



alternativ

Gruppeninitiative im Kreuzbund Berlin

LEITARTIKEL

Januar 1981

Et hat ja eigentlisch noch 'n bißcken Zeit mit meene Memoiren, aba ick muß det ma so unheischwagna verkünden: **J e t z t r e ' d e i c k ! !** Der Jrund, det ick ma wieda meene unmaßjebliche Meinung hier ablassen muß, is foljendes:

Hat mir doch neulich nach de letzte Numma von "Alternativ" eener jeschacht, det wär nich jut, det wa ooch uns're dreckje Wäsche in det Blatt waschen, also det Wolfhard nich mehr mitwaschen, äh, mitmachen will, weil er ubafordert is, oda sich so fühlt, oda wat weeß ick. Ick dürf euch det so deutlich nochma verklickern: Det Blatt hier is von uns, für uns, mit uns, über uns (jetzt wunda ick mir aba doch, et wa doch imma vierma "uns"). Det bedeutet: Hier wird jelebt, hier passiert wat, hier is "Äktschen". Im Jejensatz zu bei euch. Nu habta mitjekriegt, det "Alernativ" nich pünktlich mit die Nr. 8 rausjekommen is, weil die Stütze der Redaktion (war er wohl tatsächlich, denn diesma hat's ja ooch kaum jeklappt) 'n bißcken plötzlich wegjerannt is. Ick hätt ja nu erwartet, det sich wat rührt in die jröße Lesajemeinschaft. Ick nöрте imma, et wär schade, wenn die Zeitung nich mehr kommt. Vielleicht bejreiffta det ma, det dit eure Sache is. Wenn ihr uffhört zu schreiben oda noch jar nich anjefangen habt, haben wa keene "Schangs" mit "Alternativ", oda solln wa wirklich anfang so unheimlich wichtje und lehrreiche Sachen nachzudrucken, det Alex der Jröße wahrscheinlich ooch 'n Spritbirne wa?

Ma wat andret: Wenna inne Gruppe sitzt, sagen wa'n Jahr und de janze Zeit is keen Nachschub jekomm, keen Neua hat seine Plattbeene uba eure einladende Schwelle jesetzt, wat passiert'n da inne Gruppe????????????? Sehta, so jeht et uns ooch!!! Wir brauchen Leute mit neue Ideen und Einfälle, Kommt und bringt Kritik mit, damit wir uff andre Jedanken kommen. Wenna mitarbeiten wollt, et findet sich bestimmt wat. Vielleicht kriegen wa de nächste Numma wieda pünktlicher raus. Ick dacht ja fast, wir schaffen's nich, diesma.

Dieter

Kontaktadresse: Deitmerstraße 3 - 4

Man könnte sagen "Der Nikolaus heißt Wolfgang Giertzuch"!!

Die Überraschung war auch wirklich gelungen: Grüßen-Adventsfeier beim Kerzenschein in der Deitmerstraße. Alle Freunde bekamen einen "Bunten Teller" an diesem Vor-Nikolaustag-Abend, auch die beiden "Alternativ-Redakteure". Sogar Pudelchen Eike durfte von den Schokokugeln naschen. "Dankeschön" für diese Stunden bei euch. Es ist schön zu wissen und immer wieder zu erleben, daß man in allen Kreuzbundgruppen bekannte Gesichter trifft und so herzlich mit einbezogen wird!! Am Höhepunkt des Abends saßen sich in gelöster, rauchblauer Runde hier gegenüber:

18 Jahre und 2 Monate Trockenheit und
187 Jahre und 8 Monate Saufzeit.

Das ist die alternative Definition von 27 Kreuzbundfreunden in zwei offenen gemischten Arbeitsgruppen.

Die Gruppe Deitmerstraße wurde im Oktober 1976 von Christiane Wewerka gegründet. Heute - vier Jahre weiter - sprinten noch 9 Freunde aus der Startzeit mit. Diese Gruppe hat zweimal "Junge gekriegt":

1979 teilte sich die Gruppe Bahnhofstraße in Lichtenrade ab und im April 1980 die Kaulbachstraße in Lankwitz.

In der Rosenkranz-Basilika hat diese Kreuzbundgruppe in der ersten Etage des Gemeindehauses viel Platz, so daß noch "Nachwuchs" kommen kann, sprich: eine dritte Arbeitsgruppe möglich wäre.

Viele, sehr viele Freunde haben die Deitmerstraßen-Gruppe auf ihrem Weg zur eigenen Verwirklichung, Selbstfindung, Trockenheit, besucht und kennen gelernt. Der Stamm, der heute, wie schon oben definiert besteht, hält eisern zu seiner Deitmerstraße.

Die Gruppenarbeit dafür leiten und leisten Helmut Schwarz und Klaus Helmchen.

Dezenter Hinweis für (neue) Leser: Hier in der Deitmerstraße ist mal die Idee für "Alternativ" geboren und die "Väter" sind noch immer aktive Gruppenmitglieder.

Mady und Uwe

Angemessene Hilflosigkeit

Es klingelt, klopft und klingelt
Sturm!! Ich wache auf, erschrocken,
sortiere meine Gliedmaßen, meine
Gedanken, meine Ängste, und öffne.
Vor meiner Tür steht Thomas, stock-
besoffen, rollt über mich hinweg,
schwankt durch meine Wohnung,
schreit seine Verzweiflung gegen die
Wände, gegen mich!! Sinnlos!! Alles
sinnlos!! Komm!! Laß uns Schluß
machen!! Laß uns uns aufhängen!!
Mein Tisch kippt um.

Qual! Das ganze Leben! Wozu???

Er findet Schnaps in meinem Kühl-
schrank, nimmt einen großen Schluck.
Wir reden. Er sagt mir seine Ge-
schichte. Ich höre zu. Irgenwie er-
scheint er mir in seinem Rausch
nüchtern. Ich höre zu, höre seiner,
Geschichte zu, würde gern etwas tun,
was ihm hilft, was seine Verzweif-
lung mindert, aber was kann ich
schon tun? Ich habe keine Handhabe.
Später, endlich später sitze ich
allein, mit mir allein in meinem
Zimmer und bedenke meine Situation.
Wie bin ich eigentlich dazu gekom-
men, mich mit Drogen und Drogenab-
hängigen auseinanderzusetzen?

Schon länger weiß ich, es nicht der
Zufall, daß ich an der Uni bei einem
Drogenprojekt mit mache und gezielt
in dieser Richtung weitergehen werde.
Meine eigene "Abhängigkeit" hängt
weniger an den sogenannten "harten"
Drogen, am wenigsten bei der "Hard-
drug" No. 1: Alkohol. Ich sehe sie
für mich im Nikotin oder in dem, was
ich "soziale Droge" nenne. Kein Zu-
fall deshalb, weil - heute weiß ich'
- mein Vater ein Säufer war/ist. Mag
sein, daß die brutalen Szenen im Fa-

milienleben, provoziert und durchge-
führt im Suff, bei mir eine unbewuß-
te Sperre gegen Alkohol errichtet
haben. Ich trinke nur wenig Alkohol,
verliere dabei nicht die Kontrolle.
Ich glaube auch nicht mehr daran,
daß es Zufall ist, daß nahezu die
Hälfte aller Menschen, die mir be-
sonders nahestehen, die ich mehr als
andere liebe, alkoholabhängig sind
oder "waren". Unvergeßlich bleiben
mir die Nächte, in denen ich wachlag
als Karin noch bei mir wohnte. Karin,
eine intelligente, sensible, schöne
junge Frau; liebenswert, die doch
stets einen Grund findet, zur Fla-
sche zu greifen. Auch in der Nacht,
wenn sie glaubte, daß ich schlief.
Wir sprachen des öfteren über Dro-
genabhängigkeit. Sie wollte nicht
von mir als Abhängige erkannt werden.
Sie selbst wußte schon längst Be-
scheid. Nachts fühlte sie sich unbe-
obachtet: schleichende Schritte in
die Küche, das Geräusche des Entkor-
kens, das gierige Schlucken, Nacht
für Nacht. Diese Tatsache versetzte
mich in hilflose Spannung. Verzweif-
lung siedelte sich bei mir an, Ver-
zweiflung, weil ich etwas tun wollte.
Geht aber nicht. Ich kann nichts tun.
Zermürbend! Härtend!
Froh bin ich, wenn ich in dieser
Zeitung von einem lese: Ich hab's
geschafft! Bin alkoholkrank, aber
trocken!! Seit einem Monat,
einem Jahr, zwei, drei, vier Jahren,
für ein ganzes Leben.
Ich wünschte, viel mehr Menschen
nutzten diese Chance!!

Barbara B.

Eigentlich.....oder besser:.

Wie lange noch???

Eigentlich wollte ich an dieser Stelle meinem Ärger mit Nachdruck Luft machen, Schimpfkanonaden gegen die Trägheit so mancher Trockensprittis loslassen, die Leute fest am Kragen fassen, die in den Gruppen ihre Rede immer damit beginnen:

"...ich hab da auf der Arbeit 'nen Kollegen, der hat's immer noch nicht begriffen;..."- eigentlich wollte ich diesen Artikel gar nicht schreiben, eigentlich wollte ich in meiner näheren Umgebung meine Wut aus dem Bauch pressen und danach mir einen schönen Tag machen.

Tja, eigentlich!

Aber ich schreibe dennoch, bin weiter wütend über ... Über wen eigentlich?

Eigentlich ganz allein über mich.

Ich Idiot rege mich darüber auf, daß so viele meiner trockenen Mitsprittis nicht den Mut haben, sich wenigstens einmal am Tag auf den Kopf zu stellen, keinerlei Anstalten treffen aus ihrem Teich herauszuhüpfen, um in sich den Prinzen oder die Prinzessin herausküssen zu lassen.

Eigentlich habe ich sowieso die Nase voll, habe keine Lust, mich vor anderen zu rechtfertigen, verspüre keinerlei Druck, mich ihrer Ironie zu stellen, habe es satt, für andere zu sorgen, für andere zu reden, für andere mich zu entseelen..

Ich will auch erst gar keinen Raum lassen für tragende mitmenschliche Interpretationen, etwa in der Art:

...siehst du, du kannst das Unterbewußtsein nicht betrügen...

...dein Kindheits-Ich ist vor deiner Eltern-Ich oder dein Erwachsenen-Ich ist vor deinem Kindheits-Ich auf der Flucht...

Ich kann das alles nicht mehr hören nicht M e h r!!!

Ich habe nicht vor dem Alkoholismus kapituliert, um mich dann in irgendwelche Heilslehren, fremdbestimmte Therapismen, vermeintlich ehrenhaft Verhaltensrezepte von Gruppenkollegen hineinzulegen, um wieder fremdbestimmt mit strammen "Glas beiseite" durch die nächste Lebenskurve zu driven.

Ich bin auch eigentlich nicht tugendhaft, nicht beständig angepaßt, bin eigentlich nicht mehr dazu geschaffen, um in meiner mir anerzogenen Mittelmäßigkeit zu verharren.

Ich will da raus. Nicht nur eigentlich, sondern ich - eigens ich - Hätte ich mir sonst die Mühe gemacht mit dem Saufen aufzuhören, hätt' ich sonst den Willen aufgebracht, dem Rauchen zu entsagen???????

Eigentlich wollte ich damit nämlich gar nicht aufhören und diesmal war auch keiner mehr da, für den ich das hätte tun können, um mir danach wohliger über den Kopf streicheln zu lassen wie einem braven Hündchen.

Eigentlich wollte ich nur nicht mehr abhängig sein und diese Erfahrung durch die Gruppen, in den Gruppen, über die Gruppen hinaus in die Welt schreien, schreiben und tun!!---

Eigentlich bin ich jetzt mit meiner ersten Wut am Ende.

Wenn nicht, ja, wenn nicht die Beantwortung der Frage: Wie lange noch in meinem Haus anstünde.-

Wie lange noch werde ich mich darüber ärgern, daß andere ihre Chance nicht nutzen, um aus ihrer Lebensgangschaltung zu springen, um aus ihrem Lebensgleis zu entweichen, auszugleisen - Wie lange noch????
Was mein Leben angeht, so werde ich mit Sicherheit in diesem Jahr keinen Monat länger warten um die Chance in mir wahrzunehmen.

Ich werde wieder einmal gegen meine Brust trommeln und das Echo in meinem Bauch vernehmen.

Ich werde nicht darauf warten, bis die neunmalklugen Statistiker oder Alko-Therapeuten einige "Kipplinge" wieder in die "Nässe" scheuchen

Ich werde nicht darauf warten, bis andere in die Tasten greifen, um ihren Seelenmüll und ihre Probleme dort hinausfließen zu lassen, wo er ursprünglich mal mit jedem "Glas zuviel" hineingekoppt worden ist. Ich rede, tue, verändere, setze mich durch, verhalte mich neu, rede wieder darüber, bis ich gelernt habe, meine Ängste zu überwinden.

Mag sein, daß du noch immer zögerst, etwas zu verändern.

Mag sein, daß die Frage "Wie lange noch"? für dich hier das erste Mal gestellt wird, also:

Wie lange noch willst du die anderen vorschieben, dein Leben zu bewältigen??

Wie lange noch willst du über andere reden, wenn du doch eigentlich dich selbst meinst???

Wie lange noch sind die anderen schuld an deinen miesen Gefühlen??

Wie lange noch willst du stumm vor dich hinstrocknen und leiden???

Wie lange noch willst du.....????

Wie lange noch.....????

Wie lange.....????

Wie lange.....????

Kurt

Gott hat uns den Verstand zum Denken und den Leib zum Arbeiten gegeben.

Er würde seine eigene Schöpfung verleugnen, wenn er uns gestattete durch das Gebet zu erlangen was durch Arbeit und Intelligenz erreicht werden kann.

Das Gebet ist eine wunderbare Ergänzung unserer Mühen, aber es wäre ein gefährlicher Ersatz dafür

Martin Luther King

Flower Power ... oder: Sag' mir, wo die Blumen sind

Mit der Vehemenz elementarer Naturgewalten trüfe mich das geschätzte Urteil des (ohne jeden Zweifel) wachen Leserintellektes, schriebe ich hier und heute über die Auswirkungen, welchen die Entführung meines Kanarienvogels auf die Stabilität meinem Innenlebens haben könnte. Nein, bei allem mir eigenen Aberwitz: Es geht um mehr. Verstehen wir uns richtig: Nichts gegen Kanarienvögel, gereichen doch unsere kleinen, gefiederten Stubensänger mit ihrem putzigen Schilpen und lustigen Terillieren unzähligen Menschen zur Freude. Auch von ornithologischer Symbolik mag hier nicht die Rede sein. Wie oft bezeichnete mich ein Tierfreund wohlmeinend als Vogelbesitzer (Du hast ja einen...) und umschrieb damit eher dezent die geistige Reconvaleszens meiner bescheidenen Wenigkeit. Nicht Vögel sind's, laßt Blumen sprechen (sofern vorhanden) wie der geneigte Leser in Kürze feststellen wird.

Zur Erklärung: Blume" ist sowohl in umgangssprachlicher als auch in fachlicher Terminologie ein durchaus korrekter Ausdruck für jene kleinen, mehr oder weniger bunten Dinger rein pflanzlicher Substanz, die in Feld, Wald und Wiese so vor sich hinwachsen. Nun ist "Alternativ" kein Fachblatt der Gärtnerinnung, und auch die Existenz von Pflanzen scheint wissenschaftlich hieb- und stichfest erwiesen. Ich versichere: Kein weiteres Wort entränge sich meiner Feder, gäbe es außer erwiesenen Wiesen nicht eben jenen Bezug zwischen Flora und Fauna einerseits und meinem Alkoholismus auf der anderen Seite. Ich erinnere an das berühmte Beispiel eines Alkoholikers, der trocken wird und zum ersten Male seit Jahrzehnten eine Blume am Rande eines Weges bewußt sieht, erlebt. Das erste Erlebnis hatte ich vor gut zwei Jahren während meines Aufenthaltes im "Spandauer Irrenhaus". Ich erinnere mich noch gut an das konzentrierte Angebot an Leben, am Erleben, welches dort meinen Aufenthalt prägte: Gruppen, Kontakte, Beziehungen, Erwartungen, Wünsche, Gefühle von Verzweiflung bis Euphorie, immer wieder Auseinandersetzungen, Aggressionen und Gespräche, der ständige Dialog mit mir selbst und anderen, in einem Wort: Leben, trocken und in einige Monate gepreßt. Gerade erholt von meinem Zweiten Delirium und völlig lebensuntüchtig war ich jenen Geschehnissen ausgesetzt wie ein Blinder, der im Berufsverkehr den Kurfürstendamm überqueren will. Es geschah häufig, daß meine Kraft ganz einfach zuende war. Die Luft ging mir aus, in mir war alles leer, ich konnte mich nicht mehr konzentrieren. Soe kam es vor, daß ich spät abends spazieren ging, allein mit mir, meinen Gedanken und der Stille um mich herum. Zum ersten male betrachtete ich Bäume und Pflanzen mit einer Aufmerksamkeit, die ich ihnen bislang nie hatte zukommen lassen. Ulkig: Ich sah so einen Baum (hier ist nicht vom Bundesinnenminister die Rede) und mir wurde bewußt, daß ich lebe. Ich begriff: Mensch, du lebst ja!! Um dich herum lebt es, und du hast das nie wahrgenommen! Auch jene Stille damals empfand ich erstmalig als schön und natürlich. Ich habe vor dieser "Spandauer Zeit" in meinem Leben niemals eine gute Beziehung zur Stille gehabt. Sie macht mir Angst, es war mir unmöglich, mit mir allein zu sein, ohne "Ablenkung". Es war einer jener unvermutet bewußten Augenblicke, in denen ich das Gefühl habe, daß sich ein geschlossener Vorhang öffnet, der sich vor meinen Augen, vor meinem Herzen befindet. Ähnliches wiederholte sich im Laufe der Jahre, als müsse für mich Hektiker immer wieder ehemals unbegreiflich erscheinendes begriffen werden: Mensch!! Du lebst ja!! In solchen Momenten sehe ich mich auf dankbare Weise verblüfft.

Ich bin froh, daß ich sehe, was ich sehe!!!

Christopher Lesko

Lieber Chris, sei uns nicht böse, wenn wir deinen Brief um einen Teil gekürzt haben. Wir haben lange darüber beratschlagt und des öfteren versucht, dich zu erreichen. Leider vergeblich. Ich hoffe, wir haben dennoch den Kern deiner Aussage getroffen. Danke für deine nachhineinige Zustimmung. Die Redaktion



Skat - Veranstaltung

Achtung!! Änderung

Dank der freundlichen Unterstützung des Vorstandes, konnten wir am 24.11.80 einen Preisskat veranstalten. Die mäßige Beteiligung von 17 Personen ließ zwar zu wünschen übrig, es hat aber allen viel Spaß gemacht. Klaus Helmchen war der strahlende Sieger eines Radiorecorders. Ich möchte darauf hinweisen, daß wir künftig den Spieltag (Canasta, Rommé, Skat, Doppelkopf usw.) auf Sonntag verlegen, und zwar ab 22.2.81. Wir spielen alle 14 Tage am Sonntag von 15 Uhr im Kontaktladen in der Elberfelder Straße. Genaue Termine unter meiner Telefon-Nr. 251 92 25

Wolfgang Giertzuch

Unsere nächste Redaktionssitzung findet am Sonnabend, dem 28. Februar um 15 Uhr im Kontaktladen in der Elberfelder Straße 9 statt. Wer "mitmischen" will, ist herzlich willkommen, Es wäre doch gelacht, wenn wir die Nummer 10 nicht pünktlich und noch besser zustande bringen würden! Also Tschüs bis zum "Treff" im Februar

Ich tippte diese Zeitung ab (ich war nicht zu beneiden).
Mit einmal kam mir in den Sinn: du bist viel zu bescheiden.
Was andre tun (das Schreiben hier) müßt dir doch auch gelingen.
Erfahrung hast du ja genug, sie zu Papier zu bringen.
Das nächste mal bin ich dabei, Ich geb' euch das Versprechen,
und die mich kennen wissen auch: Ich werd' mein Wort nicht brechen.

Uschi

Der Arbeitskreis "Frauenarbeit"
informiert:

Die nächsten Termine:

Mittwoch, den 25. Februar

Mittwoch, den 1. April

Mittwoch, den 6. Mai

jeweil um 19 Uhr gleiche Stelle
gleiche Welle im Kontaktladen in
der Elberfelder Str. 9, 1 Bln. 21
Wer Lust hat mitzumachen wende si
per Telefon an:

Heidelore Schulz	401 26 20
Delia Augustin	416 77 33
Mechthild Radde	313 84 42
Roswitha Kunkel	612 62 13
Karin Kohnke	414 36 59

Sonntagsdienst im Kontaktcenter

1.02.	Oldenburger Straße
8.02.	Techowpromenade
15.02.	Wilhelmsruher Damm
22.02.	Bahnhofstraße
1.03.	Deitmerstraße
8.03.	Alt-Tegel
15.03.	Alt-Lietzow
22.03.	Galenstraße
29.03.	Am Kiesteich
5.04.	Kaulbachstraße
12.04.	Briesestraße
17.04.	Auguste-Viktoria-Allee (Karfreitag)

Die ANSVAR - Versicherungsgesell-
schaft bietet günstige Konditionen
für Alkoholabstinenten. Informatio-
nen bekommt ihr beim Klaus
Telefon: 811 77 26

Impressum:

Herausgeber:	Madlyn Schneider	Tel. 851 29 42
	Klaus D. Funk	Tel. 811 77 26
	Uwe Jaster	Tel. 381 13 75
	Heinz Klug	Tel. 834 32 97
	Kurt Niere	Tel. 834 39 15

Kontaktadresse für Beiträge, Anzeigen, Termine:
Klaus Siebert
1000 Berlin 42
Burchardstraße 33

Druck + Layout: Albin Kraus 1000 Berlin 20, Blasewitzer Ring 10