

# The Forum

## **Manchmal geschehen Wunder**

Von Denise C. Saskatchewan (Kanada)

Ich bin das älteste Kind von zwei Alkoholikern. Diese Tatsache sagt viel darüber aus, wie sich die Familienkrankheit Alkoholismus in meinem Leben zeigt: kontrollieren, helfen und anderen gefallen sind nur die ersten drei Punkte auf einer langen Liste. Als ich sechs Jahre alt war, kam mein Bruder auf die Welt, und ich übernahm die Verantwortung für ihn. Mein Leben lang wurde mir gesagt, ich solle mich um ihn kümmern. Ich glaubte, es wäre meine Aufgabe, sicherzustellen, dass seine Bedürfnisse erfüllt werden und es ihm gut geht.

Er sah sich sein ganzes Leben in der Opferrolle und glaubte, er könne sich nicht um sich selbst kümmern. Sein ganzes Erwachsenenleben lebte er mit seinem Vater zusammen, bis zu dessen Tod. Mein Bruder war von der Schule geflogen und hatte danach entweder schlecht bezahlte Jobs oder war arbeitslos. Immer wieder war er obdachlos und hangelte sich von einer Krise zur nächsten.

Auf seinem Sterbebett war der letzte Wunsch meines Vaters an mich, dass ich mich gut um meinen Bruder kümmere. Ich habe stets versucht, dieses Versprechen zu erfüllen: Ich sprang immer ein, wenn er in einer Krise steckte, sei es beim Autokauf, bei der Wohnungssuche, bei der Anmeldung beim Sozialamt, bei der Jobsuche oder beim Bezahlen seiner Telefonrechnung. Nach vielen Jahren in Al-Anon könnte man meinen, ich wisse, wie ich «loslasse und es Gott überlasse», sich um meinen Bruder zu kümmern, genauso wie ich es bei den Alkoholikern in meinem Leben gelernt hatte.

Aber die Herausforderung für mich ist, dass mein Bruder kein Alkoholiker oder Drogenabhängiger ist. Er hat keine diagnostizierte psychische Krankheit. Doch genau wie ich ist er in einer alkoholkranken Familie aufgewachsen. Mein Sponsor sagte mir, dass manche Menschen, die von dieser Krankheit betroffen sind, einfach Mühe haben, im Leben zurechtzukommen. Mein Bruder gehört zu diesen Menschen. Ich habe mein Leben damit zugebracht, ihm meine Version seines besseren Lebens überstülpen zu wollen.

Vor einigen Monaten verlor mein Bruder wieder einmal seinen Job und geriet einmal mehr in die Spirale in Richtung Obdachlosigkeit. Dieses Mal konnte ich mich dank der Hilfe meines Sponsors, der Werkzeuge im Programm und der Gnade meiner Höheren Macht von seiner Situation lösen und habe aufgehört,

deren Ausgang kontrollieren zu wollen. Ich sprach mit ihm, wenn er anrief, aber in diesen Gesprächen habe ich ihn weder verhört, wie er gedenke, seine Situation zu lösen, noch habe ich ihm meine Hilfe angeboten. Ich habe ihn nicht beschämt oder beschimpft. Vielmehr waren die Gespräche höflich und angenehm. Das war nicht einfach für mich, aber wie bei einem Mantra komme ich nun langsam zur Überzeugung, dass das Leben meines Bruders und alles, was darin passiert, nicht in meiner Verantwortung liegen.

Und manchmal geschehen wirklich Wunder! Vor ein paar Tagen rief mein Bruder mich an und sagte mir, er habe einen Job gefunden – ganz ohne meine Hilfe (oder besser gesagt: mein Einmischen). Die Dankbarkeit und die Erleichterung, die ich fühle, sind überwältigend. Ich weiss nicht, wie lange er diesen Job behalten wird und was die Zukunft bringt, aber nur für heute bin ich mächtig stolz auf ihn. Und ich bin stolz auf mich und darauf, dass ich dank der Anwendung der Al-Anon Werkzeuge wachsen konnte. «Nur einen Tag nach dem anderen» lerne ich «loszulassen und es Gott zu überlassen», sich um meinen Bruder zu kümmern.

*Quelle: The Forum (Monatszeitschrift von Al-Anon), Ausgabe März 2023*

*Nachdruck mit Genehmigung von The Forum, Al-Anon Family Group Hdqs., Inc., Virginia Beach, VA (USA)*