

Uwe Dolata

# **Stationen einer Wiedergeburt**

Sucht als Chance

LESEPROBE

Diskutieren Sie mit  
unseren Autoren und Lesern!  
[www.mankau-verlag.de](http://www.mankau-verlag.de)

**mankau**

---

## Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

---

Uwe Dolata  
**Stationen einer Wiedergeburt**  
Sucht als Chance

6. neu bearbeitete Auflage 2008

978-3-938396-15-5

(5. Auflage: ISBN 3-9809565-5-5; 4. Auflage: 3-9809565-2-0;  
Auflagen 1–3 erschienen im Ergon Verlag)

*Illustriert und garniert mit Aphorismen aus dem Buch  
„Tagträume wider die Angst“ (Dolata Verlag, ISBN 3-9803279-0-6).  
Die darin veröffentlichten „Erfahrungswerte in lilafarbener Prosa“  
hat Uwe Dolata als Pendant zur 1. Auflage des Buches  
„Stationen einer Wiedergeburt – Sucht als Chance“ geschrieben.*

### Mankau Verlag

Postfach 13 22, 82413 Murnau a. Staffelsee  
Im Netz: [www.mankau-verlag.de](http://www.mankau-verlag.de)

Layout: Heike Brückner  
Malerei (S. 126): Uwe Dolata  
Fotos: Jonathan Willmann (Titelseite),  
Norbert Schmelz (Rückseite des Umschlags),  
Barbara Sülzer (S. 139, 140)

*Der Inhalt wurde auf 100% Recyclingpapier gedruckt;  
der Druck des Buches erfolgte in Deutschland.*

## Inhalt

|                                       |     |
|---------------------------------------|-----|
| Der Klinikaufenthalt beginnt          | 7   |
| Meine Trinkerkarriere                 | 15  |
| Ich lerne die Therapie kennen         | 35  |
| Die Suchtproblematik wird verarbeitet | 59  |
| Mir werden Zusammenhänge klar         | 67  |
| Ich verlasse die Klinik               | 103 |
| Mein Leben außerhalb der Glocke       | 109 |
| 16 Jahre später                       | 115 |
| Nachwort zur 6. Auflage               | 135 |
| Kurzangaben zum Autor                 | 139 |

## Der Klinikaufenthalt beginnt

Es ist jetzt genau ein Jahr her, dass ich die psychosomatische Fachklinik im Schwarzwald verlassen habe. Heute sitze ich in einer Ferienwohnung im Teutoburger Wald und habe auf dem Tisch vor mir zwei Requisiten aufgebaut, die ich wie Heiligtümer anschau. Es sind dies ein Rasierwasserfläschchen mit dem Leukoplastaufkleber der Klinik, der die Aufschrift „Rasierwasser“ trägt, sowie eine braune Mappe mit losen Blättern – mein Tagebuch von damals.

Ich erinnere mich genau daran, dass ich mit dem Wagen meines Freundes zu dieser Klinik gefahren bin und mir vorher noch flüchtig den Weg zu einer nahe gelegenen Gaststätte eingepägt hatte. Die Koffer ließ ich im Wagen, ich wollte nur mal schnell „Hallo“ sagen, „Grüß Gott“, um dann in der Gaststätte mein Abschiedsbier zu trinken. *Man weiß ja nie, was auf einen zukommt*, dachte ich, *und dann möchte ich mich wenigstens richtig von meinem Freund Alkohol verabschiedet haben.*

Die Schwester begrüßte mich freundlich, aber bestimmt, wies mir einen Parkplatz zu und half mir beim Ausladen der Koffer, da ich diese schon mal gleich auf mein Zimmer bringen könnte, sagte sie. Doch dann kam alles anders als erwartet. Die Schwester bat um die Autoschlüssel und verlangte von mir, dass ich meine Koffer öffnen sollte, denn sie müsse diese durchsuchen, damit nicht irgendwelche alkoholischen Getränke in die Klinik

geschmuggelt würden. Ich war so perplex, dass ich alles über mich ergehen ließ. Ich gab ihr den Schlüssel, sah ihr zu, wie sie mit akribischer Genauigkeit die Koffer durchsuchte und dann aus meinem Kosmetikbeutel dieses Rasierfläschchen nahm, es beschriftete und mir zu verstehen gab, dass Alkoholiker im Entzug auch alkoholhaltige Toilettenwasser trinken würden. Dies sei schon vorgekommen. Ihr sei diese Durchsuchungsarbeit selber nicht ganz angenehm, wie sie mir schilderte – aber das sei nun einmal nötig. Weiterhin sagte sie mir, dass man hier die Fenster nicht öffnen könne – zum Lüften käme sie, wenn nötig, persönlich –, und dass ich mich in der so genannten Aufnahmestation befände. Ich dürfe diese bis zur Glastüre beschreiten. Das Schwesternzimmer sei schräg gegenüber, rund um die Uhr sei jemand für mich da. Auch würde eine Schwester jede Stunde nach mir schauen, und das Essen bekäme ich auf das Zimmer gebracht. Dann gab sie mir noch ein Vertragsformular für diesen Klinikaufenthalt und ließ mich allein.

*Mensch, Uwe, dachte ich mir, wo bist du da hingeraten, was ist mit deiner Menschenwürde, der unantastbaren? ... und so weiter. Nichts wird's mit deinem Abschied vom Alkohol. Du hattest es dir so schön ausgemalt... – noch einmal das letzte kalte, herrlich perlende Bier.* Nun tippelte ich umher, in meinem Zimmer mit den warmen Farben und der geschmackvollen, aber kargen Einrichtung und den nicht zu öffnenden Fenstern. Den Vertrag nahm ich in die Hand, konnte mich aber überhaupt nicht konzentrieren. Ich überflog ihn und unterschrieb. Dann kramte ich ein Taschenbuch hervor, das mir ein Freund zum Abschied noch in den Briefkasten gesteckt hatte. Es handelte von einem Insulanerfürsten, der sich über die Gewohnheiten der Europäer lustig machte, über den so genannten Papalago, wie er uns nannte. Ein Mensch, der immer denken muss, der einfach nie aufhört zu denken – und ich dachte mir noch, *wie recht hat er doch!*

Gedanken zermarterten mein Gehirn, erstmals mit einer Stille konfrontiert, mit einem Gefühl von Nutzlosigkeit, mit Angst vor aufkommender Langeweile. *Was soll ich hier denn nur machen? Ich habe doch nur ein kleines Taschenbuch dabei. Ich darf raus vor die Tür,* aber da sah ich auch schon die Videokameras! Ein unbehagliches Gefühl. *Filmen die einen noch, wenn man... Hoffentlich hilft es wenigstens was, dass ich hier bin.* Dann kam auch schon wieder die Schwester herein und meinte, dass gleich ein Arzt kommen würde, um die Erstuntersuchung vorzunehmen. Der kam dann auch.

Ein Perser oder so, das passte natürlich. Ich schäumte innerlich fast über. Andererseits fühlte ich mich hilflos ausgeliefert. Eine unwahrscheinliche Spannung schnürte mir fast den Brustkorb zusammen – und dann diese süßsauen Fragen. Wann haben sie das letzte Mal getrunken? Wie fühlen sie sich? Wie viel haben sie getrunken? Nehmen sie Medikamente? Haben sie Appetit? Es folgten ein medizinischer Check-up, Blut- und Urinprobe – dann war ich wieder allein. Ich las mein Büchlein aus, und gleich darauf kam auch schon das Abendessen. Nach dem Essen legte ich mich auf das Bett und starrte ins Dunkle. Ein Gefühl von Ohnmacht und Unwissenheit überfiel mich. *Was werden sie hier wohl mit dir machen? Was wird geschehen...?* Andererseits auch ein Funke Hoffnung – *nur hier kann dir geholfen werden. Raus aus dem bisherigen Dasein, aus dem unwahrscheinlich belastenden Status quo.* Der Schlaf übermannte mich ziemlich rasch, und ich schlief in der neuen Umgebung erstaunlich gut durch.

Am nächsten Morgen stellte sich nach dem Frühstück mein Einzeltherapeut vor. „Ich heiße Herr Laue“, und so sah er auch aus. Wie ein Riesenbaby, mit Bäuchlein, Hängebacken und in Pastellfarben gekleidet. Er hatte große Glupschaugen und sprach

sehr behutsam. *Mit dem kommst du doch nicht zurecht, mit dieser Pfeife*, dachte ich mir. *Der Herr gehört nach Hause zur Mutti*. Laue fragte meine persönlichen Daten ab und gab mir zu verstehen, dass er mich gleich dem Team vorstellen werde. Dieses Team hatte scheinbar eine magische Kraft auf ihn, er sprach es richtig andächtig aus. „Bevor wir aber zum Team gehen, gebe ich noch einen Stapel Formulare aus, die Ihr Tagebuch werden sollen. Oben Ihr Name, Ihre Zimmernummer, dann der Name des Einzeltherapeuten und das Datum. Die Reihenfolgen der Fragen habe ich etwas geändert.“ *Ob*, dachte ich, *Riesenbaby hat sich was getraut, ändert sogar ein Formular der Klinik!* Nun stand Laue auf und verschwand in einem großen Raum hinter dicken Vorhängen. Ich sollte warten, er werde mich gleich hineinrufen. Nach kurzer Zeit stellte er mich dem Team vor: erst der Herr Professor, dann sein Vertreter, der Chefspsychiater, die Oberärztin, die Ärzte, die Therapeuten, die Sporttherapeuten, die Gestaltungstherapeuten, die Oberschwester, die Sekretärin und die Krankenschwestern. Ein illustrierter Kreis von beinahe 30 Leuten. Ich sollte nunmehr erzählen, warum ich hier sei. „Ich bin wegen Alkohol hier.“ – „Da sind sie falsch hier, hier gibt’s keinen Alkohol“, frotzelte der Chefspsychiater. Ich glaube, ich bekam einen roten Kopf. Der Witz ist aber gar nicht so schlecht, wie ich eines Tages erkennen würde. Die Gangart der Klinik wurde mir erklärt, außerdem sollte ich so bald als möglich an der Gruppentherapie teilnehmen. Sobald es eben die medizinischen Werte zuließen, deren Auswertung noch ausstand.

Mir lief es eiskalt den Rücken hinunter. *Gruppentherapie, um Gottes Willen, was ist denn das? Gespräche, Brainstorming, schmutzige Wäsche zusammen waschen...* – viele Fragezeichen tanzten vor meinem geistigen Auge. Das Mittagessen nahm ich noch auf dem Zimmer ein, und am Nachmittag wurde mir sogar ein Spaziergang, in Begleitung eines Mitpatienten, bis zur kleinen

Brücke am Ende des Parkplatzes gestattet, da meine medizinischen Werte, vor allem die Leberwerte, relativ gut aussahen und Entzugserscheinungen nicht aufgetreten waren. Reale Entzugserscheinungen, die hatte ich schon hinter mir! Die hatte ich beinahe drei Tage lang zu Hause im Bett erlebt. Schweißausbrüche, Krämpfe, Schüttelfrost, Hirngespinnste, Tierchen – bis dahin hatte ich auch geglaubt, dass dies alles nur in Witzblättern vorkam. Aber wenn aus der Holzdecke plötzlich Maden kriechen, ist das gar nicht mehr lustig. Dann dieses ständig Erbrechenwollen, obwohl überhaupt nichts mehr da ist, diese ekel-erregend stinkende, grüne schleimige Masse, die in dem Eimer schwabbelt, die ich herauswürge, in den Eimer spucke – den meine Frau stets ausspülte, wenn ich wieder ins Bett zurückge-sunken war. Drei Monate war es nun her, seit ich den totalen Zusammenbruch erlebt hatte.

Auf einem Fortbildungslehrgang hatte ich mich so zugesoffen, dass meine Umgebung doch merken musste, dass ich nicht mehr konnte. Tja – und jetzt durfte ich bis zur kleinen Brücke am Ende des Parkplatzes gehen.

Am Ende des Ganges der Aufnahmestation stand eine Frau, die – verwirrt – ständig umherschautete. Es kostete mich einige Überwindung, sie anzusprechen, zu bitten, mich doch ein Stück zu begleiten, da ich alleine nicht hinaus durfte. Sie ging mit.

Das Vogelgezwitscher drang wie ein Sinfonieorchester an meine Ohren. Traumhaft schön erlebte ich die Natur. Dieses intensive satte Grün der Blätter, die warmen funkelnden Sonnenstrahlen, das beruhigende Geplätscher des Bachs und der Wasserspiele vor der Klinik. Ich konnte mich gar nicht sattsehen und hörte, fast wie im Traum, ganz leise die Stimme meiner Begleiterin, die mir etwas von ihrer Medikamentenabhängigkeit erzählte, von ihrem

privaten Krankenhaus, ihrer Resignation, von dem Leid der Anderen und dem eigenen Stress. Ich saugte die Natur in mich hinein. Ich konnte mich nicht erinnern, jemals so gespürt zu haben. Wir schlenderten viele Male den nur wenige hundert Meter langen Weg entlang, und ich sehnte mich jedes Mal nach der Brücke, dem Blick ins Wasser, das über die großen Kieselsteine hüpfte, und ich merkte, wie ein leichtes Lächeln, äußerlich gar nicht sichtbar, über mein Gesicht huschte, und eine Geborgenheit, ein Friede, fast unbeschreibbar.

Das Abendessen durfte ich bereits im wunderschön dekorierten Speisesaal einnehmen. Später schrieb ich in mein Tagebuch, auf die vorformulierten Fragen hin:

1. *Wie geht es mir? – Es geht mir sehr gut.*
2. *Warum geht es mir so? – Weil ich mich in einer wohlbehüteten Gemeinschaft, weg von allem, fühle.*
3. *Das wichtigste Ereignis des Tages? – Erkennt zu haben, dass die Klinik ein hervorragendes Ambiente aufweist.*
4. *Warum war es für mich so wichtig? – Da ich bezüglich der neuen Umgebung Bedenken hatte.*

## *Erwachen*

---

*Niemals zuvor war GRÜN von Bedeutung  
Stille nichts weiter als Geräuscharmheit  
Nackter Fels wie Bedrohung  
Musik diente der Kulisse.  
Doch als ich die alltägliche Angst abstreifte  
erwachte ein lilafarbenes Paradies in mir.*

## Meine Trinkerkarriere

Am nächsten Tag kam Herr Laue schon etwas forscher zu mir herein. Ich sollte ihm nun meine Trinkerkarriere schildern.

Mit 14, 15 Jahren hatte ich erstmals Kontakt mit Alkohol und mit 15 auch den ersten Rausch. Ich gehörte damals einer Mopedclique an, bei der das Bier am Wochenende oder auf Feten als Zugehörigkeitszeichen galt. In dieser Zeit lebten mir auch meine Mutter und mein Stiefvater zu Hause vor, dass zum Essen, zum Fernsehabend und zu Familienfeiern der Alkohol mit dazugehörte. Als Aperitif, als Digestif – Weißwein zum Fisch, Rotwein zum dunklen Fleisch, Bierchen zum Abschalten, Schoppen zum Lustigsein, Sekt für besondere Anlässe. Der Bub sollte ja mitbekommen, was sich gehört. Die Menge umschrieb ich mit „nicht auffällig“. Meine Kaufmannslehre hatte ich absolviert und fing nun mit knapp 18 Jahren bei der Polizei an. Den ersten Blackout hatte ich nach meiner Motorradführerschein-Prüfung. Ein wildes Gelage mit Kameraden führte dazu, dass ich ab einem gewissen Zeitpunkt von nichts mehr wusste. Der Nachmittag hatte so schön angefangen. Zum Essen hatte es Punsch gegeben, danach hatten wir im Supermarkt für den Abend eingekauft. In dem Markt waren verschiedene Ständer aufgebaut gewesen, mit Ausschank von alkoholischen Kostproben. Heiter begannen wir den Abend, an welchem die Gläser ständig mit Bier und Schnaps nachgefüllt wurden. Irgendwann tanzte ich dann um einen Baum vor dem Haus und wurde ins Stockbett getragen, wo

ich unkontrolliert herumspie, auch auf die Armbanduhr meines Zimmergenossen, der unter mir schlief. Diese Uhr verkaufte er mir am nächsten Tag für ein paar Mark. Da ich während der Ausbildung sehr viel lernte und Alkohol meine Merkfähigkeit störte, beschränkten sich alkoholische Exzesse auf wenige Ausnahmen. Schon damals trug ich mich mit dem Gedanken: *Wenn du mal fertig bist, kannst du auch richtig die Sau rauslassen.*

Als Polizist mit Prüfungszeugnis hatte ich dann schon einige gestandene Kollegen, die mir sagten, was ein Supermann – zuständig für Law and Order – zu tun hatte. Ich wunderte mich schon öfters, warum ich bei Sperrstundenkontrollen im Auto bleiben musste. Nach dem anstrengenden Nachtdienst versammelten wir uns im Sozialraum zum Entspannungsbier. Oft verabredeten wir uns zum Bowling-Spiel am freien Schichtnachmittag. Wer eine Bande warf, musste eine Maß bezahlen. Wir hatten des Öfteren Anfänger dabei. Auch während dieser Epoche galt also der Alkohol als Zeichen des Dabeiseins, als Stimulansmittel. Sein Genuss war aber stets an Rituale gebunden. Sei es zum Mittagessen, vor dem Fernseher, nach Sportveranstaltungen, nach dem Nachtdienst, zum Frühschoppen, zum allwöchentlichen Stammtisch, zum Kartenspielen etc. Er wurde also regelmäßig genossen, aber – wenn ich es einmal so sagen darf – zweckgebunden. Auch verfeinerte ich meine Kenntnisse im Alkoholtrinken. So lernte ich den Frankenwein mit seinen Rebsorten kennen und schätzen, ebenso die schon fast spirituellen Einnahmeformen mit der richtigen Temperatur und Glasart für Wein oder Weinbrand, Cognac in Gourmetlokalen, Bier in Biergärten im Sommer, Starkbier während der Fastenzeit, durchzechte Nächte während der Faschingszeit – der fünften Jahreszeit, Glühwein in der Vorweihnachtszeit oder Jagertee zum Skifahren, kühle Drinks während der Hitze und Aufwärmer bei Kälte, Cocktails in lauen Sommernächten – die Liste ließe sich noch fortführen ...

Mit 23 Jahren begann ich dann meinen Dienst bei der Kriminalpolizei.

Mit 21 Jahren hatte ich meine um ein halbes Jahr jüngere Frau geheiratet. Mit dieser verbrachte ich nun eine sehr schöne Zeit in einer Stadtwohnung. Wegen der geregelten Arbeitszeit waren wir auch oft zusammen und der Alkohol geriet eigentlich in den Hintergrund. Zudem lernte ich wieder sehr viel, da ich mir neben dem Dienst die schulischen Voraussetzungen für ein Hochschulstudium erarbeitete. An der Beamtenfachhochschule in Fürstenfeldbruck bei München nahm ich dann auch mit 25 Jahren das Studium auf. Meine Frau folgte mir, und wir wohnten im südbayerischen Raum. Alkohol war während der Studienzeit kein Thema, da ich meine Merkfähigkeit mit der Einnahme von Alkohol nicht in Einklang bringen konnte. Der Gedanke, dass ich nach erfolgreichem Abschluss meines Studiums auch die Direktorenlaufbahn einschlagen könnte, wurde nach glanzvollen Studien-Zwischenzeugnissen an mich herangetragen. Mit Traumnoten und viel Spaß am Studium ging ich dann in die mündliche Prüfung, die ich mit Bravour bewältigte, und später in die schriftliche.

Nachdem ich zu meiner Stammdienststelle zurückgekehrt war, wurde mir die stellvertretende Leitung und der Neuaufbau eines Fahndungskommissariats übertragen. Mein Chef hatte mich dazu auserkoren, neue Fahndungskonzepte zu entwerfen, da ihm die alten zu ineffektiv waren. Des Weiteren sollte ich den bisherigen Leiter zum Aufgeben bewegen, um dessen Stelle dann einzunehmen. Mit einer Fülle von Machtpotenzial und Erfolgsdruck, wie sie einem 28-jährigen Kommissarsanwärter bislang höchstens aus Romanen bekannt waren, ging ich an die Arbeit. Es galt, die Mitarbeiter neu zu motivieren und eine Schar von alteingesessenen Betonköpfen an führenden Stellen zu untergraben beziehungsweise zu bekämpfen. Man verlangte von mir, al-

les zu tun, was menschenmöglich war. Zugleich wurde ich dem Lehrstuhl für Strafrecht und Kriminologie an der ortsansässigen Universität vorgestellt, wo ich an Forschungsarbeiten mitwirkte und mein Jurastudium begann.

Auf der privaten Seite tat sich ebenfalls einiges. Meine Frau hatte von ihren Eltern ein Zweifamilienhaus geschenkt bekommen, das von unten bis oben umzukrempeln und zu einem Dreifamilienhaus auszubauen war. Bis auf wenige Elektro- und Sanitärmaßnahmen wurden alle Bautätigkeiten vom Schwiegervater, vom Schwager und von mir ausgeführt. Hier galt es, die Finanzierung zu erstellen, eine hohe Verschuldung in Kauf zu nehmen und in jeder freien Minute auf der Baustelle selbst Hand anzulegen. Während dieser Phase höchster Anspannungen – einem unmöglichen Dienst fast rund um die Uhr, lediglich unterbrochen von Baumaßnahmen und Schlafen –, dem Leben in einer Baustelle und der Ausführung hochgeistiger Nebentätigkeiten diente der Alkohol nunmehr des Öfteren als Aufputzmittel.

Die Finanzierung stand. Fast ohne Eigenkapital wurde eine sehr hohe Summe als Kredit aufgenommen. Das Haus nahm nach Abriss, Wiederaufbau und Modernisierung Gestalt an, auch wenn die Baumaßnahmen insgesamt fast vier Jahre dauern sollten.

Meine Mitarbeiter wurden durch sehr gute Erfolge motiviert. Der Leiter der Fahndung nahm seinen Hut. Und dann kam das Prüfungsergebnis meiner Diplomarbeit. Nicht einmal ein Zehntel fehlte mir zu der Note, die mir den Aufstieg in die Direktorenlaufbahn ermöglicht hätte. Eine Welt brach für mich zusammen. Ich hatte kurioserweise zuvor noch von der Beamtenfachhochschule die Mitteilung erhalten, dass für mich alles bestens gelaufen sei. Wie sich später herausstellte, war dies ein Lesefehler gewesen. Zur Entgegennahme des Prüfungszeugnisses hatte ich extra eine sehr gute Flasche Champagner mit den dazugehörigen Utensilien in meinen

Aktenkoffer gepackt, um diese mit meinem Chef zu trinken. An seinem Gesicht sah ich jedoch schon, dass etwas nicht in Ordnung war. Zitternd hielt ich das Papier in meinen Händen. Die Gedanken kreisten, mein Herz schlug rasend, ich war benommen. Die Flasche Champagner blieb im Koffer. Mein Chef meinte, ich solle erst einmal die Prüfungsarbeit anschauen. Ich fuhr deshalb nach München. Unter der folgenreich verpatzten Arbeit stand als Korrekturnotiz: „Ich kann den Ausführungen des Prüflings nicht folgen.“

*Ich platzte fast vor Wut. War denn dieser auswärtige Korrektor nicht in der Lage, meine meiner Meinung nach hervorragende Ausarbeitung zu lesen – und sagte da der Zweitkorrektor nichts dazu, sondern stimmte diesem nur pro forma zu? Wurde ich, als Genie, von der ganzen Welt verkannt!? Gab es keine Gerechtigkeit mehr auf dieser Erde? Selbst heute noch kommt in mir, beim Vollzug der Gedanken, ein Gefühl der Ohnmacht und Wut auf. Aber nur ganz kurz, denn ich kann heute, nach der Therapie, anders damit umgehen.*

Nun aber weiter – zum Nachvollzug und zur Schilderung meiner Trinkerkarriere.

Der Fahndungsdienst spielte sich viel „im Milieu“ und im Nachtleben ab, sodass der Genuss von Alkohol, aus der damaligen Sicht, sogar staatlich verordnet war und sozusagen zu den „Arbeitsmitteln“ gehörte. Der Erfolg gab mir auch Recht. Ein weiterer bedeutender Einschnitt fand statt, als sich mein Chef dazu entschloss, diese Fahndungsabteilung aufzulösen und eine Kriminalbereitschaft im Schichtdienst zu erstellen. Mir wurde einerseits übertragen, die Kollegen hierfür mit auszubilden, was mir sehr viel Spaß machte und auch meinen Ambitionen, gerne die Lehrtätigkeit auszuüben, entgegenkam. Schließlich sollte ich dann eine Schicht als zweiter Mann anführen.

Diese Konstellation war, aus heutiger Sicht, der Einstieg zum Abstieg. Hier verdrehten sich bei mir die Gedanken. Ich kam mir jetzt – ohne Supermann-Image – wie die zweite Garnitur vor. Ich hatte eine Abteilung voller Energie, mit Liebe und Vehemenz aufgebaut. Ich hatte dafür auf die Wiederholung meiner Prüfung verzichtet. Denn zum einen hatte mir dazu schlichtweg die Zeit zur Vorbereitung gefehlt; zum anderen hatte ich in dieser Form von Arbeit eine neue Erfüllung gesehen und mich somit damit abfinden können, nicht an der obersten Spitze zu stehen. Dies wurde nun nicht mehr respektiert. Ich kam mir wie ein Spielball vor. *Der Mohr hat seine Schuldigkeit getan. Er bekommt nun ein Gnadenbrot.*

Und in dieser Krise ging dann auch noch mein Chef. Die altingesessenen Betonköpfe nahmen nun ihren Rachefeldzug auf. Nach dem Motto: Dem jungen Günstling werden wir es zeigen! Ohne Alkohol kam ich in der Folge praktisch nicht mehr aus – denn jetzt musste ich den Ärger nach jedem Schichtdienst herunterspülen. Ich brauchte den Alkohol auch, um mich mit meinen Kollegen solidarisch zu erklären, ein Wir-Gefühl zu erlangen. Ich verwendete den Alkohol als Stimulationsmittel, Beruhigungsmittel, Ärgerverdrängungsmittel, Antistressmittel.

Meine Wege führten nach dem Dienst nicht mehr nach Hause, sondern in die Kneipe. Ich musste mir allmählich eine Scheinwelt ansaufen, in der ich es noch aushalten konnte. Mein Konsum pendelte sich auf rund vier Liter Bier pro Tag ein. Im alkoholisierten Zustand, mit fast zwei Promille, baute ich dann auch einen schweren Verkehrsunfall, indem ich von der Fahrbahn abkam und einem entgegenkommenden Fahrzeug frontal auffuhr. Mein Unfallgegner erlitt schwere Knochenbrüche. Ich selbst trug ebenfalls Knochenbrüche und Schnittwunden davon, die beiden Fahrzeuge waren nur noch Schrott. Im Krankenhaus, und vor allem meiner Frau gegenüber, schwor ich, keinen Alkohol mehr zu mir zu nehmen.

Mein Unfallgegner stellte keinen Strafantrag, da er selbst Beamter war und, wie er mir sagte, wisse, dass ein gnadenloses Disziplinarverfahren auf mich zukommen würde – und dies wohl schon Strafe genug sei. Von der Staatsanwaltschaft wurde mir, innerhalb relativ kurzer Zeit, ein Strafbefehl mit der Höchststrafe zugestellt; nach Rechtskraft des Urteils folgten 18 Monate Führerscheinentzug und eine Geldstrafe mit Nebenkosten in Höhe von fast 10.000 DM. Meine Vollkasko-Versicherung lehnte die Begleichung meines eigenen Schadens ab, da durch den hohen Alkoholpegel von 1,96 Promille grobe Fahrlässigkeit gegeben war. Der Fremdschaden, vor allen Dingen auch der Verdienstausfall des Unfallkontrahenten, wurde nach einigen Streitereien, Gott sei Dank, von der Versicherung abgedeckt. Nach dem Krankenhausaufenthalt und der Krankenzzeit zu Hause begab ich mich zur Kur in die Berge. Dort begann wieder der Alkoholgenuss, denn ich zermarterte mir den Kopf. Ich kam mir so klein, elend, am Ende der Karriere vor. Ich hatte unwahrscheinliche Angst vor dem Disziplinarverfahren und sah überhaupt keine Zukunftsperspektive. Ich ließ mich jeden Tag schön langsam zulaufen, um überhaupt schlafen zu können, um wenigstens für wenige Stunden vergessen zu können. Jetzt gebrauchte ich die vielfältig wirkende Droge als Mittel zum Vergessen.

Wieder zu Hause angekommen, wurde ich in den Innendienst versetzt und, zu meiner Überraschung, von meinen Kollegen verständnisvoll in Empfang genommen. Da gab es Kollegen, die mir signalisierten, dass ich noch zu ihnen gehörte beziehungsweise mit diesem Schicksalsschlag erst recht zu ihnen gehörte. Die so genannten „Betonköpfe“ sahen nun ein, dass ich kein Gegner mehr war und als armer Kamerad ganz akzeptabel. Schließlich gehörte ich ja doch noch zur Truppe, und diese musste im Großen und Ganzen nach außen zusammenhalten. Ich wurde zu vielen Festen eingeladen, da ich ja jetzt auch nicht

unbedingt auf meinen Führerschein zu achten brauchte – denn ich fuhr sowieso nicht. Es begann aber auch die Zeit des heimlichen Trinkens. Schließlich hatte ich ja groß, vor allen Dingen meiner Frau gegenüber, verkündet, dass ich dem Alkohol ade gesagt hätte. Meine Frau hatte damals noch versucht, mich zu beschwichtigen, dass ich das ja jetzt nicht unbedingt als endgültig anzusehen brauchte; war aber im Innersten ganz froh, dass ich das bislang wohl falsch angewandte Mittel nicht mehr zu mir nehmen wollte. Aber ich bemerkte, wie ich es immer mehr brauchte – einerseits um meine Angst und mein Selbstmitleid zu unterdrücken, andererseits um die Aussichtslosigkeit durch das Herbeitrinken einer schöneren Welt zu beseitigen. Nunmehr schlief ich des Öfteren ein. Ich kam nach Hause, legte mich nur noch auf die Couch, weil ich mich nach dem Dienst in Gaststätten und in einem Milieu herumtrieb, das ich bis dahin nicht gekannt hatte. Plötzlich wurden bekannte Thekensteher zu vertrauten Kameraden. Man gehörte dazu, weil man genau zu gewissen Uhrzeiten bestimmte Personen traf, die ebenfalls auf die Schnelle diesen Suchtstoff zu sich nahmen.

Es kam dann die Zeit, da ich vor Beginn des Dienstes bereits Alkohol in der Bahnhofskneipe zu mir nehmen musste, um überhaupt den Dienst antreten zu können. Ich nahm absichtlich den Bus, der 20 Minuten früher ankam, denn in dieser Zeit konnte ich bereits zum Frühstück zwei bis drei Bier einnehmen. Dies reichte dann bis zur Mittagspause, in der ich wieder ungefähr zwei Bier in mich hineingoss. Sofort nach Dienst erlangte ich dann durch die Einnahme von weiteren drei bis vier Bier den Zustand der Gleichgültigkeit, der Beschwingtheit, den ich jetzt tagtäglich benötigte. Das ständige heimliche Trinken und Belügen von Vorgesetzten, Freunden, der Mutter, der Ehefrau, der Schwiegereltern und von mir selbst waren Begleitumstände geworden. Es begann ein Kampf, ständig das zu tun, was ich eigentlich gar nicht wollte.

Das Aussehen veränderte sich: Ich schwemmte auf, wurde gute 10 kg schwerer, fetter, bekam einen roten Kopf, schwitzte sehr leicht und hatte glasige Augen. Daraufhin schaute ich nicht mehr so oft in den Spiegel. Manchmal, in lichten Momenten, fragte ich mich: *Erkennen denn die anderen das nicht?*

Wie ich später erfuhr, wusste es eigentlich jeder. Aber aus falsch verstandener Kameradschaft wurde geschwiegen. Aus der Einstellung heraus, dafür seien andere zuständig, oder auch aufgrund der Angst meiner Frau, mich eventuell zu verlieren, oder unter der Prämisse, auch in einer Notsituation zu ihrem Mann halten zu müssen, wurde nichts unternommen und es mir ermöglicht, weiter zu trinken. Da ich aber ständig im Kampf war, dies nicht zeigen zu dürfen, stand das heimliche Trinken immer mehr im Vordergrund – und ich erwischte mich ab und zu dabei, dass ich bereits zitternd zur Flasche griff. Daheim ging ich unter fadenscheinigen Vorwänden in den Keller, um jetzt bald alles Alkoholische zu mir zu nehmen. Ich sprach sogar dem Apfelmost im Keller des Schwiegervaters zu oder nahm ab und zu auch einmal ein hartes Getränk oder eine Flasche Wein dort unten zu mir. Trinkgewohnheiten, die ich bislang zu umgehen versucht hatte – getragen von der Einbildung, *von Bier allein kann man ja nicht abhängig werden!*

Ein Saufkumpan stellte uns einmal die tiefsinnige Stammtischfrage: „Sind wir eigentlich alkoholabhängig?“ – Nein, das glaubte er nicht. Denn er hatte einen Bericht in einer Illustrierten gelesen, wonach wir in die Kategorie „regelmäßig Alkohol zu sich Nehmende“ gehörten. Schließlich würden wir nicht unter der Brücke schlafen oder in asozialen Verhältnissen leben. Wir seien ja den Alkohol gewöhnt und würden auch einiges vertragen. Ich muss zugeben, dass mich diese Beschwichtigung des Kumpanen damals beruhigte, da ich mir Gedanken machte, ob diese Trinkgewohnheiten nicht anormal seien.

Doch dann begann die Zeit, in der ich Alkohol trinken musste, also etwas tat, was ich gar nicht wollte. Dieser Zustand ist unbeschreiblich! Man hasst sich selber, fleht förmlich um Hilfe, aber stößt auch den nur leisesten Hilfeversuch von sich; weigert sich, überhaupt über Alkohol zu sprechen; meidet Treffen, nur um nicht in der Öffentlichkeit Alkohol trinken zu müssen, begibt sich lieber zwischendurch auf die Toilette und trinkt heimlich, um dann den anderen demonstrativ den Genuss nicht-alkoholischer Getränke vorzuführen; besitzt überall Alkohol-Depots; will nicht mehr in den Urlaub fahren aus dem Grund, weil man dort nicht so leicht an Alkohol kommt. Ich erinnere mich hier an Situationen im Urlaub, wo ich angab, schnell Frühstück oder eine Zeitung zu holen, nur um an den Alkohol zu kommen, den ich im Keller der Ferienwohnung versteckt hatte. Auf Wanderungen fieberte ich den Hütten entgegen. An Tankstellen wollte unbedingt *ich* die Rechnung bezahlen, um schnell noch Stoff kaufen zu können. Mein Schlaf wurde immer unregelmäßiger. Es begann mit körperlichen Beschwerden in Form von Rückenschmerzen. Nach Konsultierung des Hausarztes und einer Untersuchung wurde bei mir *Morbus Bechterew* diagnostiziert, eine Krankheit, die über Blutwerte bestimmbar ist und die überwiegend Männer um die 30 heimsucht. Sie führt zur ständigen Verkrümmung des Körpers. Mit der Zeit ist ein gerades Aufrichten nicht mehr möglich. Diese Diagnose traf mich wie ein Schlag. Später erst, nach vielen Arztbesuchen, weiteren Laboruntersuchungen und Konsultationen von Spezialisten und Professoren konnte mir endlich bescheinigt werden, dass eine Bechterew'sche Erkrankung nicht anzunehmen sei. Heute weiß ich, dass es sich um eine psychosomatische Erkrankungsform gehandelt hatte. Hier hatte mir mein Körper signalisiert, dass etwas nicht in Ordnung war.

Möchten Sie weiterlesen? Unser Buch erhalten Sie bei Ihrem Buchhändler oder im Webshop des Mankau Verlags: [www.mankau-verlag.de](http://www.mankau-verlag.de).