

Blumenkohl mit Nachschlag

von

Michael Wendel

LEANDER

Jena 2015

Inhaltsverzeichnis

Prolog	1
Einleitung	3
Im Dschungel des deutschen Gesundheitswesens	9
Die Reise nach Jerusalem	19
Reha oder Kur?	31
Die Wunder von Bad Liebenstein	41
Eine Alternative?	63
Der Golden Retriever	67
Kurban	83
Der Kopf des Telesphoros	99
„Hilfe! Die Russen kommen“	111
Wir „45er“	115
Das hölzerne Spielzeughämmerchen	125
Dösen, Hochweitzschen	137

Adorf – Milch mit Haut	145
Deutscher Käse	163
Zwischen Timbuktu und Hohenstein Ernstthal	179
Ein klein wenig Rokoko	187
Ein überraschender Telefonanruf	217
Gisa, Ute, Egon und ich. Der letzte Sommer unserer Kindheit	221
Blue Velvet	231
Das Leben geht weiter	237

*Es gibt nur zwei Möglichkeiten: Entweder
stehst du selbst auf festen Füßen, oder du
musst dich stützen lassen*

(Marc Aurel, Selbstbetrachtungen VII. 12, S. 88)

Prolog

... Und wenn du dreitausend Jahre leben dürftest oder dreißigtausend, darüber mußt du dir doch im klaren sein, daß niemand ein anderes Leben verliert als das, was er lebt und daß er kein anderes lebt als das, was er hingeben muß; so lang oder so kurz es ist, es kommt auf dasselbe hinaus. Denn das Gegenwärtige ist für alle an Dauer gleich, das Verlorene nicht mehr unser eigen, und die Einbuße erweist sich – so gesehen – als geringfügig. Denn weder die Vergangenheit noch die Zukunft kann man verlieren. Wie könnte man auch einem etwas rauben, was er gar nicht besitzt? An die folgenden zwei Wahrheiten muß man also immer denken: erstens, daß sich alles seit Ewigkeiten in einem regelmäßigen Kreislauf immer in derselben Weise abwickelt und es demnach nichts zu bedeuten hat, ob einer dieselben Eindrücke in hundert oder in zweihundert Jahren oder in einer unbegrenzt langen Zeit empfangen wird; zweitens, daß der Hochbetagte das gleiche verliert wie einer, dem ein früher Tod bestimmt ist. Denn nur die Gegenwart wird ihm entrissen werden, da ihm ja die allein gehört und niemand mehr verlieren kann, als was er besitzt....

Marc Aurel, Selbstbetrachtungen II, 14 (Herausgegeben und übersetzt von Arno Mauersberger) Dieterich, Bd. 50, S. 18, Leipzig, ohne Jahr. (Alte Rechtschreibung, M. W.)

2011 erschien im Leander Verlag, Jena, das Büchlein „Blumenkohl mit Schlag“, in dem ich versucht habe, eine schwere Hirnblutung und die Anschlussheilbehandlung in einer Rehaklinik belletristisch zu verarbeiten. Bei einer Lesung im Krankenhaus der westsächsischen Stadt Borna sprach mich ein junger Mann im Rollstuhl an, der die Rehabilitation nach einem Schlaganfall in der gleichen Klinik wie ich gerade absolviert hatte. Das Buch gefiele ihm sehr gut und sei in der bewussten Einrichtung in aller Munde gewesen. Nicht nur ihn störe jedoch das offene Ende, das alle Möglichkeiten für ein befriedigendes „Weiterleben“ nach dem Schlaganfall offenließe. Es sei deshalb im Interesse von Lesern mit ähnlichen Problemen bei der Wiedereingliederung in das gesellschaftliche Leben wünschenswert, einen „Nachschlag“ anzuschließen, in dem meine Befindlichkeiten und Heilungsfortschritte bei der Resozialisierung ins private und gesellschaftliche Leben nach Krankenhaus, Reha, und Tagesklinik thematisiert werden.

Einleitung

Das offene Ende des „Blumenkohlbuches“ entsprach meinem damaligen Wissensstand zum Verlauf von Krankheit und Heilprozess sowie der natürlichen Unkenntnis der eigenen Zukunft. Zum Zeitpunkt seiner Abfassung hätte ich eine Menge dafür gegeben, auch nur einen einzigen wahrheitsgemäßen Satz über den Ausgang meiner Krankheitsgeschichte und das Gelingen oder Scheitern der Resozialisierung erfahren und schreiben zu können. Seit der Hirnblutung sind sechseinhalb Jahre vergangen und ich musste feststellen, dass die Heilungsphase während der Resozialisierung psychisch die weitaus gefährlichste und schwierigste ist. Die Krankheit hält mich noch immer in ihren Klauen fest gefangen und versucht ständig, mich zu überwältigen. Tag um Tag, Jahr um Jahr muss ich mich gegen die eigenen Hirndefizite, die Konzentrationschwächen bei Ablenkungen, beziehungsweise geteilter Aufmerksamkeit stemmen. Das schränkt nicht nur meine Multitaskingfähigkeit stark ein, sondern lässt sie nahezu gegen Null tendieren. Die tiefen Depressionen, der Restneglect, und die schweren Mobilitätsdefizite mit den verfluchten Stürzen markieren die absoluten Tiefen der Achterbahnfahrt meines Gesundheitszustandes und Gefühlslebens. Die ständig wiederkehrende Hoffnung auf Besserung macht Mut, obwohl ich genau weiß, sie ist trügerisch. Es gibt kein isoliertes, unabhängiges Krankheitsbild. Alles hängt wie bei einem Puzzle zusammen und voneinander ab. Hinter jeder einzelnen Beschwerde versteckt sich oft schon der nächste freie Fall in tiefste

Hoffnungslosigkeit. Auf und ab! Immer hoch und runter. Gar zu gern würde ich das verborgene Prinzip, das all dem zu Grunde liegt erkennen, nur, entweder gibt es keines oder ich kann es nicht sehen, da es außerhalb meines Bewusstseins existiert. Gegen dieses Ungeheuer, das manchmal mit mir zu spielen scheint, bin ich weitestgehend machtlos, denn das bin ich selbst, mein Hirn, das tagtäglich auch meine Beziehung zu der wunderbar hilfsbereiten und dabei äußerst geduldigen Lisa gefährdet. Geht es mir mal besser, jagt ein nächstes Tiefdruckgebiet aus Nordwest heran und lässt jeden einzelnen Muskel schmerzen. Sagt jemand ein „falsches“ Wort, beginnt die gerade abgeschüttelte Depression von Neuem und lässt mich wieder tagelang leiden. Dann werde ich zänkisch und unduldsam. Um mich zu schützen, breche ich den Gefühls- und Sprachkontakt zu meiner Umwelt ab, obwohl ich ganz genau weiß, es ist der falsche Weg! So fliegen meine letzten Jahre unwiederbringlich dahin. Komme ich zu mir, erschrecken mich Länge und rasende Geschwindigkeit mit der die Zeit, meine Lebenszeit, vergeht! Einzig menschliche Zuneigung und Liebe helfen. Mein Gefühlsleben nähert sich immer mehr dem eines Kindes an, dass viel Liebe benötigt, jedoch außer seinen spontanen Gefühlen nichts zurückgeben kann. Dabei sind die bei mir zumeist verschüttet, ähnlich wie die Keller in den Ruinen meiner Kindheit. Aber es gibt in meinem Umfeld noch viele andere, mir wohl gesonnene und hilfsbereite Menschen, denen ich in diesen Jahren begegnen durfte, und von Herzen danke. Sie sind meine Zaubermedizin und nicht nur die vielen, vielen Kapseln, Tabletten, Pillen, Spritzen und, und, und... Alle gleich mir verzweifelten und verzweifelnden Schwestern und Brüder im Geiste ermuntere ich daher: „Besinnt euch auf euer Selbst, legt die durch Stress, Karriere, Schicksalsschläge, demütigende Niederlagen und Krankheiten verschüttete

Seele wieder frei und ihr werdet Trost entdecken. Blickt euch um, geht auf euch wohlwollende Menschen zu, öffnet euch für Erinnerungen und Gedanken an Kindheit und Jugend. Das wird helfen, weiterzuleben! Ich habe es nach langem, ängstlichen Zögern auf Anraten einer klugen Therapeutin getan. Auch wenn das Ergebnis nicht vorhersagbar war, es hat sich gelohnt! Während der Anschlussheilbehandlung und Reha im Herbst 2008 hatte sich meine eigene Stimmung der anderer Leidensgenossen in der Klinik schnell angepasst. Alles war grau in grau! Heute kann ich die Atmosphäre um mich herum wieder beeinflussen, wenn nicht gar mitbestimmen. Gebt selbst dem kleinsten, kaum sichtbaren Heilerfolg eine Chance auf einen Platz in eurer Seele und missachtet ihn weder aus Angst noch Ärger oder Unduldsamkeit. Wir werden, solange wir noch auf dieser Welt sind niemals aufhören können, gegen diese furchtbare Krankheit zu kämpfen. Dafür brauchen wir inneren Frieden und ein seelisches Gleichgewicht, mit denen wir auch anderen Kranken helfen können. Kein weinerliches Mitleid, aber Zuneigung, Lachen und Liebe umso mehr. So handelt das Buch natürlich einerseits von einer alles beherrschenden Krankheit und ihrem Heilungsprozess, der sich nur minimal in alltäglichen Dingen zeigt, aber meine Lebensführung bestimmt. Nicht vergessen will ich die Menschen um mich herum, die mir immer und immer wieder zu Mut und Courage verholfen haben, das Leben in dieser Form ertragen und meistern zu können.

Von der oftmals quälend anstrengenden und mühsamen Suche nach dem Selbst, und der Befreiung meiner im Geflecht eines Seidenfadens von Erinnerungen und Erfahrungen eines langen bewegten Lebens in einen schützenden Kokon eingesponnenen Seele handelt dieses Buch auch. Es ist also weder ein Geschichten-, noch ein Geschichtsbuch, erst recht

kein Tagebuch, Krankheits- oder Rehabilitationsreport, eher eine Hommage an mein menschliches Umfeld, an alle jene, die mich gestützt und geschützt haben.

Ein so tief einschneidendes, unumkehrbares Krankheits- und Heilerlebnis wie eine Hirnblutung verweigert sich der im Tone einer zerfließenden selbstgerechten Weinerlichkeit gestellten hochmütigen Frage: „*Warum ausgerechnet ich?*“ Diese Frage kann ich überall lesen und hören. Seine knappe, noch verbliebene Lebenszeit mit der Suche nach einer Antwort zu verbringen, die es weder gibt noch geben kann und mit einem Schicksal zu hadern, dem niemand zu entrinnen vermag, muss letztendlich in der Sackgasse von Depression und Selbsttäuschung enden. Wir werten außerdem nicht nur Leben und Leiden anderer Betroffener in hochmütiger und nahezu beleidigender Weise ab, sondern verstellen uns auch selbst den Weg zu echtem Mitgefühl, barmherziger liebevoller Zuwendung und Hilfe. Nur wer bereit und fähig ist, Liebe zu geben, bekommt sie wieder! Das klingt reichlich abgedroschen, ist aber wahr. Diese Grundgedanken wurden mir von zwei klugen Frauen, „meiner“ Psychotherapeutin, Frau Dipl. psych. *Kristina Nothofer* und der Neurologin, Dr. med. *Heike Schäcker* nahe gebracht. Aus ihnen ist mir eine starke Motivation zur Selbsterkenntnis und -hilfe erwachsen. Ich bedanke mich bei diesen beiden wunderbaren Frauen explizit mit diesem Buch und bin stolz, ihre Bekanntschaft gemacht zu haben.

In zahlreichen Lesungen konnte ich erfahren, wie viele Menschen mit ihrem Schicksal „Schlaganfall“ und einem schnelllebigen und oftmals lieblosen Umfeld nicht zurechtkommen und verzweifeln. Mir haben Humor, Lachen, Zuneigung und vor allem Liebe geholfen. Vielleicht hilft dieses Buch einigen Leidensgefährten, deren Angehörigen und Freunden

ein wenig aus ihrer Verzweiflung. Ich wünsche es ihnen von ganzem Herzen!

Dr. Michael Wendel
Böhlen, im Sommer 2015