

# René Heinrichs

## Ich weiß auch nicht, irgendwie schmeckte es nicht mehr so gut wie vorher.

Ich hatte jegliche Lust am Leben verloren. Dies hatte vielerlei Gründe. Ich machte mir Sorgen um meine Zukunft. Außerdem hatte ich mit meiner Vergangenheit zu kämpfen. Schon im Kindesalter und in meiner frühen Jugend war ich belastet. Ich war aggressiv und bekam Wutanfälle. Dies ging so weit, dass ich sogar meine Mutter schlug oder meine Kleidung zerriss. Meine Eltern gingen mit mir zur Jugendpsychiatrie, wo ich zwei Jahre in Behandlung war. Bis zu meinem 16. Lebensjahr war ich Bettnässer und etwa 1/2 Jahr magersüchtig.

Ich schaffte es zwar, von den Belastungen freizukommen, aber seelisch hatte ich es nicht verarbeitet.

Mit 17 fing ich mit meiner Ausbildung zum Sanitär- und Heizungsbauer an. In der Schule war ich faul, der Unterricht war für mich Nebensache. In meiner Freizeit hing ich nur auf dem Bolzplatz rum und spielte von morgens bis abends Fußball. In der Berufsschule wurden meine Noten immer schlechter. Am Wochenende fuhr ich gelegentlich mit Freunden zum Fußball nach Dortmund. Am Anfang war dies für mich noch eine schöne Freizeitbeschäftigung, aber von Monat zu Monat wurden die Fahrten mehr. Auch der Alkoholkonsum, der sich anfangs noch in Grenzen gehalten hatte, wurde von Spiel zu Spiel mehr.

Dies alles hatte sich so weit gesteigert, dass ich beim BVB eine Dauerkarte hatte und auch bei fast jedem Auswärtsspiel dabei war. Mein Urlaub ging für Championsleague-Spiele im Ausland drauf. Vor den Spielen betrank ich mich so, dass ich meistens nichts mehr vom Spiel mitbekam.

In der Berufsschule war es nicht anders. Morgens kaufte ich mir mit Mitschülern Bier. Das verputzten wir noch vor Unterrichtsbeginn. Auch im Unterricht tranken wir unterm Tisch einfach weiter. Die Lehrer merkten es wohl gar nicht. Jedenfalls sagten sie nichts. Jetzt könnt ihr euch ja bestimmt gut vorstellen, wie der Unterricht aussah. Wir sangen Lieder, machten nur Blödsinn und ärgerten pausenlos unsere Lehrer. Auch in den Pausen tranken wir in vollen Zügen weiter. Solange ich Alkohol trank, war die Welt für mich in Ordnung. Alle Ängste und Sorgen waren einfach verschwunden. Mir war eigentlich gar nicht bewusst, wo ich dort hineingeraten war. Ich empfand es schon als normal, mit einer vollen Bierdose auf der Straße zu stehen. Aber kaum hatte ich wieder einen klaren Kopf, so kamen auch wieder die Sorgen und Ängste. Wenn ich am Morgen nach einem Spiel aufwachte, schwor ich mir: „Nie wieder Alkohol!“ Ständig war ich unzufrieden mit mir und wurde auch immer öfter krank, aber sobald ich wieder fit war, holte

mich die Verlockung wieder ein und ich dachte nur noch an die lustigen Sachen in besoffenem Zustand.

Meine Mutter und Schwester waren schon ein paar Jahre im Freundeskreis. Dies akzeptierte ich zwar, aber ich nahm es kaum wahr. Mit der Zeit wurde ich immer unzufriedener mit meinem Leben und wurde auch neugierig, was wohl an Bruno Gröning dran war. Ist dies wirklich wahr? Und so ließ ich mich im Oktober 1996 in die Lehre Bruno Grönings einführen. Aber nicht, dass ihr denkt, ich wäre von heute auf morgen ganz anders geworden. Nein, nicht ganz. Am Anfang ging alles genauso weiter wie vorher. Erst zwei Monate später wendete sich so langsam das Blatt. In der Berufsschule wurde der Konsum an Bier so langsam weniger und auch bei Fußballspielen ging der Alkohol langsam zurück. Ich weiß auch nicht, irgendwie schmeckte es nicht mehr so gut wie vorher. Ich hatte nicht mehr so das Bedürfnis, Alkohol zu trinken. Es war zwar immer lustig gewesen, wenn der Alkohol floss, aber hinterher war alles noch viel schlimmer. Dadurch war ich von Mal zu Mal immer weiter abgesunken. Es kam dann häufiger vor, dass ich mir anstatt Bier Cola kaufte.

Am Ende der Fußballsaison brauchte ich überhaupt keinen Alkohol mehr. Mein Leben

bekam wieder einen Sinn. Denn ohne Alkohol stieg auch wieder mein Wohlbefinden. Die Ängste verschwanden und es ging bergauf mit mir. In der Sommerpause freute ich mich schon auf die nächste Saison. Eines Morgens wachte ich mit dem Gedanken auf: „Du fährst zu keinem Spiel mehr hin.“ Zuerst wollte ich dies überhaupt nicht wahrnehmen.

Ich hatte Angst, dass ich etwas verpassen könnte. Aber ich folgte dem Gedanken und fuhr von heute auf morgen zu keinem Spiel mehr. Könnt ihr euch das vorstellen?

Mein Leben läuft seitdem wieder geordneter ab. Es ist reichhaltiger geworden. Vorher gab es für mich Tag und Nacht nur Fußball. Jetzt habe ich endlich auch

einmal für etwas anderes Zeit. Anstatt zu Fußballspielen zu fahren, unternehme ich mit Freunden jetzt so viele verschiedene Sachen.

Heute macht es wieder Spaß, hier zu leben.



Rene  
Heinrichs