

Es hat keinen Sinn

Sorgen im Alkohol ertränken zu wollen,

denn sie sind gute Schwimmer

Robert Musil

Schon als Volksschüler nahm ich durch zwei Wände hindurch an diversen Partys meiner Eltern teil. Wegen des feuchtfröhlichen Radaus konnte ich nicht schlafen und der Lärm in Form von Lachen, Singen und so weiter verfestigte im Lauf der Zeit den Eindruck in mir, dass Lustig sein, Feste feiern, gelockerte Atmosphäre und Alkohol irgendwie eine Einheit bilden.

Es kam die Zeit, ich war zwölf oder dreizehn, da "durfte" ich ab und zu einen Schluck Bier trinken. Die ersten Male schmeckte das bitter-grauslich, aber von Mal zu Mal transformierte sich diese Grauslichkeit in so etwas wie Wohlgeschmack. Musste es ja, denn den Erwachsenen schmeckte es ja offensichtlich auch.

Es passte dann supergut zu den ersten, vom Opa geklauten "Austria3" Zigaretten.

Aus der Sensation wurde bald Routine, der Tschick nach der Schule und das Bier am Hochstand gehörten quasi dazu. Es kam die Lehrzeit, das eigene Geld,

die Disco mit Freunden = Alkohol

der Wirt nach der Arbeit = Alkohol

das Kartenspiel = Alkohol

allein zu Haus = Alkohol

Mädchen? Weniger, weil Alkohol

Na ja. Und aus dieser Spirale katapultierte mich der Gesetzgeber gegen meinen festen Willen in die Kaserne.

Zivildienst war damals noch nicht. Also entweder Gefängnis, für unmündig erklärt oder Dienst mit der Waffe.

Meine Selbstverteidigungswaffe war die Bierflasche.

Sehr viele Details aus meiner Dienstzeit kann ich dank nahezu durchgehender geistiger Umnachtung nicht berichten. Jedenfalls erfuhr der Alkoholismus wegen dieser dunklen Zeit seine erste Verfestigung in mir.

Die Scham ist eine Schande.

Für wen? Für mich und alle anderen. Alle anderen schämen sich nicht, aber ich.

Wieso immer ich? Ach so, die Lust, der Frust.

Nicht denken, schreiben, über`s Schämen schreiben.

Schämen, schämen, sich schämen wegen der Lust. Schande sowas. Wieso? Na, Schwanzgesteuert ist doch das, oder? Oder Hirn? Doch etwa auch Hirn?

Hirnrinde und das Kinde. Das Bad ausschütten mit dem Kinde. Und dann die Schande.

Was noch, Herr Pfarrer? Was denn noch? Ist doch scheißegal. Und illegal ist es auch noch, weil zu jung.

Aber zu alt soll sie auch nicht sein. Dann reden die Leute. Maulzerreissend reden sie dann.

Und wenn schon, könnte man sagen. Ja das könnte man sagen, wenn man so frei wäre." Gnä Frau, ich bin so frei." Schön wär`s. Wer ist denn schon so frei? Frei, frei - so ein Slogan ist das ja.

Kein Mensch kann mich daran hindern, nur ich, immer nur ich. Ich mit meiner Scham und meiner Lust. Lust worauf? Auf`s Leben, auf die Frau, auf den Mann, auf Dich und auf Mich.

Aber dann - die Schande. Aber dann - die Scham.

Wer zum Teufel hat mir das angetan? Ach, ich armer Wicht.

Aber du, du, du, du Luder du, komm her zu mir!

Ist das Gier? Gierig, auch neugierig. Ach ja, die Neugier. Die Gier nach Neuem. Daher kommt der Voyeurismus Gierig auf Neues- und wenn es nicht mehr neu ist, ist die Lust auch weg Also nur Neulust möglich?

Aber das ist nicht Liebe, so geht das doch nicht!

Mit einem pochenden Brummschädel erwache ich, mach die Augen auf und gleich wieder zu. Viel zu grell da draußen. Nach einer Weile versuche ich es noch einmal. Ganz langsam und vorsichtig lasse ich meinen Blick schweifen. Weißes Bettzeug, weiße Wände, viele Betten, Wie das? Warum bin ich hier? Ich habe keine Ahnung. Das Grübeln belastet meinen Brummschädel nur noch zusätzlich. Ich schau mich um und entdecke im Nebenbett meinen besten Freund Leo. Er schläft. Wieso ist der auch da?

Ganz dunkel und nebulos tauchen aus dem Nichts ein paar Erinnerungsfetzen auf. Wir waren kegeln. Mit ein paar Leuten aus dem Supermarkt, in dem wir arbeiten. Es ging hoch her. Wir hatten Spaß und zwitscherten so einiges. Und dann??

"Bist du munta?", höre ich den Leo aus dem Nebenbett fragen. "Mehr oder weniger" antworte ich. "Was ist passiert, Wieso sind wir im Krankenhaus?" "Wir hatten einen Unfall mit deinem Auto." sagt er. "Aber wieso, und was genau passiert ist, daran kann ich mich auch nicht erinnern. ich glaub, wir waren beide ziemlich zu. Bist du verletzt?" fragt er mich. "Keine Ahnung, weh tut nur der Kopf, und du?" "Ich glaub, mir geht`s genauso."

Plötzlich ist Bewegung im Zimmer. Offensichtlich Visite. Es dauert eine Weile, dann sind wir an der Reihe.

"Na, wie geht`s denn unseren Bruchpiloten?" fragt der Doktor schmunzelnd. "Ja eh, außer Kopfweh spür ich nichts." "Kann ich mir vorstellen." meint er. Sonst ist ja auch nichts passiert, körperlich haben sie nichts abgekriegt, beide übrigens nicht." sagt er mit einem Seitenblick auf Leo. "Kaum zu glauben, bei den Fotos vom Unfallauto. Übrigens, wenn der Arztbrief fertig ist, können sie gehen, sie werden schon am Gendarmerieposten zur Aufnahme des Unfallberichtes erwartet. "Äh- Herr Doktor? -wissen sie vielleicht Näheres über den Unfallhergang?". "Ah, sie können sich nicht erinnern? Geh Schwester, bringen`s den Herren doch die Lokalzeitung, damit sie sich informieren können. Also dann, gute Besserung, meine Herren." sagt der Doc noch lachend und weg ist er. Bald darauf halte ich besagte Zeitung in Händen. Gleich auf der Titelseite ein Foto meines Autos. Es steht quer über die Gleise der Badner-Bahn an einen Versorgungsmasten derselben angedockt und ziemlich zerknautscht. Darüber ist in fetten Lettern zu lesen.

Das seltsame Schienenfahrzeug.

Gestern Nacht gegen ein Uhr früh kam es im Bereich der Haltestelle Vösendorf zu einem spektakulären Verkehrsunfall. Das abgebildete Auto touchierte zuerst mit einem anderen, das vor der dortigen Kreuzung bei Rot zum Stillstand gekommen war. Offensichtlich auf Grund stark überhöhter Geschwindigkeit wurde es dann auf die andere Straßenseite über die Kreuzung auf die Schienen der Badner-Bahn geschleudert und konnte erst durch einen Strommasten, der genau in der Flugrichtung stand, gebremst werden, Der Fahrer und sein Beifahrer, beide schwer alkoholisiert, wurden in`s LKH-Mödling eingeliefert. Sie dürften

unverletzt geblieben sein. Die Fahrerin des anderen beteiligten Fahrzeuges war auch zur Untersuchung im LKH. Sie hat ein sogenanntes Peitschenschlagsyndrom abbekommen. Der Sachschaden ist beträchtlich.

Ich bin blass, mir ist schlecht."Na seavas".

Viele Jahre später..Ich hatte mich schon sehr auf den gemeinsamen Urlaub mit Frau und Kindern gefreut. Um drei Uhr früh fuhren wir los. Über die Grenze ohne Stau, ohne Kontrolle. Alles wunderbar bis kurz vor Bologna. Von da an wurde der Verkehr immer zähflüssiger. Rimini, Meer, Sandstrand, Liegestuhl, schwimmen, lesen, chillen. Das Hotel hatten wir noch vom Vorjahr in guter Erinnerung. Nach elf Stunden Fahrzeit checkten wir ein. Schon an der Rezeption, beim Ausfüllen der Formulare, war mir sehr komisch, ich konnte kaum schreiben, war total zittrig, hatte weiche Knie. Mir war übel, und ich schwitzte trotz Klimaanlage. Ich führte das alles auf's zeitige Wegfahren ohne Frühstück und die lange Autofahrt zurück. Es wurde immer schlimmer. Ich hatte plötzlich auch keinen Appetit mehr und blieb im Zimmer, während die anderen zum Mittagessen gingen. Auch den Nachmittag verbrachte ich im Bett. Meine Frau ging mit den Kindern einstweilen an den Strand. Irgendwann bekam ich Durst. Ich schaute in die Minibar und sah zwei Flaschen Bier, zwei Fläschchen Wein und Wasser etc. sowieso. Ich nahm mit zittrigen Händen ein Bier heraus und trank es in einem Zug aus. Augenblicklich fühlte ich mich besser. Kurz darauf trank ich das zweite, die zwei Fläschchen Wein folgten und im Nu war ich OK. Wie wenn nichts gewesen wäre.

Ich duschte, zog mich an und ging auf die Terrasse. Dort erwartete ich meine Familie. Vor mir ein Glas Chianti, mit mir und der Welt versöhnt.

Keinen Augenblick lang kam ich auf die Idee, dass ich soeben die ersten Entzugserscheinungen meines Lebens gehabt hatte.

Die Depression kommt schleichend und herzerweichend. Zermürbend und nahezu unbemerkt zieht sie ein. Fehlgedeutet, doch immer deutlicher erkennbar. Sie kommt, um zu bleiben. Lässt sich vorerst nicht vermeiden. Mischt sich überall ein. Zieht mich hinunter, man glaubt kaum, wie tief das geht. Aber in dieser Tiefe liegt auch Kreativität. Sie zu nutzen, das ist die Kunst. Nicht verzweifeln. Hilfe wäre wichtig und gut. Aber da braucht es sehr viel Vertrauen. Glückliche, wer jemand hat, dem er es schenken kann. Dann ist Licht am Ende des Tunnels. Mich öffnen, reinschauen lassen ist nicht leicht. Letztlich kann ich aber dadurch selber in mich reinschaun-, horchen-, fühlen. Gemeinsam mit mir selbst und der Hilfe meiner Vertrauten schnappe ich mich am nicht vorhandenen Schopf und ziehe mich wie aus einem dunklen Moor. Aufpassen- gut aufpassen. Das Neue ist noch klein und zart.

Schreiben, schreiben, automatique,

das muss fließen, das ist der Trick.

Es kommt die Zeit, in der das Trinken kein Genuss mehr ist, wo der Alkohol keinen Rausch mehr verursacht, nur mehr dazu dient, morgens nach dem ersten Schnaps den Kaffee nicht zu verschütten, zum Beispiel. Wo ich keine Nacht mehr durchschlafen konnte. Alle zwei bis drei Stunden musste ich aufstehen, ein bis zwei Gläser trinken, dazu eine Zigarette rauchen, dann ging es wieder. Ich vergaß wichtige Termine, verlor die Lust an allem -außer am Trinken. Mein ganzes Sinnen und Trachten war primär darauf ausgerichtet. Alles andere wurde dem untergeordnet. Vorhaltungen und Bedenken seitens der Familie und von Freunden wurden von mir weggewischt. Ich war überzeugt davon, dass ich, wenn ich wollte, sofort zu trinken aufhören könnte. Es war, so glaubte ich wirklich, mein freier Wille.

Dass dem nicht ganz so sein konnte, bemerkte ich erstmals, als ich beschloss, von heute auf morgen, ohne fremde Hilfe, aufzuhören. Es funktionierte nicht lange. Schon nach einigen Tagen, unter sichtbaren Beeinträchtigungen wie Zittern, Schwitzen, Gereiztheit etc. erlaubte ich mir stetig steigende Rationen Alkohol. Da ich mich dafür vor meiner Familie selbstverständlich schämte, richtete ich in dieser Zeit im ganzen Haus und rundherum versteckte Depots ein, damit ich jederzeit irgendwo unbemerkt Zugriff hatte. Klarerweise wurde irgendwann das eine und auch das andere entdeckt und ich musste Farbe bekennen. Die Enttäuschung war natürlich groß, auch bei mir selbst.

Schön langsam dämmerte in mir die Erkenntnis, dass ich Hilfe annehmen muss, es im Leben nie und nimmer alleine schaffe, es sogar lebensgefährlich werden könnte, einen sogenannten kalten Entzug zu machen. Gleichzeitig wurde mir eines Nachts in einer hellen Phase ganz klar, dass alles den Bach runtergehen würde, wenn ich so weitermache. Ich erkannte, dass ich gebraucht werde. Gebraucht von meinen damals noch schulpflichtigen Kindern und gebraucht von meiner Frau.

Es bedeutete Wochen des Suchens und dann des Wartens, bis ich endlich in der Sigmund-Freud-Klinik in Graz aufgenommen wurde. Diese Wochen waren der Hammer. Ich tat mir furchtbar leid und ich hatte Angst. Ich sagte mir, "jetzt ist es eh schon wurscht", meldete mich krank und schüttete in mich hinein, was Platz hatte. Weil, sozusagen, letzte Möglichkeit, denn dann ist Schluss. Selbst auf dem Weg zur Klinik legte ich noch beim Bahnhofsbeisl einen Zwischenstopp ein und trank dort die zwei allerletzten Vierteln meines Lebens. Den ersten Alko-Test in der Klinik absolvierte ich mit eins komma acht Promille. Es soll der allerletzte "positive" Alko-Test meines Lebens bleiben.

Die Erinnerung an den körperlichen Entzug ist in etwa so wie die an einen lang zurückliegenden Horrortrip, Ich sehe mich des nachts durch leere Gänge schleichen, schemenhaft tauchen Leute auf und verschwinden wieder. Gesprächsfetzen ziehen halbgehört vorbei. Jemand setzt mir ein Häferl an den Mund. Was will sie? Ich schwitze, ich friere. Ich möchte sterben, vergrabe mich in der Bettdecke. Ich möchte leben! Muss raus, über das Gitter klettern. Was hat das alles für einen Sinn? Man hält mich fest, jemand wäscht mich. Dann, irgendwann, wird alles etwas klarer. Ich sitze beim Essen. Im Rollstuhl? Kann ich nicht mehr gehen?

Kommt alles wieder, sagen sie. Ist dann aber noch ein Monat harter Arbeit.

Physio-, Psycho-, Ergotherapie sind sehr hilfreich. Und mein Wille, der immer stärker wird.

Dann, gegen Ende meines Aufenthalts, besucht mich eine Mitarbeiterin vom psychosozialen Dienst Oberwart und empfiehlt mir die dort existierende Selbsthilfegruppe für Menschen mit Alkoholproblemen. Seither nehme ich regelmäßig an diesen Treffen von trockenem und nicht ganz so trockenem Alkoholikern unter der Leitung eines sehr engagierten Sozialarbeiters teil.

Seit 7, in Worten, sieben Jahren bin ich jetzt trockener Alkoholiker. Meine Ersatzdroge ist in dieser Zeit zu meiner großen Liebe und Leidenschaft geworden. Die Literatur.

Ohne seinen Spiegel
bin ich ganz klein
ich muss ihn zerbrechen
ersetzen durch mich
Netzwerk von Nöten
allein geht das nicht
wie am Ende einer großen Liebe
bleibt Trauer, Leere und Verzweiflung
neu erfinden muss ich mich
Zeit heilt die Wunden
der Aufwand lohnt
Wie Phönix aus der Asche
flieg ich mit meinem Stift
über Zettel und Blöcke
es gibt in mir so vieles
Kleines und zugleich großes
das ich entdecke
kein Ende in Sicht,
möcht ich auch nicht.