



Mittwoch, 03. Juli 2019, 12:00 Uhr
~13 Minuten Lesezeit

Droge Konsum

Entzug ist möglich und speziell für Reiche notwendig. Ein Aussteiger berichtet.

von Michel Glitza
Foto: Kamil Macniak/Shutterstock.com

Heroin, Haschisch, LSD, Alkohol, Nikotin, vielleicht noch Zucker und Kaffee ... Oder vielleicht Internet-, Smartphone und Fernsehsucht? Der Drogen gibt es viele. An den Konsum an sich denken in diesem Zusammenhang die wenigsten. Dabei ist Konsumsucht höchst gefährlich für die Betroffenen, und die Suchtdynamik verläuft nach einem ganz ähnlichen Muster wie bei den anderen Rauschmitteln. Entzug ist schwer und meist nur unter Schmerzen möglich. Bei verschärftem Konsumwahn kommt erschwerend hinzu: er schädigt die Gemeinschaft. Der Kapitalismus erleichtert es Süchtigen, immer mehr von ihrem Suchtstoff zu raffan. Genug ist in solchen Fällen

noch lange nicht genug. Und das Geld fehlt dann denen, die es am nötigsten brauchen. Der Autor, der selbst betroffen war und den Entzug geschafft hat, berichtet.

Ursprünglich wollte ich den Text „Droge Geld“ nennen. Beim Ausarbeiten kam mir jedoch der Gedanke, dass es das Gleiche wäre, wie einem Fixer zu sagen, die Spritze sei die Droge und nicht das Heroin. Geld gibt uns nur die Möglichkeiten, die eigentliche Sucht zu bedienen. Aus meiner Sicht handelt es sich hierbei um ein Kernproblem unserer Zeit.

Geld und Drogen. Zwei Dinge, die unweigerlich zusammen gehören. Aber ich möchte hier noch einen Schritt weiter gehen und sie sogar gleichstellen.

Das erste Taschengeld ist ein wenig wie eine Nase Kokain. Viele Menschen sind da schnell auch bei der zweiten Dosis und brauchen immer mehr. Man fühlt sich vielleicht wie der König der Welt, doch denkt nicht an die spätere Konsequenz. Jetzt steht einem endlich eigenes Geld zur Verfügung, mit dem kaufen kann, was man will. Das bedeutet mehr Freiheit im Leben und man gehört jetzt zu den Großen. Es eröffnen sich völlig neue Möglichkeiten, ja eine neue Welt. Das Gehirn produziert Glückshormone und -gefühle. Durchaus entsteht da ein emotionales Hoch, was auch einem Rauschzustand gleicht.

Dieses Hochgefühl hält jedoch nicht lange an. Viel zu schnell wird einem klar, wie wenig man mit diesen Paar Euro, die man da in seiner Hand hält, tatsächlich anstellen kann. Es gibt ja noch so massenhaft mehr, dass man noch unbedingt will, ja regelrecht

braucht. Ein Großteil ist allerdings viel zu teuer und sprengt den Rahmen des Taschengeldes. Der Unterschied zwischen „wollen“ und „brauchen“ ist schon für viele Erwachsenen nicht richtig greifbar, von einem Kind kann man das also nicht erwarten.

Wenn ich dann manchmal die Kinder im Supermarkt vor den Süßigkeiten, Spielzeugen oder Zeitschriften hysterisch herumtoben sehe, mit hochrotem Kopf, verzerrtem Gesicht, teilweise auf dem Boden strampelnd und schreiend, dann muss ich um so mehr an Sucht und Entzug denken. Ich bezweifle keine Sekunde, dass diese Kinder alles haben, was sie brauchen. Und ich bin mir auch bewusst, dass es für die Eltern immer schwerer wird, denn Kinder werden immer mehr zur Zielgruppe von Werbeaktionen. Aber ist dieses Verhalten denn noch natürlich oder gesund?

Volle Spielkisten

Ich mache an dieser Stelle mal einen kleinen Schwenk in meine eigene Kindheit, so im Zeitraum von 1989 bis circa 1995/97, also zwischen meinem 6. und 12./14. Lebensjahr. Wir hatten nie viel Geld und ich hatte oft das Gefühl, dass andere Kinder mehr hatten als ich. Meine Freunde hatten immer mehr und tollere, teurere Spielzeuge, die ich natürlich auch haben wollte.

Das war natürlich die drastische Fehleinschätzung eines Kindes. Meine Spielkisten waren voll und auch wenn nicht immer alles neu oder vom Teuersten war, so fehlte es mir materiell gesehen an nichts. Für Kinder sind die Sachen anderer einfach häufig interessanter und erscheinen ihnen wertvoller als die eigenen.

Weil ich also so vieles haben wollte, und es mir nicht leisten konnte, habe ich angefangen zu klauen, wie es andere auch taten. Zudem haben ältere Kinder oder Teenager sich einen Spaß daraus gemacht,

mich für kuriose Dinge zu bezahlen, wie zum Beispiel an Schuhen anderer zu lecken oder Erde zu essen. Und ich tat es für Geld. Oft nahm es mir dann der nächst Stärkere direkt wieder gewaltsam ab, wenn ich nicht schnell genug laufen konnte. Die „Süchtigen“ unter sich halt. Was macht ein Süchtiger alles für seine nächste Dosis? Ich war auch bei weitem kein ungewöhnlicher Einzelfall, zumindest in meinem Umfeld.

In der Grundschule haben wir uns in der Pause getroffen und um Kleingeld gespielt. Wer bekommt die Münze am nächsten an die Wand geschnippt? Darin war ich recht gut. Zudem gab es noch Pfand auf die Flaschen von dem Milchstand, die habe ich auch gesammelt. Dann waren da noch Mini-„Geschäfte“, wie zum Beispiel Glitzer-Haargel in kleinen Portionen hinter dem Schulgebäude zu verkaufen. Meine Pausen waren also immer recht betriebsam.

In Richtung Pubertät wurden meine Ansprüche natürlich größer und ich habe dann noch zusätzlich Treppenhäuser und Gärten von Nachbarn gepflegt. Zudem habe ich mit meiner Oma angefangen, am Wochenende Flohmarkt zu machen. Und das alles, um mir noch mehr Zeug zu kaufen, das eh nach wenigen Tagen schon wieder langweilig war, kaputt ging oder geklaut wurde.

Dennoch habe ich dieses Verhalten im Großen und Ganzen leider bis zu meinem 33. Lebensjahr beibehalten, bis mein Körper und meine Psyche aufgegeben haben. Also geklaut habe ich natürlich irgendwann nicht mehr. Das war eine Phase in der Kindheit. Der Witz bei der Sache ist, dass es nie genug sein kann. Egal, wie viel Geld man ran schafft, es reicht einfach nicht.

Statussymbole

Je mehr Geld man hat, desto besser die Läden und Kreise, in denen

man sich bewegt. Die Leute, denen man dann begegnet, sind dann auch immer wohlhabender und so wird der Horizont immer weiter. Eigentlich hat man nichts erreicht, in der Mittelschicht angekommen ist man wieder das kleinste Rädchen, nur halt in einer anderen Uhr. Wieder haben alle mehr als man selber. Das teurere Handy, die protzigere Uhr, da muss man mithalten. Und man arbeitet einfach noch mal zwei Stunden mehr am Tag, beginnt vielleicht noch einen Nebenjob, aber es reicht immer noch nicht. Und dann besitzt man endlich ein Auto und will auch noch einen Wohnwagen.

Wenn man dann jemanden mit 100 Millionen fragt, ob er schon genug hat, sagt der wahrscheinlich: „So viel ist das gar nicht. Da gibt es noch viele andere, die haben mehr als ich. Ich muss noch mehr Geld machen.“ Aus Millionen werden Milliarden und es reicht einfach nicht. Gier und Neid treiben zu immer mehr und schaffen neuen Nährboden für die Sucht. Von der Windel bis ins Grab wird es nie genug sein.

So entstehen obszöne Geldberge in den Händen von einzelnen, während andere verhungern oder mit Knappheiten auskommen müssen. Das Geld was Reiche horten, fehlt im System. Das ist weg, weil die es nicht mehr ausgeben.

Mir ist nun das passiert, was schon vielen anderen vor mir passiert ist und auch noch vielen anderen bevor steht, wenn sie nicht endlich achtsam mit sich selbst umgehen. Die Menschen müssen aufwachen aus diesem Rausch und sich mal umschaun, was für ein Irrsinn um sie herum tobt.

Dauerhafte Schäden

Mein Körper hat der Dauerbelastung nicht Stand gehalten: Rücken,

Gelenke, Bandscheiben, alles lädiert. Teilweise sind die Schäden, die ich meinem Körper zugefügt habe, nicht mehr rückgängig zu machen. Ganz zu Schweigen von meiner Psyche. Zumindest ist das – laut Auskunft der Ärzte – mein aktueller Informationsstand. Egal, für wie taff man sich hält, irgendwann kommt jeder an seine Grenzen.

Ich habe auch stets gedacht, dass die anderen das halt falsch gemacht haben, die um mich herum den Geist aufgegeben und mich gewarnt haben. Es war nie so, dass es nicht genug Menschen in meinem Leben gab, die mich von meinem selbst zerstörerischen Weg abbringen wollten. Aber ich habe es immer besser gewusst. Die Konsequenz ist, dass ich nun seit fast 3 Jahren überwiegend an meine Wohnung gefesselt bin. Vom selbständigen Handwerker und Händler, zum Hartz-IV-Fall, auf dem Weg in die Frührente.

Ich habe auch mehrere Drogenentzüge hinter mir, wodurch ich also auch dieses Gefühl sehr gut kenne.

Und nun passierte folgendes: Je ärmer ich wurde, desto mehr bemerkte ich, dass ich den ganzen Kram eigentlich gar nicht brauchte. Ich war gezwungen, mich mit der Differenzierung von „wollen“ und „brauchen“ zu beschäftigen. Klingt einfacher als es ist. Also zumindest ich habe diese Aufgabe unterschätzt. Manches liegt auf der Hand: Brauche ich drei Fernseher, oder will ich drei Fernseher. Bei anderen Fragen wird das schon schwieriger. Und es wird natürlich umso schwerer, je weniger man zur Verfügung hat.

Bewusster Wandel

Eine der weisesten Entscheidungen meines Lebens ist genau aus solch einer Situation entstanden. Ich habe viel depressiv vor der Glotze gesessen und alle möglichen Serien und Filme geguckt. Das

hat mich abgelenkt, unterhalten und ich habe immer Menschen gesehen, denen es noch schlechter geht als mir. So wie bei den Skripted-Reality-Sendungen. Da hat man irgendwie immer noch das Gefühl, dass es noch schlimmer kommen könnte. Oder bei Quizshows hat man auch oft das Gefühl, äußerst schlau zu sein.

Als dann DVBT2 auf den Markt kam, hätte ich mir neue Geräte holen müssen und es wären monatliche Kosten hinzugekommen. Daher entschied ich, dass ich keinen Fernseher *brauche*, und schaffte ihn ab. Ab da hatte ich eben nur noch das Internet, was ich aber schon recht früh nicht als Verlust empfand.

Über meinen besten Freund bin ich dann auf alternative Medien aufmerksam geworden, was mein Leben nachhaltig veränderte. Mir wurde klar, wie viel Nippes sich bei mir angesammelt hatte, den ich mir nur aus Bock gekauft hatte: Kleidung, die ich nie getragen habe, Filme, die ich nie guckte, Geräte, die ich nie benutzte, alles Ballast, von dem ich mich befreit habe.

Die Anfangszeit war richtig hart. In Läden habe ich häufig Depressionen bekommen, weil ich an so vielem vorbeigehen musste. Abends konnte ich nicht einschlafen, weil ich mich so minderwertig gefühlt habe. Ständig musste ich den Drang bekämpfen, mir wieder eine DVD zu kaufen oder 5 Tüten Süßigkeiten. Ich hatte eine unglaubliche Gier nach Naschkram, Junkfood, Kiloweise gegrilltes Fleisch, Essen bestellen, immer das neueste Computerspiel. Es war schrecklich und stand meinen Alkoholentzug in nichts nach. Aber ich kann euch sagen, es hat sich mehr als gelohnt.

Ich habe angefangen zu meditieren und nach und nach begriffen, dass so vieles überflüssig ist. Das hat mich auf einer tiefen Ebene befreit und ich kann deutlich entspannter durch Leben gehen, ganz ohne Suchtdruck. Viele Menschen heutzutage können doch keine fünf Minuten mehr in einem stillen Raum sitzen, so sehr sind sie an die mediale Berieselung gewöhnt. Das war ja früher bei mir genauso.

Aber man hat dann auch keine Chance mehr, überhaupt noch seine innere Stimme zu hören.

Das Ganze klingt jetzt deutlich esoterischer, als es ist, Ich habe mich früher auch über solche Menschen lustig gemacht. Aber wenn man sich mal darauf einlässt, sich selbst den Respekt zu erweisen, einfach mal eine viertel Stunde ruhig da zu sitzen, vielleicht etwas entspannte Musik dazu, dann merkt man irgendwann, wie gut das tut. Und ganz oft bekommt man damit auch seine wirren Gedanken in den Griff. Wie soll das gehen, wenn immer schneller immer mehr Informationen von allen Seiten kommen?

Vorsicht vor Placebos

Und hört nicht auf die Dealer von den Banken. Die haben den Stoff und wollen ihn mit möglichst viel Profit loswerden. Nur damit man sich für einen kurzen Glücksmoment etwas kaufen kann, was man eigentlich nicht braucht. Uns treibt nur diese Gier nach dem Kick, den uns diese Placebos verschaffen. Wir werden getriggert von den Medien, von Werbetafeln, die so groß sind wie Einfamilienhäuser, von Stars und Influencern. Und hinter allem stecken Jahrzehnte der psychologischen Forschung, zum Beispiel im Bereich der „Soft-Power“. Das alles ist keine Verschwörungstheorie, sondern nachweisbare Realität.

Mit wie viel Aufwand alleine ein Supermarkt geplant wird, ist enorm. Da muss jede Lampe stimmen, die Länge des Kassenbandes, die Positionierung der Waren, und so weiter. Unsere persönlichen Daten werden deswegen zu einem immer begehrteren Handelsgut, für den ein riesiger Aufwand betrieben wird, um die Daten zu erhalten. Unglaubliche Datenmengen werden dafür auf Serveranlagen gespeichert, die sich kein Laie vorstellen kann, die aber den Strom von x Häusern verbrauchen. Ein Netzteil für einen

normalen PC hat schon 500 bis 800 Watt. Und wie ein Süchtiger weiß, was er seinem Körper antut, so weiß ein extensiver Konsument eigentlich auch, was er dem Planeten und anderen Menschen damit antut.

In Filmen und Serien wird uns die perfekte Welt vorgegaukelt. Sie dient dann als Vorlage oder Maßstab für die Realität. Aber das Ganze sind Bilder und Töne, von denen irgendjemand will, dass wir sie sehen und hören. Nicht alles ist schlecht, aber man darf das nie vergessen.

Wisst Ihr, was das Problem an Luftschlössern ist? Sie verdecken den Himmel, man kann die Sonne nicht mehr sehen und lebt im Dunkeln. Leider begreift man das leider nicht so leicht, weil man sich von der Pracht und dem Prunk ablenken lässt, von all dem schönen Gold und den Neonlichtern.

Menschen, die wie ich reden, waren für mich früher weltfremde Spinner. Ich habe auf das vertraut, was mir vorgesetzt wurde und bin dem System hinterher gelaufen – wie ein Küken der Entenmutter. Seitdem ich aufgewacht bin, wie man so schön sagt, sehe ich, wie absurd das Ganze war und möchte gerne Menschen dazu bewegen, wenigstens auch mal diesen Weg auszuprobieren. Einfach mal bescheiden sein und verzichten. Es ist wirklich nur am Anfang schwer.

Und was passiert dann, wenn die Konzerne auf einmal kaum noch Geld mit ihrer Konsumware verdienen? Die Menschen haben Angst, ihren Wohnraum zu verlieren und nichts mehr zu Essen zu haben oder sozial ausgegrenzt zu werden. Die Angst wird zum ständigen Begleiter bei der Jagd nach mehr. Und die Angst lässt uns Dinge tun, die wir sonst nicht tun würden.

Aber ist es nicht krank, dass wir in der heutigen, modernen Welt überhaupt über so etwas nachdenken

müssen? Es ist Überfluss da und die breite Masse muss in Angst vor Armut leben.

Ängstliche Menschen sind halt gefügbarer und eher auf ihre eigenen Dinge fokussiert. So wird die Zahl der Selbstmorde und Depressiven immer höher. Kinder werden in diesen Wahn mit hineingezogen und dürfen keine Kinder mehr sein. Sie fangen an, sich zu ritzen, und erbrechen ihr Essen, weil sie der Leistungsdruck überfordert und sie sich an Werbepüppchen orientieren.

Containerschiffe voll mit Waren, die nicht gebraucht werden, liegen vor Häfen auf Anker, weil sie nicht mal mehr entladen werden können. Riesige Flächen stehen voller fabrikneuer Autos, die nicht produziert wurden, weil man sie brauchte, sondern um das Platzen der Wirtschaftsblase noch ein wenig länger zu verhindern und eine angeblich stabile Wirtschaft zu simulieren.

Weihnachtsfeste werden zum Härtestest für Familien auf der Suche nach dem ultimativen Geschenk, das auf jeden Fall die Zuneigung unter Beweis stellt. Beziehungen funktionieren nicht mehr, weil man nicht ständig neuen Schmuck, Blumen oder sonstige „Liebesbeweise“ mit nach Hause bringen kann.

Ist das jetzt die Freiheit die wir alle wollen, für die wir alle so hart arbeiten? Ist dies die Welt, in der wir leben wollen und glücklich sind? Ist das der Sinn des Lebens?

Aber selbst diejenigen, die meine Meinung jetzt nicht teilen, müssen doch merken, dass hier irgendwas nicht mehr zusammen passt. Es gibt kein Geld für alle, aber was kostet denn eine Bombe und wie viele davon regnet es pro Tag auf der Welt? Für Drohnen, Flugzeugträger und Panzer reicht das Geld immer. Atombombentest? Kein Problem. Aber 5 Millionen für die Rentenkasse sind echt nicht drin, aber das sind gerade mal die Kosten für einen Satelliten! Und während hier das Essen

tonnenweise entsorgt wird, verhungern irgendwo die Menschen, die genau für *uns* dieses Essen anbauen. Wer kann denn solche einfachen Tatsachen noch ignorieren?

Und da kann man sich auch echt nicht mehr hinter Aussagen verschanzen wie: „Was soll ein Einzelner schon ausrichten?“. Man ist nicht alleine. Immer mehr Menschen erkennen das. Jeder zählt.



Michel Glitza hat in seinem Leben schon viele Stationen durchlaufen, darunter auch einige, auf die er sicher nicht stolz ist. In schwierigen Verhältnissen aufgewachsen, erlebte er früh Gewalt und Missbrauch. Ehemals eher rechts orientiert sowie NATO- und Kriegsbefürworter dominierten Alkohol- und Drogenabhängigkeit einen Großteil seines Lebens. Er sieht sich nun als Beispiel dafür, dass Menschen sich ändern können und möchte seine Erfahrungen gerne mit anderen teilen.

Dieses Werk ist unter einer **Creative Commons-Lizenz (Namensnennung - Nicht kommerziell - Keine Bearbeitungen 4.0 International** (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.de>)) lizenziert. Unter Einhaltung der Lizenzbedingungen dürfen Sie es verbreiten und vervielfältigen.