

Bedraget oppstår på grunn av nytelse forkledd som et gode

**Kan Aristoteles' tenkning gi forklaringer
på dagens rusmisbruk?**

Tor Arne Løken



FIL4090: Masteroppgave i filosofi

Veiledet av professor Arne J. Vetlesen (fase 1) og
universitetslektor Olav Imenes (fase 2)

Institutt for filosofi, ide- og kunsthistorie og klassiske språk

Universitetet i Oslo

2010 Vårsemester

Sammendrag

Aristoteles har i den *Nikomakiske etikk* og *De Anima* gitt en fremstilling om hvilke fakulteter sjelen kan deles i, hvilke funksjoner de har og hvordan fakultetene ser ut til å fungere i et samspill. Han bruker dette til å forklare menneskers adferd på godt og vondt. Han holder oppe idealer og dyder som mennesket bør etterstrebe, og advarer mot adferd og laster vi bør unngå.

I denne masteroppgaven er hans tenkning om sjelens virkemåte brukt til å analysere hva som kan være grunner til at noen mennesker går inn i et liv fylt med rus, og relativt få av dem greier å finne en vei tilbake til et normalt liv. I følge Aristoteles peker vår streben ut målene for våre handlinger. Nytelse og smerte har stor innvirkning på valg av målene, og overkjører ofte konkurrerende faktorer som fornuft og de verdier vi har. Nytelser kan opptre som forkledde goder, og lokke oss til å gjøre ting som skader oss selv og andre.

Innvirkningen som sjelsdelene har på våre handlinger blir drøftet, spesielt hvilke forhold som ser ut til å spille en rolle for rusmisbrukere. *Akrasia* er et forhold hvor aktøren vet hva som er riktig å gjøre, men hvor han allikevel gjør noe annet. Aristoteles og Sokrates tar opp forholdet hver for seg, og vurderer om det skyldes aktørens følelser, begjær eller mangel på viten. Det gis eksempler på hvordan sjelsdelene kan komme i konflikt med hverandre, men det er "det ved oss som er herskende som beslutter".

Noen misbrukere greier å finne en vei tilbake til et normalt liv. Et av kapitlene i oppgaven er viet til en undersøkelse av hva som ser ut til å være nødvendige forutsetninger for å klare det. Forutsetningene er nært knyttet til fire sjelsdeler, som synes å spille en viktig rolle; streben, tro (overbevisning), fornuft og vilje. På hvilken måte dette skjer, blir drøftet, og det blir gitt belegg for en mulig vei ut av rustilværelsen. Sentralt i dette står avvenning av tidligere mål og streben, for å skape en ny motivasjon med endret mål og streben. Litteraturstudier, samtaler med tidligere rusmisbrukere og ledere av institusjoner for avvenning viser at det i alle fall er to metoder i bruk for dette arbeidet, en kognitiv og en normativ. Metodene blir drøftet og sammenholdt med Aristoteles' og Platon's sjelslære. Av begreper vi bruker i moderne sjelslære finner vi igjen de fleste hos Aristoteles og Platon, men noen ser ut til å mangle, slike som *vilje*, *tro* og *inspirasjon*, til tross for at disse evnene må ha vært til sted i deres daglige liv og handlemåter. Erfaring med tvang som avvenningsmetode blir også drøftet i oppgaven.

Forord

Bakgrunnen for denne oppgaven har vært en interesse og beundring for arbeidet som Aristoteles utførte for mer enn 2.300 år siden. Han er en av de mest innflytelsesrike av de store antikke tenkere. Gjennom observasjoner, logiske resonnementer og kontemplasjon produserte han og flere av hans samtidige litterære verk, som la grunnlag for filosofiske debatter og utvikling gjennom mange hundre år. Hjelpemidlene var svært enkle og ressursene begrenset, men læren deres ga oss retning for mange av vitenskapene vi har i dag. Selv har jeg fattet størst interesse for læren som Aristoteles utviklet om sjelen, dens fakulteter og virkemåter. Sentrale temaer om dette finner vi i hans to verk *De Anima* og den *Nikomakiske etikk*. Utredningene her gir grunnlag for en modell som egner seg for analyser av flere slag.

Det har avfødt en idé om at modellen kanskje kan brukes på noen av dagens problemområder i samfunnet. Eksempel på et svært aktuelt område er utbredelsen av rusavhengighet og rusmisbruk. Rusmisbruk koster det norske samfunnet anslagsvis 30 mrd kroner hvert år, fører til utglidninger i vår moderne levemåte og påfører aktørene mye smerte og et kvalitativt dårlig liv.

Hensikten med oppgaven er ikke å felle moralske dommer om rusmisbruket og rusmisbrukerne, men foreta en deskriptiv og fenomenologisk gjennomgang og analyse av misbrukernes situasjon og levemåte. Jeg har referert til Aristoteles syn på aktuelle etiske leveregler og temaer som grenser opp mot rusavhengighet og rusmisbruk.

Arbeidet med å fremskaffe underlag for oppgaven har skjedd i flere parallele spor.

- Litteraturundersøkelser primært innen filosofi, psykologi og samfunnsfag
- Deltakelse i aktuelle Mastergradskurs i filosofi (bl.a om den Nikomakiske etikk, Staten, Gorgias og De Anima)
- Kartlegging av statistikk og utredninger hos SIRUS (Statens institutt for rusmiddelforskning) og andre relevante institutter
- Samtaler med ansatte hos hjelpeorganisasjoner som driver bistand til rusmisbrukere (Blåkors, Frelsesarmeen og WayBack)

- Samtaler med klienter som har vært rusmisbrukere i mange år, og med noen av de som har greid å komme ut av ruslivet.

Det har vært tidkrevende å gå så bredt ut, men jeg har valgt å gjøre det for å fremskaffe et best mulig fundament og referansegrunnlag for oppgaven. Samtaler jeg har hatt med (tidligere) rusmisbrukere har ikke gitt statistisk eller systematisk grunnlag for analysen, men har bidratt som verdifull informasjon, samt muligheter til å teste ut antakelser og ideer for min tolkning av Aristoteles tenkning.

Jeg ønsker å rette en takk til professor Arne J. Vetlesen (fase 1) og universitetslektor Olav Imenes (fase 2) for veiledning av arbeidet mitt. Rådene som jeg fikk fra Imenes det siste året var spesielt viktige og nyttige for meg. Takk går også til to medstudenter: Hedvig Halvorsrud og Kjartan Eide for innsiktsfulle kommentarer og forslag til forbedring av oppgaven. Vi har arbeidet godt sammen i et kollokvium hvor innholdet av Aristoteles' litterære verk har vært hovedtema.

Innholdsfortegnelse

1. Innledning	6
2. Sjelsfakultetene og samspillet mellom dem	10
2.1 Eudaimonia og forholdet til dydene våre	11
2.2 Hvordan utvikler vi våre karakterdyder?	14
2.3 Fornuften og de intellektuelle dyder	16
2.4 Forholdet til følelsene	17
2.5 Hvordan beslutter vi handlinger?	17
3. Rusavhengighetens vesen og utbredelse	19
3.1 Den psykiske og fysiske avhengigheten	20
3.2 Momenter fra intervjuene	22
3.3 Rusbrukets utbredelse og forhold til samfunnet	23
4. Analyse av forhold som leder inn i rusen	26
4.1 Streben peker ut våre mål	28
4.2 Nytelse og smerte	30
4.3 Hvordan handler vi riktig og galt?	35
4.4 Handlinger som vaner	40
4.5 Moderasjon og hemningsløshet	42
4.6 Karaktersvakhet	44
4.7 Dannelse og tilvenning	53
4.8 Hva utløser handlinger?	54
5. Analyse av muligheter for avvenning	59
5.1 Brudd med vanene	62
5.2 Mål og streben	63
5.3 Kognitive grunner internaliseres	66
5.4 Normative grunner for avvenning	68
5.5 Drøfting av metode og modell	69
5.6 Valg og vilje	73
5.7 Tvang som virkemiddel	79
5.8 Begrepene som mangler	82
6. Oppsummering	85
Litteraturliste	94
Vedlegg: Møtejournal og veiledningsskjema	

1 Innledning

.... we should naturally be led to place in the front rank the study of the soul. The knowledge of the soul admittedly contributes greatly to the advance of truth in general, and, above all, to our understanding of Nature, for the soul is in some sense the principle of animal life. Our aim is to grasp and understand, first its essential nature, and secondly its properties.... (De Anima, Book 1, Chapter One; oversatt av J.A. Smith)

Slik åpner Aristoteles sitt verk *De Anima* (Om sjelen). Han sier at sjelen på en måte er prinsippet som gjelder i naturen for planter, dyr og mennesker. Kunnskapen vi får ved å studere sjelen fremmer ikke bare sannheten om artene, men hjelper oss først og fremst å forstå sjelens vesen, og dernest til å forstå sjelens egenskaper. Mennesket er en del av naturen og naturens utvikling. For å forstå menneskets virke og handlemåter må vi studere sjelen, for det er sjelen som igangsetter menneskets handlinger. Aristoteles studium av sjelen finner vi i hovedsak i *De Anima* og den *Nikomakiske etikk*. I *De Anima* undersøker han hva som kjennetegner sjelen, hvordan sansene våre virker og han gir oss innsikt i menneskets intellekt og handlingsmåter. I den *Nikomakiske etikk* foretar Aristoteles en systematisk inndeling av sjelens fakulteter, og gir oss sin versjon av virkemåten mellom sjelsdelene. Han gir oss også råd om hva han mener er den høyeste lykke og om hvordan vi bør leve våre liv.

Aristoteles holder opp idealer i antikken som eksempler til etterfølgelse, og refererer til evner og egenskaper som er nødvendige for å nærme oss idealskikkelsene. Et tema som står sentralt i hans analyser av sjelens virkemåte er kampen og dilemmaene som oppstår mellom menneskets streben og begjær på en side og vår fornuft og rasjonalitet på den andre siden. Som et eksempel viser han til at vi kan vite hva som er fornuftige handlinger, men allikevel gi etter for impulser, følelser eller begjær, og handle motsatt. I bok 7 av *Nikomakiske etikk* vurderes menneskets karakteregenskaper for å finne hvorfor vi foretar slike akrotiske handlinger. Nytelse og smerte er sterke motivasjonsfaktorer i oss. Det blir gitt belegg for dette i kapittel 4.2. Problemet er at vi kan bli forledet av hva som fremstår som nytelse fordi vi tror det er et ekte gode, og ikke skjønner at det er et farlig onde. I andre deler av verket drøfter han hva som kreves for at mennesker kan gjøres ansvarlige for sine handlinger og derfor med rette kunne klandres eller roses. Det er gode grunner til å tro at mesteparten av verket speiler rettstenkingen på Aristoteles' tid. Vi vet at viktige deler av hans etiske tenkning ble innlemmet i romersk lovgivning, og senere i moderne europeisk rettsvesen.

Analyser som er blitt gjort opp gjennom årene av Aristoteles verk viser at hans tenkning er dyptgående og omfattende, og er blitt gjenstand for intense filosofiske tolkningsdisputter i de senere tiårene.¹ Spørsmålet er om tenkningen til store filosofer fra antikken, som Aristoteles og Platon, kan finne anvendelse og være til nytte i aktuelle og påtrengende samfunnsproblemer slik vi opplever dem i dag. Tidsgapet er på over 2.300 år, og samfunnsforholdene har endret seg betydelig i løpet av disse årene. Kunnskap og teknologi har blitt utviklet og gjort oss i stand til å utføre stadig nye bragder og nyvinninger. Men menneskets fundamentale måte å tenke, føle og handle på ser ikke ut til å ha endret seg vesentlig.

Området som Aristoteles sjelpsykologi anvendes på i denne oppgaven har etter hvert utviklet seg til et omfattende og kostbart samfunnsproblem. Det er igangsatt nasjonale, regionale og globale program for bekjempelse av rusavhengighet. FNs organ for narkotika og kriminalitet (UNODC) har rapportert at det er gjort fremskritt i det siste tiåret, men nasjonale organer varsler samtidig at det også er flere tilbakeslag. Det har vist seg å være vanskelig å foreta beregninger av samfunnskostnader knyttet til utbredelse og misbruk av russtoffer. Nasjonale beregninger i USA, UK og Norge viser at utbredelsen (som andel av arbeidsføre mennesker) ligger på 7 – 8% for alkoholisme og ca 1% for narkotika utbredelse. Kostnadene som samfunnet påføres er svært store og beløper seg til ca. 6.000 kr for hver innbygger i arbeidsfør alder for alkoholmisbruk og anslagsvis 4.000 kr pr innbygger for narkotikamisbruk. Ca 70% av disse kostnadene er knyttet til fravær fra arbeidslivet, 15 - 20% til kostnader påført politi og rettsvesen, mens resten gjelder til kostnader påført sykehus, helse- og omsorgsvesen. Samtidig som samfunnet påføres mange ekstra oppgaver og store kostnader blir også aktørene selv rammet. Sykdommer, fattigdom, kriminalitet og elendig helse følger ofte med misbruket. Det er derfor svært gode grunner til å finne måter å forhindre at folk kommer inn i det mange av dem opplever som et mentalt fangenskap. Dette leder meg derfor frem til det som er siktemålet med den foreliggende oppgaven.

¹ Stanford Encyclopedia of Philosophy – Aristotle's Psychology (2003)

I denne Mastergradsoppgaven vil jeg anvende tenkningen til Aristoteles slik han utlegger den i Nikomakiske etikk og De Anima på det som etter mitt syn er en av vår tids største samfunnsmessige utfordringer, nemlig utbredelsen av rusmisbruk i en betydelig del av befolkningen. Spørsmål som det er aktuelt å stille i denne sammenheng er blant annet:

- *Kan sjelsspsykologien som Aristoteles beskriver, gi oss en bedre forståelse og forklaring på hvorfor mennesker kommer inn i et rusfylt liv? Hvilke forklaringer er det i såfall?*
- *Hva er det som gjør at noen av rusmisbrukerne greier å finne veien tilbake til et mer normalt liv? Hvilke forutsetninger ser ut til å være nødvendige og hvilken fremgangsmåte kan eventuelt være aktuell?*

Oppgaven er utviklet slik at jeg gir *redegjørelser* i de to første kapitlene, og foretar *analyser og diskusjon* i de siste kapitlene:

Kapittel 2 er en redegjørelse om hvordan Aristoteles gir et bilde av menneskets sjelsspsykologi. Han fremstiller den som en modell hvor de forskjellige sjelsdelene fungerer i et samspill. Dette får innvirkning på hvordan vi handler i forskjellige situasjoner, avhengig av både ytre og indre omstendigheter. Materialet er primært hentet fra den *Nikomakiske etikk*, og noe er hentet fra *De Anima*. For å anskueliggjøre utlegningene som Aristoteles gir oss om sjelens virkemåte, har jeg valgt å lage en grafisk modell som gir oss et mulig fysisk bilde av virkemåte og samspill.

Kapittel 3 inneholder en redegjørelse av temaet som skal undersøkes med anvendelse av Aristoteles sjelsspsykologi. Spørsmål om hva som kjennetegner rusproblematikken blir drøftet. Det blir undersøkt hvilke trekk vi ser hos rusmisbrukeren som kan knyttes til tenkningen i Aristoteles sjelsspsykologi. Noen av grunnene til at rusmisbruket er blitt en betydelig utfordring for storsamfunnet blir også belyst. Redegjørelsen om disse forholdene legger til rette for analysen og diskusjonen som følger i de neste kapitlene.

Kapittel 4 er en analyse og diskusjon om forhold som fører til at noen påbegynner et rusfylt liv, og blir der. Når vi ser hvilke dårlige konsekvenser misbrukerne påfører seg selv og andre, skyldes det sannsynligvis at noe fungerer galt i sjelen. Hvilke sjelsdeler er involvert og hva går feil i samspillet mellom dem? Spørsmål som dukker opp i denne

sammenheng er hva det kan skyldes at folk vet hva de bør gjøre i en gitt situasjon, men allikevel gjør noe annet. Det blir undersøkt hvilken betydning det får når vi handler ut fra vaner, impulser, planlegging og etter overveielser. Handlingers forløp og konsekvenser er også avhengig av hva som *utløser* handlinger.

I kapittel 5 undersøkes det om Aristoteles' og Sokrates' tenkning kan vise en vei ut av et rusfylt liv. Det blir drøftet hvilke mentale forutsetninger som synes å være nødvendige for at en aktør skal kunne greie å komme tilbake til et mer normalt liv. Hvilke sjelsdeler er involvert, og hvilken rolle spiller de i det krevende arbeidet med å opparbeide nye mål, begjær og motivasjoner? Basert på disse drøftelsene blir det vist til en mulig fremgangsmåte for avvenning. Det siste oppsummerende spørsmålet jeg drøfter er i hvilken grad Aristoteles tenkning for 2.300 år siden om sjelens virkemåter ser ut til å gi forklaring på veien inn, og ut av et rusfylt liv.

For å ikke gjøre temaet for oppgaven for stort har det vært nødvendig å gjøre en del avgrensninger. Intensjonen er å foreta en deskriptiv og fenomenologisk gjennomgang og analyse av sjelstrekk som ser ut til å være fremtredende i aktørerene. Som det ble nevnt i forordet er ikke hensikten å felle moralske dommer om rusmisbruken og rusmisbrukerne. Jeg har derfor begrenset meg til å vise til de etiske synspunkter som Aristoteles har om slike laster. Jeg drøfter heller ikke om det er genetiske, kausale eller miljømessige årsaker til rusmisbruket, fordi temaet ville blitt for stort.

Sitatene fra referanselitteraturen er gitt i språket fra bøkene som er brukt.

Hovedreferansen er *Aristoteles – Den Nikomakiske etikk*, (1999) oversatt av Øyvind Rabbås og Anfinn Stigen.

2 Sjelsfakultetene og samspillet mellom dem

Aristoteles gir i *De Anima* og den *Nikomakiske etikk* en utredning om menneskets sjelsfakulteter, og tegner også et bilde av hvordan disse fakultetene virker sammen. Med *sjelsfakulteter* menes det her hvilke deler av sjelen som er de mest sentrale for oss i den biologiske verden. I følge Aristoteles er dette

- ernæringsdelen som både planter, dyr og mennesker har
- sansesystemet som dyr og mennesker har
- fornuften som bare mennesket har

Ut fra dette viser Aristoteles at det finnes et hierarki i naturen. Mennesket er høyest rangert fordi vi besitter alle tre fakultetene. I *De Anima* er mesteparten av verket viet til hvordan sanseapparatet fungerer for seg, og i samspill med andre deler av sjelen. I tillegg til de tre overnevnte fakulteter vurderer Aristoteles posisjonen til *Forestillinger* og *Begjær*. Innen filosofien har det vært uenighet om tolkningen av hva Aristoteles betrakter som fullverdige sjelsfakulteter, men det synes å være enighet om at begjæret også har en slik posisjon, fordi det i seg selv har en sentral funksjon i menneskets væren.² Selv om *begjæret* er avhengig av å opptre sammen med sansene våre har det en avgjørende plass i menneskets målrettede adferd. *Forestillinger* derimot opptrer sammen med andre deler av sjelen og blir derfor betraktet som et underfakultet. I denne oppgaven vil jeg bruke fellesbetegnelsen *sjelsdelene* om både sjelsfakulteter og underfakulteter.

I fortsettelsen benytter jeg utlegningene i *De Anima* og den *Nikomakiske etikk* som grunnlag for teoretisk analyse av rusavhengiges situasjon og dilemmaer, og mulighetene for å finne mulige veier ut av uføret. Først vil jeg gi en overordnet beskrivelse av sjelsdelene. Dernest utdyper jeg hvordan Aristoteles tenker seg at disse fungerer som enheter og helhet.

² Stanford Encyclopedia of Philosophy: Aristotle's Psychology/Psycic faculties (2003)

2.1 *Eudaimonia* og forholdet til dydene våre

Et av de grunnleggende spørsmål som Aristoteles stiller i den Nikomakiske etikk er hva som er det største og viktigste gode for mennesket. Svaret han gir er *eudaimonia* eller en form for lykke. Ikke lykke som en følelse av nytelse, rikdom, god helse, ære eller respekt, men lykke som en beundringsverdig og utøvende posisjon hvor man *fungerer på sitt beste* som menneske. Det er en tilstand som ikke er reservert for lederne i samfunnet, men som kan nås av alle som har mulighet til å skape sitt eget liv; en best mulig virkeliggjøring av sin egen form, funksjon og evner.

Aristoteles moralfilosofi søker å finne forutsetninger for å oppnå *eudaimonia* samt å undersøke hva det innebærer. Han utdyper betydningen av to typer dyder som vi trenger for å nå *eudaimonia*; karakterdydene (*ethos*) og de intellektuelle dydene (*logos*). Vi trenger dem begge, vi trenger dem samtidig og vi trenger dem på riktig måte for å nå det ypperste gode.

Aristoteles tar utgangspunkt i at vi bør handle i tråd med den rette fornuft. (NE 1130b30). *Fornuften* har, som den viktigste intellektuelle dyden, to hovedoppgaver.

- Den er en ledende og foreskrivende dyd som gir råd om hvordan målet for handlinger skal nås.
- Den skal også sørge for en tilvenning av våre karakterdyder og holdninger over tid slik at vi forholder oss godt til våre følelser.

Karakterdydene er de lyttende dyder som mottar impulser og innspill fra flere kanter, både fra fornuften, sanseorganer og følelser. Hvor godt karakterdydene greier å forholde seg til innspillene er avhengig av hvor god trening og øvelse vi har opparbeidet over tid. Aristoteles snakker om en utvikling av karakterdydene på samme måte som vi opparbeider ferdigheter til å gjøre håndverk og andre praktiske oppgaver. Det som skiller karakterdydene fra ferdigheter er at karakterdydene blir utviklet til *holdninger*³ som ligger i latent beredskap til bruk når aktuelle situasjoner oppstår, mens ferdighetene er evner som brukes hvis målet er riktig. Med holdningene er vi rede til å forholde oss til følelser og begjær som oppstår i oss, og til å handle umiddelbart hvis situasjonen krever det. Derfor er det avgjørende at våre holdninger er blitt tilvendt og preget av fornuft og rasjonalitet over tid, og også at fornuften er blitt utviklet med de

³ Hexis: Holdningen er en stabil karakterdisposisjon og viser hvordan man forholder seg til egne og andres handlinger. Den vokser frem gjennom tilvenning. (Jfr. Habitus/vane) Rabbås s. 228.

riktige dydene. Med god harmoni mellom fornuft og holdninger vil vi handle på samme måte som fremragende idealer, som statsmannen og strategen Perikles.

Streben (orexis) er et samlebegrep for en tilstand⁴ vi er i når vi gjerne vil ha eller oppnå noe. Ifølge Aristoteles er streben en sjelsdel (*NE* 1102b29) som består av tre komponenter; begjær⁵, temperament⁶ og ønsker⁷. Streben er sammen med fornuft (*nous*) eller begrep (*logos*) et utgangspunkt for handlinger.⁸ Dermed er streben ikke et enkelt begrep. Det kan f.eks bety at vi vil ha et glass vann, eller at vi ønsker verdensherredømme. Det kan også bety at vi ønsker at vi aldri var blitt født. Men det som er felles for de aller fleste typer streben er at streben får oss til å føle, tenke og handle på en måte som bringer oss nærmere det streben har pekt ut som et mål. Streben er sammen med fornuften en forutsetning og et utgangspunkt for våre handlinger. Av disse tre komponentene er begjæret en viktig drivkraft i oss. Appetittene er en del av begjæret, og de forteller oss hvilke grunnleggende og kroppslige behov vi har for å overleve. Både planter, dyr og mennesker trenger føde for å overleve som individer, og for utøvelse av forplantningsevnen for å overleve som art. Appetittene har derfor en sentral plass i menneskers adferd. Men mennesket har flere typer begjær enn bare appetittene. Vi kan i varierende grad ha begjær for anseelse og berømmelse. Dette kan vi oppnå gjennom prestasjoner basert på ervervet kunnskap, kompetanse, fysiske evner og lignende. Begjæret kan vi tenke oss som seilene på en seilskute. Uten seil har vi ingen fremdrift, mens med mye seil kan vi komme frem til våre mål. Begjæret er på lignende måte det som gir oss drivkraft til å sette i gang handlinger som bidrar til at vi når våre mål. Drøfting av begjærets plass i sjelen og dets samspill med andre sjelsdeler er ført videre i kapittel 4.1.

For å visualisere hvordan sjelsdelene ser ut til å fungere i forhold til hverandre kan vi vurdere alternative skjemaer. I sin enkleste form ser vi at beslutning som ligger til grunn for en handling, blir fattet på grunnlag av streben og fornuft. Aristoteles uttrykker det slik i bok 6.2 i den Nikomakiske etikk:

⁴ *Desire*: Stanford Encyclopedia of Philosophy (Dec 2009)

⁵ **Begjær** (epithymia) retter seg mot nytelse (hedone), særlig i form av sanselig tilfredsstillelse. Jfr. det latinske appetitus. Har ikke evnen til å lytte til fornuften. (Rabbås/Stigen s. 225)

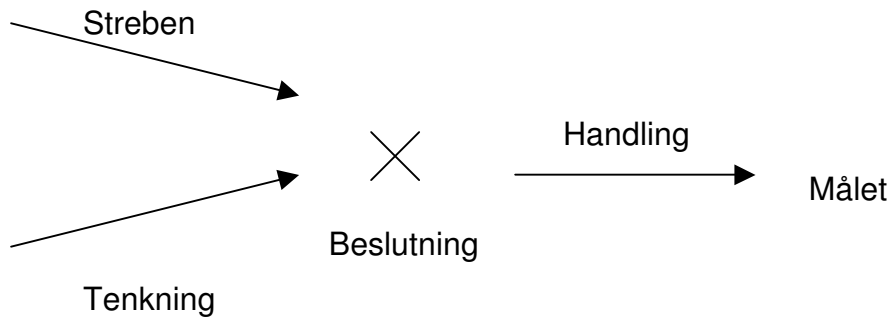
⁶ **Temperament** (thymos) når ens (æres)følelse står på spill. (Rabbås/Stigen s. 233)

⁷ **Ønske** (boulesis) et rasjonelt ønske man kommer frem til etter overveielse. (Rabbås/Stigen s. 224)

⁸ Rabbås/Stigen (1999) s. 229

Utgangspunktet for handling er en beslutning (prohairesis) – det vil si det hvorfra bevegelsen utgår, ikke det for hvis skyld handlingen utføres – og utgangspunktet for en beslutning er vår streben og vårt begrep (logos) om hvorfor det gjøres (NE 1139a32)

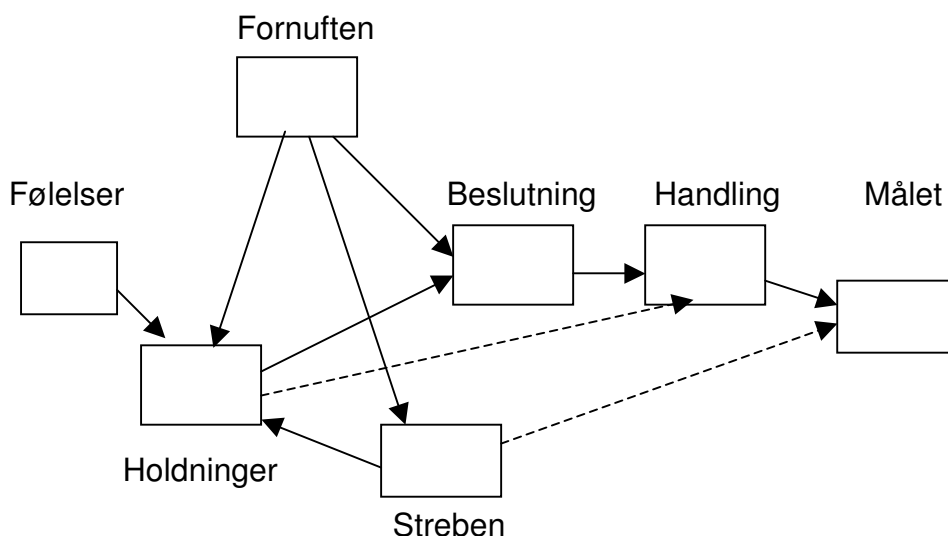
Anfinn Stigen (2006; s. 12) har fremstilt det skjematisk på følgende måte:



Men for at vår beslutning og handling skal være rett og god forutsetter Aristoteles at vår fornuft må være sann og vår streben rett. (NE 1139a24)

Så når fornuften gir råd om hvordan ting bør gjøres, skal den være tuftet på sannhet (fra den vitende delen av fornuften) og vår streben skal være rett (ift. våre holdninger) for at beslutning og handling blir gode. Som vi skal se i kapittel 4 og 5 er dette sentrale forutsetninger for undersøkelsen om hvordan rusavhengighet oppstår.

Beslutningskjeden inneholder flere ledd slik at jeg har valgt å utvide skjemaet på følgende måte:



Følelsene er nært knyttet til vår streben. De er umiddelbare, og er koplet til nytelser og smerte. Vi er ikke gode eller dårlige pga. følelsene vi har, men pga. måten vi forholder oss til følelsene gjennom våre holdninger.

Ved overveide handlinger sier streben *hva* målet er, og fornuften gir råd om *hvordan* målet kan nås. Ved impulsive eller plutselige handlinger skjer det ingen slike overveielser, men holdningene påvirker handlingene. Resultatet blir ofte veldig forskjellig, avhengig av hvor godt våre holdninger er blitt tilvendt av fornuften. Holdningene har således innflytelse når impulsive handlinger gjennomføres. Som vi skal se senere får dette avgjørende betydning for rusavhengiges adferd i valgsituasjoner.

Første leddet i *beslutningskjeden* består av overveielser, som normalt leder frem til beslutning og handling. Beslutninger blir fattet etter at streben har pekt ut målet og fornuften sier *hvordan* målet kan nås. Først etter at disse overveielser har funnet sted kan vi nå en beslutning. Uten overveielser (med fornuften på laget) foretar vi enten impulsive handlinger eller vanehandlinger. Dette er ofte de rusavhengiges dilemma.

.... og vi sier om det vi gjør plutselig at det er frivillig, men ikke at det er i overensstemmelse med en beslutning. Videre handler den karaktersvake ifølge sitt begjær, men ikke ifølge en beslutning, mens derimot den karaktersterke handler ifølge en beslutning, ikke i følge sitt begjær. (NE 1111b10)

I de påfølgende kapitler skal vi se nærmere på de ulike sjelsfakultetene og deres egenskaper.

2.2 Hvordan utvikler vi våre karakterdyder?

Vi utvikler karakterdyder gjennom trening av våre karakterevner slik at vi i utøvelsen av dem, finner en gylden middelvei. Vi lærer ved at vi foretar handlinger og gradvis utvikler vaner. Vi blir modige ved å handle modig, og rettferdige ved å handle rettferdig. Slik er det også med begjær og raseri. Noen utvikler besindighet og likevektighet som dyder, andre blir hemningsløse og hissig, og derfor slette. Utviklingen av de riktige etiske holdninger betyr mye, ja alt, som Aristoteles sier. Denne utviklingen skjer gjennom en tilvenning av holdninger gjennom nytelse og smerte, og det starter med oppdragelsen.

Det er på grunn av nytelsen at vi gjør det som er dårlig, og det er på grunn av smerten at vi avholder oss fra det som er edelt. Derfor bør man, som Platon sier, fra den tidligste ungdom oppdras på en bestemt måte, nemlig slik at man føler glede og smerte ved de rette ting, for dette er den rette oppdragelse. (NE 1104b9)

Dette er observasjoner som er helt sentrale for den rusavhengige gruppen. Rusen gir en nytelse som frister til å innta mer. Det er lettere å velge minste motstands vei enn å stå i mot. Det gir smerte å avstå fra mer rus. Hvis vi gjennom oppdragelse er blitt tilvendt til å føle glede ved å motstå ytterlighetene, og føle smerte ved å gi etter, har vi gitt vanene den riktige valør. Aristoteles gir eksempel på dette:

...hvis det følger nytelse og smerte med enhver følelse og handling, må vel dyden også av denne grunn være knyttet til nytelse og smerte. At straff tildeles ved disse midler, vitner om det samme, for de er en slags legemidler, men legemidlene er jo slik at de virker fordi de er motsatt av sykdommen. (NE 1104b15)

Som kjent er straffen ment å medføre smerte og derved motivere oss til å gjøre det rette for å unngå mer smerte. Og vi kan føle en glede ved å gjøre det rette eller det nyttige, selv om det koster noe, "for også det edle og det nyttige synes nytelsesfullt".

Når vi utviser *mot* skal vi ikke ha for mye mot, for da er vi overmodige, og heller ikke for lite, for da er vi feige. Motet angår selvtillit og frykt. Folk er modige fordi de utholder smerte, og det er vanskeligere enn å avstå fra nytelse. Men *målet* kan være nytelsesfullt:

For boksernes mål – det de kjemper for, nemlig laurbærkransen og æresbevisningene – er nytelsesfullt, men av kjøtt og blod som de er, innebærer alt slitet og det å bli banket opp, lidelse og smerte. (1117b3).....

Så det å utøve mot koster noe, det medfører ubehag og slit, men man *vil* handlingen for et større gode.

På samme måte er det med *moderasjon*. Det er også en av karakterdydene og tilhører således den fornuftsløse delen av sjelen. Moderasjon er nytelsens middelvei. Den angår også smerte, men i mindre grad og på en annen måte enn motet.

Hemningsløshet er en ytterlighet ved at den er en overdreven nytelse, og er derfor en klanderverdig og slett egenskap. Besindighet og hemningsløshet er egenskaper som andre dyr har del i, og som derfor kan gjøre at også mennesker kan opptre på en slavisk eller dyrisk måte.

Vi har alle naturlige begjær, men også en tendens til å ønske oss mer av det vi liker, og da blir det fort en overdrivelse av begjæret. Den hemningsløse føler rett og slett mer smerte enn han bør når han ikke får nok nytelse.

For den som spiser eller drikker det han kommer over til han er mer enn tilfreds, overskrider den naturlige mengde, siden naturlig begjær er å tilfresstille et behov. Derfor

kalles disse personer for fråtsere, ettersom de fyller magen ut over det som er rett. De som er særlig slaviske av natur, blir slik. (NE 1118b16)

Besindighet og hemningsløshet har altså med legemlige nytelser å gjøre, slik vi sanser det gjennom berøring og smak. Det er egenskaper vi deler med mange andre dyr, og som derfor virker dyriske og slaviske. Aristoteles hevder (NE 1118b3) at "hemningsløsheten er den egenskapen som mest åpner for bebreidelser, for det er ikke som mennesker vi har den, men som dyr". En dydige person unngår slike overdrivelser, og søker i stedet måtehold. Disse dydige og slette egenskaper er aktuelle når vi drøfter rusavhengiges hang for mer nytelse.

Vi må som barn få den rette oppdragelse, for barn lever i henhold til sine begjær, og streber etter mest mulig nytelse. Hvis barnet ikke er lydige vil det komme på ville veier fordi streben etter nytelser er umettelig. På samme måte som et barn skal leve i henhold til sine foreldres ønsker, skal den begjærende sjelsdel være samstemt med fornuften.

2.3 Fornuften og de intellektuelle dyder

Aristoteles har definert en fundamental tredeling av alt levende liv:

- Plantelivet som har ernærings - og formeringsevner
- Dyr som i tillegg har sanseevner, appetitter og begjær
- Mennesker som i tillegg til dette har fornuftsevner

Det som særpreger mennesket til forskjell fra (andre) dyr er altså fornuftsevnen som vi utvikler fra barnsben av. Fornuften består av tre dydstyper:

- Visdom eller teoretisk fornuft (*sophia*)
- Klokskap eller praktisk fornuft: evner til å overveie vel (*phronesis*)
- Teknisk fornuft: evner til å beregne (*techne*)

Den kanskje viktigste intellektuelle dyden er vår praktiske fornuft, som vi bruker til å beregne og overveie alternative måter å nå målet. Dersom vi ikke slipper fornuften til, men bare følger ønskene som avledes av begjær og appetitter, opptrer vi mer som dyr enn mennesker. Derfor er utviklingen av en sunn fornuft helt fundamental for å kunne oppnå det største gode.

2.4 Forholdet til følelsene

Det hefter nytelse og smerte ved våre følelser, og de blir derfor viktige i handlingsvalg. Men hva er så disse følelsene som gir oss nytelser og smerter? Aristoteles oppsummerer 11 av dem: begjær, raseri, frykt, tillit, misunnelse, glede, kjærlighet, hat, lengsel, sjalusi og medlidenhet. Følelser tilsvarer det greske *pathos*, og i det ligger det noe passivt (jfr. *passion*). Det er noe som skjer med oss, en sinnsstemning som oppstår i oss uavhengig av egen vilje. Men det kan resultere i noe voldsomt, hvis vi ikke vet å styre det videre forløpet. Holdninger er det som gjør at vi forholder oss godt eller dårlig til følelsene. (NE 1105b26) Hvis det oppstår et raseri i meg, kan jeg forholde meg *for* heftig eller *for* slapt til det. Begge deler blir feil, men hvis vi velger en mellomposisjon er det vanligvis bra. Det er på samme måte med de fleste andre følelsene, men for enkelte av dem er det annerledes:

For enkelte har jo rett og slett sitt navn etter tarvelighet, for eksempel skadefryd, skamløshet og misunnelse ... Det kan overhodet ikke bli riktig med slike følelser.... ; man feiler alltid. (NE 2.6; 1107a10)

Følelsene er viktige fordi de bidrar til å sette oss i bevegelse. Holdingene bringer oss i en tilstand og bestemmer *hvordan* vi setter oss i bevegelse. Det er derfor holdningene på forhånd bør tilvendes av fornuften slik at de er i beredskap når følelsene trer i kraft. Da kan det handles hurtig og riktig hvis tilvenningen har vært god. Da er det også harmoni mellom fornuft og holdninger. Vi handler da på rette måten, akkurat som Perikles og andre idealer. Innen sosialpsykologi hevdes det at utvikling av holdninger også sparer oss for energi fordi vi ikke trenger å forholde oss til hvordan vi skal opptre i nye situasjoner.⁹ Vi opparbeider en beredskap som hjelper oss til å handle hurtig, riktig og effektivt når situasjonen krever det.

2.5 Hvordan beslutter vi handlinger?

Beslutningskjeden består altså av trinnene *overveielse (bouleusis)* og *beslutning (prohairesis)* som leder frem til handling. Aristoteles gjør avgrensninger om hva vi overveier, og kommer til at vi bare overveier *det som er opp til oss* og som er gjennomførbart. Vi overveier ikke om målet eller matematikk eller det umulige. En lege overveier ikke om han skal prøve å gjøre pasienten frisk, men han overveier hva som er

⁹ M. Hogg et al (2005) s. 152

beste metode. En beslutning er overveid streben etter noe som er opp til oss selv.¹⁰ Aristoteles skjelner klart mellom handlinger som er basert på beslutninger og de som gjøres impulsivt uten noen overveielse og beslutning: "Det vi gjør plutselig er frivillig, men ikke i henhold til en beslutning". (NE 1111b10). Det betyr at impulsive handlinger skjer uten noe *direkte* bidrag fra fornuften, men er basert på det som streben og begjær vil oppnå. Men hvis vi har latt fornuften tilvenne våre holdninger og karakterdyder over tid, vil holdningene moderere strebens umiddelbarhet, og således kunne resultere i dydige handlinger. Dersom fornuftens tilvenning av holdningene over tid har vært vellykket, vil vi kunne handle impulsivt og uten beslutning, og allikevel handle dydig. Vi skal se i analysen (kap. 4.3) at hvis vi handler riktig når vi handler hurtig, så er det en enda større bragd enn å handle riktig etter overveielse og beslutning.

I dette kapitlet er det redegjort for menneskets sjelsdeler og deres funksjoner slik Aristoteles utlegger det i den *Nikomakiske etikk*. Videre er det beskrevet hvordan han tenker seg at sjelsdelene fungerer i et samspill som forklarer mye av menneskets adferd og psykologi i forskjellige situasjoner. I neste kapittel vil særtrekk ved rusmisbruk bli undersøkt for å bli bedre kjent med det som fenomen, før analysen blir foretatt i kapittel 4 og 5.

¹⁰ Enkelte moderne filosofer tenker også langs de samme baner, som Robert Kenny (1979 s. 77) hvor han sier: "Pupose is deliberative desire of things in our power."

3 Rusavhengighetens vesen og utbredelse

For å kunne anvende Aristoteles tenkning og sjelslære på temaområdet *rusmisbruk*, er det ønskelig å undersøke hva rusavhengighetens vesen er og hvilke konsekvenser rusavhengighet leder til i samfunnet. Vi begynner med å se effekten av noen kjente rusmidler og effekten de har på mennesker.

Heroin er et relativt hyppig brukt narkotisk stoff som brytes ned til morfin i kroppen. Heroin, morfin og metadon er opiat. Inntak resulterer i en følelse av euphoria, men de kan også gi en ubehagelig og panisk følelse. Morfin blir brukt i medisinsk sammenheng, ikke for å dempe smertene, men for å redusere uttrykkene som følger med smerter. Heroin kan derfor redusere effekten av en rekke smertefulle situasjoner, slike som sult, utmattelse, redsel og smerte. (Franken 185). Rusavhengige lærer å kjenne effekten, og tyr til opiatet for å fjerne eller dempe slike vonde opplevelser. Heroin kan derfor se ut til å være et middel som har en døyvende effekt i mange situasjoner. Det forklarer nok hvorfor tilbakefallsfrekvensen er så høy som 90 %. (Franken s.185).

Før Vietnam-krigen hadde amerikanerne erfaring med misbrukere i de store byene i USA. Bakgrunn og årsaker til rusmisbruket var svært mangfoldig, men hadde fellestrekket at de led av mye smerter og vanskelige levevilkår. Det var vanskelig å fastslå om deres situasjon var resultat av rusmisbruk eller tidligere traumer.

Under Vietnam-krigen ble hærledelsen forferdet over det store antall soldater som brukte heroin jevnlig. Med en tilbakefallsfrekvens på 90 % kunne dette ha påført USA et fryktelig sosialt problem ved soldatenes hjemkomst til landet. Men forskerne fant at bare 15 % hadde tilbakefall, og det var blant de som hadde et rusproblem før de dro til Vietnam. (Franken s.185). 85% fikk ikke tilbakefall og returnerte til sine respektive hjem og familier hvor rus ikke var en akseptert norm. Dette sier både noe om at bakgrunnen og miljø spiller en viktig rolle, og også at holdninger og normer har en stor betydning. Lærdommen som ble trukket, var at bruken av rusmidler fører ikke nødvendigvis til avhengighet. Soldatene så ut til å bruke narkotika for å styre sine følelser. Når disse vonde følelsene ikke var tilstede ved retur til USA, var heller ikke behovet for rusmidler til stede. Dersom forventningene til et godt liv gikk via rusbruken, ville de fortsette å bruke opiat, men når forventningene gikk gjennom andre aktiviteter ville ikke bruken av rusmidler være noe attraktivt middel til et godt liv.

Forskerne som studerte fenomenet oppfattet at ungdom som engasjerer seg med aktiviteter som kjennes meningsfulle, nyttige og interessante blir nesten immune mot narkotika. Å fortelle de samme ungdommene at de ikke bør innta narkotika er ikke nok. Narkotika er attraktivt for de som ikke har alternativer.

Alkohol har effekter som ligner effekten i de narkotiske stoffene. Alkoholen stimulerer endorfin- og dopamin-systemene i kroppen slik at vi får en euforisk følelse. Men forbruket av endorfiner og dopaminer ser ut til å produsere en manko i kroppen, med påfølgende depresjoner. I mindre mengder virker alkoholen stimulerende. I større mengder mistes dømmekraften og evnen til å styre fysisk og mental adferd.

3.1 Den psykiske og fysiske avhengigheten

Definisjonen på *rusavhengighet* er en tilstand hvor man føler et kontinuerlig psykisk og kroppslig sug etter inntak av mer rusmidler. Dersom bruken av slike midler medfører skader for aktøren eller for (andre i) samfunnet kaller vi det *rusmisbruk*. Den kroppslige avhengigheten gir en følelse av intens abstinens, hvis man ikke tilføres mer rusmidler. Den psykiske avhengigheten er vanskeligere å tolerere fordi den har med sterke vaner og livsstil å gjøre. Inntak av rusmidler skaper et relativt hurtig skifte i humør og følelser, og abstinensfølelsen kommer når virkningen av rusmiddelet avtar. Felles for rusmidlene er at de påvirker motivasjonsbanene i hjernen vår. Å skaffe mer rusmidler blir prioritert på bekostning av annet, fordi rusmidlene får en prioritert plass i belønnings- og motivasjonssystemet vårt.

Det er ingen entydige årsaker eller grunner til at man blir rusavhengig. Forskere¹¹ mener det skyldes en kombinasjon av genetikk, personlige evner, miljø og oppvekstvilkår. Vi har forskjellig tro på hvilke verdier som teller og som ligger til grunn for våre begjær og streben. Vi er heller ikke likt utrustet til å vurdere konsekvensene av våre handlinger, til å stoppe ønsker om å gå for kortsiktige belønninger i stedet for goder som kommer senere. Dersom man har toneangivende venner som er blitt rusmisbrukere er det lettere å selv bli ledet inn i rusmisbruket.

Det finnes heller ikke noen klar grense mellom hva som er rusbruk og rusmisbruk. Mange mennesker mestrer en forsiktig bruk av alkohol over tid uten at dette gir

¹¹ William Miller et al (2006): *Rethinking Substance Abuse*

merkbare negative konsekvenser. Slik bruk i sosial sammenheng og i avmålte mengder ser ikke ut til å gi skadelige konsekvenser. Men hvis konsumet tiltar over tid, og man selv ikke lengre kan styre forbruket, øker sannsynligheten for misbruk. Heroin gir raskest avhengighet tett fulgt av kokain og amfetamin. Ved daglig inntak kan avhengighet utvikles over noen få uker.¹² Nevrologisk forskning (bl.a MR hjerne-scanning) bekrefter at hjernen reagerer mye sterkere på triggere for narkotika enn den gjør for naturlige belønninger. Dette gjør en mer sårbar for avhengighet i fremtiden.¹³ Ved inntak av alkohol og narkotika er det en glidende overgang fra bruk til misbruk. Vi snakker derfor om et kontinuum fra inntak av små, kontrollerte mengder i sosiale omgivelser til hardt forbruk i nær bevisstløse tilstander.

Det gir innlevelse i narkomanes hverdag å lese boken *I skyggen av eika* (Fodstad, 1996). Et sammendrag av narkomanes hverdag blir omtrent som følger: Til å begynne med føles rusen som guddommelig. Man blir innlemmet i en gjeng og får noe felles med andre som også er på kjøret. Man føler seg utstøtt fra det normale samfunnet, og samtidig innviet i det nye. Det skjer noe hele tiden. "Her og nå er viktigst, koblet med rus. Du frikobler deg fra ansvar; ikke regn med meg nå! En slags egotripp." Men etter hvert føles jaget på mer narkotika som en tvang. Suget etter stoff herjer i kroppen og tar herredømme i hverdagen. Abstinensen beskrives som en kraftig influensa med feber og verking. Det renner av øyne og nese hele tiden. Innvendig klør det som om det er maur i arbeid der inne. Plager oppstår etter hvert som smertene tiltar i lever og mage, med hender som skjelver og sår som ikke gror. Hepatitt B og C er kroniske leverbetennelser som overføres ved sprøytodeling. Sykdommen blir en stor påkjenning for leveren, som også skal bryte ned rusmidlene som tas. Rusmidler tærer sterkt på tannkjøtt og emalje. Tenner som verker trekker de ofte selv. Det ble oppstyr da den første i gjengen ble smittet av hiv, men dette snudde fort til sympati og medfølelse. "Deg i dag, kanskje meg i morgen" var omkvedet. Kanskje et utslag av troen på en skjebne man ikke helt har styring på. Både gutter og jenter blir utsatt for tilbud om narkotika mot sex, og forholdene kan noen ganger bli svært voldelige. Det eneste som ser ut til å døyve smertene i all elendigheten, er inntak av mer rusmidler. Rusen virker som et slags legemiddel. De eneste pausene fra kjøret er opphold på avvenningsinstitusjoner eller i

¹² Helge Waal (2008), *Rusavhengighet – kroppslig og fysisk*

¹³ Anna Childress (2006): *What can Human Brain Imaging tell us about Vulnerability to Addiction and to Relapse* (s.55)

fengsel. Vel ute igjen er det tilbake til gamle venner og på kjøret igjen. Penger som misbrukerne får fra sosialetaten strekker ikke til, og da tyr de til kriminalitet. Først nasking og brekk i biler. Senere innbrudd og kanskje ran. Drivkraften er suget etter mer rusmidler.

Om narkotika treffer de svakeste i samfunnet, så er alkoholen en svøpe for mange høyere oppe på samfunnsstigen. Utfordringene er annerledes. Alkohol er ikke vanskelig å få tak i og kostnadene er overkommelige. Men etter hvert som avhengigheten øker, blir det vanskeligere å skjule forholdet. Det kan bli snakk om fravær fra jobben eller skrantende evne til å møte kravene. På et tidspunkt vil kanskje arbeidsgiveren stille et ultimatum om tørrlegging for å gi fortsatt arbeid. Det kan bli en avgjørende prøve, for hvis jobben ryker, følger ofte andre ting i kjølvannet, slik som økonomisk ruin, ødelagt ekteskap og tapt omgangskrets. Helsen blir også gradvis erodert og ødelagt. Tap av eget liv kan bli den ultimate prisen som noen betaler for rusmisbruket.

3.2 Momenter fra intervjuene

Som et ledd i oppgaven utførte jeg intervjuer med tidligere rusmisbrukere for å finne ut hva som ledet dem inn i et rusfylt liv, og hva som gjorde at de greide å komme ut av det. Svaret om hvorfor de begynte å ruse seg er sammensatt og ikke ensartet. Vanligvis er det flere grunner som til sammen fører til prøving av, og fortsettelse med alkohol eller narkotika. Det er atskillig mer vanskelig å finne frem til hvordan de greide *avvenningen*. En forutsetning for å lykkes er innrømmelse av forholdet og villighet til selvransakelse. Deretter følger ofte en periode med usikkerhet om hva de bør gjøre i fortsettelsen, og en grubling om konsekvenser ved alternativene. Noen av trekkene jeg fant hos aktørene så ut til å være gjennomgående, mens andre kunne være spesielle for den enkelte. Vedlagt oppgaven er det vist en journal som gir eksempel på opplevelser og tanker som en av aktørene hadde på vei inn i og ut av livet i rus og fengsler. Det er også vist en tankeskisse som lå til grunn for samtalene.

I beskrivelsen under har jeg forsøkt å oppsummere inntrykk fra samtalene jeg hadde.

Anerkjennelse: Manglende anerkjennelse fra foreldre og miljøet rundt kan skape en manko i aktøren under oppveksten. Hvis mankoen blir dekket i et nytt og rusfylt miljø,

kan det virke ansporende og motiverende, fordi man vinner anseelse. Dette er moment som er minst like viktig i en avvenningsprosess.

Det sosiale aspektet: Ønsket om å være en del av et fellesskap virker sterkt. Jo dypere narkotikamisbrukere synker, jo viktigere blir det å være sammen om lidelsene. "Dårlige venner er bedre enn ingen venner". Å tilhøre en gjeng gir en form for trygghet.

Rusen som nytelse: Rusen i seg selv føles god, både kroppslig og mentalt. Den fortrenger de vonde følelsene og gir en slags lykkerus. Den gir en følelse av mestring, sannsynligvis langt ut over det som er sann mestring. Men det er opplevelsen som teller, og det er den som motiverer til å søke tilbake til den gode følelsen.

Bort fra vonde følelser: For noen er misbruket like mye en flukt fra en vond hverdag som den er en rusnyttelse. Grunnene kan være et liv i fornedrelse, voldelige foreldre, prestasjonsangst på skole eller jobb, materiell nød eller lignende.

Vanedannelsen: Når livet i rus har satt seg, blir handlinger ofte som vaner. Det danner seg et mønster hvor jakten på neste runde med alkohol eller narkotika blir det sentrale. Anskaffelse av penger er vanskeligere enn anskaffelse av rusmiddelet. Refleksjoner om utviklingen kuttes ut. Vanene setter rytmen for dagen.

3.3 Rusmisbrukets utbredelse og forhold til samfunnet

Det er en økende erkjennelse i store deler av verden at rusavhengighet påfører både samfunnet og enkeltmennesker store problemer. Det er derfor igangsatt nasjonale, regionale og globale program for bekjempelse av rusavhengighet. FNs organ for narkotika og kriminalitet (UNODC) har rapportert at det er gjort fremskritt i det siste tiåret, men nasjonale organer varsler samtidig at det også er flere tilbakeslag. EUs Europeiske overvåkingssenter for narkotika og narkotikamisbruk (EONN) utvikler ruspolitiske mål og fremskaffer verktøy for bekjempelse av narkotika. Norge har nylig vedtatt en handlingsplan for bekjempelse av både illegale rusmidler og alkohol.

Beregninger av samfunnskostnader knyttet til utbredelsen og misbruket av russtoffer har vist seg å være vanskelig. USA har foretatt grundige beregninger om rusmisbruket over flere år¹⁴. Storbritannia¹⁵ og Norge¹⁶ har foretatt lignende kostnadsberegninger

¹⁴ Harwood (1992) og Cartwright (2007)

¹⁵ Home Office Strategy Unit (2003): *Alkohol misuse: How much does it cost?*

¹⁶ Gjelsvik (2004)

knyttet til alkoholmisbruk, mens beregninger for narkotikamisbruk blir gjort på et mer overordnet nivå. Beregninger jeg har innhentet fra forskjellige kilder gir følgende oversikt for de tre nevnte landene:

	Norge	England + Wales	USA
ALKOHOLISME			
Utbredelse* (%)	6,6	8	8,3
Kostnader (mrd.kr)	19	250	890
Kostnad/innbygger* (kr)	6.300	7.300	4.500
Kostnad/alkoholiker (kr)	95.000	90.000	
NARKOTIKA			
Utbredelse* (%)	0,6		1,5
Kostnader (mrd.kr)	12?		600
Kostnad/innbygger* (kr)	4.000?		3.000
Kostnad/narkoman (kr)			

** Utbredelse er uttrykt som andel i prosent av befolkning i arbeidsfør alder*

Siden det ikke finnes beregninger for kostnader knyttet til narkotikamisbruk i Norge har jeg gjort et overslag basert på forhold i USA samt tall innrapportert fra Norge til EU. Det hefter derfor betydelig usikkerhet med sistnevnte tall.

Ikke desto mindre er det klart at kostnadene knyttet til rusmisbruk koster Norge flere titallsmilliarder kroner hvert år. Dette tilsvarer en kostnad på anslagsvis 10.000 kr som hver arbeidsfør person i Norge må bære.

I USA er størsteparten av samfunnskostnadene (70 %) knyttet til arbeidsinnsatsen som tapes ved at misbrukeren ikke er arbeidsfør eller ved at andre påføres skader som gjør at offeret mister arbeidsførhet. De helsemessige (konsekvens)kostnadene er betydelig større for alkoholikere enn for narkomane. Det skyldes i stor grad at det finnes mange flere alkoholikere enn narkomane. 11 % av innleggelsene på somatiske sykehus i Norge er alkoholrelaterte. Kostnader som påføres politi, rettsvesen, fengsler og forsikringer er forholdsmessig større for narkomane enn alkoholikere, fordi de begår straffbare handlinger for å skaffe penger til dyr narkotika. Detaljene for USA ser slik ut:

Kostnads gruppe	Alkohol		Narkotika	
	Mrd US \$	%	Mrd US \$	%
Helse og omsorg, medisinske konsekvenser	18,8	13	9,9	10
Tapt arb.innsats ved tidlig død, sykdom, fengsling, offere	107,0	72	69,4	71
Politi, rettsvesen, sikkerhet, forsikring, off. velferd	22,2	15	18,3	19
SUM	148,0	100	97,6	100

Kostnadsutviklingen for narkotikamisbruk i USA har vært betydelig ved at den økte med 75 % fra 1988 – 1992, og med 40 % fra 1992 til 1998. I EU og Norge ble det også rapporter om en økning i 1990 – årene.

I USA og UK er det blitt gjennomført kartlegging av skadene som rusmisbruk påfører deler av samfunnet.¹⁷ De viser bl.a at

- 25 – 50 % av innbrudd og 5 % av voldskriminalitet skyldes narkotika
- 4 % av innbrudd og ca 25 % av voldskriminaliteten skyldes alkoholmisbruk
- Alkohol er involvert i 50 % av bilkollisjoner og 40 % av fatale kollisjoner
- 50 % av dødsbranner og 70 % av drukningsulykker er relatert til alkohol

¹⁷ Steve Sussman: *The Social Psychology of Drug Abuse*. S. 29 og 105

4 Analyse av forhold som leder inn i rusen

Jeg har valgt å foreta analysen i to deler; *en* del hvor jeg undersøker forhold som leder aktørene inn i rusen, og *en* del som omhandler forutsetninger og forhold som gjør noen av dem er i stand til å komme ut av ruslivet. For å vite hva som driver folk inn i tunge rustilstander, og hva som hjelper noen av dem på rett kjøp, er det nærliggende å vurdere de mentale kreftene som styrer misbrukernes handlingsvalg og vaner. I dette kapitlet foretar jeg vurderinger av forhold som ser ut til å styre folk inn i rustilstander. I kapittel 5 undersøker jeg mulige forutsetninger for å komme ut av rusvanene.

Aristoteles' sjelspsykologi, slik den er utlagt i den *Nikomakiske etikk* (NE) og *De Anima* (DA), er sentralt grunnlag for analysene. I tillegg introduserer jeg tenkningen til andre aktuelle filosofer for å sette Aristoteles lære i et relieff. I avsnittene under gis det en kort forklaring på innholdet i kapitlene som følger.

Vi begynner med å undersøke hva som bringer folk inn i tunge rusforhold. Det vi kan observere er *handling* som aktøren foretar seg. Inntaket av alkohol eller narkotika ser ut til å bringe ham til det umiddelbare målet, nemlig en tilstand som oppleves som god. Handlingene blir forårsaket og utløst av en mental aktivitet. Er det vårt sanseapparat, vår tenkeevne eller streben som ligger til grunn for handlingene, eller er det en kombinasjon? Det synes klart at hvis streben fastlegger gale mål eller på annen måte svikter i sin rolle, vil det kunne få uønskede konsekvenser for aktøren. Temaet blir drøftet i *kapittel 4.1*.

Aristoteles peker på at nytelser og smerte er blant de viktigste motivasjonsfaktorene i oss. Andre filosofer er enige med ham. Mange aktører drifter inn i rusmisbruk nettopp for å oppnå nytelse og unngå smerte. Forholdet blir undersøkt i *kapittel 4.2*.

I *kapittel 4.3* undersøkes måten vi foretar handlinger på. Handlemåten får ofte avgjørende betydning på kvaliteten av det vi gjør. Skjer det impulsivt og plutselig, eller skjer det etter overveielser? Vanehandlinger er en stor andel av det vi gjør. Hvordan innarbeides de og hva avgjør om de blir gode eller dårlige?

Vanehandlinger representerer en stor andel av alle menneskers liv. Hvordan oppstår de, og hva er det som gjør at brudd med vanene blir så vanskelig? Spørsmålene blir omhandlet i *kapittel 4.4*.

Moderasjon er holdningen vi bør ha når vi skal finne en middelvei for våre nytelser. Men hemningsløshet betyr at vi overdriver vår nytelse både gjennom å nyte feil ting, i store mengder eller på feil måte. Rusmisbrukere kan sies å komme i denne kategorien. Forholdet blir drøftet i *kapittel 4.5*.

Akrasia eller karaktersvakhet ser ut til å være et gjennomgående fenomen blant rusmisbrukere: Er det mulig å vite hva som er riktig, og likevel gjøre det som er galt? Er det fordi vi fortrenger fornuften, eller er begjæret etter rusmidler så sterkt at det tar overhånd? Disse spørsmålene blir drøftet i *kapittel 4.6*.

Det blir med en viss rett hevdet at en del ungdommer glir inn i tidlig rusmisbruk fordi de vokste opp i et miljø omgitt av alkohol eller narkotika. Platon og Aristoteles er klare på at god oppdragelse handler om å lære å føle glede og smerte ved de rette ting fra den tidligste ungdom: *Kapittel 4.7*.

Fysiske (rus)handlinger kommer som regel ikke i gang før de blir utløst av mentale bevegelser. Aristoteles drøfter i *De Anima* og den *Nikomakiske etikk* hva som utløser bevegelser og handlinger. Dette er aktuelle temaer både i forbindelse med debut og tilbakefall til misbruket. Hva som er de utløsende faktorene og hva som ser ut til å være de viktigste forutsetningene for at de skal kunne finne sted, blir drøftet i *kapittel 4.8*

Til grunn for behandlingen av de overnevnte temaene vil jeg bruke sjelslæren som Aristoteles, Platon og andre filosofer har fremlagt i flere verk for å se om det kan gi forklaringer på hvorfor noen mennesker glir inn i et rusmisbruk.

4.1 Streben peker ut våre mål

I kapittel 2 beskrev jeg sjelsfakultetene og samspeillet mellom dem i bildet som Aristoteles gir i den Nikomakiske etikk. Streben er altså samlebegrepet som omfatter tre deler av sjelen: begjær¹⁸, temperament¹⁹ og ønsker²⁰. Streben er sammen med fornuft (*nous*) eller begrep (*logos*) et utgangspunktet for våre handlinger.²¹

De tre delene har preferanser om hva som er målet for våre handlinger. Avhengig av hvem vi er og hvilke omstendigheter vi befinner oss i, gir hver av de tre sjelsdelene til kjenne hvilke mål de prefererer. De kan ville det samme, og derfor trekke i samme retning, eller de kan ha divergerende mål og derfor komme i konflikt med hverandre. Jeg kan ha et ønske om å opprettholde et vennskap med en person, men samtidig være opprørt over den skjendige behandlingen han gir meg i nærvær av andre. Jeg kan ha appetitt for mer kaker og søte drikker, men samtidig har et ønske om å holde meg slank. Hver enkelt av de tre delene kan også bestå av komponenter som trekker i forskjellig retning. Jeg kan ha et samtidig begjær om å drikke hele flasken nå, og jeg kan foretrekke å spare noe til senere, fordi det gir meg færre plager etterpå. I førstnevnte tilfelle er det et umiddelbart og kroppslig begjær som råder grunnen alene. I sistnevnte tilfelle har jeg et kroppslig begjær, men anvender fornuften ved å gjøre overveielser før jeg beslutter og handler. Så selv om begjær og appetitter er noe vi har til felles med dyrene, så viser det at mennesker i motsetning til dyr, kan ha rasjonelle begjær. Siden streben består av så mange ulike komponenter og har så mange valører betyr det vi kan bli trukket i flere retninger samtidig. Det kan gjøre det usikkert både hvilke mål vi velger og hvilke handlinger som følger.

Streben må være til stede i oss for at vi skal sette oss i bevegelse. Kunnskap og overveielser kan gi oss råd om hvilke bevegelser vi bør gjøre, forestillinger kan gi oss idéer om hva vi skal gjøre, men streben er en betingelse for at vi skal bevege oss. Det er objektet eller målet som streben har pekt ut, som starter bevegelsen. Streben er således en nødvendig betingelse for bevegelsen, men ikke alltid en tilstrekkelig

¹⁸ *Begjær* (*epithymia*) "retter seg mot nytelse (*hedone*), særlig i form av sanselig tilfredsstillelse. Jfr. det latinske *appetitus*. Har ikke evnen til å lytte til fornuften". (Rabbås/Stigen s. 225)

¹⁹ *Temperament* (*thymos*) "når ens (æres)følelse står på spill". (Rabbås/Stigen s. 233)

²⁰ *Ønske* (*boulesis*) "et rasjonelt ønske man kommer frem til etter overveielser". (Rabbås/Stigen s. 224)

²¹ Rabbås/Stigen (1999) s. 229

betingelse. I kompliserte eller store gjøremål er overveielser og kunnskap som oftest en nødvendig tilleggsbetingelse.

Siden streben peker ut målene, bør vi først finne ut hvilke mål rusmisbrukeren har. Målet er ikke å bli rusmisbruker, selv om *det* ofte blir konsekvensen av handlingene han gjør. Målet er vel heller, som for alle andre mennesker, å ha det godt. I valget mellom langsiktige mål med krevende veier, og mer kortsiktige mål hvor man hurtigere kommer til det som føles føles godt og lindrer smerte, velger rusmisbrukeren ofte det siste alternativet. Målet blir kortsiktige nytelser, men konsekvensene av å opprettholde slike mål blir langsiktig avhengighet. *Nytelse* spiller derfor en sentral rolle som motivasjonsfaktor for misbrukeren. Temaet blir drøftet inngående i neste kapittel.

Men aktørens streben består ikke bare av det nytelsesfulle, og det nytelsesfulle er ikke bare rus. Hvilken rolle spiller de andre komponentene i *streben* og hvilken innflytelse får de for rusmisbrukernes virke? De primære kroppslige behovene for mat og drikke eksisterer i oss alle, og må dekkes for at vi skal overleve. Erfaringene viser at misbrukerne dør ikke fordi dette behovet ikke er dekket, men mangel kan gi dem fysiske plager og en tidlig død.

Selv om streben peker ut målene for oss, opererer ikke streben alene. Aristoteles peker på to sjelsdeler som spiller en avgjørende rolle for handlingene våre: "Beslutning er enten strebende fornuft eller tenkende streben, og mennesket er et slikt utgangspunkt for handling". (NE 1139b5). Utsagnet er kanskje ikke så overraskende for vi så i kapittel 2 at streben peker ut målene for våre handlinger og fornuften sier hvordan de kan nås. Men utsagnet peker på det nøye samspillet som bør eksistere mellom fornuft og streben for at vi skal nå mål som er gode.

At den fornuftsløse sjelsdel på en måte overtales av fornuft, kan vi også se av formaning og all bebreidelse og oppfordring. Men hvis man må si at også denne delen har fornuft, så vil også det å "ha fornuft" ha to betydninger; den ene, den egentlige betydningen, er å ha fornuft i seg selv, den andre er å ha fornuft på samme måte som nå man er villig til å lytte til sin far. (NE 1102ba36)

Hvis fornuften på denne måte får tilvenne vår streben og moralske holdninger over tid, trekker fornuften og streben i samme retning og det oppstår få eller ingen konflikter når det skal gjøres overveielser og beslutninger. Aktørene opptrer da med handlingskraft og indre harmoni. De blir som Perikles og andre lederskikkelser.

Problemet er imidlertid at fornuft og streben mange ganger kommer i strid med hverandre, fordi de vil forskjellige ting. Det gjelder ikke minst for rusmisbrukere. Egen eller andres fornuft kan gi "formaning, bebreidelse og oppfordring" om at det er galt å innta mer rusmidler, men begjæret kan motsette seg tilvenning. Hvis vi med en viljesakt *blokkerer* fornuften fra å ha en lederrolle, blir det færre konflikter for da er det begjæret som rår grunnen alene. Hos dyr er det som oftest begjæret som er bestemmende for handlingene; ikke fordi de har fortrenget fornuften, men fordi de er utstyrt med liten eller ingen fornuft. Men i begge tilfeller blir handlingene fornuftsløse.

4.2 Nytelse og smerte

Nature has placed mankind under the governance of two sovereign masters; pain, and pleasure. It is for them alone to point out what we ought to do, as well as to determine what we shall do.

Slik utlegger Jeremy Bentham i 1789 hva som styrer menneskers handlinger (*An Introduction to the Principles of Morals and Legislation*). Han tillegger nytelse og smerte stor motivasjonskraft. Påstanden har utgangspunkt i en hedonisk posisjon, og vi skal derfor prøve utsagnet mot andre filosofers oppfatning. I kapittel 5.6 uttaler Gary Watson at vi ikke bare blir styrt av det som gir nytelser og smerte, men at vi også blir motivert av det vi mener er verdifullt for oss eller det vi har en tro på. Vi kan være villige til å lide smerte for saker som betyr mye for oss, i krig eller fred, i medgang eller motgang.

En annen filosof som observerte den nære forbindelsen mellom nytelser og det vi begjærer er John Stuart Mill. Han uttrykte i *Utilitarianism*:

....desiring a thing and finding it pleasant, aversion to it and thinking of it as painful, are phenomena entirely inseparable, or two parts of the same phenomenon to desire anything, except in proportion as the idea of it as pleasant, is a physical and metaphysical impossibility. (Mill; Utilitarianism, kap 4)

Mill mener altså at det er umulig å begjære noe, annet enn i forhold til hvor nytelsesfullt det føles. Jo mer nytelsesfullt eller behagelig det kjennes, jo mer begjærer vi det. Samtidig klargjør han at det er ikke bare er begjær for det nytelsesfulle som avgjør hvilke handlinger vi foretar oss. Viljen er noe annet enn begjær, og en dydig person eller en person som har bestemt seg for noe annet, utfører sine handlinger uavhengig av de nytelser og smerter som handlingen innebærer. Så liberaleren Mill mener at nytelse og

smerte er sterke styrende krefter i oss, men de kan bli satt til side som motivasjonsfaktorer i personer som har dydige innstillinger eller sterk vilje.

Aristoteles viser i bok 10 i den Nikomakiske etikk til den avgjørende rollen som nytelse og smerte har gjennom hele livet vårt: ”.. evne til å skape dyd, og et lykkelig liv, ettersom folk beslutter seg for det som gir nytelse og unngår det som gir smerte”. Han karakteriserer nytelse som noe helt og fullendt til en hver tid. (NE 1174b6). Nytelsen er nært knyttet til vårt sanseapparat. Den er størst når sansningen er best og virker overfor sansobjekter som er ”best”. Så i utgangspunktet betegner Aristoteles nytelse som noe godt og fullendt, men han har en avgjørende kvalifisering:

Til den gode virksomhet hører en god nytelse, til den dårlige en slett, for begjær etter edle ting er rosverdig, mens begjær etter skjendige ting er klanderverdig. (NE 1175b28)

Kvaliteten på virksomheten er altså det som iht. Aristoteles avgjør om nytelsen er god eller slett. Han betrakter *eudaimonia* som det ypperste gode, hvor mennesker og andre dyr virker på sitt beste både i sjel og kropp. De aktiviteter som bidrar til Eudaimonia er også gode virksomheter. Rusutøvelsen er ikke en slik aktivitet og begjæret etter rusmidler kan derfor i følge Aristoteles' tenkning ikke være en god nytelse. Tvert i mot viser erfaringen at rusmisbruk sløver sinnet og virker nedbrytende på kroppen, og begjæret kan derfor sies å være klanderverdig..

Aristoteles skjelner også mellom begjæret som ligger i oss hele tiden, og nytelsen som bare eksisterer så lenge virksomheten er aktiv. Det ser ut til at begjæret på en side, og virksomheten og nytelsen på den andre siden, er gjensidig avhengig av hverandre og forsterker hverandre. Vi får ikke (rus)virksomhet eller nytelse uten et forutgående begjær, og vi opparbeider ikke et begjær før vi har opplevd nytelsen av virksomheten. Så selv om begjæret ligger i aktøren hele tiden, mens virksomheten og nytelsen opptrer bare tidvis, ser det ut til å være et tett og gjensidig forsterkende forhold mellom alle tre leddene. Dette kan gi ideer til hvordan den onde sirkelen kan brytes. Dette er drøftet videre i kapittel 5.

Nytelse som et forkledd gode

Det er lett å bli forledet til at nytelse er et gode fordi den gir oss en god følelse i kropp og sinn. Vi søker mot det vi nyter, enten det er god mat, det vi selv synes er fine estetisk opplevelser (som konserter eller flott natur), sammenkomster med gode venner, intime

møter med de vi elsker; alt det gode som sansene registrerer og som vi derfor nyter. Sansene fungerer som nøytrale mottakere av dufter, lyder, berøring, smak og synsinntrykk som innspill til følelsene våre. Følelsene er, som Aristoteles sier, spontane, men ikke tilfeldige. De ligger i en beredskap i oss, formet av våre erfaringer, intuisjoner og biologiske opphav. Problemet er at vi kan bli forledet av hva som fremstår som nytelse fordi vi tror det er et ekte gode.

I de fleste saker later blindheten til å oppstå på grunn av nytelse, for det synes å være et gode uten å være det. Derfor beslutter man seg for det som gir nytelse som noe godt, og unngår smerte som noe ondt. (NE 1113a34)

Sokrates på sin side viser at vi kan bli forledet til å tro at smerter alltid er av det onde og nytelser av det gode. Men i samtale med Protagoras ønsker han å overtale folk om at det er ikke den umiddelbare tilstanden som er viktig men det som følger av den. Ting er dårlige dersom de gir umiddelbare nytelser, men påfølges av smerter og sykdom. Likeledes er ting gode dersom de først gir smerter, men påfølges av nytelse.

You who say that some painful things are good, do you not say that such things as athletics and military training and treatments by doctors such as cautery, surgery, medicines, and starvation diet are good things even though painful... Would you call these things good for the reason that they bring about intense pain and suffering, or because they ultimately bring about health and good condition of bodies and preservation of cities and power over others and wealth? These things are good only because they result in pleasure and in the relief and avoidance of pain. (Protagoras 353d - 354b)

Sokrates mener altså at det er konsekvensene av handlingene som er avgjørende, ikke hva vi måtte oppleve av nytelse og smerte underveis til målet. Vi må være beredt på å tåle smerte for å oppnå et større gode. Aristoteles følger opp denne tenkningen ved å sitere Platon (*Staten* 401e – 402a) som viser til at vi fra den tidligste ungdom bør trenes opp til å *føle glede og smerte ved de rette ting*:

Derfor bør man, som Platon sier, fra den tidligste ungdom oppdras på en bestemt måte, nemlig slik at man føler glede og smerte ved de rette ting, for dette er den rette oppdragelse (NE 1104b11)

En ungdom oppdratt på denne måten vil kunne prioritere verdier og utstå smerter for å oppnå et større gode på lengre sikt.

Søk i litteraturen²² og samtaler med tidligere rusmisbrukere viser at rusen føles nytelsesfull, eller døyver smerter som oppleves i det daglige. Noen rusmidler (kokain og

²² Fodstad, Franken, Miller et al

amfetamin) gir en følelse av euforia, med et inntrykk av forbedret mestring både fysisk og psykisk.²³ Brukerne av slike midler føler seg mer effektive og mindre trette. Inntaket av narkotika er vanedannende, ikke minst fordi minnet om den euforiske tilstanden frister til gjensitt. Det er litt uventet at denne type narkotika ser ut til å produsere en positiv tilstand i oss, som på en måte ligner på Aristoteles lykkebegrep (*eudaimonia*), en utøvende tilstand eller virksomhet hvor man føler at man fungerer på sitt beste som menneske, både mentalt og fysisk. Men for den rusede personen blir det hele et selvbedragerisk besøk. Selv om man kanskje har en følelse av mestring er situasjonen som oftest ganske annerledes: "... individuals' behaviour may not be consistent with those feelings; they may, in fact, behave very inefficiently and exhibit little energy." (Franken, 1998; s.188) Dessuten opphører vanligvis nytelsene etter noen timer og erstattes av depresjon, bekymringer, utmattelse og suget etter mer narkotika. Aristoteles beskriver den laveste livsformen i Bok 1, kap. 5:

Etter deres liv å dømme mener folk flest, dvs de mest vulgære, ikke uten grunn at det gode og lykken er det samme som nytelse; derfor er de også tilfreds med et liv oppfylt av fornøyer (NE 1095b15)

Nytelse og lykke

Aristoteles er klar på skillet mellom en tilstand av lykke og det nytelsesfulle. Nytelse som ikke har et godt formål er slette, og må ikke forveksles med *eudaimonia*.

Noen mener at ingen nytelse er et gode, hverken i seg selv eller tilfeldigvis, ettersom det gode og nytelsen ikke er det samme,. Andre mener at enkelte nytelser er gode, men at de fleste er slette. Videre finnes det en tredje oppfatning, nemlig at selv om alle nytelser er goder, så kan likevel det høyeste gode umulig være nytelse. (NE 1152b9)

Eudaimonia er en varig og ekte utøvende tilstand hvor man fungerer på sitt beste, mens det nytelsesfulle som oftest er kortvarig og begrenser seg til effekten av det som nytes. Selv om kokain opptrer som et surrogat for å oppnå lykke, er det symptomatisk at aktører inntar stoffet fordi det gir dem en følelse av lykke. Det kan være en bekreftelse på at *Eudaimonia* er en ønsket tilstand, men at folk søker snarveier dit. Det virker som om smertene vi får etter den euforiske tilstanden føles mer overkommelig enn de hindre og anstrengelser som må overkommes for å finne en ekte *Eudaimonia*. Eksempel på det siste kan være hos idrettsutøvere som er villig til å utstå mye smerte i oppbygging av formen som er nødvendig for gode sportslige resultater. I tillegg er utøveren villig til å

²³ Franken s.190: "The general consensus is that the dopamine system activates the self-reward system in the brain, which produces the euphoria linked to cocaine and amphetamines"

tolerere smerte fordi han vet av erfaring hvilke gode fysiske følelser som følger etter harde økter. Kroppen produserer sine egne opiater, nemlig endorfiner (Franken s.183). Endorfiner har evnen til å fjerne smerte, og kan også endre vårt stemningsbilde og redusere stress symptomer. Utøveren døyver smerten for han har forventninger om at endorfiner vil bli frigjort i kroppen. Han er villig til å tåle kortsiktige smerter i forventning om større goder, slike som ære og beundring av gode prestasjoner, og en kroppslig god følelse som følger med frigjøring av endorfiner.

Å gjøre det moralsk riktige kan innebære smerte, eller at vi forsaker nytelse. Det kan derfor føles vanskelig. Det er først når vi gjennom erfaring ser verdien av å gjøre det moralsk riktige, føler glede ved å gjøre det, fordi man er blitt fortalt at det er slik det skal gjøres (som en sønn gjør som sin far sier). Nytelser er så sterke for noen, at de gjør de dårlige tingene, fordi deres streben og holdninger ikke har fått en god nok påvirkning fra fornuften i tidligere år, og derfor er ute av stand til å følge en annen retning. :

Nytelsen eller smerten som har innflytelse på hva folk gjør, skal tas som et tegn på deres holdninger. For den som holder tilbake fra legemlige nytelser og gjør det med glede er en moderat person, mens den som plages av det er hemningsløs.... For den moralske dyd har med nytelse og smerte å gjøre. Det er på grunn av nytelse vi gjør det som er dårlig, og det er på grunn av smerten at vi avholder oss fra det som er edelt. (NE 1104b4)

Det kan virke som om Aristoteles er ganske kravfull når han ikke bare forventer at vi skal avstå fra nytelser, men at det er først når vi gjøre det med glede at vi er moderate personer. Det trenges en god oppdragelse for å avstå fra nytelser, og samtidig føle glede ved det. Sarah Broadie (s. 298) viser til at vi er komplekse, biologiske organismer, så vel som personer. Da kan det være svært varierende innstillinger og grader av glede knyttet til hvordan vi gjennomfører riktige handlinger. Hun peker også på at det er ikke nok å bare gjøre riktige handlinger, for de kan gjøres uten de riktige holdningene. Vi kjenner til dette i vår hjemlige eksempel om Per og Pål som begge gir penger til et veldedig formål. Per gjør det fordi han mener det er en god sak, mens Pål gjør det for å imponere kjæresten sin. Vi må lete forbi handlingen for å finne holdningen. Det er intensjonen som ligger bak handlingen som blir avgjørende for handlingens kvalitet.

Vi har i dette kapitlet sett utsagn fra fire kjente filosofer om at nytelse og smerte er sterke motivasjonsfaktorer i oss. Det er vanlig at vi søker etter ting eller opplevelser som gir oss nytelse og skyr unna det som gir smerte. Aristoteles mener at dette ikke i seg selv er galt, men mener at vi må være mer bevisste om kvaliteten på nytelsen. Gode

nytelser er knyttet til gode virksomheter, og slette nytelser er forbundet med dårlige virksomheter. Rusmisbruk sløver sinnet og virker nedbrytende på kroppen. Både nytelsen og begjæret etter rusmidler kan derfor, i følge Aristoteles, sies å være klanderverdig for de som misbruker midlene.

Men det er mer enn nytelse og smerte som er avgjørende for valgene vi gjør. Våre holdninger og vårt verdigrunnlag spiller en rolle, og i hvilken grad fornuften får en plass i avgjørelsene er også viktig. Fornuften bidrar med overveielser. Det vil i utgangspunktet øke sannsynligheten for at vi treffer riktige beslutninger. Men hvor ofte gjør vi overveielser forut for handlingene våre? Mesteparten av det vi gjør hver dag er basert på vaner. Da gjør vi handlinger som vi gjorde dem forrige gang, med mindre det ga oss dårlige erfaringer. Det er heller ikke gitt at handlinger som vi gjør for første gang, og som senere blir vanehandlinger, er basert på overveielser. Vi må noen ganger handle hurtig. Da er det ikke tid til overveielser først. Dette leder frem til spørsmålet om hvordan vi handler riktig, for det er for våre handlinger vi blir bedømt av menneskene rundt oss, og det er handlingenes resultater vi skal leve med i ettertid.

4.3 Hvordan handler vi riktig og galt?

Vi har sett innvirkningen som sentrale motivasjonsfaktorer har på tenkningen vår, og hvordan det gir seg utslag for rusmibrukere. Handlinger som er knyttet til rusmisbruk, er av flere typer, og har svært forskjellig karakter. I dette kapitlet har jeg inndelt menneskers handlinger i fire typer. Jeg drøfter kvaliteten av dem ut fra moralske kriterier som Aristoteles setter i den Nikomakiske etikk.

Våre handlinger bedømmes stadig av mennesker rundt oss. Vi roses, kritiseres, fordømmes, oversees, beundres eller tilgis avhengig av kvaliteten på våre beslutninger og handlinger (*NE 1111b5*). Tilbakemeldingene vi får, kan gjøre inntrykk på oss. De kan legge grunnlaget for endring i vår adferd, eller de kan ignoreres og vi fortsetter som før. Bedømmelsene kan gjelde moralske aspekter ved selve handlingene eller de kan gjelde våre evner til overveielser og kunnskap. Vi har sett at fornuften får innflytelse på hvordan vi handler både gjennom rådene som fornuften gir om veien til målet og gjennom tilvenning av vår streben og holdninger. Aristoteles viser til at i noen

situasjoner er det avgjørende at vi gjør overveielser før vi beslutter oss for en handling. Dette skjer når handlingsalternativene er problematiske eller konsekvensene store for valget vi skal gjøre²⁴. Hvis vi har gjort slik handling før og med bra resultat, gjør vi samme handlingen igjen. Andre ganger gir ikke situasjonen oss tid til å overveie før vi handler. Da foretar vi valg uten overveielser. Vi gjør f.eks få eller ingen overveielser hvis vi plutselig blir fysisk angrepet. Vi kan også handle uten overveielser hvis vi står overfor et valg om vi skal stjele en bok som ligger lagelig til. I situasjoner hvor vi må fatte hurtige beslutninger ligger det ofte en beredskap i oss, skapt fra tidligere planlegging eller mental trening. I tilfeller hvor vi må handle hurtig og *ikke* har planlagt en reaksjon, vil våre holdninger få innflytelse på hvordan vi handler. På dette grunnlag kan vi dele handlings- og reaksjonsmåtene i fire kategorier:

1. Handlinger som følger etter overveielser og beslutning
2. Handlinger som følger etter planlegging basert på *tidligere* overveielser
3. Handlinger som gjøres impulsivt eller plutselig, basert på tilvendte holdninger
4. Vanehandling

Blant kriteriene som er avgjørende for handlingens kvalitet er hvor gode vi er til å overveie, hvor mye tid vi har tilgjengelig før vi må handle og hvor godt vi har gjort sjel og kropp klar for beredskapssituasjoner. Beredskapen kan skje gjennom planlegging, slik at vi vet hvordan vi f.eks vil opptre hvis vi blir angrepet, eller det kan skje ved at våre holdninger er blitt tilvendt av fornuften slik at vi ikke stjeler boken som ligger lagelig til.

Aristoteles stiller strenge krav til hva som skal til for at handlinger er rettferdige og besindige og derfor moralsk riktige. Vi skal ikke bare handle riktig, men handlingene skal gjøres ut fra riktige holdninger. Dessuten skal handlingene gjøres ut fra beslutninger som følger fra overveielser (kategori 1):

...det som oppstår i overensstemmelse med dydene, må ikke bare selv ha en viss beskaffenhet for å være utført rettferdig og besindig; også den handlende må idet han handler være av en viss beskaffenhet: For det første må han vite hva han gjør, for det andre må han beslutte seg til det og beslutte seg til det for dets egen skyld, og for det tredje må handlingen skje ut fra en fast og urokkelig karakter. (NE 1105a29)

Disse forutsetningene virker klare nok, men er ikke uproblematiske når vi vet hva som skjer i vårt daglige virke. Det er et fåtall av våre handlinger hvor vi stopper opp og foretar overveielser og beslutninger før vi handler. I hverdagen handler vi automatisk

²⁴ Cooper (1975) s.6

fordi vi har gjort handlingen mange ganger før, med godt resultat. Betyr det at vi ikke handler moralsk riktig? Aristoteles hevder i bok 3.2:

...vi sier om det vi gjør plutselig at det er frivillig, men ikke at det er i overensstemmelse med en beslutning. (NE 1111b10).

Tilsynelatende er det derfor bare handlinger i kategori 1 som er dydige handlinger. Det ser ut til at de fleste av våre handlinger ikke er moralsk dydige fordi de ikke er basert på overveielser og beslutninger. Men det er flere innsigelser til et slikt resonnement. Aristoteles har f.eks ikke sagt at overveielse og beslutning om å handle på en viss måte nødvendigvis må skje *umiddelbart* før handlingen. Jeg tolker derfor Aristoteles slik at det må skje en overveielse og beslutning før handlingen finner sted, men ikke nødvendigvis like før. Det avgjørende er at handlingen følger fra en beslutning, og ikke bare er et spørsmål om hvor plutselig handlingen utføres. Vi kan si at handlingen følger som en forlengelse av beslutningen. Da er ikke handlings-prosessen plutselig, fordi den er knyttet til beslutningen som gikk forutfor handlingen. Med denne kvalifiseringen vil handlinger både i kategori 1 og 2 kunne være dydige i Aristoteles bilde.

Men det finnes fremdeles et utall av handlinger hvor vi ikke premediterer eller foretar overveielser. Vi planlegger ikke for alle mulige hendelser som kan skje. (Kategori 3) Når vi et øyeblikk blir fristet til å ta boken som ligger der og som tilhører en annen, har vi ikke premeditert en løsning for hva vi skal gjøre i akkurat denne situasjonen. Men vi har holdninger som regulerer vår adferd. Karakterholdninger skal tilvendes av fornuften over tid til en midlere og dydig posisjon. Holdningene hjelper oss derfor til å handle moralsk riktig dersom tilvenningen har skjedd på en god måte. Som beskrevet tidligere i oppgaven, ligger holdningene i beredskap i oss slik at vi kan handle plutselig når det er påkrevet, uten forutgående overveielser og beslutninger.

Derfor får vi et dilemma i tolkningen av Aristoteles, ved at han på den ene siden beskriver hvordan fornuften skal forme våre holdninger som karakterdyder, og derfor gjøre oss i stand til å kunne handle hurtig og riktig, og på den annen side sier han (iflg. sitatene ovenfor) at når vi handler plutselig, skjer det ikke som følge av beslutninger, og handlingene er derfor ikke dydige. Hvordan skal vi derfor tolke dette på en rimelig måte? John Cooper (1975, s.9) mener forklaringen kan være at selv om aktøren ikke foretar overveielser *før* handlingen, så må han kunne grunngi sine handlinger i ettertid basert på logiske forklaringer:

..it might be said, even when there has actually been no deliberation, the attempt to explain what one has done will take the form of setting out a course of deliberation by which one might have decided to do what one has done, and which contains the reasons one actually had in acting as one did.

Denne begrunnelsen er ikke uproblematisk. Hvordan vi i etterkant skal kunne gi en etterrettelig forklaring på en handling som er gjort på intuitivt grunnlag, er vanskelig å forstå. Det er våre moralske holdninger som i stor grad styrer plutselige handlinger. Det er holdninger som er skapt av fornuften over tid, men med mange innslag av impulser og inntrykk. Å rekapitulere summen av dette og fremstille det som replika av overveielser som ligger til grunn for våre plutselige handlinger, er etter min mening svært problematisk.

En annen mulig måte å tolke forholdet på er å vurdere avsnittet der Aristoteles holder de to posisjonene opp mot hverandre og gir forrang for tilfeller hvor vi handler plutselig og stoler på våre karakterholdninger.

Derfor er det et tegn på større mot når man er fryktløs og uforstyrret i plutselige og skremmende situasjoner enn i dem som er åpenbare på forhånd, siden dette skyldes ens karakterholdning mer enn forberedelser. For det som er forutsett, kan man beslutte seg for ut fra beregning og fornuft, mens det plutselige uttrykker ens karakter. (NE 1117a18)

Tatt i betraktning at kategori 3 sannsynligvis inneholder de fleste moralske handlinger vi gjør hver dag, er det betydningsfullt at Aristoteles betrakter denne type handlinger som spesielt viktig. Fornuftens tilvenning av karakterholdningene er en livslang prosess hvor både tilbakemeldingen fra folk rundt oss om vår adferd og også oppfatninger (endoxa) fra folk vi tror på, er viktige for en justering av våre holdninger. Lederskikkelser er de som lykkes med slike forhold. Hvis disse samtidig gjør det gode (eupraxia), så viser Aristoteles til at de opptrer som Perikles og hans likemenn. (NE 1140b8). De er kloke fordi de har evnen til å gjøre det som er godt for dem selv og for menneskene rundt seg. De ser ut til å utvikle en form for *intuisjon* eller *instinkt* som gjør dem i stand til å fatte riktige beslutninger selv om beslutningene må fattes hurtig. Dette ser ut til å være en evne som ligger nært begrepet *nous*.²⁵ Oppsummert kan vi si at hvis vi fatter utgangspunktene for både teoretisk og praktisk fornuft og vi samtidig har en instinktiv og intuitiv persepsjon, er vi utrustet til å handle hurtig og riktig i alle situasjoner.

²⁵ *Nous*: iflg Rabbås s.229: "Evnen til å fatte utgangspunktene for all vitenskapelig forståelse og klokskap. Dette er en evne som er nært beslektet med persepsjon, om enn av et annet slag enn den vanlige, det vil si sanselige".

Hvor i dette bildet befinner rusmisbrukeren seg? En misbruker som lever et rusfylt liv mister noe av evnen til å foreta rasjonelle overveielser og beslutninger. Evnen til å premeditere og planlegge handlinger er heller ikke like god som for andre mennesker. En større andel av handlingene ser derfor ut til å være preget av vaner. Anskaffelse og konsum av rusmidler skjer stort sett som vanehandling. Aktøren føler en stadig trang til påfyll av mer rusmidler. Da blir tenkningen dominert av når og hvordan han skal innta mer, og ikke *om* han skal innta mer. Begjæret for mer rus er sterkt og dominerende. Fornuften blir ikke koplet inn for å overveie konsekvenser eller alternativer, men blir degradert til å finne ut når og hvordan inntaket skal skje. Rusmisbrukeren befinner seg derfor vanligvis i kategori 4 (utdypet i kapittel 4.4). Det som bringer ham inn i vanen er ofte handlinger i kategori 3: Handlinger utført uten overveielser, men basert på tilvendte holdninger. Når holdningene ikke er gode, blir heller ikke handlingene gode.

Men hva med *debuten* til rusavhengighet? Da er ikke bruken blitt en vane ennå. Men skjer det noen overveielser om å *starte* bruken? Her ligger vel noe av problemet. Debuten arter seg ofte som noe nytt som aktøren prøver ut, ofte i nærvær av venner. For ungdom kan debuten arte seg som et opprør mot fordommer. Debuten og videre bruk kan gi status ved å ta sjanser og leve farlig. (Fekjær, s.94). Hadde overgangen mellom bruk og misbruk artet seg som et klart skille, ville sannsynligheten vært stor for at aktøren foretar bevisste overveielser og beslutninger. Når overgangen derimot er glidende og knapt merkbar, så blir det ikke noen naturlige stans for å foreta overveielser, valg og beslutninger.

I dette kapitlet har vi sett at fornuften, i følge Aristoteles, spiller en avgjørende rolle for hvilken moralsk kvalitet våre handlinger får. Grunnen er at fornuften har to oppgaver som influerer på alle handlinger vi gjør:

1. Fornuften gir råd om hvordan vi skal handle i enkeltsituasjoner etter at vi har foretatt overveielser og beslutninger. Handlingen kan følge umiddelbart etter beslutningen (kategori 1) eller på et senere tidspunkt (kategori 2).
2. Fornuften skal tilvenne våre holdninger over tid. Våre holdninger er bestemmende for hvordan vi utvikler våre vaner (kategori 4) og hvordan vi handler i plutselige situasjoner (hvor vi ikke gjør overveielser før vi handler) (kategori 4)

En misbruker som lever et rusfylt liv mister noe av evnen til å foreta rasjonelle overveielser og beslutninger. Evnen til å premeditere og planlegge handlinger er heller ikke like god som for andre mennesker. En større andel av handlingene ser derfor ut til å være preget av vaner. Fornuften brukes mer til å gi råd om hvordan misbrukeren skal få tak i mer rusmidler enn til å vurdere alternative levemåter. Når holdningene ikke blir underkastet en alternativ tilvenning av fornuften sementeres rusvanene. Debuten inn i ruslivet er selvsagt ikke noen vanehandling. Den er en type handling hvor alternativene burde blitt grundig overveiet, men ikke blir det.

4.4 Handlinger som vaner

Will, the active phenomenon, is a different thing from desire, the state of passive sensibility, and though originally an offshoot from it, may in time take root and detach itself from the parent stock; so much so, that in the case of a habitual purpose, instead of willing the thing because we desire it, we often desire it only because we will it.
(J.S.Mill s. 464)

I hverdagslivet blir de fleste handlinger vi gjør, utført som vanehandlinger. Vi har gjort handlingen mange ganger før, og gjør den på samme måte igjen. Hvis handlingen ikke fører til et godt resultat, justerer vi inntil vi er tilfreds med resultatet, og dermed har vi funnet frem til måten å gjøre tingene på. Vanen blir etter hvert så automatisert at vi av og til må sjekke om vi virkelig har gjort oppgaven. Låste vi døren da vi forlot huset? Skrudde vi av ovnen før vi gikk? En rekke vanehandlinger blir etter hvert gjort i et halvveis bevisst tilstand. Rusavhengige personer er ikke noe unntak fra dette. Men deres vaner er mer sentrert mot oppgaven å stadig sikre neste dose med narkotika, eller de neste rundene med øl og sprit. Vanen er ikke det som brakte dem inn i avhengighet, men vanen er det som holder dem fanget der.

Men hva er denne vanen som styrer så mye i vårt daglige liv utover det at den består av handlinger vi har gjort før og som erfaringsmessig gir oss resultatet vi ønsker? Som vi så i forrige kapittel blir nye typer handlinger som oftest foretatt etter overveielser og beslutning, og etter at streben har pekt ut målene vi ønsker å nå.

Men våre moralske dyder eller holdninger (*hexis*) spiller også en avgjørende rolle. Holdninger (*hexis*) er måten vi forholder oss til ting i livet, spesielt i forhold til egne og andres handlinger. (Rabbås s. 228). Holdningen er vokst frem gjennom tilvenning, noe

som er reflektert i den latinske oversettelsen *habitus* og den engelske *habit* (vane). Hexis handler ikke om å ta standpunkt til trivielle ting som hvilken vei vi skal gå hjem, men om hvilke verdier som skal ligge til grunn for våre handlinger. Aristoteles definerer i bok 2 (*NE*) hva moralsk dyd er, og åpner kapittel 5 med å karakterisere hva våre holdninger er: "Holdninger kaller vi det som avgjør om vi forholder oss godt eller dårlig til følelsene" og "Følelser kaller jeg begjær, raseri, glede [etc.] .. – i det hele tatt det som det hefter nytelse og smerte ved" (*NE* 1105b21). Det betyr at når det oppstår følelser i oss som har utspring i nytelse eller smerte, vil våre holdninger avgjøre om vi forholder oss godt eller dårlig til slike følelser. Alkohol og narkotika vil kunne vekke slike følelser i oss og det er våre tilvendte og innpodede holdninger som avgjør hva vi gjør. Holdninger er bygget opp av vanen over tid; først ved å lære ting og så anvende lærdommen. Det kan se ut til at handlinger og holdninger har et gjensidig tett forhold: Vi utvikler holdninger gjennom lærdom som følger av handlinger vi gjør, og at holdningene styrer måten våre følelser influerer våre handlinger. Et slikt gjensidig forhold blir ofte selvforsterkende og kan være en forklaring på hvorfor det er så vanskelig å bryte ut av vaner.

Holdninger er internalisert i oss. De er noe vi tror på og legger til grunn for våre handlinger. På dette punkt avviser Aristoteles påstander som Platon fremsatte i sine tidlige dialoger om at holdninger ikke er noe annet enn en type kunnskap, og laster er mangel på slik kunnskap. (Kraut, 2001, kap 5.1). Vi kan ha kunnskap om hva som bør gjøres, men unnlate å handle i henhold til kunnskapen. Rusmisbrukere med høy utdannelse og mye viten vet normalt at rusadferden er skadelig for dem, men fortsetter allikevel rusbruken. Så lenge deres viten ikke er blitt internalisert til holdninger gjennom en overbevisning, fortsetter ruspraksisen som vanehandling. Hvis det bare var en ny, eller en annen kunnskap som skulle til for å endre våre holdninger ville det være relativt enkelt å endre både holdninger og handlingsmønstre. Men når holdninger er basert på overbevisning, tilegnet gjennom erfaring av nytelse og smerte, er endringer av holdninger atskillig vanskeligere å få til. Hva som skal til for å kunne gjøre et brudd med vanehandlingene blir drøftet i kapittel 5.1; Brudd med vanene.

4.5 Moderasjon²⁶ og hemningsløshet

I bok 3, 4 og 5 av den Nikomakiske etikk beskriver Aristoteles 11 karakterdyder som er viktige for menneskers liv og adferd. Karakterdyder er holdninger vi bør ha for å forholde oss til våre følelser og streben på en god måte. Moderasjon er holdningen vi bør ha når vi skal finne en middelvei for våre nytelser. (NE 1117b25). Mennesket kan gjennom sine sanser nyte flere ting som dyrene ikke nyter, slik som synet av et vakkert landskap, eller duften av en blomst, eller lyden av vakker musikk. Den eneste legemlige nytelsen vi har til felles med dyrene er smakssansen. Hunder nyter ikke lukten av harer, men smaken av dem. Lukten er et middel for hunder til å finne veien til harer. Hvis vi ikke har måtehold eller moderasjon i våre nytelser, sier Aristoteles at vi har en dyrisk last. Vi kaller lasten for *hemningsløshet*. Av de laster som et menneske kan ha, kommer hemningsløsheten på et lavt etisk nivå, og det fester skam ved den:

Den sansen som hemningsløsheten angår, er den mest utbredte av sansene, og den synes med rette å være den som mest åpner for bebreidelser, for det er ikke som mennesker vi har den, men som dyr. Å nyte slike ting, og å like dem mest av alt, er dyrisk. (NE 1118b2)

Hemningsløshet betyr at vi overdriver vår nytelse både gjennom å nyte feil ting, i for store mengder og på feil måte. Rusmisbrukere kan sies å komme i denne kategorien fordi de nyter "noe de ikke burde, eller hvis de nyter noe som bør nytes, så nyter de dette mer enn de bør og mer enn folk flest gjør." (NE 1118b25).

For Aristoteles er det viktig at vi lever i pakt med naturen, og ikke misbruker våre evner i ytterligheter. Spising og drikking skal tilfredsstille naturlige behov ved å fylle opp det som kroppen mangler, men ikke mer. Dette er en funksjon som vi har felles med andre dyr og med planter, men som vi har bedre forutsetninger til å styre hvis vi tilvenner våre holdninger og begjær på den rette måten.

Nå er det ikke selve smaken av rusmidler som virker ødeleggende, men følgene som kommer med inntaket av alkohol og narkotika. Det er ikke noen smakssans knyttet til injeksjon av heroin i blodårene, men derimot en forventning og erfaring om en påfølgende rus og nytelse. Formålet er ensidig å oppnå nytelse i noen timer før jakten på mer rusmidler starter igjen.

²⁶ Jeg har valgt å bruke ordet *moderasjon* for den dyden som på engelsk blir kalt *Moderation* og i oversettesen til Rabbås og Stigen kalles *besindighet*. Begrunnelsen er at begrepet *moderasjon* passer godt som en dyd i forhold til nytelse, mens *besindighet* passer godt når man skal styre sine følelser.

Et av særpregene ved rusavhengighet er at man får et veldig "sug" etter rusmiddelet som brukes. Suget kan føles så intenst at det smerter. Narkomane viser at de vil gå veldig langt for å fjerne smerten, og om nødvendig utføre kriminelle handlinger. Aristoteles omtaler denne smerten som et kjennetegn på den hemningsløse:

..den hemningsløse kalles så fordi han føler mer smerte enn han bør når han ikke får nytelse (slik at det er nytelse som medfører hans smerte), mens den moderate kalles så fordi han ikke føler smerte når nytelsen er fraværende eller han avstår fra den (NE 1118b31)

Dette gir en betegnende beskrivelse av hva som særpreger rusavhengigheten, nemlig at man ikke greier å stå i mot begjæret for mer nytelse. Viljestyrke og gode intensjoner er ikke nok, og etter hvert består rusprosessen mer av vanehandlinger enn av overveide handlinger. Vi merker oss noen forskjeller mellom bruken av alkohol og narkotika. Drukket i små mengder ser ikke alkoholen ut til å gjøre nevneverdig skade på folks adferd og dømmekraft. Den drikkes for nytelsens skyld og fordi den ser ut til å ha en god sosial effekt. Dette passer med Aristoteles krav om middelvei og måtehold for dygdene vi bør etterstrebe. Men er det mulig å betrakte narkotika på samme måte? Kan narkotika nytes med moderasjon eller måtehold?

For de fleste brukerne er svaret nei. De befinner seg for det meste i rus eller i på jakt etter narkotika. Det er ingen gradvise overganger med styring av inntaket med henblikk på moderasjon. Men et fåtall aktører ser ut til å greie en balansegang hvor de styrer inntaket av amfetamin og kokain slik at de fungerer i arbeidslivet uten å miste jobben. Det blir allikevel feil å kalle en slik styring for *moderasjon* for de føler allikevel smerten som følger hvis de prøver et avhold fra nytelsesmiddelet.

Det er i dette kapitlet gitt belegg for at rusmisbrukere tilhører en klanderverdig kategori som Aristoteles (i norsk oversettelse) kaller "hemningsløshet". Misbrukeren har et feil forhold til nytelser. Han nyter feil ting, i for store mengder og på feil måte. Egenskapen kjennetegnes også ved at misbrukeren føler smerte når han ikke får rusmidler. Aristoteles kaller det en dyrisk last, og mener vi i stedet bør etterstrebe moderasjon, som er karakterdyd og holdning.

4.6 Karaktersvakhet

Aristoteles beskriver i Bok 7 tre karakteregenskaper vi bør unngå:

Laster, karaktersvakhet og dyriskhet. Motsatsen til disse er hhv. dyder, karakterstyrke og det guddommelige. I denne oppgaven er vi spesielt interessert i karaktersvakhet (*akrasia*), fordi denne egenskapen er gjenganger for mange rusmisbrukere.

Kjennetegnet på karaktersvakhet er at vi har begjær for et objekt (eks. alkohol eller narkotika) og vår fornuft sier at vi ikke bør innta det, og så inntar vi det allikevel.

Den karaktersvake vet at han handler galt, men han gjør det på grunn av sin sinnsbevegelse, mens den karaktersterke vet at hans begjær er slett, og på grunn av sitt begrep [logos - fornuft] følger han det ikke. (NE 1145b13)

I neste omgang tar Aristoteles opp spørsmålet om aktøren virkelig har oppfattet situasjonen på riktig måte, når han handler på en karaktersvak måte. Handler aktøren mot bedre vitende eller er det noe feil eller mangler ved det han vet? Aristoteles refererer til spørsmålet som Sokrates stiller til *Protagoras*, om han er enig med majoriteten av folk som sier at:

..while knowledge is often present in a man, what rules him is not knowledge but rather anything else – sometimes anger, sometimes pleasure, sometimes pain, at other times love, often fear; they think of his knowledge as being utterly dragged around by all these other things as if it were a slave.

Now, does the matter seem like that to you, or does it seem to you that knowledge is a fine thing capable of ruling a person, and if someone were to know what is good and bad, then he would not be forced by anything to act otherwise than knowledge dictates, and intelligence would be sufficient to save a person? (Protagoras 352 b-c)

Protagoras svarer at det både er rettferdig og riktig at kunnskap og viten er de viktigste og største kreftene i menneskelig aktivitet. Sokrates sier i fortsettelsen at folk flest er uvillige til å gjøre det som er best, selv om de vet hva det er, og de er i stand til å gjøre det. Årsaken som folk oppgir er at de blir overveldet av nytelse, smerte eller følelser.

Her står vi vel ved det som er sakens kjerne: Hva er det som i bunn og grunn styrer folks handlinger? Og i denne oppgavens sammenheng; hva er det som får folk til å ruse seg overstadig på alkohol eller narkotika hvis de vet at det galt?

Det er ikke vanskelig å være enig med Sokrates og Protagoras at det ville være både riktig og rettferdig om det var kunnskap og viten, og ikke nytelser, smerte og utemmede følelser som styrer folks adferd. Men slik ser det altså ikke ut til å være, og det betyr at vi kommer frem til en annen konklusjon enn det Sokrates gjør når han ser ut til å

argumentere for at den som vet det gode, gjør det gode. (*Protagoras* 358c). Selv om vi har kunnskap om hva det gode er, så gjør vi ofte noe annet. Hva kan det skyldes?

Sokrates og kontradiksjon

Kontradiksjonsprinsippet sier at det er umulig å "p" og "ikke p" samtidig. Det er for eksempel umulig å lese og ikke lese samtidig. Prinsippet er lett å forstå for fysiske gjøremål, men det blir vanskeligere å anvende for mentale forhold: Er det mulig å ønske å drikke og ønske å ikke drikke samtidig? De fleste vil si at det er mulig.

Å ha motstridende ønsker kjennetegner tilstanden hos noen rusmisbrukere på ett eller annet stadium i utviklingen som dranker eller narkoman. De er revet mellom to samtidige og motstridende ønsker. De skulle ønske at de ikke var narkomane eller drikkfeldige, men de ønsker seg, eller "må ha" mer rusmidler. Sokrates reiser problemet i *Staten*:

Then would you not consider all the following, whether they are doings or undergoings, as pairs of opposites: Assent and dissent, wanting to have something and rejecting it, taking something and pushing it away? (Staten 437b)

Sokrates løser denne motstridende situasjonen i sjelen ved å vise til at menneskesjelen ikke er bare *en* enhet. Den består av flere deler som har hver sin funksjon. Og hver del har, eller kan ha, motstridende interesser og mål. Med god kunnskap om menneskets sjelpsykologi definerer han sjelen i tre deler, og viser til hvilke *verdier* som kjennetegner hver av dem:

- Begjæret (epithymia) med nytelse som verdi
- Temperamentet (thymos) med ære eller det beundringsverdige som verdi
- Fornuften (fronesis) med det gode som verdi

Gjennom flere eksempler viser han hvordan sjelsdelene har konflikter seg i mellom og hvordan en eller to av dem kommer i besluttende posisjon. Hvilken del som vinner, er avhengig av handlingssituasjonen og hvilke personlige egenskaper som er dominerende hos aktøren. Det er ofte fornuften og begjæret som kjemper mot hverandre (slik det kan skje hos rusmisbrukere). Temperamentet kommer noen ganger avgjørende inn i allianse med fornuften, fordi temperamentet har evne til å lytte til fornuften. Andre ganger vinner begjæret fordi forholdene og personene er slik de er. Det skjer hos oligarken i *Staten* som har mistet alt av verdier. Sønnen ser tapet og frykter for sitt eget liv. Han fordriver edle verdier fra sin egen sjel, samler penger og annen rikdom, kommer tilbake til makten, og etablerer en ny rangorden i sjelen:

He makes the rational and spirited parts sit on the ground beneath appetite, one on either side, reducing them to slaves. He will not allow the first to reason about or examine anything except how a little money can be made into great wealth. (Staten 553d)

Sønnen fratar ikke fornuften alle oppgaver, men begrenser fornuftens rolle til å tenke ut hvordan små pengeilder kan skape stor rikdom for ham²⁷.

Sokrates viser gjennom flere eksempler hvordan hver av de tre sjelsdelene kan bli den dominerende part og bestemme hvilken handling aktøren skal gjennomføre.

Men Sokrates ønsker et rettferdig samfunn. Da må enkeltindividene opptre rettferdig, og det kan bare skje hvis fornuften er den dominerende og bestemmende sjelsdelen.

Therefore, isn't it appropriate for the rational part to rule, since it is really wise and exercises foresight on behalf of the whole soul, and for the spirited part to obey it and be its ally? (Staten 441e)

Så Sokrates spør om det ikke er riktig at fornuften bør styre på vegne av hele sjelen, og at temperamentet er fornuftens støttespiller i eventuelle konflikter som oppstår mellom sjelsdelene. Glaucon svarer bekreftende at slik bør det være. Fornuften har kunnskap og klokskap, og vet hva det gode er.

Sokrates gir oss også et annet viktig budskap. Når sjelsdelene trekker en aktør i forskjellige retninger og vil forskjellige ting, har aktøren selv et ansvar for å ordne opp i uenigheten:

He puts himself in order, is his own friend, and harmonizes the three parts of himself like three limiting notes in a musical scale He binds together those parts and any others there may be in between, and from having been many things he becomes entirely one, moderate and harmonious. Only then does he act. (Staten 443d-e)

Slik jeg tolker Sokrates her er at han lar de aktuelle sjelsdelene fremsette sine forslag til handling, aktøren overveier forslagene og bestemmer seg for en moderat og harmonisk løsning. Først da handler han. Innholdet i avsnittene over viser samtidig at Sokrates ønsker at vi skal gi fornuften en forrang i slike situasjoner.

”Den som vet det gode, gjør det gode”

Sokrates er blitt tillagt et sitat som sier at ”den som vet det gode, gjør det gode”. Ut i fra dette, trenger vi bare å sørge for at misbrukere får vite hva det genuint gode er, og så vil de velge en vei ut av ruslivet. Imidlertid er det flere misbrukere som allerede vet at det finnes gode alternativer til rusbruken, men som likevel ikke velger det gode alternativet.

²⁷ Denne logikken gjenkjenner vi hos Aristoteles som sier at fornuften har to oppgaver, hvor den ene er nettopp å gi råd om *hvordan* målene skal nås.

Det betyr i såfall at Sokrates utsagn ikke er gyldig. Men ved nærmere undersøkelse viser det seg at Sokrates er blitt feilsitert, og at han har inkludert viktige premisser i eget utsagn. Den nøyaktige påstanden i *Protagoras* er som følger:

Then if the pleasant is the good, no one who knows or believes there is something better than what he is doing, something possible, will go on doing what he had been doing when he could be doing what is better. To give in to oneself is nothing other than ignorance, and to control oneself is nothing other than wisdom. (Protagoras 358c)

Sokrates forutsetter altså at det nytelsesfulle er av det gode slaget. Dette uttrykker tiltro til at fornuften vil finne frem til hva som er best for oss, og gjøre det vanskelig for begjær, appetitter eller temperament å få oss til å gjøre noe annet enn det beste. De aller fleste av oss blir under oppveksten lært av foreldre og på skolen om de negative konsekvensene av rusmisbruk. Fornuften forteller derfor både den karaktersterke og den karaktersvake at det er bedre å avstå fra rusmidler enn å hengi seg til dem. Den karaktersterke følger fornuftens råd og avstår fra rus. Den karaktersvake vet hva som er rett, men lar seg lede av begjæret, og ruser seg. Han vet som oftest om en adferd som er bedre, men fortsetter å gjøre noe som er verre. Det skulle i utgangspunktet bety at Sokrates tar feil. Imidlertid ser vi at Sokrates har knyttet tre viktige forutsetninger til utsagnet:

- i) med kunnskap om eller tro på at det er noe som er bedre enn det vi gjør, fortsetter vi ikke å gjøre det som er dårligere
- ii) hvis det vi nyter er av det gode
- iii) det må være *mulig* å gjøre det som er bedre

Det kan være instruktivt å se nøyere på hver av disse forutsetningene:

i) Kunnskap om eller tro på at det er noe som er bedre enn det vi gjør

Sokrates mener altså at det er først når vi vet, eller tror vi vet om noe bedre, at vi vil gjøre det. Kan det være tilfelle at rusmisbrukeren likevel ikke *vet* om noe bedre og av den grunn fortsetter å gjøre det han gjør? Er det manglende kunnskap eller tro på at det finnes et bedre liv som er problemet? Svaret varierer nok avhengig av bakgrunn, oppvekst og personlige forutsetninger, men ingen blir oppdratt til at et rusfylt liv er et godt liv. Vår kunnskap sier at vi bør avstå fra narkotika eller store mengder alkohol. Allikevel velger misbrukere å gjøre det motsatte. De fleste av dem vet det at det finnes et bedre liv, men greier ikke, eller vil ikke finne veien dit²⁸. Med besittelse av kunnskap

²⁸ Fekjær; s.213: Ca 80% av misbrukere i USA ønsker ikke behandling. Av disse ønsker 40 – 50% ikke å stoppe misbruket.

om et bedre liv er det ikke sannsynlig at de har *tro* på at misbruk er et bedre alternativ heller. Men de kan tro at de ikke vil *lykkes* med å gjennomføre en avvenning, og det kan stoppe dem fra å forsøke. Det blir derfor en forutsetning at aktøren har tro på egne evner og kompetanse hvis han skal lykkes med å gjennomføre et avvenningsprogram. Dette poenget vil bli drøftet videre i kapittel 5 hvor vi undersøker mulighetene for avvenning.

ii) Det nytelsesfulle som et gode

For at Sokrates utsagn skal gjelde, forutsetter han at det nytelsesfulle er "det gode". Det nytelsesfulle i sammenheng med denne oppgaven er det som kroppen begjærer av mat og drikke. Hva skal til for at mat og drikke er det gode eller rette inntak? Det rette inntaket er erstatningen av det som kroppen har forbrent eller forbrukt for et naturlig liv. Hverken narkotika eller alkohol kan sies å være av et slikt slag, og derfor er kanskje ikke Sokrates utsagn aktuelt for vårt tilfelle? Hvis vi tester logikken av det gyldige tilfellet så vil den som tror eller vet at det er noe bedre å spise og drikke enn det han gjør, (eller at det er noe bedre å gjøre *enn* å spise og drikke), vil han ikke fortsette å gjøre det han gjør, men foretrekke å gjøre det som er bedre. Så i valget mellom nytelser av mat og drikke av det gode slaget, vil han foretrekke den beste nytelsen han vet om. Men hvis nytelsen *ikke* er av det gode slaget (slik som ved rusmisbruk), er det ikke da *enda* mer sannsynlig og *enda* mer nyttig at aktøren gjør det som han vet eller tror er bedre? Det er vanskelig å se hvorfor Sokrates gjør denne kvalifiseringen, fordi utsagnet ser ikke ut til å fungere noe mindre godt dersom nytelsen ikke er av det gode slaget. Den neste setningen i utsagnet ("To give in to oneself is nothing other than ignorance, and to control oneself is nothing other than wisdom") indikerer at han omtaler akrotiske forhold, og det gir enda en grunn for å inkludere nytelser som ikke er av det gode slaget i utsagnet sitt.

iii) Mulighet til å gjøre det som er bedre (something possible)

Sokrates forutsetter at det *må være mulig* for aktøren å gjøre det som er bedre. Det betyr at å gjøre det som er bedre må ligge innenfor aktørens muligheter og evner. For de dårligst stilte rusmibrukerne ser vi et paradoks: Når man starter dypt nede fra en elendighet er det mange muligheter til forbedringer. Men samtidig er folk i denne kategorien dårlig rustet til å både finne og å nyttiggjøre seg av mulighetene.

Vi kommer også til et annet avgjørende spørsmål. Hvis en rusmisbruker er så fanget i misbruket at han føler det som en uimotståelig tvang å innta den neste dosen eller det neste glasset, er det ikke da umulig for ham å velge det som han vet er bedre?

Vi vet at det er vanskelig, men vi vet også at det er mulig å velge det som er bedre, fordi noen greier det. Det forutsetter at de riktige forholdene er til stede.

Ut fra overstående argumenter kan vi vel si at Sokrates blir feilsitert når han blir tillagt uttrykket "den som vet det gode, gjør det gode". Han inkluderer viktige forutsetninger i eget utsagn, men knytter nok allikevel for stor tillit til at kunnskap alene har tilstrekkelig motiverende kraft til å hjelpe misbrukere ut av et rusfylt liv. Dette blir drøftet mer detaljert i kapittel 5.

Styrt av fornuft eller følelser?

Vi så i begynnelsen av dette kapitlet Sokrates' frustrasjon om hva som ser ut til å styre menneskers adferd og hvor urettferdig dette forholdet er: kunnskapen blir slept rundt som en slave av nesten hva som helst; noen ganger av sinne, andre ganger av nytelse, smerte, kjærlighet eller frykt. Hume fanger opp denne tanken, og mener at det ikke bare er kunnskap, men hele fornuften som er slave av lidenskapen i oss.

Han har tro på naturens orden, og mener at vi som mennesker følger instinkter og vaner. Vårt mentale liv er preget av følelser og begjær, heller enn fornuften. I *Treatise of Human Nature* gir han uttrykk for sitt syn i forholdet mellom fornuft og lidenskap (Reason and Passion):

Nothing is more usual in philosophy, and even in common life, than to talk of the combat of passion and reason, to give the preference to reason, and assert that men are only so far virtuous as they conform themselves to its dictates. Every rational creature, it is said, is obliged to regulate his actions by reason; and if any other motive or principle challenge the direction of his conduct, he ought to oppose it, till it be entirely subdued, or at least brought to a conformity with that superior principle. (Book II, Part iii, section iii)

Og i neste omgang tilføyer han:

In order to shew the fallacy of all this philosophy, I shall endeavour to prove first, that reason alone can never be a motive to any action of the will; and secondly, that it can never oppose passion in the direction of the will. (Book II, Part iii, section iii)

Det skinner igjennom at i Humes samtid er det en forventning og endog et krav om at fornuften skal spille en avgjørende rolle i folks handlinger. Men i følge Hume er det andre deler av sjelen som spiller minst like viktige roller i formingen av menneskers vilje og oppførsel. Hans tenkning ligner på Aristoteles' utsagn om at følelser er noe umiddelbart og ekte, som ikke kan bli stoppet av sannhet eller fornuft. Når vi hører eller

ser at et forsvarsløst barn blir slått eller et dyr blir mishandlet, skapes det umiddelbare og sterke følelser i oss til å handle. Følelsene kan være raseri, medlidenhet eller frykt. Følelsene vil, sammen med et iboende begjær, gi oss en lidenskapelig kraft til å handle. Fornuften får en annen rangs plass i handlingsforløpet. Sammenfattet er budskapet hans at: *Reason is, and cannot be anything other than a slave to passion.*

Men hvordan kommer denne tenkningen til anvendelse i rusmisbrukernes situasjon og hverdag? Lidenskapen som Hume beskriver er altså en blanding av følelser og begjær. Rusmisbruket handler om begjær, men er det også snakk om lidenskap og følelser? Humes beskrivelse av lidenskapens kraft innebærer følelser som ikke synes å være til stede når rusmisbrukeren gjør sine rusvalg. Det er ikke raseri, frykt, misunnelse, kjærlighet, hat, lengsel, sjalusi eller medlidenhet som driver ham. Det er et hedonisk begjær (epithymia) heller enn et temperament eller æresfølelse (thymos) som får misbrukeren til å drikke det neste glasset eller ta den neste dosen. Det er primært utsikten til nytelse eller døyving av smerte, heller enn lidenskap som synes å være drivkraften. Det viser vel at fornuften kan få en plass som er underordnet både begjær og følelser, eller en kombinasjon av disse.

I følge Aristoteles er følelser noe som skjer med oss (NE 1106a4). Vi *velger* ikke å bli sinte eller redde. Det er sinnsbevegelser som oppstår i oss, uavhengig av vår vilje. På samme måte som for Hume, er det vanskelig å se at følelser, eller i alle fall ikke følelser alene, er den styrende drivkraft når aktørene er på jakt etter mer rusmidler. Hva er det da som styrer oss i slike situasjoner?

Aristoteles mener at sjelen har to fornuftsløse deler; den vegetative har ingen kobling med fornuften, mens den animalske har det så langt som den enten har fornuft i seg eller så langt som den er villig til å lytte til fornuften. I den animalske delen finner vi streben (orexis) som er samlebegrepet for det som utpeker mål for våre handlinger. Streben inkluderer både våre hedoniske begjær og temperament.

Dette åpner for at vi kan ha en fornuftsløs del som blir påvirket og tilvendt av fornuften slik at vi tenker og agerer som autonome, fornuftige individer, eller vi opptrer fornuftig fordi vi adlyder fornuften (som vi lytter til vår far).

... det som begjærer, og i det hele tatt det som streber, på en måte er delaktig i fornuften, for såvidt som det lytter til og adlyder denne. : (NE 1102b31)

Så Aristoteles mener at vår streben, inkludert vårt begjær, er delaktig i fornuften i den grad streben lytter til, og adlyder fornuften. Det antas at det her gjelder enkelthandlinger. Hvis vår streben ikke lytter til og adlyder fornuften, er handlingene fornuftsløse. Det kan skje ved at vi velger å ignorere fornuftens råd, og i stedet følger en vane eller ved at vi handler impulsivt. I de sistnevnte tilfeller har vi ikke foretatt en overveielse og derfor heller ikke fattet en beslutning før vi handler. Da er handlingen fornuftsløs av den grunn. Rusmisbrukeren er som oftest å finne i denne gruppen. De første gangene han inntar narkotika eller for mye alkohol, gjør han kanskje overveielser om inntaket. Hvis han velger å ikke følge råd som følger fra overveielsene, har han allikevel gjort en beslutning. Hvis han samtidig gjennom oppdragelse eller erfaring vet at slikt inntak ikke er klokt, er han karaktersvak (akratisk), fordi han handler mot fornuftens råd eller mot bedre vitende.

Etter hvert som aktørens rusmisbruk øker i omfang, blir han i dårligere stand til å handle rasjonelt. Aristoteles mener at en som er ødelagt av nytelser mister evnen til å se *utgangspunktene (arché²⁹)*.

For utgangspunktene for det som kan etterstrebes i handling, er det for hvis skyld de utføres, men for den som er ødelagt av nytelse eller smerte, vil utgangspunktet ikke være åpenbart..... For lasten forderver utgangspunktet. (NE 1140b16)

Dette kan virke tvetydig. Det kan enten bety at en som er ødelagt av nytelse eller smerte ikke ser formålet med handlingene (og handler formålsløst), eller at han ikke vet (fra "første-prinsippet") hvordan han skal handle i gitte situasjoner. Begge alternativer kan være relevante for en rusmisbruker. Jeg støtter meg til det siste alternativet: hvis man ikke ser utgangspunktet, har man ikke evne til å kunne starte de rette handlinger. Sarah Broadie (s. 369) utdyper temaet på følgende måte:

Once someone is corrupted through pleasure or pain, he fails to see the starting point. The starting point or principle is whatever matters most, what should be controlling one's response to the situation.

Dette betyr at misbrukeren ikke ser eller skjønner hvordan han skal styre handlemåten i situasjoner han kommer opp i. Han kan bli apatisk, ukonsentrert eller utilregnelig. Han kan sannsynligvis fremdeles utføre vanehandlinger fordi det krever liten eller ingen dømmekraft.

²⁹ Rabbås: "det som kommer først, eller utgangspunktet". Kan bl.a bety "årsaken til en handling eller premissen i et argument".

I dette kapitlet er det vist at et kjennetegn ved karaktersvakhet er at vi vet hva som er riktig handling, men vi handler allikevel annerledes. En misbruker kan vite at det er best for ham å avstå fra inntak av mer narkotika eller alkohol, men han gjør det likevel. Ved å dele sjelen inn i ulike fakulteter illustrerer Sokrates og Aristoteles hvordan våre tilbøyeligheter og ønsker blir trukket i forskjellige retninger avhengig av hvilke valg vi står overfor og hvilke sjelsdeler som er sterke i oss. Sokrates viser til at vi må selv finne frem til vi "harmoniserer sjelsdelene" i oss frem til beslutning og handling. Dette kan tolkes som at hver av de tre sjelsdelene (fornuft, temperament og begjær) fremmer ønsker, og at vi gjør overveielser basert på ønskene, og dernest handler vi. Både Sokrates og Aristoteles mener at fornuften bør være en ledetråd for våre handlinger, for det gir oss et rettferdig og godt samfunn. David Hume fastslår på sin side at slik er ikke mennesker i realiteten. Han hevder at fornuften er, og kan ikke være, noe annet enn slave til følelser og begjær (*passion*). Aristoteles ville sannsynligvis svare (hvis han fikk muligheten) at slikt skjer bare hvis fornuften ikke har fått tilvende våre holdninger over tid, for holdningene styrer følelsenes utløp. Og hvis fornuften også har fått tilvende begjæret slik at man føler glede og smerte ved de rette ting, vil det ikke oppstå uoverensstemmelse mellom fornuften og begjæret i oss.

Sokrates er blitt tillagt uttrykket "den som vet det gode, gjør det gode". I såfall skulle det bare være nødvendig å la misbrukere få vite hva det faktisk gode livet er, så ville de ikke gjøre noe som er dårligere enn det gode. Dette viser vel at Sokrates utelater motivasjonsaspektet i sitt resonnement. Det er ikke nok at f.eks Sokrates (1. person) vet hva som er gode og riktige grunner, hvis ikke rusmisbrukeren (3. person) er motivert av grunnene. Gode grunner er virkningsløse for en rusmisbruker, hvis de ikke blir *internalisert* av og i ham. I kapittel 5 vil det bli vist at det er først når aktøren har internalisert en tiltro (*belief* eller *conviction*) til grunnene at grunnene får virkning.

4.7 Dannelse og tilvenning

Så det har ikke liten betydning at vi straks fra ungdommen av venners til å gjøre slik eller slik; det betyr tvert i mot svært mye, ja alt. (NE 1103b24)

Derfor bør man som Platon sier, fra den tidligste ungdom oppdras på en bestemt måte, nemlig slik at man føler glede og smerte ved de rette ting for dette er den rette oppdragelse. (NE 1104b11)

Aristoteles kommer i Bok 1 av den Nikomakiske etikk inn på rollen som nytelser og smerte spiller i borgernes motivasjon og handlemåter. Først klargjør han forutsetninger for undervisning av de som skal utøve ansvarsfulle oppgaver i samfunnet, dernest vektlegger han allmenn dannelse og erfaring. Ungdommen følger sine følelser og er handlingsorienterte. Umodne og karaktersvake personer er i samme kategori:

..... Ettersom en ung mann følger sine følelser, vil han lytte forgjeves og til ingen nytte, siden målet ikke er kunnskap, men handling. Det gjør ingen forskjell om man er ung av alder eller har umoden karakter; mangelen ligger ikke i alderen, men i at de lever etter og forfølger hver ting i henhold til sine følelser. For slike folk er kunnskap nytteløs, slik den er for de karaktersvake også. For de derimot som både fører sin streben i henhold til fornuften og handler deretter, for de kan det være svært gavnlige å vite noe om disse ting. (NE 1095a4)

Aristoteles mener altså at de som har ungdommens karakter, samt de karaktersvake, i stor grad baserer sine handlinger på følelser, og ikke nyttiggjør seg av tilegnet kunnskap eller erfaringer. Ungdommen, fordi de ikke har tilegnet seg slik kunnskap ennå, og de karaktersvake fordi de ikke nyttiggjør seg av kunnskap og erfaring som de besitter. Dette er to vesensforskjellige årsaker, men de får samme resultat.

Uten kunnskap (eller med kunnskap som ikke benyttes) er man sårbar for fristelser som dukker opp eller for påvirkninger som fører galt av sted. Rekrutteringen til narkotiske stoffer og alkoholmisbruk skjer ofte i ung alder. Hvis man da hverken har kunnskap eller er blitt advart om rusfaren kan fristelsene bli større enn besinnelsen.

Moderne pedagogikk erkjenner forholdet, og mange skoler har derfor lansert program hvor rusproblematikken blir gjennomgått. Elevene gis kunnskap om rusfarene uten å måtte lære om konsekvensene gjennom sjebnesvanger egenerfaring. Platon peker på at man ikke nødvendigvis må forstå konsekvensene og innholdet i advarslene i første omgang, men at man lærer de gode ting og avskyr de dårlige:

... he will praise fine things, be pleased by them, receive them into his soul, and, being nurtured by them, become fine and good. He will rightly object to what is shameful, hating it while he is still young and unable to grasp the reason, but, having been educated in this way, he will welcome the reason when it comes and recognize it easily because of its kinship with himself. (Staten 401e - 402a)

Poenget er at selv om man som ungdom ennå ikke har skjønt fornuften i budskapet man har lært, vil man senere en dag gjenkjenne det som en del av seg selv. Det er et eksempel på at gode holdninger ikke nødvendigvis må bygge på forståelse, men at det kan skje, som Aristoteles uttrykker det, ved at man lærer det på samme måte som når man adlyder sin far. For at man skal ta lærdommen til seg og følge den, forutsettes det at man får den fra en autoritet man har tro på og eller på annen måte adlyder. Det kan bokstavelig talt være ens far, men det kan også være Gud, eller en norm i samfunnet som folk respekterer (*endoxa*). Moderne pedagogikk erkjenner betydningen av at man fra ung alder lærer seg til å føle glede og smerte ved de rette ting. Dette er helt i tråd med Platon og Aristoteles tenkning.

4.8 Hva utløser handlinger?

Utgangspunktet for handling er en beslutning – det vil si det hvorfra bevegelsen utgår, ikke for hvis skyld handlingen utføres – og utgangspunktet for en beslutning er vår streben og vårt begrep [logos] om hvorfor det gjøres. (NE 1139a32)
Beslutning er enten strebende fornuft eller tenkende streben, og mennesket er et slikt utgangspunkt for handling.....

Den viktigste kilden til å starte bevegelser er i følge Aristoteles den som følger fra beslutning. Jeg må ikke sanse at jeg skal til butikken for å kjøpe matvarer. Noen kan be meg om å gjøre det, og jeg kan bestemme meg for å gjøre det. Så *beslutning* kan starte bevegelsen og den påfølgende handlingen. Jeg må ikke se eller forestille meg objektet (matvarene) for å starte bevegelsen. Men forutsetningen for at jeg skal starte bevegelsen er at jeg har et behov, et begjær eller annen form for streben i meg. Slik er det for rusmisbrukeren også. Han har et begjær for rusmidler. Han kan beslutte at han vil gå ut for å skaffe seg narkotika, eller skaffe penger for å kjøpe stoffet, og bevegelsen følger fra beslutning. Selv ved en vanehandling må noe starte bevegelsen. Selve sekvensen som følger deretter kan være innøvde bevegelser, men starten av dem kan følge fra en beslutning. Vi har valget mellom å starte bevegelsen, eller vente litt, eller la være å gjøre oppgaven. Et sterkt begjær kan fremskynde starten på bevegelsen og gjøre handlingen mer målrettet og intens. Men en beslutning betinger ikke at bevegelsen må igangsettes umiddelbart etter at beslutningen er fattet. Den kan følge umiddelbart eller den kan følge senere, og tidspunktet for starten er en del av beslutningen.

Når en handling *ikke* følger fra en beslutning er det ikke en rasjonell handling, men ofte en impuls- eller reflekshandling. Jeg kan komme i en uvanlig eller prekær situasjon hvor handlingen blir en plutselig bevegelse. Handlingen kan allikevel bli riktig dersom fornuften har skapt dydige holdninger. Holdninger har som oppgave å kunne håndtere impulser produsert av følelsene eller sansene. Slike impulser kan oppstå spontant og kan få vilkårlige konsekvenser hvis holdningene er dårlige. Karakterstyrke handler derfor ikke bare om at fornuften vinner over begjærenes ønsker, men like mye om hvor godt fornuften greier å tilvenne våre moralske holdninger til riktig karakterdyder. Våre holdninger opparbeider på denne måten en beredskap til å kunne håndtere følelser som oppstår plutselige i oss.

Aristoteles søker videre etter hva det er som *igangsetter* handlinger, fordi det som igangsetter handlinger har betydning for handlingens retning og gjennomføring. Han peker på tre evner i sjelen som er avgjørende for handling: persepsjon, fornuft og streben (*NE* 1139a18). Vi gjør metafysiske *forberedelser* til handlinger, enten det er som utvikling av begjær, fremskaffelse av kunnskap eller som overveielser om hvordan vi skal gå frem. Det avgjørende for handlingens forløp er at *noe* igangsetter prosessen. Uten en slik utløsning (trigger) av prosessen skjer det ingen handling. For at vi skal bevege en arm eller sette foten frem, må vi først foreta en mental *bevegelse*; et nevrologisk signal som igangsetter en fysisk handling.³⁰

Vi skal nå undersøke måten dette kan skje på ut fra tekster i bok 3 i *De Anima*. I kapittel 9 utlegger Aristoteles en logikk i tre trinn for at begjær er en forutsetning for handling. Først stadfester han at hverken kunnskap eller appetitt hver for seg kan starte bevegelsen. Trinn 1:

..... we observe that the possessor of medical knowledge is not necessarily healing, which shows that something else is required to produce action in accordance with knowledge; the knowledge alone is not the cause. Lastly, appetite too is incompetent to account fully for movement; for those who successfully resist temptation have appetite and desire and yet follow mind and refuse to enact that for which they have appetite. (DA bok 3.9)

Han observerer altså at kunnskap alene ikke er årsak til handlinger. Så hevder han at begjæret heller ikke har tilstrekkelig autoritet til å starte bevegelsen, for de som motstår fristelser har begjær og streben, og følger allikevel fornuften, og avslår å gjennomføre

³⁰ I tekstene i *De Anima* har jeg forstått de engelske uttrykkene *action* and *movement* å tilsvare de norske uttrykkene *handling* og (mental) *bevegelse*, selv om Aristoteles ser ut til å bruke uttrykkene friere

det de har begjær for. For rusmisbrukeren er spørsmålet hvordan han greier å mobilisere en fornuft som er sterk nok til å blokkere rushandlingen, eller greier å forhindre at begjæret forårsaker handlingen.

I neste trinn (Bok 3.10) følger han opp med at *både* fornuft og begjær gir bidrag til handlingen, men Aristoteles funderer fremdeles på hva som er den utløsende faktor:

Trinn 2:

Both of these then are capable of originating local movement, mind and appetite: (1) mind, that is, which calculates means to an end, i.e. mind practical while (2) appetite is in every form of it relative to an end: for that which is the object of appetite is the stimulant of mind practical; and that which is last in the process of thinking is the beginning of the action. It follows that there is a justification for regarding these two as the sources of movement, i.e. appetite and practical thought; for the object of appetite starts a movement and as a result of that thought gives rise to movement, the object of appetite being a source of stimulation. (DA Bok 3.10)

Dette er et spennende avsnitt fordi Aristoteles peker nå *forbi* både den praktiske fornuft og begjær for å finne den utløsende faktor for handlingen. Han peker på målet for begjæret og det som stimulerer fornuften, nemlig objektet som aktøren vil ha.

Tankeprosessen starter med forberedelser bestående av appetitt som peker ut målet og fornuften som sier hvordan målet skal nås. Dernest *sanser* vi målet, eller forestiller oss det i vårt sinn. Det er denne sansningen eller forestillingen av objektet, som jeg vil hevde, er siste leddet i tankeprosessen og som derfor er begynnelsen på bevegelsen. Det er altså vår sansning eller forestilling av objektet som er utløsende, først for den mentale bevegelsen, og så for den fysiske handlingen. Vi vet av erfaring hva objektet innebærer av nytelser. Utsiktene til nytelser vil skape umiddelbare følelser i oss. Begjær og fornuft er mentale krefter som hjelper oss mot målet. Holdninger er avgjørende for hvordan vi forholder oss til følelsene.

I det tredje og siste trinnet oppsummerer Aristoteles sitt syn på hvilket samspill som er nødvendig mellom sjelsfakultetene for å skape handling: Trinn 3:

That which moves therefore is a single faculty and the faculty of appetite; for if there had been two sources of movement; mind and appetite-they would have produced movement in virtue of some common character. As it is, mind is never found producing movement without appetite (for wish is a form of appetite; and when movement is produced according to calculation it is also according to wish), but appetite can originate movement contrary to calculation, for desire is a form of appetite. Now mind is always right, but appetite and imagination may be either right or wrong. That is why, though in any case it is the object of appetite which originates movement, this object may be either the real or the apparent good. To produce movement the object must be more than this: it must be [a] good that can be brought into being by action; and only what can be otherwise than as it is, can thus be brought into being. That then, such a power in the

soul as has been described, i.e. that called appetite, originates movement is clear. (DA Bok 3.10)

Det som kan skape forvirring i denne oppsummeringen er at Aristoteles i

- trinn 1 hevder at begjæret ikke alene er ansvarlig for å starte bevegelsen ("appetite too is incompetent to account fully for movement"), og i
- trinn 2 mener at både begjæret og fornuften er opphav til bevegelsen ("that there is a justification for regarding these two as the sources of movement, i.e. appetite and practical thought"), mens han i
- trinn 3 altså hevder at det som beveger er begjæret alene ("that which moves therefore is a single faculty and the faculty of appetite")

Det overstående er en tilsynelatende selvmotsigelse. Imidlertid kan det i alle fall tolkes som at det må være et begjær tilstede for at det skal bli mental bevegelse og handling. I trinn 3 mener han at begjæret alene kan starte bevegelsen, mens i trinn 2 vil han ha med både begjær og praktisk fornuft. En av oppgavene til praktisk fornuft er å gi råd om *hvordan* målet skal nås. Hvis begjæret i en misbruker vil ha mer narkotika, så vil misbrukeren normalt trenge å vite *hvordan* han skal få tak i stoffet. Det impliserer bruk av fornuften, i alle fall hvis forholdene er litt annerledes enn sist gang han skaffet det. Så kan man spørre om praktisk fornuft er nødvendig hvis anskaffelsen av stoffet er ren vanehandling. Det vil i alle fall kreve et bidrag fra hukommelsen om hvordan han gjorde oppgaven sist gang. Derfor er det sannsynlig at begjær er en nødvendig, men ikke tilstrekkelig betingelse for å starte en bevegelse. Noe annet må komme i tillegg, og mulige tilleggskomponenter er praktisk fornuft eller hukommelsen.

Videre er det klart at begjær ikke starter selve bevegelsen. I tredje siste setning viser Aristoteles til at det er *objektet* for begjæret (og derved utsiktene til noe godt) som forårsaker bevegelsen. Objektet er et gode som må kunne oppnås gjennom bevegelse og handling, og derved fremskaffe en endring av situasjonen. Vi har en forventning om hvilken nytelse som objektet vil gi oss. Når vi sanser eller forestiller oss objektet, stimulerer det oss tilstrekkelig til å starte, først den mentale bevegelsen, og dernest den fysiske handlingen mot målet. Vi kan se hvordan dette kan fungere i praksis.

Jeg har spist en god middag i en restaurant, er godt forsynt og har ikke planer om å spise mer. Jeg vet at det er sunt med måtehold, og avpasser måltidet deretter. Samtidig ligger det latent i meg at jeg har appetitt for gode desserter. Det er en beredskap i meg for gode dessertkaker. Plutselig trilles dessertvognen forbi, jeg ser en deilig marsipankake, ber kelneren stoppe og gi meg et stykke av kaken. Hva er det som har skjedd? Fornuften har over tid gjort en tilvenning av min evne til å bedømme hvor mye jeg skal spise. Ikke for mye, ikke for lite. Nok til å erstatte det naturlige behovet som er oppstått etter at kroppen har forbrent mat i løpet av dagen. Jeg har opparbeidet måtehold som en dyd, og har med det fått en holdning som skal håndtere de følelsene som kan komme til å oppstå i meg på en god måte. Men hva skjer?

Sansene mine har oppdaget et objekt som jeg har et begjær for. Dermed ser det ut til å bli en kortslutning hvor både min holdning og fornuft blir satt til siden, og hvor begjæret får hva det ønsker. Objektet for appetitten (kaken) har trigget en mental bevegelse som utløser den fysiske handlingen.

Andre impulsive sanseintrykk kan også forrykke det som er bygget opp av gode holdninger og det som fornuften mener er rasjonelt. En misbruker forteller om et vellykket opphold på en avvenningsinstitusjon. Han har vært rusfri i flere måneder, er optimistisk og håpefull på vei til et bedre liv. På vei fra Oslo S over Plata møter han tilbud av heroin og annen narkotika. Sansene oppfatter et kjent objekt som lover nytelse. Han gir etter, og måneders avvenning har vært til ingen nytte. Årsaken kan være en kombinasjon av flere ting: Han har sannsynligvis ikke foretatt en beslutning, for det betinger at rasjonaliteten er inkludert i overveielsene. I stedet ser det ut til at begjæret for narkotika ligger i en utemmet beredskap, og at synet av stoffet utløser kjøp og konsum.

Av overstående drøftinger vil jeg konkludere med at mentale bevegelser kan bli utløst

1. under forutsetning av at vi har et begjær om å oppnå et mål (i form av et objekt, en aktivitet eller lignende)
2. ved at vi *sanser* eller *forestiller* oss objektet/aktiviteten eller
3. ved at vi *beslutter* å starte bevegelsen mot målet eller
4. ved at vi foretar en impuls- eller reflekshandling skapt av situasjonen vi er i

5 Analyse av muligheter for avvenning

*Ja, tenke det; ønske det; ville det med; - -
men gjøre det! Nei; det skjønner jeg ikke! (Henrik Ibsen: Peer Gynt)*

På denne måten minner Henrik Ibsen oss om hvordan vi kan ønske oss noe, og også ville det, men når det kommer til gjennomføringen så stopper det opp. Det er ikke vanskelig å forestille seg at mange misbrukere kan føle det på denne måten. De kan ønske seg et mer normalt liv, men skjønner ikke hvordan de skal greie det.

Hva er det som skal til? Det er jo mulig å komme ut av et rusfylt liv, for noen av dem lykkes med å få til en avvenning og et rusfritt liv. For misbrukeren vil det både handle om å gjøre et brudd med innarbeidede rusvaner, og også skape seg nye mål og motivasjoner. Det er ikke nok å bare ønske seg rusfrihet. Han må ha en streben eller et begjær i seg om å nå et nytt mål, og må *ville* nå dette målet sterkt nok til å overkomme hindrene som vil stå mellom ham og målet.

Innledningsvis vil jeg først referere til noen sosiale og psykologiske forhold som rusforskere og rusinstitusjoner betrakter som viktige i rusavvenning. Informasjonen vil bli brukt som et bakteppe for analysen.

Bakteppe av sosiale og psykologiske forhold

I kapittel 3 så vi at antallet rusmisbrukere i Norge er betydelig, og at problemene de påfører både seg selv og samfunnet er tilsvarende stort. Norske helseforskere og institusjonsledere rapporterer at misbruket får stor kostnadmessig og sosial innvirkning på mange samfunnsområder i Norge.³¹ Det er derfor gode grunner til å både systematisere og intensivere arbeidet med avvenning blant rusmisbrukere.

Robert Franken (s. 204) refererer til data om folk i USA som har stoppet misbruket. Materialet viser at de fleste greier avvenning eller reduksjon av forbruket på egenhånd. Spesielt innen forbruk av alkohol er det få eller ingen som trenger ekstern hjelp for å redusere forbruket, og for totalt avhold trenger mindre enn 40% ekstern hjelp. Han peker på tre momenter som kan hjelpe aktørene ut av misbruket:

³¹ Roar Gjelsvik: 87% av den norske befolkningen drikker alkohol, og 10% av dem bruker alkohol på en slik måte at det medfører risiko for sykdom eller skade. 11% av innleggelsene på somatiske sykehus er alkoholrelaterte.

Kristin Bovim (klinikkdirektør ved Haukeland sykehus): Over 35% av psykiatripasientene har rus som tilleggspørsmål. Det brukes i Norge 20 mrd.kr/år på psykiatrien.

Bretteville-Jensen: Norge har ca 10.000 sprøytemisbrukere (2005). I tillegg er et stort antall på legemiddelassistert rehabilitering (LAR)

1. Det kognitive arbeidet må gis oppmerksomhet. Når folk erkjenner at *god helse* er en forutsetning for et bedre liv, fremmes motivasjon for avvenning.
2. Interesse for og verdsetting av *nye aktiviteter* må utvikles: Når folk våkner til oppgaver og gjøremål som engasjerer, er ikke rusen så nødvendig. Men når folk ikke ser grunner til å leve mer, fyller de gjerne livet sitt med rus
3. Prosessen fungerer best dersom aktøren *styrer prosessen selv*, for da må han selv ta ansvar. Hvis avvenningen er del av et program som andre har definert, er det "programmet som har sviktet" dersom han ikke greier gjennomføringen. Å gi opp av den grunn føles mye lettere enn om man selv er ansvarlig for prosessen.

Det overstående er praktiske grep som kan hjelpe rusaktører ut av et rusfylt liv. I neste omgang skal vi finne frem til hvilke mentale forhold som ser ut til å være nødvendige for at en misbruker skal kunne finne veien ut av et rusfylt liv.

Sjelsdelenes funksjoner og samspill vil bli drøftet i et forslag til en *fremgangsmåte* for avvenning. Forslaget bygger på drøftelsene i kapittel 4 samt idéer hentet fra en CSMN-forelesning gitt av Peter Railton i mai 2009. (*The Nature of Desire and the Debate over Internal and External Reasons: A New Way Forward?*)

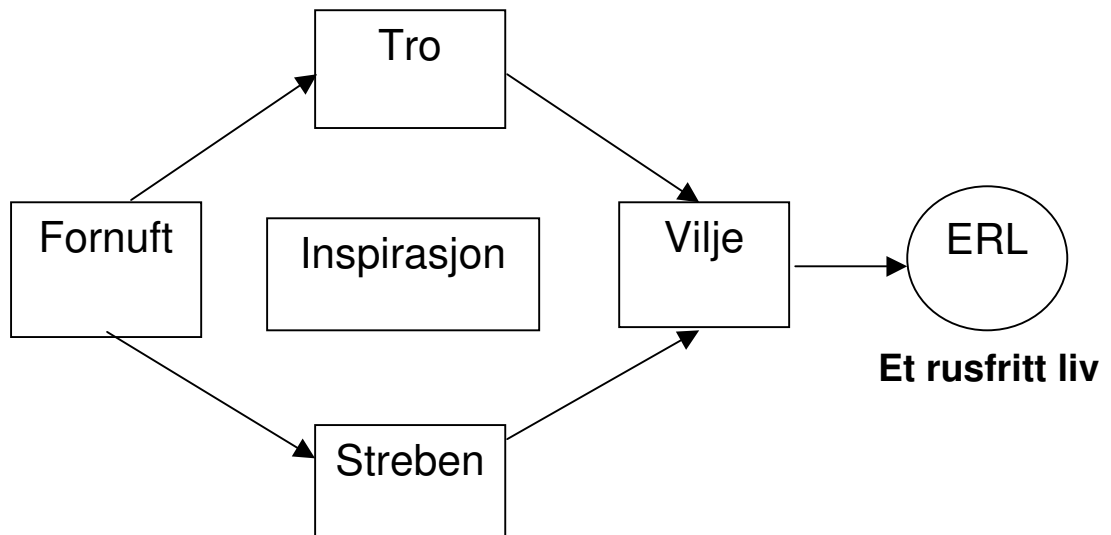
Forslaget til *fremgangsmåte* består av 5 trinn. Forklaring og belegg for hvert av trinnene er gitt i de påfølgende kapitlene.

Fremgangsmåten for å bli rusfri er foreslått i følgende trinn:

1. Brudd med gamle vaner: Brudd med gamle vaner: Det oppstår tvil om nytten av rusmiddelet; slik at en erkjennelse av misbruket kan utvikles (kap 5.1)
2. Endring av mål samt utvikling av ny streben (kap 5.2)
3. To metoder for utvikling av streben til et rusfritt liv og en ny levemåte:
 - En kognitiv metode hvor alternative levemåter drøftes og hvor den autonome siden av aktøren utvikles gjennom internalisering av gode grunner (kap 5.3)
 - En normativ metode hvor eksterne forventninger blir fremmet i form av normer, samt troen på en høyere makt (kap 5.4)
4. Uten en tro eller overbevisning (*belief* eller *conviction*) om at egne handlinger vil lykkes, er forsøket nytteløst (kap 5.5)
5. Det utvises *viljestyrke* og *utholdenhet* for å lykkes (kap 5.6)

Avvenningsmodellen illustrerer forutsetningene

Den overnevnte fremgangsmåten hviler på et sett av forutsetninger. Hvis ikke forutsetningene er til stede, vil ikke fremgangsmåten fungere. Forutsetningene opptrer som et sett av seks begreper, som har hver sin funksjon samt et forhold seg i mellom. Vi kan tenke oss forutsetningene illustrert i form av en modell.



Begrepene er merket i *italics* nedenfor. Rollen som hvert av begrepene har, og forutsetningene som må være til stede for avvenning, kan kort oppsummeres i følgende punkter:

1. Misbrukeren utvikler en *streben* om å bli rusfri
2. Han har en *tro* (*belief* eller *faith*) på at han vil lykkes
3. Streben og tro blir influert av *fornuften*
4. *Viljen* styrer prosessen mot målet og gir handlingskraft
5. *Inspirasjon* styrker de andre komponentene
6. Målet er Et Rusfritt Liv (ERL)

Disse forutsetningene blir drøftet i detalj i kapittel 5.5 og 5.6. Dessuten vil både den nevnte fremgangsmåten og forutsetningene bli omhandlet i de neste kapitlene.

5.1 Brudd med vanene

Vanligvis vil folk fortsette med sine vanehandlinger hvis erfaringene med objektet de etterstreber er i henhold til forventningene. Det som bekreftes gjennom erfaringen er da det samme som det som etterstrebes. Det betyr ikke at formålet trenger å være moralsk riktig eller godt. Men Aristoteles vil gjerne at beslutningene vi gjør skal være gode, og uttrykker det slik

...vår fornuft [må] være sann og vår streben rett hvis vår beslutning skal bli god, og det som etterstrebes må være det samme som det som bekreftes. (NE 1139a25)

Men hva skjer dersom erfaringen *ikke* lenger er så god som forventet? Årsaken til at en misbruker gjør brudd med innarbeidede vaner, kan nettopp være skuffelsen han opplever ved at det han etterstreber, ikke lenger svarer til forventningene. Hvis smertene blir større enn nytelsene, kan det gi grunn til å stoppe opp og tenke seg om. En slik vakling eller ambivalens om ens mål og streben kan skape brudd med uvaner.

Fekjær omtaler (s. 221) arbeidet til psykolog William Miller om hvordan motivasjons-samtaler holdes med klientene. Fordeler og ulemper ved adferdsendring blir drøftet på en nøytral og ikke-konfronterende måte. Det er ikke en overtalelse som blir forsøkt, men en sjanse for aktøren til å foreta et oppgjør med seg selv. Man viser respekt for aktørens autonomi. En av de jeg intervjuet sa det treffende. "Det blir et oppgjør med han i speilet der", og "man går fra en elendighet, gjennom ydmykhet til en erkjennelse". (Se vedlegg 1)

På spørsmål om hva som var grunnlaget for gå i seg selv, svarte to av aktørene jeg intervjuet at det fysiske ubehaget og smertene knyttet til narkorusing var blitt så store at de begynte å tenke på alternativer. Det måtte finnes noe bedre enn livet de levde. Men hvordan kommer en misbruker seg ut av det vanefylte livet og hvordan skjer endringen? Svaret en av dem ga var at han brukte lengre tid på å bestemme sine handlinger. Det var ikke lenger impulser eller vaner som styrte valgene om inntak av narkotika. Han hadde lært på et avvenningskurs å tenke konsekvenser av valgene han gjorde. Impulstanken – der og da – på utsikten til nytelse var ikke lenger styrende for handlingene slik de hadde vært før. Fornuften fikk slippe til på bekostning av begjæret for mer narkotika. Vurdering av alternativer og tenkning i konsekvenser resulterte i bedre handlinger enn før.

5.2 Mål og streben

Veien *inn* i et rusfylt liv skjer gradvis og uten at aktørene har noen intensjon om et slikt liv. Målet er kortsiktig og dreier seg hovedsakelig om å oppnå den euforiske følelsen som rusen gir. Det ble vist i kapittel 4 at euforien ikke er et virkelig gode, men en dårlig erstatning for det ypperste gode (*eudaimonia*). Aktørene registrerer kanskje at de drifter inn i et forhold med avhengighet og misbruk, men ser ikke ut til å ville stille spørsmål ved endringen. Det hele kan virke som et godt liv, inntil realitetene innhenter dem på måter som er beskrevet i kapittel 3. Veien *ut av* et rusfylt liv er derimot veldig annerledes. Utgangspunktet er omtrent så dårlig som det kan bli. Aktørene har store mentale og fysiske handicap, kropp og sjel er fanget i en følelse av avhengighet, og det som kreves for å komme ut av forholdet kan synes uoverstigelig. Prosessen kan gi inntrykk av at det er en enveismekanisme inn i avhengighet og misbruk. For å greie å komme ut av rusmisbruket mener profesjonelle institusjoner som Blåkors, Frelsesarmeen, Anonyme alkoholikere og Wayback at misbrukerne må erkjenne eget rusforhold og ha et mål om å komme ut av det.

John Stuart Mill mener at lykken er det eneste som mennesket streber etter som et endelig mål; alle andre ting vi streber etter er bare delmål eller midler til å nå lykken:

Questions about ends are, in other words, questions about what things are desirable. The Utilitarian doctrine is, that happiness is desirable and the only thing desirable, as an end; all other things being only desirable as means to that end. (J. S. Mill: Utilitarisme, kap 4)

Så Aristoteles og Mill ser ut til å være enige om at menneskets endelige mål er, eller bør være lykken, selv om de har forskjellig forståelse om hva lykke innebærer. I kapittel 2.1 ble det redegjort for at Aristoteles lykkebegrep er en utøvende tilstand hvor man som menneske fungerer på sitt beste både fysisk og mentalt, og derved virkeliggjør sin funksjon og sine evner på en best mulig måte. Mills lykkebegrep innebærer større grad av nytelse og kortsiktighet. Siden lykken er det endelige målet for begge, bør andre (del)mål bidra til at det endelige målet blir oppfylt.

Målsetting

Om rusmisbrukere har en erkjennelse om eget misbruk, har de sjelden et mål om å komme ut av forholdet. I såfall ville flere ha greid det. De kan ha et ønske om å greie det, for ønsker har med målet å gjøre. Men ønsker er ikke nok. Spørsmålet er hvordan

rusmisbrukere skal kunne finne frem til mål som føles forpliktende. Aristoteles er klar på at vi trenger mål for å kunne komme dit vi vil:

Såfremt det altså finnes et mål for de ting vi gjør, noe vi ønsker for sin egen skyld,er det klart at dette mål vil være et gode og det ypperste gode. Ville ikke så kjennskap til dette mål være av avgjørende betydning for vårt liv? Og ville vi da ikke, som bueskyttere som har et siktemål, bedre kunne treffe det rette? (NE 1.2; 1094a19)

Han mener ikke at vi bare bør ha et mål, men at målet bør være det ypperste gode. *Eudaimonia* er i Aristoteles øyne det ultimate mål, og han impliserer at kjennskap til dette målet vil "være av avgjørende betydning for vårt liv". Kanskje noe av nøkkelen til en motivasjon og en målsetting om et bedre liv ligger i at vi får vite hva et eudaimonisk liv dreier seg om? Få vite at det er mulig at kropp og sjel igjen kan fungere bedre enn det gjør i dag. Disse tankene harmonerer godt med det Franken uttrykker ovenfor: "Når folk *erkjenner* at god helse er en forutsetning for et bedre liv, fremmes motivasjon for avvenning". Denne kognitive vinklingen er viktig, og vi drøfter den videre i kapittel 5.3.

Men hvordan kan målsettingen endres på en rasjonell måte? Det er ikke fornuftens oppgave å overveie hva målene skal være, men å overveie hvordan målene skal nås. Streben peker ut målene i følge Aristoteles. Hvis det endelige målet hos en aktør er lykken (*eudaimonia*), er det ikke behov for å endre målet, men å endre de instrumentelle delmålene. Hvis aktøren tror at delmålet er alkohol eller narkotika, er det delmålet som må endres. Siden streben peker ut målene er det streben som må finne et nytt og riktigere delmål. Fornuftens andre oppgave er å sørge for en tilvenning av fornuften over tid. Det er på denne måten rasjonaliteten kan slippe til, ved at fornuften sørger for en tilvenning slik at streben blir innrettet mot nye delmål. Det skjer gjennom overveielser og valg av nye delmål.

Nancy Sherman hevder (*The Fabric of Character – Aristotle's Theory of Virtue*; s. 86):

Choice includes revision of ends: It would be irrational to think that the ends remain unaltered once a more global point of view is taken up. To choose in the light of fit is to alter and revise these ends, as experience and reflection require.

Så hvis rusmisbrukeren har nådd et stadium av reflektiv tenkning er det muligheter for endring av målene. Selv om hans endelige mål kanskje ikke er *eudaimonia*, så er målet sannsynligvis en eller annen form for lykke. En slik form for lykke kan normalt nås på andre måter enn gjennom rusmidler.

Streben og ønsker

I kapittel 2 ble det vist til at streben består av tre deler: *ønsker*, *temperament* og *begjær*. *Temperament* representerer den fornærmelse eller tap av ære som jeg føler ved at noen gjør meg urett. Det kan også innebære at jeg ønsker å *bety noe* i andres anseelse av meg. Dette kan derfor være et mulig bidrag til motivasjon, for de fleste av oss har nok et slikt håp. *Ønsker* kan være en rasjonell form for streben, som betyr at vi er villig til å bruke fornuften i våre resonnementer. Men Aristoteles gjør andre forbehold om hva ønsker er:

*..det som i virkeligheten ønskes, er det den gode ønsker, mens hvilken som helst tilfeldig ting ønskes av den slette, liksom de ting er sunne som i virkeligheten er sunne for de legmer som er i god form, mens andre ting er sunne for de syke ..(NE 1113a20)
... I de fleste saker later blindheten til å oppstå på grunn av nytelse, for det synes å være et gode uten å være det. (NE 1113a35)*

Aristoteles mener altså at den gode og dydige person fremsetter reelle og sannferdige ønsker, mens den slette og lastfeldige person fremsetter ønsker om det som synes å være et gode uten å være det. En misbruker som ønsker seg mer rusmidler kan derfor ikke sies å fremsette et godt ønske i den forstand som Aristoteles tenker seg det, for misbrukeren ønsker seg et *tilsynelatende* gode. Aristoteles poeng er vel at vi viser gjennom handling hva våre reelle ønsker er. Hvis misbrukeren ønsker seg et rusfritt liv, men fortsetter med inntak av rusmidler, er det vanskelig å feste lit til ønsket. Dilemmaet for misbrukeren er vel at han kan ønske seg rusfrihet, men greier ikke å mønstre de mentale kreftene som trenges for å omsette ønsket til praktisk handling. Hvilke krefter dette er, og hvilke sjelsdeler som er involvert blir drøftet videre i påfølgende kapitler. Aristoteles' utsagn kan også bli sett på som en del av hans elitiske tenkning, og at han stiller høye moralske krav tll sine samtidige. Jeg tolker det som at dydige personer som Perikles og andre lederskikkelser ser på *formålet i et ønske* som det sanne og det gode. Andre mennesker ønsker seg det som i deres øyne er et gode, men som i virkeligheten kan være et *tilsynelatende* gode. Aristoteles utelukker ikke at folk som har laster, også kan ha gode ønsker. Men sannsynligheten er mye mindre enn den er for dydige personer. *Ønsker* er mer vidløftige enn andre former for streben. Jeg kan ønske at jeg vinner i Lotto eller at jeg blir olympisk mester, uten at jeg har satset eller at mulighetene er til stede. *Streben* er en mental tilstand vi er i, med pro-holdninger til hvordan vil vil endre aktuelle deler av verden for å få det som vi vil ha det:

Desiring is a state of mind that is commonly associated with a number of different effects: a person with a desire tends to act in certain ways, feel in certain ways, and think in certain ways. If Nora desires tea, for example, then Nora will typically make

herself a cup of tea; if she does not get herself some tea right away she will nonetheless typically feel the urge to do so; she will find the thought of tea pleasant and will find her current lack of tea unpleasant; she will find her thoughts repeatedly turning to the idea of tea; she will judge that tea seems like a good idea; and so on. (Tim Schroeder, <http://plato.stanford.edu/entries/desire/>)

Denne måten å definere streben på, stemmer godt med de utledninger som ble gjort i kap. 4.8, basert på Aristoteles tenkning i De Anima. Streben ligger i oss, som en latent mental kraft, som i seg selv er nødvendig, men ikke tilstrekkelig til å komme ut av rusmisbruk. Men hvordan kan så en ny streben og en ny målsetting om rusfrihet bli utviklet i praksis?

Det kan skje ved at misbrukeren finner frem til en metode selv, men det er også vanlig at han får hjelp av andre. Stat, kommuner og private institusjoner gir forskjellige tilbud for å hjelpe misbrukere tilbake til et mer normalt liv. Tilbudene har ulike tilnærminger og forskjellig grad av suksess. I de neste kapitlene blir det vist til to metoder som er i bruk. Særpreg og likheter blir beskrevet, og sammenligninger blir gjort med antikk tenkning som referanse.

5.3 Kognitive grunner internaliseres

Det er ikke vanskelig å finne gode grunner for avvenning. En grunn til å slutte misbruket er at ruslivet etter hvert gir mye smerte, og lite nytelse. Aktøren vil kunne få et mye bedre liv i en varig, nykter tilstand. En annen grunn for avvenning kan være presset man føler fra familie, venner, samfunnet eller fra egne moralske holdninger.

Objektivt sett synes det klart at en rusfri person vil få et bedre liv enn en aktør som er rusavhengig. De helsemessige forholdene vil forbedres radikalt, allmenntilstanden vil høynes og selvfølelsen kommer i bedre gjenge. Både kropp og sjel vil fungere bedre, og i Aristoteles bilde vil aktøren komme nærmere en utøvende tilstand av eudaimonia. Samfunnet vil også dra nytte av at aktøren er med å bære sin del av felles byrder, og ikke bare en kostbar utgift som må bæres av andre. Så de objektive grunnene til å gi opp ruslivet er åpenbare.

Subjektivt sett er tiden som mange av misbrukerne tilbringer i "lykkerus" kort i forhold til tiden de tilbringer i en mer bevisst tilstand, hvor de er på jakt etter mer rusmidler eller penger for slike. Mat og overnatting er også nødvendig, og forutsetningene for å skaffe dette er ofte dårlige. De fornuftsbaserte grunnene til å vende bort fra rusen er

betydelige, men *kjennskap* til grunnene er ikke nok. Hva er det da som skal til for at en avvenning skal skje?

Hvis det er gode grunner for avvenning, hvorfor blir ikke misbrukerne motivert av dem? De kjenner grunnene, men ser ikke ut til å være villige til å la grunnene være en motivasjonsfaktor for avvenning. Sett i forhold til Aristoteles sjelsmodell kan det være fire mulige forklaringer:

1. misbrukeren har kunnskap om rusens virkninger og konsekvenser, men gjør ikke overveielser som leder til nødvendig beslutning og handling. Fornuftens to sentrale deler er *episteme* (kunnskap/viten) som bør kunne bidra i prosessen, mens *fronesis* (sjelsdelen som overveier) ser ikke ut til å komme til anvendelse hos misbrukeren
2. misbrukeren har et sterkt begjær for rusmiddelet, og målet er rus. Han gjør overveielser; ikke om målet, men om *hvordan* han skal få tak i rusmiddelet. (NE 1112b35)
3. misbrukeren handler impulsivt eller av vane. Det er frivillig, men er ikke i overensstemmelse med beslutning (NE 1111b9). Siden han handler uten å ha foretatt en beslutning, handler han fornuftsløst
4. det har vært en brist i fornuftens tilvenning av aktørens holdninger og streben over tid

Det er ofte en kombinasjon av de fire forholdene som gjør det så vanskelig å komme ut av russytuasjonen. Det er nærliggende å anta at vanedannelsen og begjæret er så sterkt at rasjonaliteten ikke slipper til. Så lenge forholdet opprettholdes vil rusmisbruket fortsette. Det er ikke tilstrekkelig at aktøren hører og sier seg enig i grunnene, hvis han *ikke tror på dem* eller på annen måte blir motivert av de positive utsiktene som avhold kan gi. Som den engelske moralfilosofen Sir Bernhard Williams hevder: "A person may have a reason to act, but may never the less not be motivated to act. Unless you can get a person to *internalise* the reason into motivation, you are just bluffing". Det er ikke nok at en aktør vet at det er gode grunner til ikke å ta narkotika. Han må selv tro det og handle deretter. *Det er først når misbrukeren fatter interesse for og blir motivert av grunnene, at avhengigheten kan brytes.* Internalisering av grunnene innebærer en

oppbygging av tiltro og motivasjon. Motivasjonen ligger i mulighetene til et bedre liv. Han kan opparbeide en tro på virkningen av grunnene. Tro innebærer at man har tillit. Tillit til en sak bygges opp over tid etter hvert som man får gode erfaringer med det man gjør. Det er snakk om en møysommelig kognitiv prosess som aktøren styrer selv, hvor moralske dommer kan være sanne eller falske. Internaliseringen skjer gjennom egne epistemiske og logiske overveielser. Vi vet at metoden virker i praksis (bl.a i Tyrili-stiftelsen). Den kognitive metoden er altså *en* fremgangsmåte for å hjelpe folk ut av rusvaner, men det finnes også en annen metode som virker. Den drøftes i neste kapittel.

5.4 Normative grunner for avvenning

Mennesker er sosiale vesener og som sådanne er vi påvirket av miljøet og menneskene rundt oss. På samme måte som de gamle grekere var påvirket av allment aksepterte meninger (*endoksa*) fremsatt av lederskikkelser, er vi i dag påvirket av samfunnets moralske normer og leveregler. Disse kommer til uttrykk gjennom offentlige lover og forskrifter, religiøse og moralske leveregler og sedvaner. Hvis vi bryter med reglene, møter vi ofte negative reaksjoner, og vi faller i andre folks anseelse. Rusmisbrukere er sosiale vesener, og de er også påvirket av slike forhold. De ønsker å bli verdsatt og ansett av andre, ikke bare av folk i rusmiljøet. En vei ut av rustilværelsen kan være å bli hjulpet til å leve i pakt med våre normer eller i henhold til en tro. Flere institusjoner arbeider på denne måten, slike som Frelsesarmeen, Anonyme Alkoholikere (AA) og Blå Kors.

Tradisjonen varierer mellom institusjonene. AA arbeider etter 12 trinn hvor det første er at man erkjenner en hjelpeløshet overfor alkoholen, og at man trenger hjelp fra en høyere makt eller autoritet for å komme ut av problemet. Den høyere makt er Gud eller noe annet man blir enige om. En grundig selvransakelse følger hvor grunnene til avhengigheten blir kartlagt, og hvor en forpliktende prosess blir utviklet. Metoden som følges på slikt normativt grunnlag er vanligvis basert på en suveren tro. Den har hjulpet mange tusen mennesker ut av rusavhengighet i Norge, så vi vet at metoden virker.

Kjennetegn ved metoden er at den følger en deontologisk etisk retning, hvor motivasjonen om å bli rusfri er basert på en tro (*faith*) eller overbevisning basert på ytre

normative regler. Den følger en første-persons innstilling ("jeg mener dette er en norm du bør følge"), heller en tredje-persons innstilling hvor det er aktørens posisjon, verdier og holdninger som er utgangspunktet. Påstanden fra de som bruker metoden er at normative regler har tilstrekkelig motiverende kraft gjennom pro-holdninger man utvikler for normene. Det oppstår et problem hvis første-personen mener at tredje-personen har grunner til å handle på en viss måte, og det ikke eksisterer noen motivasjon i tredje-personen for slik handling.

5.5 Drøfting av metoder og modell

En forutsetning for at en rusmisbruker skal sette seg som mål å bli rusfri, er at han har en streben etter rusfrihet. Streben peker ut målet for våre handlinger og adferd. Begge overnevnte metoder forutsetter at en slik streben blir utviklet. For de som følger den normative metoden, er ikke motivasjonen utviklet ut i fra epistemiske resonnementer og fornuftsmessige overveielser. Motivasjonen er heller oppfyllelse av en ytre normativ forpliktelse, basert på en tro på at man gjør det rette. De eksterne moralske reglene danner grunnlag for egne mål og midler. Ved den normative metoden blir ikke grunnene for å bli rusfri internalisert i aktøren på samme måten som ved den kognitive metoden. Fornuftens påvirkning av streben skjer derfor på to forskjellige måter. Aristoteles viser også til ulike måter som streben kan bli påvirket av fornuften:

.... det som begjærer, og i det hele tatt det som streber, på en måte er delaktig i fornuften, for så vidt som det lytter til og adlyder denne. Det er i denne forstand at vi sier at man "er fornuftig" når man følger matematikkens regler. At den fornuftsløse sjelsdel på en måte overtales av fornuft, kan vi også se av formaning og all bebreidelse og oppfordring. Men hvis man må si at også denne delen har fornuft, så vil også det å "ha fornuft" ha to betydninger; den ene, den egentlige betydningen, er å ha fornuft i seg selv; den andre er å ha fornuft på samme måte som når man er villig til å høre på sin far. (NE1102b31)

Det er således flere måter å ha fornuft på. Streben kan lytte til, og følge, den delen av fornuften som har viten (teoretisk fornuft) eller lytte til hele fornuften (som inkluderer både teoretisk og praktisk fornuft). Det er nok det sistnevnte alternativet som er "den egentlige betydningen", som er å ha fornuft i seg selv. Da bruker vi både vår viten og kunnskap, og i tillegg gjør vi egne overveielser før vi beslutter og handler. Det er på denne måten vi som autonome personer resonnerer oss frem til hvilken handling vi mener er riktig. Men det er også en annen tolkning av sitatet som viser forskjellen mellom den kognitive og normative metoden:

Tro og streben

Den fornuftsløse sjelsdelen bestående av holdninger og streben blir på en måte overtalt av fornuften. Det er ikke bare vår egen fornuft som formaner våre holdninger og streben. Slike påvirkninger kommer også fra ytre kilder. Mennesker rundt oss feller moralske dommer om handlinger vi foretar oss. De kan ytre bebreidelser og oppfordringer om at vi bør handle annerledes. Hvis en rusmisbruker i en institusjon blir gitt oppfordring og formaning, er det nettopp for å endre hans streben og holdninger. Og hvis han er enig i å endre adferden, skjer det primært på et normativt grunnlag, ikke fordi han selv har foretatt overveielser på et eget fornuftsmessig grunnlag. Han former selv en streben og et mål om å bli rusfri, og det er som følge av en ytre autoritativ påvirkning. Måten han da kommer frem til en streben som har fornuftens preg, er at han "har fornuft på samme måte som når man er villig til å høre på sin far". Det innebærer at vi tar til oss, og følger rådene fra en vi tror på og har tillit til. Så utvikling av streben innebærer i dette tilfellet at vi har tro (*faith*) på muligheten av rusfrihet gjennom tillit til noe eller noen.

I den kognitive metoden er vi også avhengig av at aktøren har tro på at han vil lykkes, ellers ville han ikke følge metoden. Men her er troen basert på egne kognitive overveielser (hvor normer kan være sanne eller falske) og en intern tiltro (*belief*) basert på epistemisk og semantisk grunnlag.

Metodene kan gi suksess eller nederlag. De har ulik apell hos ulike mennesker, avhengig av personlige egenskaper og hvilke erfaringer de har hatt i lignende tilfeller. Aktørene har i begge tilfeller forventninger om resultater, og resultatene som høstes, vil enten forsterke eller redusere troen på fremgangsmåten. Men det er ikke tilstrekkelig for en aktør å ha tro på aktuelle grunner eller normer. Tro på metoden er (på samme måte som for streben) en nødvendig, men ikke tilstrekkelig forutsetning for å handle mot målet. Tro og streben ser ut til å være komplementære enheter som begge er nødvendige for motivasjon, men som har forskjellig karakter:

- *Tro* (som i *belief*) er ikke bare en kognitiv evne, men innebærer tillit og pålitelighet, noe man stoler på når man handler. Vi har tro på en representasjon av noe i verden, og tilliten styrkes eller svekkes avhengig av om erfaringen bekrefter troen. Den har retning fra-sjel-til-verden, men er ikke i seg selv

motiverende. Troen er styrende for retning og styrken i handlingene (jfr: Hume i *Treatise of Human Nature : Belief is something set by the mind which distinguishes the ideas of judgements from fictions of the imagination. It gives beliefs more force and influence, and are governing for our actions*³²).

- *Streben* innebærer motivasjon og noe positivt som vi blir tiltrukket av. Det har fra-verden-til sjelen retning, og skaper således forventninger i oss. Streben kan ha malfunksjoner slike som tvangshandlinger (eks. kleptomani) og avhengighet (addiction)

De to evnene har også fellesnevnerne, slike som at

- graden av tro og streben uttrykker hvor motiverte vi er for å nå målet, og bestemmer hvor hardt vi vil arbeide for å nå målet for våre handlinger
- vi justerer vår tro og streben i lys av erfaringene vi får ved å nå, eller ikke nå målet for handlingene

Så både tro og streben får innflytelse på om en rusmisbruker skal greie avvenning eller ikke. Misbrukeren vil møte hindringer, fristelser og frustrasjoner som kan være store nok til at han gir opp. Det som synes klart er at hvis misbrukeren *ikke* er motivert av utsiktene til et liv uten rus så vil han fortsette vanehandlingene som er innarbeidet i ham. *Gode grunner* er ikke tilstrekkelige så lenge de er utenfor for hans motivasjonssystem. Utsikten til et rusfritt liv er en mulig motivasjonskilde, men forutsetningen for at det skal bli en motivasjon, er at løpet er mulig å gjennomføre for ham, og *at han selv tror det er mulig*. Folk handler av grunner, under forutsetning av at grunnene er internalisert. Grunner som ikke er internalisert, er bare informasjon eller kunnskap uten evne til å motivere til handling.

De to siste faktorene som er foreslått som forutsetninger for at aktøren vil lykkes med avvenning, er *inspirasjon* og *vilje*. Temaet inspirasjon blir drøftet nedenfor, og viljens rolle blir drøftet i neste kapittel.

³² Iflg. Peter Railton i gjesteforelesning på UiO, 29. mai 2009

Inspirasjon

*Inspirasjon*³³ er kjent for å kunne få mennesker til å yte langt mer enn det normale, og langt utover det som det finnes rasjonelle grunner til. Napoleon inspirerte sine soldater med glødende slagord (*Vive la France* og *La Liberté*) slik at de var villig til å marsjere inn fiendens kanonild. Inspirasjon på et mer moderat plan kan hjelpe misbrukere til å holde motet oppe når motgangene melder seg.

Hvordan er det mulig å inspirere en misbruker til å tro at et nytt og rusfritt liv er mulig? John Stuart Mill svarer (i *Utilitarianism*) at vi må få sjelen til å ville gode og dydige handlinger. Det gjør vi ved å begjære de gode og dydige ting – ved å tenke på dem i et positivt og nytelsesfullt lys, og ved fraværet av dem i et smertefullt lys:

How can the will to be virtuous, where it does not exist in sufficient force, be implanted or awakened? Only by making the person desire virtue – by making him think of it in a pleasureable light, or of its absence in a painful one. (Utilitarianism)

Det kan høres litt gåtefullt ut at Mill sier: “by making the person desire virtue” og “by making him think of it in a pleasureable light”. Det er mulig å tolke dette som at vi skal oppmuntre aktøren til å tenke på denne måten, ikke tvinge ham til å gjøre det. Måten å gjøre det på er ved å få aktøren til å ønske seg det gode ved å se på det i et positivt og ønskelig lys.

Spørsmålet er hvordan vi kan få en misbruker til å ønske avvenning ved hjelp av anvisningen til John Stuart Mill. Svaret kan ligge i det vi er omgitt av hver dag i både arbeid og fritid. Reklame og promovering er en ytre påvirkning av oss til å tenke på produkter og tjenester i et positivt lys, slik at vi vil kjøpe dem, uten at vi egentlig hadde tenkt å gjøre det. Det er ikke en gang produktet som sådant, som nødvendigvis blir fremstilt på en positiv måte. Det som blir projisert for oss, er et bilde, en fiksjon eller assosiasjon til noe vi gjerne vil ha eller komme nærmere. Salgsbudskapet for en klokke eller parfyme kan ligge i bildet av en berømte filmstjerne som bærer eller bruker den. Reklame for en bil kan være forestilling om den fine *opplevelsen* som bilen gir. Ved å bruke riktige assosiasjoner (*incentive salients*) kan vi få produkter til å fremstå i et attraktivt lys. De kan vekke begjær i oss, slik at vi får lyst til å eie eller bruke dem. Begjær er noe lystbetonet, noe vi gjerne vil ha eller oppleve. Ikke bare vil vi ha tingene,

³³ Longman Dictionary of Contemporary English: *Inspire*: to encourage in someone the desire and ability to take effective action by filling [him] with eagerness and confidence

men fraværet av dem kan føles smertefullt hvis begjæret er stort nok. Hvis *det* vi gjerne vil ha, er dydig eller godt, slik som et rusfritt liv, kan Mills fremgangsmåte være meget relevant.

5.6 Valg og vilje

Det er ikke gjort noen drøftelse av begrepet *frivillighet* dette kapitlet. Grunnen er at begrepet *frivillighet* introduserer en omfattende diskusjon med normative implikasjoner når det koples opp mot avhengighet og rusmisbruk.

I dette kapitlet vil jeg derimot prøve å vise, at *viljen* i oss har tre oppgaver:

- i) sørge for at vi gjør *valg* av hvilke handlinger vi skal foreta oss
- ii) *styre* handlingsprosessen fremover mot målet vi har satt oss
- iii) virke som en *drivkraft* på veien mot målet

I følge modellen introdusert i kapittel 5, og forklaringer gitt i påfølgende kapitler, må det være samstemmighet mellom *begjær* og *tro* om et aktuelt mål (eks. avvenning) før aktøren vil starte bevegelsene mot målet. *Viljen* skal sørge for valg av aktuelle handlinger, samt styring og fremdrift mot målet. I de neste underkapitler blir viljens tre oppgaver, slik de er vist ovenfor, underbygget. Vi skal først se at det er et tett forhold mellom *valg* og *vilje*.

i) Om å foreta handlingsvalg

En rusmisbruker kan ha ønsker om å komme ut av sin avhengighet, men uten *vilje* til å gjennomføre oppgaven er ikke sjansen stor for at han vil lykkes. På et eller annet stadium må misbrukeren foreta et valg om ny kurs, hvis han skal bort fra ruslivet. Et valg skjer ved at man vurderer alternativer, og fatter en beslutning (*prohairesis*) om hva man skal gjøre. Begrepet *prohairesis* består av to deler (jfr. Rabbås s. 231): å *ta* (*hairo*) og *først* (*pro*). Dette kan enten bety å gjøre en ting før en annen (dvs. *beslutte* før man *handler*), eller å velge en ting fremfor noe annet. Sistnevnte alternativ kan forklare hvorfor enkelte Aristoteles-kjennere³⁴ oversetter *prohairesis* til engelsk som *purposive choice*. Anthony Kenny uttaler i *Aristotle's Theory of the Will*: s. 68:

³⁴ f.eks Sherman; s. 58: Prohairesis as Reasoned Choices

“Purposive choice” seems to me the least misleading translation of Prohairesis. Its clumsiness reflects the fact that no natural English concept corresponds to Aristotele’s.

Begrepet *choice* betyr at man gjør *valg*, og i følge Aristoteles blir valget gjort etter *overveielser*. Som vi så i kapittel 2 bør fornuften gi et bidrag i overveielsene, og Aristoteles uttrykker flere steder at fornuften bør ha en ledende rolle i forhold til andre sjelsdeler. (NE 1102b31 og NE 1119b13). Streben og begjær får dermed en rolle som er underordnet fornuften. Sannsynligheten øker for at vi handler på en karaktersterk måte, for ”den karaktersterke handler ifølge en beslutning, ikke i følge sitt begjær” (NE 1111b15). Utfordringen for en misbruker blir således å komme ut av vanehandlingen, og foreta bevisste valg. Valg innebærer beslutninger, og beslutninger inkluderer overveielser hvor fornuften altså spiller en bestemmende rolle. Imidlertid er ikke dette enkelt for en misbruker, for det er de fornuftsløse sjelsdelene som har bestemt utviklingen for ham tidligere.

Platon var i en del av sin tid læremester for Aristoteles. Han skildrer (gjennom dialogene som Sokrates hadde med sine samtidige) kampen mellom sjelsdelene, og viser ved eksempler³⁵ hvordan hver av sjelsdelene kan få en dominerende rolle. Det er de dominerende sjelsdelene som viser våre karaktertrekk. Den sterkeste sjelsdelen tar kommandoen, og de andre kan bli degradert til slaver. Da kan vi få anarki. Sokrates spør Glaucon om det er tre forskjellige deler av sjelen som er avgjørende for hvordan vi opptrer eller om det er sjelen som helhet som avgjør:

Do we learn with one part, get angry with another, and with some third part desire the pleasures of food, drink, sex, and the others that are closely akin to them? Or, when we set out after something, do we act with the whole of our soul, in each case? (Staten 436a-b)

Sokrates mener at sjelen som helhet og enhet må ha en overordnet rolle ved

- å samtykke til ”forslag” til handling fra sjelsdelene (Staten 437c), *eller*
- å velge hvilken sjelsdel som skal bestemme (Staten 553b), *eller*
- selv å bestemme hvordan tingene skal gjøres:

He regulates well what is really his own and rules himself. He puts himself in order, is his own friend, and harmonizes the three parts of himself

He binds together those parts and any others there maybe in between, and from having been many things he becomes entirely one, moderate and harmonious. (Staten 443d)

³⁵ Staten 439a -d og 441e - 442a

Sokrates viser til at sjelen selv må ta ansvar og bestemme hvilken handling som skal foretas. Sjelsdelene kan foreslå alternativer, men det er opp til sjelen som enhet å avgjøre. Aristoteles mener i utgangspunktet at valg og beslutninger er (med få unntak) opp til oss, men synes å innrømme at den sterkeste sjelsdelen kan komme til å avgjøre hva handlingen blir:

For enhver holder opp med å undersøke hvordan han skal handle når utgangspunktet er ført tilbake til ham selv, og til det ved ham selv som er herskende siden det er dette som beslutter. Dette er også klart ut fra de gamle statsformene Homer fremstiller: Kongene bekjentgjorde nemlig sine beslutninger for folket. (NE 3.3; 1113a5)

Både Sokrates og Aristoteles har samme syn om at når det oppstår uenighet mellom fornuften og begjæret, så skal begjæret underordne seg fornuften (NE 1102b31 og NE 1119b13). Inntrykket er støttet av filosofer som Sarah Broadie.³⁶ Disse utledningene gir derfor gode argumenter for at fornuften bør være styrende både i enkelthandlinger og tilvenningen av våre begjær. (jfr. modellen i kap. 5)

Filosofer i nyere tid har også uttrykt at det å *ville* noe, handler om å gjøre valg. *Harry Frankfurt* viser i en artikkel³⁷ at mennesket har en struktur på viljen som er særegen ved at vi har et *annen-ordens begjær*. (*second order volition*). Det gjør oss i stand til å kunne gjøre reflekterte overveielser, og foreta valg blant våre første ordens ønsker og begjær. Vi kan foreta reflekterte vurderinger av oss selv og våre handlemåter, og til å gjøre noe annet enn det som våre umiddelbare begjær tilsier at vi skulle velge. Vi har visse begjær eller ønsker og velger ett av dem som vårt andre ordens begjær, som ligger til grunn for en påfølgende handling. Vi velger en vilje som er det effektive begjæret som får oss til å handle. Viljen er ikke det samme som intensjonen om å gjøre noe, det kan komme andre intensjoner som er sterkere, men det er den sterkeste intensjonen som representerer det effektive begjæret som igangsetter handlingen.

Vi kan ha et begjær etter rusmidler; det som er avgjørende, er hvilket (effektivt) begjær som får oss til å handle. En narkoman har et begjær om å innta mer narkotika, men kan samtidig ha et begjær om å avstå fra mer for derved å komme ut av rusavhengigheten. Han kan ønske at det er hans sistnevnte begjær som skal representere hans andre-ordens begjær. Hvis han allikevel inntar mer narkotika, gjør handlingen ham på en

³⁶ Broadie (2002) s. 317: *This is to establish that the part of us that decide is the part that rules, i.e. reason. This blocks any suggestion that practical reason is responsible only for framing universal ideals, and that day-to-day decisions spring from a humbler part of the soul.*

³⁷ Harry Frankfurt: *Freedom of the Will and the Concept of a Person* (s. 323)

måte til en uvillig narkoman. Han kan komme til å si, kanskje litt overraskende, at det er en annen mental kraft enn hans egen som får ham til å innta mer narkotika, og at han ikke inntar narkotikaen av egen fri vilje. Han har frihet til å *handle* som han vil, men han opplever at han ikke har frihet til å velge sin egentlige *vilje*. Det kan også være narkomane som stiller seg likegyldige til valget av hvilket begjær som skal ligge til grunn for deres handlinger. Frankfurt kaller slike personer for "wantons", fordi de ikke vil eller klarer å anvende sin vilje til å foreta en avgjørende beslutning om sine konkurrerende første ordens begjær.

Gary Watson går i rette med Frankfurt i en artikkel om *Free Agency*: Det er ikke bare konkurrerende begjær som skal delta i beslutningen om handlingers retning og innhold. *Verdier* må også telle med, og de bør ofte telle mer.³⁸ Verdien av å bli kvitt alkoholens lenker vil objektivt sett, og i de flestes øyne, ha større verdi enn øyeblikkets begjær for "bare litt mer". Utfordringen blir å *ville* en langsiktig verdi mer enn et kortsiktig sterkt begjær. For å følge Watsons teori om vektlegging av verdier i handlingsvalgene, må vi ha evne til å mobilisere en vilje som lytter og handler minst like mye ut fra fornuftens råd som til begjærenes krav. Hans anliggende er å trekke opp et skille mellom begjær og verdier.³⁹ Watson mener at verdiaspektetet ikke kommer godt nok frem i Frankfurts noe ensporede fokus på viljen. Han minner om Humes og Platons bruk av fornuften til å både beregne og overveie hva som er riktige valg når beslutninger skal fattes. Hos *Hume* er ikke fornuften en motivasjonsfaktor, men et sjelsfakultet som bedømmer hva som er sant og falskt. Fornuften forholder seg kun til fakta, og er stum i spørsmålet om hva som bør gjøres av moralske handlinger.

ii) Viljen styrer handlingene mot målet

John Stuart Mill hevder at viljen i utgangspunktet er et aktivt fenomen, i motsetning til den passive tilstand av streben og begjær. Opprinnelig stammer viljen fra streben, men har løsrevet seg. I vanesaker kan vi komme til at: "instead of willing the thing because we desire it, we often desire it because we will it":

Will is the child of desire, and passed out of the dominion of the parents only to come under that of habit.

³⁸ Gary Watson s. 339

³⁹ Gary Watson: "I want to develop a distinction between wanting and valuing which will enable the familiar view of freedom to make sense of the notion of an unfree action."

Will like all other parts of our constitution, is amenable to habit, and that we may will from habit what we no longer desire for itself, or desire only because we will it. It is not the less true that will, in the beginning, is entirely produced by pleasure; including in that term the repelling influence of pain as well as the attractive one of pleasure. (John Stuart Mill: Utilitarianism, s. 464)

Mill erklærer altså at *viljen* er barn av *streben*, men barnet kommer etter hvert inn i et regime bestående av *vaner*. Han uttrykker at *streben* er styrt av nytelser og smerte, slik vi så det omhandlet i kapittel 4.2. For at en misbruker skal komme ut av sine rusvaner betyr dette at han trenger et nytt *mål* og en ny *streben* om noe, nemlig et konsept om et rusfritt liv. I følge modellen vil han også trenge en *tro* på at konseptet vil fungere, for uten tro på konseptet vil han ikke ha noe ønske om å mobilisere en vilje for å nå målet. Jo større hindrene er for å nå et mål, jo større *tro* på midlene trenger man for å komme til målet. (Jfr. kapittel 5.5). Jeg kan ha en streben om å bli rusfri, men hvis jeg ikke har tro på måten det skal skje, vil jeg ikke en gang prøve midlene. For at en rusmisbruker skal utvikle en *vilje* for avvenning trenges både streben, tro og inspirasjon.

Terence Irwin bekrefter i en artikkel (*Who discovered the Will?*) synet som mange tidligere filosofer har hatt, nemlig at Platon og Aristoteles psykologi ikke inneholder noe bestemt konsept om viljen (Irwin s. 453). Platon og Aristoteles' doktrine om sjelens todeling innebærer at både rasjonell og ikke-rasjonell streben har innflytelse på handlingene vi utfører. De argumenterer samtidig mot Sokrates, og sier at det ikke bare er vår overbevisning om det godes innflytelse, som avgjør våre handlinger, men også de relative styrker av våre begjær. Hvis vi vil ha kortsiktig nytelse mer enn langsiktig og helhetlig goder, så velger vi kortsiktig gode. Dette kan få aktøren til å se passiv ut, bare underkastet sine begjær, men det er også et kognitivt element som kommer inn. Både kunnskap og overveielser kommer i spill i forhold til konkurrerende begjær. Irwin hevder (s. 454):

If we must recognize this reflective decision between desires, then, it seems, we must recognize the will as a third element in rational choice besides mere belief and mere desire. If we recognize this third element, we will readily infer that it must be important, even decisive, in character, virtue, and vice; for our actions, plans, and effective preferences will reflect not our mere desire, but the results of our reflections on these desires and our choices about which desires to follow.

Med dette uttrykker Irwin flere ting: De tre elementene som er viktige for at våre planer og handlinger skal gjenspeile overveielser og rasjonelle valg, er *tro*, *streben* og *vilje* (jfr. modellen i kapittel 5). Viljen spiller en avgjørende rolle i å sikre at overveielser og

rasjonelle valg kommer til uttrykk i våre planer og handlinger. Men forståelsen av viljesbegrepet er sammensatt, som vi skal se i de neste avsnittene.

iii) Viljen som en drivkraft i sjelen

For at viljen skal virke som en drivkraft i en aktør som vil ut av rusmisbruk, må to forutsetninger først være på plass. Han må (i følge tidligere kapitler) ha

- internalisert "gode grunner" og derved utviklet en *tro* på at han vil bli rusfri
- ha utviklet en *streben* om å bli rusfri

Vi har registrert at når addiktive vanehandlinger er utviklet i en person over lang tid, er terskelen svært lav for å venne tilbake til et rusfylt liv. Summen av innarbeidede vaner og virkningen av addiksjon er stor. Men hvis summen av *tro* og *streben* er godt utviklet, vil dette legge grunnlaget for å *ville* bli rusfri. I følge Aristoteles har fornuften som en av sine oppgaver å finne ut *hvordan* målet skal nås. Siktemålet er å finne terapi, arbeid eller handlinger som engasjerer, og som leder bort fra gamle vaner. Tyrili-stiftelsen har avtaler med gårdsbruk med dyr som deltakerne får ansvaret for. Tilbud om opplæring i praktiske fag med påfølgende jobbmuligheter er en annen retning som gir resultater. Viljen gir krefter til å fortsette mot målet, selv om oppstartsfasen kan by på mye smerte og lite nytelse. Parallellen finner vi i folk med handicap av forskjellig slag. Noen har vilje til å delta i arbeidslivet eller trene til store idrettsprestasjoner. Det kan gi mye smerte underveis, men også stor nytelse ved å klare å nå definerte mål.

De overstående deler av kapittel 5 har befattet seg med frivillige metoder for avvenning. Imidlertid kan samfunnet også ty til tvangsmidler dersom det oppstår fare for at en misbruker kan skade seg selv eller samfunnet gjennom sin adferd. Metoden er lite brukt i Norge, men forskere i Sverige har undersøkt erfaringene de har hatt på svenske institusjoner⁴⁰. Aktuelle deler av rapporten om saken er drøftet i neste kapittel.

⁴⁰ Kajsa Billinger (2000); *Få dem att vilja*

5.7 Tvang som virkemiddel

Vi har i kapitlene ovenfor vurdert forskjellige frivillige tilnærminger til hvordan rusavvenning kan finne sted. I Norge og Sverige brukes offentlig tvang for å hindre at aktørene skal skade seg selv eller andre over tid. Spørsmålet er om dette gir tilfredsstillende resultater eller ikke. Jeg vil derfor først gi en kort redegjørelse om bruken av tvangsmidler, og om resultatene av tvangsbehandling. Derneft vil jeg drøfte bruk av tvangsbehandling sammenlignet med frivillig behandling fra en filosofisk synsvinkel.

Bruk av offentlig tvangsbehandling

Både i Norge og Sverige har vi en Sosialtjenestelov som tilbyr rusavhengige råd veiledning og hjelpetiltak for å komme ut av avhengigheten (§ 6 -1 i Norge). Hensikten er at klienten skal motiveres til å avstå fra utilbørlige inntak av rusmidler. Pårørende kan anmode om tvangsbehandling hvis klienten er en fare for seg selv eller andre ved omfattende og vedvarende misbruk (§ 6- 2). Hensikten med arbeidet er at vedkommende skal motiveres til avståelse fra videre rusmisbruk. I Sverige anvendes mer tvang enn i de andre nordiske landene og behandlingstiden er også lengre.⁴¹ Praksisen er ikke uproblematisk når samfunnets moralske ansvar for å hjelpe de som faller utenfor, veies opp mot respekten for individets frihet til å velge livsstil. Institusjonene har også problemer med å få klientene til å bli på stedet, med å finne dem når de flykter og bringe dem tilbake igjen.

I Sverige har de kommet frem til observasjoner som er interessante for denne oppgaven.⁴² De 15 svenske operative institusjonene har forskjellig tilnærming til behandlingen. Det oppsiktsvekkende er at på tre av de fire hjemmene som ble undersøkt i Billingers prosjekt, var ikke rusmisbruket tema i behandlingen, til tross for at det er årsaken til tvangsinnleggelse. Institusjonene skyr unna problemet og forsøker bare å gi klientene en ny identitet, og lære seg å "leve som personalet gjør". På institusjonen *Dynamo* foretar psykologer en vurdering av klientene gjennom personlighetstester for å stille diagnoser og sortere resultatene. Samtidig gir

⁴¹ I 1990 var det i Sverige 1500 innlegninger som har sunket til 950 i 2007. I Norge ble 15 personer tvangsinnlagt i 1990

⁴² Kajsa Billinger (2000); *Få dem att vilja*

institusjonen en sosial omsorg som hjelper klientene til å hente seg inn fysisk og psykisk. Det gir velvære i tiden man er der, men kartleggingen viser at det ikke fører til en varig forbedring av tilstanden.

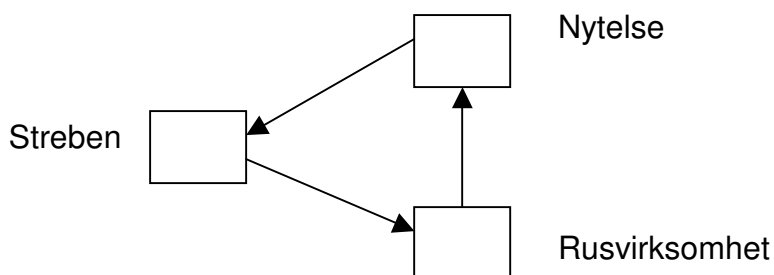
Institusjonen *Kogia* bruker kognitiv terapi som metode. Det innebærer at klientene blir hjulpet til å se fordeler og ulemper ved misbruken. I tillegg drøfter de forholdene ved tilbakefall, kriminalitet og konsekvenser ved slike tilstander. Bevisstgjøringen om at klienten selv er ansvarlig for sitt valg, står sentralt. Fortsatt drikking er et konkret valg de kan gjøre, men det innebærer konsekvenser. Metoden introduserer *mer refleksjon* i rehabiliteringsarbeidet. Klientene har frihet til å gjøre valg når de slipper ut, og da bør de være omhyggelig med valgene de gjør. Terapiarbeidet er frivillig. Det foregår både i grupper og på egenhånd med oppgaver som skal løses. Styrken i Kogia-metoden er et praktisk rettet arbeid som virker mer engasjerende enn tilnærmingen på de andre institusjonene. Majoriteten av deltakerne tror på metoden. Klienten opplever det som frigjørende og tilfredsstillende, men kan få en følelse av brist i egen kompetanse. Da er personalet tilgjengelig for å hjelpe og undersøke konsekvenser ved alternativene sammen med klienten

Tyrili – stiftelsen i Norge har et lignende opplegg, men er basert på frivillig deltakelse. Hovedpoenget er at klienten skal komme ut av vanetenkningen. Man må stoppe opp og bruke tid på overveielser før valgene gjøres og handlingene foretas. Det er konkrete valg som gjøres og valgene har konsekvenser. En av personene jeg intervjuet, mener at oppholdet på Tyrili hadde avgjørende betydning for hans brudd fra et liv med narkotika, rus og kriminalitet. Han pekte på at egen adferdsendring lå i ekstratiden han brukte på overveielser før han fattet viktige beslutninger. (vedlegg 1).

Kogia får resultater med den kognitive metoden beskrevet i kapittel 5.3. Mer refleksjon gir resultater. Vektleggingen er på indre styring, ikke på ytre kontroll. . Det kan virke som et paradoks at gjennom Kogia-metoden skal klienten, som er innsatt mot sin vilje, trenes til å utvikle egen vilje, fatte beslutninger og ta konsekvensene av dem. Med en ytre ramme av tvang og kontroll skal de lære seg å utvikle en indre kontroll.

Aristoteles skjelner mellom streben som ligger i oss hele tiden, og nytelsen som bare eksisterer så lenge virksomheten er aktiv. Det indikerer at streben på en side, og virksomheten og nytelsen på den andre siden, er gjensidig avhengig av hverandre og

forsterker hverandre. Vi får ikke (rus)virksomhet eller nytelse uten et forutgående streben, og vi opparbeider ikke en streben før vi har opplevd nytelsen av virksomheten. Så selv om streben ligger i aktøren hele tiden, mens virksomheten og nytelsen opptrer bare tidvis, ser det ut til å være et tett og gjensidig forsterkende forhold mellom de tre leddene. Dette kan gi ideer til hvordan den onde sirkelen kan brytes. Vi kan tenke på dette i form av et diagram:



Tenkt som er modell kan vi bryte den onde sirkelen ved å lage et brudd i ett av leddene i kjeden. Det kan for eksempel skje ved å

1. fjerne adkomst til rusmidler (skjer ved både frivillige og tvangs-institusjoner)
2. fjerne følelsen av nytelse i rusmiddelet (oppnås ved å gi aktørene Subutex eller Metadon, men dette reduserer ikke avhengigheten)
3. redusere streben gjennom kognitive program eller annen motivasjons-terapi (oppnås ved noen frivillige og noen få tvangs-institusjoner)

På alle fire hjemmene som ble undersøkt i prosjektet *Få dem at vilja* var man inne på tankene om individets vilje og det informerte valget. Selv om metodene de brukte var forskjellig var de enige om at det overordnede målet er at klienten skal "ville selv", men de hadde ulike meninger om dette var mulig. Forfatter Billinger refererer til andre forskeres arbeid og oppsummerer at det ligger i den senmoderne identiteten at vi skal velge, beslutte og ta ansvar for våre handlinger. Vi har ikke lengre noen tradisjoner å lene oss mot. De kollektivt delte vurderingene har tapt sin betydning. I en kultur av valgfrihet kreves et aktivt engasjement fra individene. Veien til valgfrihet for misbrukeren innebærer at han avbryter den rutinemessige rusingen, at han blir ambivalent til den og lærer seg å håndtere ambivalensen. Men det finnes ingen resept for hvordan man gjør det. Billinger mener at ambivalensen er vår tids emosjonelle konflikt.

5.8 Begrepene som mangler

I dette kapitlet vil det bli undersøkt om det er riktig at noen av begrepene som er brukt i avvenningsmodellen ikke ser ut til å eksistere i Aristoteles sjelpsykologi, og hva som eventuelt kan være grunnene til dette. Av de seks begrepene som inngår i modellen er det enkelt å gjenkjenne tre av dem blant Aristoteles sjelsbegrep, nemlig *fornuft*, *streben* og *målet*. Men begrepene *vilje*, *tro* og *inspirasjon* er det ikke enkelt å finne referanse til i den *Nikomakiske etikk* eller *De Anima*.

De fleste forskere av Aristoteles filosofiske verk ser ut til å være enige om at Aristoteles ikke hadde et eget begrep om vilje. *Terence Irwin* bekrefter i en artikkel (*Who discovered the Will?*) synet som mange tidligere filosofer har, nemlig at Platon og Aristoteles psykologi ikke inneholder noe bestemt konsept om viljen (Irwin 1992 s. 453). Enkelte (bl.a Anfinn Stigen; *Tenkningens historie*; s.85) foreslår at sjelsleddet mellom fornuft og begjær (temperament) kan representere et slikt begrep, men det er vanskelig å finne støtte for det. Når vi sammenligner definisjonen som er gitt av viljesbegrepet i kapittel 5.6 med definisjonen av temperament gitt i kapittel 2 er det få holdepunkter til forslaget. Temperament har heller ikke den nødvendige autoritet over de andre strebende sjelsdeler, og representerer heller ikke utholdenheten som er en egenskap vi kjenner ved begrepet vilje. Det synes tvert i mot å være vanlig oppfatning at Platon og Aristoteles ikke anvendte et slikt viljesbegrep, og det ser heller ikke ut til å være noe eget ord eller begrep for vilje i litteraturen på den tiden.

Det er heller ikke lett å finne et ord eller begrep som representerer det vi i dag forstår med tro (*belief*) eller overbevisning (*conviction*) i *De Anima* eller den *Nikomakiske etikk*. Anthony Kenny oversetter *doxa* med *belief*, og henviser bl.a til uttrykket i *NE* 1112a1. Men avsnittet oversettes til *antakelse* eller *mening* på norsk, og *judgement* på engelsk. *Doxa* mangler dessuten den motiverende kraft vi normalt legger i *tro* som *belief* eller *conviction*. Det greske begrepet *pistis* har heller ikke ledet til betegnelser i den *Nikomakiske etikk* eller *De Anima* som passer med vårt begrep om *tro*. Det nærmeste jeg har kommet er i et avsnitt hos Aristoteles (*NE* 1147a18) hvor han refererer til akratisk personer (og yngre mennesker) som uttaler seg som om de har viten. Aristoteles mener at forholdet beviser ingen ting, for også "skuespillere kan fremføre bevis og dikt av *Empedokles*". Poenget er at man må "bli i ett med kunnskapen" for å

kunne tale med overbevisning, og det tar tid. David Charles (1984, s. 166) omtaler tilfellet og kommenterer som følger:

*In physics or philosophy, the young merely speak properly without conviction about the first principles because they have not themselves the previous experience on which these beliefs rest, and hence have not established them for themselves.....
But this is compatible with their seeing clearly and sincerely believing what they assert, and wishing to make it part of themselves; for their failure resides only in having inadequate grounds of the appropriate type for their beliefs. David Charles (1984, s. 166)*

Ungdommen kan altså uttale seg om grunnprinsipper i fysikk eller filosofi uten at de ennå har opparbeidet seg *egen* dybdeerfaring med kunnskapen som prinsippene hviler på. De tror ærlig at de ser grunnprinsippene, og de ønsker å gjøre det en del av seg selv, men de trenger mer tid for modning av kunnskapen.

Begrepet *inspirasjon* ble forklart i kapittel 5.5. John Stuart Mill oppdaget for knapt 200 år siden den psykologiske og motiverende kraften som ligger i *inspirasjon*:

How can the will to be virtuous, where it does not exist in sufficient force, be implanted or awakened? Only by making the person desire virtue – by making him think of it in a pleasureable light, or of its absence in a painful one. (Utilitarianism)

Ved å tenke på de riktige tingene i et positivt lys vil vi begjære dem, og ønske at vi oppnår dem. Dette har markedsføringsfolk oppdaget i moderne tid, og bruker idéen i fullt monn. Produkter blir koplet med ting som folk ser på i et positivt og ønskverdig lys, og øker lysten hos folk til å kjøpe produktet. Hvis vi kan få misbrukere til å se på et rusfritt liv i et positivt og attraktivt lys, og vi samtidig kan gjøre et slikt liv oppnåelig for dem, øker sannsynligheten at de vil utvikle nye mål og streben i en slik retning.

Denne type psykologi synes først å ha blomstret opp over de siste par hundre år, og det kan forklare hvorfor det er vanskelig å finne et begrep om inspirasjon i den *Nikomakiske etikk* eller *De Anima*.

Som svar på spørsmålet som ble stilt innledningvis i dette kapitlet om det er riktig at noen av begrepene som er brukt i avvenningsmodellen ikke ser ut til å eksistere i Aristoteles sjelpsykologi, er svaret bekreftende. Tre av begrepene som brukes i moderne psykologi (vilje, tro/overbevisning og inspirasjon) ser ut til å mangle i Aristoteles sjelpsykologi. Jeg kan ikke utelukke at deler av disse tre begrepene ligger innbakt i andre begrep som er brukt av Aristoteles, men de er i alle fall vanskelig å finne frem til. Samtidig er det klart at selv om Aristoteles ikke opererte med ord som er synonyme med betegnelser som vi bruker i dag, så eksisterte evnene vi snakker om i

fullt monn i den antikke greske befolkningen. Det greske riket kunne ikke ha utviklet seg som det gjorde uten vilje, tro og inspirasjon.

Avvenningsmodellen er ment å representere forutsetninger som må være til stede for at avvenning skal være mulig i dagens samfunn. Så kan vi spørre: hvis grekerne manglet tre av faktorene, var det da umulig for dem å kunne få til en avvenning av folk som var alkoholisererte, og som påførte skade på andre eller på samfunnet? Svaret ligger vel i at de brukte andre metoder enn vi gjør i dag. Forståelsen og anvendelsen av smertebegrepet i fengselsvesenet var annerledes, og tvangsmetoder var mer utbredt. Bruken av kognitiv endringsterapi er noe som har hatt raskest utvikling i det siste århundre, og med det har nye begreper og forståelser fulgt med på lasset. Samtidig vil nok de sterke og klare normative budskapene vi finner i den Nikomakiske etikk hatt betydelig innvirkning på folks holdninger og adferd. Reaksjoner ved avvik fra normene var sannsynligvis også ganske umiddelbare og utvetydige. Det vil i seg selv ha gitt signaler om hva som var akseptabel levemåte.

6 Oppsummering

I denne mastergradsoppgaven er det undersøkt om sjelspsykologien som Aristoteles utlegger i den *Nikomakiske etikk* og *De Anima* er egnet til å gi forklaringer på hvorfor noen mennesker i dagens samfunn kommer inn i et rusfylt liv, og hva disse forklaringer i såfall er. Det er også undersøkt hvordan noen av misbrukerne greier å finne veien tilbake til et mer normalt liv; hva som er forutsetninger for å greie det, og hva som eventuelt er en mulig måte å gjøre det på.

Som et middel til å finne svar på spørsmålene er det redegjort for hvordan de viktigste sjelsfakultetene virker i et samspill i oss, og hvordan dette kan gi positive og negative konsekvenser, avhengig av våre personlige egenskaper og omstendighetene vi er i.

Som et bakteppe for oppgaven er det også redegjort for hva som kjennetegner rusproblematikken, og hvilke trekk vi ser hos rusmisbrukeren som kan knyttes til tenkningen i Aristoteles sjelspsykologi. Noen av grunnene til at rusmisbruket er blitt en betydelig utfordring for storsamfunnet er også blitt belyst.

Oppgavebesvarelsen er av deskriptiv og fenomenologisk karakter. Ethiske og normative forhold er ikke behandlet annet enn ved referanser til hva Aristoteles og Platon uttrykker i sine bøker. Først skal vi altså finne forklaringer på hvorfor noen går inn i et rusfylt liv.

Streben peker ut målene

I oppgaven blir det vist til at streben, og spesielt begjær, er blant de sterkeste drivkreftene i mennesket. Aristoteles hevder i *De Anima* at besittelse av begjær er en forutsetning for handlinger. Begjær peker ut målene i våre liv, og igangsetter handlinger slik at vi skal kunne nå målene. Vi kan si at begjær er som seilene på en seilskute. Uten at seilene er satt, blir det ingen fremdrift. Med mye seil blir det mye fremdrift. Ingen lager seg en målsetning om å bli rusmisbruker, men allikevel blir noen det. Hva er da grunnene til at noen drifter inn i misbruket, uten egentlig å ville det?

Nytelse som et forkledd gode

Begjær er sterkt påvirket av hvilke nytelser som er knyttet til målene vi velger. Uten annen påvirkning styrer vi mot det som gir størst nytelse og skyr unna det som medfører smerte. Hvis et rusmiddel gir en aktør opplevelse av nytelse eller flukt fra smerte, vil aktøren innta rusmiddelet, hvis ikke noe annet får sterkere innvirkning.

I oppgaven fremgår det at både Aristoteles og Platon mener at folks handlinger i stor grad blir styrt av nytelse og smerte. Noen filosofer går enda lengre enn Aristoteles og Platon i en slik oppfatning. David Hume mener at det er opp til nytelse og smerte *alene*, å bestemme hva vi gjør, fordi naturen har plassert dem som "sovereign masters" over menneskeheten. John Stuart Mill uttrykker på sin side at det er umulig å begjære noe, annet en i forhold til hvor nytelsesfullt det føles.

Vi vet at nytelser kan være bedragerske, for de kan være av god eller dårlig karakter. "Til den *gode* virksomhet hører en god nytelse, til den dårlige en slett" påpeker Aristoteles. Det høyeste gode er lykken (*eudaimonia*), og alle andre mål bør bidra til at vi når den. Det er i oppgaven vist til at lykken, i Aristotelisk ånd, er en utøvende virksomhet hvor vi som mennesker lever i pakt med naturen og fungerer på vårt beste, både fysisk og mentalt. Handlinger vi gjør og nytelser vi søker etter, skal bidra til dette formålet. Men hvis vi ikke greier å se forskjell på nytelse og lykke er det lett å bli bedratt. Den form for euforia eller flyktig lykkefølelse som en rusmisbruker opplever, er langt fra den eudaimoniske lykken som Aristoteles mener vi bør etterstrebe.

I de fleste saker later blindheten til å oppstå på grunn av nytelse, for det synes å være et gode uten å være det. Derfor beslutter man seg for det som gir nytelse som noe godt, og unngår smerte som noe ondt. (NE 1113a34)

Både Sokrates og Aristoteles argumenterer for at det er handlingers konsekvens som avdekker handlingers kvalitet. Det betyr at vi må kunne tåle smerte på kort sikt, hvis det fører til et réelt gode på lengre sikt. Vi skal kunne *motstå* kortsiktige nytelser, hvis slike nytelser medfører et onde på lengre sikt. Rusmisbrukerens mål virker som kortsiktige nytelser med negative konsekvenser på lengre sikt. Både den mentale og fysiske helsen blir brutt ned gjennom misbruket.

Inntak av rusmidler er et onde av andre grunner også. Det vi tar til oss av føde bør være av det naturlige slaget, i følge Aristoteles. Føden bør erstatte det som kroppen forbrenner og som kroppen trenger i følge naturen. Det bør skje i moderate porsjoner. Hverken narkotika eller alkohol er noe som kroppen trenger, og spesielt ikke i store mengder.

Hemningsløshet

Hvis vi ikke utviser måtehold eller moderasjon i våre nytelser, har vi en dyrisk last, mener Aristoteles. Han kaller lasten for hemningsløshet. Rusmisbrukeren har feil

forhold til nytelser. Han nyter feil ting, i for store mengder og på feil måte. Egenskapen kjennetegnes også ved at misbrukeren føler mer smerte enn han bør, når han ikke får rusmidler. Sansen som hemningsløsheten angår (smakssansen), er den mest utbredte av sansene, og den synes med rette å være den som mest åpner for bebreidelser, for det er ikke som mennesker vi har den, men som dyr. Å nyte slike ting, og å like dem mest av alt, er dyrisk. Dette er strenge normgivende budskap som ser ut til å ha vært utbredt i antikken. Hvis budskapene fant støtte blant samfunnsledere i form av anerkjente utsagn eller normer (*endoksaer*), ville det gitt klare signaler til folk i bystaten om hvilke standarder som var forventet av dem. Det er vanskelig å tro at et misbruk av alkohol eller narkotika ville blitt tolerert i et slikt regime, spesielt ikke hvis misbruket resulterte i skade for eller på andre.

Hvilken sjelsdel skal styre?

Fremtredende filosofer hevder altså at nytelse og smerte er sterke drivkrefter i mennesket. Men dette er ikke eneste forklaring på hvorfor noen ender opp i rusmisbruk. Spørsmålet er hvilke andre forhold som er styrende for menneskers adferd. Sokrates uttrykker frustrasjon over at følelser i mennesket, slike som sinne, frykt og nytelse ser ut til å styre oss, og at *kunnskap* blir dinglende etter som en slave. Han mener at hvis vi vet hva som er godt og ondt, ville vi ikke la oss styre av noe annet enn kunnskap. David Hume kommer inn på temaet mer enn 2.000 år senere: En ting er hva som *bør* styre folks handlinger, en annen sak er hva som faktisk gjør det: Han gir belegg for at fornuften *er* ikke, og kan ikke være noe annet enn slave til følelser og begjær (*pashion*). Aristoteles undersøker også forholdet. Han setter søkelys på *akratiske* situasjoner, som oppstår når en karaktersvak aktør vet at han handler galt, men gjør det likevel på grunn av sin sinnsbevegelse. Den karaktersterke, derimot vet at hans begjær er slett, og på grunn av sin forståelse følger han ikke begjæret. Så den karaktersvake har kunnskap om hva som er riktig å gjøre, men lar følelsene bestemme, mens den karaktersterke kjenner sine begjær og lar seg ikke lede av slette begjær.

Dette peker på det som ser ut som en kamp om hegemoni mellom sjelsdelene. Sokrates belyser det ved å vise hvordan våre tilbøyeligheter og ønsker blir trukket i forskjellige retninger avhengig av hvilke valg vi står overfor og hvilke sjelsdeler som er sterkest i oss. Han viser til at vi må selv finne frem til hvordan vi skal handle ved å "harmonisere de tre delene" i oss frem til en beslutning. Dette kan tolkes som at hver av

de tre sjelsdelene (fornuft, temperament og begjær) fremmer sine ønsker. Så er det opp til oss å gjøre overveielser basert på ønskene, før vi beslutter og foretar handlinger. Det er i oppgaven vist til at rusmisbrukere ytterst sjelden gjør genuine overveielser og valg om inntak av rusmidler, hverken ved debuten eller i løpet av rusmisbruket. Når overgangen er glidende og tilsynelatende uproblematisk, blir det ikke noen naturlige stans for å gjøre overveielser, valg og beslutninger.

I nyere tid hevder Harry Frankfurt (1971) at å bestemme seg for en handling, dreier seg om å gjøre valg mellom konkurrerende begjær, og handle i henhold til begjæret som har høyest rang. Det positive med Franfurts syn er at han gjør oss bevisste på at det vanligvis er mer enn *ett* begjær som ligger til grunn for våre handlinger, og at det er opp til oss å gjøre et valg mellom begjærene. Manglen ved hans teori er at den er ensporet. Det er mer enn konkurrerende begjær som er bestemmende for våre handlinger. Vi har normer og verdier som betyr noe for oss, og som kan avgjøre retning for handlingene våre. Gary Watson påpeker (i *Free Agency*, 1975) at vi gjør valg blant både begjær, normer og verdier, og Frankfurt vedgår dette senere.

Dannelse

I oppgaven pekes det på at debuten til ruslivet ofte skyldes brist i dannelse og opplæring i yngre år. Aristoteles hevder at de som har ungdommens karakter, samt de karaktersvake, i stor grad baserer sine handlinger på følelser, og ikke nyttiggjør seg av tilegnet kunnskap eller erfaringer. Ungdommen, fordi de ikke har tilegnet seg slik kunnskap ennå, og de karaktersvake fordi de ikke nyttiggjør seg av kunnskap og erfaring som de besitter. Dette er to vesensforskjellige årsaker, men de får samme resultat. Han refererer til Platons tenkning (*Staten* 401e) som viser til at vi fra den tidligste ungdom bør trenes opp til å føle glede og smerte ved de rette ting:

Derfor bør man, som Platon sier, fra den tidligste ungdom oppdras på en bestemt måte, nemlig slik at man føler glede og smerte ved de rette ting, for dette er den rette oppdragelse (NE 1104b11)

Platon mener at man som ung ikke en gang trenger å *forstå* fornuften som ligger i lærdommen. Forståelsen vil innhente lærdommen senere, gjenkjenne den, og møte den med glede! Lærdom om glede og smerte ved de rette ting skjer normalt gjennom god oppdragelse, og informasjon om rusmisbrukets konsekvenser skjer gjennom opplæring (på skole eller hjemme).

Det er ikke mindre viktig at vi fra tidlige år lærer å la fornuften tilvenne vår streben og våre holdninger på en god måte. Med riktige holdninger forholder vi oss godt til våre følelser og med riktig streben blir som oftest målene våre gode. Når fornuft, begjær og holdninger er i harmoni med hverandre, handler vi beslutsomt og riktig. Bristen oppstår når vi gjennom dannelsen ikke får denne lærdommen.

Handlingers kvalitet og utløsning

Handlinger som er knyttet til rusmisbruk, er av flere typer, og har svært forskjellig karakter. I oppgaven har jeg inndelt menneskers handlinger i fire kategorier.

1. Handlinger som følger etter overveielser og beslutning
2. Handlinger som følger etter planlegging basert på *tidligere* overveielser
3. Handlinger som gjøres impulsivt, basert på tilvendte holdninger
4. Vanehandlinger

Jeg drøfter kvaliteten av handlinger ut fra kriterier som Aristoteles gir oss i den *Nikomakiske etikk*. Det blir i oppgaven gitt belegg for at en relativt stor andel av en rusmisbrukers handlinger er (dårlige) vanehandlinger, og relativt få skjer etter overveielser og beslutning. Debuten til rustilværelsen skjer heller ikke etter beslutning, men mer som impulsiv og uoverveiet handling. Det følger ofte som en brist i tilvenningen av begjær og holdninger. Avvenning er meget krevende, og følger en prosess som innebærer mye overveielser, tvil, beslutning og vilje. Aristoteles mener at vi bør foreta handlinger som følger fra beslutning, og hvor fornuften har hatt en ledende rolle i overveielsene.

Det finnes en type handling som er enda større enn handlinger som følger fra beslutning. Fornuftens tilvenning av karakterholdningene er en livslang prosess hvor både tilbakemeldingen fra folk rundt oss om vår adferd og også oppfatninger (endoxa) fra folk vi tror på, er viktige for en justering av våre holdninger. Lederskikkelser er de som lykkes med slike forhold. Hvis disse samtidig gjør det gode (eupraxia), så viser Aristoteles til at de opptrer som Perikles og hans likemenn. De er kloke fordi de har evnen til å gjøre det som er godt for dem selv og for menneskene rundt seg. De ser ut til å utvikle en form for *intuisjon* eller *instinkt* som gjør dem i stand til å fatte riktige beslutninger selv om beslutningene må fattes hurtig. Dette ser ut til å være en evne som

ligger nært begrepet *nous*.⁴³ Oppsummert kan vi si at hvis vi fatter utgangspunktene for både teoretisk og praktisk fornuft og vi samtidig har en instinktiv og intuitiv persepsjon, er vi utrustet til å handle hurtig og riktig i alle situasjoner.

Spørsmålet om hva som utløser folks handlinger er drøftet i kapittel 4.8. Underlag i den *Nikomakiske etikk* og *De Anima* gir grunn til å tro at det skjer

- ved at vi sanser eller forestiller oss objektet/aktiviteten *eller*
- ved at vi beslutter å starte bevegelsen mot målet *eller*
- ved at vi foretar en impuls- eller reflekshandling skapt av situasjonen vi er i

I alle tilfellene forutsettes det at et begjær er til stede i aktøren som handler. Utløsning av handlinger i den første kategorien er utførlig behandlet i *De Anima* (bok 3.9 og 3.10). Flere forhold er utledet fra drøftelsene i kapittel 4.8, bl.a at tilbakefall hos rusmisbrukere kan forklares av handlinger i den første kategorien.

Veien ut av et rusfylt liv

Veien ut av et rusfylt liv er krevende. Den fordrer brudd med vaner som ofte er innarbeidet over år. Det handler om en tidkrevende prosess i flere trinn hvor aktøren selv bærer det største og tyngste ansvaret. Basert på materialet i kapittel 4 og 5 er det i oppgaven foreslått en fremgangsmåte for avvenning i følgende trinn:

1. Brudd med gamle vaner: Det oppstår tvil om nytten av rusmiddelet; slik at en erkjennelse av misbruket kan utvikles (kap 5.1)
2. Endring av mål samt utvikling av ny streben (kap 5.2)
3. To metoder for utvikling av streben til et rusfritt liv og en ny levemåte:
 - En kognitiv metode hvor alternative levemåter drøftes og hvor den autonome siden av aktøren utvikles gjennom internalisering av gode grunner (kap 5.3)
 - En normativ metode hvor eksterne forventninger blir fremmet i form av normer, samt troen på en høyere makt (kap 5.4)
4. Uten en tro eller overbevisning (*belief* eller *conviction*) om at egne handlinger vil lykkes, er forsøket nytteløst (kap 5.5)
5. Det utvises *viljestyrke* og *utholdenhet* for å lykkes (kap 5.6)

⁴³ *Nous*: iflg Rabbås s.229: "Evnen til å fatte utgangspunktene for all vitenskapelig forståelse og klokskap. Dette er en evne som er nært beslektet med persepsjon, om enn av et annet slag enn den vanlige, det vil si sanselige".

Det første trinnet er sannsynligvis det viktigste og også det vanskeligste. Gamle vaner og innstillinger må erstattes av nye holdninger og måter å tenke på. Det skjer gjerne når aktøren kjenner at smertene ved ruslivet er så store at han er villig til å tenke i alternativer. Aktøren utvikler en ambivalens og tvil om nytten av rusmiddelet. Han veier opp hva rusmiddelet gir ham mot hva alternativet kan gi ham. En samtalepartner kan hjelpe til, men avveiningene er hans egne hvis løsningen skal være robust mot fremtidige fristelser. Det blir "et oppgjør med han i speilet der". En ny streben og et nytt mål skal utvikles. Det kan skje gjennom en av to hovedretninger som er i bruk i private og offentlige institusjoner

- En kognitiv metode hvor "gode grunner" internaliseres av aktøren selv
- En normativ metode hvor det er ytre normer og forventninger som motiverer

I den *kognitive metoden* er det ikke nok at aktøren vet at det er gode grunner til ikke å ta rusmidler. Han må selv tro det og handle deretter. Det er først når misbrukeren fatter interesse for og blir motivert av grunnene, at avhengigheten kan brytes. Internalisering av grunnene innebærer en oppbygging av tiltro og motivasjon. Motivasjonen ligger i mulighetene til et bedre liv.

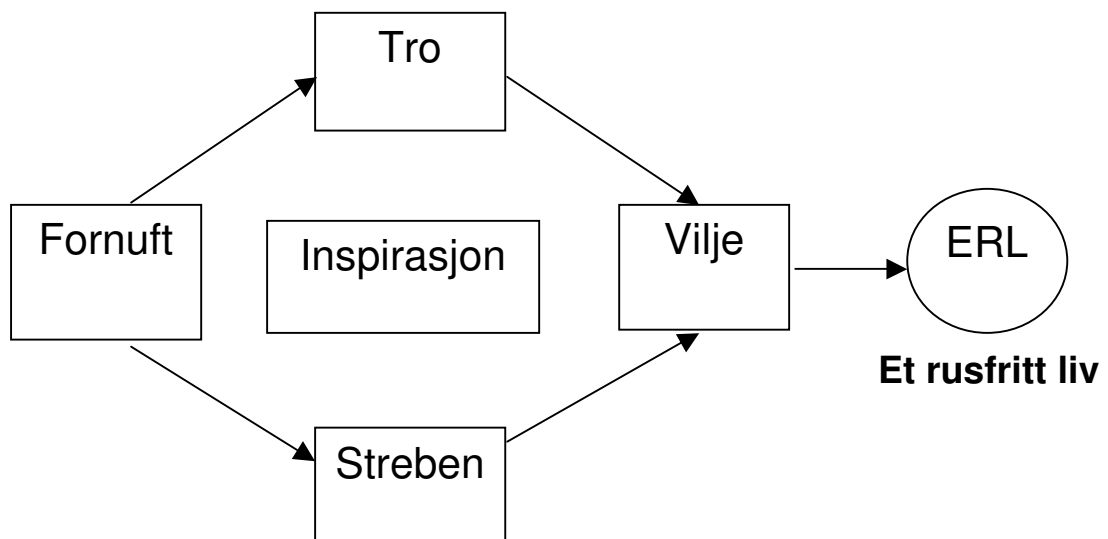
For de som følger den *normative metoden*, er ikke motivasjonen utviklet ut i fra epistemiske resonnementer og fornuftsmessige overveielser. Motivasjonen er heller oppfyllelse av en ytre normativ forpliktelse, basert på en tro på at man gjør det rette. Moralske regler danner grunnlag for egne mål og midler. Ved den normative metoden blir ikke grunnene for å bli rusfri internalisert i aktøren på samme måten som ved den kognitive metoden.

Begge metodene har vist seg å gi resultater, men har ulik appell hos ulike mennesker, avhengig av personlige egenskaper og hvilke erfaringer de har hatt i lignende tilfeller. Aktørene har forventninger om resultater. Resultatene som høstes, vil enten forsterke eller redusere troen på fremgangsmåten.

Den kognitive metoden ligger tettest opp til måten Aristoteles mener fornuften bør overtale streben. Da har man, og bruker, fornuft i "den egentlige betydning". Ved den normative metoden overtales streben gjennom "all formaning og oppfordring", og da har man fornuft "som man er villig til å høre på sin far". (NE 1102b31)

Avveningsmodellen

For at en avvenning i det hele tatt skal være mulig må visse forutsetninger være på plass. Dette er vist i form av modell med forklarende tekster.



Forutsetningene er representert ved seks begreper (merket i *italics* nedenfor).

Rollen som hvert av begrepene har, og forutsetningene som må være til stede for avvenning, kan kort oppsummeres i følgende punkter:

1. Misbrukeren utvikler en *streben* om å bli rusfri
2. Han har *tro* (*belief* eller *faith*) på at han skal lykkes
3. Streben og tro blir influert av *fornuften*
4. *Viljen* styrer prosessen mot målet og gir handlingskraft
5. *Inspirasjon* styrker de andre komponentene
6. Målet er Et Rusfritt Liv (ERL)

Forklaringen av disse forutsetningene er gitt i kapitler 5.5 og 5.6.

Modellen med forutsetninger er utviklet gjennom litteratursøk og samtaler med folk som arbeider i avvenningsinstitusjoner. Fra Aristoteles lære gjenkjenner vi 3 av begrepene: streben, fornuft og målsetting. De tre andre begrepene: tro, vilje og inspirasjon ser ikke ut til å være noen del av Aristoteles lære om sjelen. I kapittel 5.8 har jeg redegjort for hva som synes å være grunner til at vi i moderne sjelpsykologi bruker flere begreper enn Aristoteles har inkludert i sin sjelslære.

Er Aristoteles' tenkning egnet for analyse av moderne samfunnsproblemer?

I tittelen på oppgaven spørres det om Aristoteles' tenkning kan gi forklaringer på dagens rusmisbruk. I den *Nikomakiske etikk* og *De Anima* gir Aristoteles oss en godt utviklet versjon av sjelslære som kan fungere som platform for mange typer analyser. Vi vet ikke med sikkerhet hvordan psykologien og tenkningen i et menneske virker, men kunnskapen Aristoteles gir oss kan brukes som en modell og platform til forståelse av menneskers adferd. Ved først å søke seg frem til sjelsfakulteter som ser ut til å representere de viktigste mentale kreftene i mennesket, og dernest forklare fakultetenes egenskaper, roller og samspill, gjør han oss i bedre stand til å forstå hvordan psykologien i mennesket fungerer. I denne oppgaven har det vært mulig å foreta analyser (basert på Aristoteles' tenkning) som gir sannsynlige grunner til at noen mennesker blir henfallen til rusmidler, og har problemer med å komme seg ut av rusvanene. Det har også vært mulig å sammenholde hans tenkning med moderne metoder og praksis, og på det grunnlag finne frem til forutsetninger som ser ut til å være nødvendige for at misbrukere kan finne en vei tilbake til et mer normalt livsmønster. I den prosessen finner vi noen begreper og tenkemåter i moderne praksis, som det er vanskelig å gjenfinne i Aristoteles sjelslære. Dette forholdet er utdypet i kapittel 5.8.

Det overrasker ikke at det har vært en utvikling i forståelsen av menneskets motivasjonformer i de 2.300 år som har gått siden Platon og Aristoteles grublet over slike problemer. Dette blir kanskje best illustrert i Platon og Aristoteles' frustrasjon over menneskets karaktersvakhet (*akrasia*); når vi vet hva som er riktig å gjøre, men allikevel gjør noe annet. At viten og fornuft skal kunne forvises av følelser og begjær er vanskelig for dem å innfinne seg med. Men mye av fornuften var innfelt i datidens normer, og de var til for å følges. Det fulgte mye smerte og lite nytelse ved å ikke følge dem. I dagens samfunn er forventningene mer knyttet til at vi skal motiveres til å følge normer og regler. Med det følger det også moderne motivasjonspsykologi. Det er nok på dette feltet vi finner begreper og tenkemåter i dag, som er vanskelig å gjenfinne i tenkningen i antikken. Men ved å kombinere Platon's og Aristoteles' grunnleggende sjelspsykologi med teorier fremsatt av moderne filosofer som Bernhard Williams og Peter Railton, kan vi finne frem til forklaringsmodeller. Disse kan være til stor nytte i arbeidet med tidens samfunnsutfordringer, slike som rusmisbruk.

Litteraturliste

- Aristoteles (1999), *Den nikomakiske etikk*, oversatt av Øyvind Rabbås og Anfinn Stigen, Bokklubben Dagens Bøker, Oslo
- Aristotle (2002), *Nichomachean Ethics, Translation, Introduction and Commentary*, Christopher Rowe and Sarah Broadie, Oxford University Press, Oxford
- Billinger, Kajsa (2000), *Få dem att vilja*, Stockholm universitet, Stockholm
- Bretteville-Jensen, Anne Line (2006), *Omfang av sprøytemisbruk i Norge*, Rapport nr 5/2006, SIRUS, Oslo
- Broadie, Sarah og Christopher Rowe (2002), *Aristotle, Nichomachean Ethics*, Oxford University Press, Oxford
- Cartwright, William S. (2007), *Economic costs of drug abuse*, Journal of Substance Abuse Treatment 34 (2008)
- Charles, David (1984), *Aristotle's Philosophy of Action*, Cornell University Press, New York
- Childress, Anna Rose (2006), *What can Human Brain Imaging tell us about Vulnerability to Addiction and to Relapse*, inkludert i Miller et al: *Rethinking Substance Abuse*, The Guildford Press, New York – London.
- Cooper, John M. (1997), *Plato Complete Works*, Hackett Publishing Company, Indianapolis/ Cambridge
- Cooper, John M. (1975), *Reason and Human Good in Aristotle*, Harvard University Press, Harvard
- Fekjær, Hans Olav (2004), *Rus*, Gyldendal Norsk Forlag, Oslo
- Fodstad, Hjørdis (1996), *I skyggen av eika*, Universitetsforlaget, Oslo
- Franken, Robert (1998), *Human Motivation*, Brooks/Cole Publishing Company, California
- Frankfurt, Harry G. (1971); *Freedom of the Will and the Concept of a Person*, inkludert i boken *Free Will*, redigert av Gary Watson, Oxford University Press
- Frede, Michael and Gisela Striker (1996), *Rationality in Greek Thought*, Clarendon Press, Oxford
- Gjelsvik, Roar (2004); *Utredning av de samfunnsmessige kostnadene relatert til alkohol*, Notatserie i helseøkonomi (07/04), Program for helseøkonomi i Bergen

- Harwood, Henrick J. et al (1999); *Cost estimates for alcohol and drug abuse*, journalen *Addiction* 1999/ 94(5)
- Hogg, Michael A. og Graham M Vaughan (2005); *Social Psychology*, Pearson Education Limited, Harlow, Essex
- Hume, David (1740); *A Treatise of Human Nature*, eBooks of Adelaide
- Irwin, Terence (1992); *Who Discovered the Will? Philosophical Perspectives*
- Kane, Robert (1996); *The Significance of Free Will*, Oxford University Press
- Kenny, Anthony (1979); *Aristotele's Theory of the Will*, Duckworth, London
- Kraut, Richard (2001); *Aristotle's Ethics*, Stanford Encyclopedia of Philosophy
- Mill, John Stuart; *Utilitarianism*, inkludert i bind 40 av Great Books of the Western World, redigert av Mortimer J. Adler (1990), University of Chicago
- Miller, William R og Kathleen M. Carrol (2006); *Rethinking Substance Abuse*, The Guildford Press, New York
- Platon (1977) *Plato, Complete Works*, Edited, with Introduction and Notes, by John M. Cooper, Hackett Publishing Company, Indianapolis
- Rabbås, Øyvind og Arnfinn Stigen (1999); *Aristoteles, Den nikomakiske etikk*, Bokklubben Dagens Bøker, Oslo
- Sherman, Nancy (1989); *The Fabric of Character (Aristotele's Theory of Virtue)*, Clarendon Press, Oxford
- Stigen, Anfinn (2006); *Etikk*, Gyldendal Norsk Forlag, Oslo
- Strawson, Peter; *Freedom and Resentment*, inkludert i boken *Free Will*, redigert av Gary Watson, Oxford University Press, Oxford
- Sussman, Steve and Susan Ames (2001); *The Social Psychology of Drug Abuse*, Open University Press, Buckingham
- Watson, Gary (1975); *Free Agency*, inkludert i hans egen bok *Free Will*, Oxford University Press, Oxford

Journal fra møtet med XX, 16. april 2008

Intervju v/ Tor Løken, som ledd i en Mastergradsoppgave.

Hensikten med møtet var å skaffe kunnskapsgrunnlag ved å kartlegge en tidligere rusmisbrukers bakgrunn og handlemåter inn i og ut av et rusfylt liv.

Fortellingen inkluderer mine betraktninger (satt i parentes).

Første møtet omhandlet veien inn i et rusfylt liv (Fase 1 i "den skjeve utviklingen")

Fase 1: Inn i et liv med rus

Vokste opp i familie med streng far: "*Du duger ikke*"

Dro til sjøs som ung, ble rotløs mellom hjem og livet til sjøs.

Fikk etter en tid jobb på Sande papirfarikk. Møtte en dame, som han ble glad i. Hun var narkoman og ofte på kjøret. Hun *verdsatte* ham, og det ble gjensidig forelskelse. Han var 28 år og kom inn i nytt og spennende miljø. Mye øl og amfetamin. Begynte etter hvert å selge amfetamin. Ble *important* i miljøet, folk snakket med ham og han følte seg på topp. *Kongefølelse*. Det rusen ga ham i tillegg, ble pluss – pluss.

Etter hvert kom han i gjeld, skyldte penger til "grossister" og kom i tvangssituasjon. For å få strøket gjelden dro han til London, hentet amfetamin komprimert og skjult i koffertlokk. Satt i flyet og "visste" at han ville bli oppdaget. Det føltes veldig ubehagelig. Ble tatt i tollen på Fornebu med 1 kg amfetamin. Rettsaken kom opp og det ble 4 års fengsel. I fengsel er posisjoner viktig. Måtte lære nye og kyniske holdninger for å *få posisjon*. Det gjorde inntrykk at faren reiste 150 mil hver vei for å besøke ham. Han gruet seg som en hund for møtet med faren. Men faren var forsonende og ga ham *oppmuntring*. Det betydde veldig mye for ham. Han satt inne i 2 år og 8 måneder, samme lengden som faren hadde sittet som fange i Sachsenhausen under krigen. Kom ut fra fengsel i 1987 med 168 kr i lomma og ikke noe sted å gå. Oppsøkte gamle venner fra Narvik. Fortalte sin historie, men hadde etter hvert ikke mer å fortelle. Det ble som ett og samme teaterstykke i flere år. Ble etter hvert dratt *tilbake til det gamle miljøet*.

(Fornuften sa at denne kursen var ikke fornuftig. Begjærene sa :

- Rusen føles god
- Anseelsen han fikk var oppløftende (eks. vinket forbi i restaurant-køer))

(Begjærene var sterkere enn fornuften. Fornuften ble kvelt av begjærene.

Det var de *kortsiktige og impulsive handlingene som vant frem*, og som gjorde at fornuften ikke slapp til. Han "våknet" først til realitetene på politistasjonen)

Siste gangen han ble tatt for befatning med amfetamin, resulterte i 3,5 år fengsel. Han måtte vente i et helt år frem til 1998 før dommen skulle sones. Det føltes forferdelig. Jo nærmere han kom soningen jo mer rusing ble det. Tanken på at det ikke ville bli mer rus i fengslet skremte. Det be den verste rusperioden i hans liv. Det ble til slutt en lettelse å komme til Ullersmo. Han var blitt 40 år gammel. Men trangen til rus var så stor at han fortsatte med heroin der. Men å kjøpe heroin ble en plage. Den var sterkt vanedannende og ødela identiteten. For å komme bort fra dette ba han om isolasjon med lufting begrenset til en time pr. dag. Han stoppet opp og kom til en *selv-erkjennelse*: Han måtte lære en *ny tankegang*.

Ved avsluttet soning fikk han kontakt med Stifinner-prosjektet i Tyrili-stiftelsen, og det ga ham sjansen til en ny start. *Verktøyet* hvor klientene regnet opp Plusser og Minuser ved de forskjellige veivalgene var nyttig. Det førte til diskusjoner og et *oppgjør med "han i*

speilet der”. Han husket hva faren hadde sagt: ”Du er en Ja-type, XX, som sier ja til alt”. Venner fra den gamle gjengen ville ha ham med, men han sa nei takk. ”Det er ikke bare sånn som andre sier det er”. Han gikk over til å gjøre egne valg. Hadde det kjempefint i Tyrili i 1,5 år, hvor han bl.a jobbet med Stifinner-verktøyet i 8 måneder. Fikk mer og mer ansvar, bl.a for kassa. Han har i dag ansvarsfull stilling i en institusjon som hjelper tidligere narkomane og kriminelle til et mer normalt liv i samfunnet.

Journal fra møtet med XX 24. juni 2008

*Hensikten med møtet var å utdype fase 2 og 3 i ”den skjeve utviklingen”.
Fase 1 av utviklingen ble forklart i første intervjuet 18. april 2008.*

Fase 2: Erkjennelsen: Jeg vil ikke dette mer

XX: Man må først og fremst erkjenne at man har et problem; jeg er en udugelig kriminell. Det er en vanskelig erkjennelse. Den er skambelagt. Man snur seg ikke om. Tvert i mot. Man prøver å stenge veien til erkjennelsen. Men hvis man greier å gjøre erkjennelsen, så føler man en frihet og en befrielse. Det føles som man blir frelst. Man må være ydmyk i erkjennelsen; ”sånn var jeg”. Man går fra en elendighet gjennom ydmykhet til en erkjennelse. Da han var i øverste del av utforbakken hadde han status, respekt og det ga gode følelser. ”Heroin betyr et helvetes liv, men heroin er helvetes godt.” Den virker på to måter: Den fjerner smerter og vonde tanker, og den erstatter det med deilig og berusende følelse. Men fallhøyden blir større etter hvert som man går dypere inn i avhengighets-forholdet.

På spørsmål om hva som var avgjørende for å komme ut av rusforholdet svarte XX: Man kommer i gjeld, og ”hvis du ikke betaler så vet vi hvor familien din er.” Dette skaper et (nytt og) ubehagelig regime. Et regime som forsterker seg etter hvert som man synker dypere ned i gjeld, elendighet og avhengighet. Følelsen og opplevelsen av elendighet øker. Du orker ikke folkene rundt deg lenger. Du blir lurt gang etter gang; du kan ikke stole på dem. Du blir en av samme slaget for å overleve. Tilliten både til dem og deg selv forsvinner. Du fortsetter en stund til, for ”dårlige venner er bedre enn ingen venner”.

Eksempel: Etter at XX er blitt nyktern inviterer han 3 venner til juleselskap. Han er ute av stua et øyeblikk, kommer tilbake og lommeboka hans er forsvunnet. Han ber om å få den tilbake; null resultat. Han henter et balltre, sier at han vil slå dem helseløse hvis de ikke legger tilbake pengeboka mens han er ute av stua i et par minutter. Han kommer inn igjen, og lommeboka er på plass. Han jager dem ut av stua og inn i desember-mørket. Det som gjør at du ikke vil dette kjøret lenger er ikke bare en opplevelse av fortvilelse, men *du greier ikke å fortrenge lenger at dette er ikke OK.*

Fase 3: Veien ut av elendigheten

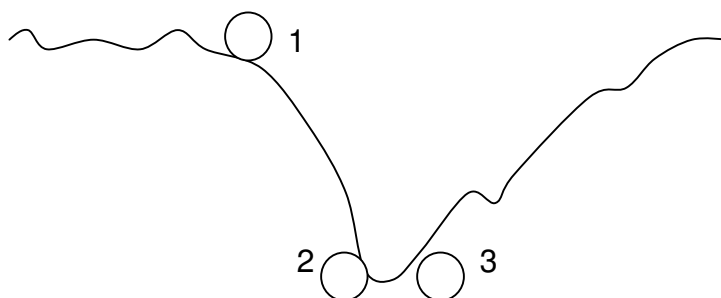
XXs vei ut av elendigheten var å skille seg fysisk fra gamle venner og heroin. Dette gjorde han ved å be om isolasjon i fengselet. Bare *en* time lufting hver dag. Mot slutten av fengslingen fikk han sjansen til å delta på kurs i Tyrili-stiftelsen. I tillegg til å lære rent praktiske måter å tenke positivt og rasjonelt på, fikk han troen på menneskeverdet tilbake, og troen på seg selv. ”Det er ikke håpløse mennesker, bare håpløse situasjoner.” Han ble gitt oppgaver og ansvar som krevet tillit innen Tyrili-stiftelsen. Arbeidet der resulterte senere i at han fikk enda mer ansvar i oppbyggingen og driften av YY-organisasjonen.

Skjema brukt som hjelp i møtene med rusavhengige som har greid en avvenning

Tre kritiske faser i livet til en rusavhengig

Det ser ut til å være tre kritiske faser som en rusavhengig kan komme til å gå gjennom før vedkommende forhåpentlig vender utviklingen til et mer normalt liv:

1. *Starten* på en skjev utvikling som går over til en brattere og brattere utforbakke
2. *Erkjennelse* av at dette går ikke lenger: "jeg vil ikke dette mer"
3. Funnet av en hjelp eller *drivkraft* som reverserer utviklingen, og gjør et normalt liv mulig igjen: *Hva er motivasjonen eller drahjelpen?*



For samfunnet generelt er det viktig å forhindre at folk kommer inn i den første fasen. Der er vi flere av oss kandidater. Vi må kjenne til farene for å komme inn i en skjev utvikling, og forhindre at det skjer både for oss selv og for de rundt oss.

For den som allerede er kommet inn i den skjeve utviklingen er det fase 2 og 3 som er avgjørende, og som rommer håp om å komme ut av den vertikale spiralen. Derfor vil jeg sette mest fokus på disse to fasene.

Hva er det som kjennetegner fase 2?

Det ser ut til å være flere ting: Noe av den gode følelsen vi kjente i begynnelsen av utforbakken vil etter hvert stilles i skyggen av problemene vi møter lengre nede. Det fysiske ubehaget melder seg; suget etter mer av det vi er blitt avhengig av er blitt sterkere, og er kanskje ikke like lett tilgjengelig; gjelden begynner å tårne seg opp og møtet med kredittoene blir verre; familieforholdet kan komme til å ryke; og verst av alt: Det ser ikke ut til å være noe lys i enden av tunnelen. Å våkne opp til en ny dag føles forferdelig, kanskje uutholdelig.

I Aristoteles bilde har begjæret etter et glass til, eller et skudd til, rådd grunnen. Fornuften har vært skjøvet til side, fortrent av begjærets trang til mer.

Når vi har kommet såpass langt ned så vil vel fornuften etter hvert slippe til når vi skal overveie og beslutte våre neste handlinger? Ofte skjer ikke det nei; det er vanskelig å vende om på dårlige vaner, vanskelig å gi opp den sosiale omgangen vi har har. Vi venner oss til å tåle smertene som kommer, for vi ser ut til å mangle kraften som skal til for å bringe oss ut av det dårlige leiet. Derfor treffer vi nye og verre bunner. Vi trodde at den siste var den siste og verste, men verre ting kommer. Spørsmålet er: *Hva skal til for å få til en forpliktende erkjennelse at vi MÅ snu utviklingen?*

Aristoteles sier at Fornuften har to hovedoppgaver som skal bidra til at våre handlinger er rettet mot gode formål (Eudaimonia = Lykken)

- Sørge for en tilvenning av våre holdninger og begjær slik at våre evner langs en gylden middelvei
- Bidra med gode råd når vi gjør overveielser og fatter beslutninger i enkeltsaker (slik at begjærene ikke er enerådende)

I lys av dette kan vi se forskjellige svar på hvordan vi kommer frem til en forpliktende erkjennelse av at vi vil snu utviklingen:

- .Vi bruker *mer tid* på overveielserne, slik at vi unngår impulshandlinger
- *Lidelsene og tapene er blitt så store* at vi gir fornuften fortrinn foran begjærene
- Vi anvender viljen: Vi *VIL* en forandring
- etc

Kjennetegn på fase 3 er at vi trenger en motivasjon eller kraft som skal hjelpe oss ut av uføret. Det er ikke nok at vi fatter en beslutning om et bedre liv. Det harde og målrettede arbeidet ligger foran oss. Faktorer som kan hjelpe oss i denne sammenhengen er at vi

- har erkjent at vi har et problem som ikke ligger bak oss ennå
- har et klarere mål om hva vi vil
- finner et "verktøy" eller hjelpemiddel som passer for oss
- kommer i lag med andre som er i en lignende situasjon og som vi kan jobbe sammen med
- får oppgaver som gjør at vi føler oss nyttige