



Geschichten zu Rückfälle oder Beinahe-Rückfälle

1. Die Taschenlampe

Ein Wanderer geht nachts durch einen dichten Wald. Er stolpert über eine Wurzel und fällt zu Boden.

Verärgert richtet er sich auf und schimpft:
„Warum musste mir das passieren?“

Ein alter Förster, der den Sturz beobachtet hat, geht zu ihm und fragt:

„Hast du gesehen, worüber du gestolpert bist?“

„Natürlich. Über diese Wurzel.“

Der Förster hebt die Taschenlampe auf, die dem Wanderer beim Sturz aus der Hand gefallen ist, und sagt:

„Nein. Du bist nicht über die Wurzel gestolpert. Du bist gestolpert, weil deine Lampe nicht mehr nach vorne geleuchtet hat.“

Der Wanderer nimmt die Lampe wieder in die Hand und geht weiter – diesmal mit dem Blick auf den Weg.



Impuls:

Ein Rückfall beginnt selten mit dem ersten Glas. Oft haben wir schon vorher aufgehört, auf unseren Weg zu achten.

Vielleicht wurden Meetings seltener, Ehrlichkeit schwieriger oder wir glaubten, alles allein schaffen zu müssen.

Die eigentliche Frage ist nicht:

„Warum bin ich gefallen?“

Sondern:

„Was hat aufgehört, mir den Weg zu leuchten?“

2. Der Riss in der Mauer

Ein Maurer baut eine lange Steinmauer.

Nach vielen Tagen entdeckt er einen Riss.

Ein Lehrling sagt:

„Jetzt musst du alles abreißen.“

Der Maurer schüttelt den Kopf.

„Nein. Der Riss zeigt mir, wo das Fundament nachgeben wollte.“

Gemeinsam verstärken sie genau diese Stelle.

Die Mauer wird dadurch stabiler als vorher.



Impuls:

Ein Rückfall kann schmerzhaft sein. Aber manchmal zeigt er uns genau die Stelle, an der unsere Genesung mehr Aufmerksamkeit braucht: Ehrlichkeit, Demut, Gemeinschaft oder Selbstfürsorge. Wenn wir dort nacharbeiten, kann unsere Nüchternheit sogar tragfähiger werden.

Eine Geschichte, die sehr gut zum Geist der AA passt

Jemand sagte mal:

„Ich kenne zwei Arten von Menschen.

Die einen glauben, ein Fehler beweise, dass sie versagt haben.

Die anderen glauben, ein Fehler zeige ihnen, woran sie noch arbeiten dürfen.

Der Unterschied ist nicht der Fehler.

Der Unterschied ist die Bereitschaft, daraus zu lernen.“