

WTU 27.04.2019 zum Thema
„Freundschaft leben“ von Maren
Kreiß



Albert Einstein sagt über die Freundschaft: **„Ein Freund ist ein Mensch, der die Melodie deines Herzens kennt und sie dir vorspielt, wenn du sie vergessen hast.“**

Und ob ich diese Melodie vergessen hatte...in den Zeiten, in den es mir gut ging, war sie mir so vertraut, aber dann kamen die dunklen Zeiten die mit der absoluten Stille einhergingen, die Zeiten, in denen ich mich zurück zog ganz in mich, ohne Wahrnehmung meiner Umwelt.

Es waren die Zeiten, in denen ich jeglichen Lebensmut verlor, wie hätte ich da Freundschaft leben können?

Freundschaften sind ein Geben und Nehmen, ich wollte nichts davon, nur noch in Ruhe gelassen werden. Habe versucht, meinen Alltag aufrecht zu erhalten, was mir gar nicht mehr gelingen konnte, die Kraftanstrengung, sich noch einigermaßen zu konzentrieren, möglichst nicht aufzufallen und unbemerkt Alkohol zu konsumieren, stellten mich vor eine unlösbare Aufgabe, mit anderen Worten: es war unmöglich und natürlich fiel es auf, erst der Familie, dann meinen engsten Freunden und letztendlich auch der ganzen Umwelt. Ich dachte noch sehr lange, dass ich mich doch ganz gut da durch laviere, bis ich den Führerschein und meine Arbeit verlor...wenn jetzt noch meine Familie geht, dachte ich nur, dann bist du tot. Aber auch das hätte ich in Kauf genommen, ich wollte es ja.

Der Alkohol, mein guter, falscher Freund, er war mir so vertraut geworden, nahm mir erst die Depressionen, den psychischen Schmerz, später musste ich damit die fürchterlichen körperlichen Symptome und Halluzinationen

bekämpfen, da wurde Freund Alkohol zum Feind. Ohne ihn ging nichts mehr, ich konnte keine Unternehmungen mehr machen, war ohne ihn bewegungsunfähig... aber mein Umfeld wusste ja längst Bescheid. Meine Freunde und meine Familie fingen mich auf, trotz ihrer Verzweiflung gaben sie mir die Zeit und Zuversicht, den richtigen Schritt zu gehen, waren für mich da. Sie begriffen, dass ich krank bin, gaben aber nie die Hoffnung auf, dass mir zu helfen ist.

Es waren sehr schwere Zeiten mit vielen Tränen, gebrochenen Versprechungen, Lügen und doch war der Weg der richtige. Meine Odyssee begann: zweimal geschlossene Psychiatrie, Tagesklinik, Ruheleben, bis ich mich dann doch für die Langzeittherapie in Freudenholm entschied, besser gesagt, mich habe überreden lassen, denn zu diesem Zeitpunkt war ich der Meinung, dass mir nichts und niemand mehr helfen könne.

Nichts im Leben ist umsonst: ich weiß hundertprozentig, wer mein Freund ist, denn wer in diesen Zeiten zu mir stand kann es nur sein. Und auf meine Familie bin ich einfach nur stolz.

Braucht man viele Freunde? Nach meinem Verständnis nicht, denn Freundschaften wollen gepflegt werden. Ich brauche eine handvoll guter Freunde, auf die ich mich verlassen kann und die sich auf mich verlassen können. Weiterhin noch gute Bekannte zu haben ist aber auch nicht schlecht. **„Der Freund ist der Teil im Herzen, der für dich da ist und für dich eine Tür öffnet, die er vielleicht keinem anderen öffnen wird“**, sagt der kleine Prinz so treffend.

In der Langzeittherapie in Freudenholm wurde letztendlich erkannt, was mit mir los ist: eine angeborene Depression, die erfolgreich mit Medikamenten behandelt wird.

Mir geht es jetzt wieder so gut, dass ich auch wieder geben kann, aber allein hätte ich das niemals geschafft.

Mein besonderer Dank gilt allen meinen Lebensrettern: die Fachklinik Freudenholm, meiner Familie und selbstverständlich meinen Freunden.