



Abb. 3: Als erfolgreicher Schwimmer auf dem Treppchen

Aber trotzdem blieb dieses unbeschreibliche Gefühl der Trauer und der Einsamkeit in mir und wollte nicht weichen. Heute kenne ich den Grund.

Ich bekam eine Medaille, aber wollte eine Umarmung. Ich hatte Erfolg, aber wollte Liebe. Anerkennung und Liebe sind zwei unterschiedliche Bedürfnisse, zwischen denen ich damals nicht unterscheiden konnte. Für meinen Erfolg bekam ich die Anerkennung meines Vaters. Misserfolg bedeutete oft, gelang ignoriert zu werden.

Auch wenn mein Vater nicht sehr viel zu Hause war, weil sein Arbeitsalltag es nicht zuließ, förderte er mein sportliches Talent. Aus welchen Gründen auch immer, er tat es. Vielleicht, um sich selbst mehr zu lieben oder um durch mich einen ungeliebten Traum zu verwirklichen. Denn auch er hatte ein hartes Leben.

Sein Vater war ein Exoffizier der jugoslawischen Armee, der nicht davor zurückschreckte, seinem Sohn eine geschärfte Axt an den Hals zu halten, weil dieser beim landwirtschaftlichen Arbeiten Widerworte gab oder andere Interessen, wie den Boxsport, vorzog. Im nächsten Augenblick aber küsste mein Opa meinen Vater und sagte ihm, dass er ihn über alles liebte. Paradox und extrem und dennoch so menschlich und mir im Verlauf meines Lebens so bekannt.

Obwohl ich den Einzelsport Schwimmen liebte und alles von den Kreis- bis zu internationalen Meisterschaften geschwommen bin, wollte ich eine Veränderung. Ich wollte kein Einzelkämpfer sein, sondern ein Gefühl der Zugehörigkeit und Bedeutung in einem Team haben. Ich wollte meinem Grundbedürfnis nach sozialen Kontakten auch im Sport nachgehen. Außerdem wollte ich meinem Vater beweisen, dass ich auch gegen seinen Willen in der Lage war, einen anderen Sport zu beginnen und trotzdem erfolgreich zu werden. Ich wollte Liebe, die ich gleichsetzte mit der aus den sportlichen Erfolgen resultierenden Anerkennung meines Vaters.



*Abb. 4: Fußball als neue Leidenschaft*

Also fing ich an mit Fußball. Mein Opa, der sich später das Leben nahm, hatte mich im Stadtverein angemeldet. Meine Mitstreiter waren – im Hinblick darauf, dass drei von ihnen später im Profifußball Fuß fassten – stark und ich brachte es in den ersten Jahren nicht über die Reservebank hinaus. Wenn da nicht dieser unbändige Wille gewesen wäre, zu gefallen und „Anerkennung“ zu erfahren. Ich glaube, dass ich all das zusätzliche Training nicht aus Leidenschaft, sondern viel mehr aus dem Bedürfnis heraus, dieses große schwarze Loch zu füllen, absolvierte. Mehrfach vor gefüllten Hallen ein- und wieder ausgewechselt zu werden, lässt den Schmerz so groß werden, dass du dich in Bewegung setzt und diese grenzenlose Wut zu Energie werden lässt.

Schließlich fühlte es sich großartig an, von dem Bolzplatz hinterm Wohnblock zu den größten Stadien unseres Landes zu fahren, um dort gegen die Nachwuchsmannschaften der Topvereine Deutschlands zu spielen. Den Rasen zu riechen, die Luft zu atmen – sogar am Ende die Asche aus der Haut zu kratzen – hatte etwas.

Mein Ehrgeiz war ein Resultat meiner Wut und diese übertraf bei Weitem mein Talent. Wut und destruktive Gefühle können aus meiner heutigen Sicht kurzfristige Erfolge erzielen, dennoch sind es keine nachhaltigen Antreiber, weil sie irgendwann ermüden und weil der Mensch, davon bin ich überzeugt, so, wie er existiert, ein positives Dasein und den damit verbundenen positiven Gefühlszustand anstrebt.

Der Wunsch nach Anerkennung trieb mich also weiter dazu an, mich selbst zu überbieten und meine Seele und meinen Körper zu quälen. Es hatte etwas Selbstzerstörerisches. Am Ende des Tages war ich so erschöpft, dass ich zwar keine Wut mehr empfinden konnte und auch kein Bedürfnis nach Anerkennung mehr spürte, aber es blieb immer eine gewisse Leere. „Und was kommt jetzt?“ Heute weiß ich, dass diese Leere nichts mit der Anerkennung zu tun hatte, sondern aus dem nicht befriedigten Wunsch nach Liebe resultierte.

Als im Jahr 1999 meine Mutter an Krebs erkrankte, mein Vater nur noch bei der Arbeit war, um das notwendige Geld für die Familie zu verdienen, war ich komplett verloren. Eine russische Ziehmutter, die von Bonitas gestellt wurde, kochte für uns und half uns bei den Schulaufgaben.

Aber sollte ich davon leben? Oder ging es nur ums Überleben?

Mein Ehrgeiz, nicht mein Talent, hatte mich inzwischen zu einem der renommiertesten Vereine unserer Region geführt. Ich spielte inzwischen für den FC Gütersloh 2000, dessen erste Mannschaft in den Vorjahren in der Zweiten Bundesliga und inzwischen in der Regionalliga angekommen war. Ich hatte einen Spielerberater. Sein Spitzname war Efze „Dreifingerjoe“ – der erste Mensch nach Joseph, der mir jemals das Gefühl gab, etwas wert zu sein und wirklich etwas erreichen zu können, wenn ich dafür kämpfe.

In diesem Jahr sollte ich ins Leistungszentrum des VfL Bochum aufgenommen werden. Ich entschied mich dagegen, da die Krankheit meiner Mutter keine positive Prognose hatte und ich so viel Zeit wie möglich mit ihr verbringen wollte. Also blieb ich in Gütersloh und wechselte später als A-Jugend-Spieler zum damaligen Oberligisten VfB Fichte Bielefeld, um in der Nähe zu bleiben.

Da meine Mutter monatelang mit der Chemotherapie in Hannover beschäftigt war, war keine meiner Bezugspersonen da. Ich flüchtete also immer wieder von zu Hause. Ich fand drei Freunde, deren tägliche Routine darin bestand, Drogen zu beschaffen und zu konsumieren. Beschaffungskriminalität von Diebstahl über Einbruch, Raubüberfälle bis hin zu Körperverletzung gehörte zur Tagesordnung.

Haslim, der sich später im Jugendknast wiederfand, weil er versucht hatte, jemanden mit einem Messer wegen drei Gramm Gras abzustechen, stammte aus dem Kosovo. Serbis lief im Alter von 11 Jahren mit Alditüten voll Geld rum, das er sich durch das Dealen mit Drogen verdiente. Und Gella, der seinen ersten LSD-Tripp mit 12 Jahren hatte, verbrachte nach einem Mordversuch an seiner Mutter Jahrzehnte in der Psychiatrie. (Ich habe selten einen Menschen mit so leeren Augen erlebt.)

Es ist kaum zu glauben, dass es mich nicht so hart erwischte bei dem Lebenswandel, den wir führten. Der Leistungssport gab mir vermutlich immer wieder den Halt, nicht komplett von der Klippe zu stürzen.

Ich lebte ein Doppelleben zwischen Konsumieren und Kotzen auf Clubtoiletten und leistungsorientiertem Fußball bei allen renommierten Nachwuchsmannschaften

aus Nordrhein-Westfalen und darüber hinaus. Obwohl auch die Trainer merkten, dass irgendetwas nicht mit mir stimmte, schaffte ich es immer wieder, im Kader zu bleiben. Meine Athletik war durch das Schwimmen überdurchschnittlich gut, was mir half, meinen Lebenswandel zu kompensieren.



*Abb. 5: Als Spieler in Aktion beim Kopfball*

Beim Spiel hatte ich jedoch keine Freude. Ich entwickelte kein Verständnis für taktische Marschrouten und machte aus dem Fußball meinen Einzelsport. Mit dieser Einstellung konnte ich mich im knallharten Geschäft des Fußballs nicht durchsetzen. In diesem Mannschaftssport mit extremem Konkurrenzkampf sind Einzelgänger fehl am Platz.

Während die Fußballkarriere vor sich hindümpelte und ich meine Emotionen nach wie vor nicht einordnen und kontrollieren konnte, wuchs meine kriminelle Energie ins Uferlose. Ich wollte Anerkennung und gesehen werden und gleichzeitig wollte ich mich nicht fühlen. Ich stahl wie ein Rabe, um genug Geld für meine täglichen Drogen zu haben. Mein Tagesablauf bestand darin, zu stehlen, Drogen zu bestellen und darauf zu warten, diese konsumieren zu können. Dieser Ablauf bestimmte fast sechs Jahre lang täglich mein Leben.

Der Sport spielte jedoch weiter eine tragende Rolle in meinem Leben. Neben all dem Chaos und den kräfte-raubenden Erlebnissen war er für mich die wichtigste Stütze.

Er gab mir die Möglichkeit, mich selbst zu reflektieren, zu scheitern und Grenzen zu erleben. Er zeigte mir kompromisslos, dass es Einsatz, Willenskraft, Leidenschaft und Durchhaltevermögen erfordert, das gewünschte Ergebnis zu erzielen. Er gab mir eine Richtung und belohnte mich immer – früher oder später – für meine Bemühungen und Kraftinvestitionen mit dem Erweitern meiner psychischen und physischen Grenzen. Ich wurde noch widerstandsfähiger und fing an, mich daran festzuhalten, wie ein Säugling an seiner Flasche.

Da ich keine andere Option hatte, um meine Wut auf seelischer Ebene zu erleben und mein Ehrgeiz, sportliche Erfolge zu erzielen, ein Resultat aus dem tiefen Bedürfnis, Anerkennung zu erfahren und gesehen zu werden, war, trainierte ich für einen guten Amateursportler überdurchschnittlich intensiv. Ermüdungsbrüche, Knochenhautentzündungen, Zerrungen und vieles mehr kamen schon mal vor.

Abseits vom Sport erinnere ich mich noch gut, wie ich, geplagt von Gewissensbissen und mit komischem Bauchgefühl und tausenden Fragezeichen im Kopf, nachts allein durch die Straßen zog und – bis auf meine falschen Freunde – nichts hatte.

Viele Jahre Schmerz, Benützung, seelischer und körperlicher Missbrauch, Drogenkonsum, Beschaffungskriminalität, Gewalt, Hass, Intrige, zahlreiche Selbstmorde in meinem unmittelbaren Umfeld und damit zusammenhängende plötzliche Verluste, schafften es nicht, die Momente der Genugtuung und des Glücks vergessen zu lassen und waren nicht in der Lage, mich von meinem Weg abzubringen. Die Reise von meinem Kopf zu meinem Herzen.

Erst durch die Dunkelheit wird das Licht am Ende des Tunnels sichtbar. Alles Geschehene hatte seine Berechtigung und ich empfinde tiefe Dankbarkeit dafür, diesen Weg gegangen zu sein.

Mein Leben bestand aus Tiefen und Höhen – Kontraste, die notwendig waren, um für mich ein überlebensnotwendiges Gleichgewicht herzustellen. Durch das Erlebte konnte ich aus einer vermeintlichen Schwäche eine Stärke entwickeln, diese als meine Berufung ausleben und schließlich eine Auszeichnung in meiner Branche gewinnen – den „NEOS AWARD für den besten NEWCOMER im Personal Training“. Der Preis steht für Anerkennung und besondere Leistung. Etwas, wofür ich Jahre gekämpft habe. Doch es war immer noch keine Liebe.

Heute weiß ich, dass der Sport mich am Leben erhielt. Denn der Sport gab mir die Möglichkeit, gesehen zu werden und darüber hinaus körperliche Stärke zu entwickeln, die mir wiederum half, mich in meinem gewalttätigen, kriminellen Umfeld