

Religion in der Suchtarbeit

Thomas Feld
Theologischer Vorstand

Sabine Buchbach
Sekretariat
Kastanienallee 9-11
26121 Oldenburg
Tel. (0441) 2 10 01-70
Fax (0441) 2 10 01-79
thomas.feld@diakonie-ol.de

Sehr geehrte Damen und Herren,

wir feiern heute das 40-jährige Bestehen der Fachstelle Sucht in Wilhelms-
haven. Eine Fachstelle in Trägerschaft des Diakonischen Werks, einer kirchli-
chen Einrichtung. Vielleicht ist es erlaubt zu fragen, welchen Sinn es macht,
Suchtarbeit gerade auch in diakonischer Trägerschaft zu betreiben. Etwas wei-
ter gefragt: Ist es notwendig, in der Suchtarbeit über Religion zu sprechen?
Verbessert es ihre Qualität?

Moderne Welterfahrung kommt ohne religiöse Erklärungen aus. Weder die Na-
turwissenschaft benötigt Gott noch benötigt zeitgenössische Ethik eine religi-
öse Begründung. Und so gilt für die Suchtarbeit: Religiöse Kategorien erklären
keine Sucht. Keiner ist süchtig, weil er Sünder ist; keiner suchtkrank, weil er
moralisch versagt. Und religiöse Rituale wie das Gebet, der Segen oder ein
Gottesdienst sind Form und Ausdruck der Gottesbeziehung aber keine einer
weltlich begründeten Therapie irgend überlegenen Heilmittel. Auch für religiöse
Menschen ist die Sucht eine Krankheit, deren somatischen, sozialen und psy-
chischen Aspekte wissenschaftlich begründeter Behandlung bedürfen.

Gleichwohl scheint es eine Nähe gerade suchtkranker Menschen zu religiösen
Fragen zu geben. Das macht sich eher versteckt, manchmal fast verschämt be-
merkbar. Die flüchtige Begegnung auf dem Flur – „und übrigens Herr Pastor,
auch wenn ich nicht zur Kirche gehe: ich bete regelmäßig“; das Kreuz über
dem Pullover einer jungen Frau: modisches Accessoire und Ausdruck religiöser
Zugehörigkeit; das Paar, das einmal im Jahr in meinen Gottesdienst in der
Westfälischen Klinik kam: „der Pfarrer (vielleicht auch der, für den er steht) soll
wissen wie es uns geht“; oder die oftmals religiöse Symbolik auf den tätowier-
ten Armen. All das Hinweise auf ein spirituelles Interesse. Hierher gehört viel-
leicht auch, dass einer der Ursprünge mitmenschlichen Bemühens um suchtk-
ranke Menschen in der kirchlichen Abstinenzbewegung liegt. Das sind mög-
licherweise eher zufällige und wenig verlässliche Hinweise. Gibt es daneben
auch eine inhaltliche Bezogenheit? Verweist süchtiges Verhalten in einer tiefe-
ren Schicht auf die in der Religion thematisierte Transzendenz?

Diakonisches Werk
der Ev.-Luth. Kirche
in Oldenburg e.V.
Kastanienallee 9-11
26121 Oldenburg
Tel. 0441 / 2 10 01-0
Fax 0441 / 2 10 01-99

www.diakonie-oldenburger-land.de
thomas.feld@diakonie-ol.de

Bankverbindung
Evangelische Bank eG
IBAN: DE82 5206 0410 0506 4060 41

Vorstand
Pfarrer Thomas Feld
Uwe K. Kollmann

Sitz und Gerichtsstand
Oldenburg

Vereinsregister
Eintrag Nr. VR 861

Steuernummer
St.-Nr. 64/220/00859

Die Einrichtung ist mit dem Freistel-
lungsbescheid des Finanzamtes
Oldenburg als gemeinnützigen
Zwecken dienend anerkannt.

Da ist zunächst die merkwürdige Zirkularität in der sich die Sucht bewegt. Ich finde sie verdichtet in der von Franz Jung geprägten Metapher des Torpedokäfers:

„Das Besondere an diesem Käfer ist die Kraft, mit der er das Ziel anfliegt, vorwärtsgetrieben wird, wie ein Torpedo. Der Käfer hebt sich vom Boden, scheint's schwerfällig und ungeschickt und beinahe, würde man sagen, mit einem Widerwillen. Und dann setzt die Triebkraft ein. Der Käfer kommt in Fahrt, schnell nach vorwärts, ständig akzelerierend dem Ziel entgegen. ... Ablauf der Zeit in einer panikgeladenen Spannung, die Augen geschlossen, Stoß gegen den Widerstand - und dann der Sturz ... Einmal am Boden ist dann alle Kraft gewichen. Es ist Schaden entstanden. Der weiche Rücken ist im Sturz verletzt. Die Platten sind angeschlagen, später auch gebrochen. Am Boden klaubt sich der Käfer zusammen, bewegt, was sich noch bewegen lässt, schleppt sich zurück und kriecht ... wieder zurück zu dem Punkt, von wo aus er startete. Der Start muss warten, die Verletzungen müssen heilen, die Schäden auswachsen ... Der Körper pulst und wird sich weiter straffen. Der flaumig weiche, der ungeschützte Rücken, würde jemand die Hand darüberstreichen lassen, ist warm - und würden aus dieser Liebkosung Worte sich bilden können, so wären sie voller Zutrauen und Zuversicht.“¹

In diese Metapher über den selbst zerstörerischen Wunsch rauschafter Grenzüberschreitung lassen sich, so scheint mir, alle Stationen des Suchtverlaufs eintragen. Rausch, Sehnsucht, sozialer Standverlust, Rückfall, doch auch mögliche Ausstiege: Die Berührung und das stets sich entziehende Ziel.

Der Flug

„Ich kann mich noch genau an den Tag erinnern, an dem alles seinen Anfang genommen hat. 'Limonade ist für Kinder: Ein Mann trinkt Bier.' Der diesen Satz sagte, der Vater eines Mitschülers und reicher Professor, war mir sympathischer als sein Sohn. An einem heißen Tag kurz vor den Sommerferien hatte unsere Schulklasse eine Studienfahrt in die Stadt unternommen. Der Professor hatte uns zum Abschluss des Tages in seine Villa eingeladen. Im Garten gab es ein Büfett und ein Holzfass mit Bier. Ich war 19 und mochte kein Bier. Ich hatte eine Vorliebe für Apfelsaft und eisgekühlte Zitronenlimonade. Ich saß auf einer gelb gepolsterten Hollywoodschaukel auf manikürtem Rasen, den sehe ich noch vor mir. Der Garten war groß und voller Blumen. Mitschüler standen in kleinen Gruppen herum. In T-Shirts und Jeans mit halbgefülltem Bierglas in der Hand und Zigaretten zwischen den Fingern, wirkten sie erwachsen locker und gebildet. Ich beneidete sie. Sie allesamt hielten nicht besonders viel von mir. Ich war weder Musterschüler noch cooler Intellektueller. Ich hatte den Ruf eines konservativen und unsportlichen Ackergauls, galt bei den Lehrern und Schülern als introvertiert. Einmal, nur einmal wollte ich über meinen Schatten springen, dieser Horde gleich sein. Limonade oder Bier?

Der Professor hatte ein Glas gezapft und reichte es mir. Ich trank. Kühl floss das Zeug durch meine Kehle. Das Blut rauschte wohligh durch meine Adern. Alle Sinne wurden verzaubert. Das Gehirn fühlte sich an, wie der vertikutierte Rasen unter mir - irgendwie durchlüftet. Völlig frei von bedrückenden Gedanken. Der Körper so leicht. Die Zunge locker. Der Garten farbenprächtiger als zuvor. Die Klassenkameraden lebensfroh, beinahe

¹ Franz Jung, Schriften Bd. I, Salzhausen 1981, S. 619ff

liebenswert. Im grünen Park des Professors erwachte ich zum Leben. Neun Jahre humanistische Bildung in Klostermauern lösten sich auf in einer Leichtigkeit des Seins.“²

Leichtigkeit des Seins: ein wohliges Gefühl für ein paar Stunden. Die Zunge löst sich. Es wird leichter, Kontakt zu knüpfen. Eine bemüht angespannte Gesellschaft wird zur „munteren Runde“. Alkohol verschönert das Fest, er überhöht die feierliche Stunde, knüpft Verbindungen, vertreibt den Alltag in der Gehobenheit des Rausches.

Nicht immer trägt der Flug in die Euphorie berauschten Daseins. Fliegen ist Gleichgewicht, oft gefährdetes und mühsam aufrechterhaltenes Gleichgewicht zwischen divergierenden Kräften: Auftrieb und Anziehungskraft, Nähe und Distanz, Abhängigkeit und Unabhängigkeit, Scheitern und Erfolg, Arbeit und Muße. Zwischen diesen Polen hält der Flug die Balance, im gleitenden Dahinfliegen heben sich die widerstreitenden Kräfte auf.

Herr F. hat einen anstrengenden Beruf. Die Woche über ist er auf Montage. Zuhause wartet die Familie, warten Pferde, Hühner, Kaninchen, ein großes Haus, Wiesen und der Garten. Noch einmal Arbeit. Das Haus, die Tiere sie sind ein lang gehegter Wunsch, ein erfüllter Traum. Die Arbeit hilft, den Traum zu erfüllen, der Traum bedeutet neue Arbeit. Was fehlt ist Zeit, Zeit für Pausen, Muße, Freizeit, Zeit, einfach nur da zu sein. Wenn Herr F. trinkt, ist diese Zeit plötzlich da. Er trinkt soviel Bier und Korn, dass er einfach nicht mehr arbeiten kann. Er liegt im Bett, sitzt auf der Terrasse, grillt, sieht Fernsehen oder sitzt bei Nachbarn, die ebenso viel trinken wie er. Die Arbeit wird ihm gleichgültig, so gleichgültig wie der Zorn seiner Frau, die die Aufgaben übernimmt, die er liegen lässt. Hinter diesem Zorn verbirgt sich ein Konflikt, dem sie alle ausweichen. Traum und Arbeit sind zuviel. Es müssten Abstriche gemacht werden. Hier hilft der Alkohol. Er trägt hindurch zwischen dem Auftrieb, den ein erfüllter Traum dem Leben gibt und der nüchternen Notwendigkeit, sich von diesem Traum zu lösen. Der Alkohol stiftet ein labiles Gleichgewicht, nährt er noch die Illusion, dass alles geht, Familie, Traum und Arbeit, wenn nur der Mann und Vater aufhören würde zu trinken.

Der Sturz

Alkohol hilft fliegen. Die Droge ermöglicht ein prekäres Gleichgewicht zwischen sonst unvereinbaren Polen. Früher oder später aber gerät dieses Gleichgewicht ins Wanken. Die Droge selbst führt auf den Weg in den Abgrund.

Man kann diesen Weg in Phasen einteilen. Am Anfang steht die Entdeckung, dass sich mit Drogen die Stimmung beeinflussen lässt. Alkohol löst unangenehme emotionale Spannungen, er lässt „die Leichtigkeit des Seins“ erleben. Im zweiten Schritt wird der Alkohol gezielt eingesetzt, um angenehme Gefühle hervorzurufen und unangenehme emotionale Spannungen zu vermeiden. Schließlich braucht es immer mehr. Das Denken beginnt um die Droge zu kreisen, der Alltag wird um sie herum organisiert. Es kommt zu ersten sozialen Entgleisungen und, um der Scham Herr zu werden, wird mehr getrunken. Es baut sich eine Wand von Abwehrmechanismen um das Thema Alkohol. Der Abhängige reagiert gereizt und aggressiv, wenn er auf die Droge angesprochen wird. Er verharmlost und verleugnet Fehlverhalten oder sucht die Schuld bei anderen. Die Abwehr verhindert die Einsicht in die eigene Situation. Das vom Alkohol beherrschte Leben treibt auf die Katastrophe zu. Der Sturz wird zur unausweichlichen Folge.

² Christian Walter (Pseudonym), ich bin Alkoholiker, in: Zeitmagazin 3, Januar 1999, S. 16

Aufprall am Boden

Wer stürzt muss irgendwann innehalten, prallt auf, trifft auf Grenzen, die den Sturz beenden. Er muss zwangsläufig Pause machen, nachdenken, sich orientieren. Das zeichnet sich schon früh ab. „Ich wusste es schon ein Jahr vorher.“ sagt Herr N. „Ich fuhr im ICE nach Stuttgart, ein Spiel meiner Lieblingsmannschaft. Als ich im Zug saß, als er so sanft und schnell dahinfuhr, da sagte ich mir: genieß das jetzt, wer weiß, wie lange Du das noch genießen kannst. Mir war klar, dass es so nicht mehr lange weitergehen konnte.“

Was den Sturz schließlich bremst, ist unterschiedlich. Bei Herrn N. ergriff die Frau die Initiative. Nach einer gewaltsamen Auseinandersetzung mit ihrem Mann erwirkte sie einen gerichtlichen Bescheid, der ihm untersagte, die gemeinsame Wohnung wieder zu betreten. Für Herrn K. markierte der Verlust des Führerscheins den Sturz: Er war mit überhöhter Geschwindigkeit und 2,2 Promille durch die Fußgängerzone einer Kleinstadt gefahren. Mehr noch das Erschrecken, was er hätte Schlimmes anrichten können, als der Verlust des Führerscheins veranlasste ihn, eine Therapie aufzunehmen. Für Herrn W. war es eine Abmahnung durch den Arbeitgeber und die Angst, seine Arbeit zu verlieren, für Herrn P. die Diagnose einer Leberzirrhose und für Frau N. die drohende Trennung von ihrem Mann, die sie innehalten, Hilfe suchen ließen. Beim einen muss viel passieren, beim anderen sind es scheinbar geringe Ereignisse, die den Sturz aufhalten. Wo sich für den einen eine Kette zufälliger Katastrophen aneinanderreicht, sind es für jemand anderen scheinbar geringe Störungen, die ihn innehalten und neue Wege suchen lassen.

Für viele Suchtkranke ist es jedoch erst der Tod, die letzte unausweichliche Grenze, die den Sturz zum Halten bringt.³

Schäden

Es zeigt sich oft erst nach dem Aufprall, was im Sturz zerstört wurde. Angefangen bei den Briefen, amtlichen Schreiben, Rechnungen und Mahnungen, die während des Trinkens beiseitegelegt, fortgeschoben und vergessen wurden, über die tiefen Verletzungen, die den nächsten Menschen zugefügt wurden, bis zu den verschiedenen Verwahrlosungserscheinungen und körperlichen Schäden. Das ganze Ausmaß der Verschuldung, der sozialen Schäden, der ganze Umfang der Verwahrlosung wird jetzt erst offenbar.

Ausstiege

Sucht erscheint in der Metapher vom Torpedokäfer als Kreislauf. Als ein Kreislauf zudem mit der Tendenz, sich zur Spirale in den Abgrund zu verwandeln. Der Trinker, dem der kleine Prinz in Antoine de Saint Exuperys Erzählung begegnet, trinkt, weil er sich schämt und er schämt sich, weil er trinkt, und wird durch sein Trinken seine Scham und die Notwendigkeit des Trinkens vergrößern. Was würde ihm den Ausstieg aus diesem Kreislauf ermöglichen? Eine Berührung vielleicht, vor der seine Scham bedeutungslos würde. Doch was könnte so sehr berühren?

Ich denke an Herrn W.: In der Wohnung von Herrn W. hängen Bilder sämtlicher Schalke Spieler. Sie sind in Form eines Kreuzes aufgehängt. Darunter ein Brett. Während der Spielzeit steht darauf ein Strauß frischer Blumen, rechts und links daneben Kerzen. Der Schalke-Altar. Herr W. ist Alkoholiker. Er stammt aus Gelsenkirchen, der Schalke-Stadt.

³ „Alkoholabhängige sterben etwa neunmal häufiger an Leberzirrhose, zwölfmal häufiger an Krebserkrankungen des Magens und der oberen Verdauungswege und dreimal häufiger an Unfallfolgen. Etwa 24% der Alkoholabhängigen unternehmen einen Suizidversuch und 14% begehen Suizid. L. Schmidt, Alkoholkrankheit und Alkoholmißbrauch, S. 53

Herr W. ist irgendwann arbeitslos geworden, hat seine Familie verlassen, seine Wohnung verloren und drei Jahre auf der Straße gelebt. Platte gemacht. Er und sein Bruder. Der Bruder starb an inneren Blutungen, Folge des Alkohols. Das war für Herrn W. der Moment, in dem er sich für einen anderen, zunächst noch recht unklaren Weg entschied. Leben ohne Alkohol. „Als er die Augen zumachte, sind mir die Augen aufgegangen.“ Das hieß: Entgiftung, Rückfall, Entgiftung, Therapie, halbes Jahr Abstinenz, erneuter Absturz, Entgiftung und Leben im Heim. Nach drei Jahren Auszug dort, Arbeit und Wohnen im Betreuten Wohnen. Als ich Herrn W. kennenlernte, hatte er eine eigene Wohnung, hatte seinen Führerschein wieder und ein eigenes Auto, Farbe Blau, Schalke-Blau.

„Als mein Bruder seine Augen zumachte, sind mir die Augen aufgegangen.“ Sagt Herr W. Die Augen gingen auf in der Berührung mit einem bedrohlich erahnten Etwas, das im Tod des Bruders konkret geworden war und nun die eigene Existenz in ihrer Zerbrechlichkeit und Bewahrung sichtbar werden ließ.

Und so spricht Herr M. über seinen Ausstieg: Er hatte sich nachts in das Zimmer seiner vierjährigen Tochter geschlichen, hatte ihr Sparschwein zerbrochen und geplündert. „Was machst du da Papa?“ so fragte das Mädchen, „Du hättest mich doch fragen können.“ Er war erschüttert von der beschämenden Situation und der fraglosen Zuneigung seines Kindes.

Herr P. schließlich suchte den Ausstieg, nachdem er betrunken mit völlig überhöhter Geschwindigkeit in der Fußgängerzone seiner Heimatstadt gestoppt wurde.

Der Tod, unverdiente Liebe und Schuld - Berührungen mit einer Dimension, die unseren Alltag durchwebt und uns tiefer berührt, als Vieles andere. Nicht dass wir allein in der Religion mit Fragen nach Liebe, Tod und Schuld konfrontiert würden. Jede gute Psychotherapie wird solche spirituellen Fragen berühren und sich um Antworten bemühen. In der Religion jedoch geht es ausdrücklich um das, in einer Formulierung Paul Tillichs, „was uns unbedingt angeht“. Sie spricht in ihren Traditionen, Gebeten und Ritualen die Seite unseres Lebens an, in der es um unser Leben selbst geht. Sie spricht von seiner Schönheit und Zerbrechlichkeit, seinem unbedingten Wert und seiner himmelschreienden Verlassenheit, sie spricht von Sinn und Sinnlosigkeit, dem Verlust der Übereinstimmung mit sich und der Welt und geschenkter Liebe. Sie spricht davon in Symbolen, in einer manchmal erschreckenden Konkretion und Dramatik und in einer vollkommen anachronistischen Naivität. Denn sie bemüht sich, das eigentlich Unausprechliche in Worte zu fassen und in den Bereich des Menschlichen zu holen, was diesen Bereich transzendiert. Und wo ihr das gelingt, kann sie das Leben auch in seinen sonst schwer zu fassenden Aspekten beschreiben, erklären und Veränderungen anstoßen. Die religiösen Symbole, so beschreibt es der Psychoanalytiker David M. Black, „eröffnen einen Weg, direkt über gegenwärtige, befremdende seelisch- menschliche Erfahrung zu sprechen. Sie sind ... wie Denkinstrumente und in gewisser Weise bessere Instrumente, sozusagen, als intellektuelle Abstraktionen, ... indem sie körperliche und emotionale Erregungen ebenso transportieren wie Gedanken.“⁴

Und in welcher Symbolik ließe sich die Sucht beschreiben? Der erste Schritt wäre vielleicht, die eigenartige Zirkularität, in der sich die Sucht bewegt, als Teufelskreis zu identifizieren. Das heißt, als ein Verhalten, das unter dem Bann einer Macht steht, vor der der Wille des Einzelnen versagt. Denn das ist ja die zentrale Erkenntnis, die am Anfang jeder Veränderung steht. Der Wille allein ist machtlos, alle Versuche der Selbsttherapie und Selbsterlösung sind gescheitert. Viele, auch mit festester Überzeugung gegebene

⁴ David M. Black, What Sort of a thing is Religion, in: International Journal of Psychoanalysis 74, Jg. 1993

Versprechen konnten nicht gehalten werden. Für die anonymen Alkoholiker ist dies der erste Schritt zum Ausstieg aus der Sucht: „Wir gaben zu, dass wir dem Alkohol gegenüber machtlos sind – und unser Leben nicht mehr meistern konnten.“ – so lautet der erste der zwölf Schritte der anonymen Alkoholiker. Diese Erkenntnis allein genügt aber nicht, um den Weg aus der Sucht zu finden. Wenn wir die Erfahrungen befragen, die Menschen zum Ausstieg aus der Sucht befähigen, dann finden wir neben den erschreckenden Erfahrungen von drohendem Tod, tiefer Scham und Schuld auch andere entgegengesetzte, gleichwohl korrespondierende Erfahrungen.

Herr W. war vom Tod seines Bruders berührt, stellte er ihm doch das Risiko vor Augen selbst ein gleiches Schicksal zu erleiden. Zugleich war er von der erstaunlichen Tatsache überrascht, dass er lebt, obwohl er genauso leicht, genauso verdient hätte sterben können.

So war Herr M. von erniedrigender Scham berührt, zugleich aber der überraschenden Erkenntnis ausgesetzt, dass seine Tochter ihn liebt – trotz seines eigentlich unentschuldigen Verhaltens.

Herr P. war nach seiner Geisterfahrt durch die Fußgängerzone getroffen – so nah war er einer nicht wieder gut zu machenden Schuld. Zugleich war er erleichtert, von der drohenden Schuld bewahrt zu sein.

Dem Gefühl von Bedrohung, Verurteilung, Scham und Schuld entsprechen Gefühle von Bewahrung, Verzeihen, aufgenommen sein – religiös gesprochen: Gefühle von Gnade und unverdienter Annahme. Und ich bin fest überzeugt, dass jede gelingende Suchttherapie damit beginnen muss im anderen ein Gefühl davon zu wecken, dass er auf Annahme, Verzeihen, Wertschätzung hoffen und vertrauen kann auch da, wo er sich selbst solche Annahme schuldig bleibt.

Wir sind hier bei einem zentralen Thema religiöser Erfahrung, die Martin Luther am pointiertesten in seiner Schrift *de Servo Arbitrio* formuliert hat: ich bin in den allerwesentlichsten Aspekten meines Lebens nicht wirklich frei. Ich befinde mich immer in Abhängigkeiten: ob ich geliebt, angenommen, wertgeschätzt werde, ob mein Leben auf der Erde einen Sinn hat – das liegt immer außerhalb meiner Verfügungsgewalt. Das aber – so die überraschende Erkenntnis der Reformation – das muss mich nicht ängstigen: denn die Macht, von der mein Leben letztlich abhängt ist ein gnädiger Gott, ein Gott der die Menschen liebt.

Der Verurteilung durch das Gefühl von Schuld und Scham entspreche so das überraschende Geschenk der Gnade, in dem die christliche Religion die Nähe Gottes erkennt. Und an diesem Punkt unterscheidet sich religiöser Umgang mit Schuld, Scham, Reue und Vergebung von dem, der der Psychotherapie möglich ist. Jede Schuld hat mit einer Störung des menschlichen Zusammenlebens zu tun, die sich im Verzeihen aufheben lässt. Verzeihen ist nach Hannah Arendt die Möglichkeit, die unabsehbaren Folgen menschlichen Handelns zu begrenzen. Jede Schuld hat aber auch eine Dimension des menschlich Unwiederbringlichen und Nicht-wieder-gut-zu-machenden. Familiäre Gewalt, sexuelle Übergriffe, Totschlag im Rausch zerstören Menschen und das menschliche Miteinander in einer durch das Verzeihen nicht wieder einholbaren Weise. Die christliche Religion nun trägt die Hoffnung, dass der Mensch mehr ist als seine Taten und dass Gottes Liebe jedem Menschen gilt auch dem schuldig gewordenen. Und von diesem großartigen Geschenk zu sprechen und der Möglichkeit, vom Bösen erlöst zu werden, und hierfür Worte und rituelle Ausdrucksformen bereit zu stellen, das ist die Aufgabe der Religion auch in der Suchtarbeit.

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit