

„Jeder kann in eine Sucht abrutschen“

Der ehemalige Drogenabhängige Steffen Flügler liest im Jugendtreff Großniedesheim aus seinem Buch „Treppe zur Dunkelheit“

VON STEPHANIE BECKER

Welche Facetten und Phasen hat eine Alkohol- und Drogenkarriere? Was kann man tun, um nicht abhängig zu werden? Wie kann man aus der Sucht ausbrechen? All diese Fragen beantwortete der ehemalige Drogenabhängige Steffen Flügler am Montagabend im Jugendtreff Großniedesheim. In seinem 2009 erschienenen Buch „Treppe zur Dunkelheit“ stellt der in Mannheim geborene Flügler seine Lebensgeschichte dar.

Jeder kann in eine Sucht abrutschen, betont Steffen Flügler gleich zu Anfang. Manchmal schlitterten die Betroffenen ganz langsam und unbemerkt hinein, so wie er selbst. Alles habe im Alter von zwölf Jahren mit einem Bier angefangen. Aufgrund seiner schlechten Schulnoten sei er von Minderwertigkeitskomplexen beherrscht worden, erläutert Flügler weiter. Er habe sich als Außenseiter gefühlt und konnte nicht auf Mädchen zugehen. Ein älterer Freund habe ihm geraten, ein Bier zu trinken – dann würde es ihm leichter fallen, Mädchen anzusprechen. Gesagt, getan: Steffen Flügler trank zum ersten Mal in seinem Leben Alkohol.

„Nun hatte ich endlich das, was ich die ganze Zeit gesucht hatte: Mut, Sex und Sicherheit“, sagt der Autor. Damals sei er der Meinung gewesen, Alkohol sei das Mittel gegen all seine Probleme. Mit 14 kamen schließlich Drogen hinzu. Er habe gedacht, er könne den Drogenkonsum kontrollieren, was ihm jedoch nicht gelang. Er sank immer mehr in den Alkohol- und Drogensumpf hinein. Das nötige Geld habe er sich mit Dealereien und „Geschäften“ verdient.

Nach mehreren Gerichtsverhandlungen kam Flügler sechseinhalb Monate lang ins Gefängnis. Doch selbst dort sei es ihm gelungen, seine Sucht zu befriedigen. „Als ich da reingekommen bin, hab' ich gedacht, ich komm' in meine Stammkneipe“, scherzt Flügler. Er kannte viele der Insassen, wurde von ihnen in den Gefängnisalltag eingewiesen, und sie



Schaffte nach 17-jähriger Drogenkarriere mit einem kalten Entzug den Absprung: Buchautor Steffen Flügler.

FOTO: BOLTE

besorgten ihm Alkohol, Drogen und Valium.

LSD, Speed, Koks, Heroin, Alkohol – nach seiner 17-jährigen Drogenkarriere hatte er alles durch. Damals war er gerade mal 29. Bis zu diesem Zeitpunkt hatte er weder einen Beruf erlernt noch gearbeitet. Erst nachdem sieben seiner besten Freunde an Krankheiten oder einer Überdosis gestorben waren und er selbst an der Schwelle zum Tode stand, wurden seine Lebensgeister wieder erweckt. Gequält von Entzugserscheinungen suchte er medizinische Hilfe auf. „Ein Arzt sagte, es sei ein Wunder, dass ich überhaupt noch lebe“, erklärt der heute 44-Jährige. Er ent-

schied sich für einen kalten Entzug, fiel ins Delirium und lag 48 Stunden lang im Koma. Nach dem Aufwachen wusste er tagelang nicht, wieso er sich im Krankenhaus befand.

Mit viel Überlebenswillen schaffte er das, was er niemals für möglich gehalten hätte: Er kehrte erfolgreich ins Leben zurück. Er arbeitete zunächst als Verkäufer, danach sieben Jahre lang als Führungskraft in der Logistikbranche. Während dieser Zeit war er auch als Songwriter, Musiker, Manager, Schauspieler und Stuntman aktiv. Im November 2008 erhielt er nach einem 30-monatigen Studium die Zulassung als Heilpraktiker auf dem Gebiet der Psychothera-

pie. Er arbeitet heute in Speyer.

Steffen Flügler hat noch immer mit den Folgeschäden seiner Sucht zu kämpfen. So hat er Schäden an Leber und Magen davon getragen. Und er habe ständig Alpträume, erzählt Flügler. Er finde es deshalb umso erschreckender, dass so viele Jugendliche schon im Alter von zwölf, 13 Jahren Alkohol und Drogen konsumieren, sagt Flügler. „Als ich in diesem Alter war, war ich die absolute Ausnahme. Heute hingegen ist dies eine Normalität.“

Durch die Verschärfung des Alkoholverbotes werde es noch schlimmer, meint er. „Da ist der Reiz noch größer.“ Wer an Alkohol und Drogen

kommen wolle, der schaffe es immer irgendwie. „Ich hatte selbst viele Co-Abhängige, die mir Geld geliehen haben und bei denen ich wohnen konnte“, erklärt er. „Wenn von Anfang an niemand da ist, der einem hilft, kommt es gar nicht erst zur Abhängigkeit.“

Da er selbst abhängig war und weiß, mit welchen Qualen dies verbunden ist, liegt ihm das Wohl der Süchtigen am Herzen. Er kämpft gegen Alkohol- und Drogenmissbrauch und hält in Schulen sowie in sozialen und öffentlichen Einrichtungen Vorträge über seine Geschichte. Seine Arbeit und das Verfassen seiner Autobiografie sieht er selbst als Therapie.