„Nichts war mehr wichtig – nur das Trinken“

Altöttinger schreibt über seine Alkoholsucht – Lesungen geplant – Dritter Teil erscheint Mitte 2016

Von Johanna Stummer

Altötting. Zwei Tetrapacks voll billigem Weißwein markierten den Wendepunkt. Sie waren Rettung und Tiefpunkt zugleich im Leben des Altöttingers, der unter dem Künstlernamen Jason Sante Bücher über seine Alkoholsucht schreibt. Zwei autobiografische Bände sind bereits erschienen, ein dritter soll noch in diesem Jahr veröffentlicht werden.

An jenem Montagmorgen im Februar 2012 hatte Sante einen Tiefpunkt in seinem Leben erreicht. „Mir war über Nacht der Alkohol ausgegangen“, erzählt er. „Das Schlimmste was einem Alkoholiker passieren kann.“ Bis auf den letzten Tropfen hatte er Whiskeyflaschen, Wein, Bier und Eierlikör geleert. Morgens gegen fünf Uhr war es dann so weit. „Kein Alkohol mehr im Haus.“ Zittrig, von Schwindel

„Alkohol wurde zu meiner Medizin“: Seine Sucht verarbeitet Jason Sante in seinen Biographien. Band drei erscheint noch heuer, darin gibt er auch sein Pseudonym auf. – Foto: dpa

„Alkohol wurde zu meiner Medizin“

erfasst, mit Magenkrämpfen und Schmerzen fand er sich schließlich vor dem Medizinschrank wieder. Nicht, um ein Mittel gegen die Schmerzen zu finden, sondern um Medikamente auf Alkoholbasis zu trinken. Aber die Menge reichte nicht aus. Sein Körper verlangte nach mehr. Mit letzter Kraft rief er die Mutter an, flehte sie an, ihm Alkohol vorbeizubringen. Die Mutter ließ sich erweichen und brachte jene beiden Tetrapacks voll Weißwein vorbei. „Die habe ich nur noch weggelitert, dann ging es besser“, erinnert er sich heute. Der suchtgeplagte Körper hatte wieder den Alkoholpegel, den er brauchte. Sein Körper funktionierte wieder. Die Krämpfe, der Zusammenbruch alle Bedenken waren schnell zur Seite gewischt. „Ins Krankenhaus? Wozu?“, schreibt er im ersten Teil seiner Bücher. „Mir ging es doch blendend.“

Aber mit der Aktion hatte der gelernte Bäcker sein Umfeld auf sein Problem aufmerksam gemacht. Seine Mutter bekam das ganze Ausmaß seiner Sucht mit, durch den Zusammenbruch hatte er in der Arbeit gefehlt, eine Sozialarbeiterin seines Arbeitgebers kontaktierte ihn. Eine Maschinerie setzte sich in Gang, die letztlich „meine Rettung war“.

Sante begann eine Therapie und trotz diverser Rückschläge ist er nun seit zwei Jahren trocken. 23 Jahre lang hatte er keinen einzigen Tag ohne Alkohol gelebt. Was mit dem Feierabendbier seinen Anfang nahm, endete bei drei Flaschen Wein, einer halben Flasche Whiskey und zwei bis drei Bier. Pro Tag.

Begonnen hatte alles im Alter von 20 Jahren. „Ich war immer schon ein nervöser Mensch“, erzählt Sante heute. Sein Nervenkostüm sei ausgesprochen instabil gewesen. Angstzustände und regelrechte Panikattacken bestimmten seinen Alltag. „Ich begann Alkohol als Medizin zu nehmen“, erzählt der 47-Jährige. Trank er etwas, konnte er seine Ängste beiseite schieben. Waren sonst Menschenansammlungen, Zugfahrten oder Einkaufssituationen eine Tortur für ihn, gingen sie ihm mit Alkohol leichter von der Hand. „Alkohol wurde zu meiner Medizin.“

Tagsüber hatte er seinen Alkoholkonsum im Griff. Abends jedoch griff er immer häufiger zur Flasche. Die Mengen erhöhten sich sukzessive und irgendwann brauchte der Körper den Alkohol, verlangte immer drängender danach. Der Verlauf ist schleichend, sagt Sante. Lange sei ihm nicht bewusst gewesen, dass er längst abhängig war. Er gab sich der Illusion hin, den Alkoholkonsum im Griff zu haben. „Ich war schon immer ein Einzelgänger“, sagt er. Aber die Sucht ließ ihn gänzlich vereinsamen. In der abgedunkelten Wohnung setzte er sich in die Küche und trank. Er habe stets dieses Bild vom Trinker in Jogginghose und verdrecktem Unterhemd, der im Wohnzimmer vor dem Fernseher sitzt, vermeiden wollen. Und wich deshalb lieber auf die Küche aus. Die selbe Sucht in abgewandeltem Gewand. „Nichts war mehr wichtig – nur das Trinken.“

Zunächst in Altötting, später dann in Wasserburg unterzieht er sich mit 43 Jahren verschiedenen Entgiftungen und begibt sich in eine Langzeittherapie. „Es war nicht einfach“, gibt er unumwunden zu. Anfangs hofft er noch, den Alkoholkonsum einfach reduzieren zu können. „Aber das funktioniert nicht.“ Selbstversuche und viele Rückfälle markieren den Weg. 2014 schafft er die dauerhafte Abstinenz. Auch, weil er im Schreiben ein Ventil gefunden hat, ein Sprachrohr für seine Krankheit. Drei Teile soll seine Biografie umfassen. Zwei sind bereits bei „Books on Demand“ erschienen. Dieses Jahr folgt der dritte Teil. „Vielleicht kann ich so auch anderen helfen“, sagt der Altöttinger. Er möchte anderen Süchtigen zeigen, dass man es schaffen kann. Und er möchte Heranwachsende vor den Gefahren warnen. Lesungen vor Schülern liegen ihm deswegen besonders am Herzen. Es gehe dabei nicht um Verbote, betont er. Jeder müsse seine eigenen Erfahrungen sammeln. Aber er will die Menschen ein wenig für das Thema sensibilisieren.

Sein Pseudonym wird Jason Sante im letzten Band seiner Biografie lüften. Seinem 17-jährigen Sohn zuliebe hat er bislang die Anonymität aufrecht erhalten. „Er weiß von meiner Sucht“, sagt Sante. Aber nicht bis ins

„Heute geht es mir gut. Ich bin glücklich“

letzte Detail. Er möchte das Thema noch ein wenig von dem Jungen fern halten. „Das hat noch Zeit.“ In seinen schlimmsten Zeiten hatte er nur wenig Kontakt zu dem Jungen, der bei der Mutter aufgewachsen ist.

„Heute geht es mir gut. Ich bin glücklich.“ Sante lebt in einer Partnerschaft, seine gesundheitlichen Werte sind trotz des jahrelangen schweren Alkoholmissbrauchs gut. „Man muss einfach seine eigene Strategien finden.“ Seine wichtigste ist der bewusste Entschluss. Jeden Tag aufs Neue. „Ich sage nie: Ich darf keinen Alkohol trinken“, erklärt er. „Wer sollte mir das denn verbieten?“ Zudem üben Verbote einen ungewollten Reiz aus. Sein Weg ist ein anderer: „Ich entscheide mich immer wieder aufs Neue, es nicht zu tun.“

Weitere Informationen: www.jasonsante.beepworld.de