

Diese Zeilen wurden vor etwa 16 Jahren geschrieben,  
sie spiegeln meine Angst wider, die ich damals hatte,  
nachdem ich am 2. März 1989 durch Zufall erfuhr,  
dass ich HIV positiv bin.

Für Menschen, die gerade ihr positives  
Testergebnis bekommen haben hat sich  
an diesen Ängsten nichts geändert,  
teilweise treffen sie auch heute noch auf mich zu.

Heute bin ich schon länger positiv,  
als es viele der Beratungsstellen gibt und so, wie sich  
bei den Beratungsstellen einiges geändert hat,  
ging auch bei mir ein Wandel vor sich.  
Wenn ich also auf die letzten knapp 14<sup>1</sup>/<sub>2</sub> Jahre,  
seit ich weiß, dass ich positiv bin zurückblicke,  
hat sich mein Leben in vielem zum Guten gewandelt.

Heute lebe ich mit dieser Krankheit offen,  
ich versuche nicht, sie zu verdrängen  
oder mich zu verleugnen.  
Ich blicke ihr gerade in die Augen.

Sie gibt mir Mut zum Leben —  
Ein Verrückter - keine Angst,  
noch ist das Virus nicht im Kopf.  
Ich möchte anderen zeigen, es geht auch  
mit HIV weiter, aber auch um zu sagen,  
es ist nicht nur ein Schnupfen —  
die Gedanken an den Tod bleiben.  
Aber sie ist für mich keine Bedrohung mehr,  
sondern eine Herausforderung —  
Deshalb wird es vielleicht auch verständlich,  
wenn ich mich gegen die Bezeichnung — Betroffener — wehre.  
Betroffen ist etwas Negatives  
und ich bin nicht negativ, sondern positiv.

Und trotzdem - blieb die Angst,  
ja kommt immer wieder hoch - am meisten,  
die Kraft zu verlieren dagegen anzukämpfen,  
für andere da zu sein und zu kämpfen,  
gegen Diskriminierung und Ausgrenzung,  
für mehr Akzeptanz gegenüber HIV-positive.

Ängste sind teilweise verschwunden —  
ich habe keine Angst mehr vor dem Sterben,  
dass ich mich von einer Krankheit  
nicht mehr erholen könnte.

Die Zeit läuft, ich weiß es, deshalb lebe ich  
nicht im Gestern oder Morgen, sondern Heute.

Ängste haben sich verändert —  
das Virus kann mir keine Angst mehr machen,  
es sind heute andere Ängste als damals,  
dass ich die mir vorgenommenen Ziele nicht mehr erreiche und  
ich hab doch noch so viel vor.

Aus Ängsten wurden aber auch Wünsche —  
der Wunsch nach einer Partnerschaft z. B.,  
ja das Alleinsein ist heute für mich  
um einiges schlimmer als HIV.  
Da ist niemand, der sagt, ich geh den Weg mit dir.  
Ich höre niemand Atmen neben mir,  
wenn ich bei Nacht aufwache,  
kann keinen mir vertrauten Körper berühren.

Durch meine Offenheit habe ich auch viel verloren,  
aber noch mehr gewonnen — mein Leben.  
Von einer großen Familie  
stehen meine Kinder und  
zwei aus der Verwandtschaft voll hinter mir,  
der Rest — Freunde sind an ihre Stelle getreten.  
Eine große Rolle in meinem Leben  
spielt auch mein Glaube an Gott,  
er lässt mich nie allein.

Trotz allem, habe ich diesen Schritt  
bis heute nicht bereut,  
denn nur wenn man nach außen geht,  
kann man etwas erreichen.

Mein Leben finde ich mit,  
oder vielleicht trotz HIV  
immer noch schön und lebenswert.

Und so ist es jeden Abend vor dem Einschlafen  
und immer im Café  
und in der Bar  
und wenn ich Bekannte treffe,  
die nicht ahnen wie weh mir das tut.

© Manfred Weber

## **Glaubensbekenntnis**

Ich Glaube an Gott, zu dem ich Vater sagen darf und dem ich mein Leben verdanke.

Ich glaube, dass er mich in seinen Händen hält und dass mich nichts von seiner Liebe trennen kann.

Ich glaube an Jesus Christus, den Sohn Gottes, der als Mensch lebte und uns so Gott näher gebracht hat. Ich glaube, dass nur seine Auferstehung uns die Angst nehmen kann vor AIDS und dem eigenen Tod. Ich weiß, dass der Glaube an Jesus nie mit Worten ausgedrückt werden kann, denn glauben heißt nicht „schöne Worte“ machen, sondern aHes tun, um die Botschaft uneingeschränkt wahr sein zu lassen.

Unsere Lippen bekennen den Glauben an Gott, und in der selben Minute sterben Menschen - an AIDS. Wir leben mit der Hoffnung, so groß ist unser Glaube.

Ich glaube an den heiligen Geist, der mit Jesus in die Welt gekommen ist und jeden von uns erfüllt.

Ich glaube, dass er mir die Kraft gibt, diese Krankheit zu akzeptieren und mit ihr zu leben, sie als Herausforderung zu betrachten.

Ich glaube, dass er mir die Kraft gibt, meinen Glauben zu leben, denn nur ein lebender Glaube ist ein glaubwürdiger Glaube.

Amen

Ich habe Angst.  
Ich bin wütend, ich zittere und wüрге.  
Verdammt noch mal ich fühle mich allein  
in meiner Gefühlsduschelei.  
Meine Gedanken kreisen um meine Krankheit und  
dem unbändigen Gefühl der Angst, das wieder in mein Leben  
eingebrochen ist.  
Die Angst ergreift mich jeden Tag mehr und ich  
erlebe sie jeden Tag direkter.  
Ich versuche meine Gefühle zu bezwingen, und habe  
dabei Schweißausbrüche und weine daher und alles dreht sich —

Ihr wisst ja gar nicht wie weh es tut, wenn ich meinen  
Körper spüre und sehe, wie ich mich verändert habe  
in den letzten Monaten.  
Dass es weh tut, wenn ich mich dusche und ich über  
meine Lenden und Achseln streiche,  
dass jede Zärtlichkeit, die ich mir zu geben versuche  
mit Ringen um Luft endet.  
Meine Sehnsucht nach einem Partner, die ich mir  
verbiere auch nur zu träumen,  
wovon ich mich bei jeder Krankheit erholen kann.  
Bei jedem, bei dem ich Sex und Zärtlichkeit, Lust und  
Nähe gesucht habe, war doch in mir unter diesem  
Fell von Selbstschutz und Narzissmus der Wunsch  
und die Sehnsucht nach Geborgenheit  
und immer wieder Stolz und Angst und ein abräumen  
der Gefühle, wenn ich allein war, danach.

Wer versteht es von euch, sein Gesicht und seinen Körper  
zu verstecken, nicht mehr hinter Glanz und  
Fassade — sondern vor Angst, jemanden in die Augen zu sehen.

Angst, dass ich nicht mehr laufen kann, Angst, an  
Schnupfen zu sterben, oder Angst an den  
Nebenwirkungen der Medikamente  
oder Angst — am meisten —  
Die Kraft zu verlieren dagegen anzukämpfen.

Und so ist es jeden Abend vor dem Einschlafen  
und immer im Café  
und in der Bar  
und wenn ich Bekannte treffe,  
die nicht ahnen wie weh mir das tut.