

**Zeitschrift:** Puls : Monatsheft der Gruppen IMPULS + Ce Be eF  
**Herausgeber:** IMPULS und Ce Be eF : Club Behinderter und Ihrer FreundInnen (Schweiz)  
**Band:** 26 (1984)  
**Heft:** 6: Süchte

**Artikel:** Ja sagen zum weiterleben  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-156961>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 13.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**





## Ja sagen zum weiterleben

Heroin ist zweifelsohne eine tödliche droge. Dies ist mir schon lange bekannt und trotzdem stand ich an einem punkt, wo mir diese droge den alltag ausfüllte und es mir am wichtigsten erschien, mir diesen stoff zu beschaffen. Alles andere hatte für mich zweitrangigen wert.

Warum das? Ich denke mir, dass hier drei wesentliche teile mitgespielt haben. Zum ersten ist da meine erziehung. Ich möchte nicht eine schuldfrage daraus machen und meinen eltern alles in die schuhe schieben, aber ich glaube, es ist einig- ges schief gelaufen. Mir fehlten nähe, wärme und auch auseinandersetzung, was, glaube ich, voneinander abhängt. Ich kann nicht sagen, dass meine eltern schlecht zu mir waren, aber trotzdem entstand bis heute keine wirklich gute beziehung zwischen uns. Woran das alles liegen mag, weiss ich nur zu einem kleinen teil.

Das Zweite, welches mir ebenso wichtig erscheint, sind die schulen. Leistung war das was zählte. Noten und zeugnisse. Nicht etwa die fähigkeit einander zu verstehen. Ich stopfte nun den ganzen schulkram in mich hinein, ohne eine frage daraus zu machen, ob es sinn hatte oder nicht. Das lehrer - schülerverhältnis war miserabel und die einzige kommunikation drehte sich um fachliches. In meiner ausbildung als autmechaniker lief es nicht anders.

Der dritte teil, welcher mir heute am meisten zu schaffen macht, ist unsere gesellschaft; damit meine ich die art, wie wir alle zusammenleben. Aber es ist jetzt müssig darüber zu berichten, denn wir wissen es im grunde ja.

Oder nicht?

Auf jeden fall habe ich mich entschlossen, auf dieser welt weiterzuleben. Und dies, nach einer langen inneren einöde, die in mir war und zum teil auch heute noch ist. Diese innere leere ist auch der grund für meinen absturz ins drogenleben geworden. Da war am anfang alles so bunt und hoffnungsvoll, aber wie ich merkte, auch nur zum schein. Die farben ergrauten und die hoffnung zerfiel in asche und staub. Ein dahinsiechen war nun mein leben geworden, und nur die wahl zwischen grau und grau blieb mir.

Entschlossen hatte ich mich ein paar mal von meiner sucht wegzukommen, aber alleine oder mit anderen, die auf dem gleichen gleis waren, schaffte ich es nie. Meine situation ohne drogen war nicht besser, denn alles andere blieb bestehen.

In meiner aussichtslosen lage wandte ich mich an den Ulmenhof und es klappte auch, was mich mehr oder weniger erstaunte. Mit etwas mehr hoffnung als zuvor, stieg ich hier ein. Ich lerne jetzt mit meiner leere in mir umzugehen, sie auszufüllen. Ich lerne mich mit dingen auseinanderzusetzen, die für mich vorher nur grauer alltag waren. Ich kann nicht meine umwelt im grossen ändern, aber ich kann lernen mich darin zu bewegen, zu kritisieren, zu akzeptieren, mich zu wehren gegen alles was mir vorher zum verhängnis wurde.

Bruno (aus rundbrief nr. 35, verein gruppe alternativ, Ulmenhof, Ottenbach)

