



Anonyme Sucht-Selbsthilfe

Ein Leben ohne Illusionen

Jahresbrief 2013



Perlenschnur

Fährhaus geht nun in sein 30. Jahr. Im nächsten Jahr zum Buß- und Bettag am 19. November können wir dann unseren 30. Geburtstag feiern. Doch bis dahin bleiben wir einfach nur für heute sauber.

Im letzten Jahr zog die Mittwochsgruppe im SHZ vom ersten Stock in den Keller; hier unten haben wir nun genügend Raum, um allen Freunden hinlänglich Platz zu gewähren.

Spezielle Aktivitäten im 12. Schritt gab es im letzten Jahr von Fährhaus keine. Wir tragen unsere Programme zu verschiedenen Einrichtungen und werden meistens angerufen, wenn das Material wieder ausgeht. Es wäre schön, wenn es ein paar mehr von uns ebenso halten und aus freien Stücken unser Programm in ihnen bekannten Einrichtungen auslegen würden.

Informationsveranstaltungen in Therapieeinrichtungen machen wir immer noch nicht. Hierzu blieb meine Ansicht seit dem Fall Pogarell unverändert. Fährhaus ist keine nachrangige Veranstaltung institutioneller und vor allem wirtschaftlicher Therapiekonzepte. Es ist schlicht eine Unverschämtheit, wenn im Therapiekonzept der Besuch von zwei Selbsthilfegruppen Voraussetzung für eine Wochenendvergünstigung ist. Wer den Besuch von Selbsthilfegruppen in ein Belohnungssystem eingliedert, der hat den Sinn von Selbsthilfe nicht verstanden. Dennoch sollte sich ein jeder von uns Gedanken machen, wie wir Fährhaus etwas bekannter

machen, denn dass es keine Montagsgruppe mehr gibt, empfinde ich als ein Manko. Es wäre runder, wenn wir unser Angebot über die ganze Woche verteilt hätten. Zum 60. Geburtstag der deutschsprachigen AA im Kolpinghaus fanden sich auch einige von uns ein, schließlich sind AA ebenso wie NA eine



wichtige Ergänzung zu unseren Gruppen und etliche von uns sind durch diese Gruppen sauber geworden. Bei diesem Treffen hörte ich auch die AA-Weisheit: „Gott trieb sie aus der Gruppe, der Alkohol trieb sie wieder rein.“ Nun, Fährhaus wäre da eine Alternative. Doch so richtig wahr ist das nicht. Wer nämlich unser Programm aufmerksam liest und die Geschichte von Fährhaus kennt, weiß, dass auch wir ein spirituelles Programm haben. Deshalb ist eine ablehnende Haltung gegen Gruppenmitglieder, die ihren Gott oder ihre Höhere Macht explizit erwähnen, nicht angebracht.

Und da ich an dieser Stelle schon den Nikolaus mache, möchte ich auch an unsere Empfehlungen auf dem gelben Zettel und unsere Grundlagen erinnern. Niemand ist der Kommentator des Redebeitrages eines anderen. Wer zu dem Gesagten nichts aus eigener Erfahrung zu sagen hat, sollte besser schweigen. Und wenn er spricht, möge er mit uns seine Kraft und Erfahrung und nicht seine Meinung zum Gesagten teilen. – Und genau genommen gilt diese Grundlage auch außerhalb der Gruppe; jedenfalls wird es von vielen Freunden als Übergriffigkeit aufgefasst, wenn ihre Beiträge nach der Gruppe auf der Straße oder im Wirtshaus kommentiert werden.

Ebenso sollten wir die Regel beherzigen, dass wir gegenüber Außenstehenden über das Schweigen mögen, was wir in den Gruppen gehört und gesehen haben. Das heißt im Klartext, wenn Du beispielsweise wissen willst, ob XY noch in die Samstagsgruppe kommt, dann gehe so oft in die Samstagsgruppe, bis Du ihn dort triffst, aber bringe niemanden mit Deiner Frage nach XY in Verlegenheit.

Ich wünsche uns allen für das kommende Jahr schön aneinandergereihte 24 Stunden; das soll unser gemeinsamer Rosenkranz sein.

Matthias

Bausparverträge

Viele Jahre hatte ich den Bausparverträgen nachgetrauert, mit denen sich die Normalos ihre Eigentumswohnungen und Einfamilienhäuser finanziert haben. Ich musste mein ganzes Geld für Drogen ausgeben, damit ich es unter diesen Normalos aushalten konnte.



Statt an den Drogen zu verrecken, wurde ich vor einigen Jahren sauber und bin es bis heute geblieben. Einen Bausparvertrag habe ich immer noch nicht. Manchmal gelingt es mir aber, den Normalos ihre Einfamilienhäuser zu gönnen, und ich bemerke dann sogar, dass es auch unter den Normalos solche und solche gibt.

Den Preis für meine Erfahrungen habe ich nicht umsonst entrichtet. Ich wollte immer in einer anderen Liga spielen und spüre immer mehr, dass mir das letztlich sogar gelungen ist, und dass die Welt der Normalos nicht die meine ist, und dass das auch gut so ist.

Bei meinem 25-jährigen Klassentreffen habe ich mit Genugtuung festgestellt, dass bei den meisten meiner ehemaligen Mitschüler die menschliche Entwicklung nach dem 18. Lebensjahr mehr oder weniger beendet war (allerdings waren sie bis dahin weiter gekommen als ich).

Viele stecken noch heute in genau den gleichen Schleifen und Mustern wie vor 25 Jahren. Darauf wollte ich mich damals nicht einlassen, und heute kann ich es allenfalls belächeln, eher aber ist es mir ein Graus. Ich selbst war zwar etwa auf dem Stand eines 12-Jährigen, als ich sauber geworden bin. Während viele Normalos indes schon mit 25 in Rente gehen könnten, hat mein Leben erst mit 34 begonnen.

Wenn ich auf mein sauberes Leben zurückblicke und mich an die anfängliche Verwirrung, Verunsicherung, Aggression und Angst erinnere, hat sich doch viel getan.

Oft glaube ich, ich hätte es irgendwie „geschafft“, und ein halbes Jahr später wird mir bewusst, dass sich zu jener Zeit mein Tunnelblick höchstens um ein paar Zentimeter geweitet hatte.

Das ist zwar dann irgendwie peinlich, zeigt mir aber, dass bei mir die Entwicklung weitergeht und ich nicht als lebende Normalo-Mumie herumlaufe.

Andererseits gehöre ich wie die meisten Gruppenbesucher zu denjenigen Süchtigen, die ihren Wahnsinn nicht ausleben, sondern zum Stillstand bringen wollen, den Wunsch haben, ohne Drogen zu leben.

Unter den Süchtigen macht uns das auch wieder zu Außenseitern, die in einer anderen Liga spielen.

Ich bin oft enttäuscht, wenn mich „aktive“ Süchtige, nicht als „einen von sich“ ansehen, schließlich hatte ich doch meine Eintrittskarte in den Kreis der Süchtigen bezahlt.

Erst in der Gruppe sehe ich dann wieder ein, dass der Preis zwischenzeitlich jedoch so hoch geworden ist, dass ich ihn wohl nur noch mit meinem Leben bezahlen könnte. In der Gruppe bin ich auch kein Außenseiter. Dort sind die Menschen, die in meiner Liga spielen. - Ihr anderen be-

haltet Eure Bausparverträge und Eure Drogen, ich brauche sie nicht mehr. Danke Fährhaus.

Christoph

Führung, innen irgendwo

1. Es gibt keinen Grund, Drogen zu nehmen.
2. Gehe regelmäßig ins Meeting.



Durchs Leben bewegen. Beim Blick nach innen blitzen allerdings nur spontane Eindrücke auf; sie sind abstrakt, nicht greifbar und bleiben unbeschreiblich. Das einzige Gefühl, das bleibt, ist die Leere und der Eindruck, mir wurde etwas genommen, was ich niemals besaß.

Hier habe ich durch Erfahrung in den Gruppen gelernt, auf „Führung“ zu vertrauen. Auch wenn ich immer wieder erkennen muß, daß Führung mich nicht über physikalische und biologische Gegebenheiten erhebt, mir kein immerwährendes Gefühl der Glückseligkeit schenkt und auch keinen unbegrenzten Zugang zu den materiellen Dingen gewährt, so wird mir doch stets Führung zuteil, wenn ich darum bitte. In diesem

Wechselspiel ist so etwas wie Präsenz entstanden; ebensowenig greifbar wie die Momentaufnahmen meines Inneren.

Dankbar, das mit Euch teilen zu können und den „cleanen“ Weg gefunden zu haben, wünsche ich uns allen eine gute Zeit und einen guten Start in ein sauberes 2014.

Euer Franky

Schluss mit dem Himmel- und Höllenspiel

Jedes Jahr das gleiche, sobald Matthias um einen Beitrag für das Jahresheft bittet, ist mein Hirn leer. Mein Beitrag für das schöne Hefterl, das



ja trotz allem entsteht und das uns allen lange Freude bereitet, kostet mich jedesmal Überwindung. Obwohl ich so oft gesagt habe: einfach schreiben!, sitze ich nun da und mühe mich erst einmal damit ab, einfach zu schreiben.

Es geht darum, davon zu berichten, wie es mir dieses Jahr erging. – Also, weil ich grad das Wort Überwindung schrieb, fällt mir auf, dass ich das schnell überwinde: das lähmende Gefühl, etwas nicht zu schaffen, hat keinen Raum mehr in mir. Früher war diese Lähmung, et-

was anzufassen, etwas zu machen, mein Alltag, vor allem als ich noch drauf war. Später, ohne Stoff, hatte ich noch lange solche Gefühle und zwar speziell, dass mich alles überrollen könnte. Niemals jedoch hat mich etwas überrollt, es blieb halt dann einfach liegen, und bot mir dann schon wieder einen Grund, an meinem Unvermögen, zu leiden.

Das war vor allem am Anfang so, als ich noch meine defizitären Gefühle pflegen wollte, um mir zu beweisen, dass Sauberkeit einfach Mist ist. Ja, „Pflegen wollte ...!“, das ist das tödliche an meiner Suchterkrankung: ich bewerfe mich rund um die Uhr mit Dreck, um endlich wieder Stoff nehmen zu können. Was mich aus diesem Paternoster aussteigen ließ, war meine Müdigkeit, zu leiden, ich wollte mir nicht mehr weiter weh tun.

Mit meinem in der Endphase zersprengten Fahrgestell, brauche ich nicht allzuviel, um gänzlich meine Kraft zu verlieren, um nicht mehr zu können. Rechtzeitig aufzuhören und auf mein Befinden zu achten, ist heutzutage das wichtigste für mich. Je schöner ich es mir mache, je mehr ich mich selbst pflege, desto besser kann ich mit meinen Schmerzen in Einklang leben, sie aushalten.

Dank der Gruppen konnte ich allmählich lernen, auf mich zu achten, mich zu mögen und für meine kleinen Belange Verantwortung zu übernehmen; mich auch nicht mehr gegen Gegebenheiten zu wehren, und dazu zählten für mich schon wiederkehrender Staub, sich leerende Kühlschränke und der tägliche Verfall von Verblühtem oder Benütztem. Was habe ich geklagt in den Gruppen, ich wollte lange Zeit clean das Lebensrad mit Gewalt anhalten und andersherum drehen. Auch den Tod meiner Katzen konnte und wollte ich nicht akzeptieren ...

Jetzt ist wieder Herbst, für mich kommt nun die Zeit der Geborgenheit, die "Einmümmelzeit". Die Einmachzeit ist vorbei, jetzt werden Vorhänge gewaschen, Bücher gesaugt, und dann beginnt schon die Weihnachts-

bäckerei. Ich glaube vor 35 Jahren hätte ich wegen dieser letzten beiden Sätze kotzen müssen; doch heute empfinde ich sie als schön. Trotzdem ich bin nicht dieser schreckliche Spießler geworden, wie ich es, noch drauf, befürchtete. Ginge auch gar nicht, als cleaner Suchtl bin ich mehr als lebendig und bleibe ein Querschläger, da ich mich in kein Muster pressen lasse.

Ruth

RÜCKFÄLLIG ... ODER NICHT

Dieses Jahr baute ich zwei Rückfälle, die die Tische und mein Umfeld tragen konnten.

Momentan befinde ich mich in einer psychiatrischen Klinik ohne Schwerpunkt auf Suchtproblematik. An einem Nachmittag, ich hatte mich für einige Stunden abgemeldet, habe ich an der nächsten Tankstelle ein Bier getrunken. Ich musste auf den Alkoholspiegel achten, da er nach meiner Rückkehr getestet wird. Nach zwei Stunden wollte ich mir einen Alkomat kaufen, um ihn selbst zu überprüfen und noch mehr zu trinken.

In der Apotheke habe ich mir dann gedacht, so geht's nicht und ging wieder. Jedenfalls hatte es mir nichts ausgemacht, nicht mehr zu trinken, und ich hatte keine weiteren Probleme.

Meine Schlussfolgerung die nächsten Tage war: Ich konnte nur ein Bier trinken. Jetzt habe ich die Kontrolle, wenn ich will! Also kann ich meine bevorzugten Rauschmittel bestimmt einige Tage nehmen und je nach Belieben pausieren, sobald es die Lebenserhaltung erfordert. – Mehr brauche ich nicht zu sagen: Mein Name ist Sebastian, ich bin Alkoholiker und süchtig, und heute bin ich sauber!

Sebastian

Die Fähre, die mich zu mir bringt

Als ich zu Fährhaus stieß, war mir gar nicht klar, was eine Gruppe bewegen kann. Mir war nur eins bewusst, tue etwas für dich.

Ich befinde mich im Maßregelvollzug nach § 64 StGB und spüre den Gegenwind der Mitpatienten, wenn ich von Selbsthilfegruppen spreche. Ich habe für mich erkannt, dass ich es nicht alleine schaffe, clean zu bleiben. Ich besuche regelmäßig die Meetings von NA. Dort hörte ich das erstmal von Fährhaus.



Nun sind die Wochen und Monate ins Land gegangen, und ich bin regelmäßig bei Fährhaus. So wie die Zeit ins Land gezogen war, so veränderte sich mein Denken und Fühlen. Es ist, als hätte ich diese Fähre bestiegen, so wie viele von meinen Fährhaus-Freunden schon vor mir.

Manchmal glaube ich, nein, ich fühle es, dass mich diese Fähre nach Hause bringt. Vielleicht nicht in diesem Hier und Jetzt, doch weiß ich, ich lebe, und es ist ein schönes Gefühl, zu spüren, diese Fähre hat mich auf meinem Weg nach Hause aufgenommen.

Michael

Rein bleiben

Wir sprechen vom „sauber“ sein, wenn wir unsere Abstinenz benennen. Manchmal auch vom „clean“ sein. Clean aber bedeutet rein und weist damit auf einen Zustand, den man auch spirituell auffassen kann; ähnlich wie bei der AA die Differenzierung zwischen „trocken“ und „nüchtern“. Man mag über diese Unterscheidung kontemplieren, am Ende jedoch bleibt sie Selbstzweck, denn ob sauber oder clean, ob trocken oder nüchtern, wir bleiben allemal nur eine Armlänge von der Droge entfernt.



Freilich bezeichnen clean oder nüchtern auch eine Lebenshaltung, die man nicht unterschlagen sollte, womit die begriffliche Differenzierung letztlich doch noch Sinn macht. Denn führe ich ein reines Leben, bin ich nicht nur sauber geduscht und gekleidet, sondern achte

auch auf meine Seelenhygiene und meine spirituelle Offenheit. Demnach geht es mir nicht nur darum, drogenfrei zu sein, vielmehr möchte ich auch ein meine Seele heilendes und sie nicht belastendes Leben führen. In dieser Absicht unterstützen mich seit jeher das Fährhaus-Programm und die Behandlung der Schritte in der Gruppe.

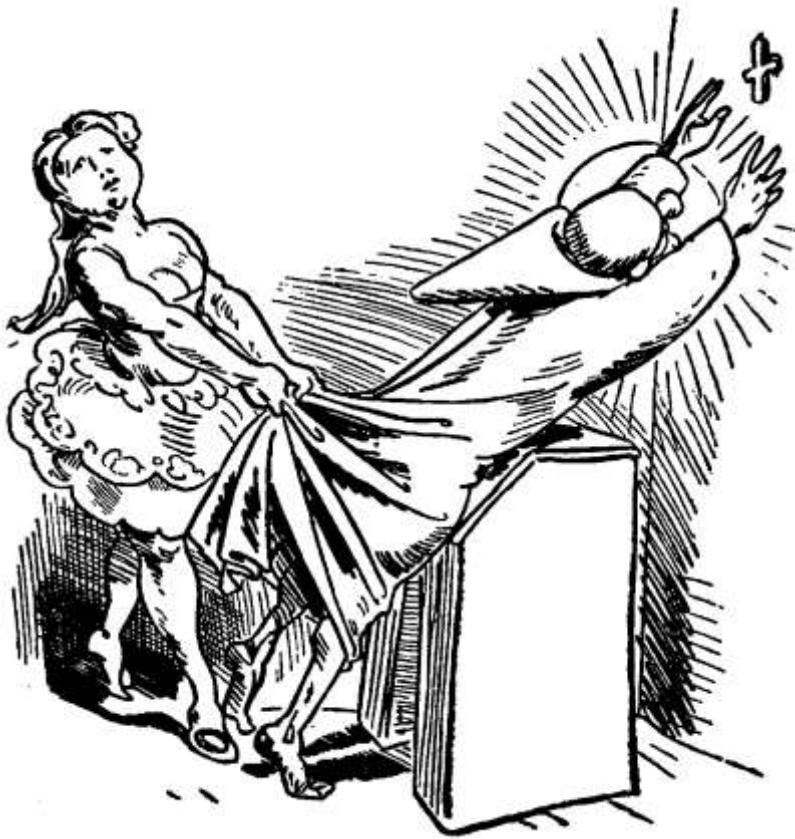
Wie wichtig diese eingeübte Lebenshaltung als stabilisierender Faktor für mich ist, zeigte sich unlängst, als mich der Schrecken meiner Kindheit und Jugend in Gestalt einer posttraumatischen Belastungsstörung ereilte. Der Sadismus des Vaters und der sexuelle Missbrauch durch die Mutter waren mit einem Male derart gegenwärtig, dass ich mich, gemütskrank geworden, in eine Traumatherapie begab. Auch hier unterstützt mich unser Programm in meinem ernsthaften Bemühen, mich erneut zu finden und zu komplettieren. Es gewährt mir gewissermaßen einen zweiten Blick auf mich und die Therapie, der mich fragen lässt, bin ich im Reinen; oder anders gesagt, bin ich aktiv dabei, meine Seelennot anzuschauen und als mein derzeitiges Leiden zu tragen. Denn tragen, sprich annehmen, muss ich meine Gemütskrankheit, um sie überhaupt wandeln zu können. Würde ich sie verneinen, würde ich nur noch weiter zurückfallen, als in den Zustand der Verdrängung, den ich in zwei langen Phasen durchlebte. Es waren 20 Jahre des Drogenkonsums und danach 20 Jahre voller Arbeitswut, wenn nicht gar voll Arbeitssucht.

Und so gehe ich nach wie vor regelmäßig in die Gruppen, ja habe sogar die Häufigkeit meiner Gruppenbesuche erhöht, um meine Reinheit – meine Läuterung - zu erhalten und zu verfeinern. Ob es ein vollkommenes „Cleansein“ überhaupt gibt, oder ob es ein ewiges Ideal gleich einem fernen Stern am Horizont bleibt, darüber muss ich nicht nachdenken; das überlasse ich den Exegeten der 12 Schritte. Mir ist wichtig, dass ich mich um diese Reinheit bemühe, weil ich um meine Unvollkommenheit weiß. In diesem dunklen Grund meiner Seele liegt ebenso die Möglichkeit zum Rückfall, wie in meinem hellsten Seelenlicht, das meist nur eitle Selbstüberhöhung ist.

Meide ich also die extremen Stimmungen und suche das Gleichmaß in mir, finde ich zur Banalität meines süchtigen Seins und vermag mich

nach den kleinen Weisheiten des Alltages zu richten, die in der Gruppe, in den Beiträgen der Fährhaus-Freunde vielfach aufscheinen. Nur für heute! Ein Leben ohne Illusionen! Dinge hinzunehmen, die ich nicht ändern kann! Die Nähe zu Drogen meiden! Ehrlichkeit zu mir selbst! Mir Grenzen stecken! Mit mir pfleglich umgehen! Und noch so vieles mehr, was in unseren 12 Schritten steckt.

Zufällig las ich dieser Tage ein Zitat von Picasso, das für mich den Moment der Gnade von Findung und Führung auf den Punkt bringt, so wie



Ihn auch Frank in seinem Beitrag beschreibt und ich an dieser Stelle meine:

„Ich suche nicht - ich finde. Suchen, ist das Ausgehen von alten Beständen und das Finden-Wollen von bereits Bekanntem.

Finden, das ist das völlig Neue. Alle Wege sind offen, und was ge-

funden wird, ist unbekannt. Es ist ein Wagnis, ein heiliges Abenteuer.

Die Ungewissheit solcher Wagnisse können eigentlich nur jene auf sich nehmen, die im Ungeborgenen sich geborgen wissen, die in der Ungewissheit der Führerlosigkeit geführt werden, die sich vom Ziel ziehen lassen und nicht selbst das Ziel bestimmen.“

(Pablo Picasso, Quelle: Wort und Bekenntnis, Berlin 1957)

Matthias

Irrnisse und Wirrnisse auf meinem Weg

Als ich das erste Mal mit 19 Jahren zum Fährhaus kam und das Programm durchlas, war mir sofort klar, dass der Vollzug der damals noch 11 Schritte, eine sofortige Genesung mit dazugehöriger Sauberkeit zur Folge haben müsste. Heute, gereift an Jahren und Erfahrungen, sehe ich die Sache durchaus differenzierter.

Was hat sich in dieser Zwischenzeit bei mir alles getan? Nun, zuerst wurde ich tatsächlich sauber. Das erste Jahr ein voller Erfolg. Fast auf den Schlag, war ich die ganzen negativen Begleiterscheinungen meiner Krankheit „Sucht“ los. Mit neuer Beziehung und Arbeitsstelle sowie einem geregelten Lebenswandel machte das Dasein wieder Spaß.

Nach der Geburt meines Sohnes ging es immer weiter und steiler bergauf. Die Herausforderungen wuchsen und der Übermut auch. Letzter bewog mich sogar, nach Irland zu ziehen, um dort mein berufliches Glück zu suchen. In der Sauberkeit ist alles möglich und warum nicht auch ein Auslandsaufenthalt? Regen? Macht mir nichts aus! Kein Deutschland mehr? Egal, war sowieso blöd! Fährhaus? Ja, Selbsthilfegruppen gibt es auch dort.

Hinter diesen Annahmen verbargen sich jedoch etliche Trugschlüsse. Der Freundeskreis und die enge Bindung an die Gruppen waren erst mal weg. Dazu kamen die Sprachbarriere und der neue Raum, der nach Gestaltung, Strukturierung und innerer Stärke verlangte. Schon nach wenigen Wochen stellten sich auch wieder die alten Probleme ein. Das Verhältnis zwischen meiner Frau und meinem Sohn war nie das Beste. Jetzt eskalierte es! Kurzum, die Oma geholt und ihr Florian mitgegeben. Erst mal für den Sommer! Aus dem Sommer wurden im Laufe der Zeit fünf Jahre! Was für ein Preis für einen Auslandsaufenthalt.

Nach zwei Jahren Irland und kaum besuchten Gruppen waren meine Connections zu den Suchtmitteln wieder so gut, dass ich beschloss, das Land zu verlassen. Zurück nach Deutschland, zurück in die Gruppen. Endlich wieder Sonnenschein und gutes Essen. Wenn ich das Land verlasse und keine Kontakte zu Dealern mehr habe, wird es mit der Sucht auch zwangsläufig wieder besser. Weit gefehlt! Wie immer, nahm ich auch dieses Mal meine Probleme mit.



Kaum war ich in Deutschland angekommen, fand ich heraus, dass meine neuen Nachbarn seltsam konischen Zigaretten nicht abgeneigt waren und das in einem echten Kuhdorf. Wie immer startete ich mit guten Vorsätzen und Ideen durch. Am Anfang ganz viele Gruppen,

dann weniger und später gar keine mehr. Hatte es ja auch nicht mehr nötig. Schließlich wohnte ich jetzt in einem alleinstehenden Haus und trug Anzüge. Vor der Tür parkte ein BMW, und die Karriere machte sich. Es dauerte nicht lange, da war es erneut um meine Sauberkeit geschehen. Wer so viel arbeitet und so einen Erfolg hat, darf sich auch mal was gönnen. Das bekannte Belohnungsprinzip trat wieder zutage. Nach mehreren Beförderungen konnte ich mir auch das alte Pulver leisten. Und

wer kiff und sich regelmäßig, unregelmäßig ein Blech gönnt, der kann sogar kontrolliert Trinken.

Irgendwann wurden die Depressionen immer größer und die richtige Mischung, nach der ich all die Jahre gesucht hatte, war immer noch nicht gefunden. So blieb mir nur erneut, mich in die Schlange einzureihen, um wieder von vorne zu beginnen. Meine erneute Sauberkeit wurde aber gar nicht belohnt. Erst mal kam die Entlassung und weg waren Anzüge, BMW und Haus. Eine gewisse Ernüchterung trat ein und trug als Nebenprodukt reichlich Ernte ein.

Aber schon nach kurzer Zeit hatte ich mich wieder berappelt. Ich wurde von meinem neuen Arbeitgeber abgeworben und leitete innerhalb kürzester Zeit ein Team, und

Sohnemann war auch schon wieder seit zwei Jahren zuhause. Ich beendete meine Ehe, suchte mir eine neue Freundin, und fast, ja fast, wäre auch alles gut gegangen, wäre ich nur regelmäßig in die Gruppen gegangen und hätte mich nicht erneut der Größenwahn gepackt.

Die Bühne war ja nun wieder bereitet. Diesmal

eine Frau aus der Mittelschicht. Eh geil, endlich meine schlechte Herkunft, mein fehlendes Abitur und die ganze Sucht hinter mir lassen zu



können. Ein neues Leben. Fürwahr, fürwahr! Ein kräftiges Prosit auf dieses! Mit was? Natürlich mit einem alkoholfreien Bier oder noch lieber mit einem Radler oder einem leichten Weizen oder, oder, oder ...? Nein, volle Lotte, so muss das sein!

Den Alkohol hatte ich dank intensivem Kiffen gut im Griff, in der Früh stank ich auch nicht. Alles gut! Aber eigentlich war es mir doch zu eng. Die Vorgesetzten zu kleinkariert, und so richtig entfalten konnte ich mich auch nicht. Was schon einmal eine gute Idee war, funktioniert bestimmt auch ein zweites Mal. Hallo Schweiz! Ich komme! Die doofen Eidgenossen können sicherlich auch etwas mit einem Kiffer anfangen. Sind doch sowieso eh viel liberaler als die Spießler hierzulande.

Nein, sind sie nicht, und auf bekiffte Deutsche stehen sie erst recht nicht. Das alte Lied: Nach kurzer Zeit bekam ich den Hintern nicht mehr hoch. Ergo, der Stoff muss weg und ich will wieder heim. Diesmal meinte es die höhere Macht aber nicht so gut mit mir. Erst einmal widerfuhr mir Läuterung! Nachdem mein alter Opel den Geist aufgegeben hatte, und ich auch so schnell keinen Job in Deutschland fand, verließ mich auch meine Mittelschicht-Traumfrau. Mein einziger Trost: die NA.

Langsam und nur sehr, sehr langsam besserte sich die Situation. Endlich fand ich wieder eine Anstellung in Deutschland. Nach Abbruch aller Brücken nahm ich diesmal auch wieder Kontakt mit meiner Stammgruppe, dem Fährhaus auf. Nach und nach wurde es etwas besser. Der große Wurf war aber ein Aufenthalt in der Psychiatrie. Erst dort, mit viel Sport, Aufmerksamkeit und Entspannungsübungen stellte sich, gottseidank auch ohne Tabletten, wieder Besserung ein. Diesmal war es superknapp! Ich glaubte nicht, es noch einmal zu schaffen, aber wieder wurde mir ein großes Geschenk zuteil.

Was ist das Fazit: Wäre ich über all die Jahre den Selbsthilfegruppen

und somit mir als Person treu geblieben, hätte ich so manche Runde auf dem Suchtkarussell nicht drehen müssen. Meine Probleme nehme ich immer in das Land mit, in das ich gehe, und vor mir selbst weglaufen kann ich nicht. Sollte ich nochmal einen Rückfall bauen, wäre es das mit dem selbstbestimmten Leben; dann wäre die Zeit der Maßhausschuhe gekommen. Weit über 20 Jahre bin ich immer wieder weggelaufen, vor mir, vor meinen Beziehungen, vor meinen Arbeitgebern, um nur eins am Ende zu tun, den Kreis zu schließen und dorthin zu gehen wo alles begann, eben zu den Tischen im Fährhaus.

Liebe Grüße Markus

Fährhaus-Aktiv Kassenbericht 2013

Kassenstand 2012		1.304,01 €
Einnahmen		
Zinseinnahmen	1,77 €	
Einzahlung Mittwochsgruppe	<u>377,-- €</u>	
Summe Einnahmen		<u>378,77 €</u>
		1.682,78 €
Ausgaben		
Druck Jahreshaft 2012	53,55 €	
Kranz Beerdigung Ursel	<u>120,-- €</u>	
Summe Ausgaben		<u>173,55 €</u>
Kassenstand November 2013		<u><u>1.509,23 €</u></u>

Stichtag des Kassenberichtes war der 14. Nov. 2013. Die Einzahlungen auf das Sparbuch sind bis zu diesem Tag erfasst. Zu diesem Datum wurde auch das Postsparbuch am Schalter der Postbank aktualisiert.

Die Einnahmen werden den anstehenden Druck von Programmen ebenso decken, wie die Feier zu unserem 30jährigen Jubiläum im nächsten Jahr.

Matthias

Nicht mein Vorstellungsvermögen, meine Phantasie, ist mir gefährlich, sondern mein Wunschdenken, meine Illusionen. Illusionen sind jene Selbsttäuschungen, die ich festhalte, die ich wichtig und für gegeben nehme. Illusionen blenden mich. Der größte Blender war die Droge. Ich brauche keine Blender, solange ich den Mut finde, zu sehen. Ich mag Angst davor haben, zu sehen; egal, sehe ich angstvoll, doch sehe ich!



Bilder im Heft: Wilhelm Busch, Der heilige Antonius von Padua – letzte Versuchung
(nachzulesen: <http://gutenberg.spiegel.de/buch/4138/1>)

Schrift: Liberation und Fontin

Rechtschreibung: individuell

Internet: www.fährhaus.info E-mail: kontakt@fährhaus.info

Schriftlicher Kontakt:
FÄHRHAUS Anonyme Sucht-Selbsthilfe
c/o Selbsthilfezentrum München
Westendstraße 68, 80339 München