

## Bearbeitetes Transkript des Interviews mit Herrn F

I = Interviewer Jürgen Naundorff  
F = Falk (41) aus einer Großstadt Sachsens

Ich möchte Euch von einem Mann, ungefähr 40 Jahre alt, erzählen,

- der von seinem Vater als Kind keine Liebe erfuhr, nur mit Schlägen erzogen wurde, und der mit ihm wenig sprach, wenn dann waren es Gespräche, ob es irgendetwas in der Schule gibt, ob er seine Schulaufgaben gemacht hat, ob er seine Aufgaben erledigt habe, ob er seinen Ranzen eingepackt habe, der kontrolliert wurde, so in die Richtung
- Zur Mutter hat er ein herzliches Verhältnis, fühlt sich geliebt. Doch die Mutter wird, als er ca. 9 Jahre alt ist, schwer krank, iszt dann mehr im Krankenhaus als zu Hause. Als er 18 ist, stirbt seine Mutter und für ihn bricht eine Welt zusammen.
- Schon als Kind muss er mit seinen Geschwistern für seinen Vater Bier ranschaffen - und das Woche für Woche. Der Vater trank täglich, war aber seiner Meinung nach nicht alkoholkrank.

### Der Weg in die Sucht

F: Angefangen hat es richtig, als ich 15 Jahre alt war. Da habe ich zum ersten Mal übermäßig Alkohol getrunken, so innerhalb einer ganz kurzen Zeit ganz viel. Ich war so betrunken, dass ich vor eine Straßenbahn gefallen bin, die mich beinahe noch überfahren hätte. Und dann ging das natürlich weiter in meiner Jugendzeit, dass ich angefangen habe, täglich zu trinken, es fing an zu schmecken. Ich hatte Hemmungen, auf dem Rummel irgendwelche Mädchen anzusprechen. Mein Freund sagt mir, dann trinke doch mal eine Flasche Bier, dann hast du nicht so eine Angst. Tatsächlich, ich habe die Erfahrung gemacht, als ich meine erste Flasche Bier getrunken hatte, dass die Angst, ein Mädchen anzusprechen, geringer wurde. Und das habe ich auch wiederholt, diese Angstüberwindung durch Alkohol, allerdings in sehr geringen Mengen. Da war das eine oder zwei Flaschen Bier. Aber ich habe dort gemerkt, dass das auf einmal eine ganz andere Erfahrung war. Da war irgendwo was weg, was mich vorher blockierte. Das waren so die ersten eigenen Erfahrungen, die ich mit Alkohol gemacht hatte...

F: Eh, als ich eh dann meine Lehre angefangen hatte und in in meine Arbeitsbrigade kam, da war es eigentlich an der Tagesordnung, dass man nach dem Dienst Bier trank. Man ging irgendwo in die Gaststätte und hat dort getrunken. Ich habe die Erfahrung gemacht, da wir einer schweren körperlichen Arbeit nachgegangen sind, dass dann im Anschluss daran ein Glas Bier zu trinken irgendwo entlastend und erfrischend wirkte. Das war beeindruckend, in diese dunklen kalten Kellergewölbe im Sommer zu gehen, verschwitzt gewesen, geduscht, rein und dieses: jetzt kann ich ein Glas Bier trinken. Und dort haben wir dann für mich interessante Gespräche geführt über, ich sage mal Gott und die Welt... Ich bin damals mit 16 Jahren zur Ordnungsgruppe gekommen, das war so mein Wunsch, ich bin angesprochen wurden. Meine Mutter hatte damals etwas dagegen, ja sie hat das nicht für gut befunden. Ich habe das aber trotzdem gemacht und dort war das auch an der Tagesordnung. Ich war dort von dienstags bis sonntags abends zu Gange.

I: Ordnungsgruppe, was ist das?

F: Ordnungsgruppe ist faktisch wie Türsteher heute. Wir haben faktisch dort geguckt, dass es nicht zu Prügeleien kommt, zu irgendwelchen Ausschreitungen und so etwas. Man konnte sich nebenbei Geld verdienen. Und mir hat das sehr viel Spaß gemacht, aber ich hatte gleichzeitig Angst. Ich hatte Angst vor Prügeleien. Wenn ich etwas getrunken hatte, hatte ich keine Angst. Und das war so etwas, was ich ständig wiederholt hatte. Wenn ich dort hingegangen bin, dann hatte ich schon vorher bisschen was getrunken, da wusste ich, ich muss keine Angst haben. Wenn ich dann etwas getrunken hatte, war die Angst gänzlich geschwunden. Und wenn es doch mal zu Prügeleien kam, dann hat es nicht weh getan. Das war auch für mich in meiner Jugendzeit so eine Erfahrungen, die ich mit Alkohol gemacht habe, ganz unbewusst, also ich habe das nicht bewusst eingesetzt, sondern es ist einfach ja so gewesen. Ich wusste, das geht, das funktioniert, das kann ich machen.

- Konnte in der Gaststätte nicht aufhören mit Trinken: „also ich habe dann immer getrunken, bis nichts mehr hineinging oder ich randvoll war. Ich bin immer der letzte gewesen, der gegangen ist“
- versäumt Verabredung und Termine
- bekam Anfälle - Ärzte sagten: er solle keinen Alkohol mehr trinken
- erhielt Gaststättenverbote bzw. Klubverbote
- merkte, dass irgendetwas nicht mit ihm stimmte
- sagte sich: Ich lass mir von niemanden etwas verbieten!
- war der Meinung: Wenn ich das wollte, könnte ich das jederzeit auch sein lassen, könnte jederzeit aufhören mit Trinken.
- ihm wurde eine Wohnung zugesprochen- lernt eine Frau kennen, sein Idealbild einer Frau, mit der er ein und einhalbes Jahr gegangen ist - dann verließ sie ihn
- „Das habe ich überhaupt gar nicht verkraftet, genauso wenig wie den Tod von meiner Mutter, als ich 18 Jahre war“.

### Der Weg aus der Sucht

- Beginnt bereits, bevor man alkoholabstinent lebt.
- Oft gibt es da bestimmte Ereignisse, die zeigen, dass sich etwas ändert

F: Dann habe ich meine heutige Frau kennen gelernt. Und die hat immer von Gott gesprochen. Wir haben uns trotzdem sehr gut verstanden und sofort auch irgendwo einen Bezug zueinander gehabt, schon in unserer Art, dass wir uns irgendwo ein Stück angezogen gefühlt haben. Und dort bin ich zwangsläufig mit diesem Gott konfrontiert worden, weil meine Frau gläubig war. Und wir haben uns sehr oft über Gott unterhalten, also meine Frau hat immer von Gott gesprochen, ich habe immer von Erich von Däniken gesprochen. Und wir haben uns dann unterhalten, wer nun recht hat. Es waren sehr erhitzte Gespräche. Durch diese Freundschaft zu meiner Frau bin ich halt mit dem Glauben meiner Frau zwangsläufig konfrontiert wurden. Sie hatte mich eingeladen, in den Gottesdienst mitzugehen, in die Junge Gemeinde zu gehen - aber das war nichts für mich. Ich habe da immer zu meiner Frau gesagt: Die

*Dunkelhüte*<sup>1</sup>, die sollen mal da hinein gehen. Ich tolerierte das bei meiner Frau, wollte aber selber damit überhaupt gar nichts zu tun haben... Also, in der Anfangszeit tolerierte meine Frau mein Alkoholtrinken und es ging auch gut. Ich war zuverlässig, war da immer noch ein Stück Mensch gewesen. Aber das änderte sich im Laufe der Jahre, so dass meine Frau mich fragte: Musst du denn ständig Alkohol trinken? Musst du denn immer so viel trinken? Wo ich dann angefangen habe, ein bisschen vorsichtig zu sein. Ich ging in den Keller, damit sie mein Trinken nicht sah. Und so fing ich an, heimlich zu trinken. Aber auf Dauer konnte ich das übermäßige Trinken nicht verbergen. Meine Frau übte dann massiven Druck aus, dass ich irgendwo aufhören sollte mit Trinken.

- Da war er schon verheiratet, sie hatten bereits 2 Kinder.
- Wochen nichts getrunken und dann hat er wieder getrunken, ein Auf und Ab: Phasen der Abstinenz, Phasen des Trinkens, wechselten sich ständig ab
- Gespräche mit Arbeitskollegen, Christen, über den Glauben: wie kann man sich denn Gott überhaupt vorstellen?

Er sagte mir: wir können als Menschen bis zu einer vierten Dimension etwas erklären. Aber wir wissen heute, es gibt noch mehr Dimensionen. Warum sollte denn Gott nicht dort sein!? Und das war für mich so ein auslösendes Moment, wo ich irgendwo innerlich innegehalten habe. Ich war so berührt! So weit habe ich noch gar nicht gedacht, ja, sicher, es gibt mehr, als das nur was wir sehen. Und dann ist folgendes passiert. Als ich nach dem Dienst nach Hause gefahren bin nachts in der Straßenbahn, da hat mich das so bewegt, diese Sache und dann war das, man kann es nicht erklären, da. Es war auf einmal da: Natürlich gibt es Gott. Und ich konnte mir gar nicht erklären, wie das jetzt geht, das ich vorher das gar nicht glauben konnte und auf einmal war das für mich klar, als wäre das schon immer so gewesen. Und als ich das meiner Frau erzählt hatte, da hat die gedacht, ich will die vergackeiern. Gott hat mir dort an dem Punkt den Glauben geschenkt. Und von der Minute an gab es gar keinen Zweifel mehr, dass es Gott gibt.

- Bibel gelesen
- Pfarrer Löcher in den Bauch gefragt zu den Taufgesprächen, ließ sich taufen

WIE MEINT IHR, WIE GEHT DIE GESCHICHTE WEITER?

- Er trinkt weiter
- Bibelstellen wie: Wisst ihr nicht, dass die Trunkenbolde nicht das Himmelreich ererben werden, bereiteten ihm schwere Gewissensbisse!
- Er versuchte sich zusammen zu nehmen, weniger zu trinken.
- Aber das ging auch nur eine gewisse Zeit gut, dann trank er wieder sehr intensiv.
- Seine Frau holte sich dann Hilfe beim Blauen Kreuz, ging in eine Angehörigengruppe und vermittelte Gespräche mit einem Suchttherapeuten für Falk.
- Anfänglich sträubte er sich, aber dann lenkte er ein.
- Nach einigen Gesprächen brach er den Kontakt ab.

---

<sup>1</sup> Slang: steht für Menschen, die nicht begreifen, worauf es im Leben ankommt.

- Das Trinken wurde dann so schlimm, dass er schon frühmorgens angefangen hatte zu trinken und dann den ganzen Tag über trank.

Ich bin mit mir persönlich nicht mehr zurecht gekommen, ich bin mit der Beziehung mit meiner Frau nicht mehr zurecht gekommen. Ich habe mich ständig daran erinnert, wie Gott mich sieht in meinem Zustand und mir eigentlich helfen will. Ich wusste aber gar nicht, wie. Und ich wollte eigentlich immer, dass Gott mir das wegnimmt. Ich habe mich auch diesbezüglich oft *freisprechen* lassen von dieser Alkoholsucht. Und habe einen Neuanfang gestartet und trotzdem wieder getrunken. Ich bin die letzten zwei Jahre jeden Abend heulend ins Bett, habe vor Gott geweint und gebetet, habe gesagt: Herr, hilf mir, hilf mir aus der Sucht heraus. Ich konnte es einfach selber nicht ertragen. Und dann ging am nächsten Tag das selbe Spiel wieder los. Ich habe getrunken, weil so schlimm war es nicht. Also, wie eine Art Schizophrenie, ich wollte eigentlich heraus, aber auch nicht! Es war ein Zustand, unerträglich. Ich wollte heraus, weil ich wusste, dass Gott es nicht will und das ich es eigentlich nicht müsste. Aber wollte wieder nicht heraus, weil ich vielleicht Angst hatte vor Verantwortung, Angst hatte vor Konsequenzen oder vor Entscheidungen. Ich konnte mir das Leben danach nicht vorstellen, ein Leben ohne Alkohol war nicht vorstellbar.

I: Wie kam es, dass Du doch dauerhaft alkoholabstinent leben konntest?

F: Es gab zwei Auslöser. Meine Frau sagte mir, wenn du so weiter machst, ziehe ich und die Kinder aus. Das war der eine Auslöser, der andere folgte innerhalb eines kurzen Zeitraums. Ich hatte wieder schwer getrunken. Was ich sonst immer so gut auf die Reihe gekriegt hatte, klappte nicht mehr. Wenn ich früher sehr getrunken hatte und arbeiten musste, hatte ich das immer clever eingefädelt. Entweder ich schaffte es, halbwegs nüchtern zu erscheinen oder ich meldete mich krank oder irgendetwas war kurzfristig dazwischen gekommen, so dass man nicht arbeiten gehen konnte. Also, es hat nie einer auf Arbeit gemerkt, dass ich alkoholkrank war... An dieser Stelle jetzt sagte ich mir, ich kann so nicht auf Arbeit gehen. Es sehen auf einmal sofort alle, dass ich betrunken bin, wie ich aussehe. Und der ist Christ! Ich habe dort praktisch an einer Weggabelung gestanden, ich wusste dort an der Stelle, jetzt muss ich eine Entscheidung treffen. Will ich meine Frau verlieren? Will ich meine Arbeit verlieren? Oder will ich jetzt die bereits angebotenen Hilfestellungen von Seiten des Blauen Kreuzes, von den Suchttherapeuten, von der Familie annehmen? Und ich habe gesagt, egal was jetzt kommt, ich sage einfach: Ich bin betrunken. Damit schneide ich mir alle Rückwege ab. Das war die Entscheidung, die ich damals zu Hause selber gefällt habe. Ich habe sofort auf Arbeit angerufen und gesagt: Ich kann nicht kommen aus dem und dem Grund. Ich bin betrunken und kann nicht arbeiten! Meinen Arbeitskollegen sagte ich, was mit mir los war, dass ich alkoholkrank bin, was mir damals keiner glauben wollte. Mir ist dann auch vom Blauen Kreuz kurzfristig eine Besinnungswoche angeboten wurden, die ich jahrelang dankend abgelehnt habe. Ich bin zur Besinnungswoche nach Elbingerode gefahren ... und wurde herzlich empfangen. In den ersten Tagen habe ich mich dort umgesehen, und da gab es dort in der Buchhandlung ein großes Regal, da standen lauter Spruchkarten drin. Ich wollte meiner Frau eine Karte schreiben, konnte aber unmöglich die tausend Karten durchlesen, was da für ein Spruch drauf war. Ich nahm einfach eine heraus. Und da stand ein Spruch von Peter Hahne drauf: **Gottes Wege erkennt man oft erst dadurch als richtig, indem man anfängt, sie zu gehen.** Und dort hatte ich den Eindruck, ich glaube, Gott hat mir hier an der Stelle die Antwort für meinen Weg gegeben. Ich bin auf dem

richtigen Weg. Ich wusste, das ist die Antwort von Gott her für mich. Ich bin auf dem richtigen Weg. Und das hat mir Mut gemacht. Ich habe also dort angefangen, alles wissen zu wollen, was gibt es über Alkoholsucht, über Alkoholkrankheit? Ich trat dann faktisch die Flucht nach vorne an.

I: Und würdest Du diese Besinnungswoche damit in Verbindung bringen, dass das für dich wie eine Wende war? Wie siehst Du das?

F: Auf alle Fälle war die Entscheidung dazu die Wende. Ich sehe die Wende eigentlich an dem Weg, den ich vorher beschrieben hatte, ja, wo ich mich entschieden habe, ehrlich zu sein, mich nicht mehr zu belügen, niemand anders mehr zu belügen, zu sagen, ich stelle mich dem Leben, tue mich nicht mehr verkriechen, tue nicht mehr eh eh mich betäuben, ja. Dort an der Stelle, wo ich gesagt habe, nein, ich stelle mich jetzt, so ist es. Ich denke, dort ist für mich der Wendepunkt gewesen. Ich habe einfach gesagt, ich entscheide mich für den Weg der Abstinenz und im Nachhinein habe ich ja erkannt, dass es der richtige ist. Durch den Zuspruch durch den Spruch, von Gott her habe ich erkannt, ich bin auf dem richtigen Weg. Ich habe damals nicht gewusst, wie das Suchtmittel wirklich richtig wirkt und warum ich das Suchtmittel einsetze, wie ich das Suchtmittel einsetze, warum sich bestimmte Lebensumstände ändern. Ich wusste bloß, irgendetwas stimmt nicht und ich muss einen anderen weg einschlagen. Die Besinnungswoche war für mich eine Bestätigung von Gott her, dass das der richtige Weg ist, den ich beschreite. Ich bin innerlich ruhig geworden. Ich sollte ja nach der Besinnungswoche eine Langzeittherapie antreten. Die wollte ich aber nicht machen, weil ich dann von der Familie getrennt gewesen wäre. Bis zu diesem Kartenspruch stand das noch offen. Und mit diesem Spruch war das für mich abgeklärt. Von dem Punkt ab wusste ich, ich habe es geklärt. Ich habe es nicht in der Tasche, aber ich wusste, ich bin auf dem richtigen Weg, ich brauche keine Langzeittherapie. Wenn ich jetzt einfach den Weg weitergehe, dann führt er nach draußen, aus der Sucht heraus. Das habe ich an der Stelle erkannt. Und indem ich dort angefangen habe, die Flucht nach vorn anzutreten, habe ich dort eine Motivation geschenkt gekriegt, so dass ich mich selber ein Stück erkennen konnte und viel über die Alkoholkrankheit erfuhr.

I: Was hat sich seitdem verändert?

F: Seitdem hat sich so viel verändert. Die Angst ist weg - keine Angst haben zu müssen, meine Frau verabscheut mich, weil ich eine Alkoholfahne habe. Das ist so ein glücklicher Umstand. Ich habe meine Kinder ganz neu entdeckt. Meine Kinder stehen zu mir und ich stehe zu meinen Kindern. Und eh wo ich das einfach genieße. Ich habe eine völlig neue, erleichterte Gottesbeziehung, keine Gewissensbisse mehr wegen des Trinkens. Ich wusste, das gefällt Gott nicht. Ich muss darüber nicht mehr nachdenken. Diese Sache ist überwunden - die habe nicht ich überwunden. Ich habe mich bloß dazu entschieden. Das ist eines meiner einfachsten Dankgebete: Danke, dass ich nicht mehr trinken brauche.