



hinsehen.
ansehen.
mehr sehen.



Jahresthema 2023

Wir Geretteten! Hinsehen, ansehen, mehr sehen und was noch?

Komische Überschrift, werden einige von Ihnen denken. In der Tat ist sie mir plötzlich, eher unerwartet, im Bett eingefallen. Wie häufig bei meinen Texten. Die Überschrift steht, bevor ich eine Zeile zu Papier gebracht habe.

Ja – es geht um Rettung und es geht um uns! Über zehn Jahre ist es nun her, dass ich aus der Alkoholsucht gerettet wurde. Zehn Jahre geprägt von Dankbarkeit, Demut und für ein gutes Leben. Dabei war meine Rettung keine Adhoc-Aktion – mal schnell an den Kragen gepackt und – schwupps – rausgezogen aus dem Promille-Sumpf. Fürwahr – ein ganzes Rettungsteam war da am Start: Meine Frau, meine Kinder, meine Arbeitskollegen, meine Freunde, meine Therapeutin und in der Nachsorge meine Selbsthilfegruppe. Ich hatte wahrlich einen großen Rettungsreifen um mich herum, nach dem ich greifen konnte und es auch tat. Habe ich jemanden vergessen? Genau – da ist noch jemand, den ich bis dato nur vom Hörensagen kannte bzw. der schon lange Zeit nicht mehr in meinem Leben in Erscheinung trat. Vielleicht ja doch – sonst könnte ich möglicherweise diese Zeilen nicht schreiben: Gott!

Biblische Rettungsgeschichten

Im Suff war der Blick auf Gott vermutlich völlig vernebelt. Aber er hat mich gesehen, mich und andere vor mir selbst geschützt

(wenn ich mal wieder volltrunken durch die Gegend fuhr – also täglich) und gerettet. Ob er jetzt der Oberretter war, kann ich so nicht sagen, aber ich denke, er hat die größte Kompetenz in Sachen Menschenrettung.

Die Bibel ist ja voll von Rettungsgeschichten. Daniel in der Löwengruppe, fällt mir ein, wo den Raubkatzen plötzlich der Appetit vergeht. Die Flucht des Volkes Israel vor den Soldaten des Pharaos gelingt durch die Teilung des Meeres. Der Bau der Arche – ein Gedanke Gottes. Ob Noah selber darauf gekommen wäre? Wo das Alte Testament an der einen oder anderen Stelle Spielraum für Interpretationen und Deutungen zulässt, ist es bei Jesus anders. Seine Rettungsaktionen sind klar überliefert und von den Aposteln mehrfach und unabhängig voneinander niedergeschrieben und weitergetragen worden.

Die Rettung der Ehebrecherin vor der bevorstehenden Hinrichtung, die Speisung der 5000 am See Genezareth, die Fahrt auf dem See im Sturm, und bitte seht es mir nach: Auch eine Hochzeitsfeier hat er quasi von der Trostlosigkeit gerettet, indem er Wasser in Wein verwandelte.

In jedem dieser Fälle waren die Geretteten dankbar. So geht es uns ja selbst auch. Ich kann für meine Rettung nicht genug dankbar sein. Daher bin ich im Blauen Kreuz, deshalb engagie-

re ich mich in der Gruppe, im Verein oder im Verband. Ich will etwas zurückgeben. Ich will anderen Menschen helfen, ich will, ich kann, ich muss?

Aufgeschnappte Selbstverunsicherung

Es war noch gar nicht so lange her. Suchtkrankenhelfer-Lehrgang. Mittagessen. Ich hörte ein Gespräch mit. Die Teilnehmerin am Tisch gegenüber fragte meine Sitznachbarin wegen einer Gruppenbesucherin: „Frau XY kommt so und so ... in die Gruppe ... bleibt häufiger weg ... alkoholisiert ... ihre Schwester hat dies oder jenes ... ihr Lebenspartner das und dies ... Wie kann ich ihr helfen?“

Ich saß daneben und obwohl ich gar nicht gefragt war, kamen mir plötzlich Zweifel: „Tue ich für MEINE Gruppenbesucher zu wenig? Bin ich ein unempathischer Suchtbürokrat? Muss ich mich mehr um die Einzelschicksale in der Gruppe kümmern?“ Solche Gespräche wie das geschilderte, habe ich in der Vergangenheit schon öfter aufgenommen und sie verunsichern mich immer wieder. Obwohl ich genug im Blauen Kreuz eingespannt bin. Das bringt mich zur Frage: Warum tun wir das, was wir tun? Teilweise bis zur Selbstaufgabe. Ist es tatsächlich nur unser frommer, selbstloser von Nächstenliebe geprägter Wunsch anderen zu helfen?

Gute Absichten?

Oder steckt vielleicht auch etwas anderes dahinter? Der Verhaltensökonom Armin Falk hat in seinem neuen Buch „Warum es so schwer ist, ein guter Mensch zu sein ...“ anschaulich beschrieben, warum wir in mancher Situation so oder so handeln. Vielleicht geht's doch auch ein wenig um uns und unser gutes Gefühl. Und ganz ehrlich: Auch ich bin davon nicht gefeit.

Kürzlich sprach ich mit einem Gruppenverantwortlichen über das übliche Gruppen- und Vereinsdilemma der fehlenden Mitarbeitenden. Er äußerte sich wie folgt: Er hätte ja einen Teilnehmer, den er „nachziehen“ wollte, aber der wäre sprunghaft, unzuverlässig, nicht immer da. Das Wort „nachziehen“ bereitete mir in dem Falle Kopfschmerzen. Könnte es sein, dass wir einfach zu lange warten, bevor wir Leute aus der Gruppe mit einbeziehen? Wer sagt denn, wann der richtige Zeitpunkt dafür ist? Wir machen i. d. R. Selbsthilfegruppen und leiten diese wie Privatunternehmen. „Nachziehen“ kann man vielleicht Salatgurken. Menschen sollten wir daher lieber ermuntern, die Arbeit des Blauen Kreuzes mitzugestalten.

Der eigene Maßstab

Scott Adams hat in seinem satirischen Bestseller zur Arbeitswelt „Das Dilbert Prinzip“ die zehn größten Lügen des Managements beschrieben. Auf Platz 2 fand sich der Satz: „Meine Tür steht jedermann offen.“ Adams verband dies mit der Frage, ob wirklich jemand ernsthaft glaubt, dass Mitarbeitende x-beliebig zu ihren Vorgesetzten rein- und rausmarschieren können.

Übertragen wir das auf unsere Arbeit, erleben manche auch diese Situation. Außerhalb der Gruppenstunden, am besten Spätabends oder am Wochenende rufen alkoholisierte Menschen an, die meinen, du stehst jederzeit Gewehr bei Fuß, um dich genau in dem Moment als Trostspender zu benutzen und dir die Ohren voll zu singen.

„Aber ich muss doch helfen. Deswegen bin ich doch im Blauen Kreuz ...“ Von wegen. Das einzige, was ich muss, ist auf mich selber zu achten. Und das bringt mich jetzt zu einem letzten Aspekt und der Frage: Wieviel Sucht(-Verlagerung) steckt eigentlich in dem, was wir als Gruppen- und Vereinsverantwortliche tagtäglich tun?

Ich gebe es ungern zu – aber in meinem Fall war das letzte Jahr enorm belastend. Und ein „Nein-Sager“ war ich auch noch nie. Möglicherweise steckt eine gewisse Maßlosigkeit in vielen von uns drin. Einfach aufhören können ist schon aufgrund unseres früheren Suchtverhaltens eher schwierig. Loslassen – gaaanz schwierig. Kürzlich kam mir der Spruch über die Lippen: „Die einen kleben auf der Straße, die anderen an ihrem Gruppen-/Vereinsvorstandsstuhl.“ Der Patient sagt zum Arzt: „Herr Doktor, ich habe aufgehört zu trinken.“ Der Arzt erwidert: „Und mit was fängst du jetzt an?“ Und es ist ja auch richtig. Innere Leere und Nichtstun zerstören uns Menschen. Wir streben nach Sinn. Wir definieren uns auch über Beschäftigung. Umso wichtiger ist es, dass wir auf unsere Ressourcen achten.

Wahre Worte

Einer der bedeutendsten Mönche des Zisterzienserordens, Bernhard von Clairvaux, schrieb an den früheren Mönch, Papst Eugen III: „Ja, wer mit sich selbst schlecht umgeht, wem kann der gut sein? Denk also daran: Gönn dich dir selbst. Ich sage nicht: Tu das immer, ich sage nicht, tu das oft, aber ich sage: Tue es immer wieder einmal. Sei wie für alle anderen auch für dich selbst da, oder jedenfalls sei es nach allen anderen.“

Die Arbeit im Blauen Kreuz ist bereichernd, anregend, spannend und auch fordernd. Mit diesen Gedanken bin ich jetzt beim Jahresthema 2023 angelangt: „Hinsehen, ansehen, mehr sehen.“ Für mich das beste Jahresmotto überhaupt. Ich würde es nur noch um ein Attribut ergänzen wollen „In dich hineinsehen.“ Lasst uns das öfter tun, damit wir auch weiter die segensreiche Arbeit für von Sucht betroffene Menschen und ihre Angehörigen leisten können. Das wünsche ich uns allen. Ob Haupt- oder Ehrenamtlichen. Dafür, denke ich, hat uns Gott gerettet. ■

Jürgen Ungerer,
Blaues Kreuz Neustadt an der Aisch