

Blaues Kreuz

Berühmte Personen, die keinen Alkohol trinken, Folge 17

Gary Oldman

In seinen Filmen mimt er oft den Bösewicht, privat gilt er aber als sympathisch. Gary Oldman ist ein erfolgreicher britischer Schauspieler, Regisseur und Filmproduzent, der in seiner mehr als vier Jahrzehnte dauernden Karriere an die fünfzig Filmpreise abgeräumt hat. Seine brillante Darstellung von Winston Churchill im Film «Die dunkelste Stunde» brachte ihm einen Oscar ein. Einen privaten Erfolg feierte Gary Oldman 1995: Nach jahrelanger Alkoholabhängigkeit machte er einen erfolgreichen Entzug. Seither ist er trocken.



Gary Oldman 2018 an der Preisverleihung der Golden Globe Awards

Gary Leonard Oldman wurde am 21. März 1958 im Londoner Stadtteil Lewisham geboren. Er war der erste Sohn und das zweite Kind der Hausfrau Kathleen und des Schweissers und ehemaligen Seemanns Leonard Bertram Oldman. Seine 13 Jahre ältere Schwester Maureen, besser bekannt als Laila Morse, ist ebenfalls Schauspielerin. Mit ihr wuchs Gary Oldman in einem typischen englischen Arbeiterviertel auf. Das Umfeld empfand er als rau und motivierend zugleich: «Das Aufwachsen in einem Unterklasseviertel, in einer Arbeiterfamilie und das Fehlen von viel Geld – all das kann einen wütend machen, aber auch

anspornen und einen Vorteil verschaffen.» Auch die familiären Bedingungen, unter denen Gary Oldman aufwuchs, waren nicht ideal. Sein alkoholabhängiger Vater verliess die Familie, als der Junge gerade sieben Jahre alt war. Die beiden hatten daraufhin während 15 Jahren kaum Kontakt. Im Alter von nur 62 Jahren starb sein Vater an den Folgen des Alkoholkonsums. «Ich habe meinem Vater nie gesagt, dass ich ihn liebe, bevor er starb, und ich habe deshalb viele Probleme. Sie schwirren alle in meinem Kopf und in meinem Herzen herum, sind ungelöst», sagte Oldman dazu. Ohne Vater aufzuwachsen,



Liebe Leserin, lieber Leser

Die Pandemie hat uns alle belastet. In der ersten Phase vor zwei Jahren sahen wir regelmässig Zeichen der Fürsorge. Nachbarn boten an, für gefährdete Menschen wie mich Einkäufe zu erledigen. Das hat mich tief berührt.

Später hatten viele die Covid-Massnahmen satt und verhielten sich manchmal sogar rücksichtslos. Eine Frau hustete im öffentlichen Verkehrsmittel absichtlich in mein Gesicht, nachdem ich sie höflich darum gebeten hatte, eine Maske zu tragen, weil mein Immunsystem geschwächt sei.

Unsere Gesellschaft ist im Kern so, wie sie mit ihren schwächsten Mitgliedern umgeht. Menschen mit einer Sucht, einer Behinderung, einer Krankheit, Migrantinnen und Migranten und wirtschaftlich Schwache werden oft benachteiligt oder sogar stigmatisiert.

Göttliches ist inklusiv. So unterschiedlich die Menschen auch sind, alle – mit oder ohne Beeinträchtigung – tragen Gottes Ebenbild in sich und sind zur Gemeinschaft mit ihrem Schöpfer und anderen Geschöpfen bestimmt (Genesis 1,26–27).

Inklusion beginnt, wenn wir anfangen, menschliches Leben nicht nach Produktivität und individueller Leistung zu bewerten, sondern nach der Tatsache, dass jeder Mensch ein gleichberechtigtes Mitglied der Gesellschaft ist. Die Art und Weise, wie wir die Schwächsten in unserer Gesellschaft behandeln, zeigt, ob wir die christlichen Werte leben.

Mark Moser, Mitglied des Zentralvorstands



Gary Oldman mit seiner Frau Gisele Schmidt 2019 am 76. Filmfestival in Venedig

brachte beengte finanzielle Verhältnisse mit sich. So verliess Oldman bereits mit sechzehn die Schule, um eine Stelle in einem Sportgeschäft anzunehmen. Später nahm er Arbeiten als Pförtner in einem Operationssaal, als Schuhverkäufer und als Mitarbeiter in einem Schlachthof an. Zu jener Zeit begeisterte sich Gary Oldman für die Musik. Weil das Geld für eine entsprechende Ausbildung fehlte, brachte er sich das Klavierspiel selbst bei und trat zwischendurch auch als Sänger auf. Seine Karriere sollte ihn aber in andere Bahnen lenken.

Über das Theater zum Film

Als Gary Oldman 1971 eine Darbietung des Schauspielers Malcolm McDowell im Film «The Raging Moon» sah, war er so begeistert, dass er sich dazu entschied, selbst Schauspieler zu werden. Fortan verfolgte er dieses Ziel mit Ehrgeiz. Von Misserfolgen liess er sich nicht beirren. Zwei Jahre hintereinander bewarb er sich erfolglos um einen Platz an der renommierten Royal Academy of Dramatic Art, wo man ihm den Rat gab, mit etwas anderem Karriere zu machen als mit Schauspielerei. Im Jahr 1976 erhielt er schliesslich

ein Stipendium am Rose Bruford College of Speech and Drama in Kent, das er 1979 mit einem Bachelor in Schauspiel abschloss. Im gleichen Jahr startete Gary Oldman am Londoner Royal Court Theatre eine Karriere als Theaterschauspieler. Sechs Jahre später landete er einen Erfolg, der ihn in der Szene berühmt machte und seiner Karriere Auftrieb gab: Für seine Rolle in «The Pope's Wedding» (1984) gewann Gary Oldman den Fringe Award als «bester Newcomer» und den Drama Magazine Award als «bester Schauspieler». Der Weg zum Kino war dann nicht mehr weit: 1986 gab der Brite im Film «Sid And Nancy» sein Debüt auf der grossen Leinwand und spielte den Bassisten der Punkband Sex Pistols. Für seine authentische Darstellung des Musikers erntete Gary Oldman grosses Lob von den Kritikern. Es folgten fünf weitere Filmrollen als Haupt- und Nebendarsteller, bevor dem jungen Schauspieler 1990 mit seiner Rolle im Thriller «State of Grace» an der Seite von Sean Penn der endgültige Durchbruch in der US-amerikanischen Filmwelt gelang. So zog Gary Oldman Anfang der Neunzigerjahre in die USA, um seine Karriere weiter voranzubringen.

Seither hat Gary Oldman in über 80 Kino- und Fernsehfilmen mitgewirkt. So spielte er etwa 1992 in Bram Stokers «Dracula» den Vampir, mimte in der Harry-Potter-Filmreihe den vielschichtigen Sirius Black und porträtierte in «Immortal Beloved» den Komponisten Ludwig van Beethoven.

Fast jährlich ein Filmpreis

Seit den Neunzigerjahren gewann Gary Oldman so gut wie jedes Jahr entweder einen Filmpreis oder wurde zumindest für einen nominiert. Seine erfolgreichste Rolle als Winston Churchill im Film «The Darkest Hour» («Die dunkelste Stunde») brachte ihm nebst weiteren vier Auszeichnungen endlich einen Oscar ein. Neben Awards und Nominationen erhielt Gary Oldman für seine Schauspielkünste viel Lob aus der Filmbranche. Viele halten ihn für den besten Schauspieler seiner Generation, darunter der US-Filmkritiker Roger Ebert, der ihn als «best young actor around» bezeichnet hat. Diese Meinung teilen berühmte Schauspieler wie Colin Firth, Peter Travers (einer von Oldmans Lieblingsschauspielern) oder Alec Baldwin. Andere sehen in ihm einen der besten Filmbösewichte aller

Zeiten – etwa als gewalttätiger Zuhälter in «True Romance» (1993) oder als korrupter Agent im Film «Léon» (1994).

Auch als Regisseur und Filmproduzent hat sich Gary Oldman einen Namen gemacht. Zusammen mit Douglas Urbanski gründete er im Jahr 1996 die Filmproduktionsgesellschaft SE8 Group. Diese brachte den Film «Nil By Mouth» hervor, in dem Gary Oldman erstmals in seiner Karriere Regie führte und zudem das Drehbuch zum Film verfasste. Seither haben Gary Oldman und Douglas Urbanski für zahlreiche weitere Projekte zusammengearbeitet. Als Produzent fungierte Gary Oldman bei zwei Filmen: «Plunkett & Macleane» (1999) und «The Contender». In letzterem spielte er zudem die Hauptrolle.

Das Erfolgsgeheimnis

Ein Schlüssel zu Gary Oldmans Erfolg ist seine ausserordentliche Wandelbarkeit. Diese hat ihm den Spitznamen «das Chamäleon» eingebracht. Spielt er eine Rolle, versetzt er sich ganz in ihre Persönlichkeit und verinnerlicht all ihre Schattierungen. Dabei schafft er es, Emotionen zu transportieren und Klischees ausser Kraft zu setzen. Über sein Talent sagte Oldman einmal: «Was eine Schauspielschule nicht vermitteln kann, ist Instinkt. Sie kann den Instinkt schärfen, aber nicht lehren. Intuition muss man einfach haben. Sie ist eine wesentliche Zutat.» Gary Oldman ist auch bekannt dafür, in fast jedem Film mit einem anderen Akzent zu sprechen – im Privaten hat er indessen den für die britischen Unterschicht typischen Cockney-Dialekt aus seiner Kindheit beibehalten. Für seine Rolle als George Smiley im Film «Tinker Tailor Soldier Spy» nahm Gary Oldman fünfzehn Kilo zu. Zudem traf er sich mit dem Drehbuchautor David John Moore Cornwell, um Hintergründe über die Figur des Herrn Smiley zu erfahren. So einfühlsam und realistisch Gary Oldman die Persönlichkeiten auch mimit, er wird nie sie selbst: «Jeder Schauspieler, der Ihnen sagt, dass er zu dem Menschen geworden ist, den er spielt, ist ein Schwindler. Es sei denn, bei ihm wurde eindeutig Schizophrenie diagnostiziert.»

Zwei weitere Gründe für Gary Oldmans Erfolg sind seine Willenskraft und seine Hart-

näckigkeit. Was er sich vorgenommen hat, verfolgt er, bis er es erreicht hat. Von schlechter Kritik lässt er sich nicht beirren. «Was andere Leute von mir denken, geht mich nichts an», sagte er einst.

Gary Oldman privat

Anders, als es seine gelegentlichen Rollen als Psychopath vermuten lassen, gilt Gary Oldman privat als ruhige und sympathische Person. Er hat bleibende Freundschaften geschlossen, etwa mit dem Harry-Potter-Hauptdarsteller Daniel Radcliffe (vgl. sein Porträt in *Blaues Kreuz 2* / 2020). Dem Rummel um seine Person weicht Oldman aus. «Ich gehe nicht zu Premieren. Ich gehe nicht an Partys . . . Ich möchte das alles nicht. Ich gehe nicht aus. Ich esse einfach jeden Abend zu Hause mit meinen Kindern. Berühmt zu sein, ist eine ganz andere Karriere. Und dafür habe ich keine Energie.» In der Tat ist Gary Oldman ein Familienmensch. Er glaubt an ein stabiles, erfüllendes Eheleben. Seit 2017 ist er mit der Autorin und Kuratorin Gisele Schmidt verheiratet – in fünfter Ehe. Aus früheren Verbindungen hat er drei Söhne: Alfie aus seiner ersten Ehe mit der Schauspielkollegin Lesley Manville und Gulliver Flynn sowie Charlie John aus seiner dritten Ehe mit der Fotografin Donya Fiorentino. Für letzte beide hat er nach der Scheidung das alleinige Sorgerecht erkämpft. Seinen Kindern versucht Gary Oldman ein guter, verantwortungsvoller Vater zu sein. Über Kindererziehung sagte er einst: «Es gibt kein Handbuch für Kindererziehung. Als Elternteil wandelt man auf einem schmalen Grat, weil man diese rohen Wesen zivilisieren muss. Sie kippen den Kaffee um und malen mit den Fingern auf den Tisch. Irgendwann muss man sagen: «Das müsst ihr jetzt aufräumen, denn man malt nicht mit Kaffee auf den Tisch.»»

Als er jünger war, litt Gary Oldman längere Zeit unter Alkoholabhängigkeit. Er war dabei, den Fehler seines Vaters zu wiederholen. Zeitweise war der Schauspieler wegen seiner Alkoholprobleme sogar in einer Entzugsklinik. Zu seinen schlimmsten Zeiten «schwitzte er Wodka», konsumierte das Getränk flaschenweise und fällte einzelne Entscheidungen für

Filmrollen im Rausch. 1991 kam er mit dem Gesetz in Konflikt, als er nach einem Abend mit seinem Schauspielkollegen Kiefer Sutherland betrunken am Steuer erwischt wurde.

Vier Jahre später schaffte Gary Oldman den Entzug in einer Klinik. Danach trat er den Anonymen Alkoholikern bei, die ihn in seiner Entscheidung, trocken zu bleiben, bestärkten. «Nüchtern zu werden war eines der drei entscheidenden Ereignisse in meinem Leben – neben der Tatsache, dass ich Schauspieler wurde und Kinder bekam. Von diesen drei Ereignissen war nüchtern zu werden am schwierigsten.» Eine Alkoholabhängigkeit, wie er sie nun seit über einem Vierteljahrhundert hinter sich zurückgelassen hat, wünsche er «nicht einmal seinem schlimmsten Feind». Oldman wird auch weiterhin den Alkohol vermeiden, den er als «dreiköpfigen Drachen, der dich geistig, emotional und körperlich angreift» beschreibt.

Was seine politische Haltung und seine Weltanschauung betrifft, hält sich Gary Oldman in der Öffentlichkeit weitgehend bedeckt. Bekannt ist: Von politischer Korrektheit hält er ebenso wenig wie davon, dass man ihn einer Partei zuordnet. Der DreamWorks-Manager Douglas Urbanski hat ihn einmal als «die am wenigsten politische Person, die ich kenne» bezeichnet. Von sich selbst sagt Gary Oldman, er sei am ehesten ein Libertärer: jemand, der Wert auf die persönliche Freiheit der Menschen legt. In einem nicht religiösen Umfeld aufgewachsen, bezeichnet Gary Oldman sich nicht als gläubig, aber als spirituell. Dass es eine höhere Kraft gibt, scheint Gary Oldman allerdings zu spüren: «Wir haben einen Kodex, nach dem wir unser Leben führen sollen. Wir befolgen ihn nicht immer, aber er ist immer noch da.» Über seine Befreiung von der Alkoholsucht sagte er: «Durch die Gnade Gottes bin ich heute noch hier und am Leben.»

JETZT RESERVIEREN: +41 (0)81 410 10 20

WINTERFREUDEN IN DAVOS

Bus & RHB
GRATIS
Diverse Aktivitäten &
Bergbahnen
VERGÜNSTIGT

www.seebüel.ch

 **Seebüel**
Hotel *** Café ▪ Restaurant ▪ See

Unsere Heimgegangenen

Blaukreuz-Verein Bern

Annemarie Goetschi-Ritterskamp,
85 Jahre



Gemütliche Atmosphäre und Gastlichkeit wird bei uns gross geschrieben. Zwei Konferenz- und Banketräume bis 200 Personen stehen für Schulungen, Konferenzen, Ausstellungen und verschiedene private Anlässe zur Verfügung.

Petersgraben 23 | CH-4051 Basel
Tel. +41 61 261 81 40 | Fax. +41 61 261 64 92
www.hotelrochat.ch | info@hotelrochat.ch

Hotel Rochat seit 1899

** Hotel mit *** Komfort.
Historisches Gebäude unter Denkmalschutz in der Basler Altstadt.
Zentrale und sehr ruhige Lage.
Nähe Universität und Kantonsspital.
80 Betten / 50 Zimmer renoviert mit *** Komfort,
Bad oder Dusche, WC, FullHD Slim & Smart TV
mit 150 internationalen Kanälen, Minibar
und high Speed Wlan Internet.



Hier findest du alles für den
perfekten alkoholfreien Apéro:
rimuss.ch/aperowelt

Profitieren Sie von 10% Rabatt und den genossenschaftlichen Vorteilen!



Wer ist die Vaudoise ?

Seit 1895 im Schweizer Markt präsent, zählt die Vaudoise Versicherung hierzulande zu den sichersten und vertrauenswürdigsten Versicherungen. Dies dank ihren genossenschaftlichen Wurzeln und der langfristig ausgerichteten Vision.

Ihre Vorteile als MitarbeiterIn und/oder aktives Mitglied des Blauen Kreuzes:

- **10% Rabatt** auf alle privaten Versicherungen (Auto, Motorrad, Haushalt, etc.) der Vaudoise
- **Zusätzliche 10% Rabatt** bei Einschluss der Nulltoleranz-Grenze bei Alkohol im Strassenverkehr in Ihrer Auto- und Motorradversicherung

Weitere Vorteile als Vaudoise-Kunde:

- Sie profitieren von einer genossenschaftlichen **Gewinnbeteiligung** (in den letzten Jahren erhielten Sie im Durchschnitt 15% der Prämie zurück)
- Sie haben die Möglichkeit, vom **lebenslangen Maximalbonus** zu profitieren (einmalig in der Schweiz).
- Sie profitieren von einer **persönlichen, einfachen und schnellen Schadenabwicklung**.
- Sie erhalten eine **kostenlose Überprüfung** Ihrer Versicherungs- und Vorsorgesituation.

Wer ist für Sie zuständig?

Mein Name ist Philippe Küffer. Ich arbeite seit mehr als 10 Jahren für die Vaudoise. Von Beginn an hat mich die genossenschaftliche Struktur und die soziale Verantwortung, welche die Vaudoise Versicherungen wahrnimmt, begeistert.

Ich bewundere das Engagement, welches das Blaue Kreuz tagtäglich in unsere Gesellschaft einbringt und damit vielen Menschen in unserem Land eine grosse Hilfe ist.

Sie können mich unter folgenden Koordinaten erreichen. Ich bin gerne in allen Versicherungs- und Vorsorgefragen für Sie da.

Vaudoise Versicherungen
Philippe Küffer, Versicherungs- und Vorsorgeberater
Thunstrasse 20, 3000 Bern 6
T 031 356 51 36, M 076 372 73 62
pkueffer@vaudoise.ch - www.vaudoise.ch

Der Blaukreuz-Verlag empfiehlt ...

Sie konnten Ihre trinkfreudigen Bekannten nicht von der Teilnahme am Dry January überzeugen? Sie möchten Suchtfragen zu mehr Aufmerksamkeit verhelfen? Dann verschenken Sie bei Ihrem nächsten Besuch ein Sucht-Buch! Wir haben drei für Sie ausgesucht: eins für Kinder, einen modernen Erfahrungsbericht mit viel Faktenwissen und einen Klassiker. Alle drei Titel können Sie portofrei in unserem Webshop bestellen.

Nono im Taumeltraumel

Dem Kinderbuch Nono im Taumeltraumel gelingt etwas Aussergewöhnliches: Es erklärt nicht nur, wie Kinder Sucht in ihre Familie erkennen, sondern auch, warum Erwachsene süchtig werden können. Der Autorin gelingt es, das abstrakte Wort Sucht für Kinder verständlich zu machen, ohne sie mit düsteren Schreckensbildern zu konfrontieren. Das Buch handelt von einer knuddeligen Monsterfamilie, in der Nono dem Alkohol, mit dem Wort Taumeltraumel umschrieben, verfallen ist. Eigentlich sind Nono, Nunu und Nini ein Spitzenteam. Die kleine Familie unternimmt viel zusammen, am liebsten an der frischen Luft. Seit aber Nono immer öfter unter seinem Taumeltraumel-Tuch taumeltraumelt, ist es nicht mehr so schön miteinander. Mama Nini gefällt das gar nicht, die Situation verschlimmert sich, und Nini wird sehr traurig. Zum Glück kennt die Schildkröte Piff sich mit Taumeltraumel aus und macht Nini Mut. Als Nono in eine brenzlige Situation gerät, fasst er den Vorsatz, in Zukunft ohne Taumeltraumel zu leben.

Dieses Vorlesebuch richtet sich an Kinder, in deren Umfeld es Menschen mit Suchtproblemen gibt. Die Figuren Nono, Nunu und Nini erklären ihnen das Thema Sucht und sensibilisieren sie für dieses für Kinder schwer verständliche Thema.

Lisa Jung, Nono im Taumeltraumel,
Blaukreuz-Verlag, 34 Seiten,
CHF 15.70 (10% vergünstigt)

Nüchtern

Daniel Schreiber stellt in seinem Buch Alkoholiker vor, an die man seltener denkt: in angesehener Position tätige, gepflegte, gut funktionierende Mitglieder unserer Gesellschaft, eingebettet in Familien und gesellschaftliche Strukturen. Anschaulich schildert er, wie sich der Alkohol in seinem eigenen Leben schleichend als Glückersatz etablierte, um dann nach und nach jedes echte Glück zu zerstören. Das Buch regt dazu an, den eigenen Blick auf den Alkohol zu überprüfen und sich selbstkritisch zu fragen: Bis zu welchem Punkt ist das Glas Wein, das ich zu einem guten Essen trinke, noch Genuss, und warum ist es das? Ist es eine Ergänzung zu einem guten Essen? Oder ist es der feine Rausch, der alles um mich herum in einen Weichzeichner taucht? Habe ich andere schon ungewollt dazu gedrängt, mehr zu trinken, als gut für sie ist? Denke ich daran, meinen Gästen Alternativen zum Alkohol anzubieten? Was bereitet mir Freude im Leben? Der Blick auf den Alkohol als Quelle von Leid und Glück macht dieses Buch besonders. Es eignet sich für Menschen, die sich mit ihrer Suche nach dem wahren Glück auseinandersetzen wollen.

Daniel Schreiber, Nüchtern, Suhrkamp,
159 Seiten, CHF 11.60 (10% vergünstigt)

König Alkohol

Die Frage, wie leicht erhältlich die Alltagsdroge Alkohol sein soll, ist nicht neu. Jack London erklärt in seinem Buch, dass Alkohol für ihn zu leicht erhältlich gewesen sei. Der berühmte Autor beschreibt verschiedene Situationen in seinem Leben, in denen er eigentlich keinen Alkohol trinken wollte, sich aber unter dem Druck anderer Menschen oder aus Höflichkeit gezwungen sah, sich zu betrinken. Dies brachte ihn mehrfach in Gefahr, angefangen in der Kindheit. Das erste Mal, als er fünf Jahre alt war und seinem Vater, der auf dem Feld harte Arbeit verrichtete, ein Bier bringen sollte: Anstatt es zu verschütten, trank er es selbst aus. Das brachte ihm eine erste leichte Alkoholvergiftung und eine gefährliche Bruchlandung vor einem scharfen Pflug ein. Bei der nächsten Gelegenheit betrank er sich noch mehr und überlebte nur knapp. Jack London beschreibt nicht nur die gesundheitlichen Folgen des Alkoholrausches, sondern auch, wie dieser Betroffene wirtschaftlich ruinieren kann.

Jack London, König Alkohol, DTV, 288 Seiten,
CHF 13.90 (10% vergünstigt)



Hier bestellen: www.blaukreuzverlag.ch/shop

Porträt

Wer war ich? Wer bin ich?

Michel Sutter wuchs als Sohn suchtkranker Eltern auf und rutschte später selbst in die Sucht ab. In *Blaues Kreuz* 6/2021 haben wir ein Interview mit ihm veröffentlicht. Nun blickt er selbst auf sein Leben zurück und versucht, das Erlebte zu erklären.



Seit ich mich erinnern kann, führte ich mehrere Leben. Oft gerieten diese Leben in einen ernsthaften Konflikt miteinander. Als Kind war ich stets darauf bedacht, meine suchtkranken und depressiven Eltern zu entlasten. Ich war bestrebt, ihr schwieriges Leben nicht noch schwieriger zu machen. Jahrelang habe ich meine Eltern belogen. Nicht aus Bosheit oder Kalkül, sondern aus Angst. Und so log ich immer dann, wenn ich ihnen etwas Belastendes über mich hätte mitteilen sollen: schlechte Noten, Konflikte mit Schulkameraden, Zurechtweisungen eines Lehrers oder des Dorfpolizisten. Immer mehr wurde ich zum Gefangenen meiner Angst, des Drucks und meiner Lügenkonstrukte.

«Der Alkohol beruhigte mich»

Im Jugendalter versuchte ich, mich zu befreien. Und entdeckte den Alkohol. Er beruhigte mich, nahm die Angst und den Druck von mir. Es folgten Drogen. Jede Substanz diente scheinbar einem anderen Zweck. Genau genommen hatten aber alle dasselbe Ziel: meine Selbstentfremdung.

Ich war erneut gefangen. Ich log, führte mehrere Leben. Karriere, Beziehungen und Gesundheit waren sekundär. Die Befriedigung der Sucht stand an erster Stelle. Beschaffung und Deckung des Drogenbedarfs beherrschten mein Leben. Die ersten Gedanken beim Aufwachen, die letzten Gedanken vor dem Einschlafen drehten sich um Suchtmittel, um Konsum, um Betäubung, um Rausch. Das Zermürende daran war, dass sich dieser Rausch nicht mehr so gut anfühlte wie in meiner Erinnerung. Meine Sehnsucht, eine längst vergangene Erfahrung wieder aufleben lassen zu können, war eine grosse Illusion. Die Gedanken an Erleb-

nisse, die sich unvorstellbar tief ins Gedächtnis eingebrannt hatten, so tief und so stark, dass alle anderen Erinnerungen an Bedeutung verloren und verblassten, bestimmten mein Leben.

«Die Angst ist von mir gewichen»

Seit elf Jahren lebe ich abstinent. Die Sucht, die beinahe mit dem Tod endete, sollte nicht länger mehr mein Leben bestimmen. Die Angst, meine treue Begleiterin, durfte langsam von mir weichen. Dieser Prozess der

Zur Aktionswoche «Kinder von suchtkranken Eltern» vom 21. bis zum 27. März 2022

Die klangvolle Biografie eines suchtblasteten Kindes

Michel Sutter erzählt Episoden aus seiner Kindheit. Er wird von Christian Antonius Müller am Klavier begleitet.

Wann: 23. März 2022, 18.15 bis 19.45 Uhr

Wo: Pfarreizentrum Liebfrauen, Raum C, Weinbergstrasse 36, Zürich (Tram 6, 7, 10 oder 15 bis Haltestelle Haldenegg)

Eintritt frei, Kollekte

Loslösung wurde zu meinem Lebensprojekt. Ich änderte viele Dinge, legte manches ab, entdeckte anderes wieder. Ich erkannte, dass selbst kleinste Veränderungen im Alltagskonzept den Anfang einer tiefgreifenden Verwandlung bedeuten können. Zu Beginn konnte es genügen, mir beim Aufstehen bewusst zu machen, woran ich gerade dachte. Sind die ersten Gedanken des Tages bereits negativ gefärbt und nehmen wir diese Negativität bewusst wahr, können wir gegensteuern, unsere Aufmerksamkeit auf etwas Erfreuliches lenken. Und damit beginnen wir den Tag. Wir können uns darin üben, das Duschen so bewusst wie möglich wahrzunehmen und zu geniessen. Das wärmende Wasser, den Duft der Seife, die Vitalität unseres Körpers. So wird aus der unspektakulären Routine ein Erlebnis. Und ganz allmählich wird aus der Gewohnheit ein Bewusstsein.

Immer wieder protokolliere ich meinen Gemütszustand, versuche herauszufinden, wo ich stehe. Meist haben kleine Stimmungsschwankungen einen einfachen Ursprung: Habe ich genug Wasser getrunken? Atme ich zu flach? Bin ich müde?

«Ich identifiziere mich nicht mehr mit Glaubenssätzen»

Vor einigen Jahren geriet mein Selbstbild ins Wanken. Ich bezeichnete es als akute Identitätskrise. Heute weiss ich, dass dies ein Teil meines Entwicklungsprozesses war. Inzwischen habe ich erkannt, dass dieses Selbstbild lediglich eine gedankliche Manifestation meines Verstandes, meiner Glaubenssätze und meiner Konditionierung war. Je mehr ich versuchte, diese Manifestation zu schützen, desto weiter entfernte ich mich von mir selbst.

Die Identitätskrise habe ich längst überwunden. Ich identifiziere mich nicht mehr mit Glaubenssätzen, Errungenschaften und Gegenständen. Sie sind Werkzeuge, Hilfsmittel, Orientierungshilfen, ansonsten aber bedeutungslos. Ich gehe tiefer in das Wesen, das ich bin. Es atmet, es liebt, es empfindet Dankbarkeit und Freude an den alltäglichen, unfassbaren Wundern wie Blumen, Bäumen, Insekten, Sonnenuntergängen, die wir so leicht und so oft übersehen.

Die Gute Nachricht

«Zeichen» und «Wunder» sind Übersetzungsvarianten des gleichen griechischen oder hebräischen Wortes. Wunder offenbaren Gottes Handeln in der Welt. Wie der Stern, der die Weisen aus dem Morgenland zur Krippe führt, leiten uns täglich Gottes Zeichen in unserem persönlichen oder beruflichen Alltag.

Entgegen der verbreiteten Meinung können Wunder den Glauben nicht erwirken. Sie sind nur Zeichen einer anderen Realität und setzen den Glauben voraus. Sie wecken in uns die Sehnsucht, die vorgängig durch den Geist Gottes in unser Herz gepflanzt wurde.

Jesus hat unendlich viele Zeichen gesetzt, war er doch ein Wunderheiler. Dies hat sein Leben nicht verschont. Im Gegenteil, die Auferstehung von Lazarus war einer der wichtigsten Beweggründe seiner Gegner, ihn zum Tode zu verurteilen. Auch seine Auferstehung wurde von den meisten in Frage gestellt.

Jeden Tag setzt Gott Zeichen seiner Gegenwart auf unserem Weg. Sie sind wie ein Leuchtturm, an dem sich unser Leben ausrichtet. Gottes Zeichen verzaubern unseren Alltag und ermutigen uns, selbst wenn Belastung und Widerstand drohen. Sie schenken Hoffnung und Gelassenheit. Was wir auch unternehmen mögen, wenn seine Gegenwart fehlt, tapen wir im Dunkeln. Lasst uns deshalb die Augen öffnen: Er ist der Offenbarte.

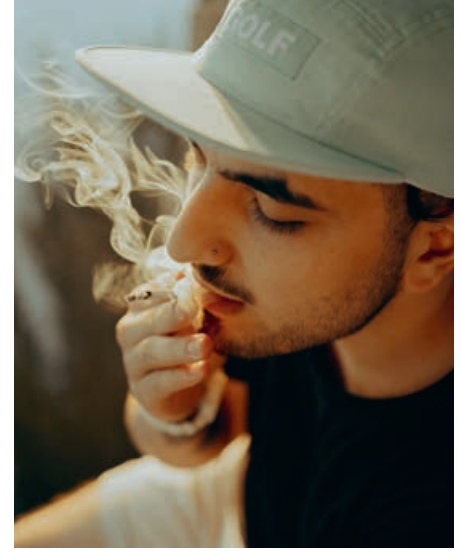
*Didier Rochat
Geschäftsführer*

Aus den Regionen

Das Blaue Kreuz Aargau/ Luzern fusioniert mit dem Blauen Kreuz Zürich

Das Blaue Kreuz Aargau/Luzern hat seit mehreren Jahren mit finanziellen Schwierigkeiten zu kämpfen. Die Gründe dafür sind die ungenügende Grösse der Organisation und die vielen kleinen Arbeitspensen, wodurch die Leistungen nicht mehr kostendeckend erbracht werden können. Zur Weiterführung der bestehenden Angebote hat der Vorstand

des Blauen Kreuzes Aargau / Luzern neue Formen der Trägerschaft entwickelt. Ein Zusammenschluss mit dem Blauen Kreuz Zürich erwies sich als die beste Lösung. Die Mitgliederversammlungen beider Organisationen werden noch in diesem Jahr darüber abstimmen. Stimmen sie zu, wird der Zusammenschluss per 1. Januar 2023 vollzogen.



Das Blaue Kreuz gewinnt an der Urne!

Unser Land hat vor gut einem Monat die Volksinitiative «Kinder ohne Tabak» angenommen. Viele Blaukreuz-Organisationen setzten sich für ein Ja ein. Das Ergebnis stärkt die Suchtmittelprävention – auch beim Alkohol.

Mit 57 Prozent der Stimmen und 15 Kantonen nahm das Volk am 13. Februar 2022 die Volksinitiative «Kinder ohne Tabak» an. Das bedeutet, dass Tabakwerbung, die Kinder und Jugendliche erreicht, verboten wird.

Danke

Viele Blaukreuzorganisationen haben sich stark engagiert und zum Sieg an der Urne beigetragen. Die Tabakindustrie hat grosse Summen für Werbung ausgegeben, während die Mittel der Befürworter viel bescheidener waren. Umso wichtiger war das Netzwerk aus Organisationen, darunter des Blauen Kreuzes, damit das Vorhaben gelingen konnte.

Wie wird das Werbeverbot umgesetzt?

Das Tabakwerbeverbot gilt für Zeitungsinserte, Kioske, Zigarettensautomaten und

Musikfestivals. Das Initiativkomitee hat bereits Vorschläge ausgearbeitet, wie die Volksinitiative umgesetzt werden kann. Eine rasche Umsetzung ist möglich. Die Tabakindustrie wird aber weiterhin aktiv sein und versuchen, die anstehende Gesetzesrevision zu beeinflussen. Der grösste Knackpunkt ist die Werbung aus dem Ausland, etwa in Filmen, Musikvideos und sozialen Medien.

Forderungen des Blauen Kreuzes

Das Blaue Kreuz fordert nun drei Dinge: Sanktionen für illegale Verkäufen an Jugendliche, eine Ausweispflicht besonders im Internet sowie höhere und damit für Jugendliche abschreckende Preise für Tabak (Zigaretten) und Nikotin (elektronische Zigaretten). Zu den Sanktionen und zur Ausweispflicht kann das Blaue Kreuz mit seinen Testkäufen beitra-

gen. Der Schutz der Jugendlichen durch höhere Preise passt gut zum langjährigen Engagement des Blauen Kreuzes.

Prävention gestärkt

Noch vor zehn Jahren scheiterten ein Präventionsgesetz im Parlament und die Passivrauchinitiative an der Urne. Nach verschiedenen Volksinitiativen (Komplementärmedizin 2009, Hausarztmedizin 2012 und Pflege 2021) hat sich nun das Thema Gesundheit eine Präventionsinitiative an der Urne durchgesetzt. Damit gewinnt die Gesundheit in der Politik an Bedeutung. Das Tabakwerbeverbot kam im dritten Anlauf nach 1979 und 1993 endlich durch. Nun sind weitere Siege für die Prävention an der Urne nicht mehr auszuschliessen. Das Blaue Kreuz wird diesen Schwung in Zukunft für die Alkoholprävention nutzen.

Impressum

BLAUES KREUZ
Verbandszeitschrift des Blauen Kreuzes Schweiz
ISSN 0006 – 4629
www.blaueskreuz.ch
Erscheint sechsmal jährlich.
Auflage: 2284 (WEMF-beglaubigt)

Redaktion: Lukas Weber

Layout und Druck

Brüggli Medien, 8590 Romanshorn

Zuschriften sowie Adressänderungen, Inserate, Abonnemente, Versand und Probenummern an Redaktion BLAUES KREUZ
Blaues Kreuz Schweiz, Lindenrain 5, 3012 Bern
Telefon 031 300 58 60, redaktion@blaueskreuz.ch

Anzeigen

Anzeigentarif auf
www.blaueskreuz.ch/bk-anzeigentarif
Redaktions- und Insertionsschluss für Nr. 3/2022:
15. April 2022

Im Rückspiegel

