

HEYNE <

Alles in diesem Buch basiert auf wahren Gegebenheiten, aber um die Privatsphäre der genannten Personen zu schützen, wurden Namen, Hintergründe und Geschehnisse anonymisiert. Ähnlichkeiten mit realen Persönlichkeiten sind nicht beabsichtigt und rein zufällig.

Myrthe van der Meer (Pseudonym), geb. 1983, arbeitete als Lektorin in einem niederländischen Verlag. Mit ihrem autobiographischen Bericht über ihren Burn-out und ihre Zeit in der geschlossenen Anstalt, wurde sie über Nacht berühmt. *Tiefdruckgebiet* wurde mit zahlreichen Preisen ausgezeichnet, u. a. dem Psyche Mediaprijs 2013 und dem VIVA 400 award. Heute lebt Myrthe van der Meer in einer kleinen Stadt im Süden Hollands und schreibt an einem neuen Buch.

MYRTHE VAN DER MEER

Tiefdruckgebiet

Wie ich meine Depression
in den Griff bekam

Aus dem Niederländischen
von Barbara Heller

WILHELM HEYNE VERLAG
MÜNCHEN

Die Originalausgabe erschien 2012 bei The House of Books,
Vianen/Antwerpen unter dem Titel *PAAZ, Psychiatrische Roman*.

Die Übersetzerin dankt dem Freundeskreis zur Förderung literarischer
und wissenschaftlicher Übersetzungen e.V. für ein Arbeitsstipendium,
das vom Ministerium für Wissenschaft, Forschung und Kunst
Baden-Württemberg ermöglicht wurde.

Der Verlag dankt dem Nederlands Letterenfonds für seine Unterstützung

Nederlands
letterenfonds
dutch foundation
for literature



Verlagsgruppe Random House FSC® N001967
Das für dieses Buch verwendete
FSC®-zertifizierte Papier *Holmen Book Cream*
liefert Holmen Paper, Hallstavik, Schweden.

Taschenbuchausgabe 3/2015
Copyright © 2012 by Myrthe van der Meer
Copyright © 2015 der deutschsprachigen Ausgabe
by Wilhelm Heyne Verlag, München,
in der Verlagsgruppe Random House GmbH
Printed in Germany 2015
Redaktion: Eva Schweikart
Motto © Herman Finkers, *Zijn minst beroerde liedjes*,
aus: »Hoe heet dat liedje ook alweer? (Een slecht geheugen)«
von der CD »Zijn minst beroerde liedjes«.
Umschlaggestaltung: Eisele Grafik Design, München
Satz: Buch-Werkstatt GmbH, Bad Aibling
Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck
ISBN: 978-3-453-60323-3

www.heyne.de

*Jeder macht im Leben mal ... Dinge.
Dinge, von denen er hinterher sagt:
Das hätte ich anders machen sollen.
Hinterher eben. Alles weiß man erst hinterher.
Aber wenn man hinterher alles weiß ...
Eine Kunst, hinterher alles zu wissen.*

Herman Finkers, Zijn minst beroerde liedjes

Psychiatrie

Auf den ersten Blick ist die Psychiatrie eine Station wie jede andere in der Klinik: Man geht mit einem Problem hinein und kommt geheilt – oder auch nicht – wieder heraus.

Wenn man sich den Arm gebrochen hat, geht man in die Notaufnahme, man sagt dem Arzt, wie es passiert ist und wo es wehtut, und wartet auf die Diagnose. Der Arzt untersucht den Arm, stellt ein paar Fragen und sagt dann: »Der Arm ist tatsächlich gebrochen. Sechs Wochen Gips, und wenn Sie ihn ruhig halten und nicht zu stark belasten, ist er in zwei Monaten wieder wie neu.«

Auf einer psychiatrischen Station passiert auf den ersten Blick genau das Gleiche: Man geht mit der psychischen Entsprechung eines gebrochenen Arms hin, sagt dem Arzt, wie es passiert ist und wo es wehtut, und wartet auf sein Urteil. Der Unterschied ist, dass der Arzt, während man sich innerlich auf ein paar Wochen Gips einstellt, nach der Untersuchung ein ernstes Gesicht macht und sagt: »Es ist nicht der Arm, es ist das Bein.«

Und dann fängt das Umdenken an.

Arbeit

In drei Stunden beginnt mein Urlaub.

Ich lehne mich in meinem Schreibtischstuhl zurück und drehe mich im Kreis. Unten kriecht der Verkehr um das Bürogebäude dem Infarkt entgegen. Ich stoße mich noch einmal ab, und wieder wirbeln der Raum, mein Kollege Felix und die Fenster vorüber. Noch drei Stunden, dann habe ich vier Wochen frei. Vier Wochen nichts, gar nichts.

»Na, schon am Feiern, Myrthe?«, fragt Simon, der gerade hereinkommt.

»Ja«, antworte ich lachend. »Was gibt's? Kann ich was für dich tun?«

»Du solltest doch nichts mehr tun«, sagt er stirnrunzelnd.

Ich schaue kurz zu Felix, der mir gegenüber sitzt. Ein Telefonat mit einem Autor, nach dessen Meinung der Umschlag seines Buches in genau dem falschen Himmelblauton gedruckt worden ist, nimmt ihn ganz in Beschlag.

Erleichtert grinsend zeige ich auf meinen Schreibtisch. Neben dem Stapel abgelehnter Manuskripte und den Kalkulationen für die Neuauflagen liegen die Texte und Titelseiten für den neuen Katalog, vor mir die Listen der Bücher, die ich gerade eingekauft habe, die sich in Produktion befinden oder mit denen sich im Moment die Marketingabteilung befasst. Und unter der Tastatur klebt das übliche Post-it mit meinen Zugangsdaten und meinem Passwort.

Ich recke die Arme hoch, drehe mich noch einmal im Kreis und sehe Simon triumphierend an.

»Okay«, seufzt er. »Kannst du den Grafiker der Neuauflage bitten, die Umschlagmaße noch mal zu überprüfen? Der Drucker meint nämlich, die stimmen hinten und vorne nicht, und es kann nur an seinem Computer liegen, sonst ...«

Ein Gefühl beschleicht mich, als würde ich ganz langsam erwürgt.

»Kein Problem«, sage ich und schnappe mir den Ausdruck, bevor Simon es sich anders überlegen kann. »Die Mail geht gleich raus. Sonst noch Wünsche?«

»Ja, dass du mir noch mal zuwinkst, wenn du gehst«, brummt er gutmütig. »Und dass du auch wirklich weg bist, wenn ich später noch mal vorbeikomme.«

Ich hebe die Hand.

»Bis nachher, Süße.«

Felix legt den Hörer auf und sieht mich misstrauisch an.

»Was wollte Simon denn?«

»Er wollte mich nur bitten, schnell noch eine Mail zu schreiben«, antworte ich lässig. »Ich hab's gleich.«

»Du solltest doch nichts Nützliches mehr tun. Das Einzige, was du noch darfst, ist dasitzen und mich anöden. Du musst Urlaub machen.«

Ich muss lachen. »Felix. Du kannst gern ein bisschen den Autoritären spielen, aber wir wissen beide, dass dir das niemand in diesem Raum abnimmt.«

»Sag ich ja. Ach Gott, ich werd dich vermissen. Jetzt muss ich den ganzen Tag deinen leeren Stuhl anschauen.«

»Das kann ja nur ein Fortschritt sein«, murmle ich, aber als ich seinen Blick sehe, verkrieche ich mich schnell hinter meinen Computer. Keine sarkastischen Bemerkungen mehr. Ich klicke den Posteingang an: eine neue Nachricht.

»Hör dir das an«, sage ich spöttisch. »Eine Mail vom Betriebsarzt: Wenn ich jetzt nicht sowieso Urlaub hätte, würde er mich auf der Stelle nach Hause schicken!«

»Genau«, sagt Felix. »Würde ich auch tun.«

Kopfschüttelnd lösche ich die Mail. Ich arbeite, also bin ich. Nächster Punkt. Wie mailt man jemandem auf positive, konstruktive Art, dass er alle anderen behindert, weil er seine Arbeit nicht macht? Ich starre auf die weiße Wand vor mir und versuche, meinen Kopf genauso leer zu kriegen, aber plötzlich wirbeln meine Gedanken wild durcheinander und färben die Welt beunruhigend grau. Ich lege die Finger auf die Tastatur, und es fühlt sich an, als wollte jedes Molekül in meinem Körper kreischend flüchten, möglichst weit weg vom Computer. Ich beiße die Zähne zusammen, meine Finger stolpern über die Tasten, dann ist die Mail fertig.

Arbeitsunfähig – ha! Grimmig schließe ich das Mailprogramm. Wirre Gedanken purzeln in meinem Kopf herum, aber ich schiebe sie weg. Nicht nachdenken – auf keinen Fall nachdenken! –, einfach irgendwas tun. Zur Toilette gehen. Als ich

auf den Flur hinaustrete, verwandelt er sich in einen Sumpf, in den ich immer tiefer einsinke. Mühsam wate ich an der Wand entlang, doch da biegt die Leiterin des Geschichtsprogramms um die Ecke, und ich reiße mich zusammen.

»Hallo, Myrthe, noch hier? Ich dachte, du bist längst weg.«

»Noch drei Stunden, dann fängt mein Urlaub an.« Ich lache schrill. Ist das meine Stimme?

»Den kannst du auch wirklich gebrauchen. Hast du was Schönes vor?«

»Nein, gar nichts«, antworte ich mit einer Forschheit, die ich nicht empfinde. »Schlafen, faulenzen, in der Sonne liegen – lesen nur, wenn ich Lust dazu habe. Nichts Besonderes.«

»Klingt herrlich. Hauptsache, du denkst nicht an den Verlag – das wird wieder das reinste Irrenhaus hier, wenn der neue Katalog raus muss. Wir sehen uns also in vier Wochen wieder – und keine Minute früher!«

Ich gehe weiter. In der Toilette ist niemand. Ich setze mich auf den Deckel, lasse den Kopf gegen die Tür sinken und starre zähneklappernd auf die grauen Fliesen.

Noch drei Stunden. Noch drei Stunden, dann bin ich weg.
Noch drei Stunden, dann muss ich in Urlaub.

Freitag

Route 12. Ein Klinikflur wie jeder andere.

Grau-weiße Wände, auf dem Boden hygienisch klingendes Linoleum und überall das stumme Lärmen der Klimaanlage. In diesem schnurgeraden Flur nehmen täglich Hunderte von Leben eine unerwartete Abzweigung. Links zur Kinderstation, weiter vorn rechts zur Onkologie, dann zu den Spezialisten für alle Lebensphasen, und wer das alles überstanden hat, wird ganz am Ende rechts mit einer Abkürzung zur Kardiologie belohnt.

Wer jedoch, wie ich, auch diese letzte Abzweigung ignoriert und mit dem Blick nach vorn die Fußgängerbrücke betritt, gelangt in eine ganz andere Welt. Der letzte Halt auf Route 12 ist das Ziel all derer, die nicht schon vorher abgebogen sind. Endstation von Route 12 ist die psychiatrische Abteilung des Allgemeinen Krankenhauses.

»Und im Gegensatz zu den anderen Abteilungen ist man hier nicht Patient, sondern Klient«, beendet der Psychiater, der mir gegenüber sitzt, seine Einführung.

Nicht krank, sondern verrückt, wie ich mir weinend klar mache.

Als er fortfährt, mir Fragen zu stellen, die ich heute schon zweimal beantwortet habe, unterbreche ich ihn: »Wenn man hier nicht Patient ist, dann bin ich also nicht krank?«

Der Psychiater wechselt beunruhigte Blicke mit meinem Vater und der Krankenschwester, und ich füge hinzu: »Und wenn ich nicht krank bin, dann werde ich hier auch nicht gesund, oder?«

»Dazu können wir im Augenblick natürlich noch keine Aussage treffen«, antwortet er freundlich. »Wir wissen nur, dass Sie im Moment große Probleme haben und dass wir versuchen werden, sie mit Ihnen gemeinsam zu lösen. Ob Sie hier gesund werden und wie lange das dauert, lässt sich noch nicht sagen. Gibt es sonst noch etwas, das Sie wissen möchten?«

Nein, das war's so ziemlich.

Als mir nach zwei Tagen Weinen wieder Tränen den Blick trüben, klammere ich mich an das Letzte, was ich noch weiß: Es ist Freitag, der zehnte Juli, ich habe noch drei Wochen Urlaub, Anfang August fange ich auf jeden Fall wieder an zu arbeiten, und ich habe noch genau zwei Tage zu leben.

Das Linoleum fühlt sich griffig an unter meinen Sohlen. Die Krankenschwester geht, ununterbrochen mit meinem Vater redend, vor mir her, bleibt hin und wieder stehen, um mir et-

was zu zeigen, und fragt dann, ob ich sie verstanden habe. Ich sage Ja und meine Nein. Während wir von den Toiletten zum Wäscheschrank und vom Wohnzimmer zum Freizeitraum wandern, wird mir klar, dass wahrscheinlich alle diese Orte künftig für mich von Bedeutung sein werden. Im Moment sind es nur Orte, die ich weinend erreiche und weinend wieder verlasse. Ich gehe drei Schritte hinter mir selbst her und hasse mich ganz schrecklich. Benimm dich normal! Okay, du fühlst dich beschissen, aber so fühlst du dich schon seit Jahren! Wann kapiertst du endlich, dass du dich damit abfinden und dein Leben weiterleben musst wie jeder andere auch?

An der ersten Tür in einem langen Flur bleiben wir wieder stehen.

»Das ist das Isolierzimmer«, sagt die Schwester und deutet auf die schwere Tür. »Hier bringen wir ab und zu Leute unter, die sich selbst und andere gefährden. Im Moment ist niemand drin, und die meisten Schlafräume sind so weit weg, dass man nichts hört.«

Etwas weiter vorn öffnet sie eine minzgrüne Tür.

»Und hier schlafen Sie.«

Genau zwei Türen weiter.

Das Bett am Fenster sei meines, sagt die Schwester, und ich lasse meine Tasche darauf fallen. Dann zeigt sie auf das andere Bett. »Ihre Zimmergenossin kommt am Sonntagabend wieder. Ich denke, ihr beide werdet miteinander klarkommen.«

Ich starre die Tagesdecke auf dem anderen Bett an. Ich komme ja nicht mal mit mir selbst klar.

Dann werden mein Vater und ich ins »Wohnzimmer« geführt, wie sich der Gemeinschaftsraum nennt. Die Schwester stellt ein klobiges graues Tablett vor mir auf den Esstisch und sieht mich freundlich an. Der Krisendienst hat Bescheid gegeben, dass ein Neuzugang kommt, und man hat ein Essen vom Nachtdienst für mich aufgehoben. Ich habe akute Schuldgefühle, weil ich anderer Leute Essen bekomme, und

schiebe weinend die Kartoffelbreiklumpchen auf dem Teller hin und her.

Während mein Vater sorgfältig die Besuchszeiten auf einem Post-it für mich notiert, klärt uns die Schwester nachdrücklich darüber auf, dass Besuche außerhalb der Besuchszeiten nicht gestattet seien; mein Vater könne aber noch bleiben, bis ich aufgegessen hätte. Die meisten Patienten führen jetzt übers Wochenende nach Hause, und ich sähe so aus, als könnte ich etwas Unterstützung gebrauchen. Patientengruppchen mit Reisetaschen strömen an mir vorbei, Richtung Wochenende. Die meisten bleiben neugierig stehen, als sie mich sehen, sie stellen sich vor – ihre Namen vergesse ich sofort wieder – und streben dann dem Ausgang zu. Ein grauhaariger Mann legt mir aufmunternd die Hand auf die Schulter.

»So ein hübsches Mädchen und so viele Tränen. Kopf hoch. Morgen ist ein neuer Tag.«

Das ist ja das Problem.

Das Zimmer ist eine fahle Kombination aus irgendwie weiß gesprenkelten Wänden, zwei minzgrünen Schränken und zwei großen grauen Pinnwänden über den Kopfenden der beiden Betten. Grau und Minzgrün scheinen die Kriegsfarben dieser psychiatrischen Station zu sein. Grau wirkt vermutlich beruhigend und Minzgrün belebend, aber für mich sind es vor allem die Farben würgender Einsamkeit.

Eine tiefe Depression reinigt den Geist von Neid und anderen kleinlichen Emotionen, sollte man meinen, aber nichts ist weniger wahr, wie mir beim Anblick der zahllosen Genesungskarten über dem Bett meiner Zimmergenossin klar wird. Meine eigene Pinnwand ist eine triste leere Fläche, und das wird sie auch bleiben, denn ich habe mein soziales Leben in den letzten Jahren so effizient gegen meine Arbeit eingetauscht, dass selbst meine besten Freundinnen längst abgesprungen sind. Die Arbeit hat absolute Priorität. Und jetzt bin ich allein.

Ich nehme den Stuhl, der am Tisch steht, und rücke ihn ans Fenster. Plötzlich lechze ich nach frischer Luft, aber als ich das Fenster etwas weiter aufschieben will, stellt sich heraus, dass es blockiert ist. Meine Verbindung zur Außenwelt beschränkt sich auf einen zwei Zentimeter breiten Streifen blauen Himmels. Panik erfasst mich, verfliegt aber gleich wieder.

Ich lege den Kopf aufs Fensterbrett. Wenn ich schon weine, dann darf ich es jetzt mit tiefstem, reinstem Selbstmitleid tun, finde ich. Ich bin sechsundzwanzig Jahre alt, ich habe einen Traumjob als Lektorin, und ich habe mich im vergangenen Jahr so gnadenlos überarbeitet, dass mich das Monster, das sich Depression nennt, schließlich in die Knie gezwungen hat. Jetzt sitze ich in der Psychiatrie und bin mit schwer gestörten Menschen in einem seelenlosen Gebäude eingesperrt, und was das Schlimmste ist: Ich gehöre dazu.

Ein Klopfen an der Tür verscheucht alle Gedanken, die ich mir darüber noch hätte machen können.

»Am Wochenende ist es hier viel ruhiger als unter der Woche«, sagt die Schwester auf dem Weg zum Wohnzimmer. »Sie werden also in den nächsten Tagen etwas weniger Ansprache haben als normalerweise.«

»Das ist nicht schlimm«, murme ich. »Ich lerne lieber erst die paar Leute kennen, die im Moment da sind, und den Rest dann am Montag.«

Sie sieht mich nachdenklich an. »Apropos Kennenlernen: Als ich gesagt habe, dass die meisten übers Wochenende nach Hause fahren, habe ich gemeint, dass jeder, der irgend kann, wegfährt. Wer dableibt, ist entweder neu hier oder noch so durcheinander, dass er nicht wegdarf. Die Patienten, die Sie im Moment hier antreffen, sind also nicht unbedingt ... repräsentativ. Dieses Wochenende werden Sie sich wohl die Zeit allein vertreiben müssen.«

Ich habe keine Ahnung, wie das gehen soll, und nicke des-

halb nur. Ein großer Mann fragt die Schwester, ob er auf eine Zigarette hinaus ins Freie darf. Sie schließt die Tür zum Garten auf, lässt ihn hinaus, und schließt wieder ab. Draußen scheint die Sonne.

»Kann ich auch in den Garten?«, frage ich ängstlich.

»Hat der Arzt schon die Ausgangsregelung mit Ihnen besprochen?«

»Welche Ausgangsregelung?«

»Dann müssen Sie wohl noch ein bisschen warten.«

Das passt doch alles nicht zusammen. Unter einem selbstmordgefährdeten Menschen stelle ich mir jemanden vor, der völlig vereinsamt ist und niemanden mehr hat, an dem er sich wärmen kann. Aber ich habe einen Freund. Ich habe eine Beziehung mit dem tollsten, faszinierendsten Mann, den ich kenne, einem Mann von geradezu erschreckend unerschütterlicher Ruhe. Das Ganze ist ein schlechter Witz. Zwei Menschen, die sich lieben, die nach drei Jahren immer noch ineinander verliebt sind. Was stimmt daran nicht?

Einer von den beiden will tot sein.

Wie um alles in der Welt sagt man seinem Freund, dass man in der Psychiatrie gelandet ist, weil man tot sein will?

Während ich auf das Freizeichen horche, betrachte ich die kleinen Löcher in der Zimmerdecke und hoffe, dass ich nicht weinen muss, wenn ich seine Stimme höre. Oder, noch besser, dass ich seine Stimme gar nicht erst höre, weil sein Handy ganz unten in der Reisetasche liegt und er nicht mitbekommt, dass ich anrufe. Aber er meldet sich. Plötzlich liege ich nicht mehr beklommen in einem Krankenzimmer, sondern befinde mich mitten im Trubel eines griechischen Busbahnhofs.

»Ach, Schatz, kann ich dich gleich zurückrufen? Ich gehe gerade mit meinem Gepäck zum Auto, aber sobald ich da bin, ruf ich dich an!«

»Okay«, antworte ich überrumpelt.

Die Verbindung bricht ab.

Der Neid bleibt.

Denn während bei mir die Depression gnadenlos herauszuhören war, habe ich bei Sergei nur Aufregung und Begeisterung gehört, weil er nach einer Tagesreise an seinem Ziel angelangt ist. Oder besser: an unserem Ziel. Ich hätte nämlich mitfahren und bei der Ausgrabung, die er leitet, in der Mittelmeersonne vier Wochen lang Archäologin spielen sollen. Aber schon vor drei Wochen war mir so elend, dass ich wusste, ich würde nicht mehr in der Lage sein, mich in ein so exotisches Abenteuer zu stürzen. Und jetzt sitze ich in der Psychiatrie.

Da klingelt mein Handy. Ich höre wieder die muntere, vertraute Stimme und fange an zu weinen.

Weinend erinnere ich ihn daran, dass ich schon eine ganze Weile das Gefühl hatte, meine Überarbeitung sei in eine Depression übergegangen. Beschämt berichte ich, wie mein Vater mich heute Morgen zum Hausarzt geschickt hat, weil es mir so schlecht ging. Meinen Ärger darüber, dass der Arzt mir die Details meines Selbstmordplans zu entlocken versuchte, verschweige ich allerdings; es war *mein* Plan, und ich wollte ihn mir als Option offenhalten.

Ich erzähle, wie mich der Mann zum Krisendienst geschickt hat, wie ich von dort zum diensthabenden Psychiater in der psychiatrischen Abteilung des Krankenhauses kam und dass die Ärzte bei jedem Gespräch ernstere Gesichter machten. Ich komme mir vor wie ein Monster, als ich hinzufüge: »Du siehst, es war doch nichts, was sich mit einem Urlaub beheben lässt«, denn so hatte Sergei argumentiert, um mich trotz allem zum Mitkommen zu bewegen.

Ich bekomme Angst, als ich merke, dass ich das Wort »Selbstmord« nicht auszusprechen wage. Und es zerreißt mir das Herz, dass Sergeis Stimme immer leiser und dünner wird.

Dann ist es still.

»Ich komm zurück«, sagt er schließlich heiser. »Gleich morgen nehm ich den Flieger.«

Einen Moment lang regt sich etwas in mir, und ich habe den Wunsch, mich einfach wieder in Sergeis Armen zu verkriechen und die ganze Welt zu vergessen. Aber eigentlich kenne ich dieses Gefühl schon nicht mehr und frage mich, was ich um Himmels willen mit der allzu lebendigen Gegenwart eines Geliebten anfangen soll. Innerlich bin ich schon tot.

»Nein, bleib ruhig dort«, antworte ich vorsichtig. »Du freust dich doch schon das ganze Jahr drauf, und ich sitze hier nur in der Klinik, da hättest du sowieso nicht viel von mir. Sieh einfach zu, dass du in drei Wochen wieder da bist, ich warte auf dich.«

»Jetzt weiß ich gar nicht, was ich sagen soll.«

Ich wünschte, ich könnte die Uhr eine Viertelstunde zurückdrehen und dieses Gespräch hätte nie stattgefunden. Ich will nicht, dass mein Freund sich Sorgen macht, schon gar nicht um mich, ich will, dass er glücklich ist, dass er vergnügt und unbeschwert Archäologiestudenten ausbeutet. Ich will, dass er wieder lacht.

»Man kann wohl doch nicht ungestraft einfach weitermachen, wenn man überarbeitet ist«, seufze ich. »Jetzt hab ich den Salat. Den Psychosalat.«

Zweitausend Kilometer entfernt platzt jemand unwillkürlich los, und ich bin dankbar, als ich die so vertrauten Laute höre. Dann geht das Lachen in ein Glucksen und schließlich in gutmütiges Gefrotzel über.

»Meinst du, die können da auch was an deiner Art von Humor machen?«

»Die Hoffnung hab ich längst aufgegeben«, antworte ich. Mein Humor liegt in den letzten Zügen.

Tabletten

»Müssen Sie nicht Ihre Tabletten nehmen?«

Eine kleine Frau mit kurzen grauen Haaren und einer strengen Brille sieht mich stirnrunzelnd an.

Ich sehe mich im Wohnzimmer um. Der kahle neonerleuchtete Raum mit Esstisch, Fernsehecke und einem Linoleummeer in der Farbe lähmender Einsamkeit ist seltsam leer.

Seit heute Mittag bekomme ich tatsächlich Tabletten. Eine Tablette, um genau zu sein: ein Schlafmittel, dessen Namen ich vergessen habe. Aber, so hatte die Krankenschwester aufmunternd gemeint, es kämen natürlich so bald wie möglich Antidepressiva dazu und für tagsüber könne man mir eventuell noch ein Beruhigungsmittel geben, außerdem ... Mein Gehirn schaltete ab. Ich wollte gar nicht wissen, was man außerdem noch alles mit mir machen konnte.

»Die Schwester hat gesagt, sie kommt mich holen«, sage ich mit Piepsstimme.

Die kleine Frau wird blass. »In der Psychiatrie gibt es keine Schwestern.«

»Sorry, die Pflegerin, meine ich«, sage ich mit rotem Kopf.

»Die Pflegekraft«, verbessert sie mich. »Aber den Fehler macht jeder am Anfang. Deine Tabletten musst du im Büro einnehmen; keine Tabletten auf der Station.«

Ich nicke zittrig, und sie geht weiter, ins andere Wohnzimmer. Am Stationsbüro stehen die Patienten bis in den Vorraum Schlange. Pillenstau. In blinder Panik stelle ich mich hinten an. Erst als sich eine ungepflegte ältere Frau an mir vorbei durch die Tür zwängt, merke ich, dass ich den Vorraum bereits passiert habe und im Zimmer des Pflegepersonals stehe, mit niemandem mehr vor mir.

»Frau van der Meer?«

Die Frau hinter dem halbhoheren weißen Schrank sieht mich prüfend an. »Temazepam, ja?«

Ich weiß nicht, was ich tun soll. Ich habe vergessen, welche Tabletten ich bekommen soll, ich habe vergessen, was die Patienten vor mir gemacht haben, und ich kann die Schwester – die Pflegekraft – nicht fragen, weil ich kein Namensschild sehe und nicht weiß, wer oder was sie ist.

Sie zieht eine Schublade auf, nimmt eine längliche gelbe Tablette heraus und legt sie in ein durchsichtiges Becherchen.

»Schauen Sie mal, ob's stimmt?«

Ich schaue. Ich sehe eine längliche gelbe Tablette in einem durchsichtigen Becherchen. Aber die Frau scheint mehr zu erwarten, also nehme ich das Becherchen in die Hand. Ich sehe immer noch dasselbe. Ich nicke. Sie notiert sich, dass ich einverstanden bin, und wendet sich wieder ihrer Tätigkeit zu. Ich bleibe unschlüssig stehen.

»Wasser und Gläser stehen hinter Ihnen.«

Ich drehe mich um, halte das Becherchen in einer Hand und schenke mir mit der anderen ein Glas Wasser ein, dann wird mir bewusst, dass ich jetzt noch ein Problem habe. Ich weiß nicht, was ich tun soll.

»Keine Angst wegen der Schlaftabletten«, sagt die Pflegekraft seufzend. »Die nimmt hier jeder. Außerdem bekommen Sie eine ganz geringe Dosis, und das Mittel ist völlig unbedenklich. Sie können also sicher sein, dass alles in Ordnung ist.«

Ich nehme die Tablette in die Hand, aber meine Gehirnwindungen sind in Panik, mein Körper ist völlig verkrampft, und hinter mir ertönt das anschwellende Murren der Patienten, die meinetwegen womöglich ihre Lieblingsserie verpassen. Ich weiß nicht, was ich tun soll!

»Sie müssen die Tablette hier einnehmen. Keine Tabletten auf der Station«, sagt die Pflegekraft. Ihre Freundlichkeit wirkt jetzt bemüht, ungeduldig. »Wenn Sie Ihre Medikamente nicht nehmen, müssen wir das dem Psychiater melden und sind gezwungen, auf andere Weise sicherzustellen, dass

Sie die Medikamente bekommen, die Sie brauchen. Es ist für alle angenehmer, wenn wir das nicht tun müssen. Was ist das Problem?«

Ängstlich sehe ich sie an.

»Muss ich die Tablette zerkaugen oder auflösen oder unzerkaut schlucken?«

Die Schlange hinter mir bricht in Gelächter aus, und die Pflegekraft sieht mich an, als wäre ich gestört. Ich habe mich bis auf die Knochen blamiert, aber ich weiß einfach nicht, wie man so eine Tablette einnimmt. Ich habe nicht Psychiatriepatient studiert. Das einzige Medikament, das ich je genommen habe, war Paracetamol, und da wusste ich auch nicht, ob man es zerkaugen, unzerkaut schlucken oder in Wasser auflösen muss – in kaltem oder warmem Wasser?

Da werde ich routiniert beiseitegeschoben.

»Schau, Puppe, so machen wir das hier.«

Neben mir wirft ein schwer tätowierter Mann seinen Tabak auf den Tisch, nimmt sein Becherchen, schüttet einen erstaunlichen Haufen rosaroter, blauer und weißer Pillen in seine Handfläche, wirft sie ein paarmal hoch, als wollte er ihr Gewicht abschätzen, und schluckt dann alle auf einmal hinunter. Ohne Wasser.

Ich muss ebenfalls schlucken.

»Fang einfach mal mit dem einen Azepamchen an«, sagt er grinsend. »So machen wir das alle.«

Ich betrachte das angeschmuddelte Stückchen psychiatrischen Konfettis, das warm und klebrig in meiner Hand liegt. Okay. Nicht mehr denken. Verstand auf null. Ich nehme einen Schluck Wasser, werfe die Tablette ein, nehme noch einen Schluck, merke, dass ich den ersten noch im Mund habe, dass das Ganze eine außerordentlich schlechte Idee war und dass ich die Situation nur retten kann, indem ich alles mit Todesverachtung hinunterschlucke. Direkt in die Lunge.

»Geht doch«, sagt der Mann mit einem breiten Grinsen, als

ich hustend wieder zu Atem komme. »Wir haben hier alle mal klein angefangen.«

»Sagen Sie mal, Sie wollen ihr doch nicht etwa Angst machen?«, fragt die Pflegekraft missbilligend.

»Stimmt doch«, antwortet er lässig.

Die Pflegekraft zuckt mit den Schultern.

Das macht mir erst richtig Angst.

Von Schlaftabletten weiß ich nur, dass man sie gratis über den Hausarzt bekommt und für viel Geld am Bahnhof verkaufen kann. Trübsinnig putze ich mir die Zähne. Wie lange dauert es, bis dieses Temazepam wirkt? Habe ich noch genug Zeit, um meine Kleider in den Schrank zu legen? Oder knalle ich mitten im Zähneputzen aufs Waschbecken, weil die Wirkung ganz plötzlich einsetzt?

Alles Fragen, sage ich mir, als ich ins Bett steige, die man den Pflegekräften besser nicht stellt, sonst denken sie, man sei tatsächlich gestört. Solche Gedanken behalte ich künftig einfach für mich. Im Kopf.

Ein komischer Kopf, denke ich dann.

Ein schwerer Kopf. Massiv. Dunkel. Quadratisch. Nein, rechteckig. Er hat sich in einen großen schwarzen Amboss verwandelt, der langsam ins Kissen sinkt. Durchs Kissen durch! Ein Moment der Panik: Was passiert mit dem übrigen Körper? Verschwinde ich jetzt ganz in dem Loch? Nein. Mein Kopf ist inzwischen durch das Spannbettuch verschwunden, aber mein Körper bleibt, wo er ist. Der Kopf sinkt immer tiefer, in die Matratze, durch die Füllung und die Klinik-Gummiauflage, bis er schließlich auf dem kräftig federnden Bettrost liegen bleibt.

Metall auf Metall. Darum geht es nicht mehr weiter. Klar. Temazepam.

Cool.

Aber ich schlafe deswegen keine Minute länger.

Samstag

Rechte gibt es in der Psychiatrie in jeder Form und jedem Umfang.

Das Grundrecht ist gar kein Recht: nicht in den Garten, nicht nach oben, nicht nach draußen – weder ohne Begleitung noch mit.

Dann folgen die Rechte für Anfänger: mit Begleitung in den Garten und, wenn das gut geht, nach draußen – an der Hand einer Pflegekraft in die weite Welt hinaus. Halbfortgeschrittene dürfen allein in den Garten und mit Besuchern nach draußen, Fortgeschrittene dürfen überall allein hin.

Wenn alles klappt und die Patienten ohne Ausnahme brav waren, winkt die ultimative Belohnung: Die Türen zum Garten werden aufgeschlossen, und jeder kann nach Belieben raus und rein – bis ein Neuzugang ohne Rechte kommt.

Das geheimnisvollste Recht aber ist die Tür zur Treppe. Während im Erdgeschoss nur Patienten und Pflegekräfte umhergeistern, warten im ersten Stock offenbar unsere Retter in der Not: die Psychiater, Psychologen und Psychotherapeuten, die Leute, die über unser Wohl und Wehe wachen und die Lösung für alle unsere Probleme haben – und sei es nur in Tablettenform.

Doch keine Rechte ohne Pflichten.

Wer einmal unbegleitet nach draußen darf, muss von da an auch alle Wochenenden draußen verbringen. Wer einmal die Treppe hinauf darf, muss künftig an allen Therapiesitzungen teilnehmen, die oben stattfinden. Und wer in Begleitung von Pflegekräften hinausdarf, von dem wird erwartet, dass er von sich aus darum bittet.

Und so sitze ich immer noch drinnen.

Während ich scheinbar ruhig meine x-te Tasse Tee aus dem Automaten hole und zu meiner Ecke an dem großen, leeren Esstisch zurücktrotte, tobt in meinem Innern ein Sturm, der

sich einfach nicht legen will. Wie kann man von mir erwarten, dass ich eine Pflegekraft frage, ob sie mit mir spazieren gehen will? Denn eines weiß ich über die Menschen, die hier arbeiten: Sie leiden unter chronischem Zeit- und Personalmangel. Und da soll ich sie bitten, auch noch zehn Minuten für einen Spaziergang mit mir zu verplempern? Mit einer Person, die nur wegen ein bisschen Trübsinn hier einen Platz besetzt, den andere viel nötiger hätten? Selbst wenn mir alle Pflegekräfte geschlossen einen Spaziergang vorschlagen würden – es wäre meine Pflicht, das Angebot strikt abzulehnen.

»Waren Sie nicht die, die spazieren gehen möchte? Ich hab jetzt eine Viertelstunde Zeit.«

Überrascht schaue ich auf.

»Furchtbar gern.«

Ich stehe auf, und während ich hinter der Frau hergehe, betrachte ich aufmerksam ihre Kleidung. Ich wage hier auch deshalb niemanden anzusprechen, weil ich keine Ahnung habe, wo die Patienten aufhören und die Pflegekräfte anfangen: Man sieht keine Krankenhauskleidung, keine weißen Kittel, keine Namensschilder, wahrscheinlich, damit die Station nicht so klinisch wirkt. Das führt allerdings dazu, dass ich eine Heidenangst davor habe, irrtümlich einen Patienten anzusprechen und ihm dadurch einen irreparablen Schaden zuzufügen.

Doch plötzlich sehe ich es: An der Hosentasche der Frau baumelt ein Plastikschildchen mit einem Namen: SANDRA. Groß und dunkelhaarig – einprägen.

»Im Moment ist viel zu tun«, sagt sie, »aber eine Runde über den Parkplatz ist schon drin. Heute Abend gehen wir dann länger raus.«

Sie rasselt mit ihrem Schlüsselbund, schließt die Tür zur Außenwelt auf und schiebt einen Patienten, der sich uns hoffnungsvoll anschließen will, sanft wieder hinein.

»Und, wie geht's Ihnen?«, fragt sie, während sie hinter uns abschließt.

»Ich weiß nicht.«

Schweigend spazieren wir durch die drückende Sommerhitze. Das heißt, Sandra spaziert, ich schleppe mich lethargisch hinter ihr her. Ich kann nicht mehr.

Die psychiatrische Station liegt ganz versteckt auf dem Klinikgelände und ist nur durch eine Fußgängerbrücke mit dem Hauptgebäude verbunden. Wer dorthin will, muss entweder erst Krankheit und Tod in der Klinik die Stirn bieten oder am Ende des Parkplatzes unter der Schranke durchkriechen. Letzteres tun wir, in umgekehrter Richtung. Der Parkplatz ist groß und von einer grünen Mauer aus Bäumen und Sträuchern umgeben.

»Entschuldigung«, keuche ich, »können wir ein bisschen langsamer gehen?«

»Kein Problem.« Sandra passt ihr Tempo meinem an.

Gebeugt schlurfe ich über den Asphalt. Ich muss meine sämtlichen noch funktionierenden Gehirnzellen anstrengen, um mich überhaupt geradeaus bewegen zu können.

»O Gott, die Leute müssen ja denken, ich bin schwer krank«, murmle ich, als ich Sandra schon wieder anremple. Ich habe nicht einmal mehr genug Energie, um die Füße vom Boden zu heben. Als wäre ich todkrank, eine Patientin im Endstadium.

»Das sind Sie doch auch«, sagt Sandra.

Stumm stolpere ich weiter. Gehen kann ich kaum mehr, aber mir Vorwürfe machen, das geht gerade noch, und daran klammere ich mich. Ich verfluche mich, also bin ich. Ich glaube nicht an Depressionen. Dass ich, von einer Pflegekraft bewacht, wie betäubt dahintrotte, ändert nichts daran. Ich glaube an Wehleidigkeit, Schwäche, Versagen, und ich akzeptiere nur ein Heilmittel: einen Tritt in den Hintern. Das Gehen wird davon allerdings nicht leichter.

Gegenüber dem Parkplatz läutet eine Glocke. Zwischen den Bäumen lugt ein kleines Kloster hervor.

»Beide im Grün versteckt«, murme ich. »Die Geistlichen und die Gestörten.«

Sandra lacht erstaunt, und einen Moment lang empfinde ich so etwas wie Freude. Ich weiß noch nicht genau, wie das Eine-Hand-wäscht-die-andere-Prinzip hier funktioniert und habe noch nicht herausgefunden, was ich für die Fürsorge tun muss, die ich hier genieße, aber nicht verdiene. Andere zum Lachen bringen, das ist das Einzige, was ich noch kann, also tue ich es. Auch wenn die Schuldgefühle davon nicht weggehen.

»Möchten Sie runter vom Parkplatz?« Sandra nickt zur Ausfahrt hin. »Ein bisschen Zeit haben wir noch.«

Ich schaue zur Straße. Fußgänger, Radfahrer und Autos sind dort unterwegs, Busse rumpeln vorüber. Vor einer Woche habe ich mir noch Sorgen darüber gemacht, ob meine Bücher dieses Jahr eine Million Umsatz erzielen werden, und jetzt habe ich Angst vor einer Straße ...

»Parkplatz«, sage ich kläglich.

Wir gehen schweigend weiter.

»Ich weiß, dass Sie nicht sagen können, wie es Ihnen geht«, sagt Sandra schließlich. »Aber wie fühlen Sie sich im Moment? Oder besser: Was fühlen Sie im Moment?«

Ich schlucke. »Ich komme mir furchtbar dumm vor, weil ich hier bin. Als ob ich mit einem verstauchten Knöchel in der Chirurgie liegen würde. Ich belege ein Bett, das jemand anderer wahrscheinlich viel dringender bräuchte.«

Sie sieht mich verwundert an.

»Wieso meinen Sie, dass jemand anderer es dringender bräuchte als Sie?«

»Ich hab Familie, ich hab einen Freund und einen Superjob. Was mach ich also hier?«

»Aber der Hausarzt, der Krisendienst und der Psychiater waren alle dafür, dass Sie sofort eingewiesen werden.«

»Ja, komisch. Ich konnte nicht mehr aufhören zu wei-

nen, und ich wusste nicht mehr weiter, aber das ist doch kein Grund für eine Einweisung.«

»Nein?«

»Nein, natürlich nicht. Das ist ganz normal.«

Wir überqueren die Zufahrt. Sandra schweigt einen Moment.

»Was genau ist denn normal?«, fragt sie dann.

»Na ja, dass man tot sein will.«

Sie sieht mich stirnrunzelnd an.

»Dass ich tot sein will, ist doch nicht das Problem. Das Problem war, dass ich mit dem Gedanken im Kopf mein Leben einfach nicht mehr auf die Reihe gekriegt habe. Aber wenn ich mich ein paar Wochen ausruhe, geht's bestimmt wieder. Dafür muss ich ja nicht unbedingt hier sein. Das Ganze war nur eine vorübergehende Schwäche.«

»Glauben Sie das wirklich?«

»Klar, so war's doch immer. Dumm komme ich mir jetzt vor allem deshalb vor, weil ich wegen nichts und wieder nichts so einen Aufstand gemacht habe. Ich meine, eigentlich will doch jeder lieber tot sein.«

»Nein«, sagt Sandra vorsichtig. »Das stimmt nicht.«

»Okay, die meisten Leute sind natürlich nicht selbstmordgefährdet. Nicht *akut* selbstmordgefährdet. Sie laufen nicht den ganzen Tag mit konkreten Plänen im Kopf herum, wie sie Schluss machen können. Sie reden auch nicht ohne Weiteres mit anderen darüber, aber tief drinnen, ganz tief drinnen will doch eigentlich jeder lieber tot sein.«

»Das denken Sie allen Ernstes?«

»Ja«, antworte ich irritiert. »Ich will das doch auch schon mein ganzes Leben lang. Das ist nicht immer ein aktiver Plan und auch kein richtig konkreter Gedanke, aber es ist so ein Gefühl, das im Hintergrund immer mitschwingt. Haben Sie das denn nie?«

»Nein.«

Als sie meinen Blick sieht, schüttelt sie den Kopf. »Wirklich nicht. In der Psychiatrie sind viele selbstmordgefährdet oder haben einen Selbstmordversuch hinter sich, aber das kommt von der Depression. Es ist ein Krankheitssymptom. Eine Freundin von mir hatte das auch mal, und als es ihr wieder besser ging, war sie heilfroh, dass sie's überlebt hatte. Die meisten können sich später gar nicht mehr vorstellen, so tief im Keller gewesen zu sein, dass sie Schluss machen wollten. Tot sein zu wollen gehört normalerweise nicht zum Leben.«

Wir passieren die Treppe zum Klinikeingang und treten unter der Fußgängerbrücke in den Schatten. Der Kies knirscht unter meinen Füßen, und meine Gedanken wirbeln durcheinander.

Ich versuche zu begreifen, was Sandra gesagt hat, aber es gelingt mir nicht. Ich kann verstehen, dass ich hier bin, weil ich einen aktiven Todeswunsch bekundet habe, und ich verstehe zur Not auch, dass andere darin ein Problem sehen. Aber wenn ein aktiver Todeswunsch wieder zu einem passiven schrumpft, dann ist das Problem doch gelöst, oder? Wie können Gedanken, mit denen ich schon mein Leben lang herumlaufe, ein Problem sein? Ein passiver Todeswunsch bedeutet doch, dass es mir im Moment wieder gut geht?

Als wir wieder ins helle Licht treten, bleibt es in meinem Kopf dunkel. Ich stehe vor einer uneinnehmbaren Festung. Vor einem Turm, der oben in den Wolken verschwindet und einen massiven bleischweren Schatten auf mich wirft.

»Vielleicht ist es anderen nur nicht bewusst?«

»Nein.« Sandra holt ihren Schlüsselbund hervor. »Wirklich nicht.«

Bevor sie die Tür aufschließt, sieht sie mich ernst an. »Tot sein zu wollen – ob aktiv oder passiv oder wie immer Sie's nennen wollen – ist nicht normal. Es ist ein Zeichen dafür, dass man Hilfe braucht. Deswegen würde ich mir an Ihrer Stelle nicht den Kopf darüber zerbrechen, dass Sie hier ein

Bett belegen, das ein anderer besser gebrauchen könnte. Ich glaube, es ist gut, dass Sie hier sind. Wirklich.«

Die Tür wird wieder abgeschlossen, und Sandra lächelt mir zum Abschied zu. Ich bleibe verwirrt zurück.

Auf dem Weg ins Wohnzimmer bleibe ich im Freizeitraum stehen. Es ist eine Art Viehmarkthalle mit einem Pingpong Tisch, einem deplatziert wirkenden Kühlschrank, einem Billardtisch und einem kleinen Tisch neben einem Schrank, der von oben bis unten mit Puzzlespielen vollgestopft ist. Jemand betritt den Raum von der anderen Seite, und ich gehe schnell weiter. Als ich wieder an meinem Platz am Ende des Esstischs sitze, lässt sich ein älterer Mann mit zerzausten grauen Haaren und einer kaputten Brille zwei Stühle weiter nieder. Er starrt vor sich hin, murmelt irgendetwas und grinst dann. Ich starre ebenfalls vor mich hin, ziehe den Teebeutel durch meinen Tee und wünsche mir, mein Herz würde aufhören zu schlagen.

»Hab ich Sie nicht eben bei den Puzzles gesehen?«

Ich erstarre. Vor mir steht eine mollige Frau mit langen blonden Haaren und mustert mich mit einem leichten Stirnrunzeln. Schnell senke ich den Blick: Jacqueline, Pflegekraft.

»Nein«, sage ich schnell. »Vielleicht. Wieso?«

»Sie können gern ein Puzzle legen, wenn Sie Lust haben. Wollen wir mal schauen?«

Widerstrebend folge ich ihr. Vielleicht will ich ja wirklich puzzeln. Aber das soll niemand wissen. Wissen ist Macht.

»Wär das was?« Jacqueline zieht ein Tausend-Teile-Puzzle aus dem Schrank und hält es hoch.

Angewidert betrachte ich das Monster. Unten fünfhundert Teile Grün, darüber fünfhundert Teile Blau und in der Mitte zehn Teile Burg.

»Nein danke«, sage ich leise. »Ist nicht so mein Ding, das viele Blau.«

Ein Rennwagen, eine Mühle und ein Bergbauernhof ziehen

an mir vorüber, und ehe ich mich's versehe, stehe ich selbst vor dem Schrank, und mein Finger fährt über altbackene Landschaftsbilder und frustrierende klassische Gemälde. Im untersten Fach hält er inne. Mein Herz macht einen Satz. Mühsam zerre ich die große Schachtel unter den anderen hervor.

»Das?«, fragt Jacqueline.

Ich nicke. Wie hoch ist die Wahrscheinlichkeit, dass ein Puzzle mit einem Pferd, das einen Sprung der Hohen Schule vollführt, in der Psychiatrie landet? Und wie hoch ist die Wahrscheinlichkeit, dass dort auch eine Patientin landet, die schon seit Ewigkeiten davon träumt, ihren Shetlandponys diesen Sprung beizubringen?

»Wo wollen Sie's machen?«

Der Freizeitraum ist groß und kühl. Ich schaue zu meinem Stuhl im Wohnzimmer hinüber.

»Geht's da drüben?«

»Natürlich«, antwortet sie, und schon sitze ich wieder an meinem Platz, aber jetzt mit einer Puzzleschachtel in den Händen. Der zerzauste Mann schlendert hinter mir vorbei und setzt sich dann wieder zwei Stühle weiter hin.

»Ich glaub, Sie haben einen Fan«, sagt Jacqueline augenzwinkernd. »Aber keine Sorge, Johan ist nicht sehr gesprächig, stimmt's, Johan?«

Johan grinst und schaut dann betreten weg.

»Ich auch nicht«, nuschle ich. Ich rühre in den Puzzleteilen, dann sinkt meine Hand herab. Ich kann nicht mehr. Ich bin ein Wrack.

»Soll ich Ihnen helfen?«

Und so geht mein erster Nachmittag Teilchen für Teilchen vorüber. Johan steht alle zwei Minuten auf, dreht eine Runde durch die Station und setzt sich dann wieder. Ab und zu hilft mir jemand vom Personal bei der Suche nach Randstücken. Und ich puzzle.

Fernsehen kann ich schon lange nicht mehr, ich kriege

nichts mehr mit. Gesprächen zwischen mehr als zwei Personen kann ich nicht mehr folgen, und aufs Lesen kann ich mich auch nicht mehr konzentrieren. Wenn ich im Verlag ein Manuskript vor mir hatte, kämpften meine Augen wie Löwen darum, entwischen zu können, und die Sätze zerfielen auf dem Papier in einzelne Wörter.

Das letzte Aufflackern meines Lesevermögens galt Ester Verhoefs Buch *Illustrierte Hühner-Enzyklopädie*. Jeder der kurzen Texte war mit einer Abbildung versehen, und da ich von Hühnern keine Ahnung habe, merkte ich auch nicht, wie die Bezugssysteme in meinem Gehirn zusehends verfielen. Ich verordnete mir jeden Tag zehn Zeilen Hühnertext, bis ich irgendwann auch die nicht mehr schaffte. Ich hatte nicht einmal mehr die Kraft umzublättern. In dem Moment wurde mir klar, dass es aus war. Dass ich kaputt war. Am Ende.

Es war kurz vor meiner Einweisung.

Jetzt lege ich ein Puzzle, und ich klammere mich mit aller Macht daran fest.

Erst als der Essenswagen in den Freizeitraum gerollt wird, schaue ich wieder auf. Ich strecke mich vorsichtig. Da schlägt die Panik zu.

Während die ersten Patienten mit ihren Tablett an den Tisch kommen, bleibe ich wie angenagelt sitzen. Wohin mit dem Puzzle? Es ist noch längst nicht fertig! Wie konnte ich nur so egoistisch sein, den ganzen Tag über den Esstisch zu belegen? Was soll ich tun?

Zu meinem Entsetzen nehmen einige schon am anderen Tischende Platz und sehen befremdet zu mir her. Als dann auch noch Sandra und Jacqueline hereinkommen, ist der Albtraum komplett. Die Angst schnürt mir die Kehle zu, und ich stottere eine Entschuldigung.

Jacqueline wirft einen Blick auf den Tisch und sagt: »Kein Problem, dann essen wir einfach drüben.«

Und alle trotten hinter ihr her ins andere Wohnzimmer.

»Aber was mach ich mit dem Puzzle?«, frage ich.

»Lass es einfach liegen«, antwortet Sandra. »Ich seh nachher mal nach, ob wir irgendein Brett haben, auf das wir's schieben können, dann stört es niemanden mehr. Kommen Sie?«

Fassungslos stolpere ich hinter ihr her.

Beim Essen unterhalten sich die Pflegekräfte über Urlaubspläne, die Patienten machen lange Zähne, und ich kriege keinen Bissen hinunter. Angespannt lasse ich den Blick zwischen Sandra und Jacqueline hin und her wandern und versuche, ihre Gefühle zu ergründen, ihre Gedanken zu lesen, abzuschätzen, was gleich passieren wird, und mir meine Angst nicht anmerken zu lassen. Ich warte auf Vorwürfe, giftige Bemerkungen und schließlich ein Donnerwetter. Es ist die Stille vor dem Sturm, und je länger sie dauert, desto schlimmer wird es werden.

Als zwanzig Minuten später die letzten Puddingschälchen ausgekratzt sind und alle vom Tisch aufstehen, ist immer noch nichts passiert. Ich kann gerade noch mein Tablett zum Essenswagen bringen, dann merke ich, dass ich kurz davor bin zusammenzubrechen – aber wo darf man das überhaupt?

Die Patientenzimmer sind nur zum Schlafen da, tagsüber darf man sich nicht darin aufhalten, die Regeln hämmern auf mich ein, und so bleibt nur noch ein Ort übrig. Ich wanke in den Freizeitraum und halte mich am Kühlschrank fest, dann sinke ich zusammen und breche verzweifelt in Tränen aus. Sandra kommt und fragt erschrocken, was los sei, aber ich kann es nicht erklären.

Ich weiß nur, dass etwas in mir kaputt ist, und dass ich nur noch weinen kann.

Aber ich habe nicht gegen die Regeln verstoßen.



Myrthe van der Meer

Tiefdruckgebiet

Wie ich meine Depression in den Griff bekam

DEUTSCHE ERSTAUSGABE

Taschenbuch, Broschur, 384 Seiten, 11,8 x 18,7 cm
ISBN: 978-3-453-60323-3

Heyne

Erscheinungstermin: Februar 2015

Für die Leser von Heide Fuhljahn (Kalt erwischt) und Sarah Kuttner (Mängelexemplar)

Myrthe führt ein perfektes Leben: Sie ist jung, gut aussehend, liebt ihren Job und führt eine glückliche Beziehung. Dass sie fast täglich an den Tod denkt, tut sie als unbedeutende Marotte ab – bis zu dem Tag, an dem alles über ihr zusammenbricht und sie sich in der geschlossenen Abteilung einer psychiatrischen Klinik wiederfindet. Frei von Pathos und doch bewegend und mit überraschend viel Humor holt Myrthe van der Meer das Thema Depression aus der Tabuzone: Sie beschreibt, wie sie sich allmählich in der Welt der Therapeuten, Pillen und Mitpatienten zurechtfindet, was sie in der Klinik über sich selbst erfährt und wie sie nach fünf Monaten hinter fast immer verschlossenen Türen den Schritt zurück ins Leben wagt ... Ein mitreißendes, ehrliches und aufklärendes Buch zu einer Krankheit, über die noch immer viel zu oft geschwiegen wird.