Dezember

Vom Hoffnungslosen zum Hoffnungsgeber

"Hoffnungslos war das zu der Zeit." So beschreibt Michael Schuckert die Jahre, in denen der Alkohol sein Leben bestimmte. Was anfangs noch mit Geselligkeit und Freude verbunden war, wurde irgendwann nur noch zum Überlebenskampf. "Die letzten zwei Jahre ging es nur noch ums Überleben, ich habe den Alkohol reingezogen, um überleben zu können." Körperliche Beschwerden bestimmten den Alltag, Freunde blieben auf der Strecke. Am Ende war er allein – und einsam.



Heute ist Michael Schuckert nicht nur für sich selbst stark. Als Ehrenamtlicher begleitet er Menschen, die von Alkoholsucht betroffen sind.

Mehrere Entgiftungen brachten zunächst keinen dauerhaften Erfolg. Erst als die Ärzte ihm

nur noch wenige Monate gaben, kam die Wende. In einer Therapie begann Michael Schuckert, sich mit seiner Krankheit auseinanderzusetzen. "Nach der Entgiftung ist nur der Körper wieder gesund, aber die Probleme sind noch da." Was er brauchte, war Unterstützung und Begleitung. Die fand er bei Paul Sorgenfrei, dem damaligen Leiter der Evangelischen Suchtberatung. Er war professioneller Therapeut und zugleich ein Mensch, der ihm auf Augenhöhe begegnete. "Wir waren uns völlig fremd, und doch kam da Nähe und Verständnis auf." Aus dieser professionellen Begegnung wuchs Vertrauen, später sogar Freundschaft.

Die Abstinenz fiel nicht vom Himmel. Michael arbeitete hart dafür. Er brach alte Kontakte ab, suchte sich neue Wege, nahm Hilfe an, ging in Gruppen, engagierte sich. Mit der Zeit wuchs ein neues Netzwerk aus Menschen, die ihn verstanden und trugen. Als sich Jahre später seine Partnerin nach zehn Jahren trennte, war das einer der schwersten Momente. "Das war mit das Schlimmste, was mir in den letzten Jahren passiert ist." Doch diesmal fiel er nicht zurück. Er griff nicht zur Flasche, sondern auf das zurück, was er sich über Jahre aufgebaut hatte: Freunde, Weggefährten, Therapeuten. "Dafür habe ich auch gearbeitet. Ich habe mich darum gekümmert, dass es besser wird."

Heute ist Michael Schuckert nicht nur für sich selbst stark geworden, sondern auch für andere. In Selbsthilfegruppen und als Ehrenamtlicher in der Suchthilfe begleitet er Menschen, die mit Sucht kämpfen. Er hört zu, macht Mut, teilt seine Erfahrung und zeigt, dass Veränderung möglich ist.

Sein Weg zeigt: Hoffnung entsteht nicht von allein. Sie wächst, wenn man bereit ist, an sich zu arbeiten – und wenn Menschen da sind, die einen auffangen. Und manchmal wird aus dem, der Hilfe brauchte, jemand, der selbst Hoffnung schenkt.