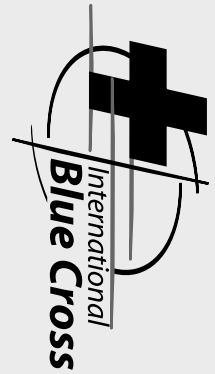


Ein-Sicht



Informationsblatt des Blauen Kreuzes in Österreich
Christliche Suchtkrankenhilfe

Nr. 180

GZ 03Z034888 M

Juni 2009

www.blaueskreuz.at

"Ein gläubiger Wiederholungstäter"

Ich bin mit 41 Jahren vom Alkohol durch das Eingreifen Gottes in mein Leben befreit worden und stehe seither Tag für Tag unter seinem Wort und bin mir bewusst, dass Er mir ein fast normales Leben damit geschenkt hat. Jahrelang habe ich ohne große Mangelerscheinung abstinent gelebt, doch mit Erreichen meines 70ers kam mir die "Einsicht", ich müsse nicht bis an mein Lebensende, das vielleicht nicht mehr allzuweit entfernt liegt, abstinent bleiben und will mein "Asketendasein" nicht weiterführen, sondern jetzt endlich auch "was vom Leben haben."

Bitte Siebzigjährige, folgt meinem

Beispiel nicht! Ich habe es bereut und quäle mich manchmal mit verschiedenen Fragen, die meine Gesundheit und natürlich meine Stellung zu meinem Schöpfer betreffen. So hat sich mein sportlich gestählter Körper in die Breite entwickelt - manche sagen zwar, ich sei immer noch schlank - und Sportlichkeit und Gelenkigkeit sind schnell schlechter geworden. Im Haus und in der Freizeit habe ich zwei "Leidensgesellen", die natürlich mein Bekenntnis zu Jesus hören, aber weit davon entfernt sind, auch diesen Weg zu gehen, weil sie viel lieber in fröhlicher Suchtrunde den Becher leeren. Und wenn jetzt meine Alko-

holikerfürsorge manchmal darin besteht, dass ich sage: "Jetzt ist es aber genug!", so weiß ich, dass ich damit niemanden und auch nicht mich selbst von diesem Teufel befreien kann. Natürlich weiß ich, dass liebe Menschen mich im Gebet begleiten und ich will diesen Dienst nicht beleidigen, indem ich mich besser mache als ich bin, und dass Gott mich besser kennt als ich mich selbst, und ich sehr von seiner unendlichen Gnade Tag für Tag dieses Leben leben darf als begnadeter Sünder. Bitte folgt nicht meinem Beispiel! Es ist besser mit dem Herrn sein Genüge zu haben als alle Gaben dieser Welt zu gebrauchen." (G.E.)

Leben in Freiheit (Christian Riedel)

HERR,
Du willst mich befreien aus allen Zwängen,
die mich so oft im Leben beengen.
Du willst mir Freude und Friede schenken,
und meinen Schritt auf festen Grund lenken.
Du willst meine Fesseln lösen
und mich bewahren vor dem Bösen.
Du hast mich herausgeholt aus
meinem sündigen Leben,
und mir neue Freiheit in Dir gegeben.
Nur Du konntest dieses Wunder an
mir vollbringen,
deshalb will ich Dir als Dank dienen
und lobsingen.

HERR,
und doch sieht mein wirkliches Leben
oft anders aus:
Voll Sünde und immer wieder bricht
der „alte Mensch“ heraus.
Ich bau' wieder Mauern um mich herum,
um meinen Egoismus zu stärken,
o wie dumm.
Auch schlechte Gewohnheiten
nehmen mich wieder gefangen,
und bringen statt Befriedigung doch
nur Unruhe und Bangen.
Den Menschen spiel' ich gern ein
heiles Leben vor
und sitz' doch mitten in einem
Scherbenhaufen, ich Tor.

Wenn ich gefragt werde: „Wie geht es Dir?“,
so sage ich: „Danke gut“,
und bin doch innerlich zerrissen und
ohne Mut.

HERR,
bitte hilf mir Du: nach meiner
Erkenntnis zu handeln
und nicht in meinem sündigen
Leben weiter zu wandeln.
Ich will nicht bleiben der Sünde
Knecht,
hilf mir zu leben mein Christsein
ECHT.
Dein Wort sagt:
WEN DER SOHN FREI MACHT,
DER IST WIRKLICH FREI.
Abba, Vater, bitte hilf mir dabei.

WUNDERBLIND

„Eigentlich schade.
Nie habe ich so ein richtiges Wunder erlebt
in meinem ganzen langen Leben.
Dabei war ich doch immer ein ordentlicher Christ,
der sich bemüht hat.
Wenigstens einmal so ein richtiges Wunder,
ein nennenswertes, ich hätte mir das schon verdient“.
Das dachte er wieder einmal bei sich an so einem Abend.

Dass er gesunde Kinder geschenkt bekommen hatte
er hatte auch nicht einen Cent bezahlt dafür
er erkannte das Wunder nicht.

Dass seine Ehe bis zum Ende hielt
er hatte nicht viel getan dafür, ehrlich
er erkannte das Wunder nicht

Dass er nach seiner Kündigung nicht in den Abgrund der Verzweiflung gestürzt war
und der bot sich tatsächlich an
er erkannte das Wunder nicht

Dass er nie wirklich ernsthaft krank war
Bei seiner Lebensführung keine Selbstverständlichkeit
er erkannte auch dieses Wunder nicht.

Jenes Leid,
das ihm erspart geblieben war,
er erkannte es nicht.

Jene Wunder, die geschahen,
bevor er sie gebraucht hätte,
bevor er sie ersehnen,
erbeten,
erleben konnte,
er kannte sie nicht.

So meinte er wieder an diesem Abend
auch nicht ein wirkliches Wunder erlebt zu haben.

Aber wir, wir wissen es.
Wir wissen es zu schätzen.
Wir sind Gott dankbar für jedes einzelne
sehr große Wunder in unserem Leben,
ganz bestimmt.

(Fritz Pflügelmeier)

Warum trinken wir Alkohol?

Bestimmt hat jeder irgendwann im Leben bereits einmal Alkohol getrunken. Vielleicht nicht nur, weil er uns geschmeckt hat, sondern aus vielen anderen Gründen.

Alkohol hat viele positive, jedoch auch viele negative Wirkungen, die oft nicht gesehen werden. Nach dem Genuss von Alkohol fühlen sich viele entspannter, lockerer, sie finden leichter Kontakt, sie können Belastungen in Familie und Beruf leichter ertragen. Es kann auch das Gefühl der Selbstsicherheit eintreten. Alkohol wird deshalb zur Entspannung, zur Verbesserung der Stimmung und Geselligkeit, aber auch zur „Selbstmedikation“ eingesetzt.

Ein großer Teil der Bevölkerung kann problemlos mit Alkohol umgehen, jedoch 10 bis 15% der Erwachsenen bekommen einmal im Leben durch Alkohol ernste Probleme, zum Beispiel berufliche oder familiäre Probleme oder ernsthafte gesundheitliche Folgeschäden. Rund 3% der österreichischen Bevölkerung sind alkoholkrank, das sind rund 330.000 Personen.

Edda Warnold

Suchtkrankenhelferseminar Teil 2 (Birgit Schöfer)

Es war wieder einmal so weit. Wir trafen uns in Kremsmünster mit dem Hauptthema „**Co-Abhängigkeit**“. Wir waren wieder eine kleine Gruppe von sechs Leuten. Das ermöglichte uns ein intensives Arbeiten.

Am Freitagvormittag besuchten wir das **Therapiezentrum Traun**. Dort konnten wir Prim.Dr.Fischer viele Fragen stellen und Einblick in seine Arbeit bekommen. Am Samstag erzählte uns Pfarrer Joachim Hasenfuß, wie Jesus Menschen begegnet. Beispiel hierfür waren die zehn Aussätzigen. Anschließend wurde uns von Dr. Johanna Oberlchner der medizinische Teil der Sucht und ihre Behandlungsweise erklärt. Nach den

Referaten über die Familienkrankheit Alkohol durften wir unsere Fähigkeiten in der „Familie“ (Gruppe) ausprobieren und die Beratung üben. Die Abende verbrachten wir in Gemeinschaft und sehr gemütlich. Am Sonntag hieß es dann leider schon wieder Abschied nehmen. Im Gepäck befanden sich auch praktische Hausübungen.

Ich wünsche Euch noch eine schöne verbleibende Zeit und Gottes Segen bis zu unserem nächsten Wiedersehen im Juni, Eure Birgit

Kegelabend Traun-Wels

Am 04.Mai trafen sich knapp 20 Gruppenmitglieder aus Traun und Wels zu einem lustigen Kegelabend. Im Mittelpunkt standen die Kommunikation untereinander und die „sportliche“ Betätigung. Trotz der Amateure läutete es einige Male bei „allen Neunen“ und einem „Kranz!“. Leider war der Abend sehr schnell vorüber, und so wollen wir weitere Gruppen überschreitende Aktivitäten fortsetzen.

Geplant sind: Fahrradausflug (Sternfahrt), Almwanderung und Grillparty bei Familie Blum.

- ❖ **Dank** für die heurigen SKHS Teilnehmer, die die Thematik Alkohol sehr ernst nehmen
- ❖ **Dank** für die gute Zusammenarbeit zwischen den o.ö. Gruppen
- ❖ **Bitte** um Teilnehmer für die Wanderwoche, das August-Seminar und das Glaubensseminar im November
- ❖ **Bitte** um Begeisterung und Liebe, Betroffenen und Angehörigen zu helfen
- ❖ **Bitte** um Sponsoren, um einen hauptamtlichen Mitarbeiter einstellen zu können



Herzliche Gratulation zur treuen Mitgliedschaft!

45 Jahre: Paula Strnad, Braunau
25 Jahre: Ingeborg und Umberto Pacchiani, Mitterbach
10 Jahre: Grete Mitterbacher, St.Margarethen
 Dr.Edda Warnold, Wien
 Maria Wutte, Weißensee
 Willi Andres, Salzburg
 Helmut Baumeister, Kirchberg

Jutta Weber, Salzburg
 Michael Weiß, Windischgarsten
 Gerti Maslo, Wien
 Martin Pernat, Henndorf
 Hildegard Roider, Straßwalchen
 Johann Habetseder, Badhofgastein
 Irene Miggitsch, Riegersdorf

Termine:

- 13.-18. Juli** *Bade- und Wanderwoche in Weißbriach*
- 24.-28. Aug.** *Wochenseminar Alkohol in Kremsmünster*
- 16.-20. Sep.** *Besinnungstage Stift Göttweig*
- 12.-15. Nov.** *Glaubensseminar (Subiaco, Kremsmünster)*

Buchrezension

Stephan Sigg: Scheibe ...dumm gelaufen

(Blaukreuz Verlag Bern) – 13 Euro.

Stephan Sigg hat verschiedene Szenen aus dem Alkoholalltag junger Leute humorvoll in Szene gesetzt. Das Taschenbuch eignet sich gut zum Weitergeben, weil es auf unbefangene Weise auf die Problematik des „Zuviel“ und deren Folgen aufmerksam macht. Einziger Kritikpunkt: Einige wenige schweizerische Ausdrücke sind bei uns nicht bekannt!

13 Jahre ist es her

Dennoch da war mir klar
dass ich den Jahrestag übersah.
den ich mir zu Hause immer schön
gemacht,
den Tisch geschmückt
und mir selber eine Freude gemacht.
Dachte nach, wie kann das
passieren?
Aber für mich war es sehr positiv,
da der Alkohol weit weg von mir
ist.
Da danke ich Gott dafür
wir schaffen es, er geht mit mir.
Mein Leben war nicht immer leicht

Das Gute ist,
wenn man nicht zum Alkohol greift
Man kann sich auf was anders
versessen
um die Sorgen wieder zu
vergessen.
Für mich ist wichtig,
vorwärts schauen
dem Vergangenen nicht
nachzutruern.
Heute wird gefeiert in der Gruppe
machte schon in aller Früh,
Backe backe Kuchen.
Schön soll der Abend ausklingen

möchte allen Danke sagen
die hier die Montagabende
verbringen
Wäre traurig wenn's mal so wär,
gäbe es unsere Gruppe nicht mehr.
Mit aller Achtung
möchte ich mich bedanken
dass ich heute so bin,
wie man sein soll
ich fühl mich wohl.
Ich freue mich richtig
und bin selber stolz auf mich.
18. März 2009 Hilde R.

Redaktionsschluss für Ein-Sicht 181 15. Juli 2009

Leserbriefe, Berichte und Gebetsanliegen sind erwünscht!
Herausgeber Blaues Kreuz in Österreich, Dieter Reichert,
und Versender: 4600 Wels, Kaiser Josef Platz 16b, Tel. 07242-465-19

Redaktion: Christine Reichert, 4600 Wels, Kaiser Josef Platz 16b,
Tel. 07242-465-19, christine@reichert.at

Druck: Birner Druck, 4615 Holzhausen, www.birnerdruck.at

Blattlinie: Wissenswertes für Alkoholabhängige, deren Angehörige und
Interessenten. Finanziert durch freiwillige Spenden

Unsere Konten: BOS Linz 411-3791/00 (BLZ 15000)

Ortsverein Wien: Raiffeisenbank Wien 4.560.421 (BLZ 32000)

PZD Nr. 61203L820

P.b.b. Verlagspostamt 4600 Wels

**LIEBER HERR BRIEFTRÄGER! Wenn der Empfänger verzogen ist, bitte nach
Möglichkeit mit neuer Anschrift an das POSTAMT WELS zurückgehen
lassen! Danke!**