



## Der Anfang meines Romans über meine psych. Erkrankung...

- 1 -

Ich mag Vorhänge. Es kann mir nie dunkel genug sein. Ich habe in jeder meiner Wohnungen welche besessen. Vorhänge, die so lang sind, dass sie über den meist ungeputzten Boden schleifen, wenn der Wind durch die Ritzen der undichten, alten Rahmen kriecht. Vorhänge, hinter denen man sein Gesicht verbergen kann ohne darauf verzichten zu müssen selbst einen Blick auf die Welt dort draußen erhaschen zu können. Ich konnte immer nur im Schutz der Dunkelheit schlafen und aufwachen. Schon als Kind habe ich stolz behaupten können, mich nie vor der Nacht zu fürchten. Denn die Nacht brach von draussen herein während der wahre Dämon in mir wütete. Der wahre Dämon, das war die Depression. Wie ein undurchsichtiger Vorhang markierte er die Trennlinie. Die Trennlinie zwischen der Welt und mir.

Wenn man sieben Jahre alt ist, begreift man das nicht. Man darf es nicht begreifen, denn man hatte den Mund zu halten und dankbar zu sein. Für die Eltern. Arbeiter, die kaum Bildung genossen, sich aber mit Fleiß und Durchhaltevermögen etwas aufgebaut hatten. Eine Eigentumswohnung im nobelsten Stadtteil. Designermöbel. Ein Auto. Zwei Mal im Jahr Urlaub am Mittelmeer. Für mich. Ihr einziges Kind. Geboren Mitte der 1980er Jahre als die Branche, in der mein Vater arbeitete, noch boomte. Beste Bedingungen für eine sorglose Kindheit. So schien es zumindest. Ich dagegen wünschte mir tot zu sein.

Kurz bevor ich eingeschult wurde, drängten meine Eltern darauf, dass ich schwimmen lerne. Das „Seepferdchenabzeichnen“ sollte ich machen. Eine Aufgabe bestand darin, nach einem schwarzen Gummiring zu tauchen, der in 1 Meter Wassertiefe lag. Ich erinnere mich an diesen Tag als sei es gestern gewesen: Mit pochendem Herzen und einer unangenehmen Schwere in der Magengrube stand ich am Beckenrand und sog den Chlorgeruch in mich hinein. Ich trug einen pinken Bikini. Auf meiner noch nicht vorhandenen Brust prangten zwei kleine Elfen, die miteinander zu tanzen schienen. Am Bündchen waren Rüschen, die kratzten. Ich hasste diesen Bikini. Allein schon, weil meine Mutter ihn ausgesucht hatte. Ich atmete noch einmal tief ein. Dann ließ ich mich mit den Füßen voran ins Becken plumpsen.

Während sich die Wasserdecke über mir schloß, ich gezielt den Boden ansteuerte, eine sanfte Kühle meinen Körper umspielte und ich nur noch ganz leise etwas von dem lebhaften Treiben im Schwimmband wahrnahm, begann ich zu träumen: Wie sich meine Lungen langsam mit Wasser füllten, Bewegungen unkoordinierter, meine Gliedmaßen schwerer wurden und alles um mich herum sich schwarz färbte. Ich wusste, die Dunkelheit war ein Anzeichen dafür, dass es bald vorbei war. Ich musste nur noch die Augen schliessen und mich treiben lassen. Stille. Schwerelosigkeit. Endlose Weiten. Alle Erinnerungen ausgelöscht. Alles erschien, wie nie geschehen, wie nie erlebt.

Keuchend schleuderte ich den Gummiring an den Beckenrand und rieb mir die Augen, welche vom Chlorwasser ziemlich brannten. Es kam mir vor, als sei ich Stunden unter Wasser gewesen. Der Bademeister warf einen prüfenden Blick auf seine Stoppuhr und klatschte begeistert in die Hände. Die Mundwinkel meiner Mutter zuckten kurz als würde sie krampfhaft versuchen sich angesichts der Leistung ihrer Tochter ein Lächeln abzurufen. Bestanden! Ich hatte die Prüfung bestanden! Ein kleines schwarzes Seepferdchensymbol würde man mir auf meinen Bikini nähen. Das macht ihn auch nicht schöner.

Mehr als zwanzig Jahre und drei ambulante Psychotherapien später war ich ein Fall für die Klappe. Hinter mir sollten sich Türen schließen wie Vorhänge. Nicht bloß bis die Nacht vorüber war. Das Ziel bestand darin mich in diesem Mikrokosmos abzuschotten. Zu meinem Schutz. Damit ich zur Ruhe kam. Damit ich verstand, was mit mir los war und mich mit meiner Vergangenheit auseinandersetzte. Ich sollte Kontakt zu meinem Dämon



## Der Anfang meines Romans über meine psych. Erkrankung...

aufnehmen und ihn bezwingen. Der Gedanke daran erzeugte ein Kribbeln. Intensiver als Gänsehaut. Es überzog meine Fingerkuppen, überquerte meine Hände und Arme und breitete sich im Gesicht aus. Angst. Pure Angst. Ich spürte, dass ich mich verloren hatte. Endstation. Mein Leben glich nur noch dem Spaziergang eines Panthers im Zwinger, dessen Freiheit von der einen Seite des Käfigs bis zur anderen reichte. Während ein Panther in der freien Wildbahn schnell und stark war, überstand ich die Tage nur mit den Errungenschaften der Pharmaindustrie: Citalopram am Morgen, um meinen Antrieb zu steigern, Promethazin am Abend für ein bisschen Schlaf.

Der "Dämon" ist noch drin. Daran muss ich noch arbeiten....

Lesen Sie [hier](#) die komplette Diskussion zu diesem Text ([PDF](#)).