

Es fängt alles bei mir an / Ein langer Weg in die Trockenheit Gedanken zum 7. Round Up in Duderstadt vom 16.10. – 18.10.98

„Ich heiße Wolfgang und ich bin Alkoholiker“, mehr als fünf Jahre ist es jetzt her, daß ich diesen Satz zum ersten Mal aussprach. Völlig betrunken saß ich in einem englischsprachigen Meeting in Moskau, und ich kann mich nur in Bruchstücken daran erinnern, worüber ich sprach. Aber eines weiß ich noch genau: direkt nach dem Alkoholiker sagte ich „... und ich bin schwul“. Darüber offen zu sprechen war mir wichtig und ist es bis heute geblieben.

Meine Trinkerlaufbahn begann mit 14, zu der Zeit, als ich merkte, daß ich „anders“ war. Während Freunde ihre ersten Erfahrungen mit dem anderen Geschlecht sammelten, lernte ich meinen besten und für lange Zeit einzigen Freund kennen: den Alkohol. Bis ich 37 wurde, sollte es dabei bleiben: keine Beziehung, kein Sex, kein schwules Leben!

Bis ich 19 war, konnte ich überhaupt nicht über mein Schwulsein sprechen, zu tief saß die Angst vor Ausgrenzung und Repression. Es war meine erste „Kampftrinkerphase“. Jede Party war ich besoffen, Blackouts waren an der Tagesordnung, meine Eltern waren ratlos. Dann begann das, was ich heute mein „äußeres“ Coming Out nenne: Schritt für Schritt sprach ich über mein Schwulsein und merkte: es passierte mir gar nichts! Mein Problem schien gelöst. Ich trank (vermeintlich) weniger, begann Sport zu treiben, stürzte mich in meinen Job. Aber: das mich der Alkohol bereits fest in seinem Griff hatte, war mir nicht bewußt, oder ich wollte es nicht wahrhaben. Das, was ich heute als mein alkoholisches Denken bezeichne, sollte mich bis zu meinem ersten Kontakt mit den AA prägen:

- es gelang mir immer wieder, meine Sauferei vor anderen und vor allem vor mir selbst zu verniedlichen (Dummheit frißt, Intelligenz säuft, einer meiner abgefahrenen Sprüche aus diesen Tagen). Die Besäufnisse im Urlaub, nach jedem Wettkampf (ich wurde Marathonläufer!), auf Parties, die unzähligen Blackouts, na und? Das gehörte ja schließlich zu meinem „abenteuerlichen“ Leben dazu!
- und vor allem: in meinem Denken waren ja immer nur „die anderen“ an allem Schuld. Die intoleranten Eltern, die Gesellschaft, der Streß im Job, das ganze Scheißleben überhaupt. Auf die Idee, irgendetwas könne auch an mir liegen, kam ich nicht. Warum auch? Ich hielt mich für erfolgreich, nahm mich überall wichtig, stellte mich in den Mittelpunkt, ja wer waren sie denn auch, diese Idioten um mich herum? Vor kurzem brachte es ein guter Freund in seiner Offenheit auf den Punkt: „Du warst das arroganteste Arschloch, das ich je kannte!“ So war’s.

Innerlich vereinsamte ich total, jegliche Art von Gefühlen versuchte ich wegzusaußen. 1992, ich bereitete mich auf einen 4 jährigen Auslandsaufenthalt in Moskau vor, kippte die Sache mit dem Alkohol: ich stieg von Wein und Bier auf Schnaps um, binnen weniger Monate brachte ich es auf über 2 Liter Wodka am Tag. An den wenigen nüchternen Tagen, die übrig blieben, wurde mir klar: so konnte es nicht weitergehen. Im April 1994, nach einer durchgesoffenen Woche, hatte meine Verzweiflung einen vorläufigen Höhepunkt erreicht: ich rief das Dienstbüro von AA in München an, schilderte mein Problem, erzählte, das ich in Moskau lebte, und hinterließ meine Telefonnummer. Dann trank ich weiter und schlief ein.

Stunden später klingelte das Telefon, und Sigggi, ein langjähriger AA’ler und Mitarbeiter der deutschen Botschaft in Moskau, nahm sich meiner an. Nur auf sein ausdrückliches Versichern, mein Schwulsein sei weder ein Problem bei AA noch an sich, ging ich, besoffen

wie ich war, mit ihm in mein erstes AA-Meeting. „Hi, my name is Wolfgang and I'm an Alcoholic, and I'm gay ...“. Der Rest verschwamm im Nebel des Alkohols.

Nein, ich war kein leichter Fall. Zwar wurde ich zum ersten Mal in meinem Leben sechs Wochen am Stück trocken, aber ich begann immer wieder erneut zu Trinken. Zu sehr hatte mich der Alkohol in seiner Gewalt, zu groß war der Schock zu sehen, was ich in meinem bisherigen Leben angerichtet hatte. Zwar wurden meine Trinkpausen immer länger, sogar auf einige Monate habe ich es gebracht, dafür wurden aber auch die Abstürze immer dramatischer. Aber Ihr wißt ja, wie das ist, wer einmal mit AA in Kontakt gekommen ist, der kann nicht mehr unschuldig saufen, und so ging es mir. Bis zum 31.12.96 mußte ich trinken, bis ich die Silvesternacht auf dem Flur eines Krankenhauses verbringen mußte, nach einem 10 tägigen Exzess. Während des darauffolgenden Entzugs betete ich das erste mal seit meiner Kindheit zu meiner höheren Macht, zu meinem Gott, in meiner Verzweiflung: „Lieber Gott, wenn es Dich wirklich gibt, mach‘, das es vorbei ist, nimm‘ es von mir, ich kann nicht mehr.“

Seit diesem Tag habe ich nicht mehr getrunken.

Mehr als zwei Jahre ist das jetzt her, und ich bin für jeden einzelnen trockenen Tag dankbar, so schwer es auch manchmal war. In Hofheim, einer kleinen Stadt am Rande von Frankfurt, fand ich meine Stammgruppe. Und ich freute mich auch darauf, hin und wieder in Frankfurt in der Stalburgstraße in das AA-Meeting „auch für Homosexuelle und Lesben“ zu gehen. Aber tief beeindruckt hat mich mein erstes Ländertreffen in Nürnberg, wo es zwei schwule Meetings gab. Dort bekam ich auch den ersten Kontakt zum GAC, dem „German Advisory Council“, dem deutschen beratenden Gremium für homosexuelle Frauen und Männer in AA, die sich jedes Jahr zu einem 3 – tägigen Marathonmeeting, dem „Round Up“ in Duderstadt treffen.

1997 nahm ich das erste mal teil und mußte mit Erschrecken feststellen, daß ich mein Schwulsein bisher zwar nach außen kommuniziert, für mich selbst in meinem Inneren aber überhaupt nicht angenommen hatte. In meiner emotionalen Entwicklung (und nicht nur dort!) war ich auf dem Niveau des Vierzehnjährigen stehengeblieben, und ich bin zutiefst dankbar, daß ich all das, was zu der darauffolgenden Entwicklung dazugehört, heute mit immerhin 40 Jahren trocken und auch schon ein wenig nüchtern nachholen darf. Aber, um es klar zu sagen: mir (und vielen anderen Schwulen in AA auch) ging es nie um Abgrenzung, um Isolierung in AA. In meiner Stammgruppe in Hofheim habe ich gleich im ersten Meeting über mein Schwulsein gesprochen (und wurde im letzten Jahr zum Gruppensprecher gewählt), die Idee, deswegen abgelehnt zu werden, kam mir kaum.

Aber wie wertvoll ist es für mich, in den schwulen Meetings in Nürnberg, dann auch in Innsbruck und jetzt zuletzt in Augsburg, und auch bei den Round Ups in Duderstadt, die schwulen Freundinnen und Freunde zu treffen, denen es ähnlich ging wie mir, die mir in meiner Entwicklung Mut machen, die mich auch bei Themen verstehen, die ich in meiner Stammgruppe nicht ansprechen möchte, die mir zeigen, daß ich nicht alleine bin, und die ich anrufen kann, wenn ich mal ein „ganz spezielles“ Problem habe, zu dem ich Rat brauche. Und wie schön ist es, uns (Schwule und Lesben) auch wiederum als Teil der ganzen großen AA Gemeinschaft zu erleben, offen und tolerant, mir tut das gut.

Auf dem 97er Treffen in Duderstadt war ich doch noch sehr verschüchtert, vieles, was mich bewegte, mußte ich noch für mich behalten. Ganz anders beim 7. Round Up vom 16. – 18. Oktober 1998, zu dem ich gemeinsam mit drei Freunden aus Frankfurt angereist war. Gleich beim „Welcome Meeting“ fühlte ich mich wohl und aufgehoben. Der zweite Tag war

vollgefüllt mit verschiedenen Meetings, die Palette reichte vom diesjährigen Motto „Es fängt alles bei mir an“, über Themen wie „Coming Out“, „Ich nehme mir mein Leben“, bis hin zu „Sexueller Mißbrauch“ und „Nähe zulassen“, für jeden war etwas dabei. Selten habe ich so viele Männer so offen und manchmal unter Tränen über ihre tiefsten Gefühle sprechen sehen. Der krönende Abschluß des Tages waren die künstlerischen Darbietungen einiger Brüder und Schwestern, sowie die abschließende Disco. Am Sonntag klang das Wochenende mit einem Abschlußmeeting, der Stunde der Besinnung und einem gemeinsamen Mittagessen aus.

Wie die meisten dieser großen Veranstaltungen, wirkte auch das Round Up tagelang in mir nach. Es gab Dinge, über die ich überhaupt das erste Mal öffentlich gesprochen habe, neue Kontakte waren geknüpft worden und alte vertieft, Erfahrung, Kraft und Hoffnung hatte ich geteilt. Ich war wieder einen weiteren wichtigen Schritt in meinem neuen, meinem trockenen Leben vorangegangen.

Im Januar diesen Jahres habe ich zusätzlich zu meinen regelmäßigen Gruppenbesuchen (die ich für den wichtigsten Grund meiner bis heute dauerhaften Trockenheit überhaupt halte) eine Therapie angefangen, die mich eine ganze Weile vom Schreiben ferngehalten hat (o.K., ich geb's zu, Schlendrian und Faulheit waren sicher auch nicht ganz unbeteiligt), und eigentlich wollte ich den schon vor so langer Zeit angefangenen Artikel eigentlich wegwerfen. Aber dann fuhr ich zum diesjährigen Ländertreffen nach Augsburg, und ich sah in den zwei schwulen Meetings, an denen ich teilnahm, die vielen Freunde wieder, die mich in den vergangenen zwei Jahren in meiner Trockenheit begleitet hatten.

Und da wurde mir klar: nicht nur für mich ist es wichtig, diesen Artikel zu Ende zu bringen, sondern auch für all die vielen Freunde, die in Duderstadt und auf den Treffen dabei waren, für all die, die das German Advisory Council noch nicht kennen, und für die, die gerne wissen wollen, warum es eigentlich diese „Schwulengruppen“ in AA gibt. Und dann noch für die, die bisher noch nicht die Kraft, den Mut, oder einfach keine Lust hatten, sich mal nach Duderstadt zu begeben, und jetzt vielleicht einen Impuls bekommen, es doch mal zu tun, denn, und damit schließe ich, auch in 1999 wird es ein Round Up in Duderstadt geben, und zwar:

Vom **Freitag, dem 29. Oktober bis zum Sonntag, den 31. Oktober 1999** gibt es das 8. Round Up in Duderstadt, nähere Infos könnt Ihr bei Rosa (030 – 7822700) oder bei Jörg (030 – 540551) erfragen, und ich bin auf jeden Fall wieder dabei. Bis dahin viele trockene Stunden, Wolfgang aus Kriftel bei Frankfurt.