

Ulrich Janetzki  
Entzug  
Ende eines Raucherlebens

1. Auflage  
© Copyright 2022 by  
Verlag *Sol et Chant*, Letschin  
Alle Rechte vorbehalten  
Satz und Umschlaggestaltung:  
*Verlag Sol et Chant*  
Coverfoto: © 2022 by Jan Groh  
Foto Umschlagklappe: © Ulrich Janetzki  
Hergestellt in Polen  
Druck: Sowa Sp. z o.o., Piaseczno  
Papier aus nachhaltiger Forstwirtschaft

ISBN 978-3-949333-06-4

[www.sol-et-chant.de](http://www.sol-et-chant.de)

*Für Fred*

Dies ist ein Buch über das Aufhören. Ein Buch über das Aufhören und über das Rauch-Erleben. Zugleich ist es eine Rückschau auf das Rauchen. Auf die Sucht. So, wie sie wirklich ist. So, wie ich sie erlebt habe. Und ich bin kein leichter Fall. Im Volksmund ein Suchtbolzen.

Es ist ein Buch über das Aufhören im Sinne von: „Jetzt höre ich tatsächlich auf und werde wahrscheinlich leiden, aber egal, ich höre auf.“ Ich habe mich beim Schreiben nicht geschont, selbst grobe Peinlichkeiten kaum geschönt, und es gab deren viele. Ich habe während des Aufhörens täglich geschrieben. Mit Wut im Bauch und nicht immer gängigen Erzählstrategien folgend. Es hat geholfen.

### **Der letzte Tag.**

Die letzte Zigarette. – Das kommt einem beim Aufwachen als Erstes in den Sinn. Heute ist ein besonderer Tag. Heute tut sich etwas. Da fühlt man noch nichts Bedrohliches im Körper, man reagiert eher belustigt. Auch auf die Frage, die man fast lautgesprochen dem Körper stellt. Der Körper ist völlig entspannt. Er ahnt ja noch nicht, was ab Morgen auf ihn zukommt.

Und die erste Zigarette des letzten Tages. Mit dem gesüßten Kaffee ... Als hätte ich es bestellt, war die Luft noch mild und angenehm. Ich konnte mir nicht vorstellen, hier nochmals so entspannt zu stehen: ohne Zigarette. Ich zog und blies den Rauch als wäre ich der Marlboro-Cowboy in Richtung Himmel. Überhaupt schwer vorstellbar, es zu schaffen. Es eine so lange Zeit auszuhalten, eine ganz lange Zeit dagegenzusteuern, bis es von selbst aufhört, bis man nicht mehr daran denkt. Unvorstellbar. Und so wird es auch nicht sein, oder?

Natürlich nimmt man mit jeder Zigarette Abschied, versucht, das entspannte Gefühl von Wohlsein und Geborgenheit zu konservieren. Und während man normal den Tag zubringt, ob an der Kasse „Hätten Sie sonst noch einen Wunsch?“ oder am Telefon „Es war so schön wieder mal mit Dir, ... aber Tschüß“ gesagt wird, ist das alles Abschiedshandlung. Ab Morgen ist alles anders. Besser?

Kaum zieht man genüsslich an der Zigarette, zufällig sogar der letzten in der Packung, will man nicht glauben, dass es schwer werden würde. Denn so viel tut sich doch nicht im Kopf oder Magen durch ein paar warme Züge Nikotin.

Man ist sich zwischendurch sicher, dass man das locker aushält. Denn da stellt sich doch kein Rausch ein, wenn man an einer Zigarette zieht. Da stellt sich doch gar nichts Besonderes ein? Ist das alles nicht übertrieben? Neugierig freut man sich auf den morgigen Tag.

Es gibt Gründe, an einem Freitag aufzuhören. Nur gute. Die ganze Woche zuvor redet man bereits davon, denn man ist sich ja sicher. Der Partner oder die Partnerin ist absehbar zufrieden mit der Beziehung. Fehler auf der Arbeit sind nicht unterlaufen. Die Leiche im Keller ist gut zugedeckt. Es stehen keine Gespräche an, vor denen man mehr Angst hätte als sonst. Also einfach.

Aufhören.

## Tag 1

Freitag, der 1. März

Heute. Nicht rauchen. Ich schaffe es. Ich will es schaffen. Komme, was da wolle.

Das sind die ersten und bleibenden Gedanken beim Aufwachen. Aus dem Unterbauch – also nicht aus dem Kopf in Form eines Gedankens, sondern aus dem unteren Bauchbereich – stieg zweitgleich eine Angst nach oben, ließ mich kürzer atmen. Doch: Ich fühle mich entschlossen und höre neugierig in mich hinein. Gewohnt, der Gang durch die Wohnung. Der aber kein Ziel, weil keine Balkonzigarette, hatte. Komisch, wieder umzukehren und mit nichts in der Hand durch die Wohnung zu irren.

„Ach ja, Dein erster Tag, und wie fühlst du Dich?“

Eine wirklich seltsam dusselige Frage.

„Und fehlt Dir schon was? ... Übrigens ... Du schaffst das!“

Auch liebste Menschen können einen nerven. Und schon schleicht sich aus dem Brustkorb kommend schlechte Laune an. Und man huscht durch die Küche, irgendwas will man anders machen und man ist verwirrt, weil irgendwie nicht ausgelastet. Die Routine ist durcheinander.

Aus heiterem Himmel hat sich die Idee in die Stirn verklebt, rauchen zu müssen. Jetzt. Der Atem geht schneller. Fasziniert nimmt man die ersten Anzeichen eines Angriffs wahr.

In mir nagt es. Zentrum Bauchnabel. Man kann es fühlen mit der flachen Hand. Das Suchtgefühl ist sehr stark. Weil oder wegen des Kaffees? Die Zeit, die die Zigarette hielt, ist jetzt leere Zeit. Man irrt herum, sucht die Zigarette. Was machen, um sich abzulenken?

Dann nach einer Viertelstunde, in der man glaubt, man schafft es niemals, nie, nie im Leben, kommt zum ersten Mal so etwas wie Zufriedenheit auf. Man begreift sich plötzlich als Teil eines Prozesses, den man selber wollte.

So wollte. Komisches Gefühl. Das eine Ahnung von ICH SCHAFFE ES in sich trägt.

Selbst beim Zähneputzen kommt plötzlich eine Sucht hoch, ein Wunsch, sofort danach rauchen zu wollen, blödsinniger Weise. Ich habe nie direkt nach dem Zähneputzen geraucht. – Oder doch? – Wahrscheinlich ja! Der Körper erinnert sich, erinnert mich an sich. Auch schon ein toller, ungewöhnlicher Vorgang. Die Erinnerung ans Rauchen ist allgegenwärtig.

Grauenhaft.

Der Wunsch nach einer Zigarette ist vielfach stärker und kommt häufiger als früher der Griff zur Zigarette. Will sagen: Vier bis sechsmal die Stunde kommt einem so ein Blitzgedanke in den Sinn, schießt wirklich in den Kopf. Und sogleich hält vom Magen oder Bauch etwas dagegen: jetzt keine Erfüllung, jetzt keine kurzfristige Befriedigung zu bekommen/wollen. Warum halten gerade Magen und Bauch dagegen?

Und dann sagt man sich so auswendig Gelerntes auf, wie:

*Wer nicht warten will, bis der Herzinfarkt kommt, der ist gut beraten, auch dem Schlaganfall zuvorzukommen!*

Kann man sich gut merken, lässt alle Gesprächspartner aufhorchen: Da hat sich jemand mit seiner Gesundheit befasst!

Schön langsam dem Verstand erzählt. - Alles Gründe, die doch sitzen müssten. Zack: das Gehirn versteht! Die Vernunft diktiert. Aufhören und gleich Spaß dabei haben. Zack: einfach Aufhören und lachen! So einfach. Macht mir gar nichts!

Blödsinn! Das geht nicht! Gaukelei und Luftschlösser. –

Trotzdem: „Ab heute ist Schluss! Du wirst mich nie wieder rauchen sehen!“ – Skepsis um mich herum. Keiner glaubt richtig daran. Das merkt man. Das braucht noch eine Woche, damit alle es akzeptieren. Jetzt erst einmal pure Neugier, wie ich mich verhalte, denn schließlich kennt man mich als Suchtnudel. Und natürlich ist es genau der Kollege Trommler, der grinst und sich mit der rechten Hand über den nicht vorhandenen Schnauzbart fährt, um sein Grien zu verbergen. Hatten wir doch schon zwei Mal gemeinsam „erfolgreich“ aufgehört.

Er hat stets länger durchgehalten. Dann ganz, der Arsch!

Und jedes Mal, wenn die Brust enger wird und das Hirn kurz Erholung braucht, eben Entspannung pur, frische Luft für den Kopf, kommt der Gedanke: Was soll ich dieser Sucht entgegenhalten? Ich kann doch nicht einfach erwarten, dass es aufhört! – Es hört erst auf, wenn alles im Lot ist! Und hier ist nichts im Gleichgewicht! Geschweige denn im Lot! Das Pendel wackelt nicht, es kreist und ruckelt: nur weg von der Mitte!

Und da kommt er wieder, dieser kleine, aus dem Bauchnabelbereich kommende Impuls, einfach mal rauszugehen an die frische Luft, eine rauchen ... Bei jedem dieser kleinen Anfälle spürt man, wie sehr sich im Innern etwas verschoben hat. Weit entfernt von Ausgeglichen. Weit entfernt von Ruhe und Gelassenheit. Was ich mir als Mantra für das ganze Jahr vorgenommen hatte, immer dann, wenn der Körper zappelig wird: Ruhe und Gelassenheit. Aber am ersten Tag ist es eh scheißegal. Da muss man nur durch. Da weiß ich im Moment keinen Trick, wie man diese Zeit abkürzt.

Ich esse und esse. Ungewöhnlich viel. Zwei Stücke Obst, ein aufgebackenes Brötchen mit der leckeren Salami vom Metzger mit den Goldfäden in der Wurst – so teuer! Eine große Messerspitze Leberwurst, ein kleines Stück Käse. Oh, wenn das so weitergeht, dann komme ich aus keinem Flugzeugsitz der Welt wieder heraus.

Ich stehe gedankenverloren auf meinem Bürobalkon und gucke auf den See. – Gedankenverloren ist Quatsch, im Gegenteil. Jeder Gedanke, jede Handbewegung ist dem Rauchen gewidmet. Ich leide, aber es ist auszuhalten, und suche Menschen.

Wie geht es mir sonst, unabhängig vom Eingespielten? Mitunter kommt es mir vor, ich würde gebremst agieren. Man steht, schaut in die Ferne, hört in sich hinein – und irgendwas lässt Leichtigkeit verhindern. Durchgängig. Ein beklemmendes Gefühl, fast, als würde man weniger Luft bekommen. Ich habe Angst vor dem Heimweg, weil alle Gänge stets mit Zigarettenritualen verbunden sind: Sitzmomente mit Zigarette, auf den See blicken, Feierabendzigarette genießen. All das war selbstverständlich. Heißt: Entspannung war stets mit Rauchen verbunden.

Auf dem Baseler Platz: Besuch beim Kiosk, Zigarette am Stehtisch, Kaffee,



Plaudern mit dem Obstverkäufer, Witze mit den Taxifahrern. Alles Rauer. Und alles Momente, die mit Zufriedenheit und Wohlbefinden vollgesogen waren. Jetzt kommt es einem vor, als sei ein schaler Geschmack plötzlich sichtbar geworden.

Und nun? – Jetzt heißt es, kluge Gedanken, die einem in den Kopf kommen, festzuhalten. Zu wiederholen. Sich an ihnen festzusaugen.

Es ist ganz einfach:

Die Zeit vergeht sowieso. Jetzt vergeht sie auch noch in meinem Sinne. Je mehr Zeit in meinem Sinne vergeht, desto weniger lang ist das Warten auf die innere Befreiung. – Innere Befreiung! – Hört sich an wie bei den Zeugen Jehovas oder wie im Fitness Studio. Und doch trifft es genau was ich meine, was ich hoffe, worauf ich hoffe: innere Befreiung! Ich will befreit werden von dem, was sich wie ein Nierengurt um meinen Körper legt. Will keine Bremse mehr fühlen.

Faszinierend, dass man sich nicht vorstellen kann, befreit und ohne Murren am See sitzen zu können, sich zu freuen über den böigen Wind – und alles ohne Zigarette. Undenkbar im Moment. Was will man da, ohne Zigarette? Was will man mit Schönem, ohne Zigaretten? Gibt es so etwas wie Glück, ohne Zigarette? Glück. – Schönheit, so plappert man geringschätzig vor sich hin, liegt im Auge des Betrachters.

Nervös bin ich eigentlich nicht. Auch liegen die Nerven nicht so blank, wie ich es eigentlich erwartete hatte.

Mag sein, dass die Vorbereitung auf die zu erwartenden eigenen Unzulänglichkeiten, in angespannten Situationen keine Ruhe bewahren können und gleich aus dem Häuschen zu gehen, hilft. Ich erinnere das Verhalten von Anderen und bin gewarnt.

Jeder weiß, dass Alkohol die Sucht befördert, dass es dann schlimmer wird. Gute Gründe, die Finger davon zu lassen.

Ich schaue gebückt in den Kühlschrank und – als würde sich eine Person von hinten über mich schieben und mich drängen, all das sonst Verbotene, Sahne, Wein, Butter, Mayonnaise, Remoulade rauszunehmen, es zu essen – schaufele ich mir den Teller voll. Jetzt erst recht. Nein, besser: jetzt *mit* Recht!

Was passiert da mit mir?

Ich bin gespalten. Der Eine will's dem Andern zeigen.

Und doch: Es kitzelte mich, es auszuprobieren, ob es schlimmer würde, das Nagen und Saugen und Ziehen in Intervallen. Mit Alkohol. – Eine besondere Form des Masochismus, sich noch mehr zu quälen, sich zu bestrafen für das, was man dem Körper ohnehin antut, ihm entzieht.

Überhaupt ist das, was sehr selten, aber dann in Erinnerung laut hörbar im Magen und Darm passiert, wenn Unverträgliches sich gärend und blubbernd durch die Darmstränge zwängt und man selber das Gluckern wellenartig spürt, dem vergleichbar, was im Gehirn passiert. Nur leiser.

Und dann zwischendurch so hilfreich, so aufmunternd: Diese Momente des Friedens mit sich und wirklich Allem, mit der Welt sozusagen.

Seltsam, ich stand, jetzt ohne Zigarette, der eigentliche frühere Grund meines Dort seins, vor der Garage, im Rücken das Motorrad, bereit, geputzt zu werden, ein Bier in der Hand, Sport aus dem Radio, und mir fehlte eigentlich nichts. Hierhin zog ich mich zurück. Hier war alles ritualisiert, alles am richtigen Platze. Und es ging plötzlich auch ohne.

Erstes Mal ein Glücksgefühl. Es ging ohne. Das Bierchen schmeckte.

Ansonsten will man allein sein, will Süßes essen und abends wenig reden. Auf keinen Fall will man über sich reden.

Seltsam verspannte Situation. Eigentlich fehlt was, aber man gibt es nicht zu. – Also, wenn das so weitergeht mit dem Aufhören, dann macht das fast Spaß. Ist ja ganz einfach.

Morgen wird es doch hoffentlich genau so einfach sein?

Kaum war ich in der Wohnung, alles trübselig. So schnell geht das.

Nach Auswegen suchen.

Ich setze mich mit einem Fotoalbum vor den ausgeschalteten Fernseher. War doch eigentlich überhaupt nicht schlimm heute. Oder sag ich mir das nur vor? Ich bin verunsichert.

Fast euphorisch erzähle ich am Telefon einer Freundin, wie einfach das ist, wenn man auf diesen Ansturm des Körpers „locker“ vorbereitet ist und ihn dementsprechend parieren kann. Es wird viel zu viel Scheiß erzählt von den Höllenqualen des Aufhörens. Bis jetzt geht alles gut. – Und zu-

frieden gehe ich in die Küche, noch einen letzten kleinen Joghurt essen. Beim Fernsehen habe ich sowieso nie geraucht. Das ist ja schon die halbe Miete, sich davon nicht auch noch entwöhnen zu müssen. Und ich liege und erinnere die Zeit aus dem Fotoalbum, die Zeit um die Erste Zigarette, im Wohlgefühl: „Gott, waren das Zeiten“. Ich bin irgendwie auf Abschied gepolt.

*Collie 62 war meine erste Zigarette. Ich war gerade eben auf die Realschule gewechselt, 11/12 Jahre alt. Ein älterer Mitschüler – ältere Mitschüler sind immer so etwas wie Hochadel – rief eine kleine Clique zu einem nicht einsehbaren Heckenstrauch und ließ jeden einmal ziehen. Es war Collie 62. Gut möglich, dass es das Jahr 1962 war. Und das Deckblatt war rot.*

*Ich habe die Marke nie wieder gesehen, ich hätte sie sofort gekauft! Mir war so nachhallend schlecht, dass ich glaube, es noch immer im Magen zu erinnern. Aber es war ein Initiationsritus; ich gehörte dazu. Ich gehörte einer neuen Gruppe von Eingeweihten an, die sich häufig im Gebüsch trafen und hinterher bleich, aber geadelt wieder auf den Schulhof zu den anderen traten.*

*Wir trugen Wrangler, um Gottes Willen keine Levis! Wir waren zweigeteilt und stritten ständig darüber: Beatles oder Stones. Ich war für die Beatles, außer „Little red rooster“. Der Song war damals eine Offenbarung, und ich quetschte das kleine Transistorradio ans Ohr, so wie ich ein paar Jahre später die Lautstärkeregel hochschob, wenn „Like a rolling stone“ zu hören war.*

*In der Volksschule kam einmal ein Sportfunktionär in die Klasse und hat uns behandelt wie später der Kaplan: wie seine Marionetten. – Ich wurde als Sitzriese erkannt und spielte von nun an beim PSV Bork Kreisläufer.*

*„Wer kann gut Auswendiglernen?“, fragte kurz danach der Kaplan. Der Lehrer zeigte mit dem Finger und, zack, war ich Messdiener in Selm-Dorf. Ein Kreisläufer des PSV Bork, der das Confiteor Deo lateinisch runterrasseln konnte. –*

*Und irgendetwas ging in mir vor.*

*Ich hatte den ganzen Tag nur ein Mädchen im Kopf. Plötzlich. Ich fuhr mit dem Fahrrad – einen großen Bogen um die pölzenden Freunde herum – an ihrem Haus vorbei, X-mal. Vorbereitet, dass sie plötzlich kommt, oder geht. Und als es endlich passierte, rötete sich mein Gesicht so schnell, dass es mir*

*den Atem nahm und ich so tat, als hätte ich es eilig.*

*Damals konnte ich noch nicht lässig zur Zigarette greifen und cool sein. Ich ritzte mir mit einer von Mutterns Nähnadeln „MW“ in den Unterarm. Es entzündete sich, und ich tat 4711 drauf, stand ja überall herum. Wurde nicht besser damit. Brachte auch überdies nichts.*

*Ich hatte nie die Chance zu fragen: „Willst Du mit mir gehen?“ Hatte keine Chance auf einen Freundschaftsring. MW ging mit Vitus aus Olfen. Ich spürte, dass ich keine Chance hatte. Half nichts, ich ging mit Carla auf den Mittelball, Vitus mit MW. Ich spürte plötzlich: Das Leben ist nicht immer gerecht.*

*In der Tanzpause wurde geraucht. Natürlich auch die Mädels. Erika Benesch sogar mit Spitze. Sah edel aus. Cool. MW rauchte nicht. War auch cool. – Alle Fotos der damaligen Zeit zeigen mich mit Zigarette. Zu viele Minderwertigkeitsgefühle? Nicht mehr als die anderen auch. Rauchen gehörte zum Erwachsensein. Dann die Filme, James Dean ...*

## 2. Tag

Samstag, der 2. März

Der erste Gedanke beim Aufwachen: keine Zigarette heute. Tatsächlich. Ich bleibe liegen und höre kurz von oben nach unten den Körper ab. Und doch, es ist anders. Eine Stimmung mit Wehmut und Ärger verbunden, zugleich dann ein Husten und ein Gefühl von Befreiung: endlich mal ausspucken, ohne verstecktes heimliches Schämen, endlich raus damit! Ich höre ja schließlich auf und will diese Gier besiegen. Zeitgleiches Gefühl von Trauer und Befreiung.

Eigenartiges Gefühl. Ich beginne, selbstverliebt zu sein.

Aber plötzlich auch das Gefühl, schon sehr weit zu sein, schon einen entscheidenden Schritt getan zu haben, nicht einfach nur begonnen zu haben, aufzuhören, sondern tatsächlich: Aufgehört!

Man beginnt an sich zu glauben! –

Wirklich?

Der Weg in die Wohnung ist ziellos, weil man den Balkon vermeidet. Um dort was zu tun? Ohne Zigarette. – Im Bauch und Unterbauch ein sich verknotendes Ziehen und im Magen und im Kopf eine kleine Leere, fast Langeweile. Freudloses Tagesbeginnen, weil Umherirren und nicht recht wissen, was jetzt zu tun ist. Dennoch: Bislang geht's gut.

Und gleich wieder nicht. Die schnelle Abfolge von Wohlbefinden und Zuversicht und dann wieder die kalte Gier nach Nikotin lässt einen nicht zur Ruhe kommen. Wenn die Wechsel später weniger schnell takten, dann ist auch die Phase des Wohlfühls länger, hoffe ich inständig.

Dann der Hammer: Nach dem Frühstück sind das Ziehen im Unterbauch und die Laune, die vom Kopf gesteuert ist, so vehement aktuell, dass man sich wirklich wider alles Gemerkte, alle Sprüche laut vorsagen muss, warum man diesen Stress – denn im Moment ist es einer – auf sich nimmt. Das paart sich

auch noch mit einer aufsteigenden Depression, besser: Niedergeschlagenheit, denn wie von einer dunklen Wolke schwarz beregnet, fühlt man sich blitzartig allein in der Welt, die lieblos ist und ungerecht.

Und, da muss man gar nicht lange warten, mit jedem Suchtschub kommt auch die Begründung fürs Aufhören wieder ins Bewusstsein. Aber leider lange nicht so überzeugend wie noch am Abend, als alles klar war, oder wie am Vorabend, wo alles noch viel klarer und selbstverständlicher war. Viertelstündlich legt sich über die Vernunft ein Schleier. Und fast in diesem Rhythmus stellt sich ein Wundgefühl im Rachen ein, ein Kratzen, ein Rau-Gefühl.

Jedes entschiedene „Nein!“ zu einem der Suchtanfälle taucht die Welt in ein trübes und diffuses Licht. Ohne Rauchen ist alles belanglos und öde. Es gibt nichts, was besonderen Spaß macht. Es scheint mit einem Male so, als sei der ganze Rhythmus des Körpers auf Intervalle verteilt. Jede Stunde, spätestens nach zwei Stunden braucht der Körper wieder eine Infusion, eine Stärkung, eine Auffrischung. Und so nagt der leere und unerfüllte Nerv unaufhörlich und kann sogar sprechen:

„Nimm Eine täglich, nicht mehr.“

„Lass das! Keine heißt Keine!“

„Alles Scheisse! Zwei Züge und Du bist wieder viel ruhiger!“

Blödsinn im eigenen Körper.

Und man hört zu und ist fasziniert. Was sich alles im Körper abspielt! Wären da nicht die kleinen Erholungen, die sekundenlang – lang genug – vorgaukeln: Es geht! Du musst nur durchhalten! Es wird ansteigen, dann abnehmen, wieder ansteigen und es wird noch so weitergehen ...

Fürchterlich der Gedanke, dass es noch zunehmen kann, noch schlimmer werden.

Erinnerungen holen Bildfetzen hervor, in denen geraucht werden durfte ...

Wenn man Weiterleben will, muss man aufhören. Man muss sich sagen: **DAS IST NUR VORÜBERGEHEND!** Das geht weg! Das muss man jetzt aushalten, das hatten wir doch schon! – Aber es hilft nix! Es hilft nix! Es ist zum Kotzen!

Dieses innenglühende Gefühl von Sog und Saugen führt ständig zum Alleinsein. Damit man unbeobachtet sündigen kann: Dort ist der Tabak,



dort kann man noch mal schnell die Letzte ... – bevor es endlich und definitiv aufhört, der Einwurf –, dort! Und das merkt keiner! Und das riecht keiner! Also: Was hindert einen?

Man will allein sein. Man zieht sich in sich zusammen. Wie ein trotziges Wegziehen der Schulter, wie Angst vor Berührungen. Ein Sich-Wegschließen. Als merke der Körper, dass er sich – und anderen? – schädlich ist. Man ist komisch.

Allein sein, auch weil man nachdenken will. Denn alles kommt einem neu vor, angesichts der Tatsache, dass man eine folgenschwere Entscheidung getroffen hat. So ertappe ich mich dabei, länger allein spazieren gehen zu wollen. – Ich wusste nicht, wie schwer es ist, Abschied zu nehmen von etwas, das in das bisherige Leben hineingewebt war. Dazu gehörte.

Es ist der schlimmste Tag von den beiden Tagen. Als hätte sich der Körper gemerkt, dass er das Rauchen später noch bekommt. Nach langen Flügen, zum Beispiel, oder nach einem langen Kinofilm, oder nach dem Schlaf. Aber wenn er dann so lange wartet und nix kommt, dann beginnt eine Nervosität, die ich gerade erlebe. Das ist so schlimm wie bisher nichts anderes. Als hätte der Körper gewartet und jetzt, wo nichts kommt, empfände er das Recht zu schreien: Her damit! Rauch! Rauch gefälligst!

Wenn das passiert, dann muss man Glück haben, dass es einen nicht am falschen Ort erwischt! Oh, ich könnte jetzt rauchen und alles über Bord schmeißen! – Und je länger ich mich darüber – ja: – ärgere, schon nimmt es sich ein wenig zurück!

Schlimm auch, was man an Süßigkeiten wegputzt. Zwei Pakete Gummi zeugs, dann Milch, Kefir, scharfe Soße, Käse und Nüsse. In der Nacht habe ich auf die Toilette an die Schüssel gemusst, ungewohnt knieend. Sollte aber normal sein. Denn wer frisst schon so viel so durcheinander in sich rein? – Aber ab sofort passe ich auf. Denn wenn einem noch morgens der Rachen brennt und man sowieso – und nun erst recht – eine Zigarette braucht, dann ist es doppelt bescheuert, ohne Kippe am Schreibtisch zu sitzen. Wie sowieso nur wegen der Zigarette am Schreibtisch zu sitzen und vor sich hin zu gucken. Überhaupt habe ich ca. 25 Feuerzeuge, die jetzt ständig auftauchen, drei angefangene Beutel Tabak (keinen, als ich

danach gesucht hatte), Blättchen zum Drehen, als gäbe es Geld dafür. Überhaupt: Aschenbecher und Rauchwerkzeug überall ...

Ich bin schwer, wie nach einem langen Spaziergang, ins Bett gefallen. Erinnerungen holen Bilderfetzen empor: vom rauchenden Vater und von Gemütlichkeiten in Baumkronen mit anschließendem Schlechtsein.

„Kommßemitt?“

*Sagte ich im Vorbeigehen. Ich schaute den Jungen in der Lederhose, beide Hände in den Taschen vergraben, kurz an und schlenderte, links das Einkaufsnetz und rechts die Milchkanne, den kleinen Trampelpfad entlang aus der Siedlung ins Dorf. Es hieß und heißt Selm-Beifang. Hier war wirklich nur der Beifang zu Hause. Bergarbeitersiedlungen an Bergarbeitersiedlungen. Hier war fast Jeder auf Zeche. Die Frauen waren Hausfrauen, und viele gingen noch putzen. Und im Spätsommer kamen die Bauern mit Treckern und Anhänger in die Siedlung und sammelten Frauen und Rentner ein – Kinder durften mit – für die Kartoffelernte, auch für die Rüben. Es war eine schöne Zeit für mich. Die Schule machte mir keinen Kummer. Wir waren gerade Weltmeister geworden, und ich träumte von einem Lederball, der erst später bei der 1. Hl. Kommunion (als gäbe es eine Zweite) Geschenk war, mitsamt Lederwachsbüchse.*

*Der Junge zögerte und zog die Mundwinkel so, dass man eine große schwarze Lücke sah, und seine Hand befühlte hinten am Hals einen Pickel.*

„Inne halbe Stunde muss ich bei Omma sein“.

*Es war zur Abendbrotzeit, die Spiele waren gespielt, und einige Jungs waren längst zu Hause, andere warteten auf die rufende Mutter. Meine Mutter hatte mich zum Einkaufen geschickt. Mitunter ging sie nicht gern einkaufen, anschreiben ließ sie lieber mich. Gegen Ende des Monats war Schmalhans Küchenmeister, wie meine Oma aus Ostpreußen immer sagte. Am Ersten war alles anders: Da wurden die eingelegten Heringe, der Kunsthonig und das Rübenkraut arrogant zur Seite geschoben, da gab es Zervelatwurst und einen Fleischwurstring – nichts vom billigen Aufschnitt.*

*Überall läuteten die Glocken, die Schichtarbeiter trugen ihre alten abgewetzten Ledertaschen nach Hause, auf dem Spielplatz baumelte vereinzelt ein Mädchen an einer Stange und wer in der Siedlung ein Radio hatte, ließ es laut wissen.*



*Willi – er hieß für alle und jeden „Seemann“ – kickte jetzt eine alte Libbysbüchse über den Weg und guckte fragend zurück.*

*„Wohin gehße?“*

*„Konsum und Zigaretten holen.“*

*Seemann ließ seinen Pickel in Ruhe und schloss sich mir an und zuerst ging's zum Milchmann, die Kanne füllen lassen, dann zum Konsum den kleinen Zettel abarbeiten und zum Schluss zwei Zigaretten für Papa, fünf Pfennig das Stück. Ich weiß nicht, ob das Selbstgedrehte waren oder aus einer Packung. Papa rauchte sie nur, wenn ihm eine Packung zu teuer war. Sie schmeckten ihm stets trocken und sofort sagte meine Mutter: „Dann lass es doch“. Ausgerechnet sie.*

*Später rauchte Papa Eckstein, Juno, auch Overstolz. Die Packungsbildchen sind in der Gedächtniskammer bunt gemischt vor mir ausgebreitet. Grün für Eckstein, Rot für Overstolz, Gelb für Reval und später Ernte 23 – und dann gab es noch das Roth-Händle-Rot.*

*Es war ein kleiner Kaufladen, der, von unten, also meiner Perspektive aus betrachtet, hauptsächlich Bonbons und Kaugummi hatte. Und in einer Glasvase mit Deckel einzelne und gestapelte Zigaretten.*

*Die Zigaretten wurden ähnlich vorsichtig wie die Milch nach Hause getragen.*

*Meine Mutter fing erst später an zu rauchen. Ich habe die Marken vergessen. Nur die vom Vater weiß ich, der mit seiner Steinstaublunge schließlich ganz aufhörte – und dann bei einer Tombola mal endlich etwas gewann: ein Raucher-Set fürs Wohnzimmer. – Meine Mutter freute sich!*

*Aschenbecher gehörten automatisch auf jeden Tisch.*

*Später kosteten Zigaretten am Automaten, welch ein bewunderter Fortschritt, 1 Mark. Das war dann Ernte 23, die ich ziehen musste und von denen ich ein paar abbekam.*

*Aber soweit war es damals noch nicht.*

*„Biss Morgen.“*

*„Jau.“*

*Seemann ging mit gesenktem Kopf, wie immer strauchelnd, weiter. Vielleicht rührte da sein Spitzname her?*

*Seemann und Gandi wohnten drei und vier Hauseingänge weiter. Gandis Vater war auf dem Pütt was Feineres: Elektriker. – Der Vater von Seemann machte Musik und spielte in Kneipen und auf Feiern auf. Er war sehr gefragt, weil ständig unterwegs. Man flüsterte, er sei Zigeuner. – „Aber sicher keiner von denen!“, meinte meine Oma. Denn zwei Mal im Jahr machten die Roma mit ihren Wohnwagen und Ami-Schlitten nahe der Siedlung Quartier. „Zigeuner heißen nicht Schröder!“ – Damit war für meine Oma das Problem vom Tisch. Keiner wagte aufzumucken.*

*Alle holten die Wäsche ein und warteten ansonsten auf das Klingeln der buntgekleideten Frauen und schnauzbärtigen Männer: an den Türpfosten gelehnt, Kippe seitlich hängend. Kinder waren nie dabei. Sie verkauften Teppiche, die sie entfaltend in den Flur warfen, Tücher und Schmuck.*

*Mein Vater verhandelte stets lange, kaufte nie und verbot das auch meiner Mutter. Meine Mutter hatte aber Tage später stets neue Ketten oder Ohrringe. Wo immer sie die herhatte. Sie trug sie nur vor dem Spiegel und ging damit in der Wohnung spazieren, wenn Papa auf Zeche war.*

*Wir Jungs lungerten um die Romalager herum und bekamen hin und wieder eine Zigarette, taten so, als sei Rauchen selbstverständlich. Jupp bekam stets Ärger, weil seine Eltern riechen konnten. Meine rauchten selber.*

*Die Kippe war Seemanns Vater im Mundwinkel angeklebt, und er wurde zornig, wenn er am Straßenrand stand – wir spielten Fußball auf der Wiese –, und Seemann kam nicht sofort zu seiner Geige gelaufen, die der Vater in der Hand hielt. Egal wie der Stand des Fußballspiels gerade war, oder ob wir sogar das Todfeinde-Spiel Breitestraße gegen Nienkamp, Arbeiter- gegen Angestelltensiedlung, spielten: Seemann musste zum Geigenunterricht! Wir spielten dann mit Einem weniger weiter und verfluchten die Geige.*

*Manchmal, wenn wir hinter dem Haus, den Ball unterm Arm, „Seemann!“ riefen, erschien er am Fenster, die Mutter neben ihm. Und die gab ihm die Geige, und er musste uns was vorspielen, stattdessen. Wir haben ihn trotzdem gemocht.*

*Wir Jungs, wenn wir denn nicht die jeweils jüngeren Schwestern im Schlepptau haben mussten, verzogen uns zum Allein- und Geheimsein immer in die ländliche Umgebung. Einer unserer Lieblingsplätze war eine alte knorrige*

*Buche, direkt über einer Pferdetränke. Eine Lauboase inmitten der Koppeln und Weiden.*

*Da saßen wir im Baum, zu viert meist, und zogen an den gesammelten Kippen. Gandi verteilte sie. Es waren gute dabei, erst halb zu Ende gerauchte.*

*Gesucht haben wir immer am Sonntag, wenn der BV Selm ein Heimspiel hatte und man nach der Halbzeit umsonst reinkam. Alle Zuschauer rauchten. Sie hatten Hüte auf und gingen hinterher auf ein Bier und Körncken. Wir hatten alle Zeit der Welt, die Kippen aufzuklauben.*

*Gandi, er hieß bei seinen Eltern Werner, hatte eine kleine runde Blechdose zum Aufschrauben. Darin wurden die Kippen gesammelt. Marken interessierten uns nicht. Hauptsache, es war einem kurz schlecht und man konnte darüber glaubhaft erzählen. Einmal habe ich von oben in den Wassertrog der Pferde gekotzt.*