

## Umbruch - Aufbruch - Chancen fürs Leben

Hallo, mein Name ist Frank-Dieter Golla und ich wohne in Eberswalde/Finow seit 3- $\frac{1}{2}$  Jahre hier. Man hat mich gebeten, dass ich zu dem Thema Umbruch - Aufbruch - Chancen im Leben, etwas aus meinem Leben erzähle.

Bin in Berlin geboren (1963), dann nach Oberhavel mit meinen Eltern gezogen und von dort nach Buckow (Märkische Schweiz) gezogen und jetzt hier in Eberswalde wohlbehalten gelandet. Ich habe eine Krankheit, mit der ich mich sehr, sehr lange beschäftigt habe und auch musste, sowie aus der heutigen Sicht auch beschäftigen will. Ich bin trockener Alkoholiker, seit 35 Jahren alkoholkrank und habe den **Umbruch meiner Krankheit**, sowie den **Aufbruch gegen meine Krankheit** miterlebt. Die **Chancen, gegen meine Krankheit**, die mir gegeben wurden, habe ich hier in Eberswalde für einen kompletten Neuanfang für mein Leben genutzt. Ein zufriedenes, trockenes Leben zu führen, dafür braucht man viel Kraft, Zuspruch von Vertrauten und die Einsicht zur Krankheit. Der **Umbruch**, zur Einsicht, ist bei mir gekommen, es hat sehr, sehr lange gedauert, ehe ich eingesehen habe, dass ich eine schwere Krankheit (Alkoholiker) habe und sie ist nicht heilbar, aber und das ist das entscheidende für mich, man kann sie stoppen und ein trockenes, zufriedenes Leben führen. Mit großer Unterstützung von außen, Familie - Freunde - Bekannte - Fachpersonal, und der Gewissheit heute, dass ich es schaffen kann, die Krankheit zu stoppen, habe ich den **Aufbruch** damals gemacht und gewagt. Ich habe Entgiftungen, Alkohol-Entwöhnung-Behandlungen und Langzeittherapien gemacht und bin heute überzeugt, dass diese vielen **Chancen**, die mir gegeben wurden, dazu geführt haben, dass ich die Einsicht und die Überzeugung erlangt habe, ein zufriedenes, trockenes Leben zu führen. Es hat mir immer geholfen, dass ich in dieser Richtung Gespräche geführt habe, mit selbstbetroffenen Menschen oder mit Therapeuten, sowie das ich immer wieder mal, am Anfang zu mindestens, zum sonntäglichen Gottesdienst und jede Woche zur Bibelstunde (bei den Baptisten in Buckow) gegangen bin. Meine Krankheit, die ich stoppen kann und gestoppt habe, verdanke ich den vielen **Chancen** die ich bekommen habe im Leben.

Ich bin sehr „DANKBAR“ dafür, dass GOTT mir seine Nähe gezeigt hat und ich sie Spüren durfte. Dies bestärkt mich in meinen Lebensweg, der noch vor mir liegt und das ich zu der Einsicht und Zuversicht gekommen bin, ein zufriedenes - trockenes Leben führen zu wollen und zu dürfen.

Frank-Dieter Golla,  
16227 Eberswalde/Finow,  
Handy: +49 1520 47 98 513  
E-Mail: [gollafrank@gmail.com](mailto:gollafrank@gmail.com),  
Homepage: <https://shg-eberswalde-sprachrohr.de/>

**Mein Lebensmotto, was für mich wichtig ist.**

**„Positives Denken bringt mich nach vorne“**



**In diesem Sinne, denke ich an den Gelassenheitsspruch  
von Friedrich Christoph Oetinger (1702 - 1782)**

**Gott gebe mir die Gelassenheit,  
Dinge hinzunehmen,  
die ich nicht ändern kann,  
den Mut, Dinge zu ändern,  
die ich ändern kann und die Weisheit,  
das eine von dem anderen zu unterscheiden.**



(geschrieben von Frank-Dieter Golla am 09.10.2021)

**SHG Eberswalder-Sprachrohr**  
Eberswalder Strasse 70a  
16227 Eberswalde/Finow  
Tel. 015204798513