

contact



Der ganze Sinn dieser Zeitung	5
Contact ODER Kontakt oder Kontakt	5
Grußwort der TrockenPresse	6
Gratulation aus Kasan	6
Zurück zu den Quellen	9
Die Wahl für ein anderes Leben	10
Eine hochverdiente Ehrung	13
Der richtige Weg	14
Doppelt hält besser.	15
Leserbrief	16
ALKOHOL: ES GEHT OHNE	17
Ärzte: Alkohol und Tabak verteuern	18
Wir trauern um	19
Termine	20



Wenn man das eigene Leid einmauert, riskiert man,
dass es einen von innen her auffrisst

Frida Kahlo

IMPRESSUM

Impressum

Verantwortlicher Herausgeber	Guttempler in Deutschland Guttempler-Landesverband Berlin-Brandenburg e.V. Wildenbruchstr. 80, 12045 Berlin Tel.: 030-68 23 76 20
Redakteure	Michael Annecke (verantwortlich) Wildenbruchstraße 80 12045 Berlin Tel.: 0176-70 25 00 07 Rainer Sielaff Christian Wossidlo
Druck	Westkreuz-Verlag GmbH

Nachdruck frei bei vollständiger Quellenangabe.
Belegexemplar erbeten an die Redaktionsanschrift.

Redaktionsschluss

für die nächste Ausgabe „contact aktuell“

20. Juli 2026

Die veröffentlichten Beiträge stellen nicht unbedingt
die Meinung der Redaktion dar.

Wir behalten uns vor, Artikel aus redaktionellen Grün-
den zu kürzen.

*Wenn Sie die Möglichkeit haben, schicken Sie Ihre
Beiträge der Einfachheit halber per E-Mail direkt
an*

*contact_actuell@guttempler-berlin.com oder
michael.annecke@guttempler-berlin.com*

Liebe Geschwister, liebe Gäste, liebe Leser*innen

Das Jahr 2026 hat uns schon voll im Griff.

Endlich hatten wir wieder einmal einen echten Winter – ich weiß es waren nicht alle erfreut darüber. Dafür freuen wir uns jetzt umso mehr, dass die Sonne scheint und die Temperaturen steigen. Wir sind also angekommen in unserem Jubiläumsjahr 2026!

Unglaublich! Wir werden 135 Jahre alt – 135 Jahre Suchthilfe in Berlin-Brandenburg!!

Wie bereits in der letzten Ausgabe erwähnt, werden diverse Veranstaltungen anlässlich des Jubiläums stattfinden.

Literarisches Frühstück, eine Podiumsdiskussion, ein Fachtag mit anschließender Feier und ausgewählten Programmpunkten. Wir nehmen teil beim CSD auf der Spree, ein Nostalgie-nachmittag ist geplant und natürlich richtet sich der 3. Oktober ebenfalls danach aus. Termine hierzu werden auch in dieser Ausgabe

bekannt gegeben, ebenso erfolgen separate Einladungen hierzu. Der Landesvorstand, mit den neugewählten Vorstandsmitgliedern wird im April in Klausur gehen, um weitere Geschehnisse im Landesverband zu planen. Im Mai nehmen dann die gewählten Delegierten und andere interessierte Geschwister am Bundesverbandstag teil. Aber auch das GBW bietet wieder zahlreiche Aktivitäten, wie Seminare, Tagesfahrten und Bildungsreisen an.

Es wird also keine Langeweile aufkommen.

Ich freue mich auf dieses so spannende Jahr und hoffe viele Geschwister und Gäste begrüßen zu können. Bis dahin verbleibe ich mit lieben geschwisterlichen Grüßen und bitte: Bleiben Sie gesund.

Silvia Ratzeck
Landesvorsitzende



Gesprächsgruppe „Substitution“

mit und ohne Beikonsum



Regelmäßige Treffen: alle 2 Wochen immer den
1. & 3. Mittwoch im Monat 17:00 Uhr

Sicheres Umfeld Guttempler in Deutschland
Landesverband Berlin-Brandenburg e.V.

Absolute Vertraulichkeit Wildenbruchstr. 80
12045 Berlin

Informationen zum Thema Kontakt:
Substitution mit und ohne Beikonsum Thomas Gutleb
0176 211 966 10

Offener Erfahrungsaustausch

Unterstützung und Ermutigung durch die Gruppe



GUTTEMPLER
SUCHTSELBSTHILFE UND MEHR
Landesverband Berlin - Brandenburg e.V.



SoberCircle
go sober, be free

Deine App für ein suchtmittelfreies Leben!

Genuss, Gespräche, Entspannung und Lebensfreude
brauchen keine Promille! Probier's aus!

Hier kannst Du Dir die App herunterladen



Die Idee hinter SoberCircle

Der SoberCircle ist mehr als eine App – er ist eine Mit-Mach-Plattform für alle Interessierte und ein Raum für Inspiration und Austausch. Zudem bietet er neue Perspektiven auf ein bewusstes, freies Leben.

Der SoberCircle ist das neue kostenfreie Angebot der Guttempler in Deutschland.

Unsere Plattform richtet sich an alle, die ihr Leben suchtmittelarm oder suchtmittelfrei gestalten möchten. Bei uns findest du Inspiration, Impulse und Informationen für einen gesunden Lebensstil – sowie eine starke SoberCommunity, die dich auf deinem Weg begleitet.



Der Beginn einer großen Aufgabe

135 Jahre Guttempler in Berlin-Brandenburg Teil II

Der erste Schritt war getan, mitten im Tosen und Ja-gen der Großstadt war still und leise am 1. November 1891 die Guttemplerloge Berolina gegründet worden und unbeachtet rang sie um ihre Existenz.

Sieben Jahre warben die Berliner Guttempler um die Erhaltung der ersten Berliner Loge, und hätte auch hier nicht immer wieder Charlotte Gray mit Rat und Tat, mit Briefen und Besuchen geholfen, wer weiß was aus der Berolina geworden wäre. Zu erwähnen ist hier auch Schwester Ramna, die sich ebenso im unermüdlichen Einsatz um das Bestehen der Guttempler in Berlin-Brandenburg bemühte. Aber knorriger, märkischer Trotz und eiserner fester Wille haben es doch geschafft. Im Übereifer hat man gleich 2 „Jugendtempel“ geschaffen. Den Ordensschwestern Ramna, Manigel und Nielsen gelang es aber gerade mittels dieser „Jugendtempel“, nachdem acht Mitglieder aus der Berolina wegen Verletzung des Artikels II gestrichen werden mussten, den Ordensgedanken durchzudrücken. Und wieder einmal arbeitete Schwester Gray intensiv mit den Geschwistern der Berolina, sodass man

auf der Großlogentagung in Leck, einer Gemeinde in Nordfriesland, der Hoffnung Ausdruck gab: „In Berlin werden die Brüder und Schwestern unsere Sache durchkämpfen!“ Und sie kämpften sie durch. Im Jahr 1897 wurde am 10. Oktober die Loge Völkerfrühling gestiftet, im Jahr 1898 kamen gleich drei weitere Logen hinzu: Weltfrieden am 6.3., Weckruf am 8.5. und Frohmüt am 26.6. Mit der Stiftung der Loge Frohmüt betrat man in Berlin Neuland. Nicht nur, dass man aus dem Stadtgebiet hinausschritt nach dem damaligen Dalldorf (Wittenau), sondern man suchte und fand als Helfer Einlass in der Anstalt Dalldorf, der Irrenanstalt (so wie es damals hieß). Unzählige Vorträge vor den Alkoholkranken in Wittenau, Buch, Herzberge und Teupitz haben immer wieder versucht, noch heilbare Alkoholranke auf den rechten Weg zurückzuführen.

Die Arbeit schritt voran. Hatte man sich gerade in Berlin festgesetzt, so zog der Unternehmungsgeist Brüder hinaus in die Provinz, und es wurde am 16. April 1899 in der alten Wendenfeste Brandenburg die Loge Brennabor gestiftet.

Im Berliner Charlottenburg entstand die Loge Caritas und im Norden von Berlin kam die Loge Norden dazu.

Acht Brandenburger Logen wirkten nun schon im Geiste des Ordens als XXII. Distrikt von Deutschlands Großloge II des IOGT. Zu diesem Distrikt gehörten auch die von Berlin aus später gestifteten Logen in Franzburg, Stralsund und Stettin. Diese Tatsache veranlasste die Berliner sogar, einmal eine Distriktssitzung in Ribnitz in Mecklenburg abzuhalten. Bruder Blume hat dann diese Logen und die Breslauer aus dem Distrikt XXII herausgenommen. Die nordischen Logen kamen zum Distrikt Vorpommern, die Breslauer zum Distrikt 27/28 Posen Schlesien.

Die beiden Logen Gemütliches Heim und Großer Kurfürst in Wittenberge wurden Berlin-Brandenburg zugeteilt. Bei der Neugruppierung in 19 Distrikte erhielten wir die Nr. 14, die der Gau oder Landesverband, wie es jetzt heißt, noch heute führt.

Fortsetzung folgt

Silvia Ratzeck
Landesvorsitzende

13. JUNI – 21. JUNI
AKTIONSWOCHE
ALKOHOL 2026

Nein zu Alkohol ist eine gute Entscheidung.

Greift mit eurer Gruppe genau diese Botschaft auf. Schafft Räume für Austausch, Aufklärung und Ermutigung während der Aktionswoche Alkohol 2026.

Jetzt Aktion planen und eintragen

www.aktionswoche-alkohol.de

www.alkoholpolitik.de

Der ganze Sinn dieser Zeitung

Contact ODER Kontakt oder Kontakt

DER GANZE SINN DIESER ZEITUNG
Contact ODER Kontakt ODER Kontakt

Wie es laut Duden geschrieben wird, kommt es aus dem Lateinischen und heißt: Berührung auch Verbindung oder Verbindungen herstellen. Ein Begriff, wie geschaffen für die Guttempler.

Das sind die ersten Zeilen der ersten Ausgabe der contact im Jahr 1977. Mutig und optimistisch. Doch waren sie auch realistisch? Hätte Rudi Kummer, als erster Redakteur, daran gezweifelt, diesen schriftlichen Austausch schaffen zu können, würden wir keinen Grund zum Feiern haben. Denn mit dieser Ausgabe befindet sich, ich sage bewusst unsere contact aktuell, im 50. Jahrgang!

Aber lassen Sie uns kurz genauer hinschauen. Einige von Ihnen werden vielleicht noch das Erscheinungsbild der ersten Ausgaben vor Augen haben. Natürlich im Schwarz-Weiß-Format und mit einer Kugelkopf-Schreibmaschine mit auswechselbaren Schriftbildern erstellt. Kaum noch vorstellbar! In der 8. Ausgabe gab es dann das erste Foto. Davon wusste bereits Bernhard Lesch zu berichten. Diese bis dato zur Verfügung stehenden Möglichkeiten wurden überzeugend eingesetzt. Die Idee, zuerst einmal den Berliner Guttemplern eine Plattform zu bieten, sich in schriftlicher Form auszutauschen bzw. Informationen gleichzeitig weiterzugeben, wurde für „zukunftsfähig“ befunden.

Der Plan ging auf: Guttemplermitglieder schickten ihre Beiträge an die Redaktion, dort wurden sie „zeitungsgerecht“ überarbeitet, dann – damals noch per Kopierer vervielfältigt – und in den Umlauf gebracht. Unsere contact aktuell war jetzt nicht mehr wegzudenken. Im Gegenteil, immer mehr Geschwister sandten ihre Beiträge ein, die so individuell und bereichernd waren, wie sie nur sein konnten und machten und machen



noch heute in der ihnen eigenen Weise das „Gesicht“ unserer Zeitschrift aus.

Dieses „Gesicht“ hat sich in all den Jahren ein wenig geändert, hat ein wenig ernsthaftere Züge angenommen, wie ich finde. Ist dies ist der Zeit geschuldet? Viele

le Geschwister, die ihre Beiträge für die contact aktuell geschrieben haben, sind nicht mehr unter uns. Und ja ...wir sind älter geworden. Vielleicht liegen unsere Prioritäten deshalb in einem anderen Bereich?

Doch allen eventuellen Widrigkeiten und Umständen zum Trotz, ist unsere contact aktuell interessant und aussagekräftig geblieben. Dank eines Redaktionsteams, dass „hinter den Kulissen“ immer wieder für eine nächste Ausgabe überzeugend tätig ist. Dafür, so denke ich, gebührt diesem Team unser Dank und allergrößter Respekt!

Nun war in der Dezember-Ausgabe 2025 unserer contact aktuell zu lesen, dass es ab dem nächsten Jahr, also 2027, ausschließlich eine digitale Ausgabe unserer Zeitschrift geben wird. Und es las sich so, als würde es tatsächlich feststehen.

Der Gedanke, dass ich dann in unserer Zeitschrift nicht mehr blättern könnte, macht mich schon ein wenig wehmütig. Der Zeitschrift, die mich während meiner ganzen Guttemplerzugehörigkeit begleitet hat. Jetzt sagt nicht, ich kann sie mir ja herunterladen und ausdrucken... das ist nicht das gleiche! Aber wie ist es mit den zwei Seelen in der Brust...? Ich wäre nicht ich, wenn ich mich nicht der Realität stellen würde. Und ich denke, liebe Geschwister, Sie können dies auch.

Solange die Zugänglichkeit in irgendeiner Weise gewährleistet ist, geht sie uns ja nicht verloren, unsere contact aktuell!

Herzlichst,
Ihre Marion Benedikt



Grußwort der TrokkenPresse

Liebe KollegInnen von contact aktuell, liebe LeserInnen,

auch wir gratulieren Euch herzlichst zum 50. Jahrgangsgeburtstag. Fünfzig!

Wir als Team der Zeitschrift TrokkenPresse können sehr gut nachvollziehen, wie viele Ideen gebraucht wurden bis genau hierher, wie viele Geschichten und Berichte recherchiert und geschrieben worden sind, um immer wieder 16 frische Seiten gestalten zu können. Hut ab!

Wir wünschen Euch für die große Guttemplergemeinschaft Berlin-Brandenburg, dass es auch so weitergehen möge. Denn eine Zeitschrift für alle Brüder und Schwestern, die sich dem suchtfreien Leben verschrieben haben, kann auf ihre ganz eigene Weise eine Gemeinschaft zusammenhalten: Die Geschwister erfahren durch sie voneinander, zum Beispiel, was andere Gemeinschaften oder Mitglieder unternommen und

erlebt haben, wer einen besonderen Geburtstag hatte oder goldene Hochzeit ... so etwas verbindet. Ob Berichte von der Landesgeschäftsstelle, von Klausurtagungen, ob aktuelle Gedanken über die Werte und Prinzipien der Guttempler oder Informationen über wichtige gemeinsame Termine – auch das verbindet und lässt das Zugehörigkeitsgefühl wachsen. Jeder Einzelne kann erkennen: Ich bin nicht allein, ich darf mich geborgen und behütet und getragen fühlen wie in einer großen Familie. Und genau das vermag eine Zeitschrift wie contact aktuell ganz besonders gut zu bewirken.

Also: Immer weiter gute Ideen, gute Berichte und fleißige ehrenamtliche SchreiberInnen wünscht Euch

Das Team der TrokkenPresse!

Gratulation aus Kasan

Fünfzig Jahre – ein großartiger Start für die Geschichte einer so wertvollen Zeitschrift!

Ich gratuliere den Herausgebern und Lesern der Zeitschrift herzlich zum 50-jährigen Jubiläum! Die Zeitschrift ist ein konzentriertes soziales Erlebnis. Vor allem dank dieses Erlebnisses entwickeln sich die Berliner Abstinenzgemeinden in den sich rasch wandelnden Bedingungen ihres Daseins so erfolgreich weiter. Die Zeitschrift ist optimistisch, was natürlich für alle Abstinenzgemeinden im Bezirk Berlin-Brandenburg wichtig ist, aber auch für jene Leser nützlich, die weit entfernt von der Hauptstadt des größten Landes Westeuropas leben. Meine erste Begegnung mit der Zeitschrift fand ... im letzten Jahrtausend statt: auf dem IOGT-Weltkongress 1994 in Berlin. Schon damals war ich begeistert von ihrem Format, den farbigen Illustrationen und den vielfältigen Informationen über das Leben der DGO-Gemeinden. Und wie beeindruckend sie seither geworden ist, auch optisch! Die Zeitschrift ruht sich nicht auf ihren Lorbeeren aus; sie wächst. Solche Erfolge unserer Freunde freuen uns sehr. Ich hoffe, dass die Zeitschrift in der zweiten Hälfte ihres Jahrhunderts ihre erreichte Qualität beibehält: die Tiefe ihrer Texte und die Schönheit ihres Designs (Fotos und Illustrationen).



Ich wünsche der Zeitschrift ein quantitatives Wachstum: Möge Berlin jeden März, Juni, September und Dezember den überzeugenden Beweis für die Anziehungskraft eines nüchternen Lebensstils erhalten.

Wladimir Lowtschew, Herausgeber des Phoenix-Newsletters

Im Bild: das jüngste Treffen unserer Gemeinschaft. Es ist dem 20. Jahrestag der „Mozart-Treffen“ (2006–2026) gewidmet. Die Idee für unsere Organisation MNAT entstand am 27. Januar 1991 in Moskau und wurde im Juli 1991 in Jürmala gegründet. Dabei stellten wir zufällig fest, dass der 27. Januar Mozarts Geburtstag ist. Zuerst scherzten wir: „Deshalb konzentriert sich unsere

Organisation so sehr auf Literatur, Kunst, Theater und so weiter. Wir wurden unter Mozarts Stern geboren.“ Mozarts Musik ist in der Tat ein hervorragendes psychotherapeutisches Mittel; sie hilft Menschen in Trauer und Freude. Das jüngste Treffen fand im alkoholfreien Café „Gleis 9 ¾“ statt, wo bereits mehrere Mozart-Treffen abgehalten wurden. Erstens ist das Café alkoholfrei, zweitens gemütlich und schön, und drittens verwenden wir Bilder aus den Harry-Potter-Büchern in vielen unserer Präventionskampagnen.

Freundschaft „von unten“ in herausfordernden Zeiten

Ein Kommentar von Petra Fellmuth

In der Mitte des Fotos, das Vladimir mitgeschickt hat, ist seine Frau Nadja zu sehen, mit der ich mich 2011 auf Anregung von Moni und Tully (Monika Braunhart und Gerhardt Thulke) in Berlin getroffen hatte. Nadjas eigentliches Ziel in Deutschland war Gießen, wo sie versucht hatte, mit Wissenschaftlern der dortigen Universität Kooperationsbeziehungen auf dem Gebiet der Gewässerökologie aufzubauen. Damals war die Welt noch einigermaßen in Ordnung, was die Beziehungen zwischen Russland und Deutschland betrafen. Schon damals wurde mir klar, dass die „Internationale Unabhängige Assoziation der Abstinenzler“ so gut wie nichts mit unseren Guttempler-Gemeinschaften für (ehemals oder aktuell) Suchtbetroffene und ihre Angehörigen zu tun hat, obwohl beide Organisationen die IOGT bzw. jetzt Movendi als ihre Dachorganisation betrachten. Eher noch gibt es Ähnlichkeiten mit dem Guttempler-Bildungswerk. Das heißt, es werden in Kasan Festtage der Abstinenz organisiert, Thementage zu internationaler Kultur und Literatur, Musik, Wettbewerbe um die besten Gedichte, Essays rundum das suchtmittelfreie Leben usw. veranstaltet. Aber wenn sich ein Suchtkranker nach einer Entgiftung und Entwöhnung in diese Gruppe begeben würde, würde er dort nicht die Unterstützung finden können, die er braucht. (Dafür gibt es auch in Russland die Anonymen Alkoholiker, Gruppen bei der orthodoxen Kirche u.ä.)

Die Abstinenzler in Russland/Kasan sehen sich in der Nachfolge berühmter Persönlichkeiten wie Lew Tolstoi und die Chemiker/Akademienmitglieder Alexander und Boris Arbusow in Kasan, die – ohne selbst betroffen zu sein – das alkoholfreie Leben propagierten. Die Festtage der Abstinenz fanden so manches Mal im Arbusow-Museum statt, das die Historikerin Natalja Korejewa (ebenfalls Mitglied der Abstinenzorganisation) leitet. Tatsächlich gibt es in Russland einen erheblichen und

ansteigenden Anteil an der Bevölkerung (mehr als 30%), die aus Prinzip keinen Alkohol trinken, weil sie es für nicht kulturvoll halten und das Elend derer sehen, die davon krank geworden sind.

In einem Artikel von Christina Berndt in der Süddeutschen Zeitung vom 15. Oktober 2025, den Michael Annecke an die Gemeinschaften weitergeleitet hatte, werden Maßnahmen beschrieben, die nötig wären, um den Alkoholkonsum zu senken (Erhöhung der Steuern, Werbeverbot, Einschränkung der örtlichen und zeitlichen Verfügbarkeit von Alkohol usw.) und sie schreibt: „Dass ein Volk mithilfe solcher Maßnahmen vom Alkohol loskommt, ist gut untersucht. Andere Länder haben es vorgemacht, allen voran Russland mit seinem früher exzessiven Wodka-Konsum. Die Deutschen trinken inzwischen mehr.“

Von 2003 bis 2016 ist laut einer WHO Studie der Konsum von Alkohol in Russland um rund 43 Prozent zurückgegangen (2021 wurde ein Nachlassen der Dynamik festgestellt). Das ist sicherlich ein Verdienst der Abstinenzorganisationen, aber wohl auch ein Ergebnis strenger staatlicher Maßnahmen: Die Steuern auf Alkohol wurden erhöht, Alkohol darf nur noch in bestimmten Läden verkauft werden und nur zwischen 8 und 23.00 Uhr, für Autofahrer gilt die 0-Promille-Grenze und es gibt strenge Kontrollen und sehr wenig Alkohol-Werbung.

Nachdem ich mich mit Nadja getroffen hatte, begann Vladimir mir regelmäßig den „Phönix“ in elektronischer Form zuzusenden, erst 14-tägig, zuletzt sogar wöchentlich. Erst habe ich gesagt, das schaffe ich nicht auch noch zu lesen. Ich bin Mitglied bei den Guttemplern geworden, um als Angehörige meinen Mann zu unterstützen, dauerhaft abstinent zu werden. Nachdem er immer wieder Rückfälle hatte, bin ich Mitglied geblieben, weil mir auch das Schicksal anderer nahegegangen ist, denen ich helfen wollte und aus Dankbarkeit insbesondere Marion Schäfer gegenüber, die wie kein anderer Mensch (außer noch vielleicht meiner Freundin Galja in Moskau) mit mir mitgeföhlt hat, wenn es mir wegen der Rückfälle meines Mannes, aber auch wegen der psychischen Erkrankung unserer Tochter extrem schlecht ging. Aber zeitlich gesehen, war die Mitgliedschaft bei den Guttemplern für mich immer eine Belastung und ein Opfer, das ich für meinen Mann gebracht habe. Denn ich hatte ständig mehr als genug mit meiner wissenschaftlichen Arbeit zu tun, und auch meine gesellschaftliche Tätigkeit hatte andere Schwerpunkte (in der Friedens- und Umweltbewegung und in Organisationen zur Unter-

stützung von Migranten). Außerdem haben wir inzwischen 4 Enkel. Aber ich habe den „Phönix“ dann doch gelesen, zumindest partiell und daraus so manches Mal Artikel für die Contact Aktuell verfasst (so zu den von Vladimir Lovchev verfassten Büchern „Alkohol in der europäischen Kultur“ (Contact Aktuell August 2013 und dem als „Universitätsbuch 2019“ prämierten Buch „Einbeziehung von Texten von J.W. v. Goethe in die Lehre des Konfliktmanagements“ (Sept. 2020), zum 15. Jahrestag des wiedergeborenen Frühlingsfestes der Abstinenz (August 2014), zu Kunstwerken im Zusammenhang mit Sucht und Familie (August 2021), zum irischen Missionar der Abstinenz Theobald Mathew (auf Basis der Recherche von Natalja Korejewa, Dezember 2022). Bedauert habe ich sehr (besonders nach seinem Tod Ende letzten Jahres), dass ich die im Phönix abgedruckten langen Texte von Stanislaw Schewerdin (1934–2025), einer herausragenden Persönlichkeit der russischen Abstinenzbewegung in der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts, Autors mehrerer wissenschaftlicher Bücher und Redakteur der Zeitschrift „Abstinenz und Kultur“ von 1986 bis 1990 nicht geschafft habe zu lesen und über ihn zu informieren.

Zu Beginn 2025 hatte mir eine Freundin von Nadja tatarische Süßigkeiten und 2 „Euphoria“-Hefte mit Essays der Kasaner Abstinenzler mit nach Berlin gebracht. Ich habe den Text von Natalja Korejewa über ihre spirituellen Begegnungen mit dem Dichter Gavrill Romanowitsch Derschawin (1743–1816) (von dem der Ausspruch stammt: „Ich trinke nicht, mein lieber Herr Nachbar“) gelesen, er hat mir sehr gefallen und ich hatte versprochen, in Russisch dazu was zu schreiben. Da mir das nebenbei und im Urlaub nicht gelungen ist, ich aber meine Versprechen in der Regel halte, habe ich im Herbst wieder einmal meine Arbeit ruhen lassen, um den langen Brief zu schreiben, dabei im Rahmen meiner Entschuldigungen auch noch mal erläutert, worin die Unterschiede zwischen den Guttemplern und den Abstinenz-Gruppen in Russland bestehen und dass mein langes Schweigen nichts mit der veränderten Weltlage zu tun hat. Da es keine Freundschaft „von oben“ mehr gibt, halte ich eine „Freundschaft von unten“ für umso wichtiger.

Darauf hat mir dann Nadja den untenstehenden Brief geschrieben und Vladimir hat ihn übersetzt bzw. übersetzen lassen, was er für mich allein ja nicht hätte tun müssen. Das heißt, dieser eigentlich persönliche Brief war auch für die Contact Aktuell bestimmt.

Liebe Petra,

das Wichtigste in unserem Leben sind gute Beziehungen zu unseren Lieben, zu Menschen, mit denen wir oft in Kontakt stehen, und auch zu denen, die wir nicht so oft sehen, von denen wir aber wissen, dass sie in der Nähe sind und wir sie jederzeit anrufen können. Wir können auch mit denen sprechen, die wir einmal getroffen und mit denen wir uns unterhalten haben, die aber durch das Leben getrennt wurden, und die in unseren Erinnerungen ein Gefühl spiritueller Nähe bewahren. Solche Verbindungen auf Augenhöhe lassen uns trotz der Umbrüche des Lebens und geopolitischer Ereignisse weniger allein fühlen. Es gab und gibt Menschen in meinem Leben, deren Verbindung oder Erinnerung mein Herz erwärmt. Jede Stadt, die ich besucht habe, ist nicht nur mit ihren kulturellen und architektonischen Denkmälern verbunden, sondern auch mit den Menschen, die ich dort getroffen habe. Wenn ich von Berlin höre, erinnere ich mich nicht nur an Seiten aus Geschichtsbüchern, nicht nur an die Namen der Schriftsteller und Regisseure, die dort leben. Für mich ist diese Stadt für immer mit dir verbunden, Petra. Ich erinnere mich an die Museumsinsel, das Haus von Ex-Kanzlerin Merkel, einen russischen Straßenmusiker mit seinen „singenden“ Gläsern, die Berliner Mauer, einen Spaziergang im Tiergarten und natürlich an die langen Gespräche, besonders weil du so gut Russisch sprichst! Solche Begegnungen erweitern unseren Horizont, auch hinsichtlich der historischen Ereignisse, die wir miterlebt oder an denen wir teilgenommen haben. Nur solch herzliche, emotionale Verbindungen helfen uns, die harten Herausforderungen unserer Zeit zu meistern.

Danke, Petra, für deinen Brief, deine Erinnerungen und deine Freundschaft!

*Von zwei gleich gescheiterten Menschen wird derjenige den weiteren Horizont haben, der mehr Herz hat.
Mit anderen Worten: Wärme dehnt aus.*

Egon Friedell

Zurück zu den Quellen

Guttempler erleben Zeiten geistiger Dürre. Es wird viel gemacht, viel projiziert, diskutiert, geplant, gehofft und verzagt. Manchmal habe ich die Befürchtung, wir verzetteln uns und packen mal hier, mal da an, haben zu viele Baustellen und zu wenig Energie. Nur wenig ist vernehmbar, das sich noch mit den geistigen Quellen und Wurzeln der guttemplerischen Arbeit beschäftigt oder diese neu zu beleben versucht.

Es ist auch schwierig – wer zu den Quellen will, muss gegen den Strom schwimmen und sich mühsam und geduldig bergauf bewegen.

Oben an der Quelle ist das Wasser frisch, klar und sauber und die Luft ist rein, die Sicht gut und nichts verstellt den Blick in die Weite.

Aber der Weg ist steinig und wir haben nicht genug Geduld und Ausdauer.

Hat jemand schon einmal dem Quellwasser erzählt, was ihm unten in den Ebenen droht, passiert und was mit ihm dort geschieht?

Was bedeutet es denn, suchtfrei zu sein, sich aus dem Gefängnis verhängnisvoller Gewohnheiten und Abhängigkeit befreit zu haben?

Kann es sein, dass wir dahinter nur neue Gefahren vermuten, neue Ungewissheit, Risiken?

Gehen wir deshalb oft nur halbe Schritte aus der Abhängigkeit und haben wir vielleicht Angst vor Freiheit, vor wirklicher Freiheit?

Geistige Dürre stellt sich ein, ist das Ergebnis von Bequemlichkeit, Oberflächlichkeit und – ja, auch von Gewöhnung an Problemvermeidung und voreilige Zufriedenheit.

Die Rettung aus der Sucht hat viel Kraft und Energie gekostet, zumal sie ja immer wieder nur vorläufig ist (wie alles im Leben): deshalb üben wir uns in Bescheidenheit und geben uns zufrieden mit der kleinen Freiheit des 'Davongekommenen', der nochmal Glück gehabt hat und sich kleinmütig in die Reste seines Lebensglücks zurückzieht und die Scherben seiner Ansprüche und Träume still entsorgt, beinahe mit einer kleinen unausgesprochenen Entschuldigung...

Guttempler aber geben sich mit diesen ersten Schritten nicht zufrieden, sie sprechen vom Beginn einer großen Aufgabe.

Haben wir da etwas verwechselt oder nicht richtig verstanden?

Aufgabe heißt nicht aufgeben, AUFGABE war schon in der Grundschule Auftrag, Herausforderung und Pflicht, nicht ängstliches Wegducken (DAS IST ZU SCHWIERIG!!).

Aufgabe heißt Herausforderung, heißt Mut zeigen, heißt Weitergehen, auch wenn es an der nächsten Wegbiegung unübersichtlich wird. Vielleicht ist unser Denken und Fühlen ängstlich geworden, von Angst geprägt?

Wenn ich nun darauf zu sprechen komme, woher die Guttempler kommen, aus welchen Zeitläuften sie ihren Anfang nahmen, so können wir feststellen: die Zeiten waren ungleich härter, ungerechter und weit aus schwieriger als wir es uns heute vorstellen können. Vergleiche verbieten sich, aber wir sind heute in sehr komfortablen Zuständen zuhause, kämpfen jedoch immer noch mit denselben Konflikten und Problemen – nur die Mittel und Methoden haben sich verändert.

Der Mensch steckt noch immer – und zwar weltweit – in den Fesseln von Ungleichheit, Armut und Ungerechtigkeit, ganz wie ehemals. Viele Konflikte werden sogar ungleich härter und unbarmherziger ausgefochten als früher.

Dazu kommt, dass der Mensch sich zunehmend seiner natürlichen Lebensumstände beraubt und den gesamten Globus bedroht.

Technik trägt ihren Teil dazu bei, die Erhaltung menschlicher Lebensqualität zwar zu vereinfachen, sie aber nicht zu verbessern.

Umso mehr gilt es, den Mut und die Entschlossenheit derer zurück zu gewinnen, die die Ideen und Grundsätze der Guttempler begründet und in die Welt gebracht haben. Ihre Entschlossenheit, ihr Enthusiasmus und ihr Idealismus sind heute mehr denn je nötig und gefragt.

Sie haben – gerade in unserem Land, als es in der Kaiserzeit ökonomisch stürmisch voranging – dem wachsenden sozialen Elend energisch die Stirn geboten und sehr erfolgreich viele abertausende Mitglieder gewonnen und für das Gemeinwohl aller gearbeitet und gewirkt. Der Erfolg lag begründet in der Stärke der Gemeinschaften und im öffentlichen Engagement

für die Jugend in allen Bevölkerungsschichten.

Die Entwicklung starb durch Krieg und Krisen und erneuten Krieg und erreichte nie wieder eine solche Breite wie vor 1914.

Oft ist die Zukunft schon da, ehe wir ihr gewachsen sind, hat John Steinbeck einmal gesagt. Das passt ganz gut auf unser Heute.

Bevor wir dazu kommen, gute neue Ideen umzusetzen oder alte Themen, die wir vernachlässigt haben, wieder wirksam zu behandeln, kann passieren, dass wir mit einer verschwindend klein gewordenen Anzahl von Geschwistern die Tür zur Zukunft gar nicht mehr finden.

Wir stecken heute wieder in radikalen Umbrüchen und ich zögere nicht, von einer neuen Zeitenwende zu sprechen, deren Richtung noch unsicher und unent-

schieden ist, die aber neben berechtigten Hoffnungen auch bedrohliche Züge aufweist.

Wir können uns leiten lassen von der Klugheit unserer Ahnen und von der Unbekümmertheit der Jugend, der wir genau zuhören sollten, auch wenn wir das eine oder andere nicht verstehen. Wir können helfen, mit unserer Erfahrung das Ausmaß ihrer Beschädigungen durch die moderne Welt zu begrenzen, indem wir von unserer Heilung von Abhängigkeit und Sucht berichten. Wir sollten vielleicht anfangen zu verstehen, dass die heutige Struktur unserer Gemeinschaften nicht überleben wird und uns darauf verständigen, neue interessante und offene Angebote zu machen.

Michael Annecke

*Die Vergangenheit muss reden, und wir müssen zuhören.
Vorher werden wir und sie keine Ruhe finden.*

Erich Kästner

Die Wahl für ein anderes Leben

Was ein Mensch an Gutem in die Welt hinaus gibt, geht nicht verloren

Albert Schweitzer

Vor gut zwanzig Jahren hatte ich nach sechsmonatigem Klinikaufenthalt die Wahl, wie ich die „Nachsorge“ und die weitere Begleitung meines neuen Lebens in der Abstinenz gestalten sollte. Denn das habe ich aus der Statistik und anschaulichen Beispielen gelernt: Die Methode „das kann ich alles selbst“ ist mit hohen Risiken für Rückfälle bedroht, macht das Ganze nur schwerer und unerfreulicher. Denn auch das war für mich klar, als ich die Klinik verließ: ich wollte mir die dort erworbene „zufriedene Abstinenz“ erhalten für den Rest meines Lebens und ich wollte sie gestalten als ein Leben mit neuen Aufgaben und Zielen. Ich begriff sie als eine neue Chance und nicht als ein Leben unter dem Verzicht auf Feier und Rausch.

Eine Freundin meiner Frau, die mich recht gut kannte und noch besser einschätzte „vermittelte“ mich zu den Guttemplern, genauer: zum internationalen **Orden der Guttempler**. Es war eine gute Wahl! Denn nach meinem Empfinden bietet der Guttemplerorden das beste Konzept für ein Leben ohne Alkohol und anderen Drogen.

Das liegt zum einen in der starken Betonung der Selbsthilfe begründet. Durch die verbindliche, langfristige Bindung und Zuordnung zu einer überschaubaren Gemeinschaft wird das Element Bindung und Selbsthilfe wesentlich gestärkt. In den Gesprächen und Erfahrungen in den regelmäßigen Treffen mit anderen Betroffenen und auch Angehörigen können viele ein Selbstbewusstsein entwickeln, das sie vorher gar nicht hatten oder in der Sucht verloren haben. Ebenso kann man, auch durch Seminare, sehr viel über die Problematik des Alkoholgebrauches in unserer Gesellschaft und für den Einzelnen lernen und so auch ein Bewusstsein entwickeln für die Verantwortung, die

man als Einzelner oder mit der Gruppe übernehmen kann, um Zustände, unter denen man selbst gelitten hatte, zu verbessern.

Guttempler zu sein bedeutet, einen deutlich erkennbaren anderen Lebensentwurf zu verfolgen als es allgemein üblich ist

Die Guttempler können sich als Partei zur Förderung der Gesundheit der Menschen und des Gesundheitswesens in der Gesellschaft verstehen, sind von daher offen für alle Menschen „ohne Rücksicht auf die Herkunft, die Hautfarbe, das Geschlecht, die religiöse oder weltanschauliche Einstellung“ und gesellschaftlicher Stellung, eben für die ganze Gesellschaft, in der man lebt.

Von Albert Schweitzer wird dieser Satz überliefert:

Man muss etwas tun und sei es auch noch so wenig, für diejenigen, die Hilfe brauchen, etwas, das keinen Lohn bringt, sondern nur die Freude, es tun zu dürfen.

Das Ideal des barmherzigen Samariters, das die Guttempler von Beginn an als eins ihrer Vorbilder ansahen und vermittelten, der hilft, wo er gebraucht wird und der so hilft wie es gebraucht wird, gilt. Es umfasst Ideale, auf denen schließlich auch unsere demokratische Ordnung beruht. Parteilich und konfessionell sind die Guttempler ungebunden, den Menschenrechten und dem Frieden untereinander sowie weltweit fühlen sie sich verpflichtet, ebenso der Gewaltlosigkeit und der Barmherzigkeit. Die Mahnung Jesu aus dem Gleichnis des barmherzigen Samariters, auch sich selbst zu lieben und mit sich selbst im Reinen zu sein wird nicht vergessen, sondern der Nächstenliebe an die Seite gestellt (Bibel, Neues Testament, Evangelium des Lukas Kap 10, 25 –37). Auch das ist bemerkenswert und zu beachten. Man sollte mit sich selbst in Reinen sein, wenn man für andere wirkungsvoll da sein will.

Gesellschaftlich wirksam sein zu wollen, heißt immer auch politisch sein. Denn müsste nicht Politik mehr tun, als sie tut, zum Beispiel gegenüber der allgegenwärtigen Alkoholwerbung, die auch Jugendliche und Kinder als Zielgruppen bewirbt, von ihrer Penetranz bei der Sportberichterstattung ganz zu schweigen. Oder nennen wir die Gesundheitspolitik mit ihren Defiziten in der Prävention und in der Nachsorge, mit den Stellenstreichungen an den falschen Stellen, mit dem Elend der Zweiklassenmedizin. Ein weiteres Beispiel: Gibt es eine sachliche Erklärung, warum auf Wein- und Schnapsflaschen kein Pfand erhoben wird?

Friedenspolitik – brennender denn je! Und die Alkoholsucht wütet auch in den Ländern der Dritten Welt. Aktionsfelder gibt es noch und noch, natürlich auch in unserer eigenen Mitte, in der der Alkohol schon eine gewisse Vorherrschaft ausübt und Multitoxität sich zur Regel ausweitet.

In all dem, was zu tun ist, fehlen uns oft die Mittel oder sind wir nicht zahlreich genug oder wissen nicht, wie wir es machen könnten. Gremienarbeit? Ja, machen wir. Genug? Öffentlichkeitsarbeit, Aufmerksamkeit erregen, informieren, das machen wir, aber auch zu wenig. Auch manchmal zu unwirksam? Warum nicht einmal eine Demonstration vor dem Reichstag oder die Umzingelung einer Schnapsfabrik/Brauerei?

Nun wird es leider bei allen Anstrengungen immer weniger, das wir tun können, weil uns traurigerweise der Nachwuchs knapp wird. Jüngere als ich werden daran arbeiten müssen und es hoffentlich auch tun, damit das auch wieder anders werden kann.

Albert Schweitzer mahnt uns ja nicht nur, etwas zu tun, sondern tröstet uns, die wir immer weniger werden, in unserem Tun:

Was ein Mensch an Gutem in die Welt hineingibt, geht nicht verloren.

Das bedeutet doch: es tut seine Wirkung. Seien wir dankbar und froh dass wir dabei sein können, machen wir weiter, so gut wir es können und bauen wir getrost und voller Hoffnung auf die, die nach uns kommen, trauen wir ihnen etwas zu und lassen wir sie dann auch handeln auf ihre Art.

Ich bin zufrieden, abstinent zu leben. Ich habe mit der Gemeinschaft „Halensee“ einen Ort, an dem ich mich rundum wohlfühlen kann, wo ich reden, zuhören, lachen und mich freuen kann, wo ich Menschen finde, die Freunde sind, mit denen, auch mal weinen kann, wo ich feiern kann, ich kann dort Wissen weitergeben und auch aufnehmen. Ich weiß, dass wir zusammen einen gesellschaftlichen, politischen Auftrag erfüllen und Gutes bewirken. Ich gewinne für mich Freiheit, weil ich Sicherheit in der Gemeinschaft finde und Ruhe für mich selbst.

Es ist ein Gewinn, Guttempler zu sein und ein Glück obendrein.

Gott sei Dank!

Christian Wossidlo

Die Suchtsituation heute und die Dauer der Überwindung des Alkoholismus durch den Einzelnen

Sucht kennt keine Grenzen! Sie macht weder vor arm noch reich, vor jung noch alt, vor Einheimischen noch vor Fremden halt. In unserem Lande trinken die Menschen gegenwärtig immer mehr, immer früher und immer öfter.

Zu den Getränken mit den sehr unterschiedlichen Alkoholgehalten sind seit vier Jahrzehnten Drogen als weitere Suchtmittel hinzugekommen. Manche, insbesondere junge Mitbürger meinen, dass man Lebensfreude nur noch aus Brauereien, Brennereien oder Laboren beziehen kann. Doch Guttempler, in der Gesellschaft mitunter als Spaßbremsen gesehen, wissen: „Echter Rausch kommt von innen!“. Auch als Problemlöser eignen sich Suchtmittel keinesfalls. Sie sind immer Problemförderer. Suchtmittel können nie Lebenshilfe geben. Zu der heutigen Situation hat beigetragen, dass unser Leben erfüllt ist von aggressiver Werbung für alkoholische Getränke. Eine Werbung, die keine Grenze kennt und weder vor Kindern noch vor Jugendlichen Halt macht.

Unser Staat ist selber Alkoholiker: er ist süchtig nach dem Wirtschafts-

faktor und der Steuerquelle Alkohol. Er fordert den Muntermacher und Tröster fleißiger als die Kirche oder den Sport. Die Gesellschaft, zu der wir gehören, hat alle Schleusen aufgemacht für den großen Segenspenden C2 H5 OH. Doch wer von der Sucht erfasst wird, dem steht heute erfreulicherweise ein umfangreiches Netz an Einrichtungen und Selbsthilfegruppen in unserem Land zur Verfügung.

Mancher Betroffene, manchmal auch Mitbetroffene, meint, dass eine Entgiftung oder ein dreiwöchiger qualifizierter Entzug ausreicht, um die Sucht zu überwinden. Auf die 6- bis 16-wöchige Entwöhnungsbehandlung könne verzichtet werden. Dabei geht es doch um eine grundlegende Veränderung des Lebens, um eine langfristige Lebensorientierung, ohne dass das Suchtmittel eingesetzt wird. Dr. med. Rüdiger Salloch-Vogel, Arzt und Suchtexperte in Berlin, nach eigenem Bekunden sowohl ein Betroffener wie auch Mitbetroffener: „Alkoholismus ist eine Krankheit, die den Menschen in all seinen Dimensionen trifft. Sie schädigt ihn körperlich, geistig, seelisch und sozial, indem sie ihm letztlich die



Foto: Monika Braunhart

Lebenskraft nimmt und Menschen zunehmend in eine Lebensverneinung führt. Der Prozess des Lernens, der Neuorientierung und des Zugewinns von Kraft dauert Jahre. Die Voraussetzung dafür ist die Bereitschaft, sich selbst anzunehmen, wieder Vertrauen zu haben und loszulassen. Bis der Körper sich von diesem Zusammenbruch erholt, dauert es in der Regel ein halbes Jahr. Die Genesung des Geistes dauert etwa sechs Monate bis drei Jahre, die Genesung der Seele lebenslang“.

Seit Gründung des Guttempler-Ordens vor 157 Jahren zielt sein Programm auf Aktivierung, Stabilisierung, Training von Fähigkeiten, um wieder ein selbstverantwor-

tetes Leben führen zu können. Doch dies ist nur durch langfristige und dauerhafte Bindung möglich. Heute besteht die Gefahr, dass die Gesprächsgruppen von vielen Teilnehmern nicht als Anlauf- oder Stabilisierungsgruppe, als Übergang, sondern als eigenständige Organisation neben dem Guttempler-Orden gesehen wird. Gruppen, in denen man Jahre verbleiben kann, ohne eine klare Entscheidung hinsichtlich der Abstinenz und der Mitarbeit zu treffen. Häufig sagt dem Teilnehmer diese Unverbindlichkeit sehr zu, diese Unverbindlichkeit des Angebots, wo ich jederzeit kommen und gehen kann. Ich muss keine Verpflichtung eingehen, weder ideell, personell noch finanziell. Deshalb ist es notwendig, die Guttempler-Gesprächsgruppen nicht als „Dauerparkplätze“ zu sehen, sondern als Vorstufe, als „Hauptverbandsplatz“, um dann in die Guttempler-Gemeinschaft überzuwechseln. Denn wir brauchen Mitwirkende, Mitdenkende und Mitfühlende, damit unsere Hilfe auch im Jahre 2025 geleistet werden kann.

Hans-Günter Schmidt
Hamburg

Aufklärung ist der Ausgang des Menschen aus seiner selbst verschuldeten Unmündigkeit. Unmündigkeit ist das Unvermögen, sich seines Verstandes ohne Leitung eines Anderen zu bedienen.

Immanuel Kant

GUTTEMPLER

... Selbsthilfe und mehr

Eine hochverdiente Ehrung

Am 23. März 2026 wurde in einer Feierstunde ‚unserem‘ Karlheinz Hupke auf Vorschlag des Guttempler Landesverbandes Berlin-Brandenburg e.V. vom Deutschen Paritätischen Wohlfahrtsverband LV Berlin e.V. die Paritätische Ehrennadel in Gold verliehen.

Wir dokumentieren hier dankbar die Würdigung des Geehrten sowie den Text der Urkunde, die dem Geehrten überreicht wurde.

Karlheinz Hupke steht seit Jahrzehnten für Verlässlichkeit, Gemeinschaftssinn und klare Strukturen im Dienst der Guttempler in Berlin-Brandenburg. In seiner Jugend knüpfte er bereits Kontakte zur Guttempler-Jugend und gründete später eine Jugendgruppe in Berlin.

Nach einer Pause fand er 1988 erneut zu den Guttemplern – ein Neustart, der bis heute sein kontinuierliches Wirken prägt. Sein Anliegen: Selbsthilfe stärken, Gemeinschaft erhalten und gute Rahmenbedingungen für Engagierte schaffen.

1989 übernahm Karlheinz Hupke die Leitung der Gemeinschaft „Leopoldplatz“ und prägte sie rund zehn Jahre lang. Bis heute arbeitet er aktiv an Gestaltung und Erhalt der Gruppe mit – seit 14 Jahren als Schatzmeister und zusätzlich als Schriftführer. Er hält die organisatorischen Fäden zusammen, sorgt für Verlässlichkeit im Alltag der Selbsthilfe und stellt sicher, dass Angebote dauerhaft zugänglich bleiben.

Auf Landesebene setzte er ab 2004 wichtige Akzente. Zunächst verantwortete er die Redaktion des Infoplan, später des Programmhefts. 2007 wurde er zum stellvertretenden Landesvorsitzenden gewählt, 2012 zum Landesvorsitzenden – ein Amt, das er bis 2016 ausfüllte. Seither begleitet er den Landesvorstand als ehemaliger Landesvorsitzender beratend.

Strukturell hat Karlheinz Hupke den Verband nachhaltig geprägt: Zwischen 2012 und 2024 arbeitete er federführend an neuen Satzungen und führte die Verfahren bis zur Verabschiedung und Eintragung ins Vereinsregister. Von 2009 bis 2022 trug er die Verantwortung für Pauschal- und Projektförderungen zum Wohle des Landesverbandes. Zudem gestaltete er seit 2017 die Programmhefte, heute führt er die digitale Verbandswebsite fort.

Karlheinz Hupke zeichnen folgende Charaktereigenschaften besonders aus: sorgfältig, ausdauernd, team-



orientiert. Seine verbindliche Art, sein Blick für das Machbare und sein Verantwortungsbewusstsein machen ihn zu einem Vorbild der Guttempler Berlin-Brandenburgs.

Urkundentext:

Der Paritätische Wohlfahrtsverband Berlin verleiht

Karlheinz Hupke

die Paritätische Ehrennadel in Gold

für sein jahrzehntelanges, herausragendes Engagement für die Guttempler in Berlin-Brandenburg, mit dem er Selbsthilfe stärkt, Gemeinschaft fördert und tragfähige Strukturen für ehrenamtliches Wirken geschaffen hat.

Der Landesverbands-Vorstand



Der richtige Weg

Die Gemeinschaft „Leopoldplatz“ hat sich mit 19 regulären und 3 SoberFriends-Mitglieder zu einer der an Mitglieder stärkeren Gemeinschaften in unserem Landesverband entwickelt.

Mit Wirkung zum 01.01.2026 konnten fünf Geschwister aus der sich zum 31.12.2025 aufgelösten Gemeinschaft Wittenau-Nord willkommen geheißen werden. Die Geschwister Renate und Karl-Heinz Schulze, Wolfgang Lipke, Joachim Zobel und Frank Neumann wurden im Dezember 2025 zunächst mit einem persönlichen Anschreiben zu ihrem Entschluss, die Guttempler-Mitgliedschaft in der Gemeinschaft „Leopoldplatz“, mit Wirkung zum 01.01.2026 aufrecht erhalten zu wollen, herzlich beglückwünscht.

Neben anderen Ausführungen wurde in diesem Willkommensschreiben auch angeboten, die Geschwister gerne, nicht nur in dieser schriftlichen Form, sondern auch in einer feierlichen Sitzung, in die Gemeinschaft „Leopoldplatz“ als neue Mitglieder herzlich willkommen heißen zu wollen. Dieses Angebot haben die Geschwister gerne angenommen.

So kam es, dass nach einem Anfang Januar witterungsbedingt verschobenen Termin, nun am 29. Januar die Aufnahme in einer traditionellen Sitzungsform mit den entsprechenden Rundsprüchen erfolgte.

Der neue Leiter (Hochtempler) der Gemeinschaft, Bruder Winfried Kaufmann, konnte an diesem Abend auch unsere Landesvorsitzende Schwester Silvia Ratzek und den Leiter der Arbeitsschwerpunktes „Bildung“ und Schriftführer des GBW, Bruder Michael Annecke, begrüßen.

Nach dem Aufnahme-ritual, das mit dem Kreis der Guttempler-Geschwister und einem eingespielten Musikstück endete, bedankte sich Schwester Ratzek bei den heute in die „Leopoldplatz“ neu aufgenommen Geschwistern für ihren Entschluss, entgegen ihrer ursprünglichen Absicht die Mitgliedschaft zu beenden, diese nun hier in der „Leopoldplatz“ fortzusetzen. Mit diesem Entschluss stärke man die Gemeinschaft und somit auch den gesamten Landesverband.

Die neu aufgenommenen Geschwister äußerten ihre Zufriedenheit über diese Entwicklung, denn die langjährige Guttempler-Mitgliedschaft einfach so zu beenden, wäre doch ein recht schmerzlicher und für sie nicht zufriedenstellender Weg gewesen.

Ausschlaggebend für den Entschluss war ein Gespräch auf der Jahresabschlusssitzung zwischen Bruder Hupke aus der „Leopoldplatz“ und Bruder Zobel aus der „Wittenau-Nord“, in dem von Brd. Hupke das Angebot gemacht wurde, dass die Geschwister doch besser die Mitgliedschaft in einer anderen Gemeinschaft fortsetzen könnten, auch ohne eine Verpflichtung die Gemeinschaftsabende regelmäßig besuchen zu müssen.

Es wäre schön, wenn andere Geschwister, die vielleicht auch einmal von einer Gemeinschafts-Auflösung betroffen sein sollten, oder die alters- und oder krankheitsbedingt über eine Beendigung ihrer Mitgliedschaft nachdenken, diesem Beispiel folgen und weiterhin Guttempler-Geschwister bleiben.

Wie heißt es doch so schön in unserem Lied: „Wir sind Guttempler, wir sind es gerne...“

Karlheinz Hupke
Gemeinschaft Leopoldplatz

*Wie du auch bist, so diene dir selber als Quell der Erfahrung!
Wirf das Missvergnügen über dein Wesen ab, verzeihe dir dein eigenes ich, denn in jedem Falle hast du an dir eine Leiter mit hundert Sprossen, auf welchen du zur Erkenntnis steigen kannst.*

Friedrich Nietzsche,
Menschliches, Allzumenschliches

Doppelt hält besser.

Bruder Hupkes Apell, Guttempler zu bleiben, wenn eine Gemeinschaft sich auflöst, möchte ich dick unterstreichen. Die Einzelmitgliedschaft ist das Mindeste, das Guttempler, die bei einer Auflösung „gemeinschaftslos“ zurückbleiben. Aber man/frau kann das Gefühl der Verlassenheit sehr schnell überwinden, indem sie/er sich eine andere Gemeinschaft sucht. Wir erleben gerade bei uns in der Halensee, wie gut uns der Zuwachs von zwei Brüdern aus eine Auflösung tut. Und ich wage zu behaupten, die neue Umgebung tut den beiden neuen Brüdern auch gut. So ist tatsächlich einmal alles gut, alles gut.

Dass Gemeinschaften verschwinden, ist bitter genug. Es muss nicht noch bitterer werden dadurch, dass altgediente Brüder oder Schwestern ihre guttemplerische Identität über Bord werfen. Vierzig oder fünfzigjährige Guttemplerjubiläen erfüllen uns alle mit Stolz. Wir möchten es so oft wie möglich erleben. Also bleibt Guttempler so lange Ihr lebt!

Also bitte. Wenn die Auflösung wie ein Sturm am Horizont heraufzieht, springt nicht über Bord, sondern steuert Euer persönliches Schiff in den Hafen einer anderen Gemeinschaft. Ihr seid willkommen, so wie einem Segler jeder erfahrene Seemann als Mitsegler willkommen ist. Dabei meint jetzt „Seemann“ auch Frauen, weil es sprachlich „Seefrauen“ nicht gibt. Da gibt es nur Seejungfrauen und das ist ein ganz anderes Kapitel.

Gewiss ist, dass es nicht immer ganz einfach ist, sich – altgeworden – auf etwas Neues einlassen zu sollen. Aber 1. ist ja nicht alles ganz neu. Die Guttemplerideale sind immer die selben, in jeder Gemeinschaft nur etwas anders verpackt. Und 2. gilt, dass ein Neues auch uns im Alter wieder ein Stückchen lebendiger macht.

Und 3: dies müsste ich oder jemand anderes jetzt noch einmal schreiben, denn „die dreifach gezwirnte Schnur hält noch besser“. Aber lassen wir das, es ist geschrieben und gilt. Hoffentlich für alle in Zukunft, denn diese Zukunft ist doch auch die Zukunft der Guttempler, die wir alle wollen. Oder sollen etwa die „Suffköpfe“ siegen?

Christian Wossidlo

Pfingst-Schiffahrt zum Müggelsee

Entspannt den Feiertag auf dem Wasser genießen!

Montag, 25.05.2026 (Pfingstmontag)
Fahrzeit: 11:00 – 17:00 Uhr

Kulinarisches an Bord

- ✓ Alkoholfreie Getränke
- ✓ Kleiner Imbiss
- ✓ Kaffee & Kuchen

Unser Schiff – MS Hamburg

- ✓ 60 Sitzplätze im Salon
- ✓ 60 Sitzplätze auf dem Oberdeck (über eine Treppe erreichbar)
- ✓ Salon & WCs barrierearm erreichbar

Fahrpreise

Guttempler	21,00 €
Gäste	29,00 €
Kinder bis 16 Jahre	9,00 €

Abfahrt: Caprivibrücke, Charlottenburg (U Richard Wagner Platz)

info@reederei-boettcher.de
 Die Plätze sind begrenzt – frühzeitige Anmeldung empfohlen!

Wir freuen uns auf eine schöne gemeinsame Fahrt!

Anmeldungen baldigst erbeten an: silvia.ratzek@guttempler-berlin.com

Leserbrief

- Der Beginn einer großen Aufgabe – es war einmal vor 135 Jahren
- Die Gurgel Berlins, erschienen 1907.
- In Memoriam – eine Gemeinschaft schließt, einige der zuletzt verbliebenen Geschwister waren 54 bzw. 58 Jahre Mitglieder im Orden.
- 70 Jahre Guttempler-Bruder
- Gedrucktes Programmheft – ein Abschied
- Save the Date – 71. Weltkongress in Kranjska Gora

Ein wenig hört sich das an wie ein Nachruf und zum Schluss noch ein wichtiger Weltkongress, aber es ist

eigentlich nur der Inhalt der Contact Actuell Nr. 150.

Ja, die Zeitung ist eigentlich für Mitglieder gedacht, aber ist die kurze Erwähnung des Projektes Rückenwind von Schwester Daubitz das einzige Angebot das wir Interessenten, Hilfesuchenden, neuen Gästen machen können? Ich habe oft gehört, „sorry, aber Ihr lebt in der Vergangenheit, ich will heute trocken bleiben“ und irgendwo verstehe ich das bei der Lektüre so langsam, wir beschäftigen uns mit uns selbst? Keine Kritik an den jeweiligen Autoren, aber mal so zum Nachdenken über uns?

Wilhelm Goede



Guttempler Bildungswerk
Landesverband Berlin-Brandenburg e.V.

Tagesfahrt

Mittwoch, 29.4.2026

Neustrelitz – Hauptstadt der Großherzöge

Busfahrt. Stadtführung.

**Kaffeegedeck mit Filmvorführung
im Marmorsaal des Großherzogl. Palais**

Abfahrt 8 Uhr 30 Masurenallee

Für Mitglieder € 64,00 / 69,00, Gäste € 74,00

Mindestteilnehmer-Zahl 25

Tagesfahrt

Dienstag, 12.5.2026

**Auf Luises Spuren zwischen Himmelfort und
Lychen**

Busfahrt. Schiffsfahrt von

Himmelfort nach Lychen.

Mittagessen. Rundfahrt mit Reiseleitung, Kaffee-Gedeck.

Abfahrt 8 Uhr 15 Masurenallee.

Für Mitglieder € 87,00 / 93,00, Gäste € 98,00

Mindestteilnehmer-Zahl 30

Fünf-Tages-Reise

Sonntag, 21.6. – Freitag, 26.6.2026

Bamberg-Bayreuth-Würzburg

Busfahrt. 5 x ÜF + Abendessen.

Rundfahrten/Führungen in 3 Städten.

Eintritte/Führungen Bamberg und Bayreuth

Reiseleitung am 5. Tag. Schiffsfahrt auf dem Main.

1 x Kaffeetafel.

Abfahrt 9 Uhr Masurenallee.

Für Mitglieder € 914,00 / 949,00, Gäste € 998,00, EZ-Zuschlag

€ 85,00. Reiserücktrittvers. € 42,00 p.P. DZ / € 47,00 p.P. EZ bei

20% Selbstbehalt (mind. € 25,00)

Drei-Tages-Reise

Montag, 7.9. – Mittwoch, 9.9.2026

Stettin und Insel Wollin

Busfahrt. 2 x ÜF, 2 x Abendessen, 1 Tanzabend,

Eintritt + Orgelspiel im Dom zu Cammin, Stadtführung

Stettin. Reiseleitung Insel Wollin, Hafenrundfahrt Stettin

Abfahrt 9 Uhr Masurenallee

Für Mitglieder € 435,00 / 465,00, Für Gäste € 495,00, EZ-Zu-

schlag € 50,00, Reiserücktrittvers. € 20,00 p.P. bei 20% Selbst-

behalt (mind. € 25,00)

Drei-Tages-Reise

Montag, 7.12. – Mittwoch, 9.12.2026

Advents-Fahrt Erfurt und Umgebung

Infos in Vorbereitung

Auskünfte und Anmeldungen

bitte ausschließlich bei Frau Margarete Sielaff:

sielaff@gbw-berlin-brandenburg.de

Tel. 791 3441, Mobil 0179 559 17 09

Änderungen vorbehalten

In der Presse geblättert: ‚Süddeutsche Zeitung, 16. 10. 2025‘

Christina Berndt:

ALKOHOL: ES GEHT OHNE

Den deutschen Winzern geht es schlecht. In den kommenden Jahren schließen müssen. Das klingt zunächstwie eine traurige Nachricht, gerade wenn man bedenkt, wie liebevoll viele Winzer ihre Familienbetriebe modernisiert haben und inzwischen richtig gute Weine herstellen. Aber eigentlich ist das Sterben der Weingüter eine gute Nachricht. Denn es könnte das Sterben von Menschen verhindern.

Hinter den Sorgen der Winzer steckt schliesslich eine Abkehr vom Alkohol. Die Deutschen haben ihren Weinkonsum in den vergangenen 20 Jahren um zwölf Prozent gedrosselt. Und das ist mit Blick auf die Gesundheit eine durch und durch positive Entwicklung. Sie muss unbedingt weitergehen, wie auch der jüngste Weckruf der WHO zum Alkoholkonsum in Europa unterstreicht.

Denn trotz zuletzt sinkender Zahlen: Dieser Kontinent hat ein Alkoholproblem. In Europa wird pro Kopf so viel Alkohol konsumiert wie in keiner anderen Region dieses Planeten. Das mag man sich an einem leutseligen Abend mit vielen Gläsern Wein und Bier einen Moment lang schöntrinken können. Aber es ist alles andere als lustig. Denn der hohe Alkoholkonsum steht für Krankheiten, Leid und Tod. Und es sind schreckliche Krankheiten.

Den jüngsten WHO-Zahlen zufolge sind im Jahr 2020 rund 111 300 Menschen in der EU infolge ihres Alkoholkonsums an Krebs

erkrankt, 93 000 Menschen sind daran gestorben. Und dabei geht es nicht nur um Leberkrebs, der nach jahrelangem exzessiven Trinken aus der Leberzirrhose entsteht. Vielmehr begünstigt Alkohol die Entstehung von mindestens neun verschiedenen Krebsarten, am häufigsten Darmkrebs, Brustkrebs und Mundhöhlenkrebs. Hinzu kommen Herzkreislaufleiden, psychische Erkrankungen, Demenzen und die schwerwiegenden sozialen Folgen, die Sucht hat. Insgesamt trinken sich viel zu viele Menschen in einen leidvollen Tod.

Alkohol ist tief in der Kultur verwurzelt. Er gehört dazu

Das zu ändern, darauf müsste eine jede Regierung in Europa einen Toast mit einem Glas Apfelschorle aussprechen. Die in Berlin zuallererst. Denn Deutschland steht beim Alkoholkonsum international an der Spitze: Es gehört zu den zehn Ländern der Erde, in denen am allermeisten getrunken wird.

Es stimmt schon: Alkohol ist in der hiesigen Kultur tief verwurzelt. Erst idealisiert durchs Christentum mit seinen Riten und monchischen Bierbrauern, dann befördert durch das bisweilen ungeniessbare Wasser und zuletzt beschönigt durch eine mächtige Alkohollobby, wurde die Droge über Jahrhunderte viel zu wenig hinterfragt – selbst als die Erkenntnisse über ihre Gefährlichkeit nicht mehr in Zweifel

zu ziehen waren. Alkohol gehörte dazu. Ohne Alkohol wirkte jedes Fest so schal wie ein abgestandenes Bier. Wer keinen Alkohol trank, galt wahlweise als schrullig oder als Ex-Alkoholiker, Letzteres natürlich selbstverschuldet.

Viele Menschen erkennen mittlerweile, dass sie auch mit Saft und Selters guter Laune sein können

Das hat sich dank Aufklärungskampagnen ein Stück weit geändert. Viele Menschen haben erkannt, dass ihnen der Alkohol nicht guttut und sie, tatsächlich, auch mit Saft und Selters guter Laune sein und exzessiv feiern können. Aber es sind noch zu wenige. Das Unwissen ist noch zu groß, der Zugang zum Alkohol zu einfach und die Gewohnheiten wiegen schwer.

Umso mehr ist Regulierung gefragt. Sie wäre hocheffektiv. Denn der Konsum lässt sich mit einfachen Massnahmen binnen weniger Jahre deutlich drosseln. Erstens: Alkoholsteuern rauf. Sie sind in Deutschland so lächerlich niedrig, dass sie sich kaum auf den Preis auswirken und deshalb keinerlei Wirkung haben. Wein wird sogar gar nicht besteuert. Das ist auch angesichts der immensen Kosten, die Alkohol durch Krankheitsfälle verursacht, nicht zu verstehen. Zweitens: Werbeverbote. Denn Reklame verfäht mit ihren schönen Bildern von Feierlaune und Geselligkeit immer noch zum Trinken.

Ein Verkaufsverbot nach 22 Uhr wäre das Minimum

Drittens: Verfügbarkeit einschränken. Staatliche Läden wie in Skandinavien wären superb, ein Verkaufsverbot nach 22 Uhr das Minimum. Wie effektiv das ist, haben Modellversuche zum Beispiel in Baden-Württemberg schon vor Jahren gezeigt. Viertens: Anhebung des Mindestalters, welches in Deutschland mit dem „begleiteten Trinken“ ab 14 Jahren ohnehin die absurdesten Züge auf dem Planeten annimmt. Aber auch 16 ist zu jung. Dass junge Leute mit dem frühen Einstieg an einen vernünftigen Umgang herangeführt würden, während sie anderswo wegen des langen Verbots nur noch mehr trinken, wird von der Alkohollobby gerne verbreitet. Aber Studien zeigen ein anderes Bild.

Dass ein Volk mithilfe solcher Massnahmen vom Alkohol loskommt, ist gut untersucht. Andere Länder haben es vorgemacht, allen voran Russland mit seinem früher exzessiven Wodka-Konsum. Die Deutschen trinken inzwischen mehr.

Alkohol mag ein kulturelles Erbe in Deutschland und Europa sein. Aber solange man Krankheit und Tod nicht als kulturell erstrebenswert betrachtet, ist es kein gutes Erbe. Man sollte das vorhandene Wissen nutzen und eine neue Kultur etablieren. Sie könnte gesunde Lebensfreude heissen.



Ärzte: Alkohol und Tabak verteuern

In der Debatte um eine Stabilisierung der gesetzlichen Krankenversicherung wirbt Kassenärzte-Chef Andreas Gassen für höhere Steuern auf Tabak, Alkohol und stark gezuckerte Getränke. Hier gebe es eine konkrete Abhängigkeit zwischen Verhalten und der Finanzierung der Versorgung, sagte er in Berlin. Die Mehreinnahmen sollten dann gezielt in den Gesundheitssektor fließen. Gassen sprach etwa von denkbaren zwei Euro mehr für eine Zigarettenschachtel oder für eine Flasche Wein. „Dadurch wird keiner in die Verelendung gestoßen“, erläutert der Vorstandsvorsitzende der Kassenärztlichen Bundesvereinigung (KBV). Im Zweifel habe es auch

noch einen vorbeugenden Aspekt. „Es wird niemand begründen können, was an Tabakkonsum positiv ist, außer dass man damit Geld verdienen kann.“ Gleiches gelte für Alkohol. Eine Zuckersteuer gebe es in vielen Ländern.

„Wer sagt, das ist mir dann zu teuer – noch besser.“

Eine Erhöhung der Alkohol- und Tabaksteuer gehört zu den Vorschlägen der KBV für die Beratungen einer Kommission zur Finanzierung der Krankenversorgung, die Bundesgesundheitsministerin Nina Warken (CDU) eingesetzt hat.

dpa-Meldung in der FAZ, 11. 2. 2026

GUTTEMPLE 
... SELBSTHILFE UND MEHR
Landesverband Berlin - Brandenburg

Gesprächskreis „Perspektive“



Hilfe zur Sucht-Selbsthilfe
Im Mittelpunkt unserer Treffen steht neben dem Gespräch der Mensch

Wir treffen uns im
Begegnungszentrum TREFFPUNKT
Plantagenplatz 11
14542 Werder/Havel

Jeden **Freitag** um **18:00 Uhr**

Angehörige sind herzlich willkommen

Kontakt:

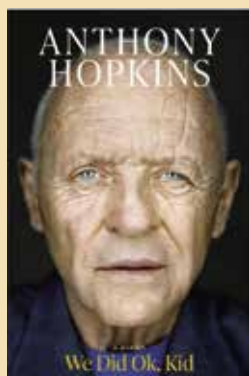
Jenny Muche Tel. 0157-544 526 53
E-Mail: gesprachskreis.perspektive@guttempler-berlin.com

Ich freue mich auf EUCH !!!



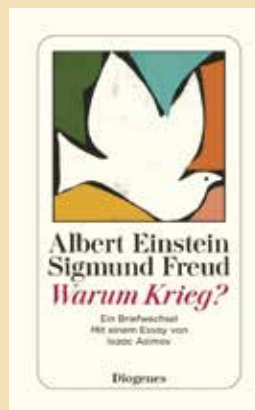
BUCH
TIPPS

Aus gegebenem aktuellem Anlaß:



Anthony Hopkins
„We Did OK, Kid“
Die Autobiographie
Goldmann Verlag, 2025.
384 Seiten. € 26,00
ISBN 978-3-442-30232-1

Der Schauspieler Anthony Hopkins hat sich fast zu Tode geöffnet. In seiner Autobiographie blickt er auf seinen Kampf mit der Sucht zurück.



29. Auflage 2005.
64 Seiten.
Kartonierte € 10
ISBN
978-3-257-20028-7



Christoph Peters
Entzug
Roman. Luchterhand Verlag 2026.
400 Seiten. € 24,00
ISBN 978-3-630-87785-3

Der weite Weg zurück in die Nüchternheit, schonungslos ehrlich und hervorragend geschrieben.

Vorankündigung
Guttempler-Jugend in Deutschland
Geschichte der abstinenten Jugendbewegung
Herausgegeben von Andreas Dierks
2026. Verlag Springer VS Wiebaden.
Etwa 508 Seiten. Gebunden.
Voraussichtliches Erscheinen: Herbst 2026

WIR TRAUERN UM:



Gabriele Franke
Einzelmitglied
verstorben am 26. 11. 2025 im Alter von 63 Jahren

Horst Hinz
Gemeinschaft Tempelhof
verstorben am 18. 12. 2025 im Alter von 82 Jahren

Bernd Lehmann
Gemeinschaft Tempelhof
Verstorben am 14. 1. 2026 im Alter von 78 Jahren

Ursula Hildebrandt
Gemeinschaft An der Quelle des Lebens
Verstorben am 7. 3. 2026 im Alter von fast 90 Jahren

Christine Baumgardt
Gemeinschaft Perspektive
Verstorben am 22. 11. 2025 im Alter von 84 Jahren

Ingrid Nielen
Einzelmitglied
Verstorben am 4. 3. 2026 im Alter von 87 Jahren

WICHTIGE TERMINE

*Jeden 1. Montag im Monat trifft sich der Arbeitskreis des
Arbeitsschwerpunktes Suchthilfe um 18 Uhr im Guttemplerhaus*

29.04.26	GBW Tages-Ausflug nach Neustrelitz	
12.05.26	GBW Tages-Ausflug ‚Auf Luisen Spuren zw. Himmelfort und Lychen‘	
14.05. – 17.05.26	Bad Neustadt/Saale	Bundesverbandstag
27.05.26, 15 Uhr	Guttemplerhaus	Arbeitskreis Bildung/Frau und Familie/Senioren
30.05.26, 11 Uhr	Guttemplerhaus	Gruppenleiter-Treffen
21. – 26.06.26	GBW-Reise Bamberg-Bayreuth-Würzburg	
17.06.26	Guttemplerhaus	Fachtag und Festsitzung
15.07.26, 15 Uhr	Guttemplerhaus	Arbeitskreis Bildung/Frau und Familie/Senioren
07. – 09.09.26	GBW-Reise nach Stettin und Insel Wollin	
16.09.26, 15 Uhr	Guttemplerhaus	Arbeitskreis Bildung/Frau und Familie/Senioren

Änderungen vorbehalten

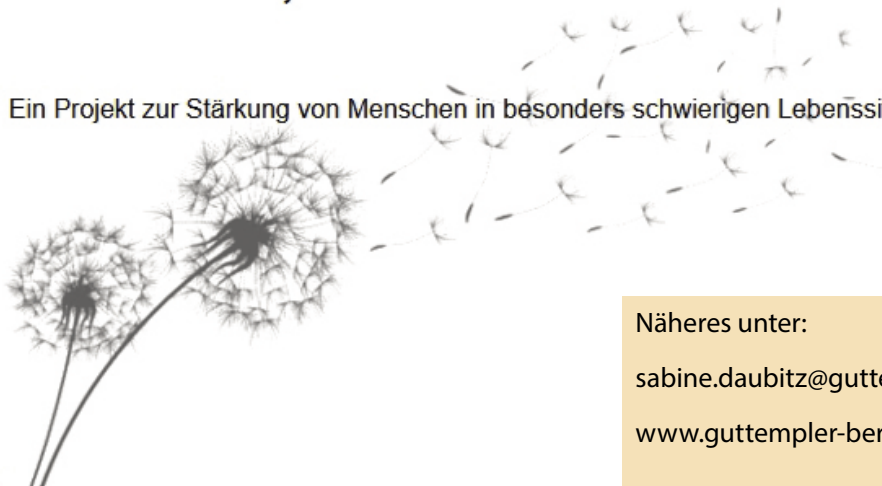


Projekt Rückenwind

GUTTEMPLER 
... SELBSTHILFE UND MEHR

Stark werden, stark bleiben

Ein Projekt zur Stärkung von Menschen in besonders schwierigen Lebenssituationen.



Näheres unter:

sabine.daubitz@guttempler-berlin.com

www.guttempler-berlin.com

Fotos: Guttempler Berlin-Brandenburg

Mit freundlicher Unterstützung von:

