

Suchtverlagerung

Wir alle die hier sind, sind entweder süchtig, oder Angehörige von Suchtkranken. Die meisten von uns sind Alkoholiker.

Viele von uns wären wohl nicht hier, wenn sie nicht erkannt hätten, dass die Sucht sie, oder ihren Angehörigen so sehr im Griff hatte, dass sie nicht mehr in der Lage waren, ein selbstbestimmtes, verantwortungsvolles und glückliches Leben zu führen.

Wenn wir jedoch ein abstinentes Leben in Bezug auf ein bestimmtes Suchtmittel beginnen, sind die Ursachen die hinter dem süchtigem Verhalten stehen noch lange nicht verschwunden.

Deshalb ist Suchtverlagerung für alle von uns ein Thema, das wir nicht unterschätzen sollten.

Ich habe mich für dieses Thema entschieden, da ich selbst von einer Sucht in die nächste getrudelt bin und mir und anderen dadurch viele Jahre geschadet habe. Vielleicht wundert sich der eine oder andere über den Zugang, den ich zu diesem Thema wähle. Um uns darauf einzustimmen möchte ich jetzt, dass wir uns gemeinsam ein Lied anhören.

Liedtext: Auch eine weite Reise beginnt mit dem ersten Schritt

Viele Menschen frieren
sehnen sich nach Nähe,
wo verbirgt sich Sonne,
die sie wärmen kann?
Tappen wie im Nebel,
scheinen fast verloren,
kämpfen gegen Angst und Hoffnungslosigkeit.

Manche schwere Lasten
Hindern uns am gehen
Leistungsdruck und Macht
Und Konsumzwang quälen uns

Sterne lasst uns suchen
Die den Weg uns weisen
Sterne, denen wir uns restlos anvertrauen.

Auch eine weite Reise beginnt mit dem ersten Schritt

Brechen wir auf und wandern wir
Zuerst in das eigene Herz
Zuerst in das eigene Herz

Gehen wir auf die Reise
Nehmen wir nichts mit uns
Sie führt uns nicht fort,
sondern in das eigne Herz
lassest uns aufspüren,
was uns wirklich gut tut
Lauschen wir ganz tief
Unserer inneren Stimme zart.

Unser treuster Freund,
Gott ist Mensch geworden
Seine frohe Botschaft
Gibt uns neuen Mut.

Ändert euer Denken
Wandelt euere Herzen

Ihr findet das Glück
Wenn ihr euch ganz Ihm hingebt.

Auch eine weite Reise beginnt mit dem ersten Schritt
Brechen wir auf und wandern wir
Zuerst in das eigene Herz
Zuerst in das eigene Herz
Zu Dir oh Gott.

Text und Musik: Pater Josef Pilchler

Auch eine lange Reise beginnt mit dem ersten Schritt. So heißt es in diesem Lied. Auf die Krücke Alkohol zu verzichten, kann so ein erster Schritt sein.

Nun wird es aber wichtig, dass wir uns nicht bewusst oder unbewusst, **neue** Krücken hernehmen und somit **wieder** nicht lernen, **den Weg** zu gehen, der uns nur **ohne** Scheinhilfen möglich wird zu gehen.

Meine tiefste Überzeugung ist es, dass wir alle bereits süchtig auf die Welt kommen. Gott, der uns erschaffen hat, will, dass wir eines Tages erkennen, wovon wir **wirklich** abhängig sind und uns so von allen anderen - unguten Abhängigkeiten - nach und nach befreien. So sind wir von Anfang an bereits abhängig von Sauerstoff, der richtigen Ernährung, von Wärme, Licht, Zuwendung und Liebe. Wenn wir eines dieser Faktoren nicht in ausreichendem Maße erhalten, werden wir krank. Suchtmittel sind nichts anderes als Krücken, die uns zeitweise das Gefühl vermitteln, dass es uns richtig gut geht. Wir fühlen uns glücklich und zufrieden. Aber wie lange? Unser Leben ist eine Reise durch die Zeit. Für den einen ist sie kürzer, für den anderen länger.

Es gibt Menschen, die diese Reise unbedingt ganz alleine gehen wollen, ohne einen liebevollen Reisebegleiter, von dem sie sich nur gegängelt fühlen würden.

Wie alle anderen Menschen auch machen sie viele Erfahrungen. Manche **schlechte** Erfahrung könnte ihnen jedoch erspart geblieben sein, hätten sie sich dem Reiseleiter anvertraut. Unser Schöpfer selbst möchte uns auf unserer Reise durch die Zeit gerne dieser Begleiter sein. Er zwingt uns aber nicht, seiner Route zu folgen. Er lässt uns die Wahl.

Wenn wir erkannt haben, dass wir in unserem Leben etwas falsch gemacht haben, können wir jederzeit zu ihm umkehren. Und zwar immer und immer wieder. Jedes weglassen einer uns immer mehr schwächenden Krücke - und was anderes sind Suchtmittel nicht - ist ein weiterer Schritt in die richtige Richtung auf dem Weg eines erfüllten Lebens.

Was aber kann uns alles zur Krücke werden?

Alles kann uns zum Suchtmittel werden. Alkohol, Nikotin, Konsum, Essen, Fernsehen, Sex, Spielen, ja selbst die Religionen. Alles kann als Droge missbraucht werden und uns somit wieder schädigen, obwohl wir uns doch anfangs so gut damit gefühlt haben. Gott will, dass wir erkennen, dass er uns erschaffen hat, und somit auch weiß, was uns wirklich fehlt und auf Dauer zum Segen sein wird. Denn unser Schöpfer möchte, dass es uns wirklich und **auf Dauer** gut geht.

Um das erkennen zu können, brauchen wir ein aufrichtiges Gegenüber, das uns ernst nimmt und uns liebt. Wir brauchen Gemeinschaft. Und dazu möchte ich jetzt noch mal ein Lied anbieten, das uns einstimmen soll in die Diskussion zu Thema Suchtverlagerung.

Liedtext:

Ich komme zur Ruh

Ich komme zur Ruh
In mir wird es still,
weil ich dir „liebes Du“ begegnen will.

Seit Jahren schon such ich vergeblich oft nach Dir,
nach Glück, nach Erfüllung, Geborgenheit in Dir,
je mehr ich erreichte, je mehr ich begehrt,
irgendwo blieb's in meinem Herzen leer.

Ich komme zur Ruh
In mir wird es still,
weil ich dir „liebes Du“ begegnen will.

Mit Dir hab ich Freuden und Nöte durchgemacht,
die Ängste durchstanden in mancher dunklen Nacht
Du hast mich geführt, durch Schatten zum Licht,
doch das endlose Glück erreicht' ich nicht.

Verbote missachtet, Gefahren ignoriert,
Riskierte Gesundheit, verblendet und verwirrt.
Ich kämpfte um Frieden, um Freude und Glück
Doch es blieben Enttäuschungen zurück.

Manch Augenblick sah ich den Himmel offen steh'n,
ein liebender Mensch hat mich zärtlich angesehen'n,
durch ihn hab ich Deine Liebe gespürt,
hast durch ihn meine Seele zart berührt.

Ich komme zur Ruh
In mir wird es still,
weil ich Dir „liebes Du“ begegnen will.

Die Sehnsucht nach Dir hab ich lange unterdrückt.
Verloren, verdrängt oder kaum in mir verspürt.
Es fehlt mir an Zeit an Kraft und an Ruh,
zu Begegnung mit Dir „dem wahren Du“.

Hab Dank für die Freiheit, die reifer mich gemacht,
hab Dank Du verzeihst, was ich fehlerhaft vollbracht.

In Dir find ich Ruh, in Dir werd ich still,
was ich will, find in Dir sein letztes Ziel.
In Dir find ich Ruh, in Dir werd ich still,
was ich will, find in Dir sein letztes Ziel.

Text und Musik: Pater Josef Pilchler

Abschlussgedanke:

Ich wünsche mir für uns alle, dass wir von allem frei werden, was uns daran
hindern könnte unser lohnendes Ziel zu erreichen.

Jutta im Oktober 2004
ein Mitglied des Freundeskreis Westallgäu