKLINIK FOR HOLISTISK MEDICIN APS

Teglårdstræde 8A, DK - 1452 CPH.K, Tlf. +45 3314 1113, Fax. +45 3314 1123

linik@livskvalitet.org, www.holistiskmedicin.dk

© 2002 Forskningscenter for Livskvalitet og læge Søren Ventegodt

“Livskvalitet som medicin”

ISBN 87-90190-38-6

Ret til ændringer forbeholdes