

Intro: Herzlich willkommen bei „seko on air“, der Podcast zur Selbsthilfe in Bayern.

Irena Težak: Hallo, ich bin Irena Težak und Ihre Moderatorin. Ich freue mich Ihnen heute die neusten Neuigkeiten verkünden zu dürfen. Seit 9. April sind wir auch auf Social Media. Unter dem Namen SELBSTHILFE BAYERN posten und teilen wir auf Instagram und auf Facebook. Und zwar Neuigkeiten aus den Selbsthilfekontaktstellen in Bayern, Informationen zu Gruppengründungen, Wissenswertes zur Selbsthilfelandschaft und auch zu Veranstaltungen rund um die Selbsthilfe. Natürlich posten wir auch zum Podcast, aber den hören Sie ja gerade. Heute gibt es ein Gespräch mit Walter von den Narcotics Anonymous. Diese Selbsthilfegruppierung beschäftigt sich mit den Themen Drogen, Sucht und allem, was dazugehört.

Hallo Walter, ich grüße Sie. Sie sind seit über 40 Jahren suchtkrank. Wie hat das bei Ihnen denn eigentlich angefangen?

Walter: Ja, ich war damals Schüler im Gymnasium, und ich war halt von Anfang an sehr, sehr schlecht, und so mit 14, 15, da wurde der Druck durch Schule, durch Eltern immer größer. Ich war der schlechte Schüler, Klassenclown, einzige Fach, wo ich gut war, war Sport. Ich war mit meinem Leben komplett unzufrieden. Ich habe mich nicht getraut wegzulaufen oder zu sagen: ja, ich will jetzt nicht ins Gymnasium, ich will was anders machen. Und habe wirklich nach einem Weg gesucht, um auf irgendeine einfache Art und Weise zufrieden und glücklich zu sein und dachte eben damals, dass ich das vielleicht in den Drogen, also Haschisch finde. Alkoholkonsum war vorher sowieso schon da, weil alle in meiner Umgebung, Familie, Freundeskreis, Bekanntenkreis, haben eigentlich getrunken. Ja, ich hab mir dann zum ersten Mal Haschisch besorgt.

Irena Težak: Mit 14 haben Sie gesagt?

Walter: Ja, also Alkohol war 14, Haschisch war ich 15 Jahre alt,

Irena Težak: Und wie lange ging das dann so?

Walter: Also mit dem Haschisch das wurde natürlich dann immer mehr, immer regelmäßiger. Erst Haschisch alleine, dann Haschisch noch mit Alkohol dazu. Dann, mit 21 war ich sicher haschischabhängig und alkoholabhängig, konnte mit beiden Stoffen nicht mehr umgehen. Ich hab dann studiert, hat natürlich mit dem Studium, dann mit meinem Konsum, den ich damals dann hatte, auch nicht so geklappt und ich hab wieder nach Lösungen gesucht und kam dann halt auf die Idee mit den Codein Tabletten, das hat eine Zeit lang funktioniert.

Irena Težak: Können sie uns sagen, was machen denn Codein Tabletten?

Walter: Naja, Codein ist an und für sich ein Hustenmittel, wird als Hustenblocker eingesetzt. Von der chemischen Struktur ist es dem Morphinum sehr, sehr ähnlich, wird, glaube ich, auch zu 5 bis 10 Prozent im Körper in Morphinum umgewandelt und ich hab halt dieses Codein genommen und hab erst mal funktioniert. Das Problem war dann, nach ungefähr eineinhalb Jahren wollte ich das Codein mal absetzen und hatte ganz grausamen Entzug und musste das dann weiter nehmen, praktisch um den Entzug nicht zu haben. Ich habe dann versucht aufzuhören. Das hat nicht geklappt. Und als ich nach zwei erfolglosen Versuchen aufzuhören, erkannt habe, dass ich das alleine nicht schaffe, habe ich es halt meine Eltern gesagt

Irena Težak: Wie alt waren Sie da?

Walter: da war ich ungefähr 25. Die haben dann mir letztendlich nach vielem hin und her dann doch eine Klinik besorgt, wo ich meine erste Entgiftung gemacht hat.

Irena Težak: Sie sagen, die erste Entgiftung hört sich so an, als wären da noch weitere gefolgt. Wie viele Entgiftungen hatten Sie denn bisher?

Walter: Ich war bisher in 24 Kliniken. Selber allein probiert hab ich es auch.

Irena Težak: Das bedeutet, Sie hatten 23 mal einen Rückfall?

Walter: Ja, genau.

Irena Težak: ja, das passt jetzt vielleicht ganz gut. Muss man denn Ihrer Meinung nach ganz unten sein, um zu erkennen, dass es nicht mehr weitergeht? Weil für mich hat sich das jetzt so angehört. 24 mal in der Klinik, da ist es ja fast schon vorprogrammiert. Hatten Sie jedes Mal neu die Hoffnung, dass es diesmal funktioniert. Und warum hat es nicht funktioniert? Was war der Grund?

Walter: Also, dass ich in der Klinik gegangen bin, das lag immer daran. Ich hatte Riesenangst vor dem Entzug und hab das so lange hinausgeschoben, so weit wie möglich und erst, wenn die Situation wirklich so war, dass die Angst, an der nächsten Überdosis zu sterben. Ich spreche jetzt nicht mehr von Codein Tabletten, sondern schon von der nächsten Stufe, als ich dann das Spritzen anfang. Als die Angst, an der Droge zu sterben, größer war als die Angst vorm Entzug, dann bin ich in die Klinik gegangen, vorher nicht. Es ist für mich wirklich eine Notwendigkeit gewesen, ganz, ganz unten am Boden zu sein, völlig zerstört. Dann habe ich den Schritt unternommen und habe versucht das zu beenden. Dann habe ich nach einer Zeit, als ich draußen wieder abstinent gelebt habe, war halt dann irgendwie so: Ja, ich sag's immer, der kleine Mann im Kopf und er hat gesagt, hey mach's noch mal, einmal bloß noch, einmal und dann nimmer, aber einmal, das wäre schon ganz schön!

Irena Težak: Was, was hat sie da gereizt? Wieso einmal?

Walter: Das ist diese Erinnerung an den Kick, an dieses positive Empfinden. Die geht nicht mehr weg, und deswegen gehe ich hier nach wie vor in Selbsthilfegruppen, jetzt auch schon nach längerer Zeit Abstinenz, aber für mich war es nötig ganz unten zu sein. Es gibt sicher den einen oder anderen, der das früher schafft, entsprechende Maßnahmen ergreift um die Sucht zu beenden, aber bei mir war das leider nicht der Fall. Ich musste wirklich absolut am Boden liegen.

Irena Težak: Ich möchte jetzt gerne noch mal wissen. Ich meine Sie haben ja trotzdem auch Ihr Leben in irgendeiner Form doch ganz gut auf die Reihe bekommen. Sie haben studiert und das ging nebensächlich. Hat von den Freunden oder von der Familie mal jemand mit Ihnen darüber gesprochen, oder wie hatten Sie denn da den Rückhalt?

Walter: Natürlich bin ich von vielen Leuten, Freunde, Bekannten, Partnerinnen angesprochen worden, wenn die das gemerkt haben, auf meinen Drogenkonsum, eben mit dem Ziel, mich zu unterstützen, mir helfen dabei rauszukommen. Aber das war eigentlich immer zu wenig. Also es sind sehr, sehr... es sind einige Beziehungen kaputt gegangen wegen der Drogen. Es ist eine Ehe geschieden worden, aber da hat mich nichts dran hindern können. Meine Frau, die hat mich immer ... auf mich eingeredet mit Argumenten, die waren so glasklar, die waren so toll. Ich hab immer gedacht: Wahnsinn, was der alles einfällt an Argumenten, das zu beenden und irgendwann hat sie dann geschrien: Warum sagst du denn nichts? Und ich habe nur sagen können: weil du Recht hast, Du hast voll Recht. Da hat sie wieder geschrien: Warum hörst du da nicht auf? Und ich konnte nur sagen: weil ich nicht kann! Ich konnte es nicht.

Irena Težak: Okay, Sie konnten es nicht, aber irgendwann kam der Punkt da konnten sie es doch. Wieso konnten Sie es da? Was ist passiert?

Walter: Das waren viele, viele Zufälle, denke ich. Also ich war in der Klinik und da war ja schon zum vierten Mal und ich bin zu dem Infomeeting von Narcotics Anonymous verurteilt worden, also eine Selbsthilfegruppe für Drogenabhängige. Ich war damals noch im Entzug und bin dahin und bin da wirklich nur hingefahren weil ich musste, habe auch nicht groß zugehört und da war ein Mädchen, die hat diese Gruppe vorgestellt, die hat sagt, da gibt's keine hoffnungslosen Fälle bei Narcotics Anonymous und das ist in mir hängen geblieben.

Irena Težak: Okay, Sie haben gerade gesagt, ich bin verurteilt worden, dahinzugehen.

Walter: Damals war es für mich eine Verurteilung oder ein Muss.

Irena Težak: Wer Ihnen denn gesagt: Sie müssen dahin?

Walter: Das war der Chefarzt, und der wusste halt auch nicht mehr, was er mit mir machen sollte und hat mich da eben hingeschickt.

Irena Težak: Und was hat Sie erreicht? Dass Sie gehört haben, ja, wir nehmen sozusagen alle Fälle, für uns gibt es keine hoffnungslosen Fälle?

Walter: Ja, ich habe wirklich damals geglaubt, ich schaff's halt nicht, weil ich habe ja auch mitgekriegt, dass viele Leute sterben an der Krankheit. Irgendwie, der Satz, der hat sich in mir irgendwie ein bisschen festgesetzt im Kopf, ich bin da wieder rausgekommen und hab dann hier, wie ich dann gemerkt habe: oh, es wird wieder eng, habe immer geguckt, wo ist das nächste Meeting von den Narcotics Anonymous? Und da bin ich dann hin.

Irena Težak: Wie lange ist das denn jetzt her?

Walter: Oh Gott, das sind jetzt 15, 16 Jahre! Ich weiß schon gar nicht mehr so genau.

Irena Težak: Okay, und seitdem nehmen sie regelmäßig an Meetings teil. Würden sie dazu noch etwas sagen, auch zu dem Prinzip, nachdem gearbeitet wird, in A-Gruppen, in Anonymous Gruppen?

Walter: Ja, in den Narcotics Anonymous oder anonyme Alkoholiker, da gibt es eben das, das Wesentliche, überhaupt alle A-Gruppen, das ist dieses zwölf Schritte Programm. Das zwölf Schritte Programm ist ein spirituelles Programm. Des eben, in zwölf Schritten besteht, die man geht, die man auch erarbeiten kann zusammen mit einem Sponsor, der schon erfahren ist in der Auseinandersetzung mit diesen zwölf Schritten und die sind im Prinzip ein spirituelles Wachstumsprogramm. Wir haben im Laufe unserer Drogensucht fast alle Werte über'n Haufen geworfen, die wir jemals hatten und für uns wurde die Droge zum absoluten, zur absoluten Übermacht und um wieder in ein normales Leben zurückzukommen. Da hilft eben dieses zwölf Schritte Programm. Wir haben, wenn ich bloß den ersten Schritt mal kurz sagen darf, weil der halt sehr wichtig ist, dass wir unsere Sucht gegenüber machtlos waren und unser Leben nicht mehr meistern konnten und das traf voll auf mich zu.

Irena Težak: Also, das habe ich schon öfter gehört. Das ist wie ein Eingestehen, dass dieses Problem für einen selbst existiert und Sie haben ja gerade gesagt: Spiritualität, spirituell. Ich weiß aus meiner langjährigen Erfahrung in der Beratung, auch von Menschen, die sich für Selbsthilfe interessieren, dass gerade das für viele ein bisschen schwierig ist, weil sie sagen, spirituell? Geht das in Richtung Esoterik? Geht das in Richtung Glauben? Was heißt denn Spiritualität? Können Sie dazu etwas sagen?

Walter: Also für mich, jeder definiert das sicher nach seinem Ermessen und das war eigentlich auch das Wichtige für mich. Also, ich war so viele ... man kann sagen, Jahrzehnte war ich suchtkrank... und ich wollte ein Programm der Freiheit finden. Ich war frei von den Drogen und ich wollte mich nicht... meine Freiheit jetzt nicht in irgendeiner Gruppe opfern, die mir Freiheit nimmt. Das war ganz wichtig für mich. Das ist ein freies Programm. Und die Spiritualität... wir haben, wie gesagt, unsere Werte stark vernachlässigt, weggeworfen und es ist einfach so, dass man durch diese zwölf Schritte wieder eine moralische Kompetenz gewinnt. Es ist einfach wichtig, Werte zu haben, für die sich lohnt, die Drogen eben nicht zu nehmen und diese Werte zu finden. Da hilft einem diese Arbeit mit diesem zwölf Schritte Programm

Irena Težak: Ich weiß von den Anonymous-Gruppen, die ich so im Laufe der Jahre kennengelernt habe, dass es ja auch da um das Gegenwärtige geht. Es geht darum, heute die Droge nicht zu nehmen oder den Alkohol nicht zu trinken und nicht zu sagen: ich mach das von jetzt ab bis zum Ende meines Lebens so, sondern es geht um heute, und wenn ich merke, es wird schwierig, dann kann ich versuchen, jemanden aus der Gruppe zu erreichen. Ist das bei NA (Anm. d. Red.: Narcotics Anonymous) auch so?

Walter: Das ist bei NA auch so genau. Wir befassen uns nicht mit der Vergangenheit, beziehungsweise höchstens insofern, dass wir versuchen, Wiedergutmachung zu leisten. Das, was wir an Schaden angerichtet haben, in irgendeiner Form wieder gutzumachen und wir befassen uns nicht mit der Zukunft. Wir haben hier jetzt bei uns in unserer Gruppe einen Chat, da könnte man um Hilfe rufen. Wir haben Telefonnummern, die wir austauschen. Wir haben zweimal in der Woche Meeting. Es gibt eine Notfalltelefonnummer von NA. Also, es gibt schon ein Netzwerk, wo man immer wieder Hilfe findet.

Irena Težak: Und es ist ja auch das Ziel, von den A-Gruppen möglichst häufig Meetings anzubieten, sodass eine Person eine Möglichkeit hat, auf jeden Fall ein Meeting zu besuchen und es kann dann auch jedes Meeting sein. Also, Sie könnten jetzt als NA´ler auch in ein Meeting der Anonymen Alkoholiker*innen gehen?

Walter: Genau das habe ich auch getan. Es gibt bei NA so einen Spruch, der heißt für die erste Zeit des Clean-Werdens: 90 Tage, 90 Meetings. Also so viele Meetings wie möglich besuchen, viel hilft viel und ich bin damals noch in Meetings von anonymer Alkoholiker, vom Freundeskreis. Sogar in der Motivationsgruppe der Drogenberatung bin ich auch rein. Und ich hatte damals fünf Meetings jede Woche und das war für mich sehr, sehr wichtig. Ich glaube, sonst hätte ich es damals nicht geschafft.

Irena Težak: Gibt's bei den NA's auch Angehörigen-Meetings oder kommen die Angehörigen mit oder sind sie getrennt?

Walter: Es gibt auch Angehörigen-Meetings bei NA, aber jetzt hier in Deutschland ist mir keines bekannt. Wir haben jetzt speziell hier bei uns in unserer Region, haben wir Angehörigen-Treffen, weil die die Drogenberatung anbietet und es gibt von den Anonymen Alkoholikern mit dem AI-Anon und dem Alateen, hier ganz in der Nähe, auch zwei Möglichkeiten Meetings zu besuchen.

Irena Težak: Okay Alateen ist für Kinder. Und die AI-Anon sind die Angehörigen-Gruppen. Mit welcher Problematik, mit welchen Süchten können den Menschen zu Ihnen in die Selbsthilfegruppe kommen?

Walter: Also, zu uns kann jeder kommen, der mit irgendeiner Droge, also mit irgendeinem Stoff, Probleme hat. Zu uns könnten auch Leute kommen, die mit dem Rauchen aufhören wollen. Also unser Programm ist universell. Es gilt für alle Drogen, für alle Stoffe, auch legale: Alkohol, Medikamente. Für jede Religion, sexuelle Ausrichtungen. Das spielt alles keine Rolle. Zu uns kann wirklich jeder kommen, der ein Problem hat und der das zugibt und er damit aufhören will.

Irena Težak: Bedeutet das, dass jemand, der noch nicht aufgehört hat, also der noch unmittelbar betroffen ist, zum Beispiel täglich ziemlich viel trinkt, könnte die Person auch zu Ihnen in die Gruppe kommen?

Walter: Also, man muss am Anfang nicht clean sein. Wir schlagen vor, nach dem ersten Meeting zu versuchen clean zu kommen. Wir empfehlen, wenn jemand was genommen hat, erst mal zuzuhören und nach dem Meeting mit jemanden zu sprechen, weil erfahrungsgemäß die Beiträge von jemanden, der... ich will jetzt mal so sagen intoxikiert ist, nicht so sinnvoll sind. Und wir haben... wir haben aus Erfahrung halt festgestellt, dass manche Leute wirklich so dicht sind, dass sie dem Meeting in keiner Weise folgen können und das Meeting stören, beziehungsweise in den Leuten irgendwie Suchtdruck erzeugen und das wollen wir natürlich nicht. Wir versuchen dann, mit dem separat in einem Nebenzimmer unter vier oder unter sechs Augen zu sprechen, ihn auf die Situation hinzuweisen und ihn zu bitten, eben in dem Zustand wiederzukommen, das nächste Mal, dass er dem Meeting folgen kann.

Irena Težak: Sie sind jetzt seit 15 Jahren in der Selbsthilfe engagiert und machen das ja inzwischen auch über die Gruppentreffen, die Sie für sich nutzen, hinaus, dass Sie sich auch in der Prävention engagieren. Wie kam es denn dazu?

Walter: Ja, also, als ich clean wurde, sind wahnsinnig viele Wunder passiert. Und es war halt irgendwann mal so, dass ich mich gefragt habe: ja, warum musste mir das passieren, wieso bin ich so tief gesunken, wieso kam das alles? Hab halt überlegt: Ja, wenn mir das vielleicht jemand früh genug ehrlich erzählt hätte, was er Schlimmes erlebt hat in seiner Sucht, dann hätte ich vielleicht also dem eher geglaubt als jetzt dem Chemielehrer, von dem ich Drogenprävention damals gehört habe. Und ich kam auf die Idee, eben Schulen zu kontaktieren und mit dem Vorschlag, ich erzähle meine Geschichte da. Meine Frau hat immer gesagt, ja die ist halt sehr gläubig, die hat gesagt: Gott hat Dir diese Krankheit gegeben, damit du anderen hilfst und ich habe halt mal die Schulen angeschrieben, aber keine Antwort gekriegt. Und zufällig bei einem Kongress, auf dem ich einen Workshop geleitet habe, habe ich die Polizei kennengelernt, die Drogen-Prävention macht. Wir haben Adressen ausgetauscht und irgendwann hat mich damals der Polizist in Bayreuth angerufen und hat gesagt,

willst mal vor einer Klasse die Geschichte erzählen, und ich habe das erzählt und es ist unheimlich gut angekommen und dann hat er ein anderer Polizist aus Hof das gehört und dann bin ich nach Hof und so wurde das immer mehr. Dann kamen Betriebe, die gesagt haben: wollen sie nicht mal in unseren Lehrlingen das erzählen. Dann kam ich auf die Schiene noch... Eltern rufen mich an. Das war irgendwie ein Wunder. Ich weiß nicht, wo die zum Teil meine Nummer herhatten, aber es wurde immer mehr, wurde immer mehr und inzwischen ist es so, dass ich halt auch alleine in Schulen gehe.

Irena Težak: Dann würde mich mal interessieren, was brauchen denn Jugendliche ihrer Einschätzung nach? Was braucht ein Mensch, der Drogen widerstehen möchte? Was hilft?

Walter: Er braucht Glück. Das heißt, er braucht erst mal ein Elternhaus... muss zu Hause losgehen. Es ist auch sicherlich wichtig, wie die Eltern sich Drogen gegenüber selber verhalten. Wenn der Vater jeden Abend sich einen Joint reinzieht, dann wird der Sprössling wahrscheinlich keine großen Hemmungen haben, das auch zu tun. Er braucht die richtige Freundesgruppe, den richtigen Umgang. Ja, er braucht Alternativen, nicht in der Disko am Wochenende ständig abzuhängen, sondern irgendeinen Sport betreiben, Musik zu machen. Also, da gibt's so viele Sachen, die die, die man stattdessen machen kann. Ich bin halt früher mit meinen Kumpels losgezogen, wir sind in die Kneipen haben Schach gespielt, gewürfelt oder Schafkopf gespielt und haben halt getrunken und später dann gekiff't. Das ist ganz wichtig, dass die halt ne Perspektive haben. Natürlich dürfen die in der Schule auch nicht überfordert werden. Sie brauchen Ansprechpartner, mit denen sie wirklich ihre Probleme teilen können. Aber wenn jemand in der falschen Freundesgruppe ist, dann sind die Chancen wirklich sehr, sehr hoch, dass er da auch zum User wird.

Irena Težak: Was mich noch interessieren würde, die Zusammensetzung Ihrer Selbsthilfegruppe. Sind es jetzt mehr Männer oder ist es gemischt?

Walter: Bei uns in der Gruppe sind ungefähr $\frac{1}{4}$ Frauen und $\frac{3}{4}$ Männer. Die Frauen bei uns, die haben eigentlich die gleiche Problematik jetzt bei NA. Das sind doch überwiegend User von illegalen Drogen, wir haben bei uns wenig Alkoholranke.

Irena Težak: Was gibt Ihnen denn ihre Gruppe heute noch? Wie oft gehen Sie denn heute noch in ihrer Gruppe?

Walter: Also, ich gehe einmal in der Woche im Moment nach Bayreuth und ich gehe einmal in der Woche nach Hof. Hof ist ein Meeting, das ich neu ins Leben gerufen hab wieder. Wir haben das schon mal gehabt. Vor der Pandemiezeit und nach der Corona-Pandemie hat mich eine Frau angerufen, die grad in der Klinik war und die war aus Hof. Und die hat gesagt: sie will das unbedingt wieder ins Leben rufen, ob ich ihn nicht dabei helfe. Und ich hab gesagt: das machen wir zusammen. Und jetzt haben wir das etwa ein Jahr am Laufen und so langsam werden wir mehr.

Irena Težak: Können Sie sagen, dass Ihre Lebensqualität ja zugenommen hat mit der Abstinenz? Und was ist der Unterschied jetzt? Wo kriegen Sie jetzt ohne Drogen Ihre Kicks her oder Ihr Glücksempfinden?

Walter: Ja, meine Kicks habe ich immer noch durch Sport, Motorrad fahren, Musik machen, durch die sozialen Kontakte. Dann zusätzlich die vielen kleinen Wunder, von denen ich schon erzählt habe, so mit Prävention, mit den Kontakten zur Polizei, in den Meetings. Das ist natürlich auch ein tolles Gefühl, wenn man dann nichts mehr fürchten muss auch vom Gesetzgeber. Und was halt ganz wichtig ist für mich, das ist... das ist das Gefühl, dass ich eine riesengroße Portion Freiheit gekriegt hab und ich hab... diese Freiheit habe ich eigentlich in den Drogen immer gesucht... Freiheit, buntes Leben, Bewusstseinsweiterung, habe ich in den Drogen gesucht und ich hab sie nicht bekommen. Also was ich in den Drogen gefunden hat, war wirklich die absolute Sklaverei, was ganz, ganz, ganz schlimm ist, und jetzt, wo ich die Drogen nimmer nehme, jetzt habe ich das, was ich in den Drogen gesucht habe. Ein freies, selbstbestimmtes, interessantes buntes Leben und das ist was, dafür muss ich was tun, aber dafür tue ich das gern!

Irena Težak: Okay und ich denke gerade noch an Ihre Frau, die da auch eine ganz schön harte Zeit mitgemacht hat und trotzdem dabeigeblichen ist, oder?

Walter: Ja, meine Frau ist bei mir geblieben, zugegebenermaßen damals nur wegen der Kinder, weil sie eben gesagt hat, die Kinder, die brauchen ihren Vater und das bist nun mal Du. Unsere Ehe war aber ein Scherbenhaufen. Meine Frau war fast genauso krank wie ich, die hat auch einen Arzt gebraucht, die hat gezittert, die konnten nicht mehr schlafen, die sah eingefallen aus. Es war ganz schlimm. Es hat auch lange gedauert, bis diese Wunden alle verheilt waren und ein paar Narben sind immer noch da.

Irena Težak: Na klar, so, was bleibt, aber gehört ja auch zum Leben dazu.

Ja, Walter, ich würde Ihnen jetzt gerne noch ein paar Begriffe nennen und Sie bitten, spontan, möglichst in einem Satz etwas dazu zu sagen, was Ihnen gerade einfällt. Ich fange mal an mit: Hoffnung.

Walter: Ist das Gefühl, dass ich für die Zukunft habe, dass mir das clean bleiben die Kraft gibt, diesen eingeschlagenen Weg, den ich jetzt gegangen bin, weiterzugehen. Und ich hoffe, dass ich das wirklich noch recht lange machen kann.

Irena Težak: Was sagen Sie bei Verzicht?

Walter: Ist nötig in manchen Fällen, bei Dingen, die negativ sind, die mir schaden und es ist wichtig, die Einsicht eben zu bekommen, dass Verzicht nicht ausschließlich etwas Negatives ist.

Irena Težak: Okay also, ist Verzicht doch auch etwas Positives.

Walter: Ja kann durchaus sein. Oder sollte sein, ja.

Irena Težak: Ich sag mal Polizei.

Walter: Ja, Polizei ist eine Institution, die ist wichtig für Sicherheit, für Ordnung, für unser gemeinsames soziales Leben und hat sich für mich eben sehr geändert. Die Betrachtungsweise der Polizei. Früher waren das meine absoluten Gegner, die mich jederzeit, ja, ich will sagen, ins Gefängnis bringen konnten und inzwischen sind es wirklich Leute, mit denen ich gut zusammenarbeite in Drogen- Prävention und die für mich positive Menschen sind, die ich da kennengelernt hab.

Irena Težak: Ähm, letzten Begriff würde ich gerne noch einen Satz hören zum Thema Liebe.

Walter: ja Liebe ist sehr, sehr wichtig um in dieser schweren, zum Teil aggressiven Zeit einen Halt zu haben. Die Liebe der NA-Gemeinschaft untereinander und die Liebe meiner Frau und meine Kinder sind also ganz, ganz wichtige Stützpfeiler, die mir Halt und Sinn geben, auf die nicht verzichten möchte und nicht verzichten kann.

Irena Težak: Ganz herzlichen Dank für Ihre Offenheit und für dieses Gespräch. Ja, ich hoffe, dass es viele Menschen motiviert, sich Hilfe zu suchen, wenn sie merken, dass sie diese brauchen.

Walter: Vielen Dank.

Outro: Bis zum nächsten Mal bei „seko on air“, dem Podcast zur Selbsthilfe in Bayern.

on air