



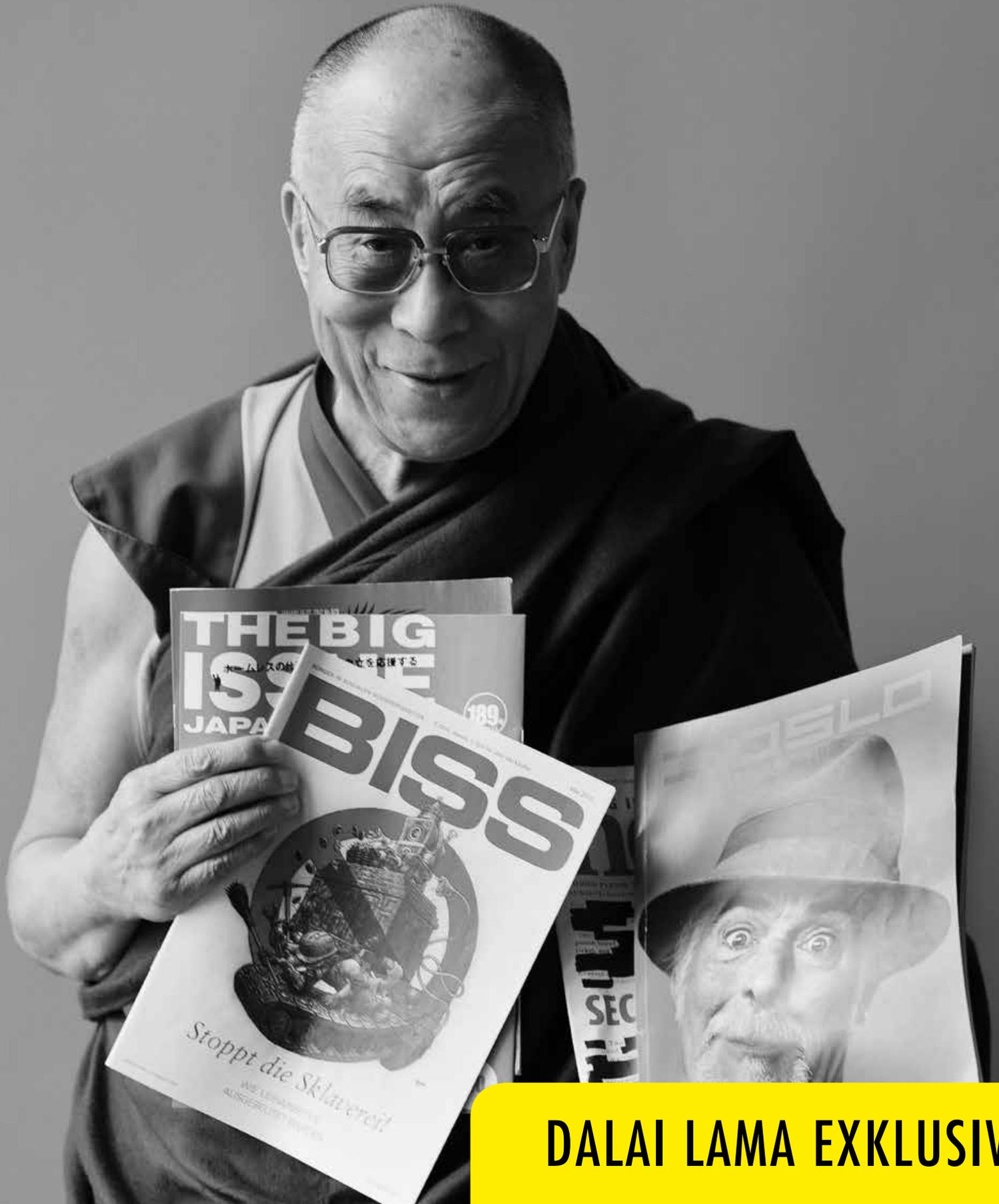
Arge für Obdachlose

# Kupfermuckn

Straßenzeitung von Randgruppen und sozial Benachteiligten

Ausgabe 135 | **SEPTEMBER 2012** | 1 Euro bleibt den VerkäuferInnen | Achten Sie auf den Verkäuferausweis

**2 Euro**



**DALAI LAMA EXKLUSIV**

Die Straßenzzeitung Kupfermuckn ist ein Angebot zur Selbsthilfe für Wohnungslose und für Menschen an oder unter der Armutsgrenze. Unsere Zeitung versteht sich als Sprachrohr für Randgruppen und deren Anliegen. Aktiv werden beim Zeitungsverkauf, beim Schreiben, Zeichnen oder Fotografieren bringt - neben Zuverdienst - das Gefühl, gemeinsam etwas geschafft zu haben. Von Wohnungslosigkeit Betroffene bilden mit Mitarbeitern/innen des Vereins »Arge für Obdachlose« in partnerschaftlichem Verhältnis die Redaktion dieser Zeitung.

## Redaktion

Straßenzzeitung Kupfermuckn  
Marienstraße 11, 4020 Linz, Tel. 0732/770805-13  
kupfermuckn@arge-obdachlose.at,  
www.kupfermuckn.at

Projektleitung, Koordination, Layout, Fotos:  
Heinz Zauner (hz), Chefredakteur  
Daniela Warger (dw), Leitung Redaktion  
Walter Hartl (wh), Redaktion, Layout

RedakteurInnen: Angela, Anton, Bertl, Christine, Claudia, Erich E., Erich H., Fredl, Fredy, Gabi, Georg, Günter, Hannes, Hans, Lilli, Manfred R., Manfred S., Margit, Markus, Michael, Roman, Sonja;  
Freie MitarbeiterInnen: Gerald, Susanne;

Titel: Der Dalai Lama im Gespräch mit dem internationale Straßenzzeitungsnetzwerk INSP - Foto: Simon Murphy

## Bankverbindung und Spendenkonto

Kupfermuckn, VKB Bank, BLZ 18600,  
Kontonr. 10.635.100

## Zeitungsausgabe in Linz, Wels und Steyr

Wohnungslose sowie Menschen die in Armut leben und ihren Lebensmittelpunkt in Oberösterreich haben, können sich Montags bis Freitags zwischen 8 und 12 Uhr bei den Ausgabestellen melden und erhalten einen Verkäuferausweis. 50 Prozent des Verkaufspreises verbleiben den VerkäuferInnen.

Arge für Obdachlose,  
Marienstraße 11, 4020 Linz, Tel., 0732/770805-19  
Soziales Wohnservice Wels, E 37,  
Eisenhowerstraße 37, 4600 Wels, Tel. 07242/64930  
Verein Wohnen Steyr, B 29,  
Hessenplatz 3, 4400 Steyr, Tel. 07252/50 211

## Medieninhaber und Herausgeber

Vorstand des Vereines »Arge für Obdachlose«, Vorsitzende Mag.<sup>a</sup> Elisabeth Paulischin, Marienstraße 11, 4020 Linz, www.arge-obdachlose.at



Die Kupfermuckn ist Mitglied beim »International Network of Street Papers« INSP  
www.street-papers.com

## LESERBRIEFE UND (RE-)AKTIONEN

### Christine traf den Dalai Lama in Dharamsala

*Seine Heiligkeit, der Dalai Lama, gab anlässlich seines Besuches in England dem internationalen Straßenzzeitungsnetzwerk INSP ein exklusives Interview (Seite 15). Christine von der Kupfermucknredaktion begegnete ihm in ihrem Leben bereits drei Mal.*

Im Zuge einer Reise durch Nordindien war ich zufällig gerade in Dharamsala, als der Dalai Lama eine Privataudienz für circa 200 Personen gab. Ich hatte mit 20 Jahren das Buch »Sieben Jahre in Tibet gelesen« und seit dem hat mich das Land und das Volk nicht mehr losgelassen. Wir standen alle im Innenhof eines Tempels und der Dalai Lama ging einzeln zu jedem, segnete ihn und überreichte einen weißen Schal. Das war im Jahr 1991. Die zweite Begegnung war Ende der 90er Jahre in Bad Ischl. Einen Monat vor dem Dalai Lama

kamen bereits zwei Mönche, die in der Trinkhalle ein Mandala aus farbigem Sand legten. Es war faszinierend ihnen zuzusehen, wie sie dieses Kunstwerk ganz langsam und in Perfektion schufen. Zum Schluss wurde die aufgebauete Ordnung zerstört, das Mandala zusammengereicht und in Flaschen gefüllt. Dann wurde der Sand von der Traunbrücke geschüttet und dem Fluß übergeben - als buddhistisches Ritual für das Werden und Vergehen. Hubert von Goisern hatte diese Einladung an den Dalai Lama ausgesprochen. Als der Dalai Lama kam, regnete es in Strömen. Er bewahrte trotzdem sein freundliches Gesicht, scherzte und lachte bei seiner bewegenden Ansprache. Als der Dalai Lama heuer im Mai in Wien am Heldenplatz sprach, kamen 7.000 Menschen. Davon waren tausende Exil-Tibeter aus ganz Europa. Es war sehr berührend. *Christine*

### »SOCIAL KHEVI« sammelte Spenden für neue Kupfermuckn-Kamera



Im Unterrichtsgegenstand Kultur-Projektmanagement entstand in der 6. Klasse des Khevenhüllergymnasiums Linz das Projekt »Social Khevi«. Die SchülerInnen sammelten 793,- Euro für den Ankauf einer neuen Kamera für die Straßenzzeitung Kupfermuckn. Bei der Spendentübergabe waren die Schüler auch an der Arbeit der Kupfermuckn sehr interessiert und einige blieben auch noch zum Interview mit Primar Dr. Kurosch Yazdi (siehe Seite 7). Vielen herzlichen Dank für Euer Engagement, sagt die Redaktion der Kupfermuckn.

## Kupfermuckn T-Shirts

dunkelblau mit gelbem Schriftzug  
in den Größen S, M, L, XL, XXL.  
Kosten: EUR 12,- plus EUR 2,- Versandkosten

Bestellungen unter:  
kupfermuckn@arge-obdachlose.at  
oder Tel. 0732/ 77080513





## »Borderline ist wie ein Ferrari mit 300 PS«

### Betroffene Menschen berichten über ihre Psychiatrie-Erfahrungen

Mit 17 kam ich ins Wagner-Jauregg-Krankenhaus. Zuvor lebte ich im Kinderheim St. Isidor, da mich meine Zieheltern weggeben mussten. Jedenfalls hatte das Jugendamt so entschieden. Meine eigenen Eltern kannte ich nicht, die gaben mich schon nach der Geburt weg. Die vom Jugendamt meinten, ich sei zurückgeblieben und brauche eine Sonderbetreuung. Nach meinen Jahren im Heim hatte ich keine Perspektiven und keine Aussicht auf eine Arbeit. Ich trank zuviel und galt als »brutal« – jedenfalls behaupteten das die Verantwortlichen des Jugendamtes. Es war eine schreckliche Zeit, denn damals waren die psychiatrischen Behandlungen noch wesentlich härter als heute. Ich wurde sofort nach der Aufnahme auf der Station A9 in eine Zelle gesperrt. Dort gab es nur ein Bett. In diesem musste ich den ganzen Tag angegurtet liegen

bleiben. Während dem Essen wurde ich gleich von vier Betreuern beaufsichtigt. Fünf Monate lebte ich isoliert in dieser schrecklichen Zelle. Schlimmer kann es in der Hölle auch nicht mehr sein, dachte ich mir immer. Dann aber konnte ich einen Arzt überzeugen, dass ich ein ganz normaler Mensch bin und überhaupt nicht »brutal«. Dank seines Vertrauens durfte ich dann bei den anderen Patienten leben und wurde erlöst. Ich wollte aber nicht den ganzen Tag untätig herumsitzen. So fragte ich einen Betreuer, ob er eine Beschäftigung für mich habe. Kurze Zeit später hieß es, ich könne in der Küche als Abwäscher mithelfen. Ich würde 750.- Schilling und zwei Packerl Zigaretten im Monat verdienen. Das machte ich dann drei Jahre. Später hatte ich dann sogar schon drei Stunden Ausgang pro Tag. Jeden Tag musste ich 25 Tabletten schlucken und vor

dem Schlafen gehen bekam ich zwei Spritzen. Ich war froh um den Job in der Küche. Die restliche Zeit saß ich nämlich nur apathisch herum und rührte mich nicht vom Fleck. Irgendwann begann ich sogar, mich zu vergessen. Ich zog auch Patienten an, denen es ähnlich ging wie mir. Wir saßen alle in einem Boot, in einem Sumpf. Damals dachte ich das erste Mal in meinem Leben an Selbstmord. Ein Arzt meinte sogar, ich müsse hier bleiben, bis ich die Augen schließe. »Du hast nie mehr eine Chance auf ein eigenständiges Leben«, sagte dieser zu mir. Zu jener Zeit war ich bereits teilentmündigt, also in einer schwierigen Lage. Ein Pfleger aber setzte sich dann für meine Entlassung ein. Es dauerte trotzdem noch eineinhalb Jahre, bis ich 1977 wirklich entlassen wurde. Der misstrauische Arzt meinte bei meiner Entlassung, dass ich ohne



hin bald wieder hier sein werde. Nach der Psychiatrie genoss ich meine Freiheit. Beim Ausgehen trank ich über meinen Durst. Es wurde immer mehr. Auch meine Kilos gingen nach oben: Beim Eintritt in die Psychiatrie wog ich 65 kg und danach hatte ich schon 125 kg. Trotzdem hatte ich Glück: Meine Teilentmündigung wurde aufgehoben, ich überlebte vier Selbstmordversuche und musste danach auch nie wieder in dieses Haus zurückkehren. Nur bei der Suche nach meinen echten Eltern hatte ich kein Glück. Sie meldeten sich nie bei mir. Ich wünsche es keinem, dass er das erlebt, was ich erlebt habe. Jahre später traf ich den netten Pfleger aus der Psychiatrie, der mir in der schweren Zeit so geholfen hat. Er war bereits in Pension und wünschte mir weiterhin viel Glück. Nun, viele Jahre später, möchte ich mich bei diesem Pfleger und auch bei meinen Zieheltern, bei denen ich bis zum sechsten Lebensjahr leben durfte, bedanken. Danke!  
*Peter*

### *Meine Diagnosen »Manisch depressiv« und »schizophren«*

Im November 1987, im Alter von 24 Jahren, hatte ich einen schweren Unfall in Braunau. Davor führte ich ein normales Leben: In einem Aluminiumwerk hatte ich einen Job und in der Freizeit ging ich Segelfliegen. Doch dann kam es zu diesem dramatischen Wendepunkt in meinem Leben: Bei regennasser Fahrbahn fuhr ich mit Bruders Yamaha mitten durch Braunau, als ich ins Schleudern kam und in das Auto eines alten pensionierten Lehrers rutschte. Die Folge: Ich wurde schuldig gesprochen und litt an einem schweren Schädel-Hirntrauma. In einem Reha-Zentrum in Klosterneuburg wurde ich drei Wochen stationär behandelt. Circa zehn Monate später, als ich wieder halbwegs gesund war, fuhr ich mit einem unangemeldeten Audi 80 auf einer Landstraße und hatte wieder Pech. Ich konnte nur noch in den zweiten Gang schalten, da ich zuvor das Getriebe manipuliert hatte. In meiner Verzweiflung steuerte ich das Lenkrad gerade aus und landete in einem Gartenzaun. Mir ist zwar nichts passiert, doch die vom Krankenhaus Braunau hatten mich direkt ins Wagner-Jauregg-Krankenhaus überwiesen. Dort kam ich gleich in die geschlossene Abteilung, wo ich von Pflegern mit Medikamenten vollgepumpt wurde. Schon am nächsten Tag konnte ich nichts mehr schlucken und essen und magerte ab bis auf die Knochen. Nach vier bis fünf Wochen verlegten sie mich dann in die offene Station, wo ich mir wieder Fett aufgefuttern habe. Insgesamt war ich zwei Monate in der Nervenklinik. Nach der Entlassung musste ich regelmäßig zu einem Psychi-

ater gehen. Als ich drei Tage hintereinander nicht schlafen konnte, ging ich ins Krankenhaus nach Braunau. Kaum war ich dort angekommen, lieferten sie mich sofort wieder ins Narrenhaus ein. Fast wäre ich erneut auf die Geschlossene gekommen, doch da ich schon bekannt war, hatte ich Glück und wurde gleich in die offene Station eingewiesen. Wieder musste ich zwei Monate dort bleiben. Meine längst geplante und schon anbezahlte Marokko-Reise musste ich stormieren. Ich bekam von dem Geld fast nichts mehr zurück. Das Leben in der Psychiatrie war hart, vor allem die Regeln. Es wurde sehr darauf geachtet, dass die Patienten ihre Medikamente einnahmen. Jedes Mal, wenn ich dies verweigert hatte, wurde mir das Mittel gespritzt. Ich musste mein Zimmer mit zehn anderen Patienten teilen. Was aber noch wesentlich schlimmer war: Mir wurden meine Pistolen und der Waffenschein genommen. Eine meiner Lieblingsbeschäftigungen war damals Pistolen schießen in der Schottergrube hinterm Haus. Mittlerweile ist auch mein Segelflugschein abgelaufen und nicht mehr verlängert worden. Nach der Entlassung musste ich wieder regelmäßig zu meinem Psychiater gehen. Bei einer Sitzung fragte ich diesen vorsichtig: »Na, was ist mit meinem Führerschein«, und klopfte ihm dabei kumpelhaft auf die Schulter. Daraufhin wurde dieser so wütend, dass ich erneut ins Narrenhaus eingeliefert wurde. Dieses Mal aber nur für zwei Wochen. Und dann ging ich sogar drei Mal freiwillig in die Psychiatrie nach Salzburg. Ich tat nämlich alles dafür, um meinen Führerschein wieder zu bekommen. In Salzburg habe ich mehr Chancen, dachte ich mir damals. Doch auch dort hatte ich keinen Erfolg. Im Gegenteil: Die Liste meiner Diagnosen wurde noch länger und vielfältiger: Von »manisch depressiv« bis »schizophren« war so ziemlich alles dabei. Ich war psychisch am Ende und als ich wieder nach Hause kam, schluckte ich circa 70 Schlaftabletten, da ich meinem elendigen Dasein ein Ende setzen wollte. Meine Mutter fand mich Nachmittags

im Zimmer liegend. Ich wurde mit der Rettung gleich wieder in die Psychiatrie gebracht. Seither habe ich versprochen, dass ich nie wieder einen Selbstmordversuch machen werde. Seit circa zwanzig Jahren lebe ich nun in Linz. Dank der Kupfermuckn und dem Verein »Exit Sozial«, wo ich Mitglied einer Theatergruppe bin, gibt es Lichtblicke in meinem Leben. Trotzdem leide ich täglich an den vielen Verlusten. Es ist, als hätte man mir mein Leben frühzeitig genommen. Anton

## Du bist in einer anderen Welt

Du hörst Stimmen, niemand außer dir hört diese Stimmen auch noch. Wer Stimmen hört, hört ganz real gesprochene Worte. An die vier Jahre war ich ein getriebener der Stimmenwelt, bis ich im Wagner-Jauregg Krankenhaus landete und erfuhr, dass ich nicht der Einzige auf der Welt bin, der Stimmen hört. Eine tonnenschwere Last ist von mir gefallen, als ich merkte, dass ich nicht gestorben bin, als ich mich über meine Stimmenwelt geöffnet hatte, weil die Stimmenwelt mir ja über all die Jahre vermittelt hatte, dass ich sterben werde, wenn ich über den Kontakt zu ihnen reden würde. Stimmen vermitteln immer, man darf nicht über sie reden. Dann wollen die Stimmen dir immer etwas anschaffen, einreden, dich so weit bearbeiten bis du es wirklich tust. »Leg den Löffel links von der Tasse hin«, sagen sie zum Beispiel wenn du einen Kaffee trinkst, oder »Das hat der oder die so gesagt oder gemeint«, wenn du an Jemanden denkst. Es gibt Menschen, die schalten den Fernseher nur dann ein, wenn die Stimmen es erlauben. Eine Bekannte von mir hat ihre ganze Geldbörse in die Mülltonne geschmissen weil die Stimmen es ihr eingeredet hatten. Das Schlimme an der Sache: Diese Dame lebt an der Armutsgrenze mit einem Mindesteinkommen. Es gibt auch Stimmenhörer, die andere umgebracht haben, weil die Stimmen es angeschafft haben. Das aber kommt Gott sei Dank nur selten vor. Ich

zum Beispiel höre eine Stimme aus dem Kopf meines Gegenübers, die im selben Tonfall wie seine wirkliche Stimme spricht. Da sind Aussagen dabei, welche diese Person unmöglich wirklich gesagt haben konnte. Ich muss dann immer überprüfen, ob das jetzt wirklich gesagt wurde oder nicht. Auch vom Nachrichtensprecher im Radio, Fernsehen, Bahnhofslautsprecher, Lautsprecher in öffentlichen Verkehrsmitteln höre ich Kommentare, die auf mich und die Welt bezogen sind. Eine Stimme redete mir ein, Gott zu sein, was mich bis ins Innerste erzittern ließ. Später habe ich mich bei so manchen Sachen gewundert was diese Stimme so forderte und von sich gab, habe meine Zweifel bekommen und habe angefangen diese Stimme zu prüfen. Bei so Manchem hielt sie zu bereits Behauptetem nicht Stand und da ich die Fähigkeit entwickelt hatte mit den Stimmen zu reden, habe ich diese Stimme, die behauptet hatte Gott zu sein, vor den anderen Stimmen lächerlich gemacht. Diese Stimme wurde dann extrem bedrohlich und beeinflussend. Über Jahre hinweg habe ich eine Taktik entwickelt, die es mir dann tatsächlich gelingen ließ, die Stimme los zu werden. Ich suggerierte der Stimmenwelt ein ekeliges, schleimiges Aussehen der Gottstimme und das hat diese Stimme immer weniger ertragen. Jedes Mal, wenn sie wieder in Erscheinung trat, wandte ich diese Technik an. Es zeigte immer mehr Erfolg, und schließlich trat sie überhaupt nicht mehr in Erscheinung. Das war ein wahres Schlüsselerlebnis, da ich fortan eine Möglichkeit hatte, mit dieser Taktik, die ich euphorisch entwickelte, mich von penetranten, bedrohlichen, mich in den Wahnsinn treibenden Stimmen zu erlösen. Heute lebe ich mit Stimmen, die plötzlich auftreten. Meist ist das kaum auszuhalten. Dank der jahrzehntelangen Erfahrung aber komme ich immer wieder damit zurecht. Heute lebe ich damit ohne Medikamente. All dies, für meine mich umgebenden Personen nicht in der Gesamtheit Wahrnehmbare, lässt mich immer wieder daran zweifeln, ob ich noch Energie für das





pro mente Psychosozialer Notdienst im Einsatz (Foto: pro mente)

Weitermachen aufbringen kann, in dem Ganzen noch eine Sinnhaftigkeit zu sehen. Es fühlt sich oft an, als wäre ich ein auf dem Rücken liegender Käfer, der hilflos mit den Beinen in der Luft rudert. *Manfred*

### **Ich habe gelernt, mit meiner Borderline-Erkrankung umzugehen**

Ich war das erste Mal mit 13 Jahren im Wagner-Jauregg. Voriges Jahr war ich das letzte Mal drinnen. Ich leide unter der Krankheit Borderline im extremen Stadium. Regelmäßig habe ich mich durch Ritzen selber verletzt. Insgesamt habe ich sieben Selbstmordversuche hinter mir, die glücklicherweise misslungen sind. Da ich gesund werden wollte, ließ ich mich heuer im Frühling vier Monate in Enns stationär behandeln. Es war eine sehr intensive Traumatherapie. Seit Juni nehme ich keine Medikamente mehr ein. Ich habe endlich gelernt, mit Borderline zu leben und auch damit umzugehen. In der Therapie erlernte ich Strategien, um mich selbst zu schützen und wie ich mit den Flashbacks, das sind Bilder aus der Vergangenheit, die blitzartig kommen und mich noch heute in ein Loch reißen, zu recht kommen kann. Ich weiß nun, was zu tun ist, wenn ich in Spannung komme, damit ich mich nicht mehr selbst verletze. Ich habe mich früher in solchen Situation immer wieder geritzt. Borderline ist eine emotionale Persönlichkeitsstörung. Ich habe aber nun auch regelmäßig Gesprächstherapie und einige Termine beim Facharzt. Die Krankheit Borderline

ist bei mir deshalb ausgebrochen, weil ich als Kind missbraucht wurde. Borderline und Trauma, so heißt es oft, liegen sehr dicht beieinander. Mir hat mein Therapeut in Enns Borderline sehr gut erklärt. »Borderline ist ein Ferrari mit 300 PS. Den muss man mal fahren können. So ist es auch bei Borderline«, hat er mir gesagt. Lange Zeit musste ich Medikamente zur Unterstützung einnehmen. Ich werde an mir selber arbeiten, um wieder halbwegs normal leben zu können. Ich habe es geschafft, dass ich mir eine Familie aufbaue. Das braucht auch seine Zeit. *Claudia*

### **Ich hörte Mädchenstimmen. Sie weinten, sangen und redeten**

Es fing im März letzten Jahres an. Ich hatte einen neuen Freund und war jeden Abend unterwegs. Damals arbeitete ich noch als Elektrikerin. Meinen Freund hatte ich in einer Bar kennen gelernt. Er war dort Kellner. Wir tranken mit Freunden jeden Tag bis vier in der Früh. Ich musste dann aber immer um sechs in die Arbeit. Dazwischen war keine Stunde Schlaf mehr möglich. Das ging zwei Wochen lang so dahin. Rückblickend war dies eine meiner extremsten Lebensphasen. In der zweiten Woche war ich dann endgültig fertig mit den Nerven. Hinzu kam ein Streit mit meinem Chef. Daraufhin stellte ich fest, dass ich am Ende meiner Realität angekommen und in meiner eigenen Welt gefangen war. Vollkommen verwirrt verließ ich die Firma bei starkem Regen und stoppte ein Auto. In Wels ange-

kommen, wollte ich nach Hause gehen. Auf dem Weg dorthin aber begegnete ich einem alten Arbeitskollegen, der mich in seine Werkstatt auf ein Bier einlud. Er hatte jedoch einen anderen Plan mit mir. Was dort geschah, darüber kann ich nicht schreiben. Jedenfalls zündete ich danach vor lauter Wut seine Werkstatt an und verließ das Gebäude. Zu jenem Zeitpunkt hatte ich schon starke Halluzinationen. An jenem Abend zog es mich magisch in eine Kirche, die sich vor meinem Auge auftürmte. Alles war nun anders. Zum ersten Mal hörte ich Stimmen, Mädchenstimmen. Sie weinten, sangen und redeten miteinander. Als ich die Kirche betrat, platzte ich mitten in die Abendmesse hinein. Ich ließ mich auf einer Kirchenbank nieder und drohte aus Erschöpfung einzuschlafen. Damit das nicht passierte, verließ ich das Gebäude. Draußen passierte etwas Merkwürdiges. Vom Kirchturm herab hörte ich ein Mädchen schreien. Ich blickte hinauf und plötzlich standen zwei ältere Damen hinter mir. Sie redeten mich an und gaben mir 50,- Euro für die Heimfahrt. Etwas zögerlich aber dankbar, nahm ich das Geschenk an, kaufte mir eine Fahrkarte und fuhr wieder Richtung Wels. Dort angekommen, fand ich aber nicht heim. Verwirrt ging ich am Traunweg entlang. Wieder hörte ich eine Mädchenstimme singen und folgte dieser. Meine Beine bewegten sich wie von selbst. Ich kletterte über Zäune, schleppte mich über Grundstücke, watete durch schlammigen Boden, bis ich wieder am Traunufer stand und dann flussaufwärts ging. Die Stimme in meinem Kopf wurde lauter. Plötzlich rannten mir Polizisten entgegen und nahmen mich mit. Da ich nicht reden wollte, brachten sie mich in die Psychiatrie. Anfangs wehrte ich mich, ließ es dann jedoch zu. Ich kam in die geschlossene Abteilung, wo ich einen Monat verbrachte. Danach wurde ich in die Tagesklinik verlegt. Ich hatte Glück. Mir wurde geholfen. Mit meinen 19 Jahren habe ich noch Möglichkeiten. *Anna (Wels) // Foto Seite 3: Exit Sozial*

## **Hilfe bei psychischen Krisen**

Psychosozialer Notdienst der pro mente, Notruf bei psychischen Krisen, rund um die Uhr 0732/651015

Krisenintervention / Krisenzimmer  
Verein Exit Sozial im Psychosozialen Zentrum Linz-Urfahr, Wildbergstraße 10a, 4040 Linz, Tel. rund um die Uhr 0732/719719

# Wenn die Seele leidet

## Psychische Erkrankungen und ihre vielen Gesichter



Primar Dr. Kurosch Yazdi, Leiter der psychiatrischen Abteilung im Wagner-Jauregg Krankenhaus (Foto: hz)

**Bedrückte Stimmung, düstere Gedanken, innere Leere. Ängste und Hoffnungslosigkeit machen sich breit. Man hat das Gefühl, bei allem gegen einen bleiernen Widerstand zu kämpfen zu haben. »Jeder von uns kennt solche Stimmungstiefs. Kaum jemand aber kann sich den hohen Leidensdruck, welcher schwere psychische Erkrankungen auslösen kann, vorstellen«, so Dr. Kurosch Yazdi, Leiter einer psychiatrischen Abteilung im Wagner-Jauregg Krankenhaus. Hinzu kommt die Stigmatisierung psychisch Kranker in unserer Gesellschaft, eine zusätzliche Belastung für Betroffene.**

Menschen, die eine Psychotherapie oder psychiatrische Behandlung in Anspruch nehmen, laufen nach wie vor Gefahr, von anderen ausgeschlossen zu werden. Auch wenn sich die Zeiten geändert haben und viele Menschen offener über ihre seelischen Probleme sprechen, gebe es vor allem im ländlichen Raum noch immer Vorbehalte gegenüber psychisch kranken Menschen, kritisiert der Psychiater. Depression sei eine weit verbreitete Erkrankung. »15 Prozent aller Menschen sind irgendwann einmal im Leben davon betroffen. Prinzipiell kann es jeden treffen«, so Yazdi. Außerdem handle es sich bei Depressionen um eine ernst zu nehmende psychische Erkrankung, oft sogar um eine lebensbedrohliche. In vielen Fällen sei nicht Überforderung die Ursache für Depressionen, sondern eine genetische Veranlagung meist in Verbindung mit privaten Konflikten, kränkenden Situationen oder tiefgreifenden schwierigen Veränderungen der Lebensumstände.

### Depression, Burnout und Schizophrenie

Seit einigen Jahren kursiert der Begriff »Burnout-Syndrom« mehr denn je durch die Medien. Dieser Terminus werde sehr schwammig und oft undifferenziert verwendet, konstatiert der Psychiater. Es komme häufig vor, dass Burnout sowohl für lebensbedrohliche Depressionen als auch für einfache Erschöpfungszustände benutzt werde. Das sei falsch. »Burnout«, so Yazdi, haben nur jene, die wirklich einmal für eine (meist berufliche) Sache »Feuer und Flamme« gewesen seien. »Nur wenige Menschen haben jedoch für ihre Arbeit »gebrannt«, ist der Psychiater überzeugt. »Burnout« klinge vielleicht besser, wenn man aber von Burnout spreche, würden sehr häufig Kriterien anderer psychischer Erkrankungen vorliegen. In den seltensten Fällen liege dabei aber eine wirklich schwere Erkrankung wie beispielsweise Schizophrenie vor, denn davon, so Yazdi, seien nur ein Prozent der Bevölkerung betroffen. Anders als bei Depressionen ist bei Schizophrenie das gesamte Ausmaß der Gefühle, der Wahrnehmungen und des Verhaltens betroffen und verändert. In der Umgangssprache wird oft von »gespaltener Persönlichkeit« gesprochen. Bei einer schizophrenen Erkrankung seien die Symptome vielfältig - von Denkstörungen und dem Gefühl der Zerfahrenheit bis hin zu Wahnideen und Paranoia.

### Alterssuizid höchste Rate

Menschen, die psychisch erkrankt sind, erleben häufig einen so hohen Leidensdruck, dass sie nicht mehr leben wollen. Die Selbstmordrate sei zwar in den letzten Jahren langsam aber kontinuierlich zurückgegangen, trotzdem sterben pro Jahr circa 1000 Menschen in Österreich am Freitod. Alterssuizid sei dabei am höchsten, betont Yazdi. Die Mehrzahl der Selbstmörder seien Pensionisten, weit über 70 Jahre alt. Der Psychiater konnte darüber nur spekulieren, führte aber die allgemeine Verunsicherung in diesem Alter, Einsamkeit oder auch schwere Erkrankungen als Faktoren an. Ein weiteres Phänomen: Suizide kommen generell bei Männern wesentlich häufiger vor als bei Frauen, wobei es sich bei Selbstmord-

versuchen genau umgekehrt verhalte. Laut Yazdi würden Frauen leichter über ihre Probleme sprechen und so eher einen Weg aus der Krise finden als Männer, die üblicherweise ein weit höheres Aggressionspotenzial in sich tragen. Außerdem würden Frauen eher zu auto-aggressivem und Männer zu fremdaggressivem Verhalten neigen, erläuterte der Arzt.

### Stationäre Behandlung

Im Falle schwerer psychischer Erkrankung besteht die Möglichkeit einer stationären Behandlung, denn oft befinden sich Betroffene in einem Teufelskreis, aus dem sie von selbst nicht mehr herauskommen. Der Bedarf an einem stationären Hilfsangebot ist in Oberösterreich laut Yazdi sehr groß. Die Linzer Nervenklinik Wagner-Jauregg voll ausgelastet. Zusätzliche Notbetten, die in den Gängen aufgestellt werden müssen, seien keine Seltenheit. Um solchen Situationen zukünftig entgegen zu wirken ist ein neues Behandlungskonzept geplant: »Wir wollen unseren Patienten vermehrt Spezialambulanzen anbieten, damit wir ihnen schneller und besser helfen können«, so Kurosch. Es gehe darum, dass man erkrankte Personen kurz aufnehmen und danach intensiv ambulant behandle. Ferner trage der »Psychiatrische Samstag«, eine psychiatrische Tagung mit Experten, Angehörigen und Kranken in Linz seit vielen Jahren erfolgreich dazu bei, der Stigmatisierung psychisch Kranker entgegen zu wirken. (dw)



»Pro Jahr sterben circa 1000 Menschen in Österreich am Freitod« (Dr. Kurosch Yazdi)

# Ökologischer Fußabdruck

Als vor genau 40 Jahren ein Team um Dennis Meadows erstmals die »Grenzen des Wachstums« errechnete, war der sorgsame Umgang mit unserem Planeten für den Großteil der Menschen bestenfalls ein Randthema. Heute haben Begriffe wie Treibhauseffekt, Ozonloch, Raubbau an der Natur, atomarer GAU, Umweltgifte oder Sondermüll ihren festen Platz in den Medien gefunden. Politiker beeilen sich, ein Problembewußtsein für das neue »Klima« zu zeigen und berufen weltweite Konferenzen ein, um die Zivilisationsschäden einzudämmen - mit zweifelhaftem Erfolg, wie wir wissen. Zumeist wird dabei - von oben herab - mit riesenhaften Zahlen operiert, die NormalverbraucherInnen in ihrem Alltag nicht festmachen können. 1994 haben William Rees und Mathis Wackernagel daher den *ökologischen Fußabdruck* als Maß für den individuellen »Naturverbrauch« vorgeschlagen: Ernährung, Wohnen, Mobilität, Infrastrukturen und die Entnahme von Rohstoffen werden in Flächenbedarf umgerechnet und in Global Hektar (Gha) dargestellt. Damit ist es möglich, für alle BewohnerInnen dieses Planeten zu ermitteln, *wieviel Platz* sie infolge ihres Lebensstils beanspruchen. Wir haben einige Kupfermucknredakteure eingeladen, ihren persönlichen Fußabdruck zu berechnen. Es war keine Überraschung, daß die Ergebnisse weit unter dem österreichischen Durchschnitt (4,9 bis 5,29 Gha - je nach Quelle) liegen. Ehemalige Obdachlose leben selten »auf großem Fuß«! LeserInnen, die ihren eigenen Wert bestimmen wollen, können dies unter der Web-Adresse »[www.mein-fussabdruck.at](http://www.mein-fussabdruck.at)« tun. Der »Footprint-Rechner« des Bundesministeriums für Land- und Forstwirtschaft ist unkompliziert und für einen Einstieg in das Thema gut geeignet.

**Katar 11,68**  
**Kuwait 9,72**  
**Vereinigte Arabische Emirate 8,44**

Zuletzt noch ein globaler Rahmenwert: 2008 lag der durchschnittliche weltweite Fußabdruck bei 2,7 Gha pro Person. »Die Erde würde 1,5 Jahre brauchen, um die erneuerbaren Ressourcen komplett wieder aufzubauen, die die gesamte Menschheit in *diesem* Jahr verbraucht« hat. Die modernen Konsumgesellschaften bedienen sich fossiler Energien aus früheren Erdzeitaltern, leben auf Kosten der ärmeren Regionen und jedenfalls über ein verträgliches Maß hinaus - auch dies zeigt der ökologische Fußabdruck. *Zitat und internationale Vergleichsdaten entstammen dem »Living Planet Report 2012« des WWF und bilden das Jahr 2008 ab; Angaben in Global Hektar. Danke an Mag. Hermann Rainer vom Klimabündnis OÖ für die Materialsammlung. (wh)*

**USA 7,19**  
**Japan 4,17**  
**China 2,13**  
**Indien 0,87**

## Meist zu Fuß oder mit dem Rad

Eigentlich lebe ich ganz bescheiden. Doch zum Zeitung-Austragen brauche ich täglich mein Moped. Alle anderen Dinge erledige ich zu Fuß oder mit dem Fahrrad. Beim nächsten Kauf von Elektrogeräten werde ich mehr auf den Energieverbrauch achten.

Margit / Foto: dw



## Zum Kuckuck, die Uhr ist fast abgelaufen

660 Grad Celsius ist der Schmelzpunkt von Aluminium. Es ist ein unglaublicher Aufwand, das Aluminium aus dem Boden zu holen, die Maschinen, die vom Transport bis zur Fertigstellung des Aluminium-Produkts notwendig sind, die Energie zur Herstellung der ganzen Maschinen dafür und um sie zu betreiben und die Energie, um 660 Grad Celsius zu erreichen. Das alles könnte man der Welt ersparen, wenn man die Dose entsorgt. Wir sollten achtsamer mit unseren Ressourcen umgehen, bevor es tatsächlich zu spät ist. *Manfred / Foto: wh*



3,2



**Dänemark 8,25**

**Belgien 7,11**

**Österreich 5,29**

**Deutschland 4,57**

**Türkei 2,55**

**Albanien 1,81**

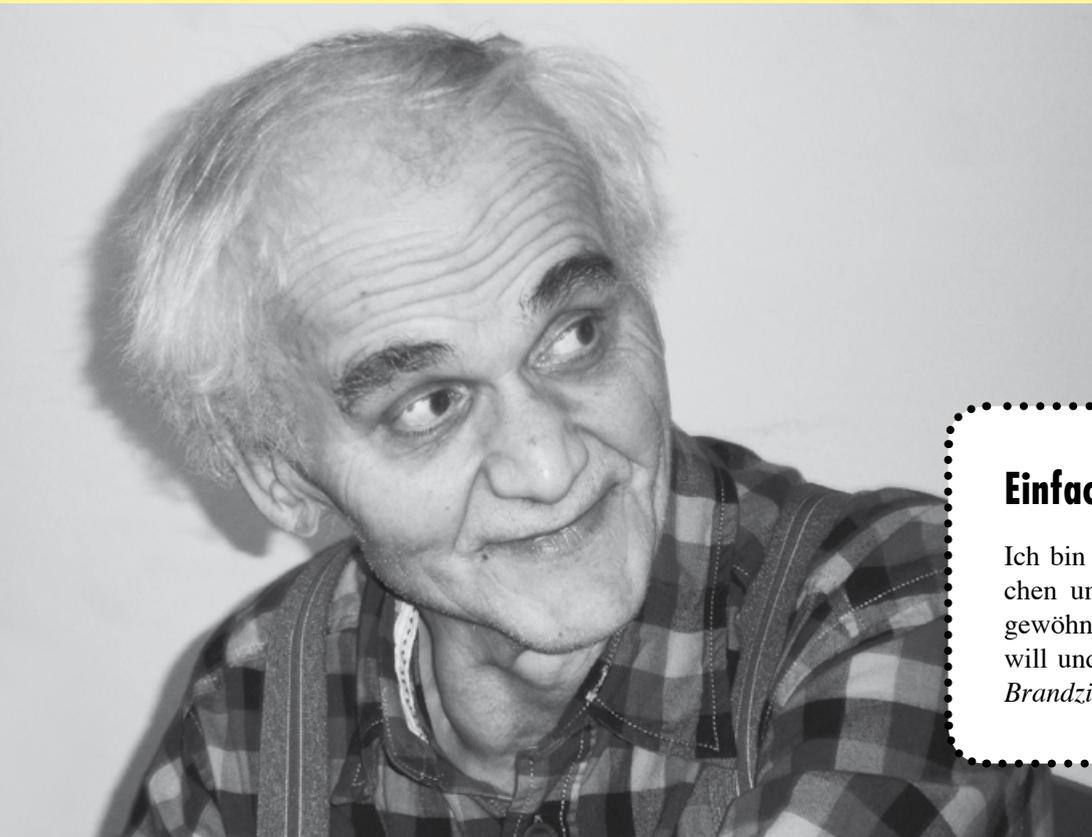
## Als Einzelkämpfer für die Natur

Ich habe eigentlich mit einem kleinen Abdruck gerechnet. Dass dieser so klein ist, wundert mich fast ein wenig. Da ich kaum Zuhause bin und kein Fahrzeug besitze, kann ich es mir aber gut vorstellen. Für Banken haben wir Geld. Wer aber kümmert sich um den Erhalt der Umwelt? Würde es etwas Sinnvolles geben, würde ich mich sofort aktiv für den Umweltschutz einsetzen. So kann ich mich nur als Einzelner einbringen, indem ich so wenig wie möglich Energie verbrauche. *Markus / Foto: Lorenz Tröbinger*



3,4





### Einfach und sehr bescheiden

Ich bin seit früher Kindheit einen einfachen und sehr bescheidenen Lebensstil gewöhnt. Dabei soll es auch bleiben! Ich will und brauche niemanden überbieten.  
*Brandzinken Günter / Foto: hz*



3,0

**Eriträa 0,66**  
**Ruanda 0,71**  
**Rep. Kongo 0,76**  
**Mozambique 0,78**

### Weniger ist mehr

Da ich mein Leben lang wenig Geld zur Verfügung hatte, bin ich mit Dankbarkeit und Freude beim Wenigverbrauch dabei, achtsam mit unserer Umwelt umzugehen. Weniger ist mehr! Ab und zu eine Reise in südliche Gefilde würde ich mir schon noch wünschen.  
*Christine / Foto: wh*



3,2

**Timor 0,47**  
**Haiti 0,60**



## Kann mir kein Auto leisten

Ich würde mir schon ein Auto wünschen, leider kann ich es mir nicht leisten. Eine größere Wohnung wäre auch wegen meiner Kinder notwendig. Sonst bin ich eigentlich zufrieden mit dem, was ich mir mit der Invaliditätspension leisten kann. Es geht mir auch besser seit ich verheiratet bin. Vorher war es oft schon sehr eng. Mir ist es aber sehr wichtig, dass wir auf unsere Welt schauen. *Claudia / Foto: wh*



3,2



**Palästina (besetzte Gebiete) 0,46**

**Afghanistan 0,54**

**Bangladesch 0,66**

**Pakistan 0,75**

**Nepal 0,76**

## Umweltschonender Überflieger

Ich kann Müllsünder und Leute mit verschwenderischem Lebensstil nicht ausstehen. Unsere Erde wäre sicher noch zu retten, wenn endlich ein Umdenken stattfinden würde. Ich lebe sehr bescheiden, trenne meinen wenigen Müll, spare Energie und werfe kaum etwas weg. Außerdem besitze ich kein Auto. Segelfliegen war früher mein Hobby. Das ist die sparsamste Methode, in die Luft zu gehen. Ich habe leider keinen Segelflugschein mehr (siehe dazu meine Geschichte auf S. 4 + 5). *Anton / Foto: hz*



3,9





## **Zur Strafe musste ich eine Schachtel Zigaretten rauchen**

Als ich sieben Jahre alt war, schickte mich meine Mutter Zigaretten kaufen. In der Trafik hatte ich vorerst keine Chance. Die Frau hinter der Kassa meinte, ich sei zu jung, sie dürfe mir keine geben. So ging ich mit leeren Händen heim zu meiner Mutter, die zu dem Zeitpunkt schon ziemlich betrunken war. Sie war sehr wütend darüber, dass ich ihr keine Zigaretten mitgebracht habe. Am nächsten Morgen nahm sie mich bei der Hand und ging mit mir zur Trafik. Nach einer längeren Diskussion stimmte die Trafikantin zu, dass sie mir trotz meiner Minderjährigkeit Zigaretten geben werde. Abends, als wir alle gemeinsam um den Tisch saßen, bat meine Mutter meinen Vater um eine Zigarette. Er aber gab ihr keine. Sie tat mir leid und mir schossen viele Gedanken durch den Kopf. »Ich habe zwar kein Geld, ich muss ihr aber unbedingt irgendwie Zigaretten besorgen«, dachte ich mir und schlich mich davon. Als ich in der Trafik eintraf, war zufällig niemand da. Ich nutzte die Chance, beugte mich über das Rubbel-Los Kästchen, schnappte mir zwei Päckchen Marlboro und rannte nach Hause. Dort gab ich meiner Mutter die Zigaretten. Sie war erstaunt und wollte wissen, wie ich zu der Packung gekommen bin. Etwas zögernd rückte ich mit der Wahrheit heraus. Sie war total wütend darüber und schlug mich mit einem Besen, bis ich ganz rot, weiß und blau war. Am nächsten Tag schleppte sie mich zur Trafikantin. Dort musste ich mich entschuldigen und die geklauten Packungen bezahlen. Es war mir total peinlich. Als ich elf war, ließen sich meine Eltern scheiden. Meine Mutter zog mit uns Kindern und ihrem neuen Freund nach Oberösterreich. Mein Stiefvater, ebenfalls ein Raucher, schickte mich schon von Anfang an, Zigaretten für ihn zu kaufen. Allmählich wurde ich neugierig und ich wollte wissen, was es mit dem Rauchen auf sich hatte. Eines Tages fragt mich meine Mutter, ob ich bei ihr anziehen dürfe. Sie reagierte total entsetzt und sagte mit Nachdruck: »Fang ja nie mit diesem Blödsinn an.« Bei meinem Stiefvater aber war ich erfolgreich. Er streckte mir die glühende Zigarette entgegen und sagte: »Hier, zieh an.« In diesem Moment kam meine Mutter dazwischen. Sie reagierte mit Zorn und Unverständnis. Daraufhin packte mein Stiefvater sie an den Haaren und schlug sie gegen das Wohnzimmer-Regal. Ich fühlte mich total hilflos, da ich ihr nicht helfen konnte. Die Tage vergingen und wieder einmal bekam ich von der Mutter Geld zum Zigaretten holen. Nachdem ich die Schachtel gekauft hatte, versteckte ich mich hinter der Trafik und rauchte heimlich

# Wie ich zum Raucher wurde

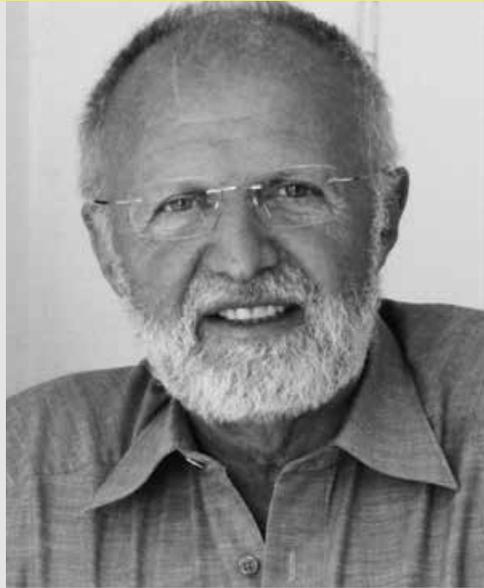
... und andere Geschichten aus der Welser Notschlafstelle E37

eine Zigarette. Als meine Mutter herausgefunden hatte, dass ich diese geraucht habe, war sie total aus dem Häuschen. Auch mein Stiefvater war wütend. Zur Strafe musste ich vor den beiden eine Schachtel Zigaretten rauchen. Sie glaubten, ich würde danach nie wieder eine anfassen. An jenem Tag wurde ich fix zum Raucher. *Darko*

### **Ich war psychisch am Ende und habe nur noch geheult**

Oh Gott. Nie im Leben hätte ich daran gedacht, obdachlos zu werden. Man denkt da eher an Männer, die auf der Straße leben, die ungepflegt, trinkend und pöbelnd auf sich aufmerksam machen. Niemals aber hätte ich gedacht, dass ich einmal davon betroffen sein könnte. Wir waren eine vierköpfige Familie. Gemeinsam mit Eltern und Großeltern lebten wir in einem Haus. Die Kinder behaupten heute noch, sie hätten eine schöne Kindheit gehabt. Vor zehn Jahren hatte meine Oma dann einen Wirbelbruch erlitten und lag zehn Tage im Spital. Kurz darauf begann ihre Alzheimer-Erkrankung. Meine Mutter und ich sorgten Tag und Nacht für sie. Wir pflegten sie und ich übernahm auch ihre medizinische Versorgung: Infusionen umhängen, spritzen, Nadel wieder herausnehmen. Ihre Haut war schon sehr dünn, deshalb durfte ich die Nadel nicht stecken lassen. Ich kümmerte mich mit all meiner Liebe um sie, denn sie hat mir im Leben viel gegeben. Im September 2002, an Muttis Geburtstag, verstarb sie dann 85-jährig. Von da an ging es mit unserer Familie bergab. Ich war psychisch am Ende. Ein Jahr später verlor mein Mann auch noch seine Arbeit. In der Pfarre Offenhausen fand ich einen Job als Raumpflegerin. Nebenbei war ich schon 15 Jahre lang Begleitperson im Kindergarten-Bus. Von Jänner bis Juli 2004 half ich dann auch noch im Kindergarten aus. Dann übernahm ich noch zusätzlich für die Putzfrau die Vertretung. Unser Absturz aber war nicht mehr aufzuhalten. 2005 schaltete sich auch noch das Jugendamt ein, denn mein Mann wurde immer gewalttätiger. Wir mussten uns schützen und so schnell wie möglich von ihm weg ziehen. Und so kam es, dass wir plötzlich aus unserem sozialen Umfeld gerissen wurden. Meine Kinder wurden sehr krank. Im Juni 2006 hieß es, die Kinder müssen in eine Wohngemeinschaft. Damit wir ein bisschen mehr Geld hatten, arbeitete ich noch beim Volksfest mit. Dann, im September, war es soweit: Ich brach kraftlos zusammen und habe nur noch geheult. Nach nur fünf Monaten kam mein Sohn wieder nach Hause, da er für die WG nicht mehr »tragbar« war. Das hat mir schließlich das Leben gerettet. Wir bekamen

# Vota, kaunst ma bitte a Bier zoin!



**Günter Spitzer leitete 21 Jahre den Verein Soziales Wohnservice Wels. Eröffnet wurde die Notschlafstelle 1989 damals als Provisorium und über die Jahre immer wieder in Stand gesetzt. Mit der Eröffnung der neuen Wärmestube im August und dem Start des Neubaus von Notschlafstelle und Wohnheim verabschiedet sich der Welser Pionier der Wohnungslosenhilfe in die Pension.**

**Im August wurde die neue Wärmestube eröffnet. Wie hat denn alles begonnen?**

Ende der 80er Jahre haben sich einige engagierte Welser rund um unseren Obmann Mag. Wolf Dorner für den Betrieb einer Notschlafstelle für Obdachlose eingesetzt. Obwohl es am Anfang sogar eine Unterschriftenaktion gegen das Haus gegeben hat, wurde 1989 das Haus in der Eisenhowerstraße 37 gekauft. Dass es einen dringenden Bedarf gab, sah man daran, dass gleich zur Eröffnung das Haus mit 20 Bewohnern bis oben hin voll war. Wir hatten damals sogar ein Sechsbettzimmer mit drei Stockbetten. Ich war im Vereinsvorstand und habe Anfangs einige Nachtdienste gemacht. 1991 wurde ich dann als Geschäftsführer angestellt. Bald wurden noch zwei Räume angebaut und eine Frauenwohngemeinschaft in einem anderen Haus eröffnet. Später wurde für diesen Zweck ein eigenes Haus angemietet. Damit wir die Bewohner auch wieder in normale Wohnverhältnisse integrieren können, wurden nach und nach 15 Übergangswohnungen angemietet. Zwischenzeitlich gab es im alten Strebelwerk bereits einmal eine Wärmestube außerhalb des E 37, bis das Gebäude dann abgerissen wurde.

**Wie siehst Du die Stimmung in den frühen Jahren und heute?**

Früher haben die Bewohner länger bei uns gewohnt und so war es etwas familiärer. Einmal wurde ich bei einer Delegiertenkonferenz der SPÖ mit Lautsprecher dringend ausgerufen. Als ich zum Empfang kam, stand da einer unserer Bewohner und sagte: »Vota, konst ma bitte a Bier zoin!« Solche Anekdoten gab es über die Jahre viele. Mit der Schaffung von Qualitätsstandards gemeinsam mit dem Land, bekamen wir dann mehr Sozialarbeiter. Nun gibt es mehr Zeit für Gespräche und die Integration der Bewohner. Heute ist die Verweildauer kürzer und es sind auch viel mehr junge Bewohner im E 37. Vielleicht kommt es mir aber nur so vor, weil ich ja selbst älter geworden bin.

**Ist es Deiner Erfahrung nach möglich, Obdachlose wieder in die Gesellschaft zu integrieren?**

Ich denke, dass mindestens ein Drittel unserer Bewohner wieder in ein ganz normales Leben mit Beruf, Wohnung und oft Familie zurückgefunden hat. Ich treffe immer wieder am Markt oder sonst wo ehemalige Bewohner und dann gehen wir oft auf einen Kaffee. Besonders freut es mich, dass die ehemaligen Bewohner diesen Abschnitt ihres Lebens nicht verleugnen wollen, sondern dazu stehen können.

**Wie siehst Du die Zukunft des E 37 und welche Pläne hast Du in Deiner Pension?**

Mit der Eröffnung der Wärmestube im August und dem Startschuss zum Neubau des Hauses in der Eisenhowerstraße 37, sind die Weichen gut gestellt und bei meiner Nachfolgerin Petra Wimmer in sehr guten Händen. In der Wärmestube mit 170 m<sup>2</sup> ist nun ausreichend Platz. Die Bewohner der Eisenhowerstraße 37 ziehen für ein Jahr in ein Haus in der Vogelweide. Wenn der Neubau fertig ist, haben wir Platz für 35 Personen. 16 Plätze wird es in der Notschlafstelle und 19 im Wohnheim geben, wobei ein Stockwerk für Frauen zur Verfügung stehen wird. In der Pension möchte ich reisen. Ich habe mir schon einen Wohnwagen gekauft. Die erste Reise führt ins Burgenland und im Winter fliege ich nach Thailand. (hz)

# Soziales Wohnservice Wels

## Notschlafstelle E 37

Das Haus Eisenhowerstraße 37 bietet wohnungslosen Männern eine Wohnmöglichkeit mit fachkundiger Betreuung durch ausgebildete SozialarbeiterInnen. Im Notfall kann man für eine Nacht, im Bedarfsfall bis zu einem Jahr bleiben. Hilfestellung wird in vielen Lebensbereichen angeboten.

## Neues Tageszentrum in der Salzburgerstraße 46 eröffnete im August

Die altbekannte Wärmestube in der Eisenhowerstraße platzte aus allen Nähten. Nun ist es endlich soweit: Auf 170 m<sup>2</sup> entstanden zwei Aufenthaltsbereiche für Männer und Frauen, die ganztägig genutzt werden können. Das warme Mittagessen wird weiterhin für € 1,- angeboten, zusätzlich gibt es die Möglichkeit zum Wäsche waschen und zur Körperpflege. Auch die Straßenzeitung Kupfermuckn wird seit zwölf Jahren im Tageszentrum zum Verkauf angeboten.

## Frauenwohngemeinschaft

Die Wohngemeinschaft für Frauen bietet vier Frauen mit/ohne Kindern bei drohender oder akuter Wohnungslosigkeit eine Wohnmöglichkeit. Zur Ruhe kommen, sich aussprechen, die eigenen Angelegenheiten klären und erledigen, all das ist in einem geschützten Rahmen möglich. In Gesprächen mit der Sozialarbeiterin werden die Hilfsangebote besprochen, Kontakte zu anderen Beratungseinrichtungen hergestellt und Ziele erarbeitet.

## Betreutes Übergangswohnen

Manchmal ist der Schritt von der Wohnungslosigkeit zu einer eigenen Wohnung zu groß. Daher bieten wir als Zwischenlösung zwölf betreute Übergangswohnungen an. Diese leistbaren Kleinwohnungen werden von uns bei den Wohnungsgenossenschaften angemietet, verwaltet und befristet weitervermietet.

Soziales Wohnservice Wels  
E 37, Eisenhowerstr. 37, 4600 Wels,  
Tel.: 07242/64930, [www.sws-wels.at](http://www.sws-wels.at)

zwei neue Betreuer und es ging wieder aufwärts. Im Mai 2007 verließen wir Wels. Bei Pennewang verbrachten wir zwei glückliche Jahre. Danach lebten wir noch ein halbes Jahr in einem älteren Häuschen in Eferding. 2010 aber wusste ich schon wieder nicht mehr weiter. Wir bekamen die Adresse vom Sozialen Wohnservice E37 in Wels. Dank der Unterstützung der Sozialarbeiter bekamen wir eine Garconnière in der Ebenhochstraße. Oh Gott, waren wir froh, dass wir wieder ein Dach über dem Kopf hatten. Kein Mensch kann sich vorstellen, wie schlimm so eine heimatlose Situation ist, wenn er das nicht selbst erlebt hat. Nun aber bin ich schon wieder in derselben Situation. Ich bin wieder obdachlos. Ich möchte aber die Hoffnung nicht verlieren, denn ich weiß, dass ich wieder von den Sozialarbeitern des E37 aufgefangen werde. Auch eine Sozialeinrichtung von pro mente unterstützt uns. Ich bin von Herzen froh, dass es solche Einrichtungen gibt. *Ulrike*

## So ging es Jahre dahin. Freiheit und Haft wechselten sich ab.

Alles begann, als ich neun Jahre alt war. Ich erlebte Krieg, Not, Hunger, Kälte, sah Menschen sterben. Damals verstand ich diese Ereignisse nicht. Später, als mein Geist frühzeitig zu reifen begann, wusste ich, was um mich herum passierte. Trotzdem geschahen Dinge, die ich bis heute nicht verstehen kann. Eines Tages fiel hinter mir eine Zellentür ins Schloss. Zurück blieb das Gefühl der Einsamkeit, Schmerz und Traurigkeit und des Getrennt-Seins von den anderen Menschen. Menschen, die ich zutiefst liebte. Ich erinnere mich an damals, als wäre es heute: Meine ersten Stunden im Häfn tropften dahin. Ich war getrennt von allem. Aber ich wusste auch - mein Geist, der war frei! Zelle, Mithäftlinge, Gewalt. Das war damals meine Welt, meine Wirklichkeit. Ich überlebte diese Zeit. Als meine Haft zu Ende und ich wieder ein freier Mensch war, fühlte ich mich irgendwie anders. Ich war plötzlich zu einem Menschen geworden, der ich eigentlich nicht sein wollte. Lange Zeit versuchte ich einfach alles zu tun, um der Mensch von früher zu werden. Ausbildung, Beruf, Familie und Glück - all das hatte ich einst erlebt. Diesen Weg konnte ich nun nicht mehr einschlagen. Ohne es zu wollen, kam ich kurz darauf schon wieder hinter Gitter. Freiheit und Haft wechselten sich in den folgenden Jahren ab. Ich verlor alles: Meine Familie, meine Kinder und Menschen, die ich liebte. Ich wurde zu einem Menschen, der plötzlich unerwünscht war. Niemand konnte mich verstehen. Ich war alleine mit meiner Sehnsucht, dem Verlangen und dem Schmerz, bis eines

Tages wieder die Zellentür ins Schloss viel. Es gelang mir aber durchzuhalten und mich im Geiste frei zu fühlen. Heute bin ich unabhängig von der Sozialhilfe, von Notschlafstellen usw. Ein Glück, dass es solche Einrichtungen gibt, denn sonst müsste ich weiterhin in der Zelle sitzen bis mein Herz aufhört zu schlagen. Meine Bilanz schaut nicht gut aus, und ich kann meine Vergangenheit nicht auslöschen. Nun möchte ich eine Arbeitsstelle finden. Was bleibt ist die Hoffnung. Bis zum Tod, dann ist ohnehin alles vorbei. *Erhardt*

## In der Haft lernte ich eine verheiratete Frau kennen ...

Ich verbüßte im Jahr 1989 eine 13-jährige Haftstrafe in der Justizanstalt Garsten. Durch einen Briefkontakt lernte ich eine verheiratete Frau kennen. Sie und ihr Mann verhalfen mir zu dreitägigen Ausgängen und somit auch zu einem Neueinstieg in ein Leben in Freiheit. Nach meiner Entlassung zog ich zu dieser Familie. Zwei Wochen später hatte ich bereits einen Arbeitsplatz als Staplerfahrer in einem Lager. Es machte mir sehr viel Freude und Spaß, da mein Alltag sehr abwechslungsreich war. Es ging wieder aufwärts in meinem Leben. Ich hatte sogar ein eigenes Zimmer. Das Ehepaar hatte aber sexuelle Probleme. So kam es, dass die Frau eines Abends zu mir ins Bett ging. Gerhard, ihr Mann, wusste davon. Sie war sehr ausgehungert und regelrecht gierig nach mir. Das ging so circa sechs Monate. Eines Tages aber lernte ich Gerhards Schwester Trude kennen und verliebte mich Hals über Kopf in sie. Drei Wochen später zog ich zu ihr. Ihre vier erwachsenen Söhne und ich verstanden uns ganz gut. Nach sechs Monaten flogen wir in die Türkei und machten zwei Wochen Urlaub. Danach kaufte ich mir ein Auto und war eigentlich zufrieden mit dem Leben. Nach eineinhalb Jahren aber kam es zum Streit. Wir trennten uns, ich musste raus aus der Wohnung. Ich nahm Kontakt zu einem ehemaligen Mithäftling auf. Ich durfte bei ihm wohnen. Nach zwei Monaten bekam ich über meinen Bewährungshelfer eine eigene Wohnung und richtete sie gemütlich her. 1992 kam meine 85-jährige Großmutter ins Krankenhaus und wurde zum Pflegefall. Mein Bruder und ich mussten ihr ganzes Haus räumen. Das nahm soviel Zeit in Anspruch, dass ich meine Arbeit verlor. Das war natürlich ein ziemlicher Tiefschlag für mich. Glücklicherweise fand ich schnell wieder als Zimmerer am Bau eine Arbeit. Längere Zeit lebte ich in Wien. Ich lernte wieder eine Frau kennen, die aber sehr viel trank. Es ging bergab mit uns beiden. Und nun bin ich auf einmal ein »Sozialfall«. Das Leben ist hart. *Gerhard // Foto S. 12: Walter Hölzl*



## »In gewisser Hinsicht bin auch ich obdachlos«

### Exklusives Interview mit seiner Heiligkeit, dem Dalai Lama

Eines der größten spirituellen Vorbilder unserer Zeit, der 14. Dalai Lama, reist um die Welt, um seine Botschaft von Frieden und Versöhnung zu verbreiten. Erst kürzlich unternahm er eine Tour durch das Vereinigte Königreich, die unter dem Motto »Sei selbst die Veränderung« stand. Auf dieser Reise gab der mittlerweile 77-Jährige dem International Network of Streetpapers (dem Internationalen Netzwerk von Straßenzeitungen, INSP) ein exklusives Interview. Auch die Kupfermuckn und andere österreichische Straßenzeitungen gehören dieser Vereinigung an. Das Interview sowie die außergewöhnlichen Fotos, die dabei entstanden, veröffentlichen zahlreiche Projekte weltweit gleichzeitig.

*Viele der 200.000 Straßenzeitungsverkäufer in über 40 Ländern weltweit sind oder waren obdachlos. Buddha war die meiste Zeit seines Lebens obdachlos. Sie selbst - genau wie viele andere Menschen - haben fast ihr ganzes Leben im Exil verbracht. Was bedeutet Obdachlosigkeit für Sie?*

»Menschen, die kein Zuhause haben, fehlt die Basis, die man zum Leben braucht. Sie haben keinen Anker. Das ist sehr traurig. Aber von einem größeren Blickwinkel aus betrachtet, würde ich sagen, die ganze Welt ist unser Zuhause. Der Einzelne mag sich in einer schwierigen Situation befinden. Aber er bleibt immer ein Teil der Weltgesellschaft. Ich denke, es ist dem Menschen eigen, helfen zu wollen, wenn

er sieht, dass es jemandem schlecht geht. Das geschieht aus einer Besorgnis heraus, die wir Menschen empfinden. Aus der Sicht von Obdachlosen mag es scheinen, als hätten sie kein Zuhause. Aber es gibt immer noch das große Zuhause. Menschen ohne Obdach sollen deshalb nicht verzweifeln. Auf eine gewisse Art bin auch ich obdachlos. Aber obdachlos zu sein, kann auch ein Vorteil sein. Denn so öffnet sich einem der Blick dafür, dass man auch anderswo ein Zuhause finden kann. Wenn man nur ein Zuhause hat, kann man darin leicht gefangen sein.

*In den letzten Jahren haben wir in unserer Straßenzeitungsbewegung festgestellt, dass mehr Menschen mit bisher untypischem ge-*



*sellschaftlichem Hintergrund zu Verkäufern werden. Schuld daran ist die globale Rezession. Viele Menschen haben nicht genug Geld oder verlieren gar ihren Job und landen dann auf der Straße. Was denken Sie über die strikten Sparmaßnahmen, mit denen manche Regierungen der Krise begegnen wollen?*

»Das ist eine überaus komplizierte Situation. Ich denke, dass Regierungen erstmal verantwortlich sind für ein Land als Ganzes. Von daher sind manche Maßnahmen vielleicht tatsächlich nötig. Aber wenn man die Situation genauer betrachtet, tragen die früheren Regierungen und einige Unternehmen die Schuld an der Misere. Ohne einen richtigen Plan und ohne Vorgaben, denken diese zuallererst an ihren unmittelbaren Gewinn. Sie kümmern sich nicht um langfristige Konsequenzen. Von diesem abstrakten Blickwinkel aus betrachtet - nicht aus der Sichtweise des Einzelnen - ist die aktuelle Situation eine direkte Konsequenz ihres Handelns. Erst jetzt, wo die Probleme deutlich werden, fangen sie an, Maßnahmen zu ergreifen. Das ist sehr schwierig. So oder so, das wirklich Traurige ist, dass abertausende von Menschen am Existenzminimum leben. Das ist sehr traurig. Aber um ehrlich zu sein, weiß auch ich nicht, wie man die Situation angehen könnte.

*Über sich selbst haben Sie oft gesagt, dass es das Wichtigste sei, sich seine Hoffnung zu bewahren. In Ihrer Biographie schreiben Sie, dass Sie schon 1953 davon überzeugt waren, dass egal was passiert, es schlussendlich besser werden wird. Wie schaffen Sie das?*

»Ich selbst verlor im Alter von 16 Jahren meine Heimat - da begannen die Probleme schon. Dann verlor ich mit 24 mein Land. In den letzten 52 Jahren hat es viele Probleme gegeben. Die meisten Nachrichten aus meinem Land sind sehr tragisch, in der Tat sehr schade. Sehr schade. Die Tibeter haben all ihre Hoffnung und ihr Vertrauen in mich gesetzt. Ich kann hier nicht viel tun. Deshalb fühle sogar ich mich manchmal hoffnungslos und verzweifelt. Aber letztendlich ist es viel besser, mit seiner eigenen enthusiastischen und optimistischen Lebenseinstellung an Probleme heranzugehen. Man darf nicht trübsinnig und mutlos werden. Das bringt gar nichts. Deshalb rate ich den Menschen: Egal wie schwierig die Situation ist, wir sollten unser Selbstvertrauen und unsere Zielstrebigkeit nie aufgeben.«

*Wie schafft man es, nicht wütend oder frustriert zu werden in solch schweren Zeiten. Wie gelingt es Ihnen, Gefühlen wie Angst, Frustration oder gar Hass keine Chance zu geben?*

»Mit einer Kombination aus Emotion und Intelligenz sind wir perfekt ausgestattet. Auf einer intellektuellen Ebene analysieren wir jede Situation. Wenn wir merken, wir können mit einer Situation fertig werden, besteht kein Grund zur Besorgnis. Merkt man, dass man an einer Situation nichts ändern kann, sollte man sich auch nicht zu sehr sorgen. Das führt nur zu Frustration und die wiederum endet oft in Wut. Von daher ist es immer besser, sich nicht zu viele Sorgen zu machen. Wenn Tiere mit einem Problem konfrontiert sind, brechen sie fast zusammen und haben ein Blackout. Wir Menschen hingegen sind aufgrund unserer Intelligenz in der Lage, unser Verhalten zu beurteilen und einzuschätzen. Das denke ich.«

**»Obdachlos zu sein, kann auch ein Vorteil sein. So öffnet sich einem der Blick dafür, dass man auch anderswo ein Zuhause finden kann«**

*In Ihrer Autobiographie »Das Buch der Freiheit« werfen Sie den staatlichen chinesischen Medien vor, die Menschen in die Irre zu führen, in dem sie die Situation in Tibet von den 1950er Jahren an falsch darstellen. Wie wichtig ist die Rolle von unabhängigen Medien?*

»Unabhängige Medien sind extrem wichtig. So wie ich das sehe, sind die Medien fast wie ein drittes Auge. Heutzutage ist manchmal sogar das dritte Auge etwas voreingenommen. Das ist ein Problem. Wenn die Medien zuerst eine objektive Analyse anstellen, und dann darüber berichten und die Menschen davon in Kenntnis setzen, dann ist ihre Rolle sehr hilfreich und überaus effektiv. Wenn ich Medienleute treffe, sage ich ihnen immer, sie sollen ihre Nase überall hineinstecken und nach allen Seiten hin recherchieren - nicht nur das Vordergründige, sondern auch hinter den Kulissen. Sie müssen intensive Nachforschungen anstellen, um die Wahrheit herausfinden zu können. Die Menschen haben alles Recht der Welt, die Wahrheit zu erfahren, vor allem in demokratischen Staaten. Die Medien sollten tiefgehende Recherchen anstellen, ihre Ergebnisse objektiv darstellen und die Öffentlichkeit informieren. Wenn sie so arbeiten, spielen sie eine wirklich wichtige und große Rolle.«

*Sie haben 4,5 Millionen Follower auf Twitter und vier Millionen Fans auf Facebook. Viele Menschen tauschen sich online über Ihre Ideen aus. Einer Ihrer letzten Tweets lautete: Ich bin überzeugt davon, dass die Zeit reif dafür ist, einen Weg zu finden, um Spiritualität und Ethik jenseits vom Thema Religion zu denken. Wie kommen Sie zu dieser Ansicht?*

»Bei sieben Milliarden Menschen ist selbstverständlich ein großer Teil dabei, der gar kein religiöses Interesse hat. Und in der Gruppe der Gläubigen gibt es wieder einen großen Teil, der die Sache nicht wirklich Ernst nimmt. Für viele hat Religion mit einem täglichen Ritual zu tun. Es hat nichts mehr von Ernsthaftigkeit. Dass diese Menschen Sonntags eine Kirche aufsuchen oder einen Tempel bedeutet nicht wirklich etwas. Sie beten zu Buddha oder Gott. Aber in ihrem wahren Leben haben sie kein Problem damit, ungerecht und korrupt zu sein, Lügen zu erzählen oder zu betrügen. Dieses Benehmen steht allen großen Religionen und traditionellen Lehren entgegen. Das lässt vermuten, dass es manchen Gläubigen an Überzeugung fehlt. Manche Menschen glauben, dass ihr Leben sinnvoll ist und sie glücklich macht, wenn sie nur Macht und Geld haben. Das ist ein Fehler. Glück und Leid sind Teile des Verstands. Sie sind eine mentale Erfahrung. Nur über mentales Training ist es möglich, Schmerzen und Trauer zu lindern und Glück und Freude zu steigern. Manche meiner Freunde sind sehr reich, sie haben sehr viel Geld. Und weil sie so wohlhabende Personen sind, sind sie in der Gesellschaft auch ziemlich einflussreich. Aber als Personen sind sie sehr unglücklich. Das hab ich gemerkt. Das zeigt deutlich, dass Geld und Macht keine geeignete Quelle für Glück sind.«

**»Unabhängige Medien sind extrem wichtig. Die Medien sind fast wie ein drittes Auge. Heutzutage ist manchmal sogar das dritte Auge etwas voreingenommen«**

*In Ihrer Autobiographie erwähnen Sie die unschätzbaren Erfahrungen, die Sie gemacht haben, als Sie inkognito gereist sind. Sie meinen, Sie hatten so die Möglichkeit zu erfahren, wie das Leben für Ihre Landsleute wirklich ist. Sie haben nun mehr als 50 Jahre im Exil gelebt und sind einer der global am meisten anerkannten Persönlichkeiten. Wie schaffen Sie es, dem gewöhnlichen Leben innerhalb und außerhalb von Tibet verbunden zu bleiben?*

»Innerhalb von Tibet gab es ein paar Gelegenheiten, bei denen ich mich bei meinen Reisen unters Volk gemischt habe. Manche haben mich gefragt, wo der Dalai Lama ist. Denen habe ich gesagt: »Oh, der Dalai Lama ist da drüben.« Später hielt ich eine Rede in der Öffentlichkeit und entdeckte im Publikum eine Frau, die ich auf meiner Inkognitoreise kennen lernte. Als sie mein Gesicht sah und erkannte, dass ich es war, konnte sie es kaum glauben (lacht). Das war immer recht lustig.

Mein Beweggrund war allerdings herauszufinden, was wirklich vorgeht. Wenn die Menschen wissen, dass du der Dalai Lama bist, sprechen sie nicht so offen mit dir, wie wenn sie denken, dass du ein normaler Mönch bist. Da ich in einem freien Land lebe, ist mein Kontakt mit den Menschen sehr offen. Ich versuche die Menschen auf der Ebene der menschlichen Lebewesen zu begegnen. Und den Rückmeldungen nach zu urteilen, die ich heutzutage erfahre, gehen Menschen genauso auch an mich heran. Das heißt, ich bekomme ein ziemlich klares Bild der Realität und die richtigen Informationen. In der Vergangenheit antworteten nicht einmal meine Offiziellen ganz richtig, wenn ich sie etwas fragte. Deshalb habe ich vor allem die Straßenkehrer gefragt. Denn sie waren ungebildet und unschuldig. Die würden mir immer alles geradeheraus erzählen - auch Kritik an Regenten, an hohen Offiziellen oder an hohen Lamas. Sie hatten überhaupt keine Scheu, mir alles Negative zu erzählen (lacht).«

*Unsere Verkäufer sehen sich mit vielen verschiedenen sozialen und ökonomischen Schwierigkeiten konfrontiert. Aber wenn man sie fragt, was für sie am Schlimmsten ist, ist ihre Antwort immer die gleiche: Das Gefühl der Einsamkeit. Ein Suchtrupp hat Sie zum 14. Dalai Lama ausgerufen, da waren Sie gerade einmal zwei Jahre alt. Sie verbrachten Ihre Kindheit unter Erwachsenen im Kloster. Sie mussten die verantwortungsvolle Aufgabe übernehmen, Ihr Volk vor einer fremden Invasion zu schützen und schon mit 15 Jahren ihr spiritueller Führer zu sein. Vor dem Hintergrund Ihrer eigenen Erfahrungen mit Einsamkeit: Welchen Rat würden Sie unseren Verkäufern geben?*

»Wenn ich über mich nur als »Tibeter« oder »Buddhist« denke, dann verursacht das in mir eine gewisse Distanz. Deswegen sage ich zu mir selbst: »Vergiss das. Du bist ein menschliches Wesen, eines von sieben Milliarden. Wenn man das sagt, kommt man sich sofort näher. Wenn die Menschen der Tatsache zu viel Bedeutung beimessen, dass sie arm, obdachlos oder in einer schwierigen Situation sind, dann stellen sie das zu sehr in den Mittelpunkt. Ich denke, das ist auch eine Form von Realität. Aber eine andere Realität ist, dass wir einer von sieben Milliarden Menschen weltweit sind. Ich weiß, dass das im praktischen Sinne wohl keine große Relevanz hat. Aber emotional gesehen, kann das sehr hilfreich sein.«

*Text: Danielle Batist, ©International Network of Street Papers, Fotos: Simon Murphy*



# 50 Jahre Josi – viel Holz am Weg

## Ausschnitte aus dem Leben von Josi

So ein Zufall! Oder auch nicht. Als ich ihn anredete, ob wir uns mal zusammensetzen oder auch auf den Weg machen, um seiner Lebensgeschichte nachzugehen und ich ihm einen Tag vorschlug, da meinte er, dass sei sein Geburtstag und zwar der 50. Aber das ginge trotzdem, weil er hätte nicht vor zu feiern, weil seinen Geburtstag habe er noch nie gefeiert. Zumindest gingen wir dann ins Kaffeehaus, weil für einen Ausflug war das Wetter zu wenig feierlich, weil zu viel verregnet. Auf dem Weg ins trockene Kaffeehaus erzählte Josi schon, dass ihn der ältere Bruder und die jüngere Schwester schon gratulationsmäßig angerufen haben. Und so kamen wir gleich ins Familiengeschichtliche.

### Mit Holz aufgewachsen

Ja, der ältere Bruder war der Sohn aus erster Ehe der Mutter. Ihr erster Mann war der Geschäftsinhaber des Sägewerks in Leonstein, damals in den 50er Jahren. Er erkrankte allerdings an Kinderlähmung und verstarb daran. Das war nicht nur aus persönlichen Gründen tragisch für die Mutter, sondern sicher auch existenziell. Mit der Waldgenossenschaft gab es einen Vertrag, der die wirtschaftliche Basis für das Sägewerk sicherte. Im Zuge dieser Zusammenarbeit entwickelte sich eine Beziehung zwischen der Mutter und dem Sekretär der Waldgenossenschaft. Schlussendlich wurde geheiratet und nach der Reihe kamen

drei Kinder: Ein Bub, noch einer – Josi – und ein Mädchen. Mitte der 60er Jahre – Josi war noch ein kleiner Knirps – folgte der nächste Verlust. Der Hauptgeschäftspartner, die Waldgenossenschaft, wurde aufgegeben und musste zusperrt werden und riss das Sägewerk mit in den Abstieg. Das Wohnhaus, ein Holzhaus, musste verkauft werden. Alles was noch da war, war das Sägewerk mit einem Unterkunftsraum für die Arbeiter. Das bedeutete für die Eltern wieder alles von Null an aufzubauen. Alles drehte sich rund ums Holz. Für die Eltern, aber auch für die Kinder, vor allem die Söhne. Mit zehn Jahren hat Josi seinen ersten Baum geschnitten. Und das ging so weiter. »Da Gatterm muaß renna!« war die Devise. Nach der Schule ging

es nach dem Essen ins Sägewerk und dann oft bis zehn Uhr abends, manchmal war auch schon vor dem Frühstück was zu schneiden. Es wurde nicht als Zwang empfunden, es war einfach so. Und machte auch Spaß, dabei zu sein und sich auszukennen. Wenn Josi zum Beispiel mit zwölf Jahren einen Holzauszug für den Dachstuhl eines Lehrers machte und dafür zwei Stunden frei bekam.

## Gut in der Schule, aber Nebensache

In der Schule war Josi gut und auch sein um nur elf Monate älterer Bruder. Für die Schule gelernt wurde allerdings nur dort und keinesfalls zu Hause, die Schultasche wurde erst gar nicht mit heim genommen. Nach der Volksschule sollte er ins Realgymnasium nach Kirchdorf. Das war für seinen Vater selbstverständlich, der wie der Großvater im humanistischen Gymnasium in Kremsmünster gewesen war. Das Problem war für Josi nicht die Intelligenz oder das Lernen, sondern das Sprechen. Körperlich war ein Defekt des Zwerchfelles mit ein Grund dafür, dass die Worte nicht wie gedacht und gewollt über die Lippen gingen. Die Gymnasiallehrer waren nicht zum Entgegenkommen bereit, mit mehr schriftlichen Prüfungen statt mündlichen für einen Ausgleich zu sorgen. Und sonst wurde »das Stottern« oder Sprechproblem im Schulalter schon zu einem Prüfstein, sich selbst und vor anderen zu behaupten. Jedenfalls wechselte er nach einem Jahr Gymnasium in die Hauptschule und »spielte« sich dort, was die Lernanforderungen betraf. Da war es auch drinnen, ab und zu die Schule zu schwänzen und stattdessen eine Bootsfahrt zu machen.

## Mit Holz was lernen

Mit Holz aufgewachsen, war es gar nicht anders denkbar, als auch mit Holz was zu lernen. Also begann er in Molln in einer Zimmerei eine Lehre. Allerdings etwas lädiert, weil er zum Schulabschluss noch einen Mopedunfall mit seinem Bruder hatte. Unfälle, Brüche und Operationen folgten später noch zahlreich. 90 Prozent waren Arbeitsunfälle. Die Lehre und die Berufsschule bereiteten keine Probleme. Er erinnert sich, in der dritten Klasse einen Notendurchschnitt von 1,1 gehabt zu haben. Vor allem in den schriftlichen Arbeiten war er sehr gut. Nur brav und angepasst war er jedoch nicht. So war er in der Berufsschulzeit nahezu der Einzige, der nicht im Internat blieb, sondern heimfuhr. So nebenbei hatte er auch mehr als schulterlange Haare. Wegen einer Haardebatte, die ziemlich blöd gelaufen war, kam es

zur Beendigung des Dienstverhältnisses bei seinem Lehrbetrieb.

## Arbeiten im Holzberg und anderswo

Anschließend folgte ein Jahr Montagearbeit in Kirchdorf, Linz und Wien. Und dann ging er mit einem Freund als Holzfäller nach Deutschland. Nach einem Jahr kam er zurück, mit 600.000 Schilling Schulden. Der Holzhändler hatte sie gelegt und neun Motorsägen, die zusammen die volle Länge gekostet hatten, waren gestohlen worden. Zuerst haben sie geklagt, gaben aber dann auf, weil sie als »Ausländer« in Deutschland keine Chance hatten. Die Schulden hat er dann binnen vier Jahren zurück gezahlt. In Österreich hat er insgesamt zehn Jahre Holz gehackt oder im Holzberg gearbeitet, wie das so heißt. Das hat seine Spuren an seinem Körper hinterlassen: sechs mal geschnitten, Brüche an den Rippen, Wirbeln, Füßen. Wegen eines kaputten Sprunggelenks war er einmal ein Jahr im Krankenstand. Das war auch mit ein Grund, dass er sich dann in den Neunzigerjahren ungefährlichere Arbeiten in Firmenhallen statt im Wald gesucht hat, ob bei der Fa. Dachstein, in den Steyrer Werken oder bei BMW. Daneben wurde halt immer wieder dort und da ein Dachstuhl gemacht oder »a Hundshüttln«, wie Josi seine gezimmerten Dachkonstruktionen nennt: »Für mi is ois a Hundshüttln, ob a größere oder a klanere ... und wer gscheida is wia i, soi si sei Hundshüttln selba bauen«. Zu seinem Berufsstolz gehört anscheinend auch, dass man sich und die Arbeit nicht so tierisch ernst nimmt. Und wenn ihm die Hacklerei auch schon jede Menge gekostet hat, was seine körperliche Verfassung anbelangt, so will er sich davon nicht psychisch fertig machen lassen. Er ist überzeugt, dass aufgeben nichts bringt: »I wü da Josi bleiben, der lustig is, der mit de Leut redt, des is da Josi. I hass nix mehr als si selbst bemitleiden, weil da schneidst di ins eigene Fleisch«. Und unbeschadet durchs Leben zu kommen, war gar nicht Arbeits- und Lebensphilosophie, denn schon der Großvater meinte: »Wer viel arbeitet, kann sich viel wehtun, wer wenig arbeitet, kann sich wenig wehtun und wer gar nichts arbeitet, kann sich gar nicht wehtun«. Und weil er einer war, der sich bei der Arbeit weh getan hat, ist er jetzt schon drei Jahre in Pension.

## Beziehungen aus geradem Holz geschnitzt

One-Night-Stands sind seine Sache nicht. Er ist ein treuer Mensch. 19 Jahre währte die langjährige Beziehung. Vor vier Jahren trenn-

ten sie sich. Einen gemeinsamen Sohn gibt es. Dieser ist gerade in den Lehrjahren. Abgesehen vom finanziellen Beitrag meint er jetzt nicht viel zu bieten zu haben. Wenn er wieder eine eigene Wohnung hat, dann hofft er auf mehr Kontakt, aber erzwingen will er nichts. Beziehungsmäßig auch nicht, er ist sich sogar sicher: »I wü daweu nu koa Beziehung« und später »vielleicht irgendwann einmal wieder«, aber das muss passen: »De muaß einrenna«, wie er sagt. Das Eigene ist ihm auch wichtig, »seine Geheimnisse haben«, das würde auch für die Partnerin gelten. Für die vergangene Beziehung war die viele Arbeit, das viele Wegsein auf Montage auch ein Handicap. Und wenn er da war, kam auch noch »zuerst da Bua, da Hund und dann sie«. Die Spannung zwischen Arbeits- und Beziehungswelt ist öfter sprachlich hörbar: Josi ist einerseits ein aufmerksamer und geduldiger Zuhörer und Zuspreecher, aber er hat auch die rauen Töne drauf – auch gegenüber Frauen –, die man ihm so gar nicht zutraut. Alkohol als gängiges Schmier- und Trostmittel in der Männerarbeitswelt entspannt da nicht wirklich. Die Kombination Arbeit und Trinken als Lebensphilosophie hat letztlich ihren sozialen Preis.



## Und wie geht's weiter?

Das Basislager heißt derzeit Notschlafstelle, soll es aber nicht bleiben. Er möchte wieder zurück aufs Land, aber was Eigenes haben, wo man sich mit niemandem herumstreiten muss. Wie es zuletzt war, als er im Elternhaus mitwohnte, wo auch der Bruder, der das Sägewerk übernommen hat, mit seiner Frau lebt. Auf eine Neuauflage des Bruderzwisches hat er keine Lust. Also geht es darum, eine kleine leistbare Wohnung zu finden und sich dann auf ein Zusammenleben mit sich selbst einzustellen. Er denkt, er kommt schon mit sich aus. Und dann wird er schauen, wo er so anknüpfen wird, was er früher gern gemacht hat.

Fotos: Traudi G., Text: Eva. E./Steyr



# »Hier kann ich sein, wie ich bin«

## Über das Leben in der Kartause in Schönau

### *Micha (47), seit über zwei Jahren in der Kartause*

Kupfermuckn-Redakteur Micha lebt bereits seit über zwei Jahren in der Kartause. Kurz nach Weihnachten bezog er damals sein 12m<sup>2</sup> großes, komfortabel eingerichtetes Zimmer. Micha fühlt sich wohl in der Abgeschiedenheit, umgeben von Wiesen, Eiszeitfindlingen und Wäldern. Auf großzügigem Raum wechseln

sich Wildnis und bewirtschaftete Flächen ab. »Plätze der Stille, der Einsamkeit, der Einfachheit gibt es reichlich«, sagt Micha. Hier finde er seinen Rhythmus. Michas Kartause-Tag beginnt früh: Um sechs Uhr aufstehen und nach einem kraftvollen »Bio-Frühstück«, bestehend aus selbstgebackenem Brot, selbst gemachter Marmelade und Honig, streift er durch die Nadelwälder. »Ich kenne schon fast jeden Stein und Baum«, lächelt der 47-Jährige. In der Kartause betreut er mit den anderen

die hauseigenen Schafe, Hühner, Gänse und Katzen. Und wann immer es die Zeit erlaubt, schnitzt Micha Seepferdchen aus Holz, die er irgendwann verkaufen möchte. »Hier lässt es sich leben«, strahlt der 47-Jährige übers ganze Gesicht. Nur im Winter, da könne es schon ziemlich einsam und eisig kalt werden. Es dauerte lange, bis Micha sich an dieses relativ spartanische Leben gewöhnen konnte. Zuvor lebte er sechs Jahre lang im Landes- und Betreuungszentrum Schloss Gschwendt. Sein

jahrelanger, exzessiver Alkoholkonsum forderte damals seinen Tribut. Nach einem dreimonatigen Koma war er mit 41 Jahren schon ein Pflegefall. Micha wurde intensiv betreut und kam allmählich wieder zu Kräften. Dann begann seine Suche nach einer, für ihn passenden, alternativen Lebensform. Diese fand er schließlich in der Kartause. Er hatte Glück: Damals, im Winter 2010, war noch ein Platz frei. Am meisten schätzt Micha nun das wiedergewonnene Leben in Freiheit.

»Hier kann ich sein, wie ich bin«, sagt er lächelnd. In der ruhe- und kraftspendenden Stille des Mühlviertels könne er zu Selbsterkenntnis und zu Selbstfindung gelangen. Ein allzu romantisches Bild vom Kartause-Dasein dürfe man sich aber nicht machen. Für ihn sei das Leben hier eine tägliche Herausforderung. Jeder Einzelne sei schließlich für sein Glück selbst verantwortlich, fügt er hinzu. Unter den acht Kartause-Bewohnern könne es durchaus auch zu Konflikten kommen. »Jede Auseinandersetzung«, so Micha, »wurde bisher immer ohne Krach gelöst.« Wer andere nicht aushalten könne, sei hier aber trotzdem fehl am Platz, ist der 47-Jährige überzeugt. Besonders im Winter falle einem schon einmal die Decke auf den Kopf. »Ich aber bin in einer sehr glücklichen Lage«, sagt Micha, »denn ich kann jederzeit dieser Begrenztheit entkommen. Bevor mir alles zuviel wird, oder wenn mich die Reiselust packt, fahre ich einfach mit dem Bus, der zwei mal am Tag vorbei kommt, nach Linz. Dort besuche ich meine Freunde und Verwandten. Jeden Mittwoch gehe ich in die Kupfermuckn-Redaktion.« Auf die Frage hin, ob er sich vorstellen könne, für immer hier zu bleiben, antwortet Micha: »Momentan bin ich zufrieden mit meinem Leben. Irgendwann möchte ich aber wieder ganz alleine wohnen. Am liebsten wäre mir eine bewohnbare Burgruine, von denen es in dieser Gegend eine Menge gibt.«

### **Christian (25), seit drei Monaten in der Kartause**

Christian, der momentan jüngste Kartause-Bewohner, wurde in Grieskirchen geboren. Der 25-Jährige blickt auf eine schmerzhaft vergangene Zeit zurück: Notschlafstelle, Obdachlosenheim, Leben auf der Straße und Nervenklinik. Seine letzte Station war Schloss Gschwendt. Vor fünf Jahren habe es einen massiven Bruch mit seiner alleinerziehenden und stark überforderten Mutter gegeben.

Christian erzählt: »Mein Vater ist viel zu früh verstorben. Seit meiner Jugend bin ich psychisch krank. In der Kartause finde ich zum ersten Mal wieder ganz zu mir selbst. Es fehlt mir an nichts. An diesem idyllischen Ort kann ich ankommen und mich vom Stress der vorigen Jahre erholen. Zuvor war ich ganz alleine auf mich gestellt und nervlich am Ende.« Hier, so Christian weiter, finde er endlich zu seinen inneren Wurzeln. Der 25-Jährige sehe sich nun als Teil des Ganzen und fühle sich wohl in der Gemeinschaft Gleichgesinnter. Er schätze vor allem das verantwortungsbewusste Miteinander der Bewohnerinnen und Bewohner. Nach einer Woche Probe-Wohnen wurde Christian in die Gemeinschaft aufgenommen. Nun versucht er, seine Talente einzubringen und hilft wo er kann. Er hackt Holz, kümmert sich um die Nutztiere, macht die Räume sauber und kocht regelmäßig und mit großer Leidenschaft gesunde, schmackhafte Mahlzeiten. Zu Konflikten komme es selten. Ab und zu klinge er sich aus und besuche seine Facebook-Freunde im Internet. »Ich bevorzuge aber schon die Kontakte zu meinen Mitbewohnern. Die virtuellen Freunde sind ja nicht wirklich da«, lächelt der 25-Jährige. Ganz besonders schätze er einen älteren Mitbewohner, der mit der Blockflöte schönste Melodien zum Klingen bringe. »Stundenlang könnte ich ihm zuhören«, sagt Christian. Die wichtigste Bezugsperson für ihn sei der Kartause-Chef Walter. »Obwohl es hier überhaupt keine Regeln gibt, läuft alles geordnet ab. Dank Walter, der durch seine charismatische Ausstrahlung eine friedliche Stimmung verbreitet«, betont der 25-Jährige. Ohne Walter würde es hier nicht so gut laufen, ist Christian überzeugt. Der Grieskirchner möchte noch ein paar Jahre in dieser Zufluchtsstätte bleiben und von hier aus seine Träume verwirklichen: »Zuerst eine Familie gründen und dann den Führerschein machen, damit ich nach Pregarten zum Angeln fahren kann.« (dw)



Kartause-Chef Walter Mittmannsgruber: »Für mich ist die Kartause ein Lebensprojekt«

## **Die Kartause**

Mit der Kartause bietet das Landespflege- und Betreuungszentrum Schloss Haus eine naturnahe und gemeinschaftlich gelebte Wohn- und Lebensform auf einem Bauernhof in der Gemeinde Schönau im Mühlkreis an. Mitmenschen in psychischen und sozialen Lebenskrisen dürfen dort in einer gemeinschaftlich familiär gelebten Lebensform neuen Halt und sinnstiftende Lebensorientierung und Lebensbasis erfahren. Für dieses Projekt wurde ein typischer Mühlviertler Tormauerhof angemietet. Der Bauernhof zeichnet sich durch seine natürliche, sehr ruhige sonnige Alleinlage aus. Er ist in seiner ursprünglichen auf das Jahr 1847 bezogenen Bausubstanz noch gut erhalten.

### **Aufbau des Projektes**

Die Besonderheit am Projektaufbau lag darin, dass sich die Bewohnerinnen und Bewohner während der gesamten Realisierungsphase in die Adaptierungs- und Baumaßnahmen handwerklich mitgestalterisch einbringen durften.

### **Ziel des Projektes**

Im Rahmen eines noch intakten natürlichen Umfeldes in relativer Abgeschiedenheit des Bauernhofes ist es möglich, für acht Bewohnerinnen und Bewohner eine Lebensbasis zu schaffen, in der man sich individuell oder gemeinschaftlich wertschätzend erfährt und sich kreativ schöpferisch in den nachstehenden Alltagsbereichen einbringen kann: Landwirtschaft (Tierhaltung, Feldbewirtschaftung, Wald- und Holzarbeit etc.), Hauswirtschaft (Kochen, Wäsche, Hausreinigung, Lebensmittelbevorratung, Mitgestaltung des Wohnumfeldes etc.), Handwerk (Tischlerei, Schlosserei, Zimmerei, etc.), Kunst und künstlerisches Gestalten (Malerei, Musik, Bildhauerei, Töpferei, Dichtung, etc.), Obst- und Gartenbau (Pflanzen ziehen, Baumpflege, Gemüseanbau, etc.) Weiters wird durch die ausstrahlende Ruhe und Stille der das Projekt umgebenden Natur die zumeist beeinträchtigte Geist-Seele-Körper-Beziehung jeder Teilnehmerin und jedes Teilnehmers positiv angeregt, wodurch eine Harmonisierung und Stabilisierung in der Krisen- und Alltagsbewältigung eintritt.

Textquelle: [www.schloss-haus.at](http://www.schloss-haus.at) (Fotos: hz)



## Attersee - immer eine Reise wert



## Verkäufer Manfred im Portrait

### Kannst du dich deinen LeserInnen kurz vorstellen?

Ja, ich heiße Manfred, bin 43 Jahre alt und Frühpensionist. Seit fünf Jahren bin ich Straßenverkäufer der Kupfermuckn im Welser Zentrum.

### Bist du obdachlos? Wo schläfst du?

Nach mehreren Stationen, nämlich Waizenkirchen, Eferding, Goldwörth und zuletzt Linz, bin ich vor ein paar Jahren in Wels gelandet und bewohne eine 44m<sup>2</sup> große Mietwohnung.

### Was machst du mit dem Kupfermuckn-Geld?

Damit bezahle ich die noch ausstehenden Exekutionen ab. In Zukunft will ich mit meiner Provision Urlaub und etwaige Anschaffungen finanzieren.

### Was erlebst du beim Verkauf?

Durchaus positive Reaktionen der Zeitungskäufer. Sie sind freundlich. Mir macht dadurch der Verkauf Spaß. Zuhause sitzen und nichts tun, wäre für mich ausgesprochen fad.

### Was wünschst du dir für die Zukunft?

Es kann nur aufwärts gehen. Ich bin derzeit zufrieden mit meinem Leben. *Foto: Georg*

### Sehhilfe schlummerte auf dem Seegrund

Na klar, pudelwohl fühlten wir Kupfermuckn-Redakteure uns bei herrlichem Wetter in unserem Attersee-Camp: Baden, spazieren zum Nixenfall, Minigolf spielen, Seerundfahrt mit dem Touristenschiff, chillen und lustige Begebenheiten prägten unseren jährlichen Besuch in Weissenbach am Attersee. Heuer erwischte es unseren Heinz. Der erhöhte Stress der letzten Monate ließ ihn zum totalen Badefreak mutieren. Hinüber zum Strand, raus aus der Jeans, rein in die Badehose, Schuhe weg und ab auf den Steg. Während seines olympiareifen Sprunges in das kühle Nass kam dem guten Mann die Erkenntnis, dass seine neulich angeschaffte Gleitsichtbrille noch seine Nase zierte.... Zu spät! Wie der gefürchtete, berüchtigte Hai schoss er aus der Tiefe und japste unmissverständlich vom Verlust seiner Sehhilfe, welche nun friedlich auf dem Seegrund schlummerte. Dank netter Buben, die danach tauchten, fand die Brille wieder zu ihrem Besitzer zurück. Alles in

allem war es wieder ein wunderschöner und erholsamer Urlaub und für uns alle war etwas dabei. *Georg*

### Schiffsfahrt über den größten Binnensee

Wir hatten die Tage einen Heiden Spaß. So waren wir unter anderem beim Minigolfen, das leider ohne Regeln nicht dem gewünschten Rahmen entsprach. Die Bälle flogen reihenweise außerhalb der Begrenzungen, ohne eine Strafe von Punkten nach sich zu ziehen. Für mich war das absolute Glanzlicht die Schiffsfahrt über den größten Binnensee Österreichs am zweiten Tag unseres Aufenthaltes. Die Berge ringsherum, der tiefblaue türkisfarbene See, die doch ziemlich heiß herunter brennende Sonne, einfach das ganze Ambiente war das, was man in obigen Kreisen als »schön« bezeichnet. Zum Gaudium der Gesellschaft hatte ich eine Computerm Maus mit, die ich dann bisweilen hinter mir hergezogen habe. So eine Maus muss hin und wieder auch mal raus, nicht wahr? *Fredy // Foto: wh*

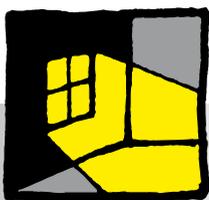
UNABHÄNGIG IST,  
WER EIGENE WEGE  
GEHT.

GERLINDE  
KALTENBRUNNER  
Profibergsteigerin

Mit Ihrer Spende für die Kupfermuckn  
schaffen Sie ein kleines Stück Unabhängigkeit:  
Kontonummer 10.635.100, BLZ 18600.

**VKB | BANK**  
ÖSTERREICH'S UNABHÄNGIGE BANK

[www.vkb-bank.at](http://www.vkb-bank.at)



## ARGE TRÖDLERLADEN

- ▶▶ Wohnungsräumungen - Auftragsannahme  
Mo. bis Fr. 8-10 Uhr, Tel. 66 51 30
- ▶▶ Verkauf und Dauerflohmart  
Trödlerladen, Lager Goethestraße 93, Linz  
Öffnungszeiten: Di und Do. 10-17 Uhr,  
Tel. 66 51 30
- ▶▶ Raritäten und Schmuckstücke  
im Geschäft in der Bischofsstraße 7  
Öffnungszeiten: Mo. bis Fr. 10-18 Uhr  
Sa. 10-13 Uhr, Tel. 78 19 86

## Wir lassen klimaneutral drucken

Passend zum Beitrag über den ökologischen Fußabdruck (Seite 8) stellen wir mit dieser Ausgabe der Kupfermuckn auf klimaneutralen Druck um. Für alle CO<sub>2</sub>-Emissionen, die bei Produktion und Zustellung der Zeitung anfallen, werden Projekte unterstützt, die CO<sub>2</sub> entsprechend reduzieren. Die Druckerei Gutenberg ist ein ökologischer Musterbetrieb, der diesen Prozeß für uns abwickelt und seine Nachprüfbarkeit garantiert. Jedes zertifizierte Druckprojekt erhält neben dem Gütesiegel eine eigene Nummer (im Balken rechts), mit der die relevanten Projektdaten im Internet einsehbar sind. Aktuell werden zum CO<sub>2</sub>-Ausgleich Windkraftwerke in Taiwan unterstützt. Auf der Homepage »[www.gutenberg.at](http://www.gutenberg.at)« können sich unsere LeserInnen rechts oben unter »Klimaneutral-Zertifikat-Suche« selbst davon überzeugen. (wh)

## Kupfermuckn INFORMATION

### Redaktions-sitzung

Mittwoch, 13 Uhr, Marienstr. 11 in Linz  
Wir sind gastfreundlich! Wer mitarbeiten will, kommt einfach! Aber nicht jeder kann sofort Redakteur werden. Erst nach einem Monat Mittun als Gast, kann eine Aufnahme in die Redaktion beantragt werden.

### Kupfermuckn-Abo!

Die Kupfermuckn ist eine Straßenzeitung und soll daher auch auf der Straße verkauft werden, damit die Straßenverkäufer und -verkäuferinnen etwas davon haben. Wer keine Möglichkeit hat, die Kupfermuckn auf der Straße zu erwerben, kann ein Abo bestellen. Tel.: 0732/77 08 05-13 (Montag bis Freitag: 9-12 Uhr)

### Die nächste Ausgabe

der Kupfermuckn gibt's ab 1. Oktober 2012 bei Ihrem/Ihrer Kupfermuckn-VerkäuferIn.

### Verkäuferausweis

Kupfermuckn-Verkäuferausweis-Erkennungszeichen: Orange und Schwarz, Farbfoto mit kleinem Stempel und eine Bestätigung der Stadt Linz auf der Rückseite.

### Radio Kupfermuckn

Jeden vierten Mittwoch im Monat, 19 Uhr auf Radio FRO, 105,0 MHz, Wiederholung Donnerstag, 14 Uhr

### Kupfermucknarchiv

Auf der Homepage »[www.kupfermuckn.at](http://www.kupfermuckn.at)« können Sie im Kupfermucknarchiv ältere Nummern (ab dem Vorjahr) herunterladen oder online nachlesen.

### Spendenkonto

Kupfermuckn, VKB Bank, BLZ 18600,  
Kontonr. 10.635.100

# Großer Bücherflohmarkt



**Di 25. - Mi 26. - Do 27. September - jeweils 10 bis 17 Uhr**

**Arge Trödlerladen, Goethestr. 93, Linz (schräg gegenüber Design Center)**

Eine wahre Fundgrube für Bücherfreunde: Tausende Bücher, Taschenbücher, Bildbände, Kinderbücher... alles zu unschlagbar günstigen Preisen.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

