



Herbstgedanken

Ein nicht mehr ganz junger, intellektueller, Gebildeter wird gefragt: "Was wäre für Sie das größte Unglück?" und er antwortet: "Wenn es Gott gäbe!". Wie kommt ein Mensch in den besten Jahren, mit reicher Lebenserfahrung zu solch einer Aussage? Was hat diesen Mann dazu gebracht, Gott zu fürchten? Hat er Angst davor, daß am Ende, nach dem Tod, es einen Gott gäbe?

Eine alte jüdische Parabel könnte uns zum Nachdenken bringen, vielleicht zu einer Antwort verhelfen:

Ein frommer Rabbi pflegte jeden Tag in den Tempel zu gehen. Da überkam ihn eines Tages der Wunsch, Gott zu begegnen. Und er trug auch gleich seine Bitte im Tempel vor: "Seit Jahren, Herr, komme ich täglich hierher. Jetzt wäre es mir recht, wenn auch du einmal in mein Haus kommen würdest und mich besuchtest."

Da antwortete Gott: "Geht in Ordnung! Morgen komme ich! Mach alles bereit!"

Der fromme Rabbi lief eiligst nach Hause und traf alle Vorbereitungen für den Besuch. Er scheute keinen Aufwand und keine Mühe. In aller Frühe des nächsten Tages, als das ganze Haus schon nach Sauberkeit, Kuchen und Süßspeisen duftete, kam ein kleiner Junge vorbei und bat um ein Stückchen Kuchen. der Rabbi versuchte zu beschwichtigen: "Morgen, mein Junge, morgen sollst du deinen Kuchen bekommen! Heute, nein, das geht nicht, heute kommt Gott zu Besuch!" und er schickte den kleinen Stören-

fried weg. Aber Gott schien es an diesem Tag gar nicht so eilig zu haben; er ließ lange auf sich warten. Mitten hinein in diese erwartungsvolle Atmosphäre platzte ein müder Wanderer. Es war schon Mittag geworden, und er hatte Hunger. "Nein, heute nicht!" beschied ihm der fromme Rabbi, "heute kommt Gott, da störst du nur!". Der Tag neigte sich dem Ende zu, und Gott ließ immer noch auf sich warten. Als die Spannung schier unerträglich wurde, klopfte ein verdreckter, kranker Bettler an die Tür. Auch er bekam vom frommen Rabbi eine Abweisung: "Bitte, heute nicht. Morgen, wenn du willst, aber bitte nicht heute. Heute kommt Gott. Er muß jeden Augenblick eintreffen. Bitte!". Aber Gott kam nicht! Voller Zorn und Enttäuschung legte sich der fromme Rabbi schlafen. Auch am nächsten Tag war seine Wut noch nicht verraucht. Im Tempel überhäufte er Gott mit derben Anklagen und zornigen Vorwürfen: "Seit Jahr und Tag komme ich zu dir! Ist es da zuviel verlangt, wenn du ein einziges Mal zu mir kommen sollst!"

Und Gott schmunzelte, als er antwortete: "Was willst du denn? Dreimal war ich gestern bei dir. Dreimal hast du mich wieder weggeschickt!"

Es ist ein großes Glück für die Welt und für die Menschen, daß es Gott gibt. Laßt uns einander gut sein, dann kommt Gott zu uns!

Peter Sülzen, geistl. Beirat

Liebe Weggefährtinnen, liebe Weggefährten!

DANKE - DANKE - DANKE - DANKE

allen, die meinen 75ten Geburtstag mitgefeiert haben - beim Gottesdienst in der Kirche, beim gemütlichen Beisammenseln im Pfarrsaal - es war super!

Dank, allen, die mir Glück und Segen gewünscht haben, schriftlich, mündlich, fernmündlich, mit Blumen, Büchern, Bildern oder anderen Zeichen der Verehrung und Liebe.

Dank auch allen, die mich beschenkt haben, indem sie für andere schenkten: für die Gefängnisseeleorge von Pfarrer Spiegel und für die Suchtkrankentherapie des Kreuzbund Krelsverbandes Düsseldorf.

Spenden und Kollekte in der Kirche zusammengenommen ergaben DM 9500,-. Die Hälfte davon, DM 4750,-, geht an den Kreuzbund Düsseldorf.

Noch einmal herzlichen Dank!
Euer Peter Sülzen

VORSTANDSINFO



Liebe Weggefährtinnen,

die Frauengruppe, die an jedem 3. Freitag im Monat stattfindet, hat nie, zu keiner Zeit, zur Diskussion gestanden.

Was uns, dem Vorstand, wichtig war und ist, ist daß „das Gespräch von Frau zu Frau“ kompetent geleitet wird.

Wir haben uns mit Frau Ute Lerch vom LKH/Station 13f in Verbindung gesetzt und konnten sie für die Frauengruppe gewinnen.

Frau Lerch wird die Gruppe am 18.9.1998 zum ersten Mal leiten.

Nach 6-monatiger Probezeit haben wir uns von Frau Anker getrennt.

Wir hoffen und wünschen uns, daß die Gruppe, die es schon so lange gibt, noch viele Jahre weiter arbeiten wird, hoffen aber auch, daß alle Frauen, die sich eine solche Gruppe gewünscht und auch darin mitgearbeitet haben, den Weg dahin zurückfinden.

Düsseldorf, den 2.9.1998

Bricht unter dir die Brücke
Denk nicht, daß Gottes Hand
Dich aus dem Wasser zücke
Und hebt ans trockne Land.
Gott wollte sich erbarmen,
Als er dir Arme gab!
Nun rühre mit den Armen
Dich selber aus dem Grab!



Wilhelm Wackernagel (1806-1869, Berlin)



THEMA: FRAUENGRUPPE

"In der Frauengruppe muß die Post abgehen" (Gerhard Huy) - aber der Vorstand bestimmt, wohin

Sechs Mal habe ich die Frauengruppe im Kreuzbund geleitet und war der festen Überzeugung, nachdem die Frauen sich bei der Befragung durch die Frauenbeauftragte, Sigrid Beckmann, für die Weiterarbeit mit mir entschieden hatten, daß wir gemeinsam fortfahren.

Zehn Tage später erfuhr ich beiläufig in einem Telefonat von Herrn Strohauser, daß man(n) sich gegen mich entschieden und auch schon eine neue Therapeutin für den nächsten Termin gewonnen habe. Diese Entscheidung war offenkundig nicht nach der Abstimmung der Frauen gefällt worden - deren Zustimmung ich ja erhalten hatte -, sondern nach einem Gespräch mit dem geschäftsführenden Vorstand vier Tage vor der Abstimmung.

Das heißt, daß das Votum der Frauen überhaupt nicht gezählt hat, und die Frauenbeauftragte, ohne es zu wissen, eine Scheinabstimmung durchführte, von der der geschäftsführende Vorstand sich wohl erhofft hatte, daß sie gegen mich ausfiele.

Dieses Gebaren des Vorstandes entwertet alle Frauen: die Frauengruppe, die nicht selbst entscheiden darf, sondern über die entschieden wird; die Frauenbeauftragte, die lediglich eine Vorzeigefunktion hat; und mich, denn der Vorstand hielt es noch nicht einmal für nötig, mich über seine (einsame) Entscheidung und deren Gründe zu unterrichten.

Ich selbst mußte ein klärendes Gespräch (das bis heute, 11.9.98 aussteht) und die Möglichkeit, mich von der Gruppe zu verabschieden, einfordern.

Über die Gründe des Vorstandes kann ich nach dem Telefonat mit Herrn Strohauser nur spekulieren.

Offensichtlich hat meine Anregung, mitbetroffenen Kinder etwas anzubieten - deren Problematik durch die Frauen immer wieder in die Gruppe getragen wird -, Angst und die entsprechende Abwehr ausgelöst. Zudem bin ich der Meinung, daß das vom Vorstand definierte Ziel der Frauengruppe - sie zur Partnerschaft in den gemischten Gruppen zu befähigen - nur dadurch erreicht werden kann, daß die Probleme der Frauen ernstgenommen und bearbeitet werden.

Wie sie auch in Konfliktsituationen entscheiden, ist allein ihre Sache; Aufgabe der Therapeutin ist es, innere Prozesse, die zur Entscheidungsfindung beitragen zu erhellen.

Ich wünsche der Frauengruppe und allen Kreuzbund-Frauen den Mut, wirkliche Partnerinnen zu werden; das heißt aber, sich nicht entwerten und zum Objekt machen zu lassen, über das andere bestimmen und verfügen.

Dr. Eva Anker



Entweder ich mache Frauenarbeit ganz, mit Überzeugung und Freude oder ich lasse es!

Denn für den geschäftsführenden Kreuzbund-Vorstand ist die Frauenarbeit meines Erachtens ein Buch mit sieben Siegeln: Frauenarbeit soll möglichst nichts kosten - Frauen sollen keine Ansprüche stellen - Frauen dürfen keine eigene Zielrichtung (z.B. Frauengruppen) entwickeln, denn

Frauen sollen sich möglichst nur in die gemischte Kreuzbundgruppe einbringen!

So gut ich es vermochte, habe ich stets versucht, die Frauenarbeit im Vorstand durchzusetzen, und das war harte Arbeit.

Es war natürlich eine "Frauen"-Sache, die mich am 31.8.1998 zu meinem sofortigen Rücktritt bewogen hat.

Und zwar: Noch am 21.8. hatte ich im Auftrag des geschäftsführenden Vorstandes, die Frauengesprächsgruppe unter therapeutischer Leitung von Frau Eva Anker besucht, um mit den Teilnehmerinnen über die Erfahrungen, die Wünsche und die Weiterführung der Arbeit zu sprechen.

Als Ergebnis dieses Gespräches nahm ich mit, daß die Frauen weiterhin gerne mit Frau Eva Anker arbeiten wollten, ebenso Frau Anker auch mit den Frauen und ich dies und die positiven Erfahrungen dem geschäftsführenden Vorstand zur

Kenntnis gegeben habe.

Offenbar entsprach mein positiver Bericht nicht den Erwartungen des geschäftsführenden Vorstandes. Dieser hat nämlich inzwischen Frau Eva Anker aus Kreuzbund-Diensten entlassen und bereits für den nächsten Gruppentermin, den 18.9. eine neue Therapeutin, Frau Lerch, engagiert.

Davon wußten die Teilnehmerinnen der Gruppe nichts - und ich auch nicht. Ich wurde, obwohl ich die Frauenarbeit im Verband vertrate, dabei weder gehört noch eingeschaltet. Ich wurde über die Entwicklung noch nicht einmal persönlich und umfassend informiert, sondern per Telefon erst am 31.8. abends, kurz vor Beginn meiner Gruppe auf der Bendemannstraße.

Das Ignorieren des geschäftsführenden Vorstandes kann und will ich nicht ohne **Protest** hinnehmen. Ich bin nicht mehr bereit, mich selbst und meine Position als Frauensprecherin im Kreuzbund zur Farce werden zu lassen.

*Wir, die guten Willens sind,
geführt von den Ahnungslosen,
versuchen für die Undankbaren
das Unmögliche zu vollbringen.
Wir haben so viel mit so wenig
so lange versucht,
daß wir jetzt qualifiziert sind,
fast alles aus nichts zu bewerkstelligen.
Gefunden auf einer Polizeiwache.*



DER VORSTAND IN EIGENER SACHE

Jeder, der Mitglied eines Vereins oder eines Verbandes ist, zahlt selbstverständlich seinen Mitgliedsbeitrag.

Weshalb das einige Mitglieder des Kreuzbundes nicht einsehen wollen oder können, wird uns ewig ein Rätsel bleiben. Um unsere Organisation gut führen zu können, sind wir auf die Beiträge unserer Mitglieder angewiesen. Wir sind nicht so weltfremd, um nicht verstehen zu können, daß die Zahlung gelegentlich vergessen wird und haben deshalb 3 (in Worten: drei) Mahnbriefe entworfen, die den säumigen Zahlern in entsprechenden Abständen zugehen. Wir unterstellen, daß der Vergessliche bereits nach dem ersten Mahnbrief die Zahlung nachholt oder, sofern uns ein Buchungsfehler unterlaufen ist, uns informiert. Aber weit gefehlt! Oft müssen wir die zweite und dritte Mahnung senden, die dann natürlich dringlicher im Ton gehalten sind. Reaktionen darauf spotten oft jeder Beschreibung.

Ein Kreuzbundmitglied schrieb uns kürzlich, und genau diesen Brief nehmen wir zum Anlaß dieser Zeilen, daß sie es sich verbitte, mit "Liebe Weggefährtin" angesprochen zu werden.

Die Dame ist Mitbetroffene, erwähnt dankbar die Hilfe, die ihr in einer Gruppe zuteil wurde. Sie findet, daß unsere Mahnung "unter christlichen Aspekten" ungeheuerlich sei. Wir müssen unsere angebotene Hilfe **auch** unter wirtschaftlichen Gesichtspunkten sehen, unsere ganze Organisation würde sonst nicht funktionieren.

Monate hindurch Gelegenheit hatte, die gute Arbeit des Kreuzbundes kennenzulernen, dann Mitglied wurde, ist sie sich auch über die Folgen im Klaren oder kann sich aufklären lassen. Die Satzungen helfen dabei. Entsprechende Dame sagt, sie habe diese nie gesehen. Ja, bitte schön: Ich trete doch keinem Verein bei, ohne die Satzungen zu kennen!

Der Vorstand arbeitet ehrenamtlich, ohne einen Pfennig Entschädigung, und das soll auch so bleiben. Wir sind es aber nachgerade leid, wegen Selbstverständlichkeiten, zu denen wir eine pünktliche Beitragszahlung rechnen, angegangen zu werden in Briefen, deren zeitlicher Aufwand viel höher ist als eine schlichte, pünktliche Überweisung.

Liebe Freunde und Weggefährten!

Wir wissen, daß die Mehrzahl unserer Mitglieder pünktlich die Beiträge zahlt und das freut uns. Es erleichtert unsere Arbeit. Habt aber bitte Verständnis, daß wir bei Verzug mahnen **müssen**. Entschuldigt, wenn wir auch mal irrtümlich mahnen, deshalb 3 (in Worten: drei) Erinnerungsbriefe. Aber bitte, verzichtet, wenn unsere Mahnung gerechtfertigt ist, auf verbale Tiefschläge. Es hilft Euch nicht und erschwert uns die Arbeit. Wir wollen doch, in altbewährter Weise, als Weggefährten unseren suchtfreien Weg gemeinsam gehen.

In diesem Sinne
Euer Vorstand

Wenn also eine "Mitbetroffene" über

Ein schlimmes Erlebnis

Manfred Krüger

Gruppe Derendorf 1



Nachdem ich mich nun seit 8 Tagen stationär wegen einer Lebermetastasen-Operation (Malignes Rectum Carzinom) in der Mainzer Gutenberg-Universität befinde, wurde ich vor sechs Tagen operiert und vorgestern aus der Intensivstation auf ein allgemeines Zimmer verlegt.

- Soweit so gut ! -

Gestern Abend, es war ca. 22.00 Uhr, gab mir der Nachtpfleger wegen meinen Wundschmerzen ein Schmerzmittel, was mir dann später Abhilfe brachte.

- Soweit, und immer noch gut! -

Als ich mich heute morgen, nach Toilette und Frühstück wieder ins Bett legte, schlief ich ein und hatte auch gleich ein "schlimmes Erlebnis".

Ich erlebte mich beim Bierskat, wie ich mich maßlos betrank, um anschließend aus dem Lokal geworfen zu werden.

- Soweit und gar nicht mehr gut! -

Irgendwie landete ich noch auf der Bendenmannstraße. Dort traf ich meine Frau und Michael Kalwitzki (mit letzterem war ich auf der Helferschulung vom Kreuzbund). Michael nahm mich in seine Arme und versuchte, mich auf die Unsinnigkeit meines Tuns hinzuweisen. Ich versprach ihm, mich heute morgen sofort nach Grafenberg zur Entgiftung einweisen zu lassen.

Dazu kam es aber nicht, weil ich glücklicherweise vorher wach wurde.

- So weit und, Gott sei Dank, wieder gut! -

Heute brauchte ich einige Stunden, bis ich wieder klar im Kopf war und die Katerstimmung weg war.

Im Nachhinein wundert mich dieses "schlimme Ereignis" eigentlich doch sehr, da ich jetzt auf 17 Jahre Abstinenz zurückblicken kann und eigentlich nicht noch einmal zur Entgiftung wollte.

- Aber: Ende gut, alles gut! -

Anmerkung der Redaktion:

Liebe Leserinnen und Leser! haben Sie auch solch ein oder solch ein ähnliches "schlimmes Ereignis" in Form eines Traumes erlebt? Wollen Sie uns nicht darüber berichten? Bitte schreiben Sie uns einen kurzen Artikel dazu.

Wir gratulieren an dieser Stelle Manfred Krüger zu seinem 60. Geburtstag, den er im September feierte.

Gleichzeitig wünschen wir ihm recht gute Besserung und eine gesunde zufriedene Zeit ohne "schlimme Traumerlebnisse".

Die Redaktion





Der Winter naht!

Ab Oktober trifft sich die **Freizeit-Sport-Gruppe**

wieder in der Halle:
Treffen: Freitags, 20.00 Uhr
Sporthalle in der Reitzenstein-
Kaserne, Lenaustraße
Bahnen 712 und 719
Fitwerden mit der Kreuzbund-Sportgruppe
Ansprechpartner:
Iwan Erlauer Tel. 691 19 89
Dieter Rölike Tel. 759 73 14

Advent 1998

Am 13. Dezember feiert der Kreuz-
bund Kreisverband Düsseldorf e.V.
sein gemeinsames adventliches Bei-
sammensein.

Näheres wird durch die Gruppenlei-
terInnen bekanntgegeben.

Wir trauern um.....

Stefan Vohralik	12.07.98
Gertrud Utzink	07.08.98
Brigitte Haje	08.08.98
Hans-Werner Czarnetzki	22.08.98
Alfred-Robert Becker	09.09.98

☎☎☎KB-Kontakte☎☎☎☎☎

KREUZBUND-Diözesanverband Köln
FAX-Kontakt 0211/484 98 52

Geschäftszimmer	02 11/484 98 22
Jochen Wachowski	02 11/484 98 22
Brigitte Bongartz	02 11/25 46 86

KREUZBUND-Bundesverband Hamm

Zentrale	0 23 81/67 27 20
----------	------------------

Zum Geburtstag gratulieren wir.....

06.10. Gisela Johnen	60 Jahre
25.10. Ursula Czarnetzki	50 Jahre
18.11. Margot Prante-Hansen	65 Jahre

Selbsterfahrung:

Am 31.10. beginnt die Selbsterfahrungs-
gruppe unter therapeutischer Leitung von
Barbara Kroke. Diese Gruppe ist bereits
ausgebucht. Der Kreuzbund bietet jedoch
laufend weitere Selbsterfahrungsgruppen
an. Interessenten wenden sich bitte an ihre
GruppenleiterInnen oder ans Büro.

Kreuzbund auf Reisen

Der Kreuzbund plant eine gemeinsame
Fahrt in die neuen Bundesländer.

Konkrete Preisvorstellungen können wir
erst entwickeln, wenn wir die ungefähre
Mitfahrerzahl kennen.

Meldet daher Euer Interesse unbedingt
über die GruppenleiterInnen an. Ohne In-
teressenten planen wir **nicht** weiter!

Auch ein genaues Programm kann erst zu
einem späteren Zeitpunkt angeboten wer-
den.

☎☎☎☎KB-Kontakte☎☎☎

KREUZBUND-Kreisverband Düsseldorf
FAX-Kontakt 0211/164 02 21

Büro Bendemannstraße	02 11/35 40 88
Gerhard Huy	02 11/79 99 83
Fred Strohauer	02 11/75 29 88
Gisela Schulz	02 11/67 55 48
Eduard Lanzinger	02 11/22 73 52
Hilbert Leineweber	02131/98 04 47
Peter Sülzen	02 11/72 25 91

KREUZBUND-GRUPPEN IN DÜSSELDORF



***** Montag **** Montag *****

◆ **Stadtmitte (BZ 12)**, Bendemannstr. 17
Sven Kochanowski, Tel.: 79 06 57

◆ **Bilk - St. Martin**
Gemeindezentrum, Gladbacher Str. 11
Henni Borgard, Tel.: 3 98 21 10

***** Dienstag **** Dienstag *****

◆ **Stadtmitte (BZ 1)**, Bendemannstr. 17
Katja Kuhlen, Tel.: 7 59 79 10

◆ **Info- und Motivationsgruppe** für alle
Bendemannstr. 17
Walter Müller, Tel.: 48 77 91 und
Udo Leitschuh, Tel.: 0 21 02/44 42 03

◆ **Spätnachmittagsangebot**
◆ **!!!17.30 - 19.00 - 17.30 - 19.00!!!**
◆ **Stadtmitte (BZ 14)**, Bendemannstr. 17
◆ **Jochen Wachowski**,
Tel.: 01 72/2 90 34 66

◆ **Derendorf 2**, Pfarre St. Dreifaltigkeit
Becherstr./Ecke Barbarastr. (Jugendheim)
Leonore Engelhardt, Tel.: 68 24 99

◆ **Garath**, Nikolaus-Ehlen-Haus
Mathias-Erzberger-Str./Ecke Carl-Severing-
Str.
Peter Bleich, Tel.: 0 21 73/7 41 73

◆ **Hassels**, Evang. Gemeindezentrum
Fürstenberger Str. 12-14
Manfred Greiner, Tel.: 27 70 61

***** Dienstag **** Dienstag *****

◆ **Holthausen**, Pfarre St. Josef
Neues Pfarrzentrum, Ritastraße 9
Dieter Rölike, Tel.: 7 59 73 14

◆ **Rath**, Pfarre Heilig Kreuz
Rather Kreuzweg 43
Armin Langer, Tel.: 65 61 89

◆ **Unterrath**, Pfarre St. Bruno
Kalkumer Str. 60 (Pfarrzentrum)
Wolfgang Albrecht, Tel.: 6 54 96 36

◆ **Urdenbach**, Pfarre Herz Jesu
Urdenbacher Dorfstr. 22
Hans Koch, Tel.: 15 12 57

***** Mittwoch **** Mittwoch *****

◆ **Stadtmitte (BZ 3)**, Bendemannstr. 17
Fred Strohauer, Tel.: 75 29 88

◆ **Stadtmitte (BZ 7)**, Bendemannstr. 17
Margret Höppner, Tel.: 7 33 53 48

◆ **Stadtmitte (BZ 10)**, Bendemannstr. 17
Peter Schulz, Tel.: 34 88 10

◆ **Gerresheim**, Ökum. Begegnungsstätte
Neusser Tor 12
Gudrun Heidemann, Tel.: 29 64 42



****Mittwoch****Mittwoch****

◆ **Kaiserswerth**, Pfarre St. Suitbertus
An St. Swidbert 70
Willi Sievers, Tel.: 32 73 66

◆ **Wersten 1**, Orthodoxe Kirchengemeinde
Werstener Feld 65
Axel Nolte, Tel.: 78 98 56

DonnerstagDonnerstag***

◆ **Stadtmitte (BZ 4)**, Bendemannstr. 17
Katja Kuhlen, Tel.: 7 59 79 10

◆ **Stadtmitte (BZ 5)**, Bendemannstr. 17
Hans Beckmann, Tel.: 41 33 87

◆ **Stadtmitte (BZ 6)**, Bendemannstr. 17
Ingrid Ackermann, Tel.: 0 21 03/33 56 60

◆ **Bilk 1**, St. Ludger
Merowinger Str. 170
Frauke Mühlmann, Tel.: 31 43 64

◆ **City 1**, Pfarre St. Elisabeth
Gerrheimer Str. 71, Jugendheim (im Hof)
Günter Wolf-Thissen, Tel.: 35 66 17

◆ **Derendorf 1**, Pfarre Heilig Geist
Ludwig-Wolker-Str. 10
Franz Behrend, Tel.: 46 17 10

◆ **Flingern 1**, Pfarre St. Vinzenz
Pfarrzentrum, Eingang Albertstr.
Werner Skirlo, Tel.: 28 62 30

◆ **Flingern 2**, Pfarre Liebfrauen
Lindenstr. 176 (Pfarrzentrum)
Manfred Zilm, Tel.: 0 21 04/80 16 54

DonnerstagDonnerstag***

◆ **Heerdt**, Pfarre St. Benediktus
Baldurstr. 24 (Pfarrzentrum)
Udo Becker, Tel.: 0 21 29/93 67 11

*****Freitag*****Freitag*****

◆ **Stadtmitte (BZ 8)**, Bendemannstr. 17
Andjelko Pintar, Tel.: 55 59 61

◆ **Vennhausen**, Markuskirche
Sandträgerweg 101 (Clubraum)
Hans-Jürgen Rost, Tel.: 22 46 37

◆ **Wersten-Mitte**, Stephanushaus
Evang. Gemeindezentrum, Wiesdorfer Str.
11-15
Eduard Lanzinger, Tel.: 92 69 250

◆ **Eßverhaltens-Gruppe (BZ 11)**
Bendemannstr. 17
Margrit Wever, Tel.: 29 75 69



Notrufnummern

Kreuzbund: 02 11 35 99 77
Telefonnotruf: 02 11 32 55 55
Telefonseelsorge: 08 00 1 11 02 22
Treff-In: 02 11 73 53-20 6
Grafenberg 13 A: 02 11 9 22-36 10



Oktober

- 05 Vorstandssitzung,
17.00 Uhr, BZ
- 16 Offene Frauengruppe
(Ute Lerch), 19.00 Uhr, BZ
- 16-18 Helferschulung (Brigitte
Emunds), Bergisch Gladbach
- 19 AKR Frauenarbeit,
19.00 Uhr, BZ
- 24 Vorstandssupervision (P.G.
Hoffmann), 10.00 Uhr, BZ
- 31 Selbsterfahrungsgruppe 4
(Barbara Kroke), 10.00 Uhr, BZ
- 31 Außerordentl. Delegiertenver-
sammlung des DV Köln in
Bonn; es ergehen besondere
Einladungen!

November

- 02 Vorstandssitzung,
17.00 Uhr, BZ
- 07 Therapeutisches Rollenspiel für
Frauen (Ingeborg Hoffmann),
10.00 Uhr, BZ
- 07 Helferschulung (Hans-Dieter
Braun), 10.00 Uhr, BZ
- 09 Gruppenleiter-Arbeitsgespräch
auf Diözesanebene,
19.00 Uhr, BZ
- 13 DV-Arbeitsgespräch der Region
Süd, Info beim DV
- 16 AK Öffentlichkeitsarbeit,
18.00 Uhr, BZ
- 20 Offene Frauengruppe
(Ute Lerch), 19.00 Uhr, BZ
- 20-22 Helferschulungs-Abschluß,
Waldbreitbach
- 21 Vorstandssupervision
(P.G. Hoffmann), 10.00 Uhr
- 21 Selbsterfahrungsgruppe 4
(Barbara Kroke), 10.00 Uhr, BZ



Dezember

- 05 DV-Arbeitsgespräch der
Frauen, Bonn, Ellerstraße 44,
genauere Info beim DV
- 07 Vorstandssitzung, 17.00 Uhr, BZ
- 11 Offene Frauengruppe
(Ute Lerch), 19.00 Uhr, BZ
- 13 Adventsfeier des
Kreisverbandes**
- 14 AKR Frauenarbeit,
19.00 Uhr, BZ



Wochenenddienste im BZ

- | | |
|---------------|----------------------|
| 03.10.-04.10. | Gruppe BZ 3 |
| 10.10.-11.10. | Gruppe BZ 4 |
| 17.10.-18.10. | Gruppe BZ 5 |
| 24.10.-25.10. | Gruppe Heerd |
| 31.10.-01.11. | Gruppe Unterrath |
| 07.11.-08.11. | Gruppe BZ 7 |
| 14.11.-15.11. | Gruppe Wersten-Mitte |
| 21.11.-22.11. | Gruppe BZ 8 |
| 28.11.-29.11. | Gruppe Gerresheim |
| 05.12.-06.12. | Gruppe BZ 10 |
| 12.12.-13.12. | Gruppe Hassels |



In letzter Zeit kommt es immer häufiger vor, daß sich kein Freiwilliger von den Selbsthilfegruppen findet, der "ehrenhalber", d.h. ohne Vergütung, den Dienst in der Cafeteria übernimmt. Sehr viele möchten jedoch diese Annehmlichkeit nicht missen, in einer trockenen, angenehmen Atmosphäre einen Kaffee oder ein anderes alkoholfreies Getränk zu bekommen, oder ggf. auch etwas zu essen, und das alles zu ausgesprochen günstigen Preisen.

Einige "Stammgäste", die schon länger gut mit ihrer Trockenheit umgehen können, werden sich sicher noch an das Café des Blauen Kreuz auf der Erkrather Straße erinnern, das durch mangelnde Hilfsbereitschaft (vielleicht auch organisatorisches Desinteresse?) zu unrentabel wurde. Die Cafeteria im BZ Bendemannstraße wird zwar wohl dadurch finanziert, daß es sich ja eigentlich um einen zusätzlichen Treff- und Versammlungsraum für die Gruppen handelt, außerdem noch teilweise als Wartezimmer bei Besuchen des Caritasverbandes und natürlich als Bleibe für das Büro bzw. die Verwaltung des

Kreuzbundes.

Trotzdem bin ich der Meinung, daß in den Gruppen vielleicht doch mehr auf den Personalnotstand hingewiesen werden könnte, um den regelmäßigen Betrieb zu sichern.

Mir ist durchaus bewußt, daß von den Gruppen natürlich die vielen Betroffenen, die ihre feste Arbeit haben und diejenigen, die dringend wieder eine Anstellung suchen, für diese unentgeltliche Beschäftigung nicht in Frage kommen. Aber ich werde das Gefühl nicht los, daß auch eine ganze Anzahl Betroffener gar keinen "Bock" haben, etwas für sich zu tun, geschweige denn für die anderen, sondern sich so verhalten, daß ich mich des Eindrucks nicht erwehren kann, daß sie nichts gegen ihre Suchterkrankung tun *wollen*, sondern nur tun *lassen* wollen.

Dieser Beitrag soll keine Forderung von mir sein, sondern lediglich als Anregung und vielleicht Denkanstoß dienen.

Mit trockenen Grüßen!
Euer Folker Sackmann

Mehr als Bücher ...

- ... eine bunte Palette
- Umweltschutzpapier
- ... Kladden aus handgeschöpftem Marmorpapier
- ... Stifte nach Öko-Norm



Regenbogen Buchhandlung

Blücherstr.3 · 40477 Düsseldorf · (0211) 443296

Unser Buchtip:

"Dalai Lama – Das Buch der Freiheit"

Die Autobiographie des Friedensnobelpreisträgers 1989 Gustav Lübbe Verlag

Die Autobiographie des XIV Dalai Lama von Tibet schildert das dramatische Schicksal eines Menschen, der im Alter von zwei Jahren zum Gottkönig bestimmt wurde, als Fünfzehnjähriger der Großmacht China die Stirn bieten mußte und seit über dreißig Jahren im Exil für die Freiheit seines Volkes kämpft. Das „Buch der Freiheit“ ist ein bewegender Lebensbericht, ein Plädoyer für Gewaltlosigkeit und Völkerverständigung.

TAG DER BEGEGNUNG

Nikolauskloster bei Schloß Dyck
15. August 1998

Marie Luise Blaeser

Gruppe Bilk-St. Martin



Wenn Engel reisen, lacht der Himmell.
Gutes Omen für die Reise nach Jüchen.
Dort angekommen, versammelten wir uns
um 10.00 Uhr in der Klosterkirche zu einem
gemeinsamen Gottesdienst, der die teil-
nehmenden 140 Kreuzbündler im Gebet
vereinte.

Das wechselhafte Schicksal von Kirche
und Kloster hat
seine Ursprünge
im 13./14.
Jahrhundert.

Ihre jetzige
neugotische
Form erhielten
die Gebäude um
1869. Pater An-
dreas von der
Ordensgemein-
schaft der Ob-
laten, die 1905
St. Nikolaus
übernahmen,
gab uns kurz

Einblick in die heutige Bestimmung und
das Klosterleben der 3 Pater, 2 Brüder und
30 Klosterschüler (im Alter zwischen 17
und 28 Jahren).

Der Tagesablauf wurde bekanntgegeben, 2
Mitglieder geehrt und Jochen Wachowski
verabschiedet, der sein Amt als Geschäfts-
führer des Diözesanverbandes aufgibt.

11.00 Uhr: Tagespunkt Diskussion in 2
Gruppen.

Wir (3 Mitglieder von Bilk, St. Martin) wur-
den der Gruppe von Dr. Josef zugeteilt, der
einen Vortrag über die Arbeit des Alexi-
aner-Krankenhauses, der Camillo-Station
und weiterführende Therapie nach

der Entlassung hielt.

Darüber brauchte man nicht diskutieren.
Wir hoffen, mit Hilfe unserer Gruppe, diese
Hilfe nicht mehr in Anspruch nehmen zu
müssen. – Aber dann: Zigarettenpause!

Vorbei an den animierenden Düften aus
der Küche, nahmen wir an den bereits
gedeckten Tischen unsere Plätze ein und
bekamen ein prima Sonntags-
Mittagessen.

Danach raus in den Klosterhof und
"hoch die Tassen" zum "Prosit der
Gemütlichkeit" der Blaskapelle
"Lustige Musikanten", die aus von
mir gezählten ca. 20 fidelen und
knackigen Klosterschülern besteht.

Im Anschluß Gelegenheit, sich im
Klostergarten zu ergehen, sich einer
Führung durchs Kloster an-
zuschließen, sich über die Angebote
des Klosters zu informieren oder sich
eine der stündlich stattfindenden
Trauungen anzusehen.

Dies alles regte den Appetit so stark
an, daß wir anschließend zur Kaffeetafel
drängten, zu einem wunderbaren hausge-
machten Kirschstreusel. -

Klar, daß die geschäftstüchtigen Musikan-
ten versuchten, ihre CDs, Tonbänder, Ker-
zen, Karten usw. an Mann oder Frau zu
bringen.

Ja, das war dann auch schon das Ende
eines schönen, erholsamen, informativen
Tages im St. Nikolauskloster. Nach und
nach reisten die Engel wieder heim. In
Gedanken an die lieben Mitglieder der
Kreuzbund-Region West, die uns diesen
schönen Tag geschenkt haben

- und der Himmel lachte immer noch dazu.



Gruftplatte im Mittelgang
der Klosterkirche



Ich sehe mich als Achtjährigen an der Hand meines Vaters durch die Wälder des Erzgebirges streifen. Wir suchen Pilze, vor allem Steinpilze, die mein Vater über alles schätzt.

Immer, wenn er fündig wird, greift er in seine Jackentasche, holt ein flaches, ovales Metallgefäß heraus und nimmt ein paar kräftige Schlucke.

"Was trinkst du da?", frage ich ihn und er sagt: "Tee!". In diesem Moment merke ich, daß ich das Ganze nur träume, denn mein Realbewußtsein hat sich eingemischt und flüstert mir zu: "Dein Vater lügt, das ist kein Tee!" "Darf ich auch mal trinken?" frage ich. "Nein, der Tee ist viel zu stark für Jungs wie dich", wehrt mein Vater ab. Das Realbewußtsein triumphiert: "AHA, - siehst Du!" Sogar bis tief in den Traum hinein spüre ich jetzt den Ursprung meiner heutigen Abhängigkeit. Das Kind glaubt dem Vater natürlich die Sache mit dem Tee und bohrt nicht weiter. Das Gewissen von außen aber läßt keine Ruhe: "Gib deinem Vater mal einen Kuß und achte darauf, wonach er riecht!"

Natürlich weiß das Besserwisserbewußtsein, daß jetzt die Stelle kommt, an der ich meinen Vater sowieso küssen würde, und dieser wendet auch prompt sein Gesicht zur Seite, so daß es gerade noch zu einem Wangenkuß reicht. Trotzdem rieche ich den Schnapsdunst, und er stößt mich ab.

"Tu bloß nicht so", meldet sich die Echtzeit wieder, "später wirst du das Zeug selber lieben und zwar so innig, daß du nur schwer davon loskommst!"

Urplötzlich vermischen sich Traum und Realität und das "Kind" sagt fast wütend zum Vater: "Ich bin aber jetzt trocken ! Sieben Jahre schon trocken!"

Der Vater lacht und spöttelt: "Nicht mehr lange, Junge, nicht mehr lange! Es fängt nämlich an zu regnen. Komm, laß uns ein Dach über dem Kopf suchen!"

Unter dem Vorbau einer Jagdhütte, die einigermaßen Schutz gewährt, nimmt der Vater wieder einen kräftigen Schluck aus dem Flachmann. "Alkohol ist Gift, Trockensein ist Trumpf!" sage ich im Auftrag meines überlagerten Bewußtseins.

"Werde du erst mal trocken hinter den Ohren!", lacht mein Vater. Ich werde wütend über so viel Aneinandervorbeireden! Begreift mein Vater denn nichts oder will er nicht begreifen!? Ich entschlief mich zu einer Rettungstat und reiße ihm den Flachmann aus der Tasche.

Was will ich denn damit? Wegwerfen? Selber trinken? Ich werde es nicht erfahren, denn das Eskalieren der Ereignisse hat mich wachgemacht. Es liegt ein riesiger Stein auf meiner Brust. Erst als ich merke, daß ich geträumt habe, bin ich erleichtert und beruhigt. Trotzdem kann ich den Traum nicht einfach ablegen. Ich frage mich, warum ich versucht habe, meinen Vater über den Traum an die Grenzen der Realität zu führen!? Den Vater, der schon so viele Jahre tot ist.

Wollte ich von ihm die Bestätigung, wie gut ich mich doch halte? Schließlich weiß ich das ja selbst, und auch von anderer Seite wird es mir bestätigt!

Nun gut, ich weiß es, aber ich werde trotzdem wieder davon träumen. Und einmal, dessen bin ich mir sicher, - irgendwann einmal werde ich Antworten erhalten! Auch wenn ich den Wortlaut bereits kenne.

Hilfe: Ein Hoffnungsloser Fall?

Gabriele van Uden

Gruppe Derendorf 2



Dies soll kein Titel für einen Krimi sein, sondern ein Aufruf an alle, die das Gelbe Heft nicht nur lesen, sondern bereit sind, selbst zur Feder zu greifen und mir auf diesem Weg mit Berichten aus eigenen Erfahrungen/Gefühlen helfen, ein Stück meines Selbstwertgefühls zurückzugewinnen.

Zu meinem zerbröselten Selbstwertgefühl:

Nachdem ich nun fast vier Jahre abstinente lebe, so habe ich doch manchmal das Gefühl: Ich schaffs nicht länger, ich will nicht länger. Jetzt, im "trockenen Zustand" mich und meine Gefühle auszuhalten, ist oftmals unerträglich. Was ich in all der Zeit - während meiner Therapie und in den vielen Gruppenbesuchen - gelernt und erfahren habe, ich kann's oftmals nicht praktisch anwenden. Dabei ist in der Theorie doch alles so einleuchtend.

Aber: Die Erfahrungen (sprich; das Leben) sind oftmals schmerzhaft. Hinzu kommt das Aufarbeiten der Erinnerungen an eine verkorkste Kindheit, kaputte Ehe und die Saufzeit. Und plötzlich ist es wieder da: Mein "altes Ich", und dann möchte ich mich am liebsten aus dem Zustand des *Nicht aushalten könnens* "wegbeamen".

Ich habe manchmal das Gefühl, daß ich mit meinen 48 Jahren keine Kraft mehr habe, an allem zu "arbeiten", um mein "trockenes" Leben lebenswert zu machen, mich und Dinge in meinem Leben zu verändern, um "zufrieden" abstinente zu bleiben. Eine große Sehnsucht nach Ruhe, sich nicht mehr abstrampeln zu müssen, nicht mehr an allem "arbeiten" zu

Flügel hängen lassen - aufgeben?

Mittlerweile hab ich zwar auch erfahren, daß diese "Zustände" - vor allem, wenn ich mal eine Nacht darüber geschlafen habe - auch wieder vorübergehen und ich mit neuem Mut und frischer Kraft in den neuen Tag gehe. Es gibt auch viele Tage, die ich optimistisch und ausgeglichen verbringe und auch eine gewisse Zufriedenheit fühle. Aber wenn sich dann wieder Frust in Beruf oder im privaten Bereich (beziehungs-kistenmäßig) breitmacht, fühle ich mich unsicher und überfordert.

Es fehlt mir die Sicherheit zu erkennen, wann kann ich "nein" sagen, ohne mir selbst oder dem Anderen ein schlechtes Gefühl zu vermitteln! Meine eigenen Bedürfnisse zu erkennen und zu vertreten, fällt mir schwer. Ich werde unsicher, bin mit mir selbst unzufrieden und mag mich an den Tagen gar nicht ertragen, wenn ich "schlecht" oder "launisch" drauf bin.

Fast unerträglich finde ich es, Enttäuschungen hinzunehmen. Sie geben mir das Gefühl, alles und alle sind gegen mich, mögen mich nicht - ich fühle mich an der Situation schuldig - Angst macht sich breit, verlassen zu werden.

Wie lange soll dieser Zustand noch anhalten?

Bin ich ein hoffnungsloser Fall?

Sicherlich kann ich auch in meiner Gruppe über meine Gedanken und Gefühle sprechen, würde mich darüber hinaus aber auch über viele Zuschriften mit eigenen Erfahrungen zum Thema Selbstwertgefühl sehr freuen.



Ausflug der Kreuzbundgruppe BZ 5

Am 11. Juni war es soweit: Um 10.00 Uhr starteten wir unser Unternehmen Gruppenreise BZ 5 nach Rossbach. Treffpunkt: Bendemannstraße, und los ging es. Heftige Regenschauer begleiteten uns auf der Fahrt Richtung Ziel. Nach ca. 1,5 Stunden aufregender Kolonnenfahrt über die Autobahn hatten wir unser Ziel erreicht.

Die Zimmervergabe war mit kleinen Schwierigkeiten verbunden, da der Hotelcomputer wohl falsch programmiert war. Aber nach nervenaufreibender Wartezeit wurden wir schließlich mit einer sehr guten Unterbringung belohnt.

Die Koffer wurden ausgepackt, und der erste Spaziergang ließ nicht lange auf sich warten. Welch ein kleines Wunder: Nach der etwas sehr feuchten Anreise zeigte sich die Sonne von der besten Seite, und die Wanderung endete in schönster Umgebung bei Erdbeerkuchen mit Sahne.

Am Abend scheuten wir keine Kosten und ließen uns ein Fünf-Gänge-Menue servieren.

Am nächsten Tag stand die Stadt Linz auf dem Programm. Trotz Regen war es ein Erlebnis, das gemütliche Städtchen am Rhein zu erkunden. Unter anderem besuchten wir eine Glasbrennerei. Erstaunlich war auch der ganzjährig stattfindende Weihnachtsmarkt. Nachmittags wurde von der Gruppe das reichhaltige Eis und Kuchenangebot wahrgenommen.

Das große Frühstücksbüfett am nächsten Morgen verschaffte uns die Kraft, eine ausgiebige Wanderung vorzunehmen.

Wir erkundeten gemeinsam die schönsten Ecken der Gegend. Nach diesem Gewaltmarsch hatten wir uns das gute

Abendessen redlich verdient.

Der letzte Tag: Das Wetter - grausam, die Stimmung - sehr gut.

Ein Teil der Gruppe brach zu einem kleinen Spaziergang auf, der jedoch 2,5 Stunden andauerte. Der Rest der Gruppe vertrieb sich die Zeit im Hotel. Nach der Ankunft der Wandervogel wurde noch einmal zünftig zu Mittag gegessen. Dann hieß es Abschied nehmen in der Hoffnung, einen solchen Ausflug mit guter Stimmung in der Gruppe, anregenden Gesprächen, bald zu wiederholen.

Thomas Ilka, Gr. BZ 5



Der erste Ausflug der BZ 14

Am 9.8.1998 war es endlich soweit, unser erster Ausflug fand statt. Treffpunkt war die Bendemannstraße. Unsere Gruppe bestand aus 13 Personen (abergläubisch sind wir nicht!).

Von dort fuhren wir nach Zons. Das Wetter spielte mit. Es war ein herrlicher Tag.

Die Gruppe hat sich auf der Freilichtbühne das Märchen "Die zertanzten Schuhe" angesehen. Es hat uns sehr gut gefallen.

Abschließend, beim gemütlichen Beisammensein, ließen wir den Tag ausklingen.

Es war ein schöner Ausflug!!!

Peter Ripart, BZ 14

MANGO-ORANGENDRINK

50g Mango, 4cl Mangosirup, Saft einer halben Orange, 2cl Zitronensaft, Mineralwasser.

Zur Dekoration: 1 Orangenscheibe, 1 Zitronenscheibe, 1 Blättchen Zitronenmelisse.

Zubereitung: Mango pürieren, mit Mangosirup, Orangensaft und Zitronensaft im Shaker gut schütteln und in Longdrink-Gläser geben. Mit Mineralwasser auffüllen. Dekorieren.

"Warum fliegen die Zugvögel im Herbst in den Süden?" - "Weil sie nicht gehen können. Das würde zu lange dauern."

"Natürlich nehme ich auch Heizöl für meinen Diesel-PKW", sagt der Landwirt zum Polizeibeamten, "oder glauben Sie, ich will in der Karre frieren?"

"Herbert", beklagt sich seine Frau, "in dem Kochbuch, das du mir geschenkt hast, sind aber viele Druckfehler. Hast du das nicht gesehen?" - "Nein", sagt er, "aber geschmeckt!"

Es sagt die Milchfrau: "Wenn Sie zwölfhundert Monate lang täglich einen Liter Milch trinken, werden Sie garantiert hundert Jahre alt."

Diebe bedanken sich beim Anwalt: "Den Freispruch haben Sie prima hingekriegt. Ihr Geld bekommen Sie auch, und wenn wir die ganze Nacht arbeiten müssen."

Bunte Seite



Ein Ölscheich zum anderen: "Also, wenn ich einen Mann bewundere, dann ist es Picasso. Kein Mensch hat je sein Öl so teuer verkauft wie er."

Frau Müller blättert in einem Modekatalog. Weißt du, daß Querstreifen dick machen?" fragt sie ihren Mann. "Mag sein", erwidert dieser, "aber wann ißt man denn schon Querstreifen?"

Johannes zu seinem Vater: "Wir haben heute so viel Hausaufgaben auf, daß Du bestimmt nicht fernsehen kannst!"