UMGANG MIT UNGEWOEHNLICHEN ZUSTAENDEN

Nach Jahren intensiver Therapie ist es mir nun teilweise möglich, schon in einem frühen Stadium ungewünschte Entwicklungen zu erkennen und abzuwehren.

Eine als Schizo-affektive-Psychose definierte Phase erlebe ich als ein Rauschzustand (ohne zuvor irgendwelche Mittel zu deren Stimulierung eingenommen zu haben). Es brauchte vor Jahren zuerst die Vorstellung, ein Leben ausserhalb solcher rauschartigen Zustände sei überhaupt erstrebenswert. Ein solcher Schritt erfordert monatelange Ueberzeugungsarbeit eines Therapeuten. Es waren die Wochen, in denen ich mein Neuroleptikum wieder aussetzte, um intensiver zu leben, abzuheben.

Das Vertrauen in einen Therapeuten bildet sich während der Hochgefühle. Würgt ein Arzt sie kategorisch und vollumfänglich als krank und unerwünscht ab, so hätte ich kein Vertrauen zu ihm. Erst wenn ein Gespräch über letzte Fragen menschlicher Existenz, über religiöse Symbole oder über Gott möglich ist, dann hat der Therapeut bei mir Respekt und Kredit. Dass Gedanken, die ich während ungewöhnlicher Phasen äussern darf, ernsthaft geprüft und bewertet werden, dass mir selbst noch weitergehende Aeusserungen und Anregungen mit auf den Weg gegeben wurden, hat bei mir ein Vertrauen geweckt, das mich schliesslich dazu geführt hat, Neuroleptika selbst dann einzunehmen, wenn meine ganze Bekanntschaft mir davon abriet.

Ein früheres Hochgefühl, das eine Klinikeinweisung erforderte, als Geschichte oder Aufsatz nachfühlbar zu beschreiben, bleibt ein wichtiges Ziel meines Schreibens. Gegenwärtig bin ich jedoch noch nicht robust genug, um eine Vergegenwärtigung des damals Erlebten eins zu eins zu verkraften. Ich möchte hier lediglich bemerken, dass allein mit Abwehr, Einweisung und Dämpfung langfristig kein wie auch immer diagnostizierter Psychiatriepatient von sich aus sich an enge und sinnlos empfundenene Konventionen einfügen wird. Doch das ist ein weites Feld.

Eine Patientin in einer Klinik, die versuchte vom Heroin wegzukommen, versicherte mir, dass ich nie Drogen brauchte, dass ich von selber in die von ihr früher gewünschten Zustände käme. (Mittlerweise wünsche ich sie mir nicht mehr, weil ich Gefallen an meiner Vernunft gefunden habe und in der Zwischenzeit schon über vier Jahre wirtschaftlich auf eigenen Füssen stehe und mit einer Frau verheiratet bin, die Verständnis für meine ungewöhnliche Art aufbringt, sehr intelligent ist, empathisch zuhören kann und selber keine psychiatrische Biografie hat.)

So eigenartig es klingen mag: ich habe Vertrauen zum Medikament Haldol. Ich habe mich daran gewöhnt, dass ich früh schlafen gehe, weil es sediert. Sämtliche Versuche mit andern anti-psychotischen Neuroleptika haben bei mir fehlgeschlagen und zu Aggressionen geführt, die für meine Mitmenschen, auch für mich nicht ertragbar waren. Depresive Zustände kenne ich bestens. Das pflanzliche Jarsin ist das einzige Antidepressivum, zu dem ich ein normales Verhältnis habe. Es löst selbst Angstgefühle und es macht mich nicht müde. Nebenwirkungen sind kaum bekannt. Da ich die Hoffnung habe, dass ich eines Tages gesund sein könnte, bin ich sehr vorsichtig mit Medikamenten, die abhängig, süchtig machen könnten. Meine Hoffnung auf Gesundheit ist an keinen Zeithorizont gebunden, sie ist aber auch treibende Kraft, meine Medikamente zu schlucken und mich der Therapie zu stellen. Ich bin noch weit von einem wirklich gesunden Verhalten weg, bemühe mich auch stets wieder, Definitionen der psychischen Gesundheit zu erhalten. Meine Hoffnung auf völlige Gesundheit hat etwa den Zeithorizont und die Funktion des Erscheinens des Messiasses bei gläubigen Juden.

Das letzte Mal, als ich freiwillig in die PUK Waldau eintrat, war vor etwa acht Jahren. Seither bin ich in ambulanter, wöchentlicher Therapie. Vielleicht kann ich mittelfristig, mit etwas Distanz, etwas vom schizophrenen Erleben nachvollziehbar beschreiben.

Nun ja, mein Inneres ist etwas vermurkst, denn ich habe kein inhaltliches Bild meiner selbst. Nun, die Herkunft meiner Krankheit wirklich an einer Handlung erklären zu wollen scheint mir fast unmöglich zu sein. In einer ganz kalt empfundenen Welt, die mich hätte zu innerer Ausbeutung gebracht, suchte ich einen Ort weit in mir drin, in dem ich geschützt bin. Ich habe viel gebetet, die vier Evangelien mit zwanzig hilfesuchend durchgeschlungen und ich konnte mich in der Armee frei machen. Es brauchte ein Aufgebot all meiner Kräfte, das mich schliesslich in nicht alltäglichen Gefühls- und Gedankenbereiche geführt, in denen ich mit meiner Gegenwart nicht mehr zurechtkam.

Der Druck war fort, ich war frei, doch nicht wirklich, denn ich stürzte in neue Abhängigkeiten. Doch ein Bereich ist ganz geblieben während der vielen Jahre. Ich nenne ihn PLEASURE ISLAND - Zugang zu ihm habe ich längst mehr nicht alle Tage, doch eigentlich ist mir oft eine Schoggipackung näher als ein Buch. Die Vorstellung dauerhafter Askese entspricht mir nicht, obschon ich mich gut einschränken kann während recht langer Zeit. Pleasure Island ist ein wichtiger Ort in meiner Psyche - genauso wie manchmal auch mein Bedürfnis nach Klarheit.

So hoffe ich um Verzeihung und auf Stetigkeit, letztlich auch, Psychosen in Griff zu kriegen:

Das Muster ist stets gleich: zuerst verunsichert mich ein Eindruck oder eine Frage, nachher werde ich hilflos. Als nächstes habe ich keinen Halt mehr in mir, Panik kommt auf - alle Worte meiner Umgebung kommen ungefiltert in mein Inneres, Beziehungsideen und ganz tiefe Scham kommt auf. Ich möchte mich in Luft auflösen, fühle mich wertlos und dann wird die Psyche selbständig. Schnell muss ich dann mein Haldol und eine Tablette Jarsin schlucken. Beides habe ich stets bei mir.

Pleasure Island ist dann ganz weit fort - unerreichbar. Leider.