16.03.2016 um 06:30 Uhr
hr2 ZUSPRUCH

Ein Beitrag von
Anne-Katrin Helms,
Evangelische Pfarrerin, Erlösergemeinde Frankfurt-Oberrad

Anonyme Alkoholiker - Heute

„Heute. Nur heute, nur für 24 Stunden, will ich planen und das Glas stehen lassen.“ Als Jugendliche habe ich ein Plakat mit dieser Aufschrift im Schaukasten der Gemeinde gesehen. Es war die Einladung der Anonymen Alkoholiker, die damit zu ihren Meetings eingeladen haben. „Heute. Nur heute, nur für 24 Stunden, will ich planen und das Glas stehen lassen.“ „Na super“, dachte ich als Jugendliche, „und übermorgen trinkt ihr weiter! Was habt ihr davon?“

Später bin ich mit einem der Anonymen Alkoholiker persönlich ins Gespräch gekommen. Er hat mir klar gemacht: Das ist für sie der wichtigste Grundsatz. Denn niemand, der wirklich ein Alkoholproblem hat, kann sich vorstellen, dass er nie mehr Alkohol trinken darf. Mit dem Vorsatz, nur für heute das Glas stehen zu lassen, rettet er sich über die erste schwere Zeit hinweg. Wenn es gut geht, fasst er jeden Tag von neuem diesen Entschluss: „Nur heute lasse ich das Glas stehen.“ Mein Bekannter ist seit Jahrzehnten trocken. Da kommen tausende von Tagen zusammen. Jeden einzelnen beginnt er mit diesem Entschluss. Das beeindruckt mich.

Ein Suchtproblem habe ich gottlob nicht. Aber mit dieser Goldenen Regel der Anonymen Alkoholiker kann ich etwas anfangen. Denn Projekte, die weit in die Zukunft reichen und jeden Tag bearbeitet werden wollen, stehen auch vor mir wie ein hoher Berg. Das macht mich manchmal richtig mutlos. Dann habe ich keine Lust, überhaupt anzufangen, weil das Ziel so weit weg ist. Genau dann hilft mir dieses „Heute. Nur heute“. „Nur für heute werde ich mich bemühen, den Tag zu erleben, ohne das Problem meines Lebens auf einmal lösen zu wollen.“

Es gibt ein Buch in der Bibel, in dem dieses „heute“ eine große Rolle spielt. Es ist das Lukasevangelium. Es fängt schon an damit: „Heute ist euch der Heiland geboren“. Und es hört auch damit auf: Lukas erzählt, wie neben Jesus zwei Verbrecher gekreuzigt werden. Einer von den

© 2016 · Kirche im hr

beiden erkennt seine Schuld, setzt seine Hoffnung auf Jesus und bittet ihn: Jesus, gedenke an mich, wenn du in dein Reich kommst.“ (Lukas 23, 42-43) Da entschließt sich einer im letzten Moment, sein Leben nicht fortzuschmeißen. Der Verbrecher am Kreuz muss gespürt haben, dass sein Leben unendlich wertvoll ist. Deshalb fasst er Hoffnung, dass es sich zum Guten wendet. Damit ist er bei Jesus richtig. Jesus antwortet ihm: „Heute noch wirst du mit mir im Paradies sein!“

Heute ist die Zeit, etwas zu tun. Das Paradies kommt nicht nur als großes Finale am Ende der Zeiten. Es kommt auch schon in kleinen Schritten heute in mein Leben hinein. Weil jeder Tag „heute“ ist, gibt es diese Möglichkeit zu jeder Zeit. Es ist nie zu spät.

© 2016 · Kirche im hr