

Hurra – ich bin süchtig!



von
Orfeu de SantaTeresa

II. Auflage

Dieses Werk wurde für Betroffene, Nichtbetroffene, Therapeuten, Ärzte, Klinikfachpersonal und dem Grunde nach eigentlich für alle Personen verfasst, die sich dafür interessieren, warum ein Süchtiger lauthals schreit, Hurra – ich bin süchtig! Es ist meine eigene Lebensgeschichte, untrennbar mit meiner Alkoholsucht und einigen anderen Süchten verbunden und deren Hintergründen. Mancher mag sagen, nun spinnt er total, mancher wird still schmunzeln und andere werden, sie mögen dies dem Verfasser verzeihen, verärgert reagieren. Dies ist alles eine Sache der persönlichen Erfahrungen und Anschauungen, zumal ich versuchen werde die Dinge so, wie sie waren, zu berichten und eine gewisse Portion Selbstironie, teilweise auch Zynismus möge mir vergeben sein. Namen und Orte wurden geringfügig verändert, die angesprochenen Personen werden sich bald selbst wieder erkennen, es soll niemand verletzt oder gedemütigt werden, dies ist nicht das Ziel dieses autobiographischen Werkes.

Worum geht es hier? Das zentrale Thema ist die Alkoholsucht und ein paar Nebensüchte, wobei die erstgenannte Sucht, die langsam schleichend tödliche Sucht ist, so, wie die Schlange im Garten Eden. Fachbücher zu diesem überaus vielfältigen Themenkreis gibt es genügend – dies ist keines.

Aus eigenem Erleben kann ich unverblümt über das Leben als Alkoholiker sprechen und hier auch schreiben, es ist für mich immer ein großer Selbstschutz offen über dieses mir persönliche vertraute Thema zu berichten, mit dem hoffnungsvollen Ziel andere Mitmenschen vor dieser Höllenfahrt zu bewahren, soweit dies möglich ist. Unter biologisch normalen Umständen kommt niemand als Süchtiger zur Welt, es mag durchaus eine genetische Disposition dafür geben, aber zum Ausbruch der, hier Trunksucht, muss der zukünftige Alkoholiker schon eine Menge tun, damit er richtig alkoholabhängig wird.

Süchtig nach etwas zu sein macht keinen Spaß, solange man mittendrin ist und manchmal gelingt es für eine gewisse Zeit, bei wenigen Menschen, für immer, auszusteigen und endlich klar, bewusst und selbstbestimmt zu leben. Den Begriff der „lebenslänglichen“ Abstinenz hat für einen Alkoholiker etwa die Bedeutung wie lebenslänglich unfrei zu sein (vergleichbar mit: verurteilt zu lebenslanger Haft – Hilfe !!!), welches, natürlich im nachhinein, eines Lebens ohne Suchtmittel, Unsinn ist – je länger jemand clean ist und dafür ständig etwas investiert, zum Beispiel durch regelmäßige Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe, würde die Erfahrung einer besseren Lebensqualität auch in spiritueller Hinsicht machen.

Eine Sucht ist nicht heilbar, im besten Fall kann sie vom Betroffenen selbst mit fachkundiger Unterstützung zum Stillstand gebracht werden, einmal abhängig, immer abhängig, was aber nicht heißt, ein sogenannter trockener Alkoholiker wäre ein total unglücklicher still leidender Mensch. Ich persönlich bin ein glücklicher Alkoholiker mit ein paar kontrollierbaren Nebensüchten, die nicht lebensbedrohlich sind.

Sie erinnern sich bestimmt noch an den Begriff der "Trinkerheilanstalt", schon der Name ist ein sinnloses Unterfangen und heute gibt es unzählige Psycho-Somatische Kliniken, abgesehen von den Psychiatrien, die sich uns mit dieser Krankheit (es ist tatsächlich eine) annehmen und doch auch Erfolge, selbst im Wiederholungsfall, zu Stande bringen, wenn der Patient dies wirklich will, dass man ihm hilft. Die Gründer der AA (Anonymen Alkoholiker) waren zwei hoffnungslose Trinker, Dr. Bob, ein Arzt, und Bill, beide lebten in den USA und bemerkten, dass sie ähnliche Probleme hatten mit ihrer Alkoholsucht und ihre intensiven Gespräche ihnen zur Nüchternheit verhalfen.

In Tierversuchen hat man nachgewiesen, dass z.B. Ratten alkoholsüchtig gemacht werden können und dass es sogar bestimmte Gene bei manchen Menschen gibt, welche eine Sucht sich manifestieren lassen. Bei Kindern und Jugendlichen ist diese Gefährdungsrate mit 40 % besonders hoch.

Was ist zu tun, damit man süchtig wird – nun, so schwierig ist es nicht, wenn man sich bemüht möglichst regelmäßig mit bestimmten Gewohnheiten und Ritualen kombiniert immer etwas mehr vom Suchtmittel zu verkonsumieren. Dabei sollte man die Dosis in Promille stetig erhöhen und evtl. mit entsprechenden anderen abhängig machenden Substanzen vergesellschaften, Rauchen bietet sich zum Beispiel an. Sucht kommt in seiner Bedeutung von siechen – krank, also ist ein Süchtiger krank, psychisch, sowie physisch, wenn seine Sucht lang genug aktiv ausgeübt wird und auch spirituell behindert, blockiert, eingeschränkt.

Nicht „beschränkt“, im Sinne von geistiger Behinderung, Sucht ist nicht gleich dumm, aber regelmäßiger Suchtmittelgebrauch führt, das ist eine Tatsache, zum Absterben von Hirnzellen und Nervengewebe im ganzen Körper und das alkoholbedingte Korsakov-Syndrom ist letztlich ein extreme Hirnleistungsstörung, mit nicht rückbildungsfähiger geistiger Verblödung. Angemerkt sei, solange noch nicht extreme Hirnschädigungen vorhanden sind, ist die Hirnleistung und kleinere Defekte regenerabel, auch Nervenzellen und Nervengewebe bildet sich neu nach und wird durch geistiges und körperliches Training wieder zu alter Blüte erwachen.

Beim sogenannten nassen Alkoholiker werden die Handlungen zwanghaft und unter Umständen unlogisch, der Süchtige zieht in einen erbarmungslosen und rücksichtslosen Krieg gegen sich selbst und reißt alle mit, die ihm nahe stehen. Das Suchtmittel bestimmt jetzt komplett sein Leben, alles hängt von nun an am Alkohol und den damit vergesellschafteten Abhängigkeiten. Für dieses Handeln oder Zwangs-verhalten bietet sich jede passende und nichtpassende Gelegenheit an mit zahllosen Rechtfertigungen, warum man gerade jetzt etwas trinken, rauchen, kiffen, etc. muss („rationaler Begründungswahn“). Irgendwann ist man abhängig, dies bedeutet, erstens, man benötigt immer stärkere Alkoholika und ähnliches (hochprozentiges Selbstgebranntes), Spiritus, Rasierwasser, Klosterfrau Melissa-Geist, alkoholhaltige Nahrungs- und Genussmittel, um zu einer vergleichsweise ähnlichen Wirkung zu gelangen, zweitens, ohne Suchtmittel setzt ein sogenannter Entzug ein, das ist normal, da der gesamte Stoffwechsel des inzwischen Alkoholkranken auf Alkoholverbrennung umgebaut worden ist. Die Grenzen zwischen Suchtgefährdung und Abhängigkeit sind fließend und werden vom Betroffenen oftmals gar nicht deutlich bewusst wahrgenommen; und wenn es dann soweit ist, verharmlost (ein „Bierchen“, ein „Gläschen“ Wein, usw...Der Entzug ist auch nicht lustig, zwischen erbärmlichem Gezittere, Frieren und Schwitzen, Black Out und Depressionen kann er lebensbedrohlich werden (epileptische Anfälle, Delirium tremens) und weiteren Überraschungen. Morgendliches nüchternes Erbrechen, wird nach dem ersten Bier oder was Sie bevorzugen, rasch besser, dann kann es weitergehen, zum Wohl...Von Trinkgenuss ist hier keine Rede mehr, es ist mehr ein Balanceakt zwischen Sein und Nichtsein mit offenem Ende und das kommt hundertprozentig. Das wirkliche Unangenehme der Alkoholsucht ist, ständig braucht man "Stoff" ich brauchte dies zumindest, als ich noch trank, das nennt man einen Spiegeltrinker und das kostet Geld, viel Geld und dauernd versucht man trotz einer ganz passablen BAK (Blutalkoholkonzentration)-Wertes von 2 bis 2,5 "normal" durch den Alltag zu schweben (besser schlingern). Aber das Gute daran, alles läuft wie geschmiert,... daneben, ohne dem öden Zittern, sogar Schreiben (Feinmotorik) geht, mit Mühe. Wirklich lästig sind die immer wiederkehrenden BlackOuts, fast jeden morgen weiß man nicht, was am Vorabend gelaufen ist.

Manchmal ist das schon sehr peinlich, ganz schlimm wird es, wenn man die örtliche und zeitliche Orientierung total verloren hat und man versuchen muss am TV zu erkunden, welcher Tag es denn ist, oder, je nachdem, wo man zur Besinnung kommt, wo man gerade ist ...

Die Kategorie „Quartalstrinker“ trinkt auch ganz fleißig, nur dass eben dazwischen Tage, Wochen und Monate der Abstinenz liegen können, aber wehe wenn ... , dann geht es heftig zur Sache, ohne Gnade ,manchmal bis zum Exitus. Einmal bin ich in einer Klinik auf der Intensivstation angeschnallt erwacht und dachte ganz spontan, jetzt bin ich im Himmel, es war so schön hell und lauter blau gekleidete Wesen schwirrten lautlos großräumig um mein Bett. Dann kam ein Weißbekittelter an mein Bett und ich packte ihn unversehens am Kragen, wo bin ich hier und was sollen diese Fesseln überall ??? Na ja, so langsam dämmerte es mir, dass ich wohl in einem Krankenhaus war, nur wo, dies konnte ich erst später erfragen. Wie viel BAK waren es denn, fragte ich am nächsten oder übernächsten Tag, 6, eigentlich sind Sie klinisch schon tot. Nun gut, soweit war es noch nicht gekommen (normal ist bei BAK 5,2 der Sensemann da)oder es bleiben dauerhafte „Dach“-Schäden zurück. Einige Tage später wurde ich entlassen und schnurstracks ging es bei der nächsten Bahnhofskneipe vorbei, auf dem Weg zur S-Bahn, wo ein köstliches Hefeweizen auf mich wartete. Und überhaupt, wie war denn mein Tagesablauf während meiner Hochkonjunktur...

Also morgens um 5 Uhr erst einmal zum Bahnhofskiosk, dort gibt es den ersten Schnaps, wenn der drin blieb, begann der Tag gut, etwa so um 6 Uhr in die erste Kneipe, ein Hefeweizen und dann, spätestens alle zwei Stunden zwei bis drei Dosen vom billigsten Bier einer Tankstelle, dies gestaltete sich ganz passabel, so dass es zum Spätnachmittag, Abend nur noch drei oder vier Hefeweizen bedurfte und einigen Schnäpsen, um gemütlich Richtung Behausung zu kriechen. Manchmal bin ich dort nicht angekommen und fand mich, wie oben beschrieben, in einem Krankenhausbett wieder – in den meisten Fällen bin ich dort irgendwann klammheimlich abgehauen, nachdem ich mir sämtliches Infusionsbesteck selbst gezogen hatte. Zum Ende dieser "Karriere" befand ich mich auf dem Niveau eines bettelnden und klauenden Penners und es war mir total egal geworden – ich hatte ja alles verloren, meine drei Ehefrauen, den Kontakt mit meinen Kindern, Freunden und Bekannten, meine Praxis, jeden Job, meine Gesundheit und jegliches Vertrauen in mich und meine Zukunft; am Ende landete ich total verwarlost in der Psychiatrie, dem schlimmsten Ort unter Gottes Himmel. Von richterlicher Seite dachte man schon an eine Betreuung (i.S. einer „Entmündigung“), da ich nicht mehr in der Lage war mein Leben selbstverantwortlich zu regeln. Wie froh war ich dort in der geschlossenen Abteilung, da war ich wirklich vor mir selbst sicher, außer meinem Bild im Spiegel, (diese ist wirklich geschlossen, Panzerglas, Fenster, die nicht zu öffnen sind und überall verschlossene Sicherheitstüren; ich musste mich nicht unter meinesgleichen verstecken und schauspielern. Um unsere Entzugerscheinungen zu mildern standen wir unter starken Medikamenten und nach einigen Tagen traute ich mich aus dem Bett – was für ein Dasein, die Wahrnehmung wurde langsam deutlicher und das Realitätsbewusstsein kehrte allmählich zurück, wenn auch mit großen Einschränkungen. Die ersten Tage waren Essen und Trinken Schwerstarbeit, durch das grausame Zittern fiel alles vom Besteck, die Suppe wurde nur getrunken und die Tasse mit beiden Händen fixiert. Schreiben ging gar nicht, jede Feinkoordination schien für immer verloren .

In den Psychiatrien treffen sich häufig "Stammkunden", hoffnungslose Alkoholiker, die, sobald sie entgiftet entlassen werden, wenn keine unmittelbar weiterführende Therapie erfolgt, sich meistens sehr rasch erneut der Alkoholbeschaffung und dessen Konsum zuwenden; ich war in dieser Hinsicht

keine Ausnahme. Die größte Folter in der Psychiatrie war das Fehlen eines willigen Zuhörers von Seiten des Fachpersonals, eines Menschen, der bereit war, dem hier gestrandeten sein Ohr zu leihen. Der Entzug bringt eine höllische Depression mit sich und da brauchst Du jemand, aber niemand ist zuständig und fühlt sich für Dich verantwortlich, Du läufst regelrecht im Quadrat (Station 32 Emmendingen) und wenn Du Glück hast, ist der Nachtdienst ein verständnisvoller Gesprächspartner. Irgendwann im August 2004 schien mein Tiefpunkt erreicht und ich hatte noch eine für mich große Chance, die mir aber in meiner Verfassung sehr klein vorkam. Ich sollte Anfang Oktober zu einer zweiten "Auffangbehandlung" nach Münchwies im Saarland (Eine erste Langzeittherapie über vier Monate hatte ich erfolglos im Jahr 2003 durchgestanden...mit besten Vorsätzen!). Aufzufangen gab es wohl zu dieser Zeit nicht mehr viel, ich schleppte mich von Tag zu Tag, selbst am Abreisetag in diese Fachklinik war ich zu betrunken um überhaupt abzureisen. Am Folgetag ging es mir besonders elend und ich kroch mit großer Mühe zu meinem damaligen Hausarzt, wo ich geduldig drei Stunden auf das erleichternde der Nächste bitte wartete. Nun, mein Hausarzt und ich kennen uns schon seit vielen Jahren und es herrscht zwischen uns eine absolute Vertrautheit; Er tat jetzt genau das Richtige, indem er sagte, wenn Du nicht sofort, jetzt, heute, Deinen Koffer packst und morgen in der Klinik bist, dann lasse ich Dich mit der Polizei dort hinbringen... es ist Deine allerletzte Möglichkeit und nun los! Er hatte ja so recht und ich packte mit großer Mühe und letzter Willenskraft mein Gepäck für diesen Aufenthalt für die Dauer von zehn Wochen.

In dieser Klinik gab es etwa 260 Patienten mit Suchtproblematiken, außer den psycho-somatisch Kranken, verhaltensgestört waren wir ja alle, jeder auf seine Weise. Der Alkohol hatte wohl meine Persönlichkeit regelrecht gespalten, ich hatte einen Zwillingbruder, ein gewalttätiger, aggressiver, heruntergekommener Typ, der hemmungslos alles tat, nur um saufen zu können. Langsam begann er für seine Umwelt und sich selbst zu einer latenten Gefahr zu werden, Diebstahl und Gewalt gehörten zur Tagesordnung – die Anarchie war komplett.

Tablettenabhängige, Spielsüchtige, Alkoholiker, Magersüchtige, Fresssüchtige, Raucher, waren fast alle der Klinikinsassen, ich inklusive, die Nebensüchte wie Sexsucht, Arbeitssucht, Computersucht, und anderes ganz nebenbei. Ein bunt gewürfelter Haufen von Süchtigen, einsichtigen und uneinsichtigen, schlaun und einfacher gestrickten, aller Klassen und Berufe und Nationalitäten – Hauptsache SÜCHTIG! Ohne Krankheitseinsicht ist da nichts zu machen, wie bei jeder Krankheit, schwierig ist der persönliche Veränderungsprozess, wer ändert schon gerne liebgewonnene Gewohnheiten und Rituale und probiert Dinge aus, die er noch nie in seinem Leben versucht hat...

So eine Klinik ist ein großes Versuchslabor, wir sind die Versuchsobjekte im eigenen Interesse und jeder muss für sich den richtigen Weg herausfinden und ihn letztlich alleine gehen. Therapeuten sind hilfreiche Begleiter aufgrund ihrer Fachkompetenz; auch die einschlägigen Erfahrungen der Mitgenossinnen und Genossen sind nicht zu verachten, Patentlösungen gab es dennoch keine. Es gab dort die Möglichkeit viele verschiedene Selbsthilfegruppen kennen zulernen und für sich zu überlegen, wo gehe ich hin, wenn ich dort fertig bin. Belustigend sind manchmal die Veteranen dieser Gruppen, welche sich gerne mit 30 oder 40 Jahren Abstinenz und länger darstellen, es sei ihnen gegönnt, aber es erinnert immer ein wenig an alte Kämpfer (schlussendlich sind sie es ja auch und haben die Schlacht mit sich selbst gegen ihre eigene Suchtproblematik gewonnen). Aber auch diese Menschen sind lebenslanglich gefährdet und so mancher „Rückfall“ führt, wie ein Schneeball zu einer Lawine, letztlich zum Exitus. Es gibt keine absolute Sicherheit und Garantie, präventiv sind Achtsamkeit und Wachsamkeit über die eigenen Gefühle als brauchbare „Frühwarnsysteme“.

Für mich habe ich mit aller Deutlichkeit erkennen müssen, alles zu meiden, was mir nicht gut tut und dies ist mehr, wie nur Hefeweizen ...Dafür konnte ich Dinge wieder neu entdecken, die ich jahrelang vernachlässigt habe und durch meine Selbsthilfegruppe, die AA, auch erneut den Weg in eine lebendige Auseinandersetzung mit Jesus finden. Ich habe ja genau gewusst, wo ich noch nicht trockengelegt war, dass mein Weg zur nächsten Kneipe völlig verkehrt gewesen ist – aber die Sucht war stärker als mein Vertrauen in Jesus, auch ihn habe ich mit meiner Sauferei hintergangen und verraten – zum Glück oder besser ‚Gott sei Dank, ER ist nicht nachtragend, aber sehr konsequent, wenn man ihm nicht zuhört!

Eigentlich müsste jeder denken, gib` dem Süchtigen so viel Suchtmittel, bis er es nicht mehr mag – funktioniert leider nie – er will immer mehr, mehr und mehr bis zum Tod. Beim Spieler wäre dies z.B. der totale finanzielle Bankrott, der Workaholic würde freie Zeit als lebensbedrohlich empfinden und eher aus dem Fenster eines Wolkenkratzers hopsen usw., usw.. Man stelle sich einmal eine moderne Suchtklinik mit Bar, Spielcasino, einer gut sortierten Apotheke und vielen hübschen Hostessen vor – alles im Überfluss, so wie in Las Vegas, die Sucht würde zur Übersucht, weil ein kranker, psychisch und physisch Abhängiger überhaupt keine Wahl hätte irgend etwas von diesem Angebot in seinem Zustand abzulehnen. Sie kennen das Wort „Konsumrausch“ und was glauben Sie wohl, wie viel Menschen durch strategisches staatlich gefördertes Marketing zu Abhängigen von Morgen manipuliert werden? Darauf basiert der Kapitalismus, Angebot und Nachfrage oder Wünsche wecken über Assoziationen, Abhängigkeit erzeugen, die Nachfrage unverzüglich befriedigen, hier gibt es ausnahmslos keine Win-Win-Situation, der Konsument ist immer der Verlierer, die wirklichen Gewinner sind die Spitzenmanager, welche die Macht und das Kapital haben zu bestimmen, wie dieses Spiel läuft und noch schlimmer, die Spielmacher an den Börsen der Welt. Zurück zum Suff - daher Entgiftung – Entwöhnung – Neuorientierung in die eigene Unabhängigkeit mit dem Ziel einer zufriedenen Abstinenz. Eine verbissene, humorlose, unglückliche Lebenseinstellung ist der sichere Weg zum Rückfall, daher informiere ich über dieses Thema oberflächlich betrachtet etwas salopp, was aber nicht bedeutet, dass Alkoholismus oder jede andere Sucht zu verharmlosen ist, ganz im Gegenteil. Eine ganz wichtige Frage für jeden von uns Süchtigen ist die der persönlichen Assoziationen, was verbinde ich (vor allem gefühlsmäßig) mit dieser oder jener Situation, einem bestimmten Ort, Geruch, Geschmack, Geräusch, usw., was löst, wie auf ein "Geheimkommando" den Suchtmechanismus (zum Rückfall) aus? Saft aus einem Weinglas, alkoholfreies Bier, light-Zigaretten, exotische Mädels und Prosecco, Ersatz für was? Das Schema der Mehrfachabhängigkeiten und Verknüpfungen derselben funktioniert über Rezeptorenreizung,

Geschmack, Geruch, Taktile, Visuell, Akustisch, der Pfad führt zum Gehirn, Abteilung Instinkte, weiter wird verknüpft und über Erinnerung und Wahrnehmung abgeglichen und wenn es angenehm wird, sind die Endorphine schon im Spiel und wir sind berauscht, verzaubert, angetörnt und oder auch verliebt. Wenn wir in dieses Schema vernarrt sind und uns permanent diesem Suchtorgasmus hingeben müssen und keine willentliche Kontrolle mehr aufbringen können diesen Ablauf einzugrenzen sind wir Abhängige. Jeder unkontrollierte Konsum, egal von was auch immer ist klassisches Suchtverhalten und kommt auch bei Tieren vor. Schlussendlich ist Sucht eine Form der Triebbefriedigung und ein Ersatzverhalten für die Befriedigung echter Liebe und Zuneigung. Je weniger Liebe und gesundes Sozialverhalten in einer Gesellschaft vorhanden sind, umso gestörter und abhängiger von Süchten sind deren Mitglieder. Deutschland ist ein sehr gutes, praxisnahes Beispiel einer gestörten und sozial kranken Gesellschaft. Dieses Problem ist mit Geld allein nicht zu lösen, vielmehr bedarf es einer grundlegenden Änderung der Gesellschafts- und Sozialstruktur dessen Ziel es sein muss eine gesunde

freie, ja zufriedene, Gesellschaft zu schaffen, deren immaterielle Werte höher bewertet werden als deren Materielle. Ich spreche nicht über eine politische Idee, verweise aber in diesem Zusammenhang auf mein Buch „...und jammern gehört zum Geschäft“ in welchem der politisch interessierte Leser weiterreichende Informationen zu Staat, Sozialstrukturen und Gesellschaft dieses Landes nachlesen kann. Zurück zur Sucht:...oder gleich rein in die Suchtverlagerung vom Dauerrausch zum Kaffee Maxikonsum, gepaart mit Nikotin ...

Möglichkeiten gibt es genug und in der Suchtverlagerung, in der Assoziation und in der Schauspielerei sind Süchtige absolute Talente und sehr erfinderisch. Suchtmittelbeschaffung und dessen raffiniert getarnte Aufbewahrung gehört zum Basiswissen eines Süchtigen, jeder von uns weiß, wie er größere Mengen Sprit gut verteilt (bei verschiedenen Bezugsquellen) organisiert; jeder von uns weiß, dass in einer z.B. Thermoskanne, Coladose und anderen harmlosen Gefäßen wunderbar Alkohol überall hin mitgenommen werden kann. Geruchlos mit bester Wirkung ist die direkte Injektion von Alkohol in die Venen, wirkt wirklich frappierend schnell...Viele von uns haben es geschafft über viele Jahre als anerkannte Mitglieder der Gesellschaft herum zu spazieren, in vielen Fällen war es gar nicht erkennbar, dass jemand voll unter Sprit stand, er lief und sprach normal, ging arbeiten, zeigte keinerlei erkennbare soziale Auffälligkeiten. Dies kommt erst später, oft beginnt es mit dem ersten Führerscheinverlust. Eine beginnende Abhängigkeitserkrankung darf nie bagatellisiert werden. Die Prognosen für einen Stillstand der Sucht sind anfänglich recht gut und alters unabhängig – aber auch hoffnungslose Fälle haben noch Chancen, wenn der größte und ehrlichste Wunsch darin besteht, die Sucht aufzugeben, das ist der erste Schritt und der wichtigste von allen. Wenn man im wahrsten Sinne des Wortes ganz unten in der Scheiße sitzt, oder liegt, ist verständlicherweise der Leidensdruck am größten und damit eine Grundmotivation gegeben die Situation ändern zu wollen. Es ist nicht hilfreich einen Abhängigen zu bemuttern, über zu versorgen oder gar für ihn Verantwortung zu übernehmen (sog. CO-Abhängigkeit von Angehörigen, Freunden, Arbeitskollegen etc.), im anderen Fall ihn zu verstoßen und ihn weiter in die Gosse zu schubsen bis er dort elend krepirt. Nehmen Sie ihn, wenn er es zulässt und gehen Sie mit ihm zu einer Selbsthilfegruppe oder zu einer Suchtberatungsstelle, selbst wenn es nötig sein sollte dem noch nassen Alkoholiker vorher etwas Alkohol zu genehmigen, damit er es aushält mitzugehen. Ja, ich habe viel gelernt durch meine Alkoholkrankheit, eine Erfahrung die ich niemandem empfehle, aber die mich zur Ehrlichkeit mit mir selbst gezwungen hat. Dies verdanke ich Jesus, so wie ich ihn verstehe und meinen AA-Freunden, die mich auch in tiefstem Elend und größter Not nicht hinaus geworfen haben, im Gegenteil, mich wie einen Menschen in der AA-Gemeinschaft aufnahmen. Daher fühle ich mich ganz besonders zu diesen Frauen und Männern hingezogen und freue mich jede Woche erneut auf unser Meeting. Diese Unterstützung und Hilfe ist überhaupt nicht selbstverständlich, wie oft habe ich in Kliniken, auf Polizeiwachen und auf der Straße eine ganz andere Behandlung erfahren, in der Form, wie man ein Tier misshandelt, für die gibt es wenigstens den Tierschutzverein. Es ist für mich immer auf ein Neues erschreckend, wie wenig oder überhaupt keine Kenntnisse über Alkoholismus in unserer Gesellschaft vorhanden sind. Selbst Personen und Institutionen wie Polizei, Justizpersonal, Gerichte, Ärzte, Psychologen, Krankenhauspersonal, inklusive Psychiatrien und einige Psychosomatische Fachkliniken, selbst Priester sind in dieser Sache häufig hilflos überfordert.

An gutem Willen mag es nicht mangeln, aber ein „Außenstehender“ hat verständlicherweise zu der Sucht als Krankheit keinen persönlichen Bezug, das ist die Regel und weiß nicht, wie er mit Personen umgehen muss, die in einer akuten Phase sind. Nun kann ich guten Gewissens sagen ‚mein Name ist

Peter, ich bin Alkoholiker und füge sehr glücklich hinzu ‚Hurra – ich bin süchtig und doch freier wie nie zu vor in meinem Leben.

-Soweit zu meiner Alkoholikerkarriere, es gibt aber auch den Mensch und Mann Peter und über diese Persönlichkeit spreche ich nun, dies wird mehr Klarheit in das Dunkel bringen und wahre Abgründe werden sich auftun. Analog sei Orpheus genannt aus der griechischen Mythologie und diese Geschichte zwischen ihm und seiner Frau Eurydice durchlebte ich mit meiner dritten Exehfrau Ivanice aus Salvador Bahia in dreißig Monaten, später mehr dazu.

Die nächsten Kapitel könnten die Überschrift Faszination Frau tragen und sind unter anderem einigen weiblichen Zauberwesen gewidmet, ich will keine von diesen Erfahrungen mit ihnen vermissen. Jede von ihnen war und ist etwas ganz besonderes auf Gottes himmlischem Planeten.

Weiber, Wein und Gesang...alle drei Dinge sind wundervoll, in Maßen genossen, solche Leute wie ich übertreiben diese Sachen oft bis zum Exzess und begeben sich über das Mittelmaß weit hinaus in apokalyptische Stratosphären. Ich gebe gerne zu, ich liebe weibliche Wesen, wenn sie meinen hohen Ansprüchen in jeglicher Form entsprechen, sagen wir, unter hundert dieser Wesen gibt es immer die eine, ganz bestimmte, dieser engelsgleichen Geschöpfe. Zeitweilig sind sie auch rechte Hexen und Teufel, Vampiren ähnlich, die jeden Mann total in jeder Form aussaugen, bis er völlig energetisch verdörnt ist. In meiner Erinnerung denke ich an alle liebevoll und es bleibt bei jeder dieser Mädchen und jungen Frauen immer eine gewisse Sehnsucht zurück, eben wie das mit guten alten Erinnerungen so ist und ruhig sein kann. Im Sternzeichen des Krebses bin ich auf diesem Planeten gelandet mit einer großen Sensibilität und Gefühlstiefe, viele schwierige Situationen meiner inneren Welt habe ich oft nur über künstlerisch kreative Arbeit ertragen und die äußere Welt immer als große Bühne der hohen Schauspielkunst angesehen. Es war immer die Inszenierung, die große Premiere und irgend wann fiel der Vorhang zum letzten Mal, die Lichter erloschen. Diese tiefgründige, innere Welt ist meine eigene Heimat, in welcher ich mich wohl und geborgen fühle und nur sehr wenige Menschen durften den Vorhof meines inneren Palastes betreten, unter anderem diese Frauen, in welche ich verliebt war oder welche ich sehr intensiv geliebt habe. Das Liebe zwischen weiblichen und männlichen Wesen ein sehr euphorisches Gefühl sein kann, bestreitet sicher niemand, darüber hinaus lässt es sich in verschiedene Qualitäten sezieren und analysieren, wie übergroße Sympathie, Erotik und Sexualität; für mich ist das eine in Beziehung zum anderen abhängig und alles hat untrennbar etwas mit Liebe und Verehrung des weiblichen Geschlechtes zu tun.

Schönheit ist für jeden Menschen eine individuelle, subjektive Wahrnehmung, daher beschreibe ich meine geliebten Frauen und die sich daraus ergebenden Beziehungen in blumigen Worten, es soll auch eine gewisse Verehrung über den Tag hinaus darin liegen, denn sie alle haben mir das große Geschenk der Erfahrung und ihrer eigenen persönlichen Weisheit gegeben und dies hat nicht in zwingender Weise unbedingt etwas mit nur rein körperlicher Anziehung zu tun. Für mich waren sie alle hübsch und elfengleiche Zauberwesen einer anderen Welt, jede für sich eine Prinzessin oder Königin.

Durchweg waren es starke Persönlichkeiten, die meisten von ihnen wussten immer sehr genau, was sie wollten und was nicht. Eine Zeit lang waren sie durchaus fähige Begleiterinnen auf dem Co-Pilotensitz und sind mit mir aus mancher unmöglichen Position aus einer einsamen Wüstenpiste durchgestartet um dann mit Mach zwei in allen nur möglichen waghalsigen Luftgefechten Herr der

Lage zu werden. Dies war mit Sicherheit, bis auf meine drei Ex-Ehefrauen, eine extrem hohe Herausforderung an Körper, Geist und Seele und ich bin kein rücksichtsvoller Kampfflieger, der alle fünf Minuten sich nach den Befindlichkeiten seiner Begleiterin erkundigt, nach dem Take-off gibt es nur noch Power, die Triebwerke heulen, die Nachbrenner bringen den Jet zum Vibrieren, der Wüstensand wird zum Sandsturm und innerhalb von Sekunden steigt die Maschine gnadenlos auf 12.000 Meter, da wo das Blau schon leicht in dunkelblau übergeht. Unter diesen Bedingungen sind die Anforderungen an das Seelenleben schon recht dramatisch und schwache Damen haben da überhaupt keine Chance. Ich will es halt immer wissen und selbst wenn jemand sich entschließt auszusteigen, kann sie dies gerne tun, aber bitteschön erst nach der Landung auf dem Stützpunkt.

Meine erste Frau und Jugendfreundin Cornelia sagte vor einiger Zeit, nach dreißig Jahren gegenseitigen Kennens, zu unserem gemeinsamen Sohn Joshua P., „Dein Vater war früher ein sehr erfolgreicher und anerkannter Mann in seinem Beruf“ und etwas wehmütig fügte sie hinzu, „was hätte aus uns alles werden können...“

Zum Glück ist es anders gelaufen und aus uns ist nichts weiter geworden, wir haben uns rechtzeitig getrennt, so bekam unser Sohn eine echte Chance für eine durchaus positive Entwicklung. Manchmal ist Angst der bessere Ratgeber in einer Beziehung und so bin ich Cornelia dankbar, dass sie damals nicht mit mir weitergeflogen ist, es hätte im Totalverlust enden können und so hielten sich die Kollateralschäden in Grenzen.

Eine Weile bin ich allein durchgestartet, was sich aber auf Dauer als recht aufwendiges und anstrengendes Unterfangen erwiesen hat, dies war nicht so besonders empfehlenswert.

Als Kind und später Jugendlicher gehörte ich in unter die Gattung schüchtern, verklemmt, gehemmt und ewig sich minderwertig empfindend. Dank meiner übertriebenen strengen Erziehung von mütterlicher Seite aus, mit einer gehörigen Portion Verachtung und Lieblosigkeit, wurde aus mir zunächst ein rechter Frauenhasser, besonders ältere, spießige, dümmliche Vertreterinnen dieser Gattung wurden mit reiner Nichtachtung gestraft; wobei mir heute immer noch und wieder auch jüngere Genossinnen mit vollschlanker Figur und modischer Kurzhaarfrisur besonders beim Einkaufen ein lebendiges Greuel sind, besonders wenn diese Damen in breitstem Dialekt ihre geistigen Ergüsse hervorsprudeln lassen, einfach zum Kotzen.

Gott sei Dank gibt es ja noch diese besonderen anderen auserwählten Zauberwesen...

Mit zwölf Jahren freundete ich mich mit einem neunjährigen Mädchen an, die über unser Wohnung wohnte. Petra hieß sie und hatte wunderbare klare große blaue Kulleraugen. Im Sommer gingen wir oft Hand in Hand in das städtische Schwimmbad meiner früheren Heimat in Niedersachsen. Ihre sonnengebräunte Haut und ihre dunkelblonden Haare dufteten immer wie ein frisch gebadetes Baby. Sie war eine gute Schwimmerin und hüfte ohne Pardon vom drei Meter Turm in das Schwimmbecken – ich, bis zu dieser ersten Freundin, ein großer Angsthase, was das Schwimmen anbetraf, lernte nun innerhalb kürzester Zeit Schwimmen und wollte nicht hinter meiner Freundin zurückstehen. Diese Geschichte dauerte einen Sommer lang, dann haben wir uns aus den Augen verloren.

Auf der Realschule gab es eine junge Französin und es war die Zeit der Tanzstunde. Ich nahm auch daran teil, war aber einfach zu verklemmt Chantal anzusprechen, sie hatte ganz lange lockige dunkle

Haare und ohne ihre Hornbrille sah sie wirklich superhübsch aus, Stupsnase, volle Lippen, sehr schlank und eine etwas herbe Parfumwolke war ihr Markenzeichen...dumm war sie nicht, aber sehr made in France.

1974 zogen wir nach Süddeutschland, ich besuchte das Wirtschaftsgymnasium, Lust hatte ich zum Schulbankdrücken keine mehr, ich war absolut schulmüde und meine Vorkenntnisse waren völlig unzureichend, aber damals lies ich mich noch von meinen Erziehungsberechtigten fremd bestimmen für eine begrenzte Zeit. Auf dieser Schule gab es eine Mitschülerin, welche die angrenzende Handelslehranstalt besuchte, Emmi hieß sie. Klein, dunkelhaarig und sagen wir knackig in ihren dunkelblauen Jeans. Leider war ich wieder einmal zu dämlich sie anzusprechen, selbst in den Wochenend-Partys der ortsansässigen Tanzschule war ich zu blöd sie einfach zum Tanzen zu holen...

Eines Mittwochs, nach dem Tanzschulunterricht, 1975, nach den Sommerferien, verließ ein goldblondes kleinwüchsiges Mädchen mit rotem Mund und leuchtend roten Fingernägeln die Tanzschule, sie war dabei zu Gehen, ich beim Hereinkommen. Wer ist das?

Cornelia heißt sie und sie wohnt...ich befragte den Inhaber der Tanzschule nach der hübschen Kleinen, geheiratet haben wir schließlich 1983 während unserer beider zweiten Berufsausbildung in Norddeutschland, 1991 wurde unser Sohn Joshua P. geboren.

Geschieden wurde diese erste meiner Ehen 1995 nun könnte man viel dazu sagen, im juristischen Amtsdeutsch spricht man immer, egal, was die Hintergründe dafür sind, von Zerrüttung, dies vereinfacht offiziell diese Angelegenheit und sagt im Grunde gar nichts aus.

Die Zeit gegenseitiger Vorwürfe und Aufrechnungen sind endgültig vorbei, Cornelia und ich haben es Gott sei Dank geschafft Eltern unseres Sohnes zu werden und zu bleiben, auch das war für beide Seiten ein Lernprozess. Eltern sind wir für Joshua P. immer, lebenslanglich und das wollen wir in Achtung, Respekt und Würde vor unserem Kind auch bleiben. Joshua P. soll die Erfahrung machen, dass auch geschiedene Eltern gemeinsam in Liebe erziehen können und es nicht notwendig haben ihre früheren Konflikte auf dem Rücken ihrer Ehe gemeinschaftlichen Kinder auszutragen. Cornelia und ich kennen uns viel zu gut und zu lange um uns gegenseitig etwas vor zu machen, wir haben gelernt vernünftig und sachlich miteinander unterschiedliche Standpunkte zu diskutieren und uns in Erziehungsfragen unseres Sohnes gemeinsam zu unterstützen.

An dieser Stelle will ich Cornelia danken, für ihr großartiges, selbstloses Engagement in der alleinigen Erziehung von Joshua P., sie ist eine sehr liebevolle und manchmal übersorgende Mama. Auch hat sie mich zu Zeiten großer persönlicher und finanzieller Not nie davongejagt, vielmehr mich zusätzlich auch noch im Rahmen ihrer Möglichkeiten unterstützt und dafür bin ich ihr sehr dankbar und hoffe dies noch in diesem Leben Wiedergutmachen zu können.

Trotz aller schweren Zeiten, die auch Cornelia durchstehen musste, hat sie sich ihren Witz und Humor bewahrt und ist innerlich und äußerlich immer noch eine attraktive jugendliche Frau geblieben, auch mit Lesebrille.

Nun, zu Zeiten meiner ersten Ehe gab es zwar von meiner Seite aus keinen klassischen Seitensprung, aber dennoch drei Frauen, in die ich Held mich verliebt hatte und das wusste meine erste Frau, so

etwas sah man mir ja an der Nasenspitze an, Lügen überflüssig. Nummer eins hieß Constanze und war Bankangestellte und ich war zu dieser Zeit sehr häufig auf der Bank. Einmal war sie auch bei uns zu Hause auf einer unserer damaligen berühmten Partys...weiter ist nichts passiert. Nummer zwei war eine Kollegin, die Heike, mit meiner Frau befreundet, groß, blond, wie ein Rauschgoldengel, sehr vollbusig und ebenso wie Cornelia recht lebenslustig, mich nannten sie damals Catwezzel...in Anbetracht meines skurrilen Verhaltens. Nummer drei hieß Sabine und war Zahnarzhelferin, groß, blond, langmählig, Topfigur, zu dieser Zeit war Cornelia hochschwanger und ich munter auf Freiersfüßen. Für Cornelia eine Scheißsituation, sie hat es Dank einer ihr nahe stehenden Freundin verkraften können und Sabine war zum Glück eine grundanständige Frau, die es nicht darauf ankommen ließ, wer weiß, wo und wie es geendet hätte mit dieser lebendigen Venus, sie war eine meiner treuesten Patientinnen zu Zeiten meiner Praxis.

Schließlich hatte ich es geschafft, meine erste Frau und ich lebten getrennt, sie zog mit Joshua P. 1992 auf 1993, Silvester, aus und weg.

Nun, wie es eben so ist, wieder tauchte eine blonde langhaarige zierliche junge Dame auf, Nicole, auch Bankangestellte. Ein sehr mädchenhafter Typ, fast kindlich mit heller, klarer Stimme. Sie war leider in einer festen Beziehung und das machte die Sache nicht einfacher, zudem war sie auch wieder eine meiner Patientinnen und das ist für beide Seiten immer etwas kompliziert, verständlicherweise.

1993 begann ich ab August mit meinem Freund Jochen Italien, die Marche, kennen zu lernen und siehe da 1994 an Ostern tauchte Mirella auf, echt italienisch, zierlich, dunkles langes volles Haar, oft mit Sonnenbrille, hautenge Jeans und superschicke Wollpullover, an Ostern war es für die Italiener noch Winter...Mirella war Lehrerin für Deutsch und Englisch, sehr gebildet und für mich schlichtweg der italienische Traum, ihr habe ich mein erstes Buch gewidmet, eine deutsch-italienische Liebesgeschichte mit dem Titel „...es begann in Francavilla d`Ete“, es enthält viele ihrer Botschaften und sie war damals mit 28 Jahren schon eine sehr weise Frau. Sie hatte entschieden einen Italiener zu heiraten, sie lebt heute verheiratet in Italien, Kontakt haben wir nicht mehr.

Ende Februar 1995 lernte ich Afiwa kennen, sie war Westafrikanerin aus Togo und das, was man eine Vollblutafrikanerin nennen könnte. Schwarz, kräftig, dunkles Timbre ihrer Stimme, sehr temperamentvoll im Guten wie im Bösen, sehr afrikanisch, Kleidung, Essen, Musik und Kultur, ich brauchte zu dieser Zeit nicht persönlich nach Togo zu fliegen, Westafrika war bei mir zu Hause. Ich hatte das Glück verschiedene Menschen, Frauen, Männer und Kinder Westafrikas hautnah kennen zu lernen, ja lieben zu lernen. Im allgemeinen waren es sehr gut erzogene lernbegierige Menschen, sehr praktisch veranlagt. Afiwa und ich heirateten 1995, sie war ein Allround-Talent in jeder Hinsicht und deutscher als deutsch, damit meine ich unsere alten Tugenden von Pünktlichkeit, Zuverlässigkeit und Loyalität. Wir waren im Grunde genommen zwei extreme Ergänzungen mit sehr hohen Ansprüchen an uns gegenseitig und hatten häufig übelste Auseinandersetzungen wegen – nichts!

1998 wurde unsere Tochter J.-Cynthia geboren, ein süßes Karamell-Baby, sie ist ein Mädchen mit M.Down-Syndrom und dank der intensiven liebevollen Pflege und Erziehung heute ein prächtiges und sehr gesundes Kind auf welches ich sehr Stolz bin, unsere Tochter. Sie trägt heute Afrolook total und Jeans und malt ganz wunderschöne Bilder. Ihr Schalk ist ausgeprägt und sie hat immer irgendetwas

im Sinn. Ihre jüngere Schwester Letitia ist eine reinrassige bildhübsche kleine Togolaise, clever, frech und sehr charmant und wickelt mich glatt um den kleinen Finger.

Für mich sind sie beide meine Töchter und manchmal bekommt man Kinder dazu, einfach, weil sie einen annehmen und lieben, auch wenn man selbst nichts zur Vaterschaft beigetragen hat. Heute haben Afiwa und ich nach schwierigen Zeiten ein normal freundschaftliches Verhältnis und ich bewundere, wie gut sie als Mutter die Mädels großzieht und das ist für sie verdammt noch mal nicht immer leicht, ein Vollzeitjob ohne Unterstützung. Auch sie hat mir in großer Notlage beigestanden und war äußerst glücklich, als ich endlich nicht mehr der Alkoholsucht verfallen war. Sie sagte, „...eigentlich bist Du kein schlechter Mensch, aber wehe wenn Du besoffen bist...“ und damit hat sie vollkommen recht; dass ist dann für mich und alle der Ausnahmezustand und hier hilft nur noch eine schnellstmögliche Klinikeinweisung, in der Regel bin ich selbst dazu nicht mehr in der Lage gewesen.

Ich hoffe, ich bleibe abstinent, schon zu viel Zeit habe ich sinnlos durch die Sauferei verloren und konnte meinen Kindern kein brauchbarer und ansprechbarer Vater sein. Ich bin sehr dankbar, dass meine Kinder mir diese schreckliche Erfahrung verziehen haben und mich immer noch so, wie ich als Mensch bin, akzeptieren und mir ihre Liebe zeigen.

1999 wurde zu meinem Schicksalsjahr – ich lernte Ivanice aus Salvador Bahia kennen. Es begann die Geschichte, wie bereits angedeutet, von Orpheus und Eurydice und endete in gewisser Weise ebenso tragisch. Die Hauptrollen spielten Nice und ich, komisch, tragisch, schlussendlich eine Tragödie für beide Hauptdarsteller. Wer den französisch-brasilianischen Film Orpheu Negro gesehen hat, weiß, wo von die Rede ist. Nice ist eine echte Bahianerin und hat viel Indioblut in ihren Adern. Sie ist eine intelligente und sehr durchtriebene Frau und wehe, man hat es bei ihr verschissen, so wie ich. Sie ist eine absolute Überlebenskünstlerin und weiß sehr gut, wie man Menschen benutzt, mit sehr viel Charme, herrlicher Erotik und einem unschuldigen Lächeln. Ich denke, Nice war meine größte und schmerzlichste Liebe und an dem Verlust dieser Beziehung bin ich fast verreckt. Mit der Scheidung war die Sache für mich längst nicht ausgestanden, ich wurde schier wahnsinnig und der extreme Alkoholkonsum tat sein übriges bei diesem Fiasko. Mit Nice hatte ich Brasilien pur, Fiestas, Samba und Sex, hemmungslos und bei jeder passenden und nicht passenden Gelegenheit, es war ein brasilianisches Karnevalsfeuerwerk der Leidenschaften, das nie endete. Diese dritte Ehe war so intensiv, dass ich davon überhaupt nichts vergaß. So ruhig Nice nach außen schien, sie war ein wahrer Vulkan und konnte Tränen lachen oder eiskalt brüskieren, je nach Lust und Laune. Sie war und ist immer noch eine schöne Frau, jugendlich wie Zwillingfrauen so sind; ihre großen dunklen Kulleraugen verbirgt sie gerne hinter einer dunklen Sonnenbrille und kleidet sich je nach Anlass völlig unterschiedlich, ebenso ihre Haartracht, so dass man sie nur noch an ihrem ureigenen Bewegungsprofil erkennt. Wir haben keinen Kontakt mehr, es war ihr Wunsch, ich sollte sie vergessen...das ist mir nie gelungen und ich werde auch nicht mehr dagegen ankämpfen, sie hat mich für dreißig Monate nach Brasilien entführt, geblieben ist mir die Samba, saudade, sie nannte mich Pappi und oft höre ich noch ihr klares brasilianisches-portogiesisch „gostoso...“

Genau vier Wochen auf den Tag nach meiner dritten rechtskräftigen Scheidung lernte ich Nasimiyu kennen. Sie ist Kenianerin und studiert für den Lehrerberuf, sie liebt kleine Schüler, „...die sind so süß...“. Eine große und doch zierliche bildhübsche schwarze junge Dame mit hoher Intelligenz und sehr guten Umgangsformen, ich umschreibe es mit british-distinguished, das kommt

der Sache sehr nahe. Sie litt permanent unter davon fließenden Finanzen und liebte sehr gute modische Kleidung, wenig Schmuck und super gut duftende Parfums. Mit Zeit konnte sie gar nicht wirtschaften und oft habe ich über Stunden auf sie gewartet, wobei sie nie viel Zeit opferte. Ich habe sie nicht sehr oft getroffen und wenn, dann gab es intensive Gespräche. In ihrer Art war sie schon etwas außergewöhnlich, elegant wie eine freilaufende Gepardin, einfangen ließ sie sich nie und der Preis wäre unbezahlbar gewesen. Zwei erfolglose Heiratsanträge waren ja genug und der Frauen Wille ist ihr Himmelreich. Diese Geschichte nahm ein abruptes Ende, ich trennte und löste mich von ihr, nachdem sie fünfmal erklärt hatte, sie liebt mich nicht, dann hatte ich es auch kapiert. Der Abschied war sehr tiefgefroren obwohl die Außentemperatur über 35 Grad Celsius betrug. Ich musste dies so beenden, ich wäre an dieser FataMorgana-Beziehung sonst gefühlsmäßig verdurstet. Ich höre immer noch ihre helle Stimme mit dem britisch-kenianischen Akzent „Hi, wie gait es Dier?“

Dann war da noch die Sandra aus Kamerun, eine sehr kurze Episode auf welche ich hier nicht weiter eingehen möchte.

All diese Frauen haben mein Leben bereichert und dafür bin ich ihnen sehr dankbar. Was bei diesen Geschichten bleibt, ist die Erinnerung und die damit verbundenen Gefühle, manchmal sind es Gute, manchmal Schmerzliche, aber alles zusammen, es bleibt für immer die Gewissheit geliebt zu haben und lieben zu können und ich bin sehr gespannt, was das Füllhorn des Lebens noch für Überraschungen für mich bereithält. Es heißt, mit dem Älterwerden steigen die Ansprüche, das ist nicht ganz richtig, sie verändern sich und es werden andere Prioritäten gesetzt. Eines ist gewiss, ein größerer Altersunterschied hält jung und auch deutlich jüngere Partnerinnen können sehr reife Persönlichkeiten sein, das ist meine eigene Erfahrung. Ich bin jetzt gerade auf der Hälfte meines hundertjährigen Lebens angekommen, da habe ich natürlich noch viele Pläne und konkrete Ziele und freue mich, wenn ich diese Reisen mit geeigneten weiblichen Wesen in Angriff nehmen kann. Ein Vergnügungsausflug mit dem Charme einer Kreuzfahrt wird dies ganz bestimmt nie werden, das verspreche ich, dafür immer ein Abenteuer in unbekannte nicht erforschte Bereiche menschlichen Seelenlebens. Schlussendlich spielt es keine Rolle, wohin die Reise geht, es gibt jeden Tag überall etwas neues zu entdecken und jede Erfahrung ist ein göttliches Geschenk. Ich bin dankbar, dass mein Glaube Hoffnung ist und ich bin davon absolut überzeugt, dass mir Jesus immer zur richtigen Zeit die passenden Lebenssituationen mit den richtigen Partnerinnen präsentiert. Für mich, als Süchtigen, ist es eine ungeheure Herausforderung Maß halten zu lernen und auch bestimmte Dinge vollständig zu unterlassen und zu erkennen, was mir persönlich nicht gut tut. Das konnte ich viele Jahre gar nicht. Außer dem Alkoholismus, war ich ein Sex besessener Workaholic, der wie ein Verrückter durch sein Leben jagte und am Ende alles verlieren musste. Gott gibt und Gott nimmt und er verteilt gerecht. Ich habe mühsam und schmerzhaft kapitulieren lernen müssen und dafür bin ich heute unendlich dankbar.

Zum Schluss ein ausdrücklicher herzlicher Dank an all die Menschen und besonders die Partnerinnen, die mit mir ein Stück meines Lebensweges gegangen sind und die oft unendliche Geduld mit mir hatten, da wo ich sie schon lange verloren hatte. Ich war nicht immer ein freundlicher, lieber, ehrenhafter Ehemann und es tut mir heute sehr leid, dass ich mit meiner dritten Exehelfrau überhaupt nicht zimperlich umgegangen bin, dass hat sie nicht verdient. Menschen werden grausam, wenn Gefühle verletzt werden und besonders unter ständigem Alkoholgenuss, so, wie ich es ja lange genug praktiziert hatte. Ich hatte kein Recht dazu Nice brutal zu ohrfeigen und einen Vergewaltigungsversuch folgen zu lassen, ich hatte kein Recht dazu ihre persönlichen Gegenstände in einem Rot-Kreuz-

Container zu versenken, es gibt dafür keine Rechtfertigungsversuche und Entschuldigungen. Aber es ist so gewesen und passiert und ich war sturzbesoffen und außer mir vor Wut und Aggressionen. Diese Seiten gehören auch zu meiner Persönlichkeit und ich will daraus kein Geheimnis machen, auch wenn mancher Leser nun schockiert reagiert. Meine Stärke ist Offenheit und Ehrlichkeit, was für mich ganz bestimmt nicht einfach und bequem ist, aber mit einer lebenslangen Lüge will ich nicht sterben.

Jesus sagte, wer ohne Schuld ist, werfe den ersten Stein und es gibt gerade bei Beziehungen zwischen Frauen und Männern keine unbeteiligten und unschuldigen Opfer, vielmehr ist jeder einmal Opfer und Täter, beide halten jeweils fünfzig Prozent des Stammkapitals. Wenn eine Beziehung zerbricht, ist in der Regel diese Beziehung ihrem Wesen nach erfüllt, ein Festhalten daran wäre Verrat an der Alchemie der Beziehung. Eine lebenslängliche Beziehung ist für mich persönlich eine Utopie geworden, es ist jedes Mal anders verlaufen und ich bin überhaupt nicht traurig darüber – ich habe mir meine eigene innere Freiheit erhalten können und das ist für einen kunstschaffenden kreativen Menschen überlebenswichtig. Unabhängig und frei zu sein heißt aber auch verantwortlich zu sich selbst und seinen Taten zu stehen und nicht feige vor sich selbst zu flüchten. Die Wahrheit ist manchmal sehr bitter und hart, aber die einzige Realität, die zählt. Wir Menschen spüren in der Regel sehr genau was Recht und Unrecht ist und wir sind durchaus in der Lage diesem Gefühl zu vertrauen, wenn wir das wollen. Im Gebet und der Meditation können wir viele Antworten erbitten und uns uneingeschränkt darauf verlassen – die Höhere Macht, für mich ist es nun einmal Jesus Christus, kennt alle Antworten und Wege, auch wenn wir Menschen das nicht immer logisch nachvollziehen können, weil uns der Gesamtüberblick über das Universum fehlt. Glaube und Vertrauen sind dem Grunde nach die selben Zustände und haben etwas mit unendlicher Liebe zu tun – der stärksten Kraft im Kosmos. Diese Liebe ist unbegrenzt vorhanden und unglaublich stark und mit menschlichem Ermessen unvorstellbar.

1981 hatte ich in einer Meditation die persönliche Begegnung mit Jesus zur Zeit seines Wirkens im damaligen Jerusalem. Ich werde niemals vergessen, wie dieser Mann mir mit klarem, festem Blick unvermittelt in die Augen sah und sagte: „Ich bin, durch den Du wirst.“

Es war eine so eindeutige und bemerkenswerte Botschaft, die ich nie wieder vergessen sollte. Zeitweilig wurde ich durch meine Alkoholeskapaden zum Ungläubigen und vergaß, wer mir diese Worte mit auf meinen Lebensweg gegeben hatte, in größter Not erinnerte ich mich wieder und heute weiß ich, wer mich aus der Sucht gezogen hat, ich durfte diese Gnade von Jesus empfangen, er hat mich niemals verlassen, selbst in Situationen in denen andere Trinker schon lange verstorben wären. Sogar gewarnt hatte er mich mehrfach, wenn Du wieder trinkst, wirst Du die gesamte Treppe hinunter stürzen, wer trank und stürzte war ich.

Heute bete ich, er möge mit mir durch den Tag gehen und die gefährlichen Klippen umschiffen, abends danke ich dafür und bitte um seinen Schutz für meine Kinder Joshua P., J.- Cynthia und Letitia und die Mütter meiner Kinder. Ich danke ihm für meine lieben Kinder und weiß, ich bin gewiss, er hält immer seine Hände schützend über sie. Heute kann ich sorgenfrei leben, bin nie einsam oder allein, wir sind immer zusammen und ich kann überall um seinen Rat bitten und manchmal begegnet er mir durch andere Personen oder offenbart sich indirekt. Nichts ist Zufall, nichts geschieht einfach so, Gott lenkt, der Mensch denkt, wer mit Jesus geht, wer kann dann gegen uns sein?

Nur Missachtung und Unglaube sind aller Ende Anfang, das ist meine Botschaft. Ich spreche bewusst von Jesus Christus, weil ich mir so am besten die Höhere Macht vorstellen kann, was nicht heißt

andere Glaubensformen zu diffamieren. Im Gegenteil, ein Gläubiger ist immer ein Vertrauender und respektiert die Gesetze des Universums. Es gibt auch keinen besseren oder schlechteren Glauben, es gibt aber gute und schlechte Handlungsweisen und es gibt viel Hochmut und Überheblichkeit, was in der menschlichen Natur liegt. Ich bin da keine Ausnahme, sonst hätte ich nicht so unzählbare viele Rückfälle mit mir erlebt; ein Rückfall ist ein Zurückfallen in alte überholte Muster, die der Situation nicht mehr angepasst sind. Nicht nur auf Sucht bezogen ist jeder Rückfall ein Fehlverhalten, eine Fehlkonditionierung und unadäquate Verfahrensweise in bestimmten Situationen. Bei mir war es Saufen aus Frustration, aus Liebeskummer aus seelischem Schmerz, es war ein Narkosezustand der Seele und des Bewusstseins über Jahre, einmal mehr, einmal weniger. Heute habe ich schon eine Menge durch das AA-Zwölf-Schritte-Programm dazu gelernt und werde es weiterhin trainieren und weitergeben. Ich habe viel von meiner permanenten Wut und Aggression abbauen können, ich habe Vergebung erlernen können und auch ehrlich Fehler offen zu zugeben, solche Dinge waren mir früher ganz unmöglich, ich habe Menschen regelrecht gehasst, nur weil sie anders waren. Ich war ungerecht, arrogant und prestige- u. herrschsüchtig, meine zweite Frau Afiwa konnte ein Lied davon singen...

Ich habe mit meinen Affären meine erste Frau in den Seitensprung getrieben und ihren berechtigten Kinderwunsch lange missachtet und überhaupt waren mir die Bedürfnisse meiner Partnerinnen letztlich ziemlich gleichgültig, Hauptsache sie waren jung, hübsch, intelligent und gut handhabbar und ein Objekt an meiner Seite zum Angeben in der Öffentlichkeit. Das war meine Überzeugung viele Jahre über weibliche Geschöpfe und ich habe alle miteinander gründlich benutzt und missbraucht, wie es ein orientalischer Sklavenhalter nicht besser hätte tun können. Frauen hatten zu funktionieren und da hat mir Nasimiyu gründlich in die Suppe gespuckt, sie hatte ja Recht auf ihre Weise. Natürlich bin ich nun nicht über Nacht zum erleuchteten Heiligen geworden, aber ein wenig der Botschaft näher gekommen und arbeite weiter daran zu verstehen, was Jesus wohl so gemeint haben könnte, er liebt ja alle Wesenheiten. Religion und Glaube sind für mich unterschiedliche Dinge, ich bin zu keiner weltlichen Glaubensgemeinschaft verpflichtet oder zugehörig, ich bin frei und nur Jesus allein gegenüber verantwortlich, das genügt mir für das Erste. Rituale mag ich nicht und Gemeinschaften liegen mir auch nicht so besonders, ich finde überall zu Jesus und zu jeder Zeit. Ich lebe eher zurückgezogen wie ein Einsiedler und begnüge mich mit wenigen handverlesenen Personen, ich ertrage keine Menschenmassen. Ich brauche die Ruhe und Zurückgezogenheit um zum Wesentlichen vor zu stoßen. Ich arbeite gerne alleine, genieße aber dennoch die Zweisamkeit mit Einzelpersonen, aber immer wieder kehre ich in mich selbst zurück, in meine eigene Welt voller Mystik und der Farben, der Formen, der Musik, der tiefen inneren Gefühle, des Schaffens an einer hoffnungsvollen Zukunft, es gibt keine Hoffnungslosigkeit, vielmehr ist von allem für alle genügend da, vor allem Liebe und die kostet nichts. Das Leben geht weiter und es ist gewiss, dass ich mich auch weiterhin für außergewöhnliche und interessante Frauen begeistern kann, besonders wenn sie exotisch sind und aus einer anderen mir fremden Kultur stammen, so wie meine Freundin Preeyaporn aus Thailand. Noch kenne ich sie nicht persönlich, aber sie schrieb so wunderbare Briefe, tiefgründig, heiter und hoffnungsvoll und mit Liebe garniert. Gibt es Liebe auf den ersten Brief? Ich glaubte es schon und ich hoffte sehr Preeyaporn in absehbarer Zeit am Flughafen abholen zu können. Diese Geschichte fing ganz anders an und nun lerne ich Südostasien und seine Fremdheit langsam kennen und lieben. Ich wollte Preeyaporn gerne als meine zukünftige Frau betrachten und sie nicht enttäuschen; sie trug alle Hoffnungen in ihrem Herzen und wartete auf mich.

Nun, wie ging es weiter? Die Geschichte endete im Nichts – irgendwann erhielt ich keine Post mehr aus Thailand, vermutlich, weil ich keine Geldüberweisungen getätigt hatte, nachzulesen in „Die Tricks der Traumfrauen“ von Heinrich von Canstatt.

Heute wurde mir ein Backenzahn gezogen, ein Jahr hat er mich fürchterlich geplagt, wie meine bisherige Lebensgeschichte. Endlich konnte ich mich von ihm lösen, manchmal müssen wir uns von Dingen oder Personen trennen, weil es Zeit ist sich zu verabschieden für immer.

...irgendwo wartet immer jemand. Sie heißt Jackie, ist blitzgescheit und kommt aus Kenia. „Wer sucht mich?“ hat sie in Ihrer Anzeige geschrieben und ich habe sie gefunden und aus den Augen verloren.

Nun schauen wir einmal, was die Zukunft
so im Füllhorn hat, langweilig wird es sicher nicht.

Zeit zum Abschiednehmen, liebe Leserin und lieber Leser, es war schön mit Ihnen und ich danke Ihnen für Ihre Aufmerksamkeit.

Alles Liebe und Gute, Orfeu



Gott gebe mir die Gelassenheit, Dinge hinzunehmen, die ich nicht ändern kann, den Mut Dinge zu ändern, die ich ändern kann und die Weisheit, das eine vom anderen zu unterscheiden.

Dr. Reinhold Niebuhr