



alternativ

Gruppeninitiative im Kreuzbund Berlin

Nr.18

Fünf Jahre

Sept.'82

Durch die örtliche Lage Spandaus bei Berlin wurde es erforderlich eine Kreuzbund-Gruppe in Spandau zu gründen.

Der Klinikleitung der heutigen "NKS" wurde somit einer Bitte entsprochen, dortigen Patienten die Möglichkeit zu bieten, ergänzend zur Therapie, die Gruppenarbeit im Kreuzbund kennen zu lernen.

Am 9.9.77 fand sich die noch heute dort fest etablierte Freundin Karla Loosen bereit, die KB-Gruppe Spandau, "Flankenschanze", zu gründen.

Der immer noch rege Zuspruch von Patienten der Klinik bestätigt, daß die Gruppe durchaus ihre Berechtigung hat.

Wenn diese Gruppe von vielen Freunden auch oft als Anlauf- oder Durchlaufgruppe des Kreuzbundes verstanden werden kann, so wird dies jedoch durch die Tatsache widerlegt, daß wir heute in drei Untergruppen in der Flankenschanze arbeiten, wobei Patienten od. Ehemalige der "NKS" (früher LNK Spandau) keinesfalls zahlenmäßig den Ausschlag geben.

Auch noch heute werden jeweils sonnabends von 16.00-17.00 h die Patienten der NKS auf der dortigen Station 5/6 von Freunden der Flankenschanze und vom Kiesteich in Spandau über die Möglichkeiten der Gruppenarbeit im Kreuzbund informiert.

Auch hier zeigt sich immer wieder, daß es lohnenswert war, den damaligen Entschluß zu realisieren.

Rückblickend auf die Jahre der Gruppenarbeit in der "Flankenschanze" muß ich sagen, daß es mir angebracht erscheint, auf diese fünf Jahre am 9.9.82 hinzuweisen.

Im altbewährten Gemeindehaus der St. Marien-Gemeinde, Spandau, Flankenschanze/Galenstr., sind freitags ab 18.00 Uhr jederzeit Freunde willkommen, welche den ehrlichen Wunsch haben, das Trinken aufzugeben und unter Gleichgesinnten Zufriedenheit und Trockenheit zu finden.

RUDI

A N G S T

Ich habe Angst, Angst vor mir selbst, weil ich mich nicht kenne!
Ich habe immer das Gefühl, alle erwarten zu viel von mir, da ich auch immer so tue, als könne ich es; ich bin noch nicht einmal Durchschnitt, Vor lauter Angst trinke ich, weil ich glaube, ich müßte den anderen beweisen, was für ein Kerl ich bin!

Ich darf nicht trinken, da ich nichts vertrage, das dürfen die anderen aber nicht wissen. Wenn ich etwas getrunken habe, wandelt sich meine Angst in Agression um. Ich muß jeden angreifen oder weh tun; ganz besonders den Menschen, den ich liebe!

Ich hasse mich dafür, selbst in diesem Augenblick, aber ich mache es trotzdem. - Warum?

Ich bin Alkoholiker, ich weiß es und gebe es aber nicht offen zu. Aus Feigheit habe ich auf anderen Gebieten Erfolg gesucht, weil ich dachte, daß dadurch meine Komplexe verschwinden würden. Jetzt, wo der Erfolg da ist, merke ich, es war umsonst! Die Wut darüber habe ich wieder in Alkohol ertränkt; erst seltener, dann immer schneller. Ich habe den einzigen Menschen, den ich liebe und der eventuell noch zu mir gehalten hat, gequält und gedemütigt.

Ich war nicht stolz darauf, ich wollte es auch nicht und habe aus Trotz, gegen mein Gefühl, wieder wie ein Schwein gehandelt.

Zum ersten Mal seit Jahren kam mir wieder der Gedanke mein Leben zu beenden. Trotz Alkohol war mir klar, daß ich dabei bin alles zu zerstören, was für mich wichtig ist, meine Familie!

Ich kann nicht reden, ich behalte alles für mich, unter Alkohol werden diese Probleme größer und wichtiger als sie sind und ich fühle mich stark genug, alle auf einmal zu lösen, mit dem Ergebnis, daß Scherben übrig bleiben!

Ich bin nicht ehrlich zu anderen und auch zu mir nicht.

Ich muß vom Alkohol los, möchte es auch, aber unbewußt habe ich Angst, ich schaffe es nicht und die anderen würden mich als Versager einstufen. Also, tue ich so, als ob ich kein Alkoholiker wäre, dann muß ich auch nicht davon loskommen.

Eine schizophrene Haltung, geboren aus Selbstüberschätzung und Minderwertigkeitskomplexen. - Ich habe Angst.

Ich möchte meine Frau um Verzeihung bitten, für etwas, das unverzeihbar ist und habe Angst, ihr in die Augen zu sehen. Zu groß war die Verachtung in ihren Augen, als ich ihr das antat.

Ich habe Angst, zurückgewiesen zu werden. Selbst wenn das nicht so wäre, würde ich das Gefühl nicht los, daß sie es nur macht, um ihre Ruhe zu haben; mir kann man nicht trauen, zu oft habe ich alle oder hauptsächlich sie getäuscht.

Es ist schwer für mich, über Gefühle zu reden oder zu schreiben, da ich meine eigenen nicht unter Kontrolle halten kann. Das Gefühl, versagt zu haben, ist immer in mir, es macht mich klein.

Ich kann keine Niederlagen einstecken. Ich kann es nicht ertragen, wenn es bei anderen besser läuft, sie vielleicht zufriedener oder glücklicher sind.

Meine Unzufriedenheit und Eifersucht auf andere versuche ich durch zynische Bemerkungen oder Spott zu verstecken. Nur Keinen an mich heranlassen, er könnte ja merken, daß ich leicht verletzbar bin. Ich möchte das ändern, ich möchte mich geborgen fühlen. Ich möchte, trotz meiner Fehler, anerkannt werden, damit ich den Mut finde, mir einzugestehen, daß ich Alkoholiker bin.

Ich habe Angst, Angst vor dem was kommt, aber noch mehr vor den Konsequenzen meines Verhaltens; eine typische Reaktion von mir. Wenn ich getrunken habe, fühle ich mich stark wie ein Bär, wenn ich nüchtern bin, fühle ich mich wie eine Maus.

Ich habe fürchterliche Angst, daß ich diesmal zu weit gegangen bin, daß ich zuviel Scherben gemacht habe.

Ich weiß nicht, wie es weitergehen soll.

Ich brauche die Liebe meiner Frau, die Liebe, die ich vielleicht ganz zerstört habe.

Ich habe Angst!

Dieses Geständnis ist mein moralischer A...tritt, den ich mir von Zeit zu Zeit selbst verpasse.

Es liegt für mich schon längere Zeit zurück, aber immer wieder zum Lesen auf dem Gewissen!

Wolfgang



Liebe Kreuzbund-Sportfreunde

Die Trennung ist vollzogen, Tränen flossen nicht, aber weh tat es doch. Kreuzbund und Guttempler spielen nicht mehr zusammen. Jedenfalls nicht bei offiziellen Spielen; bei Freundschaftsspielen und Turnieren haben wir uns vorgenommen noch öfters gemeinsam zu streiten. -

Die Saison war zu Ende, nun sollte der Liga-Pokal im k. o.-System ausgespielt werden, den im Vorjahr "Julateg" gewann. Vorneweg gleich gesagt, daß das diesjährige Endspiel lautet: "Kreuzbund" : "Familie in unserer Zeit", das am 8.8.1982 stattfindet. Dies ist wohl unser größter Erfolg in der Drogen-Liga bisher. In der ersten Runde hatten wir ein Freilos, und in der 2. Runde hatten wir das Glück oder Pech, daß das Los uns mit den "Guttemplern" zusammenführte. Die Guttempler waren Favorit, doch ich hatte Hoffnung für uns, daß die beiden Mittelstürmer aus unserem ehemaligen Team bei uns spielten. Die "Guttempler" hatten zwar ein gutes Mittelfeld, aber keinen echten Mittelstürmer. So kam es dann auch; zur Halbzeit führten wir bereits 1:0 durch ein Tor von Michael Krüger. Das Endergebnis lautete nach 2 weiteren Toren von Michael Krüger, einem von Jürgen Tobeck und einem Gegentreffer 4:1 für uns und alle Tore schossen unsere beiden Mittelstürmer.

Wir waren nun unter den letzten 4, mit Synanon, Familie in unserer Zeit und Tu Was. Wir hofften nun auf Synanon als nächsten Gegner und rechneten uns dann eine Chance aus, in das Endspiel zu kommen. Das Los meinte es gut mit uns, wir bekamen Synanon als Gegner, der sich dann als schwerer herausstellte wie angenommen, da Franz von "Synanon" frische Kräfte aus Westdeutschland einfliegen ließ. Zur Halbzeit stand es noch 0:0, die Spannung war groß, zusätzlich meckerten irgendwelche Spielerfrauen, die sich als vermeintliche Experten entpuppten, herum. Aber dies schien uns nur zu motivieren, denn in der zweiten Halbzeit gingen wir sogleich 1:0 in Führung. Jetzt wurde es hektisch, es wurde gemeckert, die Nerven fingen an zu flattern. Von Synanisten wurden schauspielerische Glanzleistungen gezeigt. Prompt kassierten wir ein Gegentor zum 1:1, jedoch hatten wir Glück und bekamen einen Elfmeter zugesprochen, der uns das 2:1 brachte. Jetzt war Synanon k. o., das 3:1, 4:1 und 5:1 war die Folge davon. Somit war das Endspiel gegen "Familie in unserer Zeit" erreicht, die dieses durch Siege über Julateg, Sozialhilfebund und Tu Was erlangten und im Endspiel hoher Favorit sind.

Des Weiteren bestritten wir ein Freundschaftsspiel gegen die KBoN, das 5:5 endete.- Bei einem Turnier von "Julateg" um den 1. Kreuzbund-Wanderpokal, den Julateg erfolgreich verteidigte, belegten wir erstmals den letzten Platz.

Gegen Alkoholfreie-Freizeit und Synanon gewannen wir in Freundschaftsspielen zusammen mit den Guttemplern 12:4 und 3:2. Zusammen bestritten wir auch das Turnier um den 2. Kreuzbund-Wanderpokal, den im Vorjahr "Familie in unserer Zeit" gewann. Diesmal rechneten wir uns Chancen aus, das Turnier zu gewinnen, jedoch wenigstens in das Endspiel zu kommen. Wir spielten in zwei Gruppen à 4 Mannschaften. In unserer Gruppe mußten wir gegen "Alkoholfreie-Freizeit" spielen, die wir 2:1 besiegten, dann gegen "Roter Korn", die wir mit 2:0 besiegten und zu guter Letzt schlugen wir Julateg mit 1:0. Somit waren wir mit 6:0 Punkten und 5:1 Toren, Erster in unserer Gruppe und wichen damit der "Familie in unserer Zeit" aus, die ebenfalls 1. in ihrer Gruppe waren.

Im Halbfinale spielten wir gegen den 2. der anderen Gruppe, den "Sozialhilfebund", und gewannen 2:0. - Damit hatten wir sicher das Endspiel erreicht, wo "Familie in unserer Zeit" der Gegner war, die im Halbfinale gegen "Roter Korn" klar mit 3:0 gewannen.

Im Endspiel, das sehr ausgeglichen war, stand es zur Halbzeit noch 0:0, mit leichten Vorteilen für uns. Die 2. Halbzeit sah dann umgekehrt aus, "Familie in unserer Zeit" erkämpfte sich leichte Vorteile. Es war noch eine Minute zu spielen, und wir bereiteten uns seelisch auf ein Elfmeterschießen vor, da ereilte uns das Unglück in Form eines Tores der "Familie in unserer Zeit" doch noch! Somit war das Finale mit 1:0 für die "Familie in unserer Zeit" mit 1:0 für uns verloren.

Jedoch war der 2. Platz unser bestes Ergebnis bei einem Feldturnier und außerdem konnten wir uns mit dem Fairnesspreis trösten, den wir mit 39 Punkten vor dem "Sozialhilfebund", mit 34 Punkten, gewannen. Den letzten Platz dieser Wertung erkämpfte sich die "Alkoholfreie-Freizeit" mit 20 Punkten.

Am 5. September beginnt die neue Saison. Bis dahin

Euer Bernhard Zappe

A P F E L S I N E N B O W L E

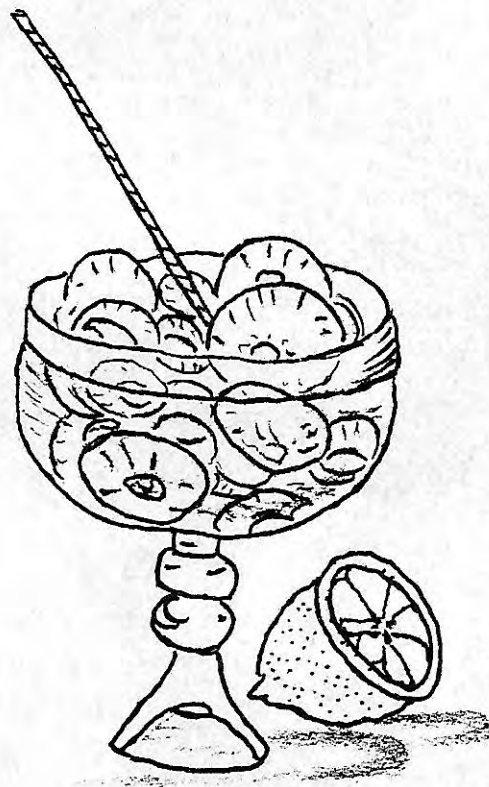
1) Auf 1/2 Pfund Zucker reibt man die Schale von 3 Orangen und gibt den Saft von 12 Orangen und 2 Zitronen dazu, gießt 2 Fl. roten Traubensaft oder Obstsaft darüber, schneidet 2 Apfelsinen in runde Scheiben (ohne Schale), legt sie hinein, deckt die Bowle zu. Vor dem Servieren werden 2 oder 3 Fl. Selters hinzugrügt.

2) 10 - 12 recht saftige Orangen, 3-4 Zitronen, 4-5 Fl. Apfelsaft, 2-3 Fl. roter Johannisbeersaft, Zucker nach Geschmack. Man reibt die Schalen von Zitronen und 5-6 Apfelsinen auf Zucker, schneidet die Früchte in Scheiben, aus denen man sorgfältig die Kerne entfernt und läßt sie einige Stunden eingezuckert stehen. Dann übergießt man sie mit dem Apfel- und Johannisbeersaft und mischt einen Teil der abgeriebenen Schalen hinzu. Vor dem Genuß kann man noch Orangenschalen, Zucker und Selters hinzufügen.

SOMMER

=

BOWLEN



ZEIT

V I E R F R U C H T B O W L E

1/2 Fl. Traubensaft, 1 Fl. Apfelmast, Saft von 2 Apfelsinen, 2 Ananasscheiben oder 6 Pfirsiche in Scheiben müssen gut zugedeckt 2-3 Stunden ziehen. Vor dem Anrichten gibt man Zucker nach Geschmack hinzu und verdünnt mit 1/2 Fl. Selters.

Sehr geehrtes Kreuzbund-Mitglied !

Auch in diesem Jahr bieten wir Ihnen ein religiöses Wochenende an und laden Sie dazu sehr herzlich ein im

Exerzitienhaus Maria Frieden

Lüdickeweg 5

1000 BERLIN 20 (Kladow) Bus A 35

Beginn: Freitag, 17. September 1982, 18.30 Uhr
mit dem Abendessen,

Ende: Sonntag, 19. September 1982, ca.14.00 Uhr.

Teilnehmergebühr pro Person DM 15,--

Wie in den vergangenen Jahren sollen Sie Entspannung, Erholung und Neuorientierung finden. Die Freude in der Gemeinschaft soll eine wesentliche Hilfe für Sie sein. Hören auf Gottes Wort, Suchen nach dem gemeinsamen Glauben, Anbetung des Herrn sowie Stille und Meditation werden unsere gemeinsamen Tage erfüllen.

Pfarrer Dr. Richard Schmidt und Ordinariatsrat Hein werden wieder unsere geistlichen Begleiter in diesen Tagen sein.

Ich hoffe sehr, daß Sie sich zur Teilnahme entschließen können, um uns einmal im Jahr als Kreuzbundfreunde in einer solchen Gemeinschaft zu versammeln und an der eigentlichen Quelle unseres Lebens und unserer Arbeit im Kreuzbund Kraft schöpfen zu können.

Mit einer nochmaligen herzlichen
Einladung grüße ich freundlich
als Ihr

P. Vivien SDS

(Geistlicher Beirat)



