

Beppo Meier – Freundeskreisleiter seit 1982

Mein Weg –

Aus dem Alkoholismus bis hin zur Selbsthilfe.

Mein Leben begann erst wieder, nachdem ich mich entschloss (nicht ganz freiwillig) eine Langzeittherapie zu machen.

Alkoholismus „Selbstmord auf Raten „ ich glaubte es nicht, als uns dies in der Therapie gesagt wurde.

Ich wurde eines besseren belehrt

Bis ich soweit war, dass ich zur Therapie ging, lag ein langer, steiniger Weg vor mir.

Ich glaube, so richtig bergab ging`s bei mir 1976 nach einer längeren Krankheit – ein halbes Jahr Donaustauf – ein halbes Jahr anschließend noch zu Hause. Ängste begleiteten mich bei dieser Krankheit, auch Angst, dass wir unsere 1974 adoptierte Tochter wieder hergeben müssen.

Ich denke, es war der Schritt in die wirkliche Abhängigkeit, wenn man gerne trinkt, wie ich es zu dieser Zeit schon tat, so ist der Absturz vorprogrammiert. Trotz meiner Sauferei behielt ich meinen Arbeitsplatz, meine Familie hielt noch soweit zu mir, dass ich ohne sozialen Abstieg dies alles überstand.

Auch bei meinen Alkoholfahrten war mir das Glück treu, so dass ich ohne Führerschein- verlust über die Runden kam.

Meine Säuferkarriere dauert so ungefähr 15 Jahre.

Rückfälle waren mein Wegbegleiter bis hin zu 2 Selbstmordversuchen

Mein Leben fand nur noch zwischen Arbeit (soweit möglich)-Wirtshaus und Krankenhaus statt.

Am ende reichte weder Bier noch Schnaps um überleben zu können –

Es musste schon hochprozentiges her (Melissengeist ca. 80 %).

Das ganze Bemühen meiner Frau, meiner Freunde, meiner Familie das Saufen aufzuhören, es half nichts

– ich konnte nicht mehr, ich konnte nicht mehr existieren „ ohne Alkohol“.

Nach einem Selbstmordversuch mit Distraneurin- ich weiß es nicht mehr – ob gewollt, oder ungewollt, als ich wieder ins Geschäft kam sprach mein Freund und Vorgesetzter mit mir .

- 2 -

Beppo, du musst was unternehmen, ich verspreche dir, wenn du was unternimmst, so ist dir dein Stuhl nach der erfolgreichen Therapie wieder sicher.

Das war s, und mir fiel ein Stein vom Herzen .

Ich ging aufs Gesundheitsamt, aber es folgten 4 Monate Wartezeit, die für mich eine schlimme Zeit waren und noch viel schlimmer für meine Familie.

Wenn ich bis jetzt noch kein Alkoholiker war so schaffte ich dies auf jeden Fall in den 4 Monaten.

Am 23.09.1981 fuhr ich mit dem Zug nach Friedrichsdorf im Taunus um eine Langzeittherapie von einem halben Jahr anzutreten. Im Bahnhof Friedrichsdorf genehmigte ich mir noch ein paar halbe Bier und ein paar Schnäpse.

Mit dem Melissengeist in meiner Jackentasche betrat ich die Klinik.

Bei der Aufnahme stellte man fest, dass ich 1,9 Promille hatte, jedoch nicht genug, so dass ich eine Unterschrift leisten hätte können. Mir wurde angeboten, ob ich zum Entzug Medikamente (Distraneurin) nehmen möchte – meine Antwort war sofort ja. Ich war noch unter meinem Pegel – ich zitterte noch zu stark. Der Patientenbetreuer, der mich aufnahm zeigte mir mein Zimmer und auch das Raucherzimmer – das war s dann. Meiner Begleitung gab ich den Melissengeist, den ich ja mit Sicherheit jetzt nicht mehr brauchen werde, mir war das auf jeden Fall jetzt klar.

Ich bin jetzt hier in guten Händen und ich will und möchte das Saufen aufhören. –

01.02-2005

Mein Entzug war nicht leicht – einen Lebenslauf sollte ich schreiben, ich schaffte es nicht , meine Schrift in den Griff zu bekommen, der Entzug, das Zittern war einfach noch zu stark.

Ich denke, so nach 5 Wochen gings mit mir bergauf und der Lebenslauf konnte endlich abgeliefert werden.

- 2 -

Gesundheitlich merkte ich jetzt den Aufschwung und ich beteiligte mich aktiv am Gruppengeschehen.

Selbsthilfegruppen stellten sich im Laufe der Therapie immer wieder vor – und je mehr ich mir ansah umso klarer wurde mir, dass ich nie in eine „ Solche „ gehen werde.

Vor meiner Therapie wollten meine Frau, meine Sozialarbeiterinnen schon immer, dass ich in eine solche gehen soll, jedoch ihr Bemühen war ohne Erfolg und so sollte es auch bleiben.

Vier Monate war ich nun schon in der Fachklinik, mein Entschluß hat sich noch nicht geändert – Selbsthilfegruppe nein.

Stattdessen vereinbarte ich mit meinen Therapeuten, dass ich mich so im Turnus 8/14 täglich bei meiner Sozialarbeiterin melden solle.

An einem Mittwoch verkündete meine Therapeutin, dass sie morgen mit einem Kleinbus nach Östrichwinkel (Nähe Rüdesheim) in eine Selbsthilfegruppe fährt – dort hat ein ehemaliger Patient eine Selbsthilfegruppe, den er Freundeskreis nannte.

Ein letzter Versuch, dachte ich mir, da fahrst mit hin.

Nach der Gruppe sagte ich zu meiner Therapeutin, - in so eine Gruppe würde ich auch gehen, die hat mir gefallen.

Ihre Antwort „, dann mach dir halt eine“

Das war der Anfang von der Ära Freundeskreisarbeit Neumarkt.

Ich hatte nun 4 Monate Therapie hinter mir und hatte noch 2 Monate vor mir um mich der Gründung einer Selbsthilfegruppe zu kümmern.

Ich sprach natürlich auch mit meiner Frau darüber, wie sie dazu stehe.

Keine Frage für sie, denn sie war froh, dass ich überhaupt in eine Selbsthilfegruppe gehe, denn sie war von der Notwendigkeit mehr überzeugt als ich.

Ich war auch soweit gefestigt, so dass ich mich meines Erachtens auf dies einlassen konnte.

- 3 -

Entlassen aus meiner Langzeittherapie wurde ich am 23. März 1982 –

Am 12. April 1982 fand die erste Gruppe im alten Kindergarten Hl. Kreuz statt.

Ich gründete mit meiner Frau den Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe in Neumarkt.

Meine Devise war- wenn ich im Jahr einen Menschen helfen kann vom Alkohol wegzukommen, so habe ich ein Menschenleben gerettet – und sind inzwischen viele geworden.

Skepsis, die ich heute durchaus verstehen kann wurde mir von einem erfahrenen Sozialarbeiter entgegengebracht, den ich aber auch heute zu meinen besten Freunden zählen darf.

Der Freundeskreis Neumarkt hat sich in den 23 Jahren stetig aufwärts entwickelt und wir sind in der Stadt und im Landkreis die größte Selbsthilfeorganisation, und das nicht nur in Suchtfragen.

Wir haben inzwischen 11 Gruppen und im Jahr 2004 besuchten unsere Gruppenabende 4700 Menschen.

Ich weiß nicht, wie vielen Menschen, Familien wir in all den Jahren helfen konnten, nur eines weiß ich , dass ich dies alles nur nüchtern und mit Unterstützung meiner Frau und vielen ehrenamtlichen Helfern schaffen konnte.

