**Vladimír Schwandtner: Alkoholizmus som študoval vyše 20 rokov, mám z neho aj postgraduál**

23.10.2014, 06:15 Bratislava/Budmerice

Kto by si do vlastného domu, kde žije s manželkou a deťmi, nasťahoval mladých narkomanov a iné stratené existencie, aby im pomohol zbaviť sa závislosti? Vladimír Schwandtner to urobil a hoci nie je študovaným odborníkom, v liečbe drogových závislostí dosiahol nevídaný úspech.

Čerpal z vlastných skúseností bývalého alkoholika. Vymyslel si aj vlastný titul Lr. (ľudový riešiteľ), pretože tvrdí, že závislosti sa nedajú liečiť, iba riešiť. Mladých ľudí, o ktorých sa stará, nazýva svojimi deťmi. „Človek, ktorý bol na dne a vyplával hore, si život dokáže oveľa viac vážiť,“ zdôveril sa rozhovore pre Aktuality.sk.

* **Netajíte, že ste bývalý alkoholik. Ako ste sa ním stali a ako dlho ste so závislosťou bojovali, kým sa vám nad ňou podarilo vyhrať?**

Pil som od mládeneckých rokov. Samozrejme, že to má vývoj a vtedy som ešte nebol alkoholik. Ak by som to mal vyjadriť v rokoch, tak to bolo asi dvadsať rokov problémového pitia. So závislosťou som nebojoval, skôr som si ju užíval, ako každý alkoholik. Hovorí sa, že alkoholici majú problém s alkoholom, no v skutočnosti majú problém bez alkoholu.

* **Prvý raz ste sám dokázali pol roka abstinovať, no potom ste začali zase piť. Prečo ste to vtedy nevydržali?**

Bol som „kvartálny alkoholik“, ako som si to v reči svojho kmeňa nazval. Svoje pitie som nepovažoval za problém. Chodil som pravidelne do práce, bol som dokonca jeden z najlepších pracovníkov. Keď som si vypil, bol som zábavný, obľúbený a neprekážalo mi to v tom, aby som normálne fungoval. Pil som sústavne a raz za kvartál som sa odviazal. Problémy som mal hlavne v rodine, kde sa to nikomu nepáčilo. Ak som si nedal prvý pohárik, neopil som sa, preto som dokázal robiť v pití prestávky.

* **Vďaka čomu ste sa nakoniec dokázali zbaviť alkoholu? Čo bolo vašou najväčšou motiváciou?**

Bola to hlavne moja rodina, ktorú by som stratil, ak by som v pití pokračoval. Takisto silný motív bol, že som nechcel, aby mi niekto určoval pravidlá. Mal som s tým problémy od malička, nenechal som si od nikoho rozkazovať. Nezvládli ma rodičia, učitelia, velitelia na vojne, manželka a zrazu mi rozkazoval alkohol.

* **V odborných kruhoch sa už roky vedú spory, či je správne používať výraz „abstinujúci“ alebo „vyliečený“ alkoholik. Väčšina psychológov tvrdí, že žiadny alkoholik vyliečený nie je, lebo stačí, aby si raz vypil, a znova prepadne závislosti. Aký je váš názor?**

To je pre mňa naozaj najmenší problém. Doktori hovoria, že som alkoholik a pritom vyše dvadsať rokov nepijem. Ak je to pre nich dôležité, nech si to hovoria.

* **V rámci odvykania ste absolvovali trojmesačný pobyt v protialkoholickej liečebni. Aký to bol zážitok?**

Nebolo to v rámci odvykania. Od toho sa nedá odvyknúť. Závislosť je silnejšia ako sex. Prináša rozkoše, odháňa zlé myšlienky, odstraňuje bolesti a prináša blaho. Ak by sa zrazu stal sex pre spoločnosť neprijateľný, kto by sa hrnul na liečenie, aby sa ho zbavil?

* **Z amerických filmov poznáme scény, keď sa na stretnutí alkoholikov každý z nich postaví pred ostatných, povie svoje meno a prizná si, že je alkoholik. Absolvovali ste i vy takú skupinovú terapiu? Je také verejné priznanie na niečo dobré?**

Pre alkoholika je fakt, že ho druhí označujú za alkoholika neprijateľný. Je to ako najhoršia nadávka či obvinenie. Tak je to však iba dovtedy, pokiaľ ten človek pije a to jeho pitie mu prináša rôzne problémy, ktoré nechce vidieť.

Ak prestane piť a zbaví sa svojich problémov, tak zrazu nemá ani najmenší problém sám seba označiť za alkoholika. Už to totiž nie je jeho problém, ale tých, ktorí ďalej pijú. Zrazu je hrdý na to, že je alkoholik a nepije, že niečo všeobecne skoro nemožné zvládol. V amerických filmoch je to, samozrejme, vo väčšine prípadov somarina. Tam sa ani nenabíjajú pištole a strieľajú stále, no dobre sa na to pozerá.

* **Vraví sa, že opitý človek hovorí pravdu. Vraj povie i to, čo by si ako triezvy netrúfol. Súhlasíte?**

Opilec stráca zábrany, a tak sa stáva, že sa vyčúra z terasy na verejnosti, čo by inak neurobil. Alkohol aj posmeľuje a robí zo zakomplexovaných ľudí Rambov, preto je možné, že niekomu niečo vykričí a potom si búcha hlavu o stenu. Ale že by alkohol bol prostriedkom na vyvolanie pravdovravnosti, to neverím.

* **Správanie ľudí pod vplyvom alkoholu je rozdielne – zatiaľ čo jedni sa len smejú a chcú sa zabávať, iní sú agresívni. Aj vy ste o sebe prezradili, že ste bývali násilnícky. Ukáže alkohol človeka takého, aký v skutočnosti je?**

Alkohol umocňuje momentálne nálady. Ak sa človek opije z radosti, tak je ešte radostnejší, ak sa opije od jedu, tak je zlý. Všetky tie nálady alkohol akoby zosilňuje.

* **Slováci patria medzi najväčších konzumentov alkoholu, najmä piva, na svete. V rebríčkoch sa umiestňujeme do desiateho miesta. Máme sklony k alkoholu v génoch?**

Niektorí Slováci! Nič nemáme v génoch, máme to v kultúre. Teraz je pitie najrozšírenejšie medzi deťmi a mladými ľuďmi. Štát s tým nič nerobí a zdá sa, že mu to vlastne vyhovuje.

* **Tvrdíte, že závislosti sa nedajú liečiť, lebo na to nie sú lieky. Dajú sa iba riešiť. Ako?**

Ak by som mal na to len sčasti odpovedať, tak by som musel napísať niekoľko kníh.

* **Po tom, ako ste sa porátali s vlastnou závislosťou, ste začali pomáhať závislej mládeži. Venujete sa len narkomanom, alebo aj iným závislým – alkoholikom či gamblerom?**

U nás boli skoro všetky možné kategórie. V poslednom čase som tu mal aj viacero dievčat s anorexiou, bulímiou, psychickými problémami a podobne. Minulý mesiac sa dve z nich vydávali.

* **Viete povedať, o koľko takých stratených existencií ste sa už postarali?**

Fyzicky u nás za posledných 18 rokov bolo asi 300 ľudí. Oveľa viac však bolo takých, čo u nás nezostali. Buď som ich nasmeroval inam, lebo také riešenie bolo pre nich lepšie, alebo nemuseli u nás zostať a len som im pomáhal ich problémy riešiť „na diaľku“.

* **Koľkým z nich sa podarilo závislosti nadobro zbaviť a koľkí to nakoniec nezvládli? Boli aj takí, čo od vás odišli ako „čistí“, a po čase sa vrátili, lebo zlyhali?**

Prevažná väčšina našich detí je v poriadku. Niekedy to išlo na prvýkrát, niekedy museli prísť opakovane. Vo väčšine prípadov boli na vine rodičia, lebo si mysleli, že dieťatko sa umravnilo a už je v poriadku. Tak treba rýchlo zabudnúť, že boli nejaké problémy. Takto to však nefunguje.

* **Našli sa aj takí, ktorých ste odmietli prijať? Stalo sa, že vás niekto z nich tak sklamal, že ste ho poslali preč? Stretli ste sa aj s nejakými beznádejnými prípadmi?**

Samozrejme, že som mal aj také prípady, no nikoho som od seba nevyhnal. Pár z nich som však nasmeroval inde, lebo náš spôsob im nevyhovoval. Stalo sa aj to, že som niekoho nemohol opakovane zobrať, pretože som nemal kam.

* **Ktoré vaše „deti“, ako ich prezývate, vám najviac utkveli v pamäti?**

Všetky! Niektorí z nich sa stali naozaj našimi deťmi. Najviac spomínam na tie, čo zomreli.

* **Pamätáte si nejaké humorné, alebo, naopak, smutné príhody, ktoré ste pri „deťoch“ zažili?**

Písal som o tom na svojom blogu. Takých príbehov bolo tak strašne veľa, že by sme to mohli písať na pokračovanie.

* **Pôvodným povolaním ste elektrikár. Napriek tomu ste v práci so závislými dokázali viac ako mnohí vyškolení experti – psychológovia či psychiatri. Čím to je?**

Ja som vyškolený expert. Elektrikárčinu som študoval tri roky a alkoholizmus vyše dvadsať. Potom som mal ešte dvadsaťročný postgraduál, ktorý som si robil u nás doma s mojimi deťmi.

* **Aký systém terapie využívate? Na čom je založený? Vytvorili ste si ho sám?**

Neviem, čo je to terapia, tak to ani nerobím. Iba sa starám o svoje deti, učím ich a dávam im zo seba to najlepšie, čo vo mne je. Mám len jednu zásadu – že oni sú dôležitejšie ako ja.

* **Pri liečbe využívate najmä horúci kúpeľ a akupunktúru. Z nej dokonca máte certifikát. V čom sú výhody týchto metód a ako ste ich objavili?**

Ten horúci kúpeľ je na odstránenie bolestí, lebo v horúcej vode sa začne telo prehrievať a mozog reaguje tak, že sa bráni prehriatiu. Odkrví sa a všetka krv sa presúva do pokožky, aby sa telo ochladilo. Taký odkrvený mozog si zachová iba najdôležitejšie funkcie ako je dýchanie a krvný obeh. Odpojí však signalizačnú sústavu a človek zrazu necíti bolesti. To je známe už mnoho desaťročí, len to nikoho nenapadlo použiť na toto. Akupunktúra je vlastne detoxikačná metóda vyvinutá v Lincolnovej nemocnici v Bronxe. Absolvoval som taký výcvik a dostal som aj osvedčenie. Je to veľmi dobrá metóda, tak ju už roky používam. To sú však len dve z mnohých.

* **Čo je vlastne rozhodujúce, keď sa človek chce zbaviť závislosti? Musí sám chcieť, mať pevnú vôľu, cítiť podporu najbližších?**

Motív! Nielen chcieť, ale hlavne vedieť, prečo to chcem.

* **Viete už na základe dlhoročných skúseností odhadnúť, keď závislého človeka vidíte po prvý raz, či má dosť síl, aby sa z toho dostal, alebo to nikdy nedokáže?**

Dosť síl má každý, len nemajú motív.

* **Ujali ste sa i „detí“, ktoré celý svet odvrhol. Zriekli sa ich príbuzní, pre všetkých boli len klamármi, „feťákmi“ či zlodejmi, troskami bez ľudskej dôstojnosti. To si vyžaduje obrovský kus empatie. Ako to dokážete?**

Takí boli skoro všetci, ale ja v nich vidím obrovský potenciál. Človek, ktorý bol na dne a vyplával hore, si život dokáže oveľa viac vážiť a stane sa oveľa hodnotnejší, ako keby nikdy na dne nebol.

* **Okrem adoptovanej dcéry, bývalej narkomanky, máte i dve vlastné deti. Necítili sa odstrčené, keď ste si do domu nasťahovali mladých narkomanov? Ako to celé vnímali?**

Cítili sa odstrčené, no myslím si, že som sa im viac venoval, ako keby som toto nikdy nerobil. Domnievam sa, že ich to veľmi posilnilo. Mnohé z našich „detí“ sa stali naozajstnými súrodencami mojich vlastných detí.

* **Vaša dcéra Renáta vyštudovala psychológiu. Nekráča v otcových šľapajach? Nechce pracovať s drogovo závislými?**

Má svoj život a svoje predstavy o ňom. Dúfam, že nepôjde v mojich stopách, lebo to je v našich podmienkach očistec. Dvadsať rokov som sa staral o svoje decká a robil som naozaj otrockú prácu. Teraz nebudem mať nárok asi ani na dôchodok.

* **„Deťom“, ktorým pomáhate zbaviť sa závislosti, odporúčate písať o tom, čo prežili. Dvom vašim zverenkyniam zápisky dokonca vyšli knižne. Pútavý román Tatiany Melasovej Tovar je stále v predaji. Zarážajúce je, že ho vydala pod vlastným menom, na obálke knihy je dokonca jej fotografia. To dievča má pritom už nový život, partnera i dieťa. Nemôže jej neskôr uškodiť, že tak otvorene písala o všetkých tých špinavostiach, ktoré prežila – drogách, prostitúcii, násilí...? Čo keď sa raz niekto bude vysmievať jej synovi?**
* Táni tá kniha zachránila život. Nemá sa za čo hanbiť, aj keď robila veci, aké popisuje v knihe. Neviem, či by niekto z tých, čo by ju odsudzovali, dokázal vystúpiť z toho vlaku, v ktorom sa viezla ona. Minulý týždeň u nás bola so synčekom Adamkom. Končí vysokú školu, má svoju rodinu a povedala mi, že sa na budúci rok s jej Maťom zosobášia. Napíšeme pokračovanie jej knihy. Bude minimálne tak isto pútavá, zaujímavá a úspešná ako Tovar. A nebuďte taký zvedavý!

**Vladimír Schwandtner**

Narodil sa v roku 1952 v obci Častá, vyrastal vo veľkej rodine s piatimi súrodencami. Pil už od mládeneckých čias, až v roku 1993 skončil na protialkoholickom liečení v Pezinku. Kvôli rodine sa rozhodol s pitím prestať, čo sa mu podarilo.

Zmenil život a staral sa o mladých ľudí s rôznymi závislosťami. Začal tým, že si v roku 1994 s manželkou adoptovali 14-ročné dievča, ktoré už tri roky drogovalo. Od januára 1996 potom pribúdali ďalšie podobné „deti“. V jeho rodine strávili v rámci odvykania niekoľko mesiacov, niektoré aj zopár rokov.

V roku 2005 za svoju prácu získal cenu Humanitný čin roka. O svojich zážitkoch a zverencoch, ktorým pomáha, píše na blogu. Býva v Budmericiach, je ženatý, okrem adoptovanej dcéry má dve vlastné deti.

**Zdroj:** Radovan Krčmárik, Aktuality.sk **Foto:** Archív V. Schwandtnera, Isifa