

# MAIN-SPITZE

RHEIN MAIN PRESSE

[Ein Angebot der Verlagsgruppe Rhein Main GmbH & Co. KG](#)

Raunheim 31.07.2010

## „Freiheit endet, wo Sucht beginnt“

Von Michael Kapp

**KREUZZBUND Hajo Müller lebt seit mittlerweile 30 Jahren ohne Alkohol / Selbsthilfegruppe gegründet**

„Freiheit endet, wo Sucht beginnt“, steht auf dem Heck von Christine Müllers Auto. Seit mehr als 20 Jahren in der Suchtselbsthilfe des Kreuzbundes tätig, weiß die ausgebildete Suchtkrankenhelferin, wie schwierig es ist, gegen Alkohol und Medikamente anzukämpfen. Ihre eigenen früheren Erfahrungen im Bereich der Medikamentenabhängigkeit sind dabei sehr hilfreich. Christine Müller leitet seit 1997 die Kreuzbund-Selbsthilfegruppe. Ihr Ehemann Hajo ist der Stellvertreter. Auch er hat Suchterfahrungen: Seit 30 Jahren ist der 61-Jährige trockener Alkoholiker.

„Ich war ein anderer“, erzählt Hajo Müller, wenn er an die Zeit zurückdenkt, in der er nicht ohne sein konnte. Es war vor allem die Verfügbarkeit von Alkohol, die es ihm leicht gemacht habe, den zum Funktionieren erforderlichen Alkoholspiegel aufrecht zu halten. Müller geht davon aus, dass er stets ein Promille Restalkohol im Blut hatte. Die letzten zwei Jahre vor der Umkehr wusste er, was mit ihm los ist. Hajo Müller kann sich auch noch ganz genau erinnern, wann er sein letztes Bier getrunken hat: Das war am 15. Juni vor 30 Jahren. Danach konnte er nicht mehr aufstehen, fiel ins Delirium und musste ins Krankenhaus eingeliefert werden. Der Arzt habe damals geraten, den Alkohol sein zu lassen. Eigentlich, so Hajo Müller, hätte der erhöhte Alkoholgenuss schon beim Hausarzt auffallen müssen.

Als er wieder auf den Beinen war, nahm er an einer ambulanten Entziehung teil. Seitdem habe ich keinen Tropfen mehr zu mir genommen“. Gemieden wird alles, das Alkohol enthält - auch Speisen und Medikamente gehören dazu.

In der regelmäßig zusammenkommenden Kreuzbundgruppe ist Müller ein Vorbild. Mit der Angst, rückfällig werden zu können, müsse jedoch jeder Abstinenzler leben. Er habe das sogar schon geträumt, lässt er tief in sein Inneres blicken. Dass man heute überall mit Alkoholwerbung konfrontiert sei, mache die Sache für einen trockenen Alkoholiker auch nicht gerade einfacher, wobei Müller kein Problem damit hätte, Alkohol auszuschenken. Offen mit dem Thema umzugehen, ist jedoch für ihn wie auch andere Gruppenmitglieder ein Teil der fortdauernden Therapie.

Nach seinem Entzug trat Hajo Müller zunächst dem Kreuzbund Rüsselsheim bei, bevor er im Jahr 1995 eine eigene Gruppe in Raunheim ins Leben rief. Auch wenn die Ursachen für eine Alkoholerkrankung sehr unterschiedlicher Natur sein können, weiß Müller, dass er ganz alleine dafür verantwortlich ist. „Das ist reine Kopfsache“. Jeder habe seinen eigenen Weg aus der Sucht zu finden. „Ich kann nur den Weg zeigen, gehen muss jeder selbst“, signalisiert Hajo Müller seine Hilfsbereitschaft.

Für ihn und Ehefrau Christine ist die Arbeit in der Suchtselbsthilfe mittlerweile zur Lebensaufgabe geworden. Mit Unterstützung der BKK und des Blauen Kreuzes hat Christine Müller inzwischen sogar eine Ausbildung zur betrieblichen Suchtberaterin absolviert. Weiterhin nahmen die engagierten Eheleute an einem vom Bundesministerium für Gesundheit veranstalteten Projekt zur Förderung eines gesunden Lebensstils teil.