



Ich hatte Alles und habe
Nichts
daraus gemacht

Mein Leben mit Depression, Alkoholmissbrauch und Gefangenschaft.

Bildbeschreibung Titelseite.

Das Promille Monster symbolisiert was es mir alles geraubt hat.
Mein Haus, Geld, den Führerschein, meine Freiheit und die Beziehung zu meinen Kindern.
Den Sumpf des Verderbens.
Ich in einem Häufchen Elend.

Doch es gibt Licht am Ende des Tunnels.
Nach einem langen, steinigen, beschwerlichen Weg kann ich alles wieder erlangen.

Vorwort

Ich hatte alles und habe Nichts oder nichts daraus gemacht.

Es könnte auch heißen:

Ich hatte alles, habe es nicht geschätzt, darum wurde es mir genommen.

Oder nur ich bin schuld an meiner Situation und nur ich kann etwas daran ändern.

Was gleich die erste Frage aufwirft:

Muss immer jemand schuld sein?

Gehören Fehler nicht zum Leben dazu?

Machen nicht gerade diese uns menschlich?

Ist auch nur 1 Menschen mit diesen Zeilen geholfen, so hat es sich schon gelohnt.

**Wenn dich deine Füße nicht mehr tragen,
fängst du an zu fragen,
wofür das Leben steht,
wie es weitergeht.**

**Wenn die Haut brennt wie Feuer,
wird es ungeheuer.
Wenn du nicht mehr schreiben kannst und der Mund ist faul und fahl,
dann ist dir einfach alles egal.**

**Wenn der Druck im Kopf so hoch ist, dass die Ohren rauschen,
hast du keine Lust zum Plauschen.**

**Wenn jeder Muskel steif im Nacken,
du dich fragst: werde ich das packen?**

**Wenn du im Zimmer läufst auf und ab,
dich selber hältst auf trab.
Dir das Blut in den Adern gefriert
und dich alles irritiert.
Du Sachen siehst, die gar nicht da,
dann sagst zu allem: ja.**

**Wenn das so ist,
das wissen wir schon,
leidest du an Depression.**

Gefangenschaft

Mein Blick ist auf eine Stahltür gerichtet, den Farbton zu beschreiben, vermag ich nicht.
Nikotin-Gelb, Gefängnis-Beige?

Der alte Stuhl, der meinem Gesäß Halt gibt, steht auf dem mit Lasur geschwärzten Betonboden.

Gegenüber ein schmales Fenster, vergittert mit Ausblick auf noch mehr Gitter und Beton.

Ja, ich bin im Knast, im Häfen, der Justizanstalt, im Bau gelandet.
Untersuchungshaft.

Gestern war ich noch ein angesehener erfolgreicher Mann, hunderte Menschen kennen und schätzen mich.

Was ist geschehen?

Wodurch bin ich so tief gefallen.

Juristisch gesehen Körperverletzung.

Ich habe schwer alkoholisiert einen Polizeibeamten mit dem Auto gerammt.

2,8 Promille - ich habe ihn nicht gesehen.

Das fatale daran, der Staatsanwalt wirft mir Absicht vor, indem ich den Beamten beseitige, möchte ich der drohenden Strafe entgehen. Es war ein zweiter Beamter dabei, ich wollte nicht flüchten - lächerlich. Aber ich habe Angst. Es drohen 15 Jahre bis Lebenslange Haft.

Die ersten Tage im Gefängnis sind der reinste Horror.

Du hast keine Ahnung was passiert, wie es weitergeht.

23 Stunden mit 5 Männern, die mir gestern nicht einmal eines Blickes würdig gewesen wären, auf 16m² zusammengepfercht.

Ein Waschbecken für Alle und Alles, Wäsche und Geschirr waschen, Körperpflege udgl..

Hier möchte ich eine besondere Unart des Tschetschenischen Mithäftlings hervorheben, der vor dem Gebet seine Nasenschleimhäute in den Ausguss entleerte.

Bauernschnäutzer sagt man bei uns. Ekelig. Das Fussbad erscheint in diesem Zusammenhang geradezu harmlos. Dann mussten alle still sein, nicht rauchen und seinen Glauben akzeptieren.

Entsetzliche Gedanken rasen durch deinen Kopf.

Die Geschichten von geschlagen werden und das mit der Seife ist ihnen sicherlich bekannt.

Soviel vorweg, beides blieb mir erspart.

Zu zweiteren möchte ich noch hinzufügen: zweimal pro Woche ist gemeinschaftsduschen angesagt. Wenn ein Feiertag auf den Dushtag fällt, dauert es 4 Tage bis du dich wieder halbwegs sauber machen kannst.

Die selbsternannten Richter erahnen dein Strafausmaß. 50 Minuten am Tag hast du die Möglichkeit im Hof Runden zu gehen und zu Mittag, zum Essen holen, verlässt du kurz die Zelle.

Ansonst steht Zeit tot schlagen auf dem Programm. Es gibt einen 30 cm Röhrenfernseher in 4 Meter Entfernung, Kartenspiel, Schach und Sudoku.

UND rauchen, in einer Tour, ununterbrochen. Das Fensterbrett dient als Kühlschränk.

Löskaffee wird mit warmem Leitungswasser zubereitet.

Die Ereignisse überschlagen sich.

Die Haftrichterin verkündete: die U-Haft bleibt aufrecht.

Mein Anwalt konnte mich zwar in der Hinsicht beruhigen, dass wir den Mord wegbekommen, allerdings müsse ich mit einer Haftstrafe rechnen.

Mein Leben ist versaut.

Meine zwar in Trennung lebende Noch-Gattin möchte unverzüglich die Scheidung.

Meine Töchter brechen den Kontakt ab, von einem Besuch im Gefängnis sei laut Kinderpsychologe abzuraten.

Meine Firma feuert mich fristlos, kein Anspruch auf Abfertigung, keine Bestandsablöse!

Wie soll ich das überstehen?

Zum Selbstschutz dachte ich mir "wenn es nicht mehr geht, kann ich mir ja das Leben nehmen".

Du lebst von einer Sekunde auf die andere, von einem Tag auf den anderen, immer auf etwas wartend, in ständiger Angst.

Das Schlüsselrasseln der KAS* (Kaiserlicher Arrest Schließer), nicht zu wissen geht die Türe auf, was will er, was geschieht, macht dich fertig.

Beklemmungen, Panikattacken, Herzrasen und diese Unruhe, furchtbar.

Die Tatsache, dass es zwar einen Arzt gibt zu dem du dich am Werktag zuvor anmelden darfst, hilft dir im Moment auch nicht.

Das einzige was mir zugute kam, war die Tatsache, dass ich Geld hatte.

Bei der Verhaftung hatte ich ziemlich viel eingesteckt, das wurde mir gutgeschrieben.

Das Gericht sperrte sich vorsorglich zwar € 500,-, aber ich hatte genug.

So konnte ich mir das Leben etwas angenehmer machen.

Ich tauschte Tabak gegen gespuckte** Medikamente und konnte damit wenigstens ein paar Stunden schlafen. Bei 6 Menschen in einem Raum macht immer einer Lärm.

Ich auch, mein lautes Atmen*** machte mich oft zur Zielscheibe Schlafsuchender.

Auch konnte ich mich in der Zelle mit Süßigkeiten und Cola beliebt machen.

Was ich aber schnell gelernt habe: was man alles zum Leben nicht braucht.

Und ich hatte Zeit, viel Zeit.

Nach Gesprächen mit dem Sozialarbeiter und der Psychologin, beschloss ich, erst mal die Dinge so zu nehmen, wie sie sind und das Beste daraus zu machen.

Ich begann, meine Gedanken zu Papier zu bringen, zu lesen und über mein Leben nachzudenken.

Ich habe im Gefängnis einen tollen Menschen kennengelernt, einen neuen Freund gefunden - MICH.

- * Knastjargon für Justizwachebeamte
- ** Die Medikamente müssen vor den Beamten genommen werden, werden im Mund versteckt danach ausgespuckt.
- *** Schnarchen, ich wurde mich Sachen beworfen und gerüttelt..

Das verlorene Kind

Lange ist's her. Ich gehe gedanklich eine Straße entlang, sie liegt in einem Arbeiterviertel in St.Pölten. Linksseitig ein großer Spielplatz mit Schaukeln, Ringelspiel, Sandkiste, Kletterstangen und einem Fort aus Holz.

Kinder laufen umher. Der Hof ist durch die Straße getrennt, ansonst vermittelt der Innenhof Geschlossenheit wie in einem Vierkanthof. Ein Gefühl der Geborgenheit und Schutz.

Wären da nicht die vielen Fenster. Aus einigen lehnen ältere Damen, das Fensterbrett mit einem Polster bequem gemacht, das große Hinterteil dient als Gegengewicht um der Schwerkraft zu trotzen. Hunde bellen, die Frauen keiffen sich gegenseitig etwas zu. Auf dem Spielplatz herrscht reges Treiben. Was den aus den Fenster gaffenden Muränen immer wieder Anlass gibt, ihren Senf zum Geschehnis zu geben . " Seit`s leise, lasst`s des sein, Fussballspielen verboten!

Warum erfreuen sich die alten Hexen nicht an dem Lachen der Kinder, warum wird einem Kind der Erwachsene als Feind gezeichnet.

Natürlich sind nicht alle gleich, eine des Gehens Eingeschänkte sammelt Papierln und Unrat ein.

Eine andere, die gerade die Beete, die durch eine Hecke getrennt angrenzen, pflegt, wirft sogar den zu unrecht in den Garten geschossenen Ball zurück.

Eigentlich (eigentlich dürfte es dieses Wort gar nicht geben, es besagt und verändert nichts, eine Überbrückung, die Unsicherheit ausstrahlt) sollte man glauben, dass hier die Welt in Ordnung ist. Zu einer Zeit in der Kinder noch mit Hausarrest bestraft wurden und ohne Helm und Pflaster überlebten.

Sie haben es richtig erkannt, ich erinnere mich zurück an meine Kindheit, vor gut 45 Jahren. Was ist damals geschehen? Was hat mich so geprägt, dass ich heute noch an PTBS* leide.

Warten wir ein paar Stunden, setzen wir uns auf eine der mit Parolen beschmierten, aus der Verankerung gerissenen, Bänke.

Es wird dunkel. Stille kehrt ein.

Aus manchen der unzähligen Fenster strahlt Licht, eines sticht durch den roten Vorhang besonders hervor. Sieht aus als verberge sich dahinter etwas Verbotenes.

Zwei Stockwerke darüber öffnet ein kleiner Junge das geteilte Fenster und hält sich an dem Absturzgitter fest.

Wer ist das? Warum schläft er nicht? Was will er?

Ein lautes von den Mauern wiederhallendes MAMA, MAMA - wo ist meine Mama?, schallt durch den Hof. Das eine oder andere Licht geht an, neugierige Blicke erhaschen das Geschehen.

Weiterhin hört man bis in weite Ferne, eine weinende hohe, schon geschmerzte Stimme, inzwischen schon mit resignierend lethargischem Laut.

Dieses arme Kind, alleine gelassen. Eingesperrt. Wer, was für ein Mensch, welche Rabenmutter steckt dahinter?

• * Post Traumatische Belastungs Störung

Eine Frau, mitte 40ig, hastet aus Haus Nummer 2, spurt zu Nummer 8, aus dem ein noch weinendes aber erleichtertes Maahma schrillt. Das Licht geht an, Stille. Kurze Stille, die jäh durch kindliches Geschrei in Verbindung mit Klatschgeräuschen erstarrt. Schreie, dieses Mal jedoch Schreie aus Schmerz, körperlichem Schmerz.

Als die Mutter bei Tageslicht, mit den Worten: "Ich komme gleich!", die Wohnung verließ, vermag der Junge noch, sich zu beschäftigen. Doch mit Einbruch der Dunkelheit, auf die einzige Bezugsperson ausharrend, überwog die Angst. Welche dann mit Schlägen auf den zarten Popo abgestraft wurde.

Die ohnehin dadurch entstandene Angst vor dem Alleinsein, wurde mit bestrafen beim Zeigen von Gefühlen ergänzt. So führt dies zu Verslossenheit, Misstrauen gegenüber Erwachsenen und Mitmenschen.

Des weiteren prägte mich in Folge eine "beste Freundschaft", die überwiegend darin bestand, zu geben. Unter der Drohung "mit unserer Freundschaft ist es aus", erpresste mich mein damals einziger Freund, um zu bekommen, was er wollte oder einfach seinen Willen durchzusetzen.

Die Wochenenden verbrachte ich größtenteils bei meinen Großeltern. Sie unternahmen zwar viel mit mir und hielten die Familie zusammen. Jedoch der Erziehungsstil war im Vergleich zu der Narrenfreiheit, die ich zuhause genoss, ein wesentlich strengerer. Auch musste ich alleine in der Küche schlafen und hatte oft Angst. Ich stellte auch eine Ungleichbehandlung von Onkel und Tante, gegenüber meiner Mutter, fest. Sie war das ungeliebte Kind, das laut Hörensagen eventuell von einem russischen Besatzer stammt.

Ich kann mich nicht erinnern, dass ich jemals Trost und Schutz in den Armen eines Erwachsenen fand.

Wenigstens blieb mir die Tyrannei meines Vaters erspart, der sich kurz nach meiner Geburt mit den Worten: "DEN" hob i dir nu zur Strof gmocht!", verabschiedete. Meine Mutter war es nicht leid, mich immer wieder daran zu erinnern und ihn als besoffenen Betrüger, der sie und die Kinder schlug, darzustellen. Ich selbst sah bei den wenigen Gelegenheiten zu den Feiertagen, zu denen er mich abholte, seine Härte gegenüber meinen Stiefgeschwistern. Scheitelknien, Hose runter - Gürtelschläge usw. musste ich selbst nicht erleiden. Ich hatte dafür keinen Vater, nicht einmal einen, der mich schlug. Bei seinem Begräbnis, wurde mir bewusst wie gleichgültig er mir ist. Mein 9 Jahre älterer Bruder übernahm zwar teilweise die Vaterrolle, aber als ich klein war, war er selbst noch ein Kind. Später war er nicht immer darüber erfreut, dass sein kleiner Bruder überall dabei sein musste.

In den Ferien wurde ich mit den Roten Falken wochenlang auf Erholung, oder zu Opa bzw. meiner 15 Jahre älteren Schwester nach Wien geschickt.

Familienleben hatte ich nie.

Ich musste so sehr verletzt werden, um zu bemerken, dass ich verletzlich bin.

Laut Psychodiagnostik habe ich einen Käfig um mein Herz gebaut, um mich zu schützen.

Die Fähigkeit des kleinen Jungen, Jemand oder Etwas zu lieben, wurde höchst nachhaltig beeinflusst, Die Schädigung dieser lebenswichtigen menschlichen Funktion, beeinflusste seine sämtlichen späteren Liebesbeziehungen.

Eingelebt in der JVA

Nachdem auch die zweite Haftprüfung negativ verlaufen ist, setzte ich alles Erdenkliche daran, um halbwegs das Beste aus der Situation zu machen.

Ich bekam eine Beschäftigung im Magazin. Dort werden Gewand und das Zugangs-Set bestehend aus: Hand-, Bade- und Geschirrtuch, Besteck, Teller, Decken, Leintücher und Brotsackerl, ausgegeben. Ebenso Gewand, wenn jemand eine Beschäftigung als Gärtner, in der Küche oder als Maler erhält, ausgegeben und das jeweils Alte zurückgegeben.

Die Schmutzwäsche zählen und aufschreiben, am Freitag das Büro der Beamten sauber machen und das Aquarium putzen. Sonst war nicht viel zu tun. Aber man war aus der Zelle draussen, hatte ein Radio und zwei nette Kollegen. Und vor allem, eine eigene Dusche. Ich verstand mich mit den Beamten gut und brachte das Magazin in Ordnung. Natürlich habe ich mich umgehend mit neuer Arbeitskleidung, Decken und Handtüchern eingedeckt und sorgte dafür, dass mein Gewand getrennt gewaschen wird.

Mit den Zugängen, meist Strafversetzte aus Wien, konnte man ein bisschen plaudern und man sah, dass tatsächlich Menschen entlassen werden.

Der größte Vorteil bestand darin, dass ich in einer Zwei Mann Zelle im Erdgeschoss untergebracht wurde, damit mich die Beamten zu Dienstbeginn nicht extra holen müssen.

Der Stockchef war ein guter Mensch, im Gegensatz zu so manch Anderen.

Über ihn bekam ich einen neuen Fernseher und eine neue Matratze.

Der Zellengenosse allerdings war ein Thema für sich. Ich denke, ich war der Einzige, mit dem man ihn zusammen sperren konnte. Jeder andere hätte ihn erschlagen.

Als ich in die Zelle kam, dachte ich, er ist auch gerade angekommen. Es stellte sich jedoch heraus, dass er sein Bett nicht bezog, weil er dachte, er würde jeden Moment entlassen. Als er feststellte, dass ich Raucher bin, wollte er eine Belagsverweigerung machen oder freiwillig in den Keller* gehen. Ein wirklicher Sonderling, wegen beharrlicher Verfolgung zur Höchststrafe verurteilt. Ein Klavierstimmer aus Deutschland. Er trainierte seine Stimme und schrieb jeden Tag eine Beschwerde. Schläft mit seinem Gewand und wäscht sich nur in der Waschmuschel.

Er war ein gläubiger, intelligenter Mensch. Ich konnte mich gut mit ihm unterhalten.

Er baute aus Brot und Papier ein Schachspiel, mit dem wir uns die Zeit vertrieben.

Ansonst erhielt ich von stupiden, sich in Selbstmitleid suhlenden Justizopfer von Verfahrensfehlern, Crashkurse in Drogenkunde und Knastausdrücken:

Schmoiz:	verhängte Strafe
Saundhos:	Sandler
Wamser:	Verräter
Fazi / Fazge:	Hausarbeiter
Ausspeis:	wöchentlicher Einkauf (sofern Geld vorhanden)
Arschbombe:	oft zum Schmuggeln benutzte Körperöffnung
Krokodil:	grüner Gefangenentransportwagen
8er / Modeschmuck:	Handschellen
knastschwul:	bei langer Haftzeit anders gelebte Sexualität

Teen und Queen

Der einzige Vorteil (oder auch nicht) in St.Pölten aufzuwachsen, war das Vorhandensein der Berufsschule für FriseurInnen und die Krankenschwesternschule.

Meine Jugend verbrachte ich ab Beginn meiner Schlosserlehre in der Disco zum Nachmittagstee.

Das zusätzliche Potenzial an hübschen Mädchen, wechselnd im 8 Wochenrhythmus, führte dazu, dass ich bis zu meinem 18. Lebensjahr keine ernsthafte Beziehung hatte. Wir waren sozusagen Wettbewerbs-Aufreisser. Ich hatte zwar viele Freundinnen, aber keine Partnerin. Das wiederum hat zu meiner Verhaltensstörung in Bezug auf Bindung beigetragen.

Als ich dann mit der Tochter einer Heeressportverein-Bekanntes verkuppelt wurde und sich eine Beziehung entwickelte, klammerte ich so sehr, dass es ihr nach einem Jahr zu viel wurde. Nach ein paar Lückenfüllerinnen stellte mir mein noch, aber nicht mehr bester, Freund, meine spätere Gattin vor. Ich sagte damals schon: "Eines Tages werde ich dich dafür hassen, dass du sie mir vorgestellt hast."

Sie hat mir gut gefallen und wollte erobert werden. Was mir nach einiger Zeit gelang.

Daraufhin kündigte ihre Mutter, mit den Worten: "Du hast jetzt eh einen Freund!", die Wohnung und zog zu ihrem Freund. Ich konnte sie natürlich nicht auf der Strasse sitzen lassen und nahm sie zu mir. Ich hatte ihr auch die Reparatur ihres Autos bezahlt, dieser niedrige Grund und Bequemlichkeit, ließ mich mit ihr zusammenbleiben, obwohl ich oft ausreißen wollte. Wir nahmen uns nach einiger Zeit eine eigene, viel zu teure Wohnung. Als ich dann wegen Überqualifikation, in Wahrheit hätte ich Abfertigungsanspruch nach Lehrzeit und Geselle erlangt, gekündigt wurde, zog sich der Strick enger.

Mit verschiedenen Nebenjobs hielten wir uns über Wasser. Ich stellte schnell fest, dass sie mit Geld nicht umgehen konnte, ein ewiger Streitpunkt, darum übernahm ich die Finanzen. Ich wechselte die Branche, da ich immer schon gut verkauft habe, wurde ich Einrichtungsberater.

Als sie sich mit ihrer Chefin zerstritt, kam sie auf die Idee, weil wir ja ohnehin ein Kind möchten, könnten wir es ja gleich bekommen. Mir war das viel zu früh. Es passierte und wir zogen zurück in die kleine Wohnung, in der ich aufgewachsen war. Meine Mutter zog zu ihren neuen Freund, der sich auch nicht scheute, sie wie der andere auszunutzen.

Das Verhältnis meiner Frau zu ihrer Mutter, Stiefmutter, Bruder und Halbschwester war zerrüttet. Ihr Vater verstarb bald.

Also gab es auch von dieser Seite keine Familie. Unser Freundeskreis verminderte sich stetig, weil sie an allem und jedem etwas auszusetzen hatte. Mein Bruder sagte: "Sie treibt einen Keil zwischen uns!" Aus heutiger Sicht, hatte er mit vielen Ratschlägen recht. Aber leider muss jeder selbst seine Fehler machen. Nachdem sich meine Gattin mit so gut wie jedem in der Nachbarschaft zerstritten hatte, zogen wir in eine Wohnung mit Garten, aufs Land. Hier war alles eitle Wonne. Vorerst.

Auch hier waren ihr nach und nach die Nachbarn und neuen Freunde zu unperfekt und es kam immer wieder zu Streitigkeiten, aus meiner Sicht, wegen Banalitäten. Vorwürfe wie, ich stehe nicht hinter der Familie. kamen ständig. Ich war inzwischen zur Versicherung gewechselt und sehr erfolgreich. So beschlossen wir, ein Haus zu bauen.

Wir haben uns mit immer größeren Projekten voneinander abhängig gemacht.

Mit den Waffen der Frau wurde ich manipuliert und gelenkt. Ich war unglücklich.

Ich weiss nicht, wie oft ich den Hut drauf hauen wollte, traute mich aber nicht, den entscheidenden Schritt zu setzen. Das gehört sich ja nicht. Ich stellte jahrelang jemanden dar, der ich gar nicht war. Weil sich das so gehört.

Alkohol - Freund oder Feind

Meine erste Bekanntschaft mit Alkohol machte ich bereits als Kind. Ich kann mich erinnern, dass ich bei Gelegenheiten Bierschaum gekostet habe und einmal sogar einen Schwips hatte.

Mit ca. 13 Jahren hatte ich meinen ersten Rausch, nach einer Flasche Martini.

Als Jugendlicher haben wir immer wieder getrunken, in der Disco bestellte ich ein $\frac{1}{8}$ Wein und ein Krügerl. Das Achtel auf ex, damit es wirkt.

Im Erwachsenenalter mutierte ich zum Zwangstrinker. Wenn ich eine Grenze, 3 bis 5 Bier, überschritten hatte, gab es kein Halt mehr. Da machte ich mich nieder.

Nach dem Motto: nach drei Bier gebe ich dir meinen Wohnungsschlüssel - nach zehn möchte ich ihn aber wieder haben, habe ich drei Autos geschrottet. Mit der Übersiedelung aufs Land, der Gründung einer Männerriege und eines Hobbyfußballclubs, eskalierte so manche Feier oder ein gemeinsamer Ausflug zum sinnlosen Besäufnis. Ich kann mich gut erinnern, wie wir damals einen Busausflug nach München machten. Fünf Uhr früh Abfahrt, einer verspätet sich, zur Entschuldigung sagt er, die Bier bis nach Salzburg zahle ich... in Linz war der Vorrat leer. Die geplante Besichtigung der Stieglbrauerei entfiel, weil sie uns, sichtlich besoffen, nicht reingelassen haben. So nahmen wir ein angrenzendes Gasthaus in Beschlag. Das Match erreichten wir rechtzeitig, danach das Hofbräuhaus unsicher gemacht, raus in den Kunstpark, wo ich in den frühen Morgenstunden Bilder von uns aus Bildschirmen erblickte. Später erfuhr ich, dass wir das Nationensaufen gegen Schweizer gewonnen haben und sie die Zeche zahlen mussten.

Bei unserem jährlichen Männer Skiausflug kam ich 5 Tage lang nie unter 1 Promille.

Wir haben uns einen Gemeinschaftskeller eingerichtet, in dem wir Dart und Karten spielten. Oft ging es darum, dass der Verlierer Blödsinn macht: Im Sommer mit Skiausrüstung durch die Stadt stapfen. Mit einem Kinderdreirad zum ADEG fahren udgl.. Ich erwischte natürlich den Flitzer, das Gesicht meiner Gattin, die mit einer Freundin im Garten saß, als ich hallo winkend, nackt vorbeilief... unbezahlbar.

Was war so toll daran?

Zum einen waren es die Männer. Mir fehlt einfach das Maskulin in meinem Leben.

Zum anderen war es dieses gute Gefühl und der Spaß. Wenn ich ein Damenspitzerl hatte, gingich voll aus mir heraus. Ich konnte tanzen, witzig sein, ich habe zu Geburtstagsfeiern Shows gemacht, bin als Bauchtänzerin aufgetreten, stand im Mittelpunkt, hatte das Gefühl beliebt zu sein. Ich wurde süchtig nach diesem schönen Gefühl**. Jeden Mittwoch war Herrenabend. Kartenspielen im Dorfwirtshaus. Ich habe die ganze Woche auf den Mittwoch hingefiebert. Bei Betrieb-sau(f)s-lügen und Incentives war ich immer bei den Letzten dabei. Als ich beschloss, mich nach 20ig Jahren von meiner Gattin zu trennen, war erstmal Party angesagt. Ich holte vieles nach. Doch das Alleinesein war auch nicht meins. So ernannte ich eine naheliegende Kaffeebar zu meinem Wohnzimmer. Es dauerte nicht lange bis ich zum ersten mal meinen Führerschein abgab. Dadurch arbeitstechnisch gehemmt, verbrachte ich immer mehr Zeit in Gasthäusern. Dabei lernte ich eine spätere Partnerin kennen, die gerne

Bier trank. Bier trinken wurde zur Gewohnheit. Ich hatte täglich ein Spitzerl, selten einen Vollrausch. Wir legten aber auch Zeiten der Abstinenz ein. In späterer Folge lernte ich eine Wirtin kennen, bei der ich zu arbeiten begann. Hier schaffte ich es, ein Jahr lang, keinen Tag, keinen Alkohol zu trinken. Ich war Spiegeltrinker. Was ich damals nicht wusste, war, dass die nächtlichen Schweißausbrüche, hoher Blutdruck und Beklemmungen nicht von Depressionen ausgelöst wurden, sondern es sich dabei um Entzugserscheinungen handelte.

Am schlimmsten jedoch ist es, wenn aus Spaß ernst wird. Damit meine ich, wenn der Alkohol nicht mehr als Enthemmer, sondern als Fruststiller, zur Betäubung, eingesetzt wird. Nach einer Trennung nahmen meine schon genannten Traumata überhand, es setzte ein "ist mir alles wurscht, Schei.. draufgeföhl ein. Ich habe versucht, die Entzugserscheinungen mit noch mehr Alkohol zu lindern. Habe alles vernachlässigt, war teilweise auf einem Selbsterstörungstrip unterwegs und bin drei Mal akut auf Entzug eingeliefert worden. Einmal, nach langem Alkoholkonsum wieder die Vernunft ergriffen, reiste ich nach Kitzbühel, um eine Stelle als Buffethilfe anzunehmen. Nach einem Tag erlitt ich durch zu abrupten Alkoholenzug einen epileptischen Anfall und wurde mit dem Hubschrauber geholt. Es war an der Zeit, Hilfe zu suchen. Meine jetzige Partnerin, die ich bei einem Entzug kennen gelernt habe und die dasselbe durchgemacht hat, versteht mich und steht mir zur Seite.

In naher Zukunft trete ich eine Langzeittherapie an und werde fortsetzend darüber berichten.

*Psycho Sozialer Dienst = Suchtberatung

**** Ist der Humor nur ein Mittel seiner gebrannten Seele, im Kampf um ihre Selbsterhaltung, um Distanz zu gewinnen und sich über die Situation zu stellen?**