

[Read free] Nchtern: ber das Trinken und das Glck

Nchtern: ber das Trinken und das Glck

Von Daniel Schreiber
audiobook / *ebooks / Download PDF / ePub / DOC



DOWNLOAD



+

READ ONLINE

Produktinformation -Verkaufsrank: #61696 in BcherVerffentlicht am: 2014-08-25Erscheinungsdatum: 2014-08-25Anzahl der Produkte: 1Abmessungen: 8.27 x .71b x 5.28l, Einband: Gebundene Ausgabe160 Seiten | File size: 55.Mb

Von Daniel Schreiber : Nchtern: ber das Trinken und das Glck before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Nchtern: ber das Trinken und das Glck:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen116 von 117 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich.

Nchtern betrachtet Von Jeannette Hagen Als ich mir das Buch von Daniel Schreiber gekauft habe, war ich es schon: nchtern. Kein Aperol Spritz, kein khler Weiwein mehr, der mir die Sicht auf die Erkenntnis vernebelte, dass Alkohol viel zu lange dazu gedient hat, mein Leben weichzusplen. Nicht exzessiv, nie unangenehm, nicht laut - nur regelmig. Alkohol ist eine Volksdroge. Ein gesellschaftlich anerkanntes Rauschmittel, das Jahr fr Jahr Tausende Menschen ttet. Wer trinkt, gehrt dazu. Wer nchtern bleibt, wird schnell zur Spabremse degradiert. Menschen, die das Trinken als Kulturgut in den Himmel heben, gibt es en masse. Menschen, die den Mut haben, die nchternen Fakten jenseits von Gesundheitsberichten offen auf den Tisch zu legen, findet man dagegen eher selten. Noch kostbarer sind jedoch all jene, die nicht nur nichts verklren, sondern uns abseits von anonymen Gruppen mit ihren Erfahrungen bereichern. Das ist einer von mehreren Grnden, warum dieses Buch ein groes Geschenk ist. Weil der Autor den Spot direkt auf ein kollektives Drama richtet, das von Betroffenen und Zuschauern allzu gern weichgezeichnet wird. Daniel Schreiber gelingt das auf sehr charmante, geradezu feingeistige und sensible, aber eben auch auf sehr direkte Art. Denn was kann authentischer sein, als die eigene Geschichte zu erzhlen und sie geschickt in die Tatsache einzuflechten, dass die Selbsterstrung durch Alkohol mittlerweile fast zum Volkssport aufgestiegen ist. Was mir beim Lesen wirklich imponiert hat, war, wie unprtentis Daniel Schreiber das Thema anpackt. Da ist kein erhobener Zeigefinger, keine spieige Ode an die Abstinenz. Schreiber lenkt den Blick auf etwas anderes und das ist ein weiteres Geschenk dieses Buches. Er zeigt uns die andere Seite. Die, die wir hinter unseren tglichen Trinkritualen gar nicht mehr erkennen knnen. Und das ist sehr geschickt, denn damit entzaubert er die Mr, dass wir auf etwas verzichten mssen, wenn wir nchtern bleiben. Schreiber verschiebt den Fokus auf den Gewinn, auf das Glck, sich nchtern zu begegnen ohne zu bagatellisieren, dass Abstinenz fr einen Abhngigen fr immer eine Herausforderung bleibt. Weil man sie nicht verlernt. Weil sie in uns gespeichert ist - ein Leben lang. "Nchtern" ist ein Buch ganz in Kafkas Sinne. Eines, das "beit und sticht". Man kann es nicht lesen und danach vllig selbstvergessen zum nchsten Glas greifen. Das sollte jeder wissen, der es in die Hand nimmt. 1 von 1 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Sehr gutes Buch fr Betroffene Von Alfred PRASSL Das Buch ist grtenteils informativ und verstndlich geschrieben. Kann ich fr Betroffene weiterempfehlen. Sicher eine gute Hilfe gegen diese Sucht zu kmpfen. 44 von 45 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. "Erfahrungen mit dem inneren Tod" Von Heino Bosselmann Dieses Buch zum einschlgigen Thema Alkoholismus kommt ohne Didaktik, ohne Betroffenheitsdramatik und ohne jedes Lamento aus. Stattdessen klare Sicht und tiefe Blicke. Es handelt sich nicht um Ratgeberliteratur, die oft genug in propagandistischer Pose auftrumpft, vielmehr um eine Art freimtiger Protokoll-Literatur im besten Sinne. Hier hat sich einer in berwindung seiner Abhngigkeitserkrankung nicht nur gerettet, sondern selbst kennengelernt und den einzig mglichen Weg aus der neurobiologischen Festlegung seines Alkoholikerlebens gefunden, jenen der Sorge fr das eigene Selbst und der Verantwortung fr die eigenen Geschehnisse und fr die anderen, die das eigene Leben berhrt und oft genug in Mitleidenschaft gezogen hat. Ohne Sentimentalitt, aber durchaus einfhlsam, ohne Redundanzen und Standardargumente oder Beschwungsformeln gelingt es Daniel Schreiber Ausdrcke fr sein Problem zu finden, in dem sich überhaupt das Drama menschlicher Existenz extrem spiegelt. Was man liest, das ist sehr ehrlich, sehr treffend, sehr schlssig, so dass man die Freude an der Entdeckung des eigenen Selbst, in dem der Schlssel fr die Genesung zu finden ist, nachvollziehen kann. Mit dem Gewinn der Nchternheit gewinnt sich der Autor gleichsam selbst wieder zurck, gewissermaen als einer, der sich verloren hatte. Schreiber gehen, erst trocken, dann nchtern geworden, Erklrungen fr das eigene Ungemach auf, die so schlssig sind, dass sie anderen Betroffenen Impulse zu geben vermgen, weil es philosophisch wie therapeutisch stets doch zuerst darum gehen mag, Widrigkeiten auf den Begriff zu bringen oder sie gar als zu lsende biographische Aufgabe zu verstehen. Ganz folgerichtig, dass Schreiber die Schrfung seines Blicks fr das eigene Dilemma zwar vor allem dem Vermgen zur qualifizierten Selbstreflexion verdankt, ebenso aber den Erfahrungen anderer, die er etwa bei den Meetings der Anonymen Alkoholiker kennenlernte, dieser famosen Selbsthilfeorganisation, der sich die Rettung so vieler Leben verdankt. Bei aller verschiedenen Ausformung der vom Alkohol beeinflussten und oft genug deformierten Biographien handelt es sich im Wesen doch um ein und dieselbe Geschichte, denn wo Alkohol das Problem ist, ist zunchst Alkohol das Problem. Und diese Geschichte wird so unaufdringlich wie lebensklug erzht und gedeutet, dabei allerlei sinnvoll erhellende Bezge von Neurobiologie bis Soziologie herstellend und nebenher mit Statistiken und Querverweisen in die Publizistik zum Thema bereichernd. Schlicht gesagt: Schreiber kennt sich aus mit dem Alkohol und, wichtiger noch, mit sich selbst. Offenbar war das seine Rettung, dieser Mut, sich kritisch und intelligent selbst zu prfen und dann Konsequenzen zu ziehen bzw. diese mutvoll auszuprobieren. Und weil er ber soviel Sensorium wie Intellekt verfgt und zudem ber Fhigkeit, erfrischend zu schreiben, ohne aus der eigenen Sache ein Rhrstck zu machen, ist ihm zudem der gesellschaftliche und alltagskulturelle Hintergrund unserer so stressigen wie neurotischen und daher latent schtigen Gesellschaft klar: Auf berufliche und finanzielle ngste, auf wachsende soziale Ungleichheit und Befrchtungen des sozialen Scheiterns, auf zu hoch geschossene Erwartungen mit dem Griff zum Glas zu reagieren knnte nicht normaler sein. In gewisser Hinsicht ist dieses Verhaltensmuster sogar eine der Sttzen unserer Gesellschaft. Es gehrt zum Schmierl, das die Kapitalismus-Maschine am Laufen hlt und uns ihr Knirschen immer wieder berhren lsst. Das Trinken ist die einzige vollumfnglich anerkannte Abschaltstrategie der Stressgesellschaft unserer Tage und als solche wird es auch aufs Bitterste verteidigt. Was aber nicht davon befreit, um des eigenen berlebens willen die eigene selbstbestimmende Freiheit zu

bewahren und mindestens den Pflichten gegenüber sich selbst nachzukommen. Jeder, der an einer Sucht leidet, hat eine wesentliche Aufgabe zu lösen, wenn er dem vorzeitigen und selbst verschuldeten Tod entgehen will: Die Grundlage für jedes nüchterne Leben ist daher () eine echte Sorge für sich selbst. Diese Sorge besteht darin, sich all jenen Konflikten und unangenehmen Gedanken zu stellen, die einmal zum Trinken beitrugen. Sie besteht darin, sich wirklich selbst kennenzulernen, Verantwortung dafür zu übernehmen, wer man ist, und dieses authentische Selbst nicht an Dinge zu verraten, die schnelle Befriedigung versprechen. () Denn Nüchternheit bedeutet auch immer, sich von den großen Erzählungen seines Lebens zu verabschieden, von all den Geschichten über sich selbst, für deren Aufrechterhaltung man das Hilfsmittel des Trinkens brauchte. Durchaus weise dies: Es geht darum, die Grundlage für das Überleben einer Krankheit zu legen. Erst nach einer gewissen Zeit stellt man fest, dass es nicht die überkritische Stimme im Kopf ist, die willensstarke, verbissene, von sich selbst und anderen viel zu viel verlangende Stimme im Inneren, die einem dabei hilft, nüchtern zu bleiben. Sondern das wirkliche Ich, das nach und nach zum Vorschein kommt und mehr und mehr die Regie übernimmt. Und man realisiert, dass jene überkritische innere Instanz, von der man dachte, dass sie einem dabei helfe, ein besserer, kluger und schmerzhafter Mensch zu werden, in Wirklichkeit immer nur einen Beitrag zum Trinken geleistet hat. Das Buch enthält überhaupt Stücke von aphoristischer Dichte und Deutungsmuster, die, meine ich, jedem Süchtigen plausibel erscheinen werden. Schreiber ist aber nun mal nicht nur Alkoholiker, glücklicherweise nicht. Er ist Literat und bringt ein Problem auf den Punkt, das gleichfalls das Problem Millionen anderer ist. Ihnen dürfte das kompakte und unverschätzte Bündchen womöglich entscheidend dabei helfen, das vermeintlich Gespenstische zu bezeichnen, was sie gepackt hat; allen anderen hilft es beim qualifizierten Verständnis einer selbst stigmatisierten und oft genug tabuisierten Krankheit. Ein kluges und anrührendes Buch.

Pressestimmen "Ein beeindruckender Text über die eigene Alkoholsucht, ein Essay in seiner schönsten Form: erzählend und dabei über das, was er erzählt, reflektierend, schonungslos autobiografisch und trotzdem nie Nabelschau." Daniel Schreiber, Süddeutsche Zeitung, 18.02.17 "Das vielleicht größte Verdienst Daniel Schreibers ist es, das Schweigen über den Alkoholismus auf sehr unaufdringliche Weise zu brechen, ohne jedoch die Schwere des Themas zu verleugnen. Stimmen wie seine, unaufgeregt, informativ und glaubhaft, werden dringend benötigt." Tabea Soergel, Deutschlandfunk 18.02.15 "Keine Betroffenheitsprosa, sondern eine kluge Reflexion über unseren Umgang mit dem Alkohol." Julia Westlake, NDR Kulturjournal, 19.01.15 "Es ist brilliant, klug, eine Lekturfreude und es ist zum Glück ohne missionarischen Eifer geschrieben." Annemarie Stoltenberg, NDR Kultur, 30.12.14 "Daniel Schreibers Essay ist ein großes Glück. ... Er mischt die Beschreibung persönlicher Erfahrungen mit kulturellen Exkursen. Er erlutert die Psychologie der Sucht, streut soziologische Betrachtungen ein, widmet sich dem stillen Erfolg der Süchtigen-Gesprächsgruppen, die ihm geholfen haben, trocken zu bleiben. Aber eigentlich ist 'Nüchtern' die Geschichte einer gescheiterten Liebe. Viele Leser werden sich darin wiederfinden." Tobias Rapp, Der Spiegel, 27.10.14 "Ein ebenso energiegeladener wie ehrlicher Essay. ... Dieses Buch umgibt etwas Besonderes. Man liest es mit großer Spannung. Man liest es mit dem Eindruck, einen Erkenntnisraum zu betreten, der bis dahin im Halbdämmer lag und den Daniel Schreiber ausleuchtet. ... Die eigentliche Stärke liegt in der Haltung, die dieser Essay einnimmt: der menschlichen Haltung gegenüber der menschlichen Schwäche." Ursula Mrz, Die Zeit, 30.10.14 "Ein mutiges Buch. Mutig ist es in der Selbstoffenbarung, aber auch in seiner Bescheidenheit." Andrea Roedig, Neue Zürcher Zeitung, 04.10.14 "Daniel Schreiber ist etwas Außerordentliches gelungen. Er hat ein schönes Buch über ein schambesetztes Thema geschrieben: die Alkoholabhängigkeit. Er beschreibt, welche Funktion der Alkohol in unserem sozialen Leben hat, und welche Bedeutung er für einen Menschen haben kann. Dieser Mensch ist er selbst, doch was er preisgibt, ist nicht bekenntnisthaft, sondern gesellschaftlich relevant." Susanne Lenz, Frankfurter Rundschau, 09.11.14 "Wer sich für das neue Jahr vornimmt, weniger Alkohol zu trinken und ahnt, dass es schwer werden könnte, sollte dieses Buch lesen. Es ist brilliant, klug, eine Lekturfreude und es ist zum Glück ohne missionarischen Eifer geschrieben." Annemarie Stoltenberg, NDR Kultur, 30.12.14 "Mich haben sofort zwei Dinge in Bann gezogen: Erstens: Schreibers literarische Kraft. Und zweitens sein schonungsloser Blick auf die Mechanik der eigenen Sucht." Cornelia Kazis, SRF 2 Kultur, 29.08.14 **Werbetext** Alle tun es, keiner hinterfragt es ein kluger Blick auf unseren ambivalenten Umgang mit dem Alkohol **Kurzbeschreibung** Lange Zeit gehörte das Trinken so selbstverständlich zu Daniel Schreibers Leben wie die Arbeit. Manchmal fragte er sich, ob er nicht dabei war, eine Schwelle zu betreten, doch meistens war die Rechtfertigung so griffbereit wie das nächste Glas Wein. Bis ihm irgendwann klar wurde, dass er längst dabei war, sein Leben zu zerstören und sich Hilfe suchte. Mit großer Aufrichtigkeit und literarischer Kraft erzählt Schreiber von den Mechanismen der Selbsttäuschung, die es so vielen Menschen erlauben, ihr Alkoholproblem zu ignorieren. Und er fragt, warum sich eine Gesellschaft eine Droge gestattet und dann diejenigen stigmatisiert, die damit nicht umgehen können.