



29.05.2011

Konfirmandinnen und Konfirmanden

Sei kein Held beim Weinsaufen; denn der Wein bringt viele Leute um.
Das Feuer prüft den Stahl, wenn er in Wasser getaucht ist; so prüft der Wein die
Mutwilligen, wenn sie in Streit geraten.
Der Wein erquickt die Menschen, wenn man ihn mäßig trinkt.
Und was ist das Leben ohne Wein?
Denn er ist geschaffen, daß er die Menschen fröhlich machen soll.
Der Wein, zu rechter Zeit und in rechtem Maß getrunken, erfreut Herz und Seele.
Aber wenn man zuviel davon trinkt, bringt er Herzeleid, weil man sich gegenseitig reizt
und miteinander streitet.
Die Trunkenheit macht einen Narren noch toller,
bis er strauchelt und kraftlos hinfällt und sich verletzt.
Schilt deinen Nächsten nicht beim Wein und verachte ihn nicht, wenn er lustig wird.
Gib ihm keine bösen Worte und dränge ihn nicht, wenn er dir etwas zurückzuzahlen hat.
Jesus Sirach 31,30-40

**(Predigtgruppe: Alexander Urban, Sarah Austerlitz, Flora Rehse, Sebastian Sacher,
Jakob Duschet)**

Alexander Urban

Wenn man an Sucht denkt, fallen die Gedanken meist zu Alkohol, Nikotin oder zu harten
Drogen wie Kokain oder Heroin. Doch eine Sucht die dabei oft vergessen wird ist die
Onlinesucht. Diese Sucht ist für jeden zugänglich, der einen Computer mit Internetzugang
hat.

Bei diesen Computerspielen bewegt man sich in einer fiktiven Welt mit anderen Spielern
und muss gewisse Aufgaben erfüllen. Diese Spiele sind praktisch unendlich lang.
Abhängige wollen immer besser werden und verbringen dadurch ihre ganze Freizeit vor

dem Computer. Die Macher dieser Spiele verdienen damit sehr viel Geld, da die Spieler monatlich dafür zahlen müssen.

Man rennt in einem Territorium mit bis 30 zu anderen Spielern herum. Dabei muss man mit Schusswaffen die Mitspieler bekämpfen. Wer die meisten Spieler getötet hat gewinnt. Diese Spiele sind aufgrund der Brutalität meist erst ab 16 oder 18 Jahren freigegeben.

FACEBOOK

Das sind Plattformen im Internet, auf denen jeder sich ein persönliches Profil erstellen kann. Man kann Fotos und Videos hochladen. Man kann seinen aktuellen Status "posten" das heißt Anden Leuten mitteilen.

Außerdem ist es möglich alles zu kommentieren, was andere Leute hochgeladen oder geschrieben haben.

Soziale Netzwerke trainieren das Multitasking und das vernetzte Denken.

Man ist immer erreichbar und kann mit seinen Freunden kommunizieren. Es ist möglich schnell Kontakte zu schließen.

Aber viele Leute verkriechen sich vor dem PC, machen keinen Sport, vernachlässigen ihre Familie und Freunde und den Job oder Schule. Süchtige verzichten auf reelle Kontakte. Sie veröffentlichen ihr ganzes Privatleben, wodurch ihnen der Unterschied zwischen Realität und Virtualität schwer fällt. Ich spiele manchmal Onlinespiele und bin in sozialen Netzwerken angemeldet. Aber solange man es nicht übertreibt und nicht dauerhaft online ist, kann man soziale Netzwerke und Onlinespiele ohne der Angst süchtig zu werden verwenden bzw. Spielen.

Sarah Austerlitz

[Schilderung von persönlich erlebter Facebooksucht bei einem bekannten Menschen.]

Flora Rehse

Aber wie bemerkt man eine Sucht?

Sucht wird als unstillbares Verlangen nach bestimmten Sachen wie zum Beispiel aufhellende Medikamente, Spielsucht, Kaufsucht, (die schon vorher erwähnte?-) Internetsucht und viele andere Dinge definiert. Bei fremden Leuten wahrscheinlich gar nicht, aber bei Personen, die man näher kennt und mit denen man regelmäßig zutun hat, gibt es einige Punkte, an denen man erkennen kann, ob der- oder diejenige süchtig nach etwas ist:

Starke Stimmungsschwankungen, Konzentrationsschwierigkeiten, Vernachlässigung des Äußeren sind einige davon, aber auch die Abgrenzung vom sozialen Umfeld gehört dazu. Personen, die sich zurückziehen, keinen Kontakt zur Außenwelt haben wollen, oder Personen, die ihre Freunde nicht zurückrufen und nichts mit ihnen unternehmen wollen, das alles sind Leute, die sich wahrscheinlich schämen, und nicht möchten, dass andere

Leute ihre Sucht erkennen. Allerdings bemerken Süchtige ihre Abhängigkeit teilweise auch selber gar nicht, sondern müssen es durch Andere erfahren. Manche wollen es sogar dann nicht wahrhaben, und werden gewaltsam zum Entzug gezwungen. Dieser findet in Entzugskliniken oder Spitälern statt, da man dafür ärztliche Hilfe benötigt und es sonst alleine nicht schafft.

Wann ist man anfällig für Suchtverhalten?

Gefährdet sind Personen, die vor unangenehmen Situationen und Gefühlen flüchten wollen, die ihr Leben im Grunde sinnlos finden, bei denen vielleicht ein Familienmitglied gestorben ist, oder die ihren Arbeitsplatz verloren haben. Gefährdet sind auch diejenigen, die in Kreise geraten, in denen ganz offen ein Suchtverhalten ausgelebt wird wie z. B. bei Einnahme von Drogen.

Wichtig ist zu wissen, dass meistens nie eine Ursache allein dafür verantwortlich ist, dass jemand süchtig wird. Ebenso wichtig sind Familie und Freunde, die die Veränderungen bemerken und etwas dagegen unternehmen. Wenn abhängige Leute versuchen, ihre Sucht alleine zu bewältigen, geht das meistens nämlich nicht gut aus.

Sebastian Sacher

Was kann einen in die Sucht hineinreiten?

Ein tragisches Ereignis beispielsweise, das man nicht verkraftet, also greift man zu den Drogen, um zu vergessen. Zuerst verstarb die Schwester eines Freundes von mir, danach begann seine Mutter zu trinken. Das endete schließlich in Leberzirrhose was auch noch seiner Mutter das Leben nahm. Nun schluckt er Antidepressiva und ist drauf und dran in die Sucht hineinzuschlittern, denn es gibt auch keine Hilfe von den Menschen um ihn herum. Sein Vater steckt in seinen eigenen Depressionen fest.

Es sind also oft Krisen, die einen in die Sucht treiben, aber es reicht auch schon Unzufriedenheit mit sich selbst. Hier ist es dann oft die Gelegenheit, die einen zu den Drogen bringt. Ein Bekannter bemerkt die eigene Unglücklichkeit und bietet einem ein bisschen „Zeug“ an, und schon sind sie da, die Drogen. Und wenn es nicht die Drogen sind, sucht man sich eben etwas Anderes um mit seinen Sorgen fertig zu werden. Man erlangt das Gefühl von Selbstkontrolle, indem man sich abmagert, man sucht Bestätigung bei so genannten „Freunden“ auf Facebook oder einem anderen Social Network, irgendetwas findet man immer. Doch im Endeffekt hilft es nie, das was man wirklich braucht, ist Menschen, die etwas mit einem unternehmen, einem helfen wollen.

Ich glaube nicht, dass Sucht jemandem helfen kann. Es spricht nichts gegen den gelegentlichen Konsum von Drogen, sofern er einen nicht süchtig macht. Doch gerade bei den „Harten Drogen“ ist das schnell passiert. Längerwährende Vorteile, etwa das bewältigen von Problemen, gibt es meiner Meinung nach allerdings nicht.

Nun sagen manche, die Drogen beziehungsweise die Sucht würde sie erfolgreich machen.

Beispielsweise Workaholics, die nur Befriedigung aus der Arbeit aber nie aus deren Abschluss ziehen können. Doch im Endeffekt bringt es einen nicht weiter. Man kann nicht sein ganzes Leben durcharbeiten und irgendwann brennt man aus.

Dann braucht man Hilfe und Unterstützung, professionell oder auch einfach von Freunden und Familie, denn von allein ist das Hinauskommen aus der Sucht sehr schwer.

Jakob Duschet

Was ist es, das durch eine Aktion oder eine Sache, die Grenze von der lebensbereichernden Erfahrung zum Suchtmittel überschreiten lässt? Das Gefährliche am Suchtmittel ist vielleicht seine Attraktivität. Es ist diese Attraktivität, die auch von Süchtigen oft als Ausrede - ob vor anderen, oder vor sich selbst - benutzt wird.

„Ich rauche, weil mich das beruhigt.“ Oder „weil es mir beim Abnehmen hilft.“

Die meisten Suchtmittel versprechen uns in erster Linie etwas Positives. Das kann im Bereich des sozialen Prestiges, im Bereich Körperlichkeit oder einfach nur das Versprechen von Spaß sein. Sie versprechen etwas, das unser Leben in irgendeiner Weise zu bereichern scheint. Das Internet hat die Kommunikation revolutioniert und macht es uns möglich, innerhalb weniger Sekunden zu erfahren, was in den entferntesten Winkeln der Welt vor sich geht. Bewusstseinsweiternde Drogen haben einige der größten Kunstwerke der Menschheit hervorgebracht und könnten uns neue Tore zur Wahrnehmung unseres Selbst und der ganzen Welt öffnen.

Wäre es also, stellt sich berechtigt die Frage, wäre es also möglich, in einer anderen Welt, oder bloß mit einer andren Geisteshaltung, frei von Süchten zu leben - aber dennoch die positiven Seiten des Suchtmittels zu genießen?

Müsste es nicht einen Weg geben, aus Suchtmitteln jeglicher Art, reinen Vorteil zu ziehen, ohne Angst vor Konsequenzen?

Die Antwort auf diese Fragen können wir uns nur für uns selbst geben. Eine Sache scheint aber gewiss: Dass es für uns, als Menschen, wichtig ist unser Leben selbst in die Hand zu nehmen. Wir werden nie verhindern können, dass die Außenwelt unser Leben beeinflusst - und das ist auch gut so. Aber wir dürfen uns von diesen äußeren Einflüssen keinesfalls beherrschen lassen. Der wichtigste Glaube im Umgang mit Süchten und überhaupt auf dem Weg in ein glückliches Leben ist demnach wahrscheinlich auch nicht der Glaube an Gott - sondern der Glaube daran, oder besser das Wissen darum, dass wir für unsere Entscheidungen selbst die Verantwortung übernehmen müssen - und dass wir unser Leben zu jeder Zeit selbst in der Hand haben. Das bedeutet nicht, dass wir die Hilfe von anderen nicht annehmen dürfen, im Gegenteil. Zu einem selbstbestimmten Leben gehört zuallererst die Selbsterkenntnis - die wahre Stärke ausmacht. Sie ist der erste Schritt dazu, dass wir unser Leben und unser ganzes Selbst in der Hand haben.

AMEN

Predigtseiten der Reformierten Stadtkirche
Dorotheergasse 16, 1010 Wien
www.reformiertestadtkirche.at
29.05.2011, Konfirmandinnen und Konfirmanden