

19000 KILOMETER



COREY VISIONS

Instagram Corey Visions: Corey.Visions
Instagram Toxic Through and Through INT: Toxic_TnT_int
YouTube: Toxic Through and Through INT
eMail: ToxicTnTint@gmail.com
Patreon: ToxicTnTint

INHALT

Frankfurt am Main

Vorwort

Guidetip #1: Deine individuelle Reise

Auckland

Guidetip #2: Don't waste your time with stuff you hate

Guidetip #3: Taking chances

Melbourne

Coolangatta

Guidetip #4: Aufenthalts- und Arbeitsgenehmigungen

Guidetip #5: Getting started

Guidetip #6: Tagebücher und Selbstreflektion

Currumbin Valley

Guidetip #7: Zulassung deines Fahrzeugs

Guidetip #8: Apps und Handynutzung

Guidetip #9: Vorbereitung

Byron Bay

Guidetip #10: Wolfcreek

Guidetip #11: Ausgesetzt in der Wildnis

Guidetip #12: Trocken bleiben

Currumbin Valley

Nimbin

Guidetip #13: Social anxiety

Yamba

Coffs Harbour

Newcastle

Guidetip #14: Ich fahre nie - nie - nie [...]

Summerland Point

Guidetip #15: Musik

Wyee

Summerland Point

Guidetip #16: Don't let your bridges burn

Frankfurt am Main

Summerland Point

Sydney

Summerland Point

Guidetip #17: Don't sleep with married women

Guidetip #18: Summerland Point

Wyee

Guidetip #19: Freundschaften, Beziehungen und Goodbyes

Peats Ridge

Blue Mountains

Sydney

Canberra

Batemans Bay

Guidetip #20: Hilfsbereitschaft

Guidetip #21: Leben und leben lassen

Lake Entrance

Guidetip #22: FOMO

San Remo

Melbourne

Guidetip #23: Der Beste Freund des Backpackers [...]

Shepparton

Guidetip #24: Die Lizenz zum Pflücken

Bendigo

Echuca

Bendigo

Guidetip #25: Lesen lernen

Guidetip #26: Arbeit, Geld und mehr Papierkram

Guidetip #27: Mitgliedschaften und Verträge

Guidetip #28: Verluste

Guidetip #29: Immer mit Kondom

Ballarat

Guidetip #30: Work Visa & Permanent Residency Visa

Melbourne

Guidetip #31: Partnership Visa

Summerland Point

Sydney

Currumbin Valley

Summerland Point

Guidetip #32: Visa Erweiterungen

Guidetip #33: Plans Change

Port Lincoln

Corey's „Cya later mate“ Party

Guidetip #34: Drogen

Guidetip #35: Masterplan gegen Depressionen

Sydney

Frankfurt am Main

Guidetip #36: Zurück in der Heimat – Und jetzt?

Danksagungen

Linksammlung

Let's stay connected

Über den Autor

»As a teenager I travelled from Vienna to Salzburg by train. I was looking out of the window when I began to realise that I would never see every single place in this world. Every street, every house, every mountain. This was when I caught the travel bug.«

Some Australian party-animal

Frankfurt am Main
Deutschland



Ich saß im Büro, als die Vibration über meinen Schreibtisch bebte. Wie betäubt vom Arbeitsalltag las ich den Text auf dem verkratzten Display meines Handys.

By the way, I'm pregnant. The baby is due this December.

Träge überflogen meine Augen den Text ein zweites und drittes Mal, bis ich den Inhalt der Nachricht endlich verstehen konnte. Entkräftet versuchte ich aufzustehen und fühlte dabei nichts als Verwirrung. Mein Fuß verhedderte sich in dem Kabelurwald meines Rechners und der eingesessene Bürostuhl quietschte wehleidig, als ich ihn von meinen mageren 75 Kilo befreite. Der mir gegenüber sitzende Kollege grinste schadenfroh zu mir rüber und pfefferte mit einem gekonnten Schwung seine Kopfhörer zwischen die Monitore. »Was'n los, Corey?« Er erwartete wohl wieder einen dummen Spruch gegen ihn, die unfähigen Anwender oder die noch viel unfähigeren Chefs.

»Ich werd' bald Onkel«, antwortete ich, während sich die Gedanken in meinem Kopf überschlugen. Für einen kurzen Augenblick war die Welt in Ordnung.

So eine Chance bekomme ich nur einmal im Leben, dachte ich.

Das war das Signal vom Universum, auf das ich so lange gewartet hatte. Und es kam mir gerade recht, denn sehr viel länger hätte ich es hier nicht mehr ausgehalten.

Schon seitdem ich im Dezember 2016 das erste Mal nach Neuseeland geflogen war, wusste ich, dass Deutschland nicht das Land war, in dem ich alt werden wollte oder gar meine eigenen Kinder großziehen würde. Neuseeland war der Weckruf, den ich bitter nötig hatte. Denn er zeigte mir, dass das Leben deutlich mehr zu bieten hatte als Arbeit, drittklassige Superheldenserien auf Netflix und faule, hoffnungslos zugehörnte Nächte auf dem Sofa. Es gab

mehr da draußen, als sich die meisten von uns überhaupt vorstellen konnten. Die Bilder im Fernsehen waren real und für jeden zum Greifen nahe, der es wagte, seine Sachen zu packen. Ich hatte sie mit meinen eigenen Augen gesehen. Weit weg von den eng verschlungenen Wolkenkratzern der Millionenmetropole Mainhattan lagen Strände aus schwarzem Sand, Sonnenuntergänge, die den Himmel in ein makelloses Rot, schöner als jeder Rubin, tauchten, und Palmen, die friedlich in der frischen Meeresbrise wehten und zum Relaxen einluden.

Mit 21 Jahren hatte ich meinen leiblichen Vater, Halbbruder, meine Oma und zwei Halbschwestern in Neuseeland kennengelernt. Es ist wohl überflüssig zu erwähnen, dass meine Familiensituation ein wenig kompliziert ist. Geboren wurde ich in Wiesbaden und ich lebte immer zentral zwischen Frankfurt, Darmstadt und Mainz. Meine Mutter, eine gebürtige Deutsche, lernte meinen leiblichen Vater auf einer Tattoo Convention im Alter von 23 Jahren kennen. Sie schilderte mir die Begegnung immer so:

»Auf einmal stand dieser braun gebrannte, durchtrainierte, langhaarige Surfer von der Gold Coast vor mir. So kam eins zum anderen und dann warst du irgendwann unterwegs.« So jedenfalls die Kurzfassung. Meine Mum wurde schwanger und während mein Dad auf eine Abtreibung bestand, entschied sie sich dazu, mich zu behalten. Mein Vater verließ das Land, als ans Licht kam, dass er bereits Frau und Kinder in Australien hatte. Er zog nach Neuseeland, heiratete wieder und bekam ein weiteres Kind.

Meine Oma väterlicherseits war als Deutschlands erste weibliche Tätowierererin aus Wiesbaden bekannt. Sie wurde derart erfolgreich, dass auch sie sich dazu entschied, das Land zu verlassen. Auch meine Mum heiratete erneut als ich noch sehr jung war. Mein kleiner Bruder wurde vier Jahre

nach mir geboren. So kam es, dass ich bis zu einem gewissen Alter überhaupt keine Ahnung hatte, dass ich Teil einer erweiterten Familie war.

Tatsächlich erinnere ich mich selbst jetzt noch ganz genau, wie das Gespräch ablief: Ich musste ungefähr acht Jahre alt gewesen sein, als meine Eltern ihr Haus renovierten. Ich wollte helfen, aber als kleiner Stöpsel war ich noch so grün hinter den Ohren, dass ich eher im Weg stand, als dass ich helfen konnte. Mein Dad hat geschimpft, ich heulte, rannte ins Zimmer meines Bruders und schrie aus Trotz die Worte: *Du bist nicht mein richtiger Papa!* Nur wenige Sekunden später folgte mir meine Mutter ins Zimmer, blickte ernst zu mir runter und sagte mit gesenkter Stimme: »Das stimmt.«

Was dann folgte, waren die Geschichten über meinen *richtigen* Vater, meine Halbgeschwister und meine berühmte Oma, die ein Vorbild für tausende von jungen Frauen war.

Rückblickend denke ich, dass acht Jahre vielleicht nicht gerade das beste Alter war, um zu erfahren, dass mein bisheriges Leben nur eine Illusion gewesen war. Denn auch wenn ich froh darüber war, das alles so früh erfahren zu haben, fühlte ich mich schon als Kind ungewollt und fiel in eine tiefe Depression. Ich wollte mich nicht mehr mit Freunden treffen und nicht mehr in die Schule gehen. Alles, was ich wollte, war meine Zeit mit Videospiele und schlafen totzuschlagen. Dennoch verstand ich schon damals, dass mir später einmal die weite Welt offenstehen würde.

Die ersten Atemzüge absoluter Freiheit schnupperte ich zehn Jahre später in Neuseeland. Mein leiblicher Vater hatte mich eingeladen, Weihnachten mit ihm und seiner Familie zu verbringen. Bereits nach den ersten zwei Tagen am anderen Ende der Welt wurde mir jedoch klar, dass Neuseeland nur ein Tropfen auf dem heißen Stein war. Ich

wollte mehr von der Welt sehen. Ich wollte wie die Profis auf meterhohen Killerwellen reiten, mit einem Motorrad durch dichte Regenwälder fahren und reisen, wie noch nie zuvor. Ohne Wenn und Aber! Ohne auch nur einmal aufs Geld achten zu müssen und ohne mir von irgendjemanden etwas sagen zu lassen.

Was für ein Traum...

Noch am selben Tag überlegte ich mir auf dem Weg zur Kantine dann einen Plan, wie ich schnellstmöglich das Land verlassen konnte. Die gute Nachricht war, dass ich bereits sparte, denn ich sah mich schon zu diesem Zeitpunkt als den neuen Star der nächsten Folge *Die Auswanderer*. Mein Plan war, mich ein paar Jahre später für ein *Work Visa* im Ausland zu bewerben und auf ein *Sponsorship* zu hoffen. Auch wenn ich mich schon viel mit den Themen *Backpacking* und *Work & Travel* beschäftigt hatte, war dies für mich nie eine Option. Das Visum hörte sich für mich wie die reinste Zeitverschwendung an. Für ein Jahr im Paradies leben, um dann wieder zurück ins graue Deutschland zu kommen?

Ja, klar. Das kam mir auf gar keinen Fall in die Tüte. Wobei ich gestehen musste, dass das *Work & Travel* Visum nach der Nachricht meiner Schwester doch ein klein wenig attraktiver als vorher klang... Und so begann ich damit, meine Reise zu planen.

Meine damalige Freundin machte mir Mut auf eine fantastische Zukunft.

An einem trüben, verkuschelten Sonntagmorgen strich sie ihre Finger über meine Brust und flüsterte mir unseren neuen Plan zu: »Ich werde hier auf dich warten und wenn du wieder da bist, heiraten wir, kaufen uns ein Haus und machen ein Baby.«

Zwei Tage nachdem ich die Flugtickets nach Australien gebucht hatte, betrog sie mich mit ihrem Ex-Freund.

Trennungen waren für mich schon immer schwer zu akzeptieren, da ich ohnehin schon nicht die höchste Meinung von mir selbst hatte. Meine letzte Trennung war bereits eine schwer verdauliche gewesen. Es hatte mich mehr als zwei Jahre gekostet, um über den Selbsthass und das Gefühl von Leere hinwegzukommen. Ich versank in Selbstmitleid und noch mehr Depressionen. Neue Kraft schöpfte ich nur aus Büchern über den Buddhismus sowie dem Führen eines Tagebuchs, um meine Gedanken besser filtern und aussortieren zu können. Meine Freunde machten diese Zeit ohne Zweifel ebenfalls erträglicher und halfen mir dabei, an den richtigen Stellen zu arbeiten, damit ich meine Emotionen besser verstehen konnte. Ich wurde offener, aber auch verletzlicher.

Die aktuelle Trennung entzog mir jedoch sämtliche Energie. Noch nie zuvor wurde ich derart verletzt. Nur eine Woche zuvor hatten wir noch darüber gesprochen, eine Familie zu gründen, und jetzt saß ich wieder allein in meiner Wohnung. Ab jetzt übernahmen meine Depressionen das Steuer und bestimmten meinen Alltag. Das ging so weit, dass ich mich nicht mehr auf Australien und die bevorstehende Zeit freuen konnte. Stattdessen dachte immer intensiver über Selbstmord nach und schrieb Abschiedsbriefe. Ich kündigte meine Wohnung, fing an alles zu verkaufen, was nicht niet- und nagelfest war, und teilte meinen Bandkollegen mit, dass ich raus war.

Ein Jahr zuvor hatte ich zusammen mit einem Gitarristen die Metalcore Band

Legends May Fall gegründet. Unsere Songs waren hart und rebellisch und mit sage und schreibe vier Followern auf Instagram hätte es sicher nicht mehr lange gedauert, bis uns ein Label entdeckt und wir vor dem großen Durchbruch gestanden hätten. Vor tausenden Leuten auf den größten

Bühnen der Welt zu spielen, um nach der Show auf den tiefsten Ausschnitten der Welt zu unterschreiben - der Traum eines jeden Musikers. Seit der Gründung der Band lief jeder Samstag gleich ab: Bier holen, Bandprobe, Döner essen und mehr Bier holen. Die Jungs waren *sichtlich getroffen*, als ich die Neuigkeiten verkündigte. Der Bassist schwieg, denn er redete nie viel, der Schlagzeuger riss einen Witz darüber, wie leicht es werden würde, mich zu ersetzen, und der Gitarrist feierte meine Entschlossenheit, aber ich sollte für ihn bitte das Bier in Down Under testen. *Legends May Fall* war mein Baby, das einzige, was mich noch im Land hielt, denn ohne die Jungs hatte ich nichts mehr, was mich in irgendeiner Form lebendig fühlen ließ.

Trotz mancher Kritik war ich irgendwie stolz auf mich. Unser Gitarrist hatte recht; nur wenige Menschen hatten die Eier und Entschlossenheit, alles stehen und liegen zu lassen und sich einfach ans andere Ende der Welt zu verpissen. Doch all meine Entschlossenheit reichte nicht aus, als ich auf dem Boden meiner leeren Wohnung kauerte. Die Küche war ausgebaut und das Bett lag in Einzelteilen um mich herum, als ich in Tränen ausbrach. Alles, was ich mir mein Leben lang mühselig aufgebaut hatte, war in nur zwei Monaten auseinandergebrochen. Ich fühlte mich hilflos, alleingelassen und ich dachte daran, meinen Australien-Plan abzublasen und die Flugtickets zu stornieren, um zu retten, was noch zu retten war.

Es dauerte einige Stunden, bis ich mich wieder beruhigt hatte und zurück zur Besinnung kam. Ich stecke schon zu tief drinnen, um jetzt einen Rückzieher zu machen. Zum Teufel mit meinen Problemen! Der Trennung, meiner Familiensituation und dem anderen Kram! Mein Leben lag ohnehin bereits in Trümmern und das war vielleicht auch gut so. Vielleicht war es an der Zeit für einen Neustart.

Ich musste mich mental auf ein komplett neues Leben vorbereiten, also musste ich versuchen, mehr auf die positiven Dinge darin einzugehen. Zum Beispiel war ich mit

den tollsten Freunden der Welt gesegnet. Unser Gitarrist ließ mich für zwei Wochen bei ihm wohnen, damit ich nicht auf der Straße schlafen musste. Jeden Abend tranken wir bei einer gemütlichen Jam-Session ein paar Flaschen Bier, während meine Abreise immer näher rückte.

Trotz meiner aufgesetzten Positivität interessierte mich mittlerweile gar nichts mehr. Ich fühlte mich taub, wie in Watte eingewickelt. Mein Leben war so wertvoll wie ein Glückskeks. Ich wollte in Australien *All In* gehen. Scheiß auf eine Krankenversicherung. Das Geld konnte ich sicher für etwas anderes gebrauchen. Scheiß auf die Sicherheit und ultimativ, scheiß drauf, ob ich lebendig zurückkommen würde oder nicht. Mir war alles egal. Ich wollte nur noch das Baby meiner Schwester kennenlernen und einen letzten schönen Urlaub haben, bevor ich getrost den Löffel abgeben konnte. Irgendwie würde es mich in Australien schon erwischen.

Noch nie hatte ich ein eigenes Motorrad besessen, lediglich meinen Führerschein hatte ich in Deutschland gemacht. Also war mein Plan bereits in Stein gemeißelt: Ich wollte solo auf dem Motorrad durchs Land streifen, ich wollte im Zelt bei den Schlangen und Spinnen schlafen, ich wollte morgens von Klippen pinkeln und mit Haien tauchen. Ich war müde vom Arbeitsalltag, müde von falschen Hoffnungen und der deutschen Mentalität. Ein Land voller Ja-Sagern und Arschkriechern, in dem die einzigen Freizeitbeschäftigungen exzessives versaufen des monatlichen Gehalts und Weed rauchen darstellten. Ich war es leid. Das ständige Genörgel der Deutschen hing mir zu den Ohren raus. Ich war fertig mit all dem. Alles, was ich im Sinn hatte, war die beste Zeit meines Lebens zu haben, oder dabei draufzugehen.

Die letzten drei Tage vor der Abreise verbrachte ich in meinem leergeräumten Kinderzimmer meines Elternhauses, das ich drei Jahre zuvor verlassen hatte.

Auf meinem Konto der Sparkasse hatte ich 13.000€ zusammengespart, das waren umgerechnet circa 19.000\$ AUD. Trotzdem lebte ich in meiner eigenen Wohnung absichtlich eher bescheiden. Jeder Cent wurde zweimal umgedreht, Lebensmittel kaufte ich ausschließlich bei Aldi ein und auch nur die günstigsten Produkte. Mein Budget für Clubs und Bars betrug nie mehr als 50€ und das Rauchen hatte ich schon ein Jahr zuvor aufgegeben, um Geld sparen zu können.

Mein Auto war ebenfalls ein Fall für sich. Ich legte nie viel Wert darauf, viele PS unter der Motorhaube zu haben. Für was auch; im Stau waren wir ohnehin alle gleich schnell. Mein kleiner, verdreckter Peugeot 206 reichte mir vollkommen aus, um von A nach B zu gelangen. Der Auspuff war kurz nach dem letzten Besuch beim TÜV durchgerostet und hörte sich nun an wie der eines Sportwagens, der Heckscheibenwischer war irgendwann aufgrund von Frost abgebrochen und von Profiltiefe sollte ich besser gar nicht erst anfangen. Meine Oma sagte mir immer, ich würde an den falschen Ecken sparen, doch was hätte ich davon gehabt, die Kratzer und Beulen meines ohnehin schrottreifen Autos entfernen zu lassen. Für mich war es ein Mittel zum Zweck. Mehr nicht.

Erst an dem Tag, an dem der Abschleppdienst meinen Rennsemmel auf den Anhänger verfrachtete, bemerkte ich, wie viele gute Erinnerungen ich mit diesem Auto gesammelt hatte. Der Motor ächzte, während der Auspuff einen ohrenbetäubenden Lärm von sich gab und die Vorderachse ein elendig hohes Quietschen ertönen ließ.

Es war derselbe Tag, an dem ich auch meine drei Gitarren verkaufte. Zwei der Instrumente waren Geschenke meines leiblichen Vaters. Emotionaler Wert, weiters nichts. Aber die knapp 300€ mehr auf dem Konto konnte ich sicher gebrauchen. Weniger Ballast hieß weniger Stress, und es fühlte sich unerwartet gut an, so viel Ballast abzuwerfen.

Mein Koffer war nur zur Hälfte beladen und meine Packliste ließ sich auf eine halbe DIN A5 Seite schreiben. Sonnenbrille, *Check*. Drei paar Unterhosen, *Check*. Internationaler Führerschein, *Check*. Motorradhelm, *Check*. Foto der Familie... *Check*.

An meinem letzten Tag in Deutschland besuchte mich eine Freundin aus Gießen. Ich nannte sie Hippie, weil ihr drang zur grenzenlosen Freiheit sogar noch größer war als meiner. Schon kurz nachdem wir uns kennengelernt hatten, redeten wir übers Reisen. Ihr Plan war, nach Spanien auszuwandern und das mit nicht mehr als 370€ auf dem Konto. Sie wollte selbstgemachten Schmuck auf der Straße verkaufen und die Nächte in verlassenem Gebäuden verbringen. »Hauptsache weg von hier.«

Wir spazierten für Stunden durch den nächstgelegenen Wald, diskutierten, lachten und kamen uns sogar etwas näher, bis wir uns letztendlich auf einer riesigen Grünfläche neben einem kleinen Teich ins hohe Gras fallen ließen. Es war Mitte Oktober und der Boden war kalt, obwohl die Sonne an diesem Tag fast noch sommerlich schien. Wir hielten Händchen und hörten den Fröschen zu. Heuschrecken und Vögel stimmten mit ein, bis sich der Boden unter uns aufwärmte und wir beide einschliefen. Deutschland konnte eben doch schön sein, wenn man sich die Zeit nahm, nach der Schönheit zu suchen.

Als wir ein paar Stunden später im hohen Gras aufwachten, ging die Sonne langsam unter. Der Himmel färbte sich mit den letzten Sonnenstrahlen in ein schwaches Lila, das hinter den heranziehenden Regenwolken verschwand. Wir bestellten uns Pizza in mein altes Kinderzimmer und rauchten zusammen einen Abschiedsjoint. Eigentlich hatte ich schon zwei Jahre zuvor aufgehört, Weed zu rauchen, da meine Trips nach drei Jahren dauerkiffen immer absurder wurden. Meistens saß ich für Stunden rum, ohne ein Wort zu sagen, und dachte über

meine gescheiterte Existenz und die Fehler aus meiner Vergangenheit nach. Die Zeiten, in denen ich über Stunden hinweg Tränen lachte, waren längst vorbei und was blieb war der zwanghafte Versuch, einen schlechten Rausch auszusitzen.

Wir hörten so lange Musik, bis Hippiie neben mir einschlieft und ich wach lag. Morgen würde es endlich soweit sein. Komischerweise war ich nicht nervös oder aufgeregt. Ich hoffte einfach nur darauf, dass meine Pläne so umsetzbar waren, wie ich es mir vorgestellt hatte. Dass ich es schaffen würde, über mich selbst hinauswachsen und eine geile Zeit zu haben.

Einfach das Beste draus machen. Das war mein letzter Gedanke, bevor ich einschlieft.

Am nächsten Morgen machten wir uns nach einer letzten Runde Sex direkt auf die Socken. Noch schnell die Zahnbürste in den Rucksack gepackt und dann ab zum Bus. Obwohl ich nicht viele Besitztümer dabei hatte, war ich bepackt wie ein Esel. Mein Motorradhelm und meine Jacke hingen von meinem Koffer und mein Skateboard war an meinem Rucksack befestigt. Ich war zwar fern ab vom Profi-Skater, aber einmal durch die Gold Coast skaten war ein *Must-Do* auf meiner Abenteuerliste.

Am Flughafen hatten Hippiie und ich kaum noch Zeit, uns zu verabschieden. Der Check-In hatte bereits begonnen und ich musste noch durch sämtliche Kontrollen und Schalter. Hippiie küsste mich: »Viel Spaß, ich werde dich vermissen«, sagte sie, während sie meine Hand festhielt. Genau das war wirklich das letzte, was ich hören wollte.

Trotzdem war ich mir fast schon sicher, dass wir uns in ein paar Jahren wieder treffen und über all die verrückten Abenteuer, gefolgt von *weißt-du-noch-damals*-Momenten, unterhalten würden. Und obwohl ich mich riesig auf diesen Tag freute, machte es mich traurig, meine Freunde zurückzulassen.

VORWORT

Wie du sicher schon mitbekommen hast, wird dieses Buch mit kontrovers diskutierten Themen wie Selbstmord, mentalen Krankheiten, Drogenmissbrauch und Ähnlichem vollgepackt sein.

»So etwas wie Depressionen gibt es doch gar nicht! Lass dir ein paar Eier wachsen und hör auf, andauernd traurig zu sein!«, sind Kommentare, die verwendet werden, sobald es um heikle Themen wie diese geht. Das liegt zum Großteil daran, dass wir in den meisten Fällen falsch über mentale Krankheiten aufgeklärt werden und auch daran, dass jede Depression unterschiedliche Symptome aufzeigen kann. Somit gibt es also keinen *richtigen* Umgang mit einer Depression.

Ob du es nun hören möchtest oder nicht, viele mentale Krankheiten sind tödlich und können selbst nach jahrzehntelanger Behandlung nur zum Teil oder in manchen Fällen überhaupt nicht korrigiert werden. Wir alle haben Probleme, die uns von Zeit zu Zeit einholen und uns den Tag verderben können. Depressionen können daher tatsächlich jeden von uns treffen. Ein Unfall, eine Trennung oder ein verstorbener Angehöriger, selbst ein Berufswechsel genügt, um das eigene Dasein in Frage zu stellen und von Traurigkeiten verfolgt und überrollt zu werden. Daher ist es okay, einen schlechten Tag zu haben. Sollten daraus aber schlechte Monate oder gar Jahre werden, rate ich dir unbedingt professionelle Hilfe aufzusuchen. Das gilt auch für deine Freunde. Solltest du jemanden kennen, der mit seinem Leben sichtlich überfordert wirkt und keine Freude

oder Energie mehr in sich trägt, dann überrede ihn bitte dazu, Hilfe aufzusuchen.

Es sollte uns auch allen klar sein, dass selbstmörderisches Verhalten, Selbstverstümmelung oder exzessives Konsumieren von Drogen wie Weed und Alkohol ebenfalls Hinweise für ein tiefsitzendes Trauma sind. Wie du mit deiner Depression umgehst, liegt nur in deiner Hand und ich werde im Laufe dieses Buches lediglich von meinen eigenen Erfahrungen und meinem Kampf gegen die Krankheit Depression sprechen. Wenn du daraus etwas für dich mitnehmen kannst, das dein Leben erleichtert und den Umgang mit deiner Krankheit einfacher gestaltet, habe ich mein Ziel erreicht.

Prinzipiell denke ich, dass es möglich ist, mit einer mentalen Krankheit zu reisen. Jedenfalls bis zu einem gewissen Grad. Es wäre von großem Vorteil zu wissen, was dich im Falle eines schlechten Zustandes wieder erdet und wie du mit krankheitsspezifischen Symptomen umzugehen hast. Sinn der Sache ist, dich durch den Urlaub selbst zu finden und mit deiner Vergangenheit abzuschließen. Außerdem sollst du über deine eigenen Grenzen hinauswachsen und innere Blockaden überwinden. Bei vielen Personen mit mentalen Krankheiten ist es der Fall, dass sie sich nicht trauen, allein zu sein oder sich mit sich selbst auseinanderzusetzen.

Man fürchtet sich vor dem, was verborgen liegt und jahrelang verdrängt wurde. Jede Krankheit ist individuell. Deswegen musst du einen individuellen Weg finden, damit fertig zu werden. Nur weil mir das Reisen geholfen hat, um über mich selbst hinauszuwachsen, bedeutet das noch lange nicht, dass es dich weiterbringen wird. Der Schlüssel zum Erfolg ist lediglich der eiserne Wille, dich der Krankheit stellen zu wollen, mit dir selbst Frieden zu schließen und deine Depression bei den Eiern zu packen, um dein Leben endlich wieder lebenswert zu machen!

GUIDETIP #1: DEINE INDIVIDUELLE REISE

Diese Tipps werden über das gesamte Buch hinweg verteilt sein, um dir deine Vorbereitung zu erleichtern, Fragen zu beantworten oder generelle Hinweise zu geben. Außerdem werde ich am Ende dieses Buches Links zur Verfügung stellen, die mit den Jahren möglicherweise überholt sein werden. Ich kümmere mich aber selbstverständlich darum, diese regelmäßig zu aktualisieren.

In meiner Zeit als Backpacker habe ich viel über mich selbst, aber auch über das Reisen, das Land Australien und dessen Eigenheiten gelernt. Es gibt viele Guides, YouTube-Channels, Bücher und Dokumentationen über die Faszination Reisen, aber vieles, was mich brennend interessierte, musste ich mir meist selbst mühevoll im Internet zusammenkratzen.

Ich denke ganz klar, dass jeder seine eigenen Erfahrungen machen muss und es keine universalen Antworten auf Fragen wie »Welches Fahrzeug ist für mich am besten geeignet?« oder »Wo verbringe ich die Nacht in Sydney?« gibt. Das musst du für dich selbst herausfinden und das funktioniert nur, wenn du dich auf deine Wünsche und Verlangen einlässt. *Guidetips* beziehen sich also eher auf organisatorischen Themen wie Visen, Führerscheine, Bankkonten oder auch den Umgang mit Depressionen.

Ebenfalls werde ich im Verlauf dieses Buches fragwürdige und manchmal auch unnachvollziehbare Entscheidungen treffen und auch wenn du genau wie ich leichtsinnig mit deinem Leben umgehst, solltest du Sicherheitsvorkehrungen treffen und dich sehr genau darüber informieren, in welches Land du einreist.

Deswegen ermutige ich dich **AUF KEINEN FALL** dein Leben zu riskieren, ohne Versicherungen zu reisen, gegen das Gesetz zu verstoßen oder so wie ich schlichtweg

dumme Entscheidungen zu treffen, nur um dich am Ende des Tages für zwei Minuten lebendiger gefühlt zu haben.

Wozu ich dich aber ermutigen will, ist deine Jahre als Backpacker oder Reisender besser zu gestalten als die meisten anderen Backpacker. Denn es ist eine besondere und einmalige Zeit, die du nicht verschwenden solltest.

In meinen Augen ist es wichtig, dass du dich an das Land anpasst und lernst, die dortige Kultur zu akzeptieren und auszuleben. Solltest du vorhaben, deine deutsche Mentalität mitzubringen, nur mit anderen Backpackern aus deinem Heimatland abzuhängen oder tagein tagaus deine Muttersprache zu sprechen, solltest du vielleicht doch lieber in Deutschland bleiben oder einen Europatrip in Betracht ziehen, denn dazu musst du nicht um den halben Globus fliegen. Nutze stattdessen die Zeit in Australien, um an dir selbst zu arbeiten, Ängste zu überwinden und eine unverwechselbare Kultur kennenzulernen. Mit dieser Einstellung werden sich deine Pläne sowie Prioritäten und vor allem dein Charakter während dieser Zeit stark verändern.

Meine Erfahrungen in diesem Buch beziehen sich außerdem nur auf Australien und kein anderes Land. Möchtest du Slums oder Ghettos in Kriegsgebieten bereisen oder Kindern in Dritte-Welt-Ländern helfen, wirst du hier keinerlei Antworten finden.

Darüber hinaus möchte ich betonen, dass ich ein weißer Mann bin und ich dir dringend dazu rate, Vorsichtsmaßnahmen zu treffen, solltest du eine Frau oder jemand von dunkler Hautfarbe sein und alleine reisen wollen. Ich sage nicht, dass Australien voller Vergewaltiger und Redneck-Hillbilly-Killern ist! Im Gegenteil! Auch wenn es überall auf der Welt böse Menschen gibt, denke ich, dass die australische Kultur vermutlich eine der sichersten und respektvollsten Kulturen der Welt ist - für Menschen

jeglicher Herkunft oder Geschlechts. Da ich aber ein weißer Kerl bin, musste ich mir keine Gedanken darüber machen, einem geschlechts- oder rassenorientierten Verbrechen zum Opfer zu fallen. Ich lege dir also ans Herz, mit mindestens einer Begleitperson zu reisen oder alternative Sicherheitsvorkehrungen zu treffen. Nur für den Fall der Fälle. Es ist wie mit Kondomen, besser eins haben und eins brauchen, als eins brauchen aber keins haben.

Ohne weitere Zeit zu verschwenden - die folgende Geschichte ist die meines Abenteuers als depressiver Backpacker.

Wichtiger Hinweis: Ich bin kein Arzt, Therapeut oder Psychologe.

Alle Namen in diesem Buch wurden zum Schutz der Personen geändert.

Ich freue mich auf jegliche Art von Feedback und deine Bewertung!

Viel Spaß beim Lesen!
- Corey

Auckland
New Zealand



Insgesamt sollte ich 30 Stunden und 50 Minuten im Flieger verbringen, mit Zwischenstopps in Doha und Melbourne, bis ich schließlich in Coolangatta an der Gold Coast ankommen würde. Es war ein One-Way-Ticket, das ich für 1.136€ im Reisebüro gebucht hatte. Mein Herz fing langsam an schneller zu klopfen. Alle materiellen Dinge, die mir in Deutschland übrig blieben, waren mein Bett und ein Fernseher ohne Standfuß, ein leergeräumtes Kinderzimmer und ein paar Klamotten, die ich zurücklassen musste. Ich sah verträumt aus dem Fenster und auf die startenden Turbinen des Fliegers. Nervosität war von jetzt an nicht mehr zu vermeiden. Ich hatte zwar keine Angst vorm Fliegen, aber der Stress des Flughafens machten mich fertig. Meine Gedanken überschlugen sich. Um mich abzulenken, packte ich mein Handy aus und nutzte die letzten Minuten meiner Erreichbarkeit. Impulsartig schrieb ich all meinen Freunden und Familienmitgliedern eine letzte Nachricht: *Danke für die Unterstützung. Ich melde mich, wenn ich gelandet bin.*

Die Morgensonne schien in das ovale Guckloch und brannte in meinem Gesicht. Das Flugzeug füllte sich mit Menschen, doch niemand setzte sich neben mich. Als die Flugbegleiter den Start der Maschine ankündigten, hatte ich tatsächlich noch die gesamte Sitzreihe für mich allein. Ich streckte meine Beine auf den Sitzen aus, setzte meine Sonnenbrille auf und begann von meinem letzten Trip nach Neuseeland zu träumen.

Als Erstes erinnerte ich mich an den Schock, den ich erlitt, als ich meinen Vater kennenlernte. Sogar seine Frau schaute uns perplex nacheinander an, als hätte sie ein Gespenst gesehen. Ich war ihm wie aus dem Gesicht geschnitten. Meine kleine Schwester Grace versteckte sich hinter ihrer

Mutter und lunte hinter ihrer Hüfte hervor. Sie schien mit ihren sieben Jahren noch viel weniger als ich zu verstehen, was in diesem Moment passierte. Bevor wir zur Villa von Oma Moi fuhren, stoppten wir bei einem kleinen Café, um zu frühstücken. Ich bestellte einen French Toast mit Speck und Sirup, während wir verunsichert Smalltalk führten. Jeder von uns schien mit der Situation überfordert zu sein. Mein Vater Rai startete einige Versuche, um mehr über mich zu erfahren, aber meine Übermüdung und mein teilweise grauenhaftes Englisch machten ihm meistens einen Strich durch die Rechnung. »Don't worry about your English, son, you'll get the hang of it eventually«, sagte Rai witzelnd. Oma Moi schwieg die meiste Zeit und musterte mich. Es dauerte eine Weile, bis sie sich etwas öffnete. Die einzige, die munter am Plappern war, war Grace. Sie malte in ihrem Malbuch und erzählte ihrem neuen Bruder, was letzte Woche in der Schule passiert war. Die Villa von Oma Moi war auf dem Gipfel eines Hügels, nahe der Großstadt Auckland. Man konnte vom Garten aus auf die ganze Stadt herunterblicken, der Wald wucherte von allen Seiten auf das Gelände und die Hunde lagen faul auf der Terrasse in der Sonne.

Meinen nächsten Schock erlitt ich, als es an der Tür klopfte und mein großer Bruder Hugh eintrat. Wir waren völlig identisch; wir hatten bis auf den Zentimeter genau dieselbe Körpergröße, dieselben Haarfarben und Haarlängen, die gleichen Gesichtszüge und vor allem die gleichen Augen. Es war, als würde man einen Blick in den Spiegel werfen. Rai stand fassungslos hinter uns: »You guys look like younger versions of me!« Hugh und ich verstanden uns auf Anhieb. Von der Sprachbarriere war keine Spur mehr in Sicht und wir tranken Bier, bis die Sonne anfang hinter der *Harbour Bridge* zu verschwinden. Gebannt starrte ich auf Auckland hinunter, wie nacheinander die Lichter in der Stadt angingen und der Skytower in bunten Farben aus einer bescheidenen Anzahl von Wolkenkratzern hervorragte. Rai stellte sich neben mich

und wir schauten für eine Weile stillschweigend in die Nacht. »Ten years ago, this part of the city wasn't there. It is all new«, Rai schwenkte seinen Arm von rechts nach links über die Stadtlichter, um zu symbolisieren wie klein Auckland zu dieser Zeit gewesen war. Er ließ seine Hände in den Hosentaschen verschwinden und fuhr in einem ernsteren Ton fort: »You know, it was very hard for your mum and I sometimes.« Ich unterbrach ihn schon an dieser Stelle. Nach mehr als 30 Stunden Flugzeit und aufgrund all der neuen Umgebungen und Eindrücken, war ein solches Thema das letzte, über das ich jetzt reden wollte. Dieses Gespräch würde kommen, aber alles zu seiner Zeit.

Die nächsten Tage waren mit Aktivitäten vollgepackt. Wir unternahmen einen Familienausflug in die Stadt, gingen zusammen ins Kino, bestellten eine riesige Pizza für unsere riesige Familie und verbrachten einige Zeit am Strand. Vieles erlebte ich mit Hugh in der Vorweihnachtszeit, da wir dieselben Interessen verfolgten und wir uns charakterlich sehr ähnlich waren. Hugh hatte die Idee, vom Skytower zu springen. Ich war noch nie Bungee springen gewesen, aber die Idee, mich aus 192 Metern Höhe in die Tiefe fallen zu lassen, gefiel mir auf Anhieb. Es dämmerte mir schon kurz nach der Ankunft beim Turm, dass es sich bei dem hoch angepriesenen *Skyjump* um einen Touristenfänger handelte. Zu dieser Zeit lag der Preis pro Sprung bei 220\$, wobei es sich nicht einmal um einen klassischen Bungeesprung mit einem Seil um die Beine gebunden handelte. Stattdessen wurde man so stark abgesichert, dass man während des Fluges ausgebremst wurde. Alles in allem war es zwar ein unvergessliches Erlebnis, der erwartete Nervenkitzel und das Gefühl, mit dem Tod zu spielen, blieben aber wegen übervorsichtigen Sicherheitsvorkehrungen beinahe aus. Sicherlich dachte nicht jeder so wie ich, nämlich dass Aktivitäten wie diese erst spannend wären, wenn sie tatsächlich gefährlich waren. Schließlich ging nicht jeder so leichtsinnig mit seinem Leben um wie ich. Dennoch wollte

ich mich nicht wie in Watte gepackt fühlen, während man von einem fast 200 Meter hohen Turm springt.