

„Losgehen lohnt sich?!“ Unter diesem Motto stand die 3. Landeskonferenz des Blaukreuz Landesverbandes in MV am 10. September 2017 in der St. Nikolai Kirche in Wismar. Ja, lohnt sich das Losgehen denn noch? Diese Frage muss sich natürlich jeder selbst beantworten, aber unser Landesreferent Matthias Kohlstedt hat uns mit der Predigt zum Thema „Steh auf!“ wieder ganz neuen Mut dazu gemacht. Egal in welcher Situation man gerade steckt und/oder welche Angebote einem gemacht werden. Es kommt drauf an, dass ich mich entscheide etwas zu ändern und losgehe! Nur dann können sich Situationen ändern und Angebote in Anspruch genommen werden. Und das es sich lohnt, haben

wir an einem beeindruckendem Lebenszeugnis von Janett gehört und an denen gesehen, die zum Rettungsspsalm und -lied nach vorne gegangen sind! Und auch am Nachmittag

tag haben wir durch die Ehrungen von langjährigen Abstinenzlern erlebt, dass es sich lohnt. Die Lieder und Texte von Peter Englert, haben das ganze musikalisch unterstrichen. Ein Fachvortrag von Ulrich Klawitter zeigte uns, dass sich das Ehrenamt auch heute noch lohnt und man(n)/frau sich was zutrauen darf. Mit Kaffee und Kuchen haben wir diesen Tag ausklingen lassen und können sagen: „Es hat sich gelohnt!“ an diesem Tag dabei zu sein!

Beeindruckt hat mich aber auch noch die Kirche, in der sonst oft „kahle“ Stellen wunderbar gestaltet wurden und zum Nachdenken angeregt haben. Ganz besonders fasziniert war ich von einem kleinen bunten Häuschen, das in einer Nische stand. Ging man aber hinein, wurde einem der „Seelenmüll“ vor Augen geführt (einige fragten sogar, ob das Blaue Kreuz dieses Haus gestaltet hätte).

Ja, wie oft sieht von außen alles schön und toll aus, aber in uns ist Chaos und Müll!? Viele Menschen sind Meister der Masken! Ist es das wert? Authentisch leben und immer wieder losgehen, sich aufmachen zu einem wahren ICH, Begegnungen mit mir selbst und mit meinem Schöpfer nicht zu scheuen, aber auch das Erlebte an andere weitergeben und teilen, das sollten wir uns immer wieder auf die Stirn schreiben! Und dann kann die Seele von all dem Müll befreit werden!

Annemarie Prillwitz
Mitarbeiterin der
Blaukreuz-Geschäftsstelle in MV

TERMINE 2018

18. - 25.02.2018 **Besinnungswoche in Sellin**
- 10.03.2018 **Fachtag Sucht in Waren**
- 07.04.2018 **Vertreterversammlung (VV)**
16. - 21.05.2018 **Zeltwoche in Serrahn (incl. Jahresfest am 20.05.)**
- 03.11.2018 **Vorstände- und Mitarbeiterkonferenz (VMK)**
mit Jürgen Naundorff
- 11.-18.11.2018 **Besinnungswoche in Sellin**
- 18.-25.11.2018 **Besinnungswoche in Sellin**

SPENDENKONTO
des Landesverbandes MV

KD-Bank Dortmund
IBAN: DE87 3506 0190 1013 9930 80
BIC: GENODED1DKD

HERAUSGEBER

Blaues Kreuz in Deutschland e.V.
Landesverband Mecklenburg-Vorpommern
- Geschäftsstelle -
18292 Kuchelmiß, Rosenthaler Weg 9
Mail: m.kohlstedt@blaues-kreuz.de
www.mecklenburg-vorpommern.blaues-kreuz.de

SPONSOREN

BEGEGNUNGSGRUPPE
in ihrer Nähe

(bitte Aufkleber oder Stempel)

Wer diese „Blaue Post“ regelmäßig beziehen möchte,
melde sich per Post oder Mail beim Herausgeber!

BLAUE POST

aus dem BKD-Landesverband Mecklenburg-Vorpommern



Bildrechte: Fotolia.de © De Visu (Titel); © twinsterphoto

AUF KURS BLEIBEN

Kürzlich merkte ich in einem Fachvortrag anhand der Geschichte vom Untergang der Titanic, dass es erstaunliche Parallelen zu unserem Leben, auch zur Suchterkrankung gibt. Dieses Beispiel faszinierte mich und hat mich dazu gebracht, dass ich ein eigenes Referat dazu ausgearbeitet habe. Damit habe ich in den letzten Wochen schon einige Blaukreuz - Begegnungsgruppen „beglückt“. Beim Referieren darüber erschließen sich mir diese Zusammenhänge immer mehr. Fast jeder weiß, dass die Titanic nach ihrem Bau um 1912 als eigentlich unsinkbar galt. Dass sie nach dem Stand der modernsten Technik gebaut war, u.a. auch mit Sicherheits-schleusen, die im Notfall eindringendes Wasser in unterteilten Kammern aufhalten können. Aber an den Ernstfall dachte eigentlich nicht wirklich jemand. Zumal es auch noch um die Erringung des Blauen Bandes für die schnellste Überfahrt nach Amerika gehen sollte. Der Kapitän war sich bei diesen Voraussetzungen mehr als sicher, dass nichts passiert. Deshalb wagte er auf der Nordatlantikroute diese Fahrt, obwohl er über das Vorhandensein von vielen Eisbergen und Treibeis informiert war. Aber was sollte schon passieren? Die erstaunlichste Tatsache bei dieser Schiffskatastrophe ist für mich, dass die Kollision mit dem Eisberg (unter der Wasseroberfläche!!!!) ca. 2 km vor der Stelle geschah, an der der Eisberg sichtbar aus dem Wasser emporragte. Ist es in unserem Leben nicht manchmal ähnlich? Genau wie in der Suchtentwicklung? Es gibt einen Crash im Vorfeld der Katastrophe,

oder auch zwei, oder drei... aber wirklich ernst wird dies nicht genommen. Eigentlich ist doch auch noch gar nichts zu sehen. Da wird schon nichts Schlimmes passieren. Das bekomme ich wieder ins Lot; das „Lebensboot“ schlingert halt mal kurz, aber das ist keine wirkliche Katastrophe. Genau so dachte auch der Kapitän und ein Teil der Besatzung. Als das Schiff sich nach Stunden zur Seite neigte, war es zu spät! Die Warnsignale im Vorfeld der Fahrt wurden beiseite gewischt, ein Stück Selbstüberschätzung kam dazu, die Rettungsmaßnahmen für diese Fahrt waren unzureichend. Aber, was sollte schon passieren? Im Laufe meiner langen Therapeuten- und Referententätigkeit habe ich nicht einen einzigen Menschen getroffen, der mir gesagt hat, dass er suchtkrank werden wollte. Irgendwie dachte jeder, dass sein „Lebensschiff“ die Herausforderungen irgendwie gut meistern wird. Aber oftmals weit gefehlt. Die Gefahr verkannt, sich im Alltag verzockt, falsch beraten usw. Die Selbsthilfegruppen des Blauen Kreuzes und andere in der Suchthilfe tätigen Verbände und Gruppen in MV bieten Hilfe, Begleitung und eine besondere Form der Lebensberatung an: nämlich Berichte aus dem eigenen Leben, wie die Katastrophe des Untergangs verhindert werden konnte und ein „Schippern“ in ruhigeren Lebensgewässern möglich ist.



Matthias Kohlstedt
Blaukreuz-Landesreferent in MV

GEHEILT WERDEN AN LEIB, SEELE UND GEIST

Es gibt einen Liedtext, da heißt es: „Wir tragen viele Masken und haben kein Gesicht, wir sprechen eine Sprache, versteh'n einander nicht, wir leben in der Fülle und sind im Herzen leer, wir sehnen uns nach Stille, ertragen sie nicht mehr...“. Eine Maske: die manchmal schützt oder versteckt – oft haben wir Angst vor ehrlichen Beziehungen zu Anderen im Sinne von: „Wenn die wüssten, was bei mir los ist...“. Masken sind es, die das Offenwerden, das Ehrlichwerden voneinander verhindern. Gleichzeitig schützen sie mich aber auch in vielen Situationen vor zu viel Nähe und vor Nachfragen.

Wir alle tragen innerliche Verletzungen mit uns herum. Verletzungen, die uns das Leben, andere Menschen, oder wir uns selbst, zugefügt haben - durch Worte oder Gesten, Nichtbeachtung, Unterstellungen, runter geschluckten Ärger, ... „Verletzungen“ solcher Art bestimmen Zeiten unseres Lebens, egal ob in körperlicher, seelischer oder auch geistlicher Hinsicht. Kommen andere an unsere wunden Stellen ran, kann das zu Abwehrreaktionen oder schmerzhaften Erfahrungen führen. Obwohl die „Maske“ oft auch in Beziehungen stört, kann sie gleichzeitig auch „Schutz“ sein. Es gibt keinen Menschen, der Spaß daran hat, seine innersten Verletzungen und Wunden offen mit sich herumzutragen und zu jeder Zeit und mit jedem darüber zu reden. Wir versuchen durch Verdrängung oder im Projizieren auf andere, in der Verniedlichung, im Herunterspielen, im Überspielen durch Geschäftigkeit... damit fertig zu werden.

Körperlicher Narben sind abgeheilt und jede Narbe hat ihre eigene Geschichte, ich kann sie sehen, berühren, aber sie schmerzen nicht mehr. Wie ist es da aber bei seelischen / emotionalen oder geistlichen Verletzungen? Verletzungen, egal ob äußerlich oder innerlich, sind immer schmerzhaft, können ohne Behandlung Jahre / Jahrzehnte weh tun. Das Problem bei diesen Verletzungen ist, dass wir meistens versuchen, sie zu verbergen. Wenn uns da einer berührt, dann kann unsere „Seele“ zusammensucken und wir reagieren dann nach den uns eigenen Mustern. Und das kann in die Sucht führen, was selbstschädigendes Verhalten ist. Was aber wäre, wenn Gott dich von dem, was dir da an schmerzhaften Verletzungen bewusst wird, heilen wollte? Wenn er deine schmerzenden inneren Verletzungen, in Narben verwandeln wollte???

Komischerweise würden wir offene Verletzungen verbergen - aber Narben verbergen wir selten:

1. weil sie weniger bis gar nicht mehr schmerzen,
2. weil sie abgeheilt sind und
3. weil sie „eine Geschichte“ erzählen können.

Alle Wunden können heilen, allerdings müssen wir auch berücksichtigen, dass Wunden unterschiedliche Heilungsprozesse und Verläufe haben. Aber trotzdem kommen manchmal die Erinnerungen an diese alten Zeiten. Gott will immer das Gute für mich und Fehler, die ich in der Vergangenheit gemacht habe, Schuld, die ich in der Vergangenheit auf mich genommen habe, erzählt heute und hier nicht die eigentliche Wahr-

heit über mich. Wenn uns immer wieder die gleiche Schuld, der gleiche Kummer durch den Kopf geht, müssen wir uns erinnern und uns bewusst werden, dass das quasi so etwas wie „Phantomschmerzen“ sind, die uns runterziehen wollen, aber sie entsprechen nicht der Realität.

Die eigentliche Wahrheit über mich sind nicht die „Stimmen meiner Verletzungen“, sondern: **Ich bin geliebt und akzeptiert, ich bin wertvoll, ich bin einmalig** – weil ich von Gott gewollt bin!!! Wir dürfen diese Botschaft glauben, weil es Jesus uns in der Bibel sagt. Denn er weiß, wie es ist verletzt, geschlagen, verwundet, verraten und verlassen zu werden. Er weiß, wie es ist, wenn man Liebe gibt und Ablehnung und Hass bis heute noch empfängt. Wir müssen uns daran erinnern und uns diese Wahrheit vor Augen stellen: Aus den Verletzungen sind Narben geworden.

Lässt du zu, dass Jesus deine Verletzungen heilt und sie in Narben verwandelt – die dann eine Geschichte zu erzählen haben? Narben verbergen ihre Geschichte nicht, sie zeigen sie. Und wenn wir anderen von unseren (Lebens-)Narben erzählen, sie ihnen zeigen, können wir auf den Arzt Jesus hinweisen, der Gnade in jeden Riss unserer zerbrochenen



Seele und in jedes zerbrochene Stück Leben hineinfließen lässt. Offen über mich reden macht mich u.U. auch verletzlich, aber es kann dadurch auch sein, dass bei meinem Gegenüber Hoffnung wächst und ein Heilungsprozess beginnt. Für viele von uns sind Narben vielleicht eine Schwäche, oder peinlich, aber wenn Jesus selbst sie nach seiner Auferstehung noch hatte, gehören sie wohl zu unserem Menschsein dazu, weil sie etwas von unserer Lebensgeschichte erzählen, von Siegen und von Verletzungen, die wir überwunden haben. ER fragt dich und mich: „Willst du wirklich gesund werden?“ Wenn ja, dann gibt es den Arzt Jesus und sein „Bodenpersonal“ (Gemeinde, Selbsthilfegruppe), die dir auf diesem Weg helfen wollen. Und: keine neue Verletzung soll mich in die Tiefe ziehen, weil ER mich festhält und heilt - immer und immer wieder.