

Dieser Artikel wurde entnommen aus der Online-Ausgabe von VICE vom 6. Juni 2015:

<http://www.vice.com/alps/read/wir-sind-anonyme-alkoholiker-281>



Ein Besuch bei den Anonymen Alkoholikern

Juni 6, 2015



Von [Hanna Herbst](#)

Editor, Alle Fotos von Hanna Herbst

Als ich mir einen Termin mit den beiden Anonymen Alkoholikern Maria und Tobias ausmachen möchte, bittet mich Maria, unser Gespräch nicht an einem Mittwoch stattfinden zu lassen—da passe sie auf ihre Enkel auf. Ich muss mich über mich selbst ärgern, weil eine (Anonyme) Alkoholikerin in meinem Kopf keine Großmutter ist, die mittwochs mit ihren Enkeln spielt.

Mit einem Alkoholiker verbinde ich jemanden, der sein Leben nicht auf die Reihe bekommt, jemanden, der es nicht geschafft hat. Und dann blicke ich mich in meinem Umfeld um und denke: Sind das nicht irgendwie allesamt Alkoholiker? Also machen wir vor meinem Treffen mit Maria und Tobias in der Redaktion den [Test](#), der auf der Seite der Anonymen Alkoholiker zu finden ist.

Wenn man mehr als fünf Fragen mit „ja“ beantwortet, besteht die Wahrscheinlichkeit, dass man Alkoholiker ist. Die Ergebnisse in der Redaktion liegen zwischen 4 und 7 und einem Ausreißer mit 10 „Ja“s. Der Großteil von uns geht einmal in der Woche aus und ist dabei auch mehr oder weniger betrunken. In unseren Breiten ist das völlig akzeptiert. Rausch gehört manchmal zur Freizeit einfach dazu. [Keinen Alkohol zu trinken](#) ist bei uns viel weniger akzeptiert, als einmal in der Woche völlig betrunken zu sein.

Der Test ist in drei Teile aufgeteilt. Im „Vorstadium“ muss man schnell mal ein paar Fragen mit „ja“ beantworten, aber sowohl in der „kritischen Phase“, als auch in der „chronischen Phase“ sammeln alle in der Redaktion weitere Punkte.

Sind Sie Alkoholiker?

Die Stadien des Alkoholismus.

Nach einem Bericht der Weltgesundheitsorganisation (WHO) von Prof. E. M. Jellinek.

Ja Nein

Vorstadium

- 1. Leiden Sie an Gedächtnislücken nach starkem Trinken?
- 2. Trinken Sie heimlich?
- 3. Denken Sie häufig an Alkohol?
- 4. Trinken Sie die ersten Gläser hastig?
- 5. Haben Sie wegen Ihres Trinkens Schuldgefühle?
- 6. Vermeiden Sie in Gesprächen Anspielungen auf Alkohol?

Ja Nein

Kritische Phase

Mist.

Aber nein, wir sind keine Alkoholiker. Das wird mir spätestens nach dem Treffen mit Maria und Tobias bewusst. „Alkoholiker ist man spätestens dann, wenn man vor dem Alkohol kapituliert hat. Wenn der Alkohol das Leben bestimmt“, sagt Maria. Die Anonymen Alkoholiker feiern dieses Jahr weltweit ihr 80-jähriges Bestehen—schon im Mai trafen sich in Salzburg beim deutschsprachigen Ländertreffen mehr als 3.000 Alkoholkranke und sprachen in Meetings wie „Lebensfreude durch AA“, „Lieben und vergeben“, „Brüche des Lebens (Suizid, Versagen, Scheidung, Tod)“, „Wie ist das mit dem Rückfall?“, „Trockene homosexuelle Beziehungen“ und geschätzten 1.000 weiteren Meetings über alles, was auch nur annähernd mit übermäßigem Alkoholkonsum, den Konsequenzen und dem Umgang damit zu tun hat. Während des Kongresses gab es im selben Gebäude Kinderbetreuung, einen Raum der Stille und eine Ökumenische Morgenandacht.

AA selbst bezeichnet sich als überkonfessionell, auch wenn einige Traditionen im christlichen Protestantismus zu finden sind. Auf der [Seite der deutschen AA](#) kann man nachlesen, welche Menschen sich bei den Anonymen Alkoholikern begegnen:

Bei den Anonymen Alkoholikern werden Sie Leute jeden Standes, jeder Religion und Geisteshaltung, jeder Herkunft und Nationalität, alte und junge Männer und Frauen antreffen.

Was alle vereint, ist ihr Alkoholismus und die Tatsache, dass sie in der Gemeinschaft daran arbeiten möchten. Menschen hier zu bewerten—egal, weswegen—, verhindert nur, dass sie sich selbst helfen können.

Jeder, der hier sitzt, kann etwas beisteuern, das einen anderen vom Alkohol wegbringt—egal, was seine Hintergründe, sein Glaube, Alter, Geschlecht oder seine Geschichte ist. Hier wird nicht geurteilt. Dass sich hier sehr verschiedene Menschen finden, wird mir auch während des Interviews klar. Als ich die Zentrale der Anonymen Alkoholiker betrete, erwarten mich Maria und Tobias bereits mit Kaffee und Mehlspeisen. Das Büro ist spärlich eingerichtet.

Die Anonymen Alkoholiker finanzieren sich durch Spenden—für mehr als das Notwendige reicht es da nicht. Mit Kaffee und Kuchen bin ich trotzdem noch nie zum Interview begrüßt worden. Maria und Tobias könnten kaum unterschiedlicher sein. Maria hat eine Familie, Kinder, Enkelkinder und hochgesteckte, graue Haare. Tobias ist 27, braun gebrannt und sportlich. Beide scheinen sehr starke Menschen zu sein, die so leicht nichts umwirft und beide lachen extrem viel, während sie Geschichten erzählen, die teilweise nicht leicht zu verkraften sind.

„Und dann saßen da Leute, fesch, attraktiv, keiner hat so geschwitzt wie ich, keiner hat so gestunken wie ich. Und ich dachte mir: *Das sind die Alkoholiker? Ich war fix und fertig.*“

Maria trank lange Jahre gar nichts, weil ihr Vater Alkoholiker war. „Aber irgendwann sind mir die Träume im Leben ausgegangen und dann hab ich manchmal abends ein bisschen getrunken, damit ich besser einschlafe.“ Da war Maria schon über 30, hatte Mann und Kinder. In den folgenden Jahren wurden die Schlucke immer größer und passierten immer früher.

Irgendwann hat sie rund um die Uhr getrunken—immer bis zum Umfallen. Im Supermarkt erklärte sie den Verkäuferinnen, weshalb sie Alkohol einkauft. „Das hat natürlich keinen interessiert, aber ich wollte es rechtfertigen.“ „Auch vor dir selbst?“ „Nein, ich hab ja ganz genau gewusst, was los ist.“ Nur das Wort „Alkoholikerin“ wäre ihr damals nicht über die Lippen gekommen: „Eine Frau, die trinkt, das ist ja ekelhaft—das gibt keine gerne zu.“

Und obwohl sie selbst wusste, dass sie ein Problem hat, hat Maria lange nicht nach Hilfe gesucht, weil sie sich geschämt hat, dieses Problem vor anderen zuzugeben. „Irgendwann hat es meinem damals Noch-Ehemann gereicht—was ich verstehen kann. Mit so einer Rumkugel kann ja keiner leben.“ Er ließ sich scheiden, die Kinder blieben beim Vater. „Aber man redet sich die Dinge schön: Alkoholismus ist die Krankheit des Vergessens.“ Ihr Adoptivsohn gab ihr damals die Adresse von einem AA-Meeting, ihr Vater, der zu diesem Zeitpunkt seit zehn Jahren trocken war, fuhr sie hin. Hingegangen ist Maria nur, damit sie sie in Ruhe lassen.



„Und dann saßen da Leute, fesch, attraktiv, keiner hat so geschwitzt wie ich, keiner hat so gestunken wie ich. Und ich dachte mir: *Das* sind die Alkoholiker? Ich war fix und fertig. Und gelacht haben die. Über Sachen, die ich mich nie zu erzählen getraut hätte. Und das wollte ich auch. So lange hatte ich schon keinen Grund mehr zu lachen gehabt ...“ Seit ihrem ersten AA-Meeting hat Maria keinen Alkohol mehr angerührt.

Damals hat man ihr gesagt, sie solle einfach das erste Glas stehen lassen und müsse es nur 24 Stunden schaffen, nicht zu trinken. Sie habe die Stunden gezählt, sagt sie, habe ihre Mutter mit schlechten Ausreden darum gebeten, für sie einkaufen zu gehen, damit sie nicht in Versuchung kommt. Am nächsten Tag gab es wieder ein Meeting—und wieder den Plan, nur für 24 Stunden nichts trinken. „Die ersten Wochen habe ich damit verbracht, immer *heute* nichts zu trinken.“ Jetzt sind es knapp 25 Jahre. „Seit 28. August 1991“, sagt Maria, ohne eine Sekunde zu überlegen und lacht laut, als sie sieht, wie überrascht ich bin, dass sie das Datum noch so genau weiß.

Wenn Menschen heute um sie herum trinken, stört sie das nicht. Da könne man ja zusehen, wie die durch den Alkohol plötzlich peinlich werden, meint sie. Sowohl Tobias als auch Maria bezeichnen sich auch heute noch als Alkoholiker, obwohl sie seit vielen Jahren nichts mehr trinken.

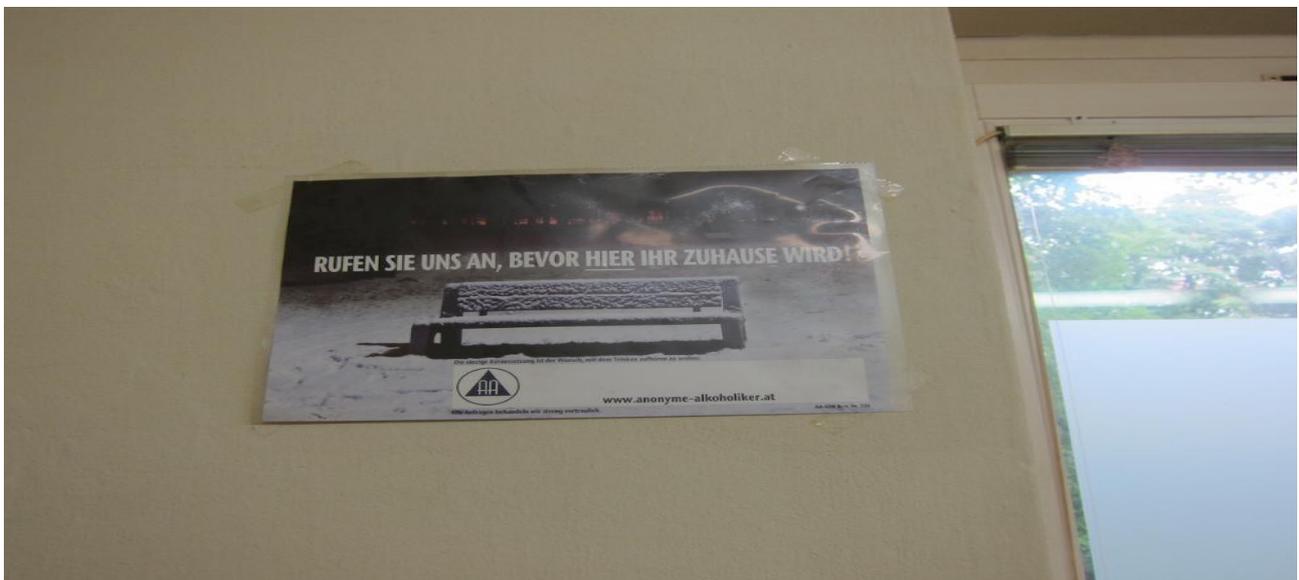
„Alkoholiker ist man ein Leben lang. Die Sucht ist unheilbar“, erklärt Tobias. Das heiße aber nicht, dass andere, die den Konsum besser unter Kontrolle haben, nicht trinken dürften. Diese Kontrolle fehlt aber vielen. „Ich rieche vorher an Mehlspeisen und allem, da darf nirgends Alkohol drin sein“, sagt Maria. „Ich bekomme beim Chinesen statt Reiswein zwei Lychee-Kompott. Das ist eh besser“, ergänzt Tobias und wieder lachen beide laut.



„Natürlich kennen uns sehr viele Leute. Aber es ist unglaublich schwer, zu kapitulieren und zu sagen: Ich kann das nicht alleine, ich brauche Hilfe.“ Seit vielen Jahren ist Maria auch Sponsor, übernimmt Telefondienste und leitet Meetings. Denn bei den Anonymen Alkoholikern gibt es keine Ärzte, keine Therapeuten oder Pfarrer.

Jeder muss sich selbst helfen und die anderen unterstützen einen dabei. In den Meetings erzählt jeder von sich selbst, belehrt nicht, sondern teilt nur eigene Erfahrungen, was den Vorteil hat, dass jeder das herausziehen kann, was ihm selbst hilft. „Hätte mich damals jemand belehrt, hätte es nicht funktioniert,“ sagt Tobias.

Tobias hat immer schon viel getrunken. Auch sein Vater war Alkoholiker—er ist vor Kurzem an den Folgen gestorben, erzählt er. Sein Vater wollte selbst nie aufhören zu trinken, sei aber stolz auf ihn gewesen. Tobias' Problem sei, dass er alles immer exzessiv konsumiert und betreibt, bei allem immer mehr will und in jedem Lebensbereich das Optimum erreichen möchte. „Das zieht sich wie ein roter Faden durch mein Leben.“ Zu viel Alkohol, zu viele Drogen, zu viel Sex und zu viel Sport. Dieser Sport hat ihn immer auch ein bisschen am Leben gehalten—und den nötigen Ausgleich zu Alkohol und Drogen geboten.



„Aufgehört zu trinken habe ich am Abend nur, wenn ich irgendwo zusammengebrochen bin. Aber ich war der Held. Wenn ich vom Ausgehen zur Afterhour gefahren bin und Menschen gesehen habe, die in die Arbeit gefahren sind, habe ich mir gedacht: ‚Was sind das für Trottel?‘“

Damals hatte Tobias schon viel verloren. Er hatte sehr hohe Schulden—das ging bei ihm mit der Sucht einher. Die Miete war nicht so wichtig wie der Konsum. Er hatte Autounfälle, verlor den Führerschein und seine Wohnung. Aber nach außen trug er einen Anzug. Er wollte schließlich Superstar werden, kein Alkoholiker.

Sein damaliger Trainer hat hinter seinem Rücken einen ehemaligen Alkoholiker gebeten, Tobias zu helfen. Sie freundeten sich an, ohne dass Tobias von der Abmachung wusste. Irgendwann kamen sie auf das Thema zu sprechen, Tobias ging aus freien Stücken zum Arzt, der überwies ihn in die [Entzugsklinik nach Kalksburg](#). Sechs Wochen war er dort in Therapie.

„Die Therapie war wirklich sehr gut, aber das Problem ist, wenn du entlassen wirst, stehst du plötzlich nüchtern vor allen Problemen, wegen denen du eigentlich zu trinken begonnen hast. Und denen, die du dadurch erst bekommen hast.“ Tobias hatte Schulden, keine Geburtsurkunde, keine Kinderfotos, keinen Ausweis, keinen Führerschein, kein Zuhause. Ein Bekannter des Freundes, der ihn zum Arzt geschickt hatte, begleitete ihn zu den Anonymen Alkoholikern.

„Die Eigentumswohnung ist in der Nase, das Auto in der Leber. Alles ist weg. Und diese Gedanken hätten mich fast aufgefressen.“

Oft, wenn er sich Menschen in seinem Alter ansieht, ärgert er sich über die Jahre, die er verschwendet hat. „Die haben alle ihr Studium schon fertig, haben Familie. Das hätte ich auch schon früher haben können. Aber die Eigentumswohnung ist in der Nase, das Auto in der Leber. Alles ist weg. Und diese Gedanken hätten mich fast aufgefressen. Mit diesen Gedanken darf man nicht anfangen. Ich kann es nicht zurückdrehen, nur jetzt besser machen.“ Tobias war auf der Uni und ist nun Geschäftsführer einer Firma. Bald zieht er mit seiner Freundin zusammen.

Noch nie habe ich bei einem Interview so viel gelacht. Trotz der Schwere des Themas, oder gerade deswegen, lachen die beiden über die Geschichten, die sie erzählen. Es scheint ihnen auch nicht schwer zu fallen, darüber zu sprechen. „Ich bin nicht froh, dass es passiert ist, aber so einen Spaß am Leben hatte ich davor nicht. Vielleicht musste ich durch den Alkohol gehen, um hier anzukommen“, sagt Maria.

Als ich gehe, klingelt das Telefon. Eine Frau möchte wissen, ob sie für die Meetings zahlen muss, wann sie kommen kann. Tobias erklärt ihr, dass die Treffen gratis sind und sie jederzeit vorbeischaun kann. „Jeder soll trinken und rauchen dürfen, wenn er es möchte. Dasselbe gilt für Drogen. Jeder soll machen, was er möchte. Wir sind für die da, die es nicht mehr kontrollieren können. Wenn jemand aufhören möchte, dann soll er einfach die Information haben, dass es auch einen Weg hinaus gibt.“

Wenn ihr Hilfe braucht, oder einfach mal bei AA vorbeischaun wollt, tut das. [Gute 24 Stunden.](#)