

Was ganz Besonderes: Ein „gerappter“ Therapierückblick in der Therapiestation Ignaz-Harrer-Straße

Mein Weg im 90er Haus

Ich war depressiv, saß zu Haus allein, kaputt.
War nicht schön, der Alkohol erzeugte
Leistungsdruck.
Verlor Mut, meine Freude und mein Leben.
Endstation, so konnte ich nicht weitermachen.

Mein Selbstvertrauen im Arsch, fühlte mich klein
wie ein Zwerg.
Echt kein Spaß, das Problem Alkohol so groß wie
ein Berg.
Ich war verzweifelt, was ist aus mir geworden?
Wäre ich besser nicht geboren oder schon
gestorben.

Meine Mutter sah mich an, macht sich Sorgen.
Sagte: „Mein Sohn lass dir helfen, denk an Morgen.“
Ich dachte nach - entschloss mich zum Entzug.
Recht klug - genug Enttäuschung, Lug und Betrug.

Was glaubt ihr, warum mach ich das – was ist meine
Motivation?
Ganz einfach, für ein besseres Leben und mein
Fleisch und Blut – meinen Sohn.
Im Entzug im Wagner Jauregg war ich betäubt mit
Praxiten.
Lenkte mich mit einem Mädchen ab, wollte die
Zukunft nicht sehen.

Am 1. September bin ich hier angekommen.
Die ersten drei Wochen waren ein auf und ein ab,
zwischen dableiben und ich sauf und hau ab.
Aber wusste, diesmal gibt's keinen Plan B, Plan A
wird durchgezogen.
Und sieh her, ich habe mich nicht selbst belogen.

Ich hielt den Therapievertrag ein
und steckte keinen Niederschlag ein.
Sport half mir auch viel in der Zeit.
Gut für Körper und hat meinen Geist geheilt.

Die Freizeitaktivitäten mit der Gruppe waren
meistens interessant.
Machte auch alleine etwas, Texte schreiben – hab
mich selbst erkannt.
Oder Gaisberg, mit dem Bus rauf, zu Fuß runter mit
Sepp Glas*,
er ist ein guter Junge – wir hatten richtig Spaß.

Den Untersberg rauf und runter ging ich dann mit
Yusof* eine Woche später.
Er ist ein toller Bergführer,
wir gingen jeden einzelnen Höhenmeter.

Hab Dart gespielt und gekocht mit den Kollegen,
danke für alles, ich lass euch Hochleben.
Ein Dankeschön geht raus an meine super
Therapeutin Frau Kranzl-Scheiber.
In Zukunft muss ich ohne sie auskommen, sie ist in
Salzburg ich in Traun, naja leider.

Auch an das Team danke, von A wie Aibner* bis W
wie Weinlich.
Frau Hofer*, Frau Gruber*, und wie sie alle heißen,
euch da vorne mein ich.
So jetzt komm ich zum Schluss!
Ich habe hier neue Möglichkeiten gewonnen,
neue Wege und Einsichten bekommen.

Ich habe die Erfahrung gemacht, Leute nicht in
Schubladen zu stecken.
Jeder hat was Gutes, man muss es nur finden und
wecken.
Mit einem lachenden und einem weinenden Auge
verlasse ich die Gruppe.
Respekt an euch, glaubt an euch, war stolz ein Teil
dieser Truppe.

Ich bin wieder topfit, vorbei mit Kopffick, voller
Selbstvertrauen, glücklich.
Wenn's nicht so läuft – sag ich zum Leben einfach:
Komm bück dich.
Spaß beiseite, ich versuch stabil zu bleiben, wie
Linzer Stahl.
So oder so, es liegt an mir - ich hab jeden Tag
wieder die Wahl.

Es ist nie zu spät,
ich weiß, ich bin auf dem richtigen Weg.

Danke BEN-G YEAH

*Rap von B.P., geschrieben für seinen Therapierückblick
Ende 2017*

* Namen geändert