

Ich bin gesund und krank zugleich (H.W.)

Ich ergreife meine Lebendigkeit wider alle Fremd-Diagnosen. Der Wunsch nach Heilung ist ein menschliches Grundbedürfnis. Das Lebendige in uns ist, das Abgespaltene zu integrieren. Mit Neuem zu füllen.

Die zerstörerische Kraft: Ich habe Angst zu schreiben; medizinische Berichte; meine Diagnosen und meine Akten. Festgelegt. Ich habe recherchiert allgemein, weg von mir, ablenken, stürze mich in Arbeit und schreibe Modelle. Ich bin weit von mir entfernt und vergesse immer wieder mein Thema. - Fühle in mir eine große Leere und packe mich zu. Erstickte in Terminen. Ich befinde mich in einer Sackgasse. Ich selbst bin gesund und krank zugleich.

Mein Thema. Ich brauche Raum und Zeit. - Streiche alle Termine. Lese Konrad, mir wird warm ums Herz. Meine Angst bekommt ein Gesicht, und ich danke Dir, K., für Deine Erkenntnisprozesse, Deine Begleitung, Verbundenheit und Solidarität. Ich besinne mich auf mein Selbst und fange mit meiner Biografie an. Welche Bedeutung haben Gesundheit und Krankheit in meinem Leben? Vom Wert der Gesundheit und vom Sinn der Krankheit. Die Bevorzugten des Lebens strotzen vor Gesundheit. In einem gesunden Körper steckt ein gesunder Geist. Wut und Zorn in mir. Was ist mit mir? Jetzt erst begreife ich - und in meinem Prozess erkenne ich die Störungen, die mich nicht heilen lassen. Reflektiere ich meinen Lebensweg, kann ich sagen, in den ersten Lebensjahren hatte ich nicht den Nährboden der Liebe durch den Menschen, aber durch die Natur. Es lernte und lehrte mich nicht die Magie und Verwandlung der Teilhabe am Leben, doch des Lebendigen. Der Mond, beständiger Begleiter und Spielgefährte und Beschützer. Ihm stellte ich Fragen, zwar ohne Antwort, doch er beruhigte mich. In ihm fand ich Halt und einen Freund. Er verwandelte sich, dick und rund, zeigte sich als Sichel, nahm zu und ab, versteckte sich hinter den Wolken und war immer für mich da und faszinierte mich.

Auch heute noch: Wachstum der Blumen, Bäume, Seifenblasen, Farben, Erde, Ruhe und fühle mich wohl, spüre den Regen auf meiner Haut, vernetzt mit meinen Tränen.

Konfrontation mit dem Tod. Verlust meiner Mutter. Mein Schmerz hatte keinen Raum. Trauerarbeit keine. Heiligabend unterm Weihnachtsbaum. Meine Mutter hielt sich am Baum fest, Atemnot. Sie röchelte und wurde von meinem Vater rausgetragen, und ich sah sie nie wieder. Wir, meine Geschwister und ich, fuhren noch in der gleichen Nacht nach Bürgel (EX-

DDR) zu Verwandten: Meine Mutter war im Himmel verwandelt als Stern. - Einzige Erklärung. Mein Stern war wieder Gesprächspartner; ein stiller Dialog, ohne Antwort. Ich liebte meinen Stern, doch meine Fragen blieben unbeantwortet. Traurigkeit und Schmerz erstarren in meiner Seele. Ich fange an, nicht mehr zu fragen. Ich bin allein, voller Schmerz und weiß nicht, mit meinen Gefühlen wohin. Verloren und einsam. Jeder Wunsch, die Auseinandersetzung mit den eigenen inneren Prozessen zu vermeiden oder durch illusionäre Harmonievorstellungen zu ersetzen, die sich entweder auf das jetzige Leben oder andere Dimensionen beziehen, nähren im Grunde Lebens-Energien, da in solchen Prozessen die verursachenden Energien nicht ernst genommen werden, sondern wegvisualisiert werden.

1990 - Nervös, gereizt, innere Unruhe, Schlaflosigkeit, Gewichtsverlust. Ich werde immer weniger. Renne 3 x in der Woche zur Therapie, möchte meine Lebensgeschichte aufarbeiten.

Bin bemüht, der Versuch der Auseinandersetzung. Ich erkläre alles mit meiner Psyche. Mein Leiden wird so stark. Die Störungsprozesse entwickeln sich zum Selbstläufer. Der Therapeut kann die Störfelder nicht eliminieren. Ich selbst kann nicht mehr erkennen. Die Angst trieb mich in die Hölle, ich bin vom Ganzen abgespalten, ich finde keinen Zugang zu mir selbst. Im kosmologischen Sinne, wie Energiepartikel in einem schwarzen Loch in Lichtjahre gerückt. Fühle mich als hochkomprimierte Materie, mir bleibt nichts anderes übrig, als darauf zu warten, dass ich wieder Licht bzw. Leben eingehaucht bekomme. 33 kg. Begegnung mit einem Freund, er ist Internist, bekomme noch am gleichen Tag einen Termin in der Ambulanz in Schwerte: Überfunktion der Schilddrüse. Fahre gar nicht mehr nach Hause, werde sofort operiert. Schilddrüsenkrebs. Alle Epithelzellen werden mir entfernt. Liege im Koma, meine 16-jährige Tochter hält mir die Hand, sie weint, und ich höre nur, ich brauche dich, lass mich nicht allein. Ich öffne nach drei Tagen meine Augen. Der Arzt schaut mich an und sagt zu mir, sagen Sie Amerika, ich bin ohne Stimme, verstimmt. Ich kann noch nicht einmal schreien. Ich fange an zu krampfen, erschüttert in meinem Todeskampf. Ich bin Sprachtherapeutin; ich habe keinen sprachlichen Ausdruck, ich kann keine Worte mehr artikulieren, ich falle tiefer und tiefer, meine Atmung wird unruhig. Wieder die Angst, die mir den Atem raubt. Gedanken kreisen, ich bin dem Wahnsinn nahe, die zerstörerische Kraft meiner Gedanken. Wie beim Roulette, nichts geht mehr, doch ich spüre die kleine warme Hand, schaue in die Augen meiner Tochter. Ihre Zuversicht, ihre Liebe zu mir, ich verstehe Dich auch ohne Worte. Ruhe Dich aus und bleibe so, wie Du bist. Du bist die beste Sprachtherapeutin, dann hilfst Du Dir jetzt selbst, dann brauchst Du kei-

ne Patienten mehr, und Du wirst spüren, wie anstrengend Du bist. Wenn es Dir wichtig ist, wirst Du es schaffen, ansonsten lebst Du ohne Sprache: Deine Glaubwürdigkeit kannst Du an Dir ausprobieren.

Die dunkle Materie verwandelt sich in Licht. Mein Spüribewusstsein löst meine blockierte Energie. Ich bin im Heilungsprozess. Der Weg ins Jetzt ist mit Steinen und großen Felsbrocken verstandenen Leids gepflastert. Befreiung aus dem Leid durch das Leid. Ich kenne nicht meinen Weg. Ich weiß nur, dass ich nicht stehen bleiben darf. Ich schaue aus dem Fenster. - Vollmond - der Mond erwärmt meine Seele, und ich fühle mich mit allem verbunden. Ich fühle mich wahrgenommen in diesem Augenblick, getragen und aufgehoben. Kraftlos - voller Kraft - lebensbejahend und doch so erschöpft. Ich höre auf zu denken, Trauer - Verlust meiner Schilddrüse, mein Schmetterling, meine Lebendigkeit, nicht mehr abfliegen können. Ich reduziere mein Sein und spüre die negative Umwandlung. Ich erstarre, geistig, als auch muskulös. Ich werde mit Medikamenten eingestellt, lebenslänglich. Jeden Morgen um vier Uhr, um den Tag starten zu können. Ekel, denn so will ich nicht leben, doch wenn ich keine Medikamente habe, bedeutet das meinen Tod. Meine Gedanken kreisen nur noch um die Medikamente. Ich brauche Vorräte, um mein Leben zu erhalten. Mir ist speiübel. Immer wieder die gleiche Frage, wie schaffe ich es, an die Medikamente zu kommen? Nächste Frage, für wie viele Tage reichen sie und wann läuft das Haltbarkeitsdatum ab?

Noch werde ich künstlich ernährt. Ich weiß noch nicht, dass ich nicht mehr schmecken und riechen kann. Ich freue mich auf das erste Essen. Ich werde nicht mehr satt. Ich kann essen, so viel ich will, und mein Hunger wird nicht mehr gestillt. Ich würze und bekomme keinen Geschmack. Nicky isst in der Gesamtschule. Ich finde das Leben nur noch geschmacklos. - Nicht mehr im Dialog - übersäuert vom Calcium; habe noch keine Lösung für meine Medikamente. - 3 x die Woche Infusionen - Blutabnahme 3 x wöchentlich. Mein Körper wird steifer, meine Gesichtszüge sind erstarrt und meine Lippen unbeweglich. Lautlos vegetiere ich dahin. Ich bin von all meinen Sinnen abgespalten und quäle mich; leide. Ich bewege mich im Teufelskreis und komme nicht mehr raus. Verliere meinen Job - und verliere mich. Keine Existenz - keine Freunde. Ich bin nicht mehr in Beziehung zu mir und wende mich von den Menschen ab. Ich brauche nur noch mich, ich kann nicht mehr lesen und schreiben. Musik tut mir weh, ich liege nur noch, nehme meine Arzttermine wahr. Ich bin vom Tod gezeichnet, bin resigniert, müde und lasse mich einfach treiben. Ich hasse mich, das Leben und fühle mich vom Leben gebeutelt. Ich habe für 180 Tage meine Medikamente. Fühle mich erleichtert und beruhigt. Ich denke, dass ich gut für mich gesorgt habe. Nächster Tag - UNI-Klinik Essen. Werde neu eingestellt. Meine Blutwerte sind nicht in Ordnung. OP

steht wieder an. Noch kein Verfallsdatum, 180 Tabletten für die Mülltonne.

Meine Sinnbedeutung, ein Kunstwerk - oder verstehe ich mich als „Scheißhaufen“. Mir ist kalt und es wird dunkel. Erstarrung. Ich bin in der Hölle, ich friere, zittere, schwere Lasten, die mich ermüden. Nur schwarz, schweißgebadet, Angst und Verzweiflung, einfach bewegungslos; ein Sog, der mich nach unten zieht. Qualen. - Ich stürze immer mehr in den Abgrund. - Bewusstlos. Hass. Mein Kopf dröhnt. Es hämmert auf mich und ins Bewusstsein ein. Ich fühle mich ausgeliefert. Ich kann nicht mehr. Bewusstlos. - Ich spüre nichts mehr und fließe in meinem Sein.

Energiequellen strömen durch meinen Körper. Licht und Weite strahlen unbegrenzt, blaues Licht (Heilung). Erstarrung hebt sich auf in Lebendigkeit. Verzweiflung verwandelt sich in Mut - dem Leben zugewandt. Wieder in Bewegung. Mir wird wohlig warm, ich gebe und empfangen. Ich fühle mich in meinem Körper zu Hause. Ich fühle mich leicht und beschwingt. Ich bejahe das Leben und erfreue mich dem blauen Licht entgegen. Mich schreckt nicht mehr die Dunkelheit. Ich brauche meinen Schmetterling nicht mehr, denn ich habe mich. Ich fühle mich gesund und krank zugleich.

(Heidi Waldstädt 2007)