

**Basis Seminar Sucht - Thema: Co-Abhängigkeit
Predigttext Mk 10, 17-22**

Liebe Geschwister, Co-Abhängigkeit ist für die Gemeinde ein wichtiges Thema.

Der Predigttext steht in Mk 10,17-22:

Und als er sich auf den Weg machte, lief einer herbei, kniete vor ihm nieder und fragte ihn: Guter Meister, was soll ich tun, damit ich das ewige Leben ererbe? Aber Jesus sprach zu ihm: Was nennst du mich gut? Niemand ist gut als Gott allein. Du kennst die Gebote: »Du sollst nicht töten; du sollst nicht ehebrechen; du sollst nicht stehlen; du sollst nicht falsch Zeugnis reden; du sollst niemanden berauben; ehre Vater und Mutter.« Er aber sprach zu ihm: Meister, das habe ich alles gehalten von meiner Jugend auf. Und Jesus sah ihn an und gewann ihn lieb und sprach zu ihm: Eines fehlt dir. Geh hin, verkaufe alles, was du hast, und gib's den Armen, so wirst du einen Schatz im Himmel haben, und komm und folge mir nach! Er aber wurde unmutig über das Wort und ging traurig davon; denn er hatte viele Güter.

Dieser Text wurde bekannt als die Geschichte vom „reichen Jüngling“. Ihr alle habt über diesen Text sicher schon Predigten gehört oder selbst gepredigt. Ich auch. Meistens ging es dabei um den Reichtum, den der Mann hergeben und Jesus nachfolgen sollte. Als ich zuletzt in der Gemeinde über diesen Text predigen wollte, musste ich noch eine Andacht vorbereiten für ein Tagesseminar mit dem Thema: „*Meistens zerbreche ich mir seinen Kopf ... coabhängiges Verhalten im Leben mit Suchtkranken*“ Beim meditieren des Textes blieb ich an einem Satz hängen, der mir bis dahin nicht aufgefallen war. *Jesus sah ihn voller Liebe an... (Mk10,21)* Es ist selten, dass von Jesus extra betont wird: *Er hat eine Person lieb gewonnen.* Bei diesem Mann geschieht dies. Jesus ist von ihm fasziniert. Er kann ihn sich gut in seinem Jüngerkreis vorstellen. Er würde gut zu ihnen passen. Und so lädt er ihn ein: *Eines fehlt dir. Geh hin, verkaufe alles, was du hast, und gib's den Armen, so wirst du einen Schatz im*

Himmel haben, und komm und folge mir nach! (Mk 10,21) Der Mann war reich. Er soll loslassen, was er hat. Er soll es den Armen geben. Nicht Jesus soll er es geben. Er will es nicht. Auch die Jünger bekommen es nicht.

Die Armen sollen es bekommen. Dafür wird der Reiche etwas anderes bekommen. *Einen unvergänglichen Schatz im Himmel.* Er muss nicht alles hergeben ohne etwas selber davon zu haben.

Die Reaktion des Mannes kennen wir: Er ist tief betroffen über diese Antwort Jesu. Traurig und enttäuscht geht er davon. Jesus lässt ihn gehen. Er versucht nicht ihn irgendwie umzustimmen.

Es ist kein schönes Ende, obwohl es so verheißungsvoll mit Liebe angefangen hat.

Hat Jesus ihn wirklich so sehr geliebt? Ist seine Reaktion von Liebe geprägt? Ist so die Liebe?

Wenn wir einem Menschen helfen wollen, reagieren wir meist anders. Vor allem, wenn diese Person uns nahesteht. Wir würden der Person nachgehen.

Würden das Gespräch nicht abreißen lassen wollen.

Würden erklären, wie wir das gemeint haben. Wir würden wieder Abstriche machen von dem, was wir vorhin gesagt haben. Wir wollen ihm doch helfen.

Und da er ja schon einmal zu uns gekommen ist, würden wir erst recht diese Chance uns nicht entgehen lassen wollen. Darin liegt eine Gefahr bei jedem Helfen wollen. Und wenn es um Sucht geht ist die Gefahr von Co-abhängigem Verhalten groß.

Warum reagieren wir anders? Weil wir den Süchtigen nicht ins Unheil rennen lassen wollen! Wir können doch nicht einfach zusehen, wie er oder sie sich weiter kaputt macht. Da müssen wir doch etwas tun!

Bevor alles kaputt geht – müssen wir eingreifen!

Gerade weil wir den anderen lieben – werden wir aktiv, zerbrechen wir uns seinen Kopf!

Wir sorgen für ihn, handeln für ihn, übernehmen Aufgaben von ihm. Wir werden aktiv, holen unsere

ganze Energie aus uns heraus, nehmen auf uns selbst keine Rücksicht mehr. Der Andere ist jetzt dran – dass wir selbst auch Bedürfnisse haben, gerät in den Hintergrund. Das streichen wir einfach einmal – und erinnern uns auch anschließend nicht mehr an unsere Gefühle. So geht uns langsam aber sicher die Luft aus. Das Schlimme dabei ist: Auch der Erfolg bleibt aus. Der andere ändert sich nicht! Er bleibt in der Sucht stecken. Und wir überlegen: Was sollen wir denn noch tun? Wir sind doch schon so gut wie am Ende mit unserer Kraft! Und wir sind überzeugt, wir tun das alles aus Liebe! Meinen es gut mit dem Anderen.

Liebe Geschwister, solche Gedanken und Verhaltensweisen pflastern den Weg der Co-Abhängigkeit. Sie rauben dem Helfenden die Kraft ohne je Aussicht auf Erfolg zu haben. Und deshalb machen sie ihn auch krank. Jesus hat anders reagiert, auch aus Liebe. Schauen wir uns seine Art der Hilfe nochmals etwas näher an. Was unsere Liebe meist nicht kann, ist loslassen! Und wenn der Süchtige sich selber kaputt macht, dann können wir das erst recht nicht! Loslassen.

Lieben wie Jesus würde bedeuten: Dem Süchtigen zu vertrauen, ihm etwas zu zutrauen – was dieser selber sich noch gar nicht zutraut. Davor hat unsere Liebe eine riesige Angst. Jesus nicht. Er versucht nicht, den anderen zu bearbeiten. Er vertraut ihm. Er versucht schon gar nicht, die Probleme des anderen zu lösen. Er vertraut dem Anderen, dass er entscheiden kann. Er überlässt ihm die Verantwortung für sein Tun. Der reiche Jüngling darf entscheiden, wie sein Leben weitergehen soll. Jesus lässt ihm die Zeit, die er für seine Entscheidung braucht. Er drängt ihn nicht in irgendeine Richtung. Er lässt ihn los. Liebe nimmt ihm nicht alles ab. Liebe überlässt dem anderen seine eigene Verantwortung! Liebe bleibt klar und hält es aus,

wenn der andere über ihn enttäuscht ist oder ärgerlich wird. In diesem Sinne hat Jesus geliebt. Diese Art der Liebe ist auch Weg weisend für den Umgang mit Suchtkranken. Vor allem, wenn wir ihnen helfen wollen.

Deshalb kann die Hilfe bei einem Suchtkranken für die Angehörigen gerade in der „Nicht-Hilfe“ bestehen. Sie investiert Vertrauen in den Süchtigen und überlässt ihm die eigene Verantwortung.

Das kann schief gehen. Der andere kann scheitern. Er will vielleicht nicht. Ich muss zuschauen, wie er sich zerstört. Wie er uneinsichtig bleibt. Das alles ist unheimlich schwer. Ich habe vielleicht ein schlechtes Gewissen. Andere verstehen mich nicht. Verstehen nicht, warum ich ihm nicht einfach unter die Arme greife. Das verstärkt mein schlechtes Gewissen. Aber der Süchtige muss selber wollen. Er muss diese Entscheidung selbst treffen. Die kann und darf ich ihm nicht abnehmen. Ein Co-Abhängiger hat es genauso schwer wie ein Süchtiger. Er muss wieder lernen,

auf sich selbst zu achten. Die eigenen Gefühle wieder wahrnehmen. Sich selber wieder spüren. Und loslassen, was er nicht entscheiden kann. Aufgaben wieder aufteilen. Dann kann es wieder ein miteinander geben. Diese Liebe können wir von Jesus lernen. Wir brauchen sie, wenn wir anderen helfen wollen. Liebe, die loslassen, die Verantwortung abgeben kann. Die auch Frustration und Enttäuschung aushält und sich nicht manipulieren lässt. Es ist kein einfacher Weg. Aber er lässt sich lernen. Dieses Lernen lohnt sich, denn damit umschiffen wir die Klippe der Co-Abhängigkeit.

Amen

Fürbitte

Vater im Himmel, wir danken Dir, dass wir in Deinen Augen wertgeachtet und wertvoll sind. Du schenkst uns deine Liebe, die uns stark und selbständig werden lässt.

Wir bitten Dich für Menschen, die anderen mit ihrer Liebe helfen wollen. Lass sie und uns von deiner Liebe lernen, damit wir loslassen lernen, und Vertrauen investieren können, die den anderen stark werden lässt und zur Selbständigkeit führt.

Wir bitten Dich für die Menschen, die vom gesellschaftlichen Leben ausgeschlossen sind, lass sie Wertachtung spüren und Türen finden die sie zurückfinden lassen.

Hilf uns ihre Würde zu achten und gib uns Verständnis für ihre Situation.

Wir bitten Dich für Menschen, die äußerlich und

innerlich verletzt wurden, dass sie ihre Schmerzen ohne Suchtmittel ertragen und mit ihrer Vergangenheit umgehen können.

Wir bitten Dich für die Millionen armen Menschen in unserem Land, den Hartz IV Empfängern, dass sie nicht ausgegrenzt werden und am allgm. Leben teilhaben können.

Auch wollen wir die Menschen nicht vergessen, die auf unsere Unterstützung angewiesen sind.

Öffne unsere Augen und zeige uns, wie wir helfen und sie im Gebet begleiten können.

Wir danken Dir, dass Du ein Gott bist, der im Alltag, in Nöten und Ängsten erfahrbar ist.

Gib Du Menschen wieder Kraft aufzustehen, damit sie wieder an sich, an die Menschen und vor allem an Dich glauben. Amen.

Vater

unser...