

The Forum

Wie ich der Anziehung missbräuchlicher Alkoholiker entkam und Genesung fand

Von Marcia H., Tennessee (Dezember 2011)

In der konservativen Gegend der East Tennessee Mountains gab es zwei Gruppen von Menschen: einerseits die angesehenen Mitglieder der Gesellschaft, die hart arbeiteten, ihre Häuser streng bewachten und jeden Sonntag in die Kirche gingen, und andererseits die armen Seelen, die verdammt und dem Mais-Whiskey sowie dem sündigen Leben verfallen waren. Im Rückblick bin ich mir ziemlich sicher, dass die beiden Gruppen sich dadurch unterschieden, wer am besten Geheimnisse bewahren konnte. Die Geheimnisse meiner Familie waren jedenfalls gut gehütet.

Ich habe schöne Erinnerungen an meine Kindheit. Mein Vater arbeitete die ganze Woche hart, schrieb Songs, spielte auf seiner Gitarre und sang am Sonntag im Chor. Wir gingen jeweils in die Kirche, ich glücklich in meiner jugendlichen Unwissenheit und meine Mutter mit ihrer täglichen Dosis Tabletten, die Vaters Führung respektvoll folgte. Ich wusste es einfach: Mein Leben würde perfekt sein. Ich konnte es kaum erwarten, erwachsen zu werden.

Bevor ich aus der Highschool kam, überredete mich unser Schulbusfahrer, ihn zu heiraten. Ich wollte in die Stadt ziehen, mein eigenes Leben haben und den perfekten Traum leben. Er war die Antwort, nach der ich gesucht hatte. Unsere Ehe, aus der zwei Kinder hervorgingen, scheiterte nach 20 Jahren. Nichts hatte mich auf den Schock vorbereitet, meinen Mann an eine andere Frau zu verlieren. Meine Schuld- und Schamgefühle überwältigten mich. Ich versuchte, für mich zu kämpfen. Schliesslich hatte er den Fehler gemacht. Ich war perfekt.

Nach der Scheidung war er mit einer anderen Frau zusammen und ich stand ohne Einkommen da. Ich lernte zu überleben. Ich verwandelte mein Haus in ein saisonales Restaurant für Touristen, für die unsere Berge ein Urlaubsparadies waren. Mein Geld verdiente ich damit, hausgemachte Speisen zu servieren und zu lächeln, bis mir das Gesicht weh tat. Doch ich war zu beschäftigt, um den Schmerz zu spüren.

Eines Tages kam mein Retter zur Tür herein. Ich warf einen Blick auf den Charmeur und wusste, dass ich ihn in den Mann meiner Träume verwandeln konnte. Er sagte mir, wie sexy ich sei. Das Leben würde also doch noch perfekt werden! Wir heirateten.

Sieben Jahre später rannte ich um mein Leben. Aus Schlägen und blauen Flecken wurden eine Verfolgungsjagd mit geladener Waffe und die Drohung, mein Haus niederzubrennen, wenn ich einen anderen Mann auch nur ansehen würde. Ich wusste nie, was ihn auf die Palme bringen würde. Nachdem er sich jeweils wieder beruhigt hatte, schenkte er mir Blumen.

Ich war besessen davon, alles zu tun, um diesen Mann glücklich zu machen. Ich begann, ihm zu folgen und sah, wie er mit anderen Frauen flirtete und sie direkt vor meinen Augen küsste. Wenn ich etwas sagte, schlug er mich wieder.

Eines Abends starrte ich mein wuterfülltes Gesicht im Spiegel an, doch ich erkannte mich selbst nicht wieder. Ich war ganz ausser mir, hatte mit ihm gestritten und an seinen Haaren gezogen. Die Polizei riet mir, zu gehen, bevor er mich töten würde. Ich packte ein paar Sachen und machte mich auf in Richtung Westen. Meine harte Arbeit, mein Restaurant, mein Leben, mein ausgebranntes Zuhause – all das war weg und ich war pleite.

Eine gute Freundin schlug mir vor, ein paar Al-Anon Meetings zu besuchen. Sie hatte meinen mit blauen Flecken übersäten Körper gesehen und meine Schamgefühle und meinen Schmerz erkannt. Ich nahm mir ihren Vorschlag zu Herzen und kam in eine Gruppe völlig fremder Menschen, die mir halfen, mein Leben zu ändern.

Nachdem ich drei Treffen pro Woche besucht und unter vielen Tränen ein wenig von meiner geistigen Gesundheit zurückerhalten hatte, beschloss ich, dass es Zeit war, nach Hause zu gehen. Mein Leben war ein Scherbenhaufen, aber ich hatte endlich wieder etwas Selbstachtung, Mut und Hoffnung.

Mein Mann hatte sich von mir scheiden lassen und eine andere geheiratet. Zumindest das lief zu meinen Gunsten. Bei meiner Arbeit im vierten Schritt setze ich mich mit den lange gehüteten Geheimnissen meiner Familiengeschichte auseinander. Um der Wahrheit und dem Verständnis willen sind ein paar mutige Familienmitglieder bereit, die Leichen aus dem Keller zu holen. Diese Reise ist schmerzhaft für mich. Aber ich tue mein Bestes.

Ich stehe jeden Tag früh auf und lese in der konferenzgeprüften Literatur. Dabei entdecke ich mich selbst immer mehr und lerne, mich und meine bisherige Reise ohne Schuld und Scham zu akzeptieren. Ich bin dabei, meinen Weg zu finden. Ich versuche nicht mehr, in irgendjemandes Leben Gott zu spielen, schon gar nicht in meinem eigenen. Nur für heute habe ich ein Tagesziel: Gelassenheit und Frieden statt Drama und Aufregung.

Ich bin jetzt seit 13 Jahren ein dankbares Mitglied von Al-Anon. Ich gehöre zu einer Gemeinschaft von Menschen, die mein Leben bereichern und ermutigen. Ich habe gefunden, was mir im spirituellen Fundament meines Lebens gefehlt hatte: meine Höhere Macht und die Liebe meiner Al-Anon-Familie.

Quelle: The Forum (Monatszeitschrift von Al-Anon), Ausgabe Dezember 2011

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