



Von einem, der ganz unten war

Armin Schilling steht mit beiden Beinen im Leben. Das war nicht immer so. Als Alkoholiker erlebte der 56-Jährige die Hölle auf Erden. Heute ist er trocken und erzählt **bleibgesund** seine Geschichte.

Sein Weg war vorprogrammiert. Der Vater war Trinker, die Mutter auch. „Ich hatte keine Chance“, erzählt er. Nach der Scheidung der Eltern, erinnert er sich, besuchte er einmal seinen Vater. „Da war ich sieben Jahre alt. Er war verwahrlost, eingenässt und hat heftig gezittert. Das hat sich mir ins Gedächtnis eingebrannt.“ Echte Wärme hat er bei seiner Mutter nie erfahren. „Anstatt mich in den Arm zu nehmen, hat sie mich immer

angebrüllt. Geh mir aus den Augen!“ So erklärt Armin Schilling sein geringes Selbstvertrauen. „Ich hatte immer Angst.“ Das änderte sich in der neuen Beziehung der Mutter mit seinem Stiefvater nicht. Auch er war Alkoholiker. Mit zehn Jahren hat ihn seine Mutter angestachelt, Eierlikör zu trinken – eine ganze Flasche. „Als ich unter dem Tisch lag, haben alle gelacht.“ Am nächsten Morgen schickte ihn seine Mutter an den Kiosk. „Hol eine Flasche

Schnaps, dann geht’s dir wieder besser.“ Besonders schlimm waren die Nächte – wenn der Stiefvater heimkam. „Ich bin jede Nacht mit Angstzuständen aufgewacht und habe gehofft, dass er Mutter nicht wieder schlägt.“

Mit 15 Jahren startete er eine Ausbildung zum Bauschlossler. „Da hab ich schon getrunken. In der Lehre hat Trinken dazugehört. Das hat mir auch gefallen.“

„Meine Taxis waren Polizei oder Krankenwagen.“

Es folgten viele Fehlzeiten. Morgens wachte er schweißgebadet auf, seine Hände zitterten, er hatte Kreislaufprobleme. „Ich habe schnell gemerkt, dass es besser wurde, wenn ich Alkohol getrunken habe.“ Nach Feierabend ging's direkt in die Kneipe – wenn er noch Geld hatte. Viel war nicht übrig, immer wieder ließ er sich einen Vorschuss auszahlen. „Eine Dose Frühstücksfleisch und eine Scheibe Brot am Tag. Das musste reichen. Den Rest habe ich für Alkohol ausgegeben.“

Als 20-Jähriger kam er wegen einem Asthmaleiden zur Kur nach St. Peter-Ording. Der Arzt im Kurheim merkte schnell, was mit ihm los ist und wollte den Entzug einleiten. „Da bin ich abgehauen.“ Sein nächster Arbeitgeber hat nach dem ersten Entzug ein Alkoholverbot am Arbeitsplatz verhängt. „Das haben die Kollegen mir übel genommen, entsprechend haben sie mich behandelt.“ Zwei Wochen später zog es ihn wieder in die Kneipe – der erste Rückfall.

„Egal ob ich gute Laune hatte oder schlechte Laune – es gab immer einen Grund zu trinken.“ Und getrunken hat er viel. Sein Tagespensum lag bei etwa sechs Flaschen Wein am Tag. „Dazu kamen die „Zündkerzen“ – die kleinen Fläschchen Schnaps, die in den meisten Geschäften direkt an der Kasse stehen.“ Alles drehte sich Tag für Tag um die Frage: Wo bekomme ich jetzt Alkohol her? Und wenn er ihn nicht schnell genug besorgen konn-

te, machte er auch vor dem Rasierwasser nicht halt. Mit Alkohol wurde er euphorisch, fühlte sich stark, hörte laute Musik. Bis die Polizei kam und drohte, ihm die Musikanlage wegzunehmen. Abgenommen hat man ihm dann auch den Führerschein. Im Freiburger Münster trank er das Weihwasser aus. „Ich wollte in Freiburg den Teufel austreiben.“ Armin Schilling hatte Halluzinationen, litt unter Verfolgungswahn und schlug im Rausch auch seine Frau. „Das tut mir am meisten leid“, bereut er heute. „Meine Frau und meine beiden Kinder mussten viel mitmachen. Aber sie haben mir letztlich Halt gegeben. Ohne sie wäre ich heute wohl nicht mehr hier. Sie sind mein größtes Glück.“

Seit 2003 ist Armin Schilling Mitglied im Freundeskreis Alkoholkranker Menschen, seit 2011 als Gruppenleiter. Unterstützt von der AOK organisierte er die Bilderausstellung „Sucht & Sehnsucht“, die mittlerweile schon 17-mal auf Tour in ganz Südbaden war. „Kind Sucht Eltern“ hieß das nächste Projekt, das er stemmte. Und er hat noch viel vor: Am 16. Juli folgt die



Kaum zu bremsen. Armin Schilling plant schon das nächste Projekt.

Veranstaltung „Du hast das Recht, glücklich zu sein“, ein gemeinsames Projekt der Selbsthilfegruppen Freundeskreis alkoholkranker Menschen, Kreuzbund e. V. und Blaues Kreuz e. V. „Dazu lade ich alle **bleibgesund**-Leser schon heute in das Bürgerhaus Zähringen nach Freiburg ein“, freut er sich. „Man müsste noch sehr viel mehr machen“, erzählt er und macht dabei den Eindruck, als ginge ihm das alles nicht schnell genug. Gerade ist er dabei, sich seinen Herzenswunsch zu erfüllen: „Ich schreibe ein Buch und erzähle den Menschen meine Geschichte“, erwähnt er fast nebenbei. Den Titel hat er schon: Das Buch der verletzten Seelen.

Förderung

Die Projekte von Armin Schilling und dem **Freundeskreis alkoholkranker Menschen** werden von der AOK Südlicher Oberrhein gefördert. Damit unterstützt die AOK die Arbeit von Selbsthilfegruppen. Ansprechpartner für Selbsthilfegruppen ist Katharina Schadt, Telefon: 0761 2103-347, E-Mail: katharina.schadt@bw.aok.de