

Hinweis der Autorin

Dieses Buch erzählt meine persönliche Geschichte – so, wie ich sie erlebt, erinnert und verarbeitet habe.

Zum Schutz aller Beteiligten wurden Namen, Orte und erkennbare Details verändert oder anonymisiert.

Die geschilderten Inhalte spiegeln meine subjektive Wahrnehmung traumatischer Erfahrungen wieder.

Dieses Buch erhebt keinen Anspruch auf juristische oder medizinische Bewertung der beschriebenen Ereignisse.

Vorwort

Dieses Buch zu schreiben hat mich mehr Kraft gekostet, als ich jemals erwartet hätte.

Viele Jahre lang habe ich versucht zu schweigen, zu funktionieren und alles mit mir selbst auszumachen. Immer wieder wollte ich diese Geschichte aufschreiben – und habe doch nach wenigen Sätzen wieder aufgegeben.

Heute weiß ich, dass manche Dinge Zeit brauchen.

Zeit, um verstanden zu werden.

Zeit, um Worte dafür zu finden.

Dieses Buch ist nicht nur eine Geschichte über einen Fehler während einer Operation.

Es ist eine Geschichte über Trauma, Verdrängung, Angst und Verlust – und darüber, wie schwer es sein kann, nach all dem wieder zurück ins Leben zu finden.

Vor allem aber ist dieses Buch auch ein Dankeschön.

An meinen Mann, der selbst in meinen dunkelsten Momenten geblieben ist, obwohl ich ihn oft weggestoßen habe.

An meine Eltern, die immer versucht haben, ihr Bestes zu geben und mich niemals absichtlich im Stich gelassen haben.

An meine Familie, die mich getragen hat, als ich selbst nicht mehr stehen konnte.

Und an alle Menschen, die mich auf meinem Weg begleitet und mir geholfen haben, wieder zu lernen zu leben.

Dieses Buch zu beenden bedeutet nicht, dass alles vergessen ist.

Aber vielleicht bedeutet es, dass ich endlich beginnen kann, Frieden damit zu schließen.

Ich war wach

Das erste, was ich hörte, war mein Herzschlag.

Nicht wirklich meinen Herzschlag.

Das rhythmische Piepen des Monitors. Gleichmäßig. Ruhig.

Ich wusste sofort, wo ich war.

OP.

Dann spürte ich den Tubus.

Für einen kurzen Moment dachte ich noch benommen:

Scheiße.

Du bist wach.

Aber direkt danach kam der nächste Gedanke:

Sie werden es gleich merken.

Ich versuchte, meine Hand zu bewegen.

Einen Finger. Irgendetwas.

Nichts.

Mein Körper reagierte nicht.

Ich wollte die Augen öffnen.

Den Kopf bewegen.

Irgendetwas tun, damit endlich jemand sieht, dass ich wach war.

Aber ich lag vollkommen still.

Sie lagerten mich um.

Ich kannte diese Position.

Zu oft selbst gesehen im OP.

Beine gespreizt.

Fixiert in den Halterungen wie bei einer gynäkologischen Untersuchung.

Dann die Kälte auf meiner Haut.

Das Desinfektionsmittel.

Ich spürte den Tupfer über meinem Bauch.

Über meinen Oberschenkeln.

Zwischen meinen Beinen.

Jeder einzelne Kontakt war deutlich.

Viel zu deutlich.

In meinem Kopf schrie alles:

Du bist wach.

Du bist verdammt nochmal wach.

Aber der Monitor piepte weiter ruhig, als wäre alles normal.

Ich spürte die Klemme.

Den Druck.

Wie der Tupfer in mich geschoben wurde.

Und noch immer bewegte sich nichts.

Nicht ein Finger.
Langsam wurde aus dem Gedanken Panik.
Ich hörte es zuerst am Monitor.
Das gleichmäßige Piepen wurde schneller.
Kürzere Abstände.
Schneller. Höher.
Mein Herz raste.
Vielleicht merken sie es jetzt, dachte ich.
Vielleicht sieht endlich jemand, dass etwas nicht stimmt.
Aber niemand sagte etwas.
Niemand bemerkte etwas.
Dann spürte ich, wie sie meine Beine weiter auseinanderschoben.
Der Blasenkatheter.
Ich kannte die Abläufe.
Wusste genau, was sie taten.
Vielleicht machte genau das alles noch schlimmer.
Ich wollte mich nur ein kleines Stück bewegen.
Nur zucken.
Nur irgendein Zeichen geben.
Aber mein Körper blieb reglos.
Und mit jeder Sekunde wurde die Angst größer.
Dann hörte ich die OP-Schwester rechts neben mir.
„Schau mal, wie tachykard die ist.
Die ist wach.“
Endlich.
Sie hat es gemerkt.
Für einen kurzen Moment durchströmte mich Erleichterung.
Jetzt würde jemand etwas tun.
Jetzt würden sie die Narkose vertiefen.
Jetzt wäre es vorbei.
Ich wartete darauf, dass alles dunkel wurde.
Dass endlich jemand reagierte.
„Die hat schon so viel.
Die wird nicht mehr wach.“
Ich hörte die Stimme des Anästhesisten hinter mir.
Ruhig.
Fast beiläufig.
Und in diesem Moment verstand ich.
Er dachte nicht, dass ich wach war.
Mein Herz raste so schnell, dass ich das Piepen kaum noch auseinanderhalten konnte.
Ich wartete trotzdem noch einen Augenblick.
Darauf, dass jemand etwas sagt.
Dass jemand widerspricht.
Dass endlich etwas passiert.

Aber niemand tat etwas.

Da wurde mir klar, was gerade geschah.

Die Operation würde beginnen.

Und ich würde alles mitbekommen.

Die Panik überrollte mich vollständig.

Innerlich schrie ich längst.

Ich versuchte alles.

Jeden Muskel.

Jede Kraft, die irgendwo noch in meinem Körper war.

Beweg deinen Finger.

Deine Hand.

Irgendetwas.

Nichts.

Ich war gefangen in meinem eigenen Körper.

Dann kam der Schmerz.

Stechend.

Hart.

Direkt durch meinen Bauchnabel.

Der erste Trokar.

Ich wusste sofort, was sie gerade taten.

Mein Körper wollte sich zusammenkrümmen.

Sich wegdrehen.

Aber ich konnte nicht einmal zucken.

Der Monitor raste weiter neben mir.

Und ich begriff, dass ich diesen Schmerz nicht nur spüren würde.

Ich würde alles spüren.

Dann wurde plötzlich alles schwarz.

Das Piepen verschwand.

Die Stimmen verschwanden.

Nicht, weil die Narkose endlich wirkte.

Mein Körper schaltete einfach ab.

Ich wurde ohnmächtig vor Schmerz.

Ich hörte wieder Stimmen.

Dann das Licht.

Den Monitor.

Das rhythmische Piepen war wieder da.

Und noch immer schrie in meinem Kopf alles:

Nein.

Ich bin wach.

Aber diesmal blieb ich nicht stumm.

Plötzlich konnte ich mich bewegen.

Erst meine Hände.

Dann meine Arme.

Und dann explodierte alles.

Ich schrie.

Schlug um mich.

Versuchte mich loszureißen.

Alles, was vorher nicht möglich gewesen war, brach mit voller Gewalt aus mir heraus.

Die Angst.

Die Panik.

Der Schmerz.

Jemand hielt meine Arme fest.

Stimmen redeten durcheinander.

Aber ich hörte kaum noch etwas.

Mein Körper kämpfte, als hätte er erst jetzt verstanden, was passiert war.

Die Operation war vorbei.

Ich konnte mich wieder bewegen.

Mein Körper gehorchte mir plötzlich wieder, als wäre nichts gewesen.

„Gebt ihr was“, hörte ich jemanden sagen.

Dann wurde wieder alles dunkel.

Als ich später im Aufwachraum die Augen öffnete, war alles verschwommen.

Licht.

Vorhänge.

Gedämpfte Stimmen.

Das Piepen von Monitoren irgendwo neben mir.

Ich fühlte mich benommen. Schwer.

Für einen Moment lag ich einfach nur da und versuchte zu verstehen, was passiert war.

War das wirklich passiert?

Oder hatte ich geträumt?

Vielleicht war es nur ein wirrer Narkosetraum gewesen.

Etwas zwischen Schlaf und Aufwachen.

Ich klammerte mich an diesen Gedanken, weil alles andere zu grausam gewesen wäre.

Aber tief in mir wusste ich bereits die Wahrheit.

Ich hatte jedes einzelne Detail gespürt.

Kaum hatte ich die Augen geöffnet, stand der Chefarzt der Anästhesie an meinem Bett.

Nicht irgendeine Pflegekraft.

Nicht die Aufwachraumswester.

Der Chefarzt persönlich.

In diesem Moment wusste ich, dass das, was im OP passiert war, real gewesen war.

Ich sah ihn an und bemerkte sofort seinen angespannten Gesichtsausdruck.
Er wirkte nicht ruhig.
Nicht souverän.
Eher so, als würde er auf etwas warten.
„Was haben Sie mitbekommen?“, fragte er mich.
Nicht:
Wie geht es Ihnen?
Nicht:
Haben Sie Schmerzen?
Sondern nur:
„Was haben Sie mitbekommen?“
In diesem Moment verschwand auch der letzte Zweifel.
Es war real gewesen
Ich erzählte ihm alles.
Dass ich bereits beim intubieren wach geworden war.
Dass ich alles gespürt hatte.
Das Lagern.
Das Desinfizieren.
Den Beginn der Operation.
Meine Stimme klang fremd in meinen eigenen Ohren.
„Warum hat niemand gemerkt, dass ich wach bin?“, fragte ich.
In diesem Moment war etwas in mir zerbrochen.
Ich war Krankenschwester.
Ich hatte der Medizin immer vertraut. Blind.
Ich hatte geglaubt, dass so etwas nicht passieren kann.
Nicht heute.
Nicht in einem modernen OP.
Nicht unter Menschen, die dafür verantwortlich sind, einen zu schützen.
„Wie konnte das passieren?“
Ich sah ihn an.
„Warum haben sie es nicht gemerkt?“
Und dann hörte ich mich den Satz sagen, der die ganze Zeit in meinem Kopf gewesen war:
„Die OP-Schwester hat ihm doch gesagt, dass ich wach bin.“
Der Mann an meinem Bett war nicht der Arzt gewesen, der mich narkotisiert hatte.
Es war der Chefarzt der Anästhesie.
Er war gekommen, weil er gehört hatte, was passiert war.
Und weil ich Privatpatientin war.
Ironischerweise hatte ich ihn vorher ausdrücklich abgelehnt.
Ich wollte den Oberarzt.
Den Arzt, den ich bereits von der Geburt meines Sohnes kannte.
Damals hatte er den Notkaiserschnitt begleitet.

In einer der schlimmsten Situationen meines Lebens war er ruhig gewesen.
Sicher. Kompetent.

Ich hatte ihm vertraut.

Deshalb hatte ich mich erneut für ihn entschieden.

Noch lange später fraß mich ein Gedanke von innen auf:

Ich hatte mir den Menschen, der mir das angetan hatte, selbst ausgesucht.

Ich fragte mich, ob Gott mich bestrafen wollte.

Er hatte bei der Geburt meines zweiten Kindes geholfen.

Meinem letzten Kind.

Und jetzt hatte ich entschieden, keine Kinder mehr zu bekommen.

Eine Sterilisation.

Ein Routineeingriff.

Nichts, wovor man Angst haben müsste.

Nicht bei einem Arzt, dem ich vertraut hatte.

Die meisten Menschen haben Angst vor Operationen, weil sie Angst haben,
nicht mehr aufzuwachen.

Und ich?

Ich wollte plötzlich nur noch weg sein.

Der Chefarzt sah mich an.

Ob mit Mitgefühl oder Schuld, konnte ich nicht sagen.

Vielleicht war es beides.

Dann sagte er:

„Ich war nachschauen. Der Perfusor für das Narkosemittel war falsch
eingestellt.“

Er sprach ruhig. Sachlich.

Fast so, als würde er einen gewöhnlichen Behandlungsfehler erklären.

„Statt auf fünf Milligramm pro Kilogramm Körpergewicht lief er auf fünf
Milliliter pro Stunde.“

Ich starrte ihn an.

Für einen Moment verstand ich die Worte nicht.

Dann traf mich die Bedeutung mit voller Wucht.

Nicht wegen eines seltenen medizinischen Ausnahmefalls.

Nicht wegen einer unvorhersehbaren Komplikation.

Jemand hatte einfach den Perfusor falsch eingestellt.

Und ich hatte alles gespürt.

Der erste Gedanke, der mir durch den Kopf schoss, war nicht einmal der
Fehler selbst.

Sondern etwas anderes.

Warum gibt er das einfach zu?

Ich war Krankenschwester.

Ich wusste, wie selten es war, dass Ärzte einen Fehler sofort offen
aussprachen.

Zu oft wurde erst erklärt. Relativiert. Beschwichtigt.

Doch hier stand der Chefarzt der Anästhesie vor mir und erklärte sachlich, was passiert war.

Keine Ausreden.

Keine Diskussion.

Nur Fakten.

Der Perfusor war falsch eingestellt gewesen.

Und obwohl ich seine Worte hörte, fühlte sich alles unwirklich an.

Als würde ich neben mir stehen und beobachten, wie jemand anderes diese Nachricht bekam.

Ich konnte darauf nichts antworten.

Was hätte ich auch sagen sollen?

Meine Gedanken fühlten sich schwer an. Langsam.

Als würde mein Kopf nicht schnell genug hinterherkommen.

Das hier war nicht wie normales Aufwachen aus einer Narkose.

Nicht dieses benommene, schläfrige Zurückkommen.

Etwas in mir war völlig außer Kontrolle geraten.

Vielleicht sah er mir an, wie verwirrt ich war.

Oder vielleicht konnte er meine Gedanken lesen.

„Wir haben Ihnen sehr viel Beruhigungsmittel gegeben“, sagte er.

Kurz schwieg er.

„Sonst hätten wir Sie nicht aus dem OP bekommen.“

Für einen Moment stellte ich mir vor, wie ich dort gelegen hatte.

Schreiend.

Um mich schlagend.

Völlig außer Kontrolle.

„Deshalb müssen wir Sie noch etwas länger hierbehalten.“

Dann sah er mich kurz an.

„Ich komme später wieder zu Ihnen.“

Und plötzlich war ich allein.

Allein mit dem, was passiert war.

Ich lag im Aufwachraum und versuchte noch immer zu begreifen, was passiert war.

Was er gesagt hatte.

Der falsch eingestellte Perfusor.

Die Operation.

Die Schmerzen.

Alles fühlte sich gleichzeitig vollkommen real und völlig unwirklich an.

Dann kam der Pfleger zu mir.

Schon bevor er etwas sagte, sah ich es in seinem Gesicht.

Pures Mitleid.

Er vermied meinen Blick.

Als könnte er mir nicht in die Augen sehen.

Er sprach nur kurz mit mir.

Knapp. Sachlich.

Fast so, als hätte er Angst, etwas Falsches zu sagen.

Und genau das machte alles noch realer.

Sie mussten mir tatsächlich eine große Menge Beruhigungsmittel gegeben haben.

Denn ich war ruhig.

Viel zu ruhig für das, was gerade passiert war.

Keine Panik.

Keine Tränen.

Nichts.

Ich lag einfach da und starrte auf die Uhr.

11 Uhr.

Um halb acht war ich in den OP gebracht worden.

Eigentlich hätte ich längst wieder auf meinem Zimmer sein müssen.

Mein Mann wartete dort auf mich.

Bestimmt machte er sich Sorgen, warum ich noch nicht zurück war.

Dieser Gedanke fühlte sich plötzlich seltsam weit weg an.

Als würde mein Gehirn alles nur gedämpft wahrnehmen.

Ich wusste, dass etwas Schreckliches passiert war.

Aber meine Gefühle erreichten mich noch nicht.

Um halb zwölf kamen zwei Schwestern von der Station, um mich abzuholen.

Normalerweise läuft so eine Übergabe routiniert ab.

Was wurde operiert.

Wann gab es das letzte Schmerzmittel.

Sind die Vitalzeichen stabil.

Mehr meistens nicht.

Doch diesmal sprach der Pfleger leise mit ihnen.

Zu leise, als dass ich alles verstehen konnte.

Aber ich sah ihre Gesichter.

Das Entsetzen.

Die Unsicherheit.

Beide wirkten genauso überfordert wie er.

Als könnten sie selbst kaum glauben, was passiert war.

Und genau das machte mir Angst.

So etwas war noch nie passiert.

Nicht mir.

Nicht meiner Mutter, die seit über dreißig Jahren als Krankenschwester arbeitete.

Und auch ich hatte zuvor in drei verschiedenen Krankenhäusern gearbeitet.

Ich hatte vieles gesehen.

Aber davon hatte ich noch nie gehört.

Ich hätte meine Hand dafür ins Feuer gelegt, dass so etwas in der modernen Medizin nicht mehr passieren kann.

Bis zu diesem Tag.

Sie brachten mich zurück auf Station.

Niemand sagte etwas.

Auch sie vermieden es, mich anzusehen.

Als der Aufzug sich öffnete, sah ich meinen Mann.

Blass. Besorgt.

Natürlich machte er sich Sorgen.

Alles hatte viel länger gedauert, als es sollte.

Sofort kam er zu mir.

„Ist alles in Ordnung?“

„Warum hat das so lange gedauert?“

Und plötzlich brach alles aus mir heraus.

Die Tränen liefen sofort.

Unkontrolliert.

Aber ich konnte nichts sagen.

Kein Wort.

Sie schoben mich einfach weiter in mein Zimmer.

„Wenn Sie etwas brauchen, klingeln Sie.“

Mehr sagte niemand.

Dann gingen sie.

Ohne mich anzusehen.

Mein Mann verstand nicht, was los war.

Und ich konnte kaum sprechen.

Er setzte sich zu mir aufs Bett und versuchte mich zu beruhigen.

Immer wieder strich er mir über den Arm, während ich einfach nur weinte.

Irgendwann hörte ich mich selbst sagen:

„Ich habe alles mitbekommen.“

Meine Stimme klang fremd.

„Die Narkose wurde falsch gemacht.

Ich war wach.“

Entsetzt sah er mich an.

Aber ich merkte sofort, dass er das Ausmaß meiner Worte noch gar nicht begriff.

Wie auch?

Menschen haben Angst davor, bei einer Operation nicht mehr aufzuwachen.

Nicht davor, wach zu werden.

„Bitte ruf meine Mutter an“, sagte ich.

Meine Eltern warteten sicher längst auf die Nachricht, dass alles gut verlaufen war.

Wie bei den anderen Operationen zuvor.

Es war meine siebte Operation.

Routine.

Nichts Besonderes.

Mein Mann nahm das Telefon.

Seine Stimme wurde plötzlich ernst.

„Sie hat alles mitbekommen“, sagte er.

Kurze Stille.

„Sie war wach.

Der Perfusor war falsch eingestellt.“

Ich hörte, wie meine Mutter am anderen Ende verstummte.

Dann, nach einigen Sekunden:

„Das ist jetzt nicht dein Ernst“

Noch eine Pause.

„Wir kommen.“

Es klopfte an der Tür.

Der Chefarzt, der mich bereits im Aufwachraum aufgesucht hatte, trat in mein Zimmer.

Mein Mann fragte ihn sofort, was passiert sei.

Wieder erklärte er ruhig den Fehler.

Der Perfusor für das Narkosemittel sei falsch eingestellt gewesen.

Sachlich. Kontrolliert.

Fast klinisch.

Dann sah er mich an.

„Wenn Sie möchten, kann ich Ihnen ein Psychopharmakon aufschreiben.“

Was?

Ein Psychopharmakon?

Nein.

Das war nicht das, was ich wollte.

Ich wollte verstehen.

Verstehen, wie so etwas passieren konnte.

Denn noch immer passte das alles nicht mit dem zusammen, woran ich seit Jahren geglaubt hatte.

Mit dem Bild von Sicherheit. Kontrolle. Moderner Medizin.

Ich sah ihn an.

„Ich möchte das Narkoseprotokoll sehen.“

Vielleicht würde dieses Blatt Papier Antworten geben.

Vielleicht würde ich dann begreifen, wie das alles hatte passieren können.

Für einen kurzen Moment erstarrte sein Gesicht.

Er sagte nichts.

Dann drehte er sich um.

„Okay“, sagte er schließlich.

Und verließ das Zimmer.

Die Operationsunterlagen werden normalerweise direkt nach der OP mit auf Station gebracht.

Es hätte höchstens fünf Minuten dauern dürfen.

Doch der Chefarzt kam nicht zurück.

Niemand kam.

Dieses Gefühl von Leere breitete sich wieder in mir aus.

Ich konnte nicht einmal mit meinem Mann sprechen.

Er saß einfach nur an meinem Bett und hielt meine Hand.

Mehr konnte keiner von uns tun.

Erst über zwei Stunden später kam der Chefarzt zurück.

Ein Blatt Papier in der Hand.

Das Narkoseprotokoll.

„Ich habe mich versehen“, sagte er.

„Es war doch alles richtig eingestellt. Schauen Sie.“

Er reichte mir das Blatt.

Ich nahm es sofort.

Dieses Formular war mir vertraut.

Ich kannte Narkoseprotokolle gut genug.

Mein Blick suchte direkt die Spalte mit dem Propofol.

Die Dosierung.

Dann sah ich es.

Es war überschrieben worden.

Eindeutig.

Jetzt stand dort:

5 mg/kg Körpergewicht.

Was vorher dort gestanden hatte, konnte ich nicht mehr lesen.

Mir wurde schlagartig heiß.

„Ist das Ihr Ernst?“, fragte ich.

Meine Stimme klang plötzlich klarer als zuvor.

„Das wurde eindeutig überschrieben.“

Ich sah ihn an.

„Sie haben mir gesagt, Sie hätten selbst im OP nachgesehen und gesehen, dass der Perfusor falsch eingestellt war.“

Ich hielt das Blatt hoch.

„Was soll das hier?“

Er wirkte angespannt.

„Dann habe ich mich wohl versehen“, sagte er.
Und in diesem Moment verstand ich plötzlich, was hier gerade passierte.
Ich hatte das Narkoseprotokoll sehen wollen, um zu verstehen, wie es dazu kommen konnte.
Doch jetzt verstand er offenbar, was er mir bereits gesagt hatte.
Und dass ich damit rechtlich gegen die Klinik vorgehen könnte.
Dabei war das nie mein Gedanke gewesen.
Nicht in diesem Moment.
Ich wollte doch einfach nur verstehen.
Aber plötzlich stand eine ganz andere Frage im Raum.
Hatte er gerade wirklich versucht, das Narkoseprotokoll zu verändern?
Und warum war der verantwortliche Oberarzt noch immer nicht aufgetaucht?
Ich wollte ihn sehen.
Ich wollte ihn fragen, warum er nicht auf die OP-Schwester gehört hatte.
Er müsse jetzt zu einem anderen Patienten, sagte der Chefarzt schließlich.
Dann verließ er das Zimmer.
Ich blieb zurück.
Noch immer vollkommen geschockt.
Das konnte doch nicht ihr Ernst sein.
Mein Kopf kam überhaupt nicht hinterher.
Kurze Zeit später musste mein Mann los, um die Kinder aus dem Kindergarten abzuholen.
Schlimm für ihn.
Nicht für mich.
Ich wollte allein sein.
Versuchen zu begreifen, was passiert war.
Immer wieder nahm ich das Narkoseprotokoll in die Hand.
Ich las es erneut.
Und noch einmal.
Es lag alles schwarz auf weiß vor mir.
Die Narkose begann.
Zunächst waren die Werte unauffällig.
Dann kam die markierte Zeit der Intubation.
Und plötzlich explodierten Puls und Blutdruck.
Eindeutig.
Ich starrte auf die Zahlen.
Das hätte sofort auffallen müssen.
Und es war aufgefallen.
Der OP-Schwester.
Dem Oberarzt offenbar nicht.

Oder es war ihm egal gewesen.

Während der nächsten Minuten stiegen Puls und Blutdruck immer weiter an.

Die Zeit des Lagerns.

Des Desinfizierens.

Dann waren Herzrhythmusstörungen dokumentiert.

Natürlich.

Ich war voller Panik gewesen, nachdem ich verstanden hatte, dass sie gleich mit der Operation beginnen würden.

Und was hatte er getan?

Er hatte mir Betablocker gespritzt.

Um die Herzrhythmusstörungen zu behandeln.

Ich war fassungslos.

Wie konnte er so ignorant sein?

Alles sprach für das, was wirklich passiert war.

Die OP-Schwester hatte es sofort verstanden.

Aber der leitende Oberarzt der Anästhesie nicht?

Oder wollte er es nicht verstehen?

Dann kam der markierte Operationsbeginn.

Meine Vitalwerte waren vollkommen entgleist.

Und plötzlich...

wurden sie wieder normal.

Genau dort, wo ich ohnmächtig geworden war.

Ich starrte nur noch auf das Blatt Papier.

Das konnte nicht sein.

Warum?

Die nächsten Stunden verschwammen.

Ich wusste nicht, was ich tun sollte.

Nicht einmal, was ich fühlen sollte.

Ich hatte Schmerzen.

Die normalen Schmerzen nach einer Operation.

Dafür bekam ich Schmerzmittel, wann immer ich wollte.

Aber niemand fragte, wie es mir ging.

Niemand traute sich, mich direkt anzusehen.

Als ich das erste Mal zur Toilette musste, wollte die Schwester mich stützen.

Doch mein Körper reagierte sofort.

Panik.

Ich zog reflexartig meinen Arm zurück und fing an zu weinen.

„Bitte fassen Sie mich nicht an“, sagte ich.

„Ich ertrage das gerade nicht.“

Die Schwester ließ mich sofort los.

Verunsichert. Überfordert.

Irgendwann kam meine Mutter.

Und sie sah genauso elend aus, wie ich mich fühlte.

„Es tut mir so leid“, sagte sie leise und nahm mich in den Arm.

In diesem Moment brach wieder alles aus mir heraus.

Ich weinte.

Zeigte ihr das Narkoseprotokoll.

Erzählte ihr alles, woran ich mich erinnerte.

Dass ich es einfach nicht verstand.

Meine Mutter hörte schweigend zu.

Und sie verstand sofort dasselbe wie ich:

Das hätte niemals passieren dürfen.

Dann nahm sie das Protokoll in die Hand.

Auch ihr Blick blieb an der überschriebenen Stelle hängen.

„Das ist nicht erlaubt“, sagte sie irgendwann ruhig.

„Wenn man etwas falsch dokumentiert, muss es so durchgestrichen werden, dass man den ursprünglichen Eintrag noch lesen kann.“

Sie zeigte auf die Stelle.

„Und daneben wird es neu dokumentiert.“

Richtig.

Genau so hatte ich es selbst jahrelang gemacht.

Und genau deshalb wusste ich jetzt endgültig, dass hier etwas nicht stimmte.

Sie blieb noch eine Weile bei mir.

Irgendwann war es Nacht.

Doch schlafen konnte ich nicht.

Sobald ich die Augen schloss, war ich sofort wieder im OP.

Das Licht.

Das Piepen.

Die Stimmen.

Und dieses Gefühl völliger Hilflosigkeit.

Immer wieder schreckte ich hoch.

Mein Kopf hörte nicht auf zu arbeiten.

Ich versuchte noch immer zu verstehen.

Warum hatte der Chefarzt den Fehler sofort zugegeben?

Gerade das kam mir inzwischen seltsam vor.

Warum war das Protokoll danach überschrieben worden?

Und dann auch noch so offensichtlich.

War er es gewesen?

Oder der Oberarzt?

Oder beide zusammen?

Meine Gedanken drehten sich im Kreis.
Und immer wieder kam ich zu demselben Punkt zurück:
Warum war der Oberarzt nicht gekommen?
Normalerweise schaut der Anästhesist nach einer Operation wenigstens kurz vorbei.
Vor allem nach so einem Vorfall.
Aber er war nicht ein einziges Mal erschienen.
Und genau das zeigte mir, dass auch er Angst hatte.
Angst, mir gegenüberzutreten.
Dabei hätte ich einfach nur Antworten gewollt.
Er hätte mir erklären können, was passiert war.
Was er gedacht hatte.
Warum er so gehandelt hatte.
Aber stattdessen blieb nur dieses Schweigen.
Am nächsten Morgen kam meine Mutter bereits sehr früh zu mir.
Und noch immer lag dieses Mitleid in ihrem Blick.
Als würde sie selbst nicht begreifen können, dass das wirklich passiert war.
Um sieben Uhr begann die Visite.
Der Gynäkologe, der mich operiert hatte, kam ins Zimmer.
Ein ruhiger, freundlicher Arzt.
Immer höflich.
Immer gelassen.
Er wirkte gut gelaunt.
Nichts an ihm ließ erahnen, was in den letzten Stunden passiert war.
„Wie geht es Ihnen?“, fragte er freundlich.
Das war zu viel.
Ich fing sofort an zu weinen und zog mir die Decke über den Kopf.
Er verstand meine Reaktion nicht.
Verunsichert sah er zu meiner Mutter.
„Bereut sie die Sterilisation jetzt doch?“
Meine Mutter sah ihn fassungslos an.
In diesem Moment begriff sie offenbar, dass man ihn überhaupt nicht informiert hatte.
Also erzählte sie es ihm.
Dass ich während der Operation wach gewesen war.
Dass der Perfusor falsch eingestellt gewesen sei.
Dass ich alles mitbekommen hatte.
Ich zog die Decke langsam herunter und sah sein Gesicht.
Er erstarrte.
Dann drehte er sich abrupt zu der Schwester um, die mit zur Visite

gekommen war.

„Warum hat mir das niemand gesagt?“, fuhr er sie an.

Seine Stimme klang plötzlich laut und scharf in dem kleinen Zimmer.

Ohne eine Antwort abzuwarten, stürmte er hinaus

Irgendwann kam er zurück.

Ich war alleine.

Diesmal wirkte er nicht mehr ruhig oder routiniert.

Sondern ehrlich besorgt.

Langsam setzte er sich zu mir aufs Bett.

Für einen Moment sagte er nichts.

Dann entschuldigte er sich.

Er habe von alldem nichts gewusst.

Niemand habe ihn informiert.

Und es tue ihm furchtbar leid.

Ich sah ihn an, während er sprach.

Und ich glaubte ihm.

Sein Gesicht sprach Bände.

Da war keine Abwehr.

Keine Ausrede.

Nur ehrliches Entsetzen.

Zum ersten Mal seit der Operation hatte ich das Gefühl, dass jemand wirklich verstand, wie schlimm das gewesen war.

Er sagte, er habe bereits mit dem Oberarzt gesprochen.

Mit dem Arzt, der die Narkose gemacht hatte.

Und er habe ihn aufgefordert, zu mir zu kommen.

Dieser Satz blieb sofort in meinem Kopf hängen.

Aufgefordert.

Musste man ihn wirklich erst dazu auffordern?

Hätte er nicht längst selbst kommen müssen?

Hätte er mir nicht wenigstens erklären müssen, was passiert war?

Der Gynäkologe saß noch immer neben mir.

Sichtlich betroffen.

Wenn ich irgendetwas brauche, solle ich ihm Bescheid geben, sagte er.

Er könne auch einen Termin mit der Klinikseelsorge organisieren.

„Es ist wichtig, jetzt schnell zu handeln.“

Schnell handeln.

Als wäre allen bereits klar, dass das hier nicht einfach vorbeigehen würde.

Dann sprach auch er das Thema Medikamente an.

Psychopharmaka.

Wieder dieses Wort.

Und wieder verstand ich nicht, warum plötzlich jeder versuchte, mich ruhig zu machen, statt mir Antworten zu geben.

Er ging.

Am Vormittag kam mein Mann mich besuchen, setzte sich wieder neben mich, hielt meine Hand.

Er sagte nichts.

Ich sagte nichts.

Ich starrte nur auf die Wand vor mir.

Er wusste nicht, was man in so einer Situation sagen sollte.

Und ich wusste nicht einmal mehr, was ich fühlen sollte.

So saßen wir einfach da.

Dann ging plötzlich die Tür auf.

Der Oberarzt.

Der Mann, der meine Narkose gemacht hatte.

„Ganz schön scheiße gelaufen gestern, was?“, sagte er und schlenderte in mein Zimmer.

Die Worte trafen mich wie ein Schlag.

Ganz schön scheiße gelaufen?

Er setzte sich entspannt an den Tisch.

Lächelnd.

Als würde er ein unangenehmes Gespräch nach einem stressigen Arbeitstag führen.

Er sagte, er habe es gestern zeitlich nicht mehr geschafft, zu mir zu kommen.

„Aber jetzt bin ich ja da.“

Dann begann er zu erzählen, ohne dass ich überhaupt etwas gefragt hatte.

Ja, ihm sei aufgefallen, dass meine Vitalzeichen bereits beim intubieren angestiegen seien.

Aber er habe sich nichts dabei gedacht.

Außerdem habe er mir bereits so viel Narkosemittel gegeben, dass er eher Angst gehabt habe, ich würde später schlecht wieder wach werden.

Und Schmerzen hätte ich ja zum Glück keine haben können.

Ich hätte schließlich Schmerzmittel bekommen.

Er erzählte das alles ruhig. Fast beiläufig.

Und während er sprach, zerbrach meine Welt ein zweites Mal.

Wie konnte er so reagieren?

Wie konnte jemand so etwas erzählen, ohne jede Spur von Entsetzen?

Ich saß einfach nur da.

Weinend.

Zitternd.

Dann fragte er mich, was ich alles mitbekommen hätte.

Als ich meine Stimme endlich wiederfand, erzählte ich ihm, dass ich erst beim intubieren wach geworden war.

Dass ich davor ganz normal eingeschlafen sei.

Wie immer bei einer Narkose.

„Ja, das Intubieren ist natürlich ein extremer Schmerzreiz für den Körper“, sagte er.

„Da kann sowas schon mal passieren.“

Ich starrte ihn an.

Da kann sowas schon mal passieren?

Hatte er nicht gerade noch gesagt, ich hätte keine Schmerzen haben können?

Ich fragte ihn, warum er nicht auf die OP-Schwester gehört hatte.

Warum er meine Vitalparameter ignoriert hatte.

Er lächelte beinahe entschuldigend.

„Ich wäre beim besten Willen nicht auf die Idee gekommen, dass Sie wach sind.“

„Warum haben Sie mir Betablocker gespritzt, als ich Rhythmusstörungen bekam?“, fragte ich.

„Warum haben Sie das alles ignoriert?“

„Das ist nichts Ungewöhnliches unter Narkose“, antwortete er ruhig.

„Was haben Sie noch mitbekommen?“, fragte er.

Ich erzählte ihm vom Lagern.

Vom Desinfizieren.

Vom Blasenkatheter.

Und davon, wie ich das Einführen des ersten Trokars durch meinen Bauchnabel gespürt hatte.

Er hörte mir zu und nickte leicht.

Dann sagte er:

„Na sehen Sie, man sieht ja im Narkoseprotokoll, dass Ihre Werte mit Beginn der Operation wieder normal waren.“

Er sprach weiter, ruhig und sachlich.

„Ich habe da nochmal Narkosemittel nach gespritzt.“

Kurz lächelte er sogar.

„Also halb so wild. Dann haben Sie ja nur die Vorbereitungen mitbekommen.“

Nur die Vorbereitungen.

„Natürlich ist das unangenehm“, sagte er weiter.

„Aber zum Glück hatten Sie ja keine Schmerzen.“

In diesem Moment fühlte ich, wie irgendetwas in mir endgültig zerbrach.

Ich hatte ihm gerade erzählt, dass ich den Trokar gespürt hatte.

Dass ich vor Schmerz ohnmächtig geworden war.

Und trotzdem saß er dort und erklärte mir ruhig, dass ich keine Schmerzen

gehabt haben könne.

Als würde mein eigenes Erleben weniger zählen als seine Theorie.

Ich starrte ihn nur an.

Sprachlos.

Ich zog das Narkoseprotokoll aus dem Nachttisch.

Das Papier war mittlerweile weich von meinen Händen geworden.

Immer wieder hatte ich dieselben Zahlen gelesen.

Dieselben Uhrzeiten.

Ich zeigte auf die überschriebene Stelle.

„Warum wurde die Dosierung überschrieben?“, fragte ich ihn.

Er sah nur kurz auf das Blatt.

„Ja, ich habe mich halt verschrieben“, sagte er achselzuckend.

„Kommt vor.“

Kommt vor?

Ich spürte, wie erneut Wut in mir aufstieg.

„Warum hat mir der Chefarzt dann direkt im Aufwachraum gesagt, er sei extra nachsehen gegangen und der Perfusor wäre falsch eingestellt gewesen?“

Zum ersten Mal wirkte er nicht mehr ganz so entspannt.

Für einen kurzen Moment entstand Stille im Zimmer.

Ich sah ihn an und wartete auf eine Antwort.

Denn plötzlich passte gar nichts mehr zusammen.

„Ja“, sagte er ruhig.

„Er hat Ihnen ja schon erklärt, dass er sich da verguckt hat.“

Dann zuckte er leicht mit den Schultern.

„Ist letztendlich auch nicht wichtig.“

Nicht wichtig.

Ich starrte ihn an.

„Wichtig ist doch nur, dass ich Sie pünktlich zur Operation wieder schlafen gelegt habe“, sagte er weiter.

„Es war ja nur ein kurzer Zeitraum.“

Ein kurzer Zeitraum?

Mein Blick fiel sofort wieder auf das Narkoseprotokoll in meiner Hand.

Die Uhrzeiten.

Die dokumentierten Werte.

Zwanzig Minuten.

Zwanzig Minuten voller Panik.

Zwanzig Minuten, in denen ich verzweifelt versucht hatte, mich zu bewegen.

Zwanzig Minuten, in denen mein Körper längst gezeigt hatte, dass etwas nicht stimmte.

Und er nannte das einen kurzen Zeitraum?
Ich spürte, wie mir erneut die Tränen kamen.
Nicht nur wegen dem, was passiert war.
Sondern wegen der Art, wie er darüber sprach.
Als wäre das alles nur eine kleine Unannehmlichkeit gewesen.
I

Ich war fassungslos.
Ich war wütend.
So wütend, dass ich kaum noch klar denken konnte.
Mein Mann saß neben mir und sagte ebenfalls nichts mehr.
Selbst er schien nicht zu begreifen, wie dieses Gespräch gerade so verlaufen konnte.
Doch der Oberarzt sprach weiter, als würde er über etwas Alltägliches reden.
„Der Chef der Gynäkologie hat Ihnen ja bereits angeboten, einen Therapeuten einzuschalten.“
Dann sah er mich an.
„An Ihrer Stelle würde ich die Psychopharmaka annehmen.“
Kurz machte er eine Pause.
„Und nachts etwas zum Schlafen.“
Wieder dieses Gefühl.
Als wolle jeder einfach nur meine Reaktion beruhigen.
Meine Angst.
Meine Panik.
Meine Schlaflosigkeit.
Aber niemand sprach darüber, was eigentlich passiert war.
Niemand sagte:
Das hätte niemals passieren dürfen.
Stattdessen sollte ich schlafen.
Ruhig werden.
Funktionieren.

Ich nickte nur.
Ich hatte keine Kraft mehr zu diskutieren.
Keine Kraft mehr zu erklären, warum mich seine Worte noch mehr verletzten.
Also sagte ich nichts mehr.
„Gut“, meinte er und stand auf.
„Dann schaue ich später nochmal nach Ihnen.“
Dann ging er.
Die Tür fiel leise hinter ihm ins Schloss.

Und ich blieb zurück.
Fassungslos.

Als er gegangen war, kamen zum ersten Mal Zweifel in mir hoch.
Vielleicht stellte ich mich einfach nur an.
Vielleicht war es doch gar nicht so schlimm.
Ja, ich war wach gewesen.
Aber ich hatte Glück gehabt.
Ich war nicht die ganze Operation über wach gewesen.
Vielleicht hatte er sich wirklich nur verschrieben.
Vielleicht war alles einfach nur furchtbar unglücklich gelaufen.
Meine Gedanken begannen plötzlich, das Erlebte kleiner zu machen.
So, als würde mein eigener Kopf versuchen, mich irgendwie zu beruhigen.
Vielleicht sollte ich die Tabletten doch nehmen.
Vielleicht brauchte ich wirklich einen Therapeuten.
Vielleicht reagierte ich einfach über.
Vielleicht wäre in ein paar Tagen alles wieder normal.
Wenn ich wieder zuhause wäre.
Bei den Kindern.
Dieser Gedanke klammerte sich plötzlich wie ein Rettungsring in meinem Kopf fest.
Nach Hause.
Einfach nur nach Hause.
Und trotzdem wusste ich tief in mir, dass irgendetwas nicht mehr stimmte.
Etwas hatte sich verändert.
Unwiderruflich.
Mein Mann blieb die ganze Zeit bei mir.
So gut es eben ging.
Und irgendwann begann ich plötzlich, Mitleid mit ihm zu haben.
Mit ihm.
Mit meinen Eltern.
Weil sie sich Sorgen machten.
Und genau das wollte ich nicht.
Das wollte ich noch nie.
Er war jetzt zuhause allein mit den Kindern.
Und trotzdem saß er hier und versuchte stark für mich zu sein.
Aber ich bemerkte längst diese Blicke.

Diese vorsichtigen Blicke.

Als wäre ich plötzlich zerbrechlich geworden.

Wie ein rohes Ei, das jederzeit kaputtgehen könnte.

Ich hasste das.

Ich konnte Mitleid nicht ausstehen.

Ich brauchte kein Mitleid.

Hatte ich nie.

Ich war stark.

Ich kam klar.

Immer.

Meiner Mutter ging es ohnehin schon nicht gut.

Und jetzt musste sie sich auch noch um mich sorgen.

Dieser Gedanke machte alles nur noch schlimmer.

Ich wollte das nicht.

Ich wollte nie jemandem zur Last fallen.

Also begann ich innerlich bereits, einen Plan zu machen.

Ich musste einfach schnell wieder hier raus.

Zurück nach Hause.

Zurück in meinen Alltag.

Zu den Kindern.

Zur Arbeit.

Dann würde bestimmt alles wieder normal werden.

Dann würde ich einfach weitermachen wie immer.

Und irgendwann würde das alles nur noch eine schlimme Erinnerung sein.

Zumindest versuchte ich mir das einzureden.

Irgendwann mittags kamen der Chefarzt und der Oberarzt gemeinsam in mein Zimmer.

Beide wirkten freundlich.

Zu freundlich.

Fast locker.

Als würde man versuchen, eine unangenehme Situation möglichst schnell wieder glattzubügeln.

Sie hätten einen Therapeuten gefunden, erklärten sie mir.

Vielleicht könne er noch heute kommen, spätestens morgen.

Außerdem bot mir der Oberarzt ein Nachgespräch in vier Wochen an.

„Es ist wichtig, über sowas zu sprechen“, sagte er.

Aber ich konnte nur immer wieder dieselben Fragen stellen.

Warum war das passiert?

Warum war ihm nicht aufgefallen, dass ich wach war?

Warum hatte er nicht auf die OP-Schwester gehört?

Warum war das Narkoseprotokoll überschrieben worden?

Und wieder antwortete er mit denselben ruhigen, sachlichen Erklärungen wie zuvor.

Dann wandte sich der Chefarzt an mich.

Der Oberarzt habe es schließlich noch rechtzeitig geschafft, mich wieder in Narkose zu versetzen.

Und Schmerzen hätte ich ja keine haben können.

Ich spürte sofort, wie wieder Wut in mir hochstieg.

Doch.

Ich hatte Schmerzen gehabt.

Unerträgliche Schmerzen.

Aber erneut erklärte er mir ruhig, das könne eigentlich nicht sein.

Ich hätte schließlich ein starkes Schmerzmittel bekommen.

Aha.

Es hätte also nicht sein können?

Ich spürte, wie mein Kopf plötzlich ganz klar wurde.

Es hätte auch nicht passieren dürfen, dass ich wach wurde.

Und trotzdem war genau das passiert.

Warum sollte ich ihm also glauben, wenn er mir erklärte, was ich angeblich gespürt haben konnte und was nicht?

Und wieder kam derselbe Satz.

Es seien ja „nur die Vorbereitungen“ gewesen.

Nur.

Dann beharrte ich erneut darauf, dass das Protokoll überschrieben worden war.

Dass genau das so nicht zulässig sei.

Für einen kurzen Moment wurde es still im Zimmer.

Dann sagte der Chefarzt etwas, bei dem mir plötzlich klar wurde, in welche Richtung das hier ging.

„Sie haben mich damals ausdrücklich abgelehnt und den Oberarzt gewünscht, nicht wahr?“

Ich sah ihn nur an.

„Er soll nächstes Jahr meinen Platz übernehmen, wenn ich in Rente gehe.“

In diesem Moment verstand ich plötzlich alles.

Vielleicht ging es hier längst nicht mehr nur um meinen Vorfall.

Vielleicht versuchten sie verzweifelt, alles kleinzureden.

Zu relativieren.

Unter den Teppich zu kehren.

Damit seine Karriere keinen Schaden nahm.

Und irgendwo schlich sich plötzlich ein weiterer Gedanke in meinen Kopf.

Ein grauenhafter Gedanke.

War ich jetzt sogar selbst schuld daran?
Weil ich ihn damals gewählt hatte?
Plötzlich begann mein ganzer Körper zu zittern.
Erst leicht.
Dann immer stärker.
Ich bekam keine Luft mehr.
Mein Brustkorb fühlte sich an, als würde etwas Schweres auf ihm liegen.
Panik.
Pure Panik.
Ich hörte mich selbst hektisch atmen.
Der Oberarzt reagierte sofort.
Er untersuchte mich.
Doch jede Berührung von ihm machte alles nur noch schlimmer.
Ich wollte nicht, dass er mich anfasst.
Nicht er.
Irgendwann hörte ich ihn sagen, er glaube, ich hätte eine Lungenembolie.
Aber ich verstand kaum noch, was um mich herum geschah.
Ich war einfach nur panisch.
Kurze Zeit später fand ich mich in einem Rollstuhl wieder.
Auf dem Weg zum CT.
Der Oberarzt schob mich persönlich dorthin.
Ich versuchte mich zu beruhigen.
Atmen.
Einfach atmen.
Aber es gelang kaum.
Im CT wurde ich auf die schmale Liege gelegt und in die Röhre gefahren.
Das Enge.
Die Geräusche.
Ich bekam weiterhin schlecht Luft und zitterte am ganzen Körper.
Dann kam plötzlich ein Mann in den Raum.
Ich konnte ihn kaum sehen.
Er begann an meiner Hand zu hantieren.
Er müsse einen Zugang legen, sagte er.
Für das Kontrastmittel.
Ich lag bewegungslos in der engen Röhre.
Konnte mich kaum bewegen.
Konnte nicht sehen, was genau passierte.
Und plötzlich war alles wieder da.
Dieses Gefühl.
Ausgeliefert zu sein.

Genau wie im OP.
Ich fing an zu schreien.
Schlug um mich, so gut ich konnte.
Panik überrollte mich vollständig.
Dann hielten sie mich fest.
Ich spürte einen Stich in meiner Hand.
Und plötzlich wurde alles dunkel.
Als ich wieder zu mir kam, stand der Oberarzt neben mir.
Und zum ersten Mal wirkte er tatsächlich besorgt.
Nicht locker.
Nicht beiläufig.
Fast vorsichtig.
Noch immer fühlte sich alles verschwommen an.
Mein Kopf schwer.
Mein Körper erschöpft.
Dann sagte er ruhig:
„Sie haben keine Lungenembolie.“
Kurze Pause.
„Es war wahrscheinlich eine Panikattacke.“
Panikattacke.
Dieses Wort blieb sofort in meinem Kopf hängen.
Bis zu diesem Moment hatte ich immer gedacht, Panikattacken seien etwas anderes.
Nicht so.
Nicht dieses völlige Kontrolle verlieren.
Nicht dieses Gefühl zu sterben.
„Wir haben Ihnen etwas zur Beruhigung gespritzt“, erklärte er weiter.
Ich nickte nur schwach.
Zu müde zum Denken.
Zu erschöpft zum Reden.
Aber tief in mir wusste ich plötzlich:
Das hier würde nicht einfach verschwinden, sobald ich wieder zuhause war.
Er war jetzt anders zu mir.
Zumindest wirkte es so.
Ruhiger.
Vorsichtiger.
Fast so, als hätte er erst in diesem Moment wirklich verstanden, was dieser Tag mit mir gemacht hatte.
Oder vielleicht verstand er jetzt zum ersten Mal, dass das nicht einfach vorbeigehen würde.
Dass es nicht nur ein „unangenehmer Zwischenfall“ gewesen war.

Er wirkte plötzlich nicht mehr wie der selbstsichere Oberarzt von vorher.
Eher wie jemand, der selbst nicht wusste, wie er mit der Situation
umgehen sollte.

Und zum ersten Mal hatte ich das Gefühl, dass es ihm vielleicht doch leid
tat.

Die Therapeutin kam noch am selben Tag.
Sie setzte sich zu mir und wollte mit mir reden.
Aber ich konnte nicht.
Ich schickte sie weg.

Wie sollte ich einer völlig fremden Person erzählen, was passiert war?
Ich wollte doch eigentlich nur vergessen.
Einfach nach Hause.
Einfach wieder funktionieren.

Und vielleicht war ich am Ende sowieso selbst schuld.
Vielleicht reagierte ich wirklich über.

Ich redete mir ein, dass ich das alleine schaffen würde.
Das hatte ich schließlich immer getan.
Ich hatte schon Schlimmeres überstanden.
Die Vergewaltigung, als ich sechs Jahre alt war.

Bis heute weiß ich nicht, wie ich es damals geschafft hatte, das vor
meinen Eltern geheim zu halten.

Wie ein sechsjähriges Kind danach einfach weitermachen konnte, ohne dass
jemand etwas bemerkte.

Oder vielleicht wollte niemand etwas bemerken.

Meine Eltern hatten damals gerade ein Haus gekauft.
Zusammen mit meiner Oma und meinem Adoptivbruder renovierten wir es.
Ich war sechs Jahre alt.
Gerade eingeschult.

Mein Bruder war nur anderthalb Jahre älter.
Direkt neben unserem Haus lagen die Grundschule und der angrenzende Wald.
Meine Eltern arbeiteten viel.
Sehr viel.

Mein Bruder war adoptiert worden, weil man meinen Eltern gesagt hatte,
sie könnten keine Kinder bekommen.

Und kaum war er da, wurde meine Mutter plötzlich mit mir schwanger.
Doch er akzeptierte uns nie wirklich als Familie.
Egal, wie sehr wir uns bemühten.
Es gab ständig Ärger.
In der Schule.
Zuhause.

Er log.
Er klaubte.

Und ich?

Ich war die perfekte Tochter.

Ich machte keinen Ärger.

Hielt mich klein.

Und half, wo ich konnte.

Mein Bruder und ich waren viel draußen unterwegs.

Wir erkundeten das neue Dorf, in das wir gezogen waren.

Für uns war alles spannend.

Die Wege.

Die Häuser.

Der Wald hinter der Schule.

Eines Tages freundeten wir uns mit einem jungen Mann an, der in Ferien bei seiner Tante war.

Er war achtzehn.

Wir waren sechs und fast acht.

Heute klingt das absurd.

Damals fand ich nichts Besonderes daran.

Für mich war er einfach jemand, der mit uns spielte.

Von da an trafen wir uns fast täglich.

Hinter der Grundschule lag ein kleiner Wald.

Dort hatten wir beim Spielen einen Platz entdeckt.

Ein umgestürzter Baum diente uns als Sitzbank.

Ich mochte diesen Ort.

Er fühlte sich an wie ein kleines Geheimversteck.

Eines Tages wollte der junge Mann ein Spiel mit uns spielen.

Flaschendrehen.

Ich kannte das Spiel nicht.

Mein Bruder offenbar schon.

Wenn die Flasche auf jemanden zeigte, musste man sich entscheiden.

Entweder man beantwortete eine Frage ehrlich.

Oder man tat das, was der andere verlangte.

Wahrheit oder Pflicht.

Wie dieses Spiel hieß, erfuhr ich allerdings erst viele Jahre später.

Ich weiß noch genau, was ich an diesem Tag trug.

Mein Lieblingskleid.

Rosa, mit großen weißen Punkten.

Vorne konnte man es komplett zuknöpfen.

Das Spiel wurde schnell seltsam.

Auch wenn ich damals noch nicht verstand, warum.

Die Fragen wurden plötzlich anders.

„Hast du schon Haare da unten?“

„Hast du schon mal jemanden geküsst?“

Dann kamen die Aufgaben.

„Zeig deine Brust.“

„Heb dein Kleid hoch.“

Mein Bruder fand das alles lustig.

Er lachte.

Als er irgendwann die Flasche drehte und sie auf mich zeigte, fragte er grinsend:

„Wahrheit oder Pflicht?“

„Pflicht“, antwortete ich.

Ich wusste ja gar nicht, was dieses Spiel eigentlich bedeutete.

Er grinste noch breiter.

Dann sagte er, ich solle mit dem Mann Sex haben.

Und plötzlich stand er auf und lief weg.

Ich wollte sofort hinterher.

Nicht aus Angst.

Ich wusste gar nicht, wovor ich Angst haben sollte.

Ich wusste nur, dass meine Eltern uns immer gesagt hatten, wir sollten zusammenbleiben.

Doch der Mann hielt mich am Arm fest.

„Du hast Pflicht gesagt“, sagte er.

„Also müssen wir das jetzt machen.“

Ich verstand überhaupt nicht, was er meinte.

Ich wollte nur zu meinem Bruder.

Aber ich konnte ihn schon nicht mehr sehen.

Wir waren tief im Wald.

Dann drückte er mich auf den Boden.

Zog mein Kleid hoch.

Meine Unterhose runter.

Ich erinnere mich nur noch an einen stechenden Schmerz.

Danach wird alles schwarz.

Als hätte mein Kopf beschlossen, einfach nicht weiterzuspeichern.

Was danach geschah, weiß ich nicht mehr.

Ich weiß nicht, wie ich nach Hause kam.

Nicht, ob jemand etwas bemerkt hat.

Nicht einmal, wie der restliche Tag verlief.
Diese Erinnerung endet einfach mitten im Wald.
Trotzdem blieb das Erlebnis all die Jahre irgendwo in meinem Hinterkopf.
Aber es belastete mich damals nicht bewusst.
Zumindest glaubte ich das.
Erst als ich älter wurde, begann ich zu merken, dass ich anders war als andere Mädchen in meinem Alter.
Irgendetwas stimmte nicht.
Ich fühlte mich fremd.
Anders.
Während andere über Jungs, Beziehungen oder ihre ersten Erfahrungen redeten, fühlte ich mich nie wirklich wie sie.
Ich war ernster.
Viel reifer als Gleichaltrige.
Fast so, als hätte meine Kindheit viel zu früh aufgehört.
Als ich später meinen Mann kennenlernte, erzählte ich ihm irgendwann davon.
Was damals passiert war.
Und dass ich deshalb in manchen Dingen nicht so war wie andere Frauen.
Er verstand mich.
Akzeptierte es.
Und war immer vorsichtig mit mir.
Nie drängend.
Nie fordernd.
Trotzdem bat ich ihn um eines:
Er solle es niemals meinen Eltern erzählen.
Denn was würde das schon ändern?
Sie würden sich nur Vorwürfe machen.
Sich schuldig fühlen.
Sich Sorgen machen.
Und davon hatten sie ohnehin schon genug.

Nach vier Tagen wurde ich aus dem Krankenhaus entlassen.
Drei Wochen krankgeschrieben.
Und natürlich bekam ich noch einen Termin für ein Gespräch mit dem Oberarzt.
Als ob das irgendetwas ändern würde.
Was sollte dieses Gespräch bringen?
Er sah seinen Fehler nicht ein.

Nicht wirklich.

Er hatte erklärt.

Relativiert.

Beschwichtigt.

Aber verstanden hatte er nichts.

Zumindest fühlte es sich so an.

Ich verließ das Krankenhaus mit Papieren in der Hand und einem Körper, der noch immer schmerzte.

Aber das Schlimmste war nicht die Operation.

Das Schlimmste war dieses Gefühl, dass niemand wirklich begriff, was in mir kaputtgegangen war.

Die nächsten Wochen zuhause glichen einer Abwärtsspirale.

Ich konnte keine Berührungen mehr ertragen.

Nicht einmal von meinem Mann.

Sobald mich jemand anfasste, spannte sich mein ganzer Körper an.

Schlafen konnte ich kaum noch.

Und wenn ich einschlief, war ich sofort wieder im OP.

Das Licht.

Die Stimmen.

Das Piepen.

Immer wieder schreckte ich hoch.

Dazu kamen diese plötzlichen Panikattacken.

Dieses Gefühl, keine Luft mehr zu bekommen.

Zu sterben.

Und gleichzeitig fühlte ich mich leer.

So unfassbar leer.

Niemand kam noch wirklich an mich heran.

Nicht mein Mann.

Nicht meine Eltern.

Ich wurde mit allem immer überforderter.

Mit mir selbst.

Mit den Kindern.

Mit dem Haushalt.

Mit dem ganz normalen Leben.

Sobald mein Mann von der Arbeit nach Hause kam, ging ich direkt ins Bett.

Ich wollte einfach nur Ruhe.

Nicht denken.

Nicht fühlen.

Vergessen.

Aber es funktionierte nicht.

Zu dem Termin mit dem Oberarzt ging ich nicht.

Und er fragte auch nie nach.

Was hatte ich eigentlich erwartet?

Nein.

Es tat ihm nicht leid.

Zumindest nicht so, dass er Verantwortung übernommen hätte.

Dafür fühlte ich mich schuldig.

Schuldig, dass mir das passiert war.

Schuldig, dass ich so darauf reagierte.

Schuldig, weil ich diese Operation gewollt hatte.

Und vor allem schuldig, weil ich plötzlich nicht mehr die war, die ich vorher gewesen war.

Ich hatte das Gefühl, zu einer furchtbaren Mutter geworden zu sein.

Zu einer furchtbaren Ehefrau.

Nach drei Wochen versuchte ich wieder arbeiten zu gehen.

Zumindest redete ich mir ein, dass ich es versuchen müsste.

Ich arbeitete in der ambulanten Kinderintensivpflege.

Das Mädchen, das ich betreute, wurde beatmet und dauerhaft am Monitor überwacht.

Als ich die Tür zu ihrem Zimmer öffnete, traf mich sofort dieser Geruch. Desinfektionsmittel.

Dieser kalte, sterile Geruch.

Mir wurde augenblicklich schlecht.

Dann hörte ich die Geräte.

Die Beatmungsmaschine.

Den Monitor.

Das Piepen.

Alles prasselte gleichzeitig auf mich ein.

Mein Körper reagierte schneller als mein Verstand.

Panik.

Ich bekam keine Luft mehr.

Die Geräusche.

Die Gerüche.

Ich hielt es nicht aus.

Und als ihr Vater nach Hause kam, ging plötzlich gar nichts mehr.

Von einem Moment auf den anderen hatte ich Angst vor ihm.

Nicht weil er etwas getan hätte.

Sondern einfach, weil er ein Mann war.

Weil mein Körper plötzlich überall Gefahr sah.
Noch am selben Tag suchte ich meine alte Hausärztin auf.
Sie kannte mich bereits seit meiner Kindheit.
Eigentlich war ich längst umgezogen und hatte einen neuen Hausarzt.
Aber ich konnte mich nicht überwinden, dorthin zu gehen.
Zu einem Arzt.
Zu einem Mann.
Meine alte Hausärztin war inzwischen deutlich gealtert.
Aber für mich war sie noch immer die gleiche ruhige, freundliche Frau wie früher.
Ich hatte ihr immer vertraut.
Und trotzdem hatte ich jetzt sogar Angst vor ihr.
Vor dieser alten, lieben Frau.
Allein das verstand ich selbst nicht.
Mit zitternden Händen gab ich ihr den Brief aus dem Krankenhaus.
Dann versuchte ich ihr zu erzählen, was passiert war.
So gut ich eben konnte.
Während ich sprach, hatte ich ununterbrochen Angst.
Angst, dass sie mich nicht ernst nehmen würde.
Dass sie denken könnte, ich übertreibe.
Dass sie mich als überempfindlich abstempeln würde.
Doch genau das tat sie nicht.
Sie hörte einfach nur zu.
Ruhig.
Ohne mich zu unterbrechen.
Und sie verstand sofort, dass etwas Schreckliches passiert war.
Sie wollte mich untersuchen.
Ich war seit der Operation bei keinem Arzt mehr gewesen.
Nicht einmal die Fäden hatte ich ziehen lassen.
Das hatte meine Mutter übernommen.
Aber selbst bei ihr hielt mein Körper die Nähe kaum aus.
Schon als sie meinen Blutdruck messen wollte, fing ich plötzlich an zu zittern.
Hilflos.
Unkontrollierbar.
Als hätte mein Körper längst entschieden, dass jede medizinische Berührung Gefahr bedeutete
Meine Hausärztin schrieb mich weitere vier Wochen krank.
Außerdem gab sie mir die Telefonnummer einer Klinik.
Einer psychosomatischen Klinik.

Ich starrte nur auf den Zettel.

Ich?

In eine psychosomatische Klinik?

Nein.

So schlimm war es doch nicht.

Ich war doch nicht verrückt.

Zumindest redete ich mir das ein.

Aber es wurde immer schlimmer.

Mittlerweile drängten mein Mann und meine Mutter mich dazu, dort wenigstens einen Termin zu vereinbaren.

Und tief in mir wusste ich längst, dass sie recht hatten.

Ich funktionierte kaum noch.

Eigentlich war ich nur noch im Überlebensmodus.

Ich schaffte gerade so das Nötigste mit den Kindern und dem Haushalt.

Und sobald mein Mann zuhause war, brach ich zusammen.

Dann ging nichts mehr.

Als Privatpatientin bekam ich zuerst einen Termin beim Chefarzt der Klinik.

Ein Vorgespräch.

Man wollte einschätzen, wie dringend eine Aufnahme wäre.

Ein Mann.

Ungefähr im gleichen Alter wie mein Anästhesist.

Schon beim Betreten seines Büros suchte ich automatisch den größtmöglichen Abstand zu ihm.

Ich setzte mich so weit weg wie möglich.

Noch bevor das Gespräch richtig begann, entschuldigte ich mich.

„Bitte nehmen Sie es nicht persönlich“, sagte ich.

„Aber ich kann gerade nicht anders.“

Nach diesem Termin war ich vollkommen erschöpft.

Aber gleichzeitig begriff ich zum ersten Mal, dass das vielleicht wirklich meine einzige Möglichkeit war.

So konnte es nicht weitergehen.

Zwei Wochen später bekam ich den Platz.

Drei Monate Therapie.

Psychosomatische Klinik.

Zum Glück wurde mir eine Therapeutin zugeteilt.

Und erstaunlicherweise mochte ich sie sofort.

Sie verstand mich.

Oder zumindest hatte ich zum ersten Mal das Gefühl, verstanden zu werden.

Die ersten Tage in der Klinik brach ich vollkommen zusammen.

Vielleicht, weil ich plötzlich nicht mehr funktionieren musste.

Keine Kinder.
Kein Haushalt.
Keine Verantwortung.
Nur ich.
Und meine Gedanken.
Auf meiner Station waren auch Männer.
Vor jedem einzelnen hatte ich Angst.
Schon allein in den Speisesaal zu gehen, kostete mich Überwindung.
Zu viele Menschen.
Zu viele Männer.
Mein Körper war permanent im Alarmzustand.
Wenn ein Pfleger in mein Zimmer kam oder mir zu nahe kam, bekam ich sofort Panikattacken.
Ich war ständig gereizt.
Aggressiv.
Als würde jede Kleinigkeit mein Nervensystem überfordern.
Und gleichzeitig hatte ich das Gefühl, dass niemand mich wirklich verstand.
Ich wollte den anderen Patienten auch nichts erzählen.
Was hätte ich sagen sollen?
Dass man nach einer Operation plötzlich Angst vor Ärzten, Männern und Berührungen bekommt?
Jeder Mensch muss irgendwann zum Arzt.
Nein.
Ich konnte mit niemandem darüber sprechen.
Mit niemandem außer meiner Therapeutin.
Die Gruppentherapie fühlte sich an wie Folter.
Es gab verschiedene Sitzungen und Therapien auf unserem Wochenplan.
Entspannungstherapie zum Beispiel.
Alle legten sich hin.
Schlossen die Augen.
Und machten eine Reise durch den Körper.
Nur ich nicht.
Ich konnte mich schon lange nicht mehr entspannen.
Mein Körper war dauerhaft angespannt.
Als würde er ununterbrochen auf Gefahr warten.
Irgendwann fragte mich meine Therapeutin plötzlich ganz direkt:
„Wurden Sie als Kind missbraucht?“
Ich erstarrte sofort.
Ich hatte keinerlei Andeutungen gemacht.
Niemandem davon erzählt.

„Woher wissen Sie das?“, fragte ich sie.

Außer meinem Mann wusste niemand davon.

„Es liegt auf der Hand“, sagte sie ruhig.

„So wie Sie sich verhalten, habe ich es schon länger vermutet.“

Dann machte sie eine kleine Pause.

„Aber Sie müssen mir nichts erzählen, wenn Sie das nicht möchten.“

War es wirklich so offensichtlich?

Und wenn ja...

warum war es früher nie jemandem aufgefallen?

Warum hatte damals niemand gesehen, dass etwas mit mir nicht stimmte?

Ich erzählte es ihr schließlich doch.

Und seltsamerweise fühlte ich mich danach ein kleines bisschen leichter.

Vielleicht, weil ich zum ersten Mal bereit war, mich wirklich damit auseinanderzusetzen.

Meine Therapeutin erklärte mir, dass es häufig vorkomme, dass ein Trauma aus der Kindheit nach einer späteren traumatischen Erfahrung wieder hochkomme.

Viele Menschen verdrängen Erinnerungen vollständig.

Aber bei mir war es anders.

Ich hatte nie vergessen, was passiert war.

Ich wusste die ganze Zeit, dass es passiert war.

Nur die Gefühle dazu hatten gefehlt.

Bis jetzt.

Irgendwie spürte ich tief in mir, dass da noch etwas war.

Irgendetwas, das ich noch nicht verstand.

Etwas, das mein Körper offenbar längst wusste, mein Kopf aber noch nicht greifen konnte.

Doch eigentlich wollte ich das gar nicht herausfinden.

Ich hatte bereits mehr als genug Themen, die ich in der Klinik irgendwie bewältigen musste.

Mit der Zeit taute ich langsam auf.

Meine aggressive, ablehnende Haltung gegenüber den anderen Patienten verschwand allmählich.

Ich begann mit ihnen zu reden.

Lernte ihre Geschichten kennen.

Ihre Probleme.

Ihre Traumata.

Und plötzlich begann ich mich zu schämen.

Hier waren Menschen, die in meinen Augen viel Schlimmeres erlebt hatten als ich.

Menschen mit schweren Verlusten.

Mit Gewalt.

Mit Krankheiten.
Mit furchtbaren Kindheiten.
Und ich?
Ich war doch „nur“ während einer Operation wach gewesen.
Noch immer versuchte ich ständig, alles herunterzuspielen.
Mich selbst zusammenzureißen.
Stell dich nicht so an.
Reiß dich zusammen.
Du hast einen Mann und zwei Kinder.
Die brauchen dich.
Alle machen sich nur Sorgen wegen dir.
Also funktioniere endlich wieder.
Diese Gedanken liefen ununterbrochen in meinem Kopf.
Wie eine Stimme, die niemals still wurde.
Am zweiten Wochenende durfte ich zum ersten Mal nach Hause.
Eigentlich hätte ich mich freuen müssen.
Endlich wieder bei meinen Kindern.
Bei meinem Mann.
Im eigenen Zuhause.
Aber schon kurz nachdem ich dort war, kamen zum ersten Mal diese
schlimmen Gedanken.
Meine Kinder waren noch so klein.
Sieben und zwei Jahre alt.
Sie brauchten mich.
Meine Aufmerksamkeit.
Meine Liebe.
Meine Nähe.
Aber ich war mit allem sofort überfordert.
Mit der Lautstärke.
Mit dem Chaos.
Mit den Bedürfnissen der Kinder.
Schon Kleinigkeiten brachten mich an meine Grenzen.
Und während ich meine Kinder ansah, fühlte ich plötzlich etwas, das mir
sofort Angst machte:
Ich hatte das Gefühl, ihnen nicht mehr gerecht zu werden.
Ich fühlte mich furchtbar.
Ich wollte für meine Kinder da sein.
Wollte mit ihnen spielen.
Ihnen zuhören.
Sie in den Arm nehmen.
Aber ich konnte einfach nicht.

Alles war zu viel.

Die Lautstärke.

Die Nähe.

Die Verantwortung.

Selbst kleine alltägliche Situationen überforderten mich plötzlich vollkommen.

Mein Mann versuchte währenddessen irgendwie, alles am Laufen zu halten.

Die Kinder.

Den Haushalt.

Mich.

Und ich sah dabei zu und fühlte mich nur noch schlechter.

Denn eigentlich hätte ich diejenige sein müssen, die das alles schafft.

Aber stattdessen wollte ich nur noch zurück.

Zurück in die Klinik.

In dieses kleine Zimmer, das inzwischen zu meiner sicheren Blase geworden war.

Dort musste ich nicht funktionieren.

Dort erwartete niemand etwas von mir.

Und dieser Gedanke machte mir fast genauso viel Angst wie alles andere.

Als ich zurück in die Klinik kam, fiel ich in schwere Depression.

Zumindest fühlte es sich so an.

Ich lag nur noch im Bett.

Die Vorhänge zugezogen.

Dunkelheit.

Ruhe.

Mehr konnte ich nicht mehr ertragen.

Jedes Geräusch war zu viel.

Jedes Gespräch.

Jeder Mensch.

Selbst die einfachsten Dinge kosteten plötzlich Kraft.

Duschen.

Aufstehen.

Essen.

Manchmal lag ich einfach nur da und starrte die Wand an.

Ohne Gedanken.

Ohne Gefühle.

Als hätte mein Körper und mein Kopf gleichzeitig aufgegeben.

Ich fühlte mich leer.

Und gleichzeitig voller Schuld.

Schuld gegenüber meinen Kindern.

Meinem Mann.

Meinen Eltern.

Aber auch gegenüber mir selbst.

Immer öfter begann ich darüber nachzudenken, was andere jetzt wohl von mir dachten.

Ob sie glaubten, ich sei schwach geworden.

Ob sie verstanden, warum ich plötzlich nicht mehr funktionierte.

Und dann kam dieser Gedanke, der mir am meisten Angst machte:

Was, wenn ich nie wieder als Krankenschwester arbeiten kann?

Krankenschwester zu werden war immer mein Traum gewesen.

Schon als Kind.

Meine Mutter war mein großes Vorbild.

Ich hatte bewundert, wie sie arbeitete, wie sie war, wer sie war.

Wie selbstverständlich sie Menschen half.

Und als ich mein Examen bestanden hatte, war sie unglaublich stolz gewesen.

Besonders, weil ich direkt nach der Ausbildung übernommen wurde.

In genau der Klinik, in der auch sie gearbeitet hatte.

Früher hatte mich dieser Gedanke stolz gemacht.

Jetzt fühlte es sich plötzlich an, als würde ich alles verlieren, was mich ausgemacht hatte.

Für mich waren Menschen mit Depressionen früher einfach nur schwach.

Oder faul.

Zumindest dachte ich das.

Wenn bei einer Aufnahme in der Krankengeschichte „Depression“ stand, war ich innerlich oft schon fertig mit dem Thema.

Schublade auf.

Mensch rein.

Heute schäme ich mich dafür.

Aber damals war ich einfach zu jung.

Zu naiv.

Zu unwissend darüber, was psychische Erkrankungen wirklich mit einem Menschen machen können.

Und jetzt saß ich selbst hier.

In einer psychosomatischen Klinik.

Kam kaum noch aus dem Bett.

Und verstand plötzlich gar nichts mehr.

Konnte ich wirklich nichts dafür?

Oder war ich einfach nur nicht stark genug?

Müsste ich mich einfach mehr zusammenreißen?

Strenger mit mir sein?

Schließlich passieren vielen Menschen schlimme Dinge.

Und trotzdem leben sie weiter.

Funktionieren.

Arbeiten.

Lachen.

Warum konnte ich das plötzlich nicht mehr?

Dann kamen die ersten Suizidgedanken.

Nicht plötzlich.

Nicht wie in Filmen.

Eher leise.

Schleichend.

Am Anfang waren es nur kurze Gedanken.

Was wäre, wenn ich einfach nicht mehr da wäre?

Vielleicht wäre dann alles leichter.

Für meinen Mann.

Für meine Eltern.

Für die Kinder.

Denn was hatten sie noch von mir?

Ich war zwar körperlich da.

Aber innerlich längst verschwunden.

Diese Gedanken machten mir Angst.

Gleichzeitig fühlten sie sich erschreckend ruhig an.

Fast logisch.

Und genau das erschreckte mich am meisten.

Irgendwann begann ich darüber nachzudenken, doch Psychopharmaka zu nehmen.

Vielleicht gab es einfach keinen anderen Ausweg mehr.

Man erklärte mir, dass diese Medikamente oft erst nach mehreren Wochen wirken würden.

Vier Wochen.

Sechs Wochen.

Aber was hatte ich noch zu verlieren?

Schlimmer konnte es doch kaum noch werden.

Dachte ich zumindest.

Zur gleichen Zeit bekam ich eine neue Therapie angeboten.

Eine spezielle Therapeutin, von der meine Mitpatienten regelrecht begeistert waren.

Bis heute weiß ich nicht genau, wie diese Therapie eigentlich hieß.

Und ehrlich gesagt verstand ich damals auch überhaupt nicht, was dort passieren sollte.

Die anderen Patienten erzählten mir, die Therapeutin würde bestimmte Punkte am Körper drücken.

Und plötzlich hätten sie Dinge gesehen.
Gefühle gespürt.
Erinnerungen wahrgenommen.
Als würden sich innere Knoten lösen.
Für mich klang das vollkommen surreal.
Fast esoterisch.
Und trotzdem schienen alle danach verändert zu sein.
Ruhiger.
Erleichtert.
Als hätte jemand etwas Schweres aus ihnen herausgenommen.
Nur ausgewählte Patienten durften zu ihr.
Und meine Therapeutin wollte unbedingt, dass ich es versuche.
„Lassen Sie sich darauf ein“, sagte sie zu mir.
„Versuchen Sie es ernsthaft, okay?“
Ich erinnere mich noch genau, wie skeptisch ich sie damals ansah.
Ich hielt von solchen Dingen eigentlich überhaupt nichts.
Für mich klang das alles eher nach Esoterik als nach echter Therapie.
Aber gut.
Ich wollte es trotzdem versuchen.
Vielleicht auch einfach, weil ich inzwischen nach jedem kleinen Strohalm griff.
Und neugierig war ich ja trotzdem.
Also ging ich zu meiner ersten Sitzung.
Der Raum wirkte ruhig.
Gedämpftes Licht.
Warme Farben.
Ich sollte mich auf den Rücken auf eine Liege legen.
Die Therapeutin deckte mich mit einer weichen, flauschigen Decke zu.
Sie sah genau so aus, wie man sich eine typische Esoterikfrau vorstellt.
Ruhig.
Sanfte Stimme.
Irgendwie komplett anders als alle Menschen im Krankenhaus.
Dann setzte sie sich hinter mich.
Sie legte beide Hände unter meinen Kopf.
Ihre Fingerspitzen drückten leicht gegen den Schädelansatz in meinem Nacken.
Es tat nicht weh.
Es fühlte sich einfach nur seltsam an.
Ich lag da und starrte an die Decke.
Und jetzt?

War das schon alles?

Dann sagte sie ruhig:

„Schließen Sie die Augen und entspannen Sie sich.“

Fast hätte ich darüber gelacht.

Entspannen?

Als hätte ich das nicht längst verlernt.

Seit der Operation fühlte sich selbst das Schließen meiner Augen gefährlich an.

Und schon gar nicht konnte ich das, wenn eine fremde Person im Raum war.

Mich berührte.

„Versuchen Sie es einfach“, sagte sie ruhig.

Also schloss ich die Augen.

Und wie so oft tat ich etwas, das für mich völlig normal war.

Etwas, das ich schon tat, solange ich denken konnte.

Wenn ich in Situationen war, in denen ich nicht sein wollte, verschwand ich einfach.

Nicht körperlich.

Aber innerlich.

Ich stieg aus meinem Körper aus.

Dann fühlte ich nichts mehr.

Keine Angst.

Keine Berührungen.

Keine Geräusche.

Nichts störte mich dann noch.

Ich war einfach nicht mehr richtig da.

Plötzlich hörte ich ihre Stimme wie aus weiter Ferne.

„Wo haben Sie das gelernt?“

Erschrocken öffnete ich die Augen.

Sofort war ich wieder zurück.

Zurück in meinem Körper.

„Was meinen Sie?“, fragte ich irritiert.

Sie sah mich ruhig an.

„Wo haben Sie gelernt, Ihren Körper zu verlassen?“

In diesem Moment wurde mir plötzlich heiß.

Ich fühlte mich ertappt.

Beschämt.

Aufgewühlt.

Aber warum eigentlich?

Das war doch völlig normal.

Zumindest für mich.

„Das mache ich immer so“, sagte ich leise.

„Wie soll ich das gelernt haben?“

Ich verstand ihre Frage überhaupt nicht.

Ich kannte es nicht anders.

Sie wollte weitermachen.

Aber ich machte sofort dicht.

Plötzlich fühlte ich mich unwohl.

Beobachtet.

Fast enttarnt.

Also stand ich einfach auf und ging.

Zurück in mein Zimmer.

Dort setzte ich mich auf mein Bett und versuchte zu verstehen, was sie eigentlich gemeint hatte.

„Den Körper verlassen.“

Was sollte das heißen?

Machte das nicht jeder so?

Wenn Situationen zu viel wurden?

Einfach innerlich verschwinden.

Nichts mehr fühlen.

Sich wegdenken.

Mich hatte das mein ganzes Leben lang gerettet.

Zumindest glaubte ich das.

Und vielleicht war ich einfach so.

Anders.

Schon immer.

Ich wusste nicht, wie ich damit umgehen sollte.

Die nächsten Tage dachte ich immer wieder an diese Sitzung.

An ihre Frage.

„Wo haben Sie gelernt, Ihren Körper zu verlassen?“

Je mehr ich darüber nachdachte, desto unruhiger wurde ich.

Denn eigentlich machte ich das schon immer so.

Es war nichts Besonderes für mich.

Es war einfach meine Art, mit Dingen umzugehen.

Bis zu meinem nächsten Einzelgespräch mit meiner Therapeutin.

Ich erzählte ihr von der Sitzung.

Davon, wie irritiert mich das alles gemacht hatte.

Dass ich überhaupt nicht verstand, warum das etwas Auffälliges sein sollte.

„Ich mache das doch immer so“, sagte ich irgendwann.

„Eigentlich schon mein ganzes Leben.“

Meine Therapeutin sah mich ruhig an.

Dann sagte sie:

„Meine Kollegin hat mir davon erzählt.“

Kurze Pause.

„Und ehrlich gesagt habe ich genau das erwartet.“

Ich starrte sie an.

Erwartet?

Wie konnte sie so etwas erwarten?

Sie kannte mich doch kaum.

„Wie meinen Sie das?“, fragte ich irritiert.

Sie schwieg kurz, als würde sie ihre Worte vorsichtig wählen.

Dann sagte sie ruhig:

„Ich habe sehr schnell gespürt, dass hinter Ihrer Reaktion auf die Operation noch viel mehr steckt.“

Ich merkte sofort, wie mein Körper wieder angespannt wurde.

Dann sprach sie weiter.

„Das ist kein einfaches Trauma.“

Kurze Pause.

„Das ist eine komplexe posttraumatische Belastungsstörung.“

„Sie dissoziieren“, sagte sie ruhig.

„So nennt man das, wenn Menschen ihren Körper verlassen, um sich zu schützen.“

Ich sagte nichts.

„Das ist ein Schutzmechanismus“, erklärte sie weiter.

„So etwas entwickeln Menschen oft, wenn sie über längere Zeit missbraucht oder misshandelt werden.“

In meinem Kopf wurde plötzlich alles laut.

Über längere Zeit?

Nein.

Da war doch nur dieser eine Vorfall im Wald gewesen.

Mit sechs Jahren.

Und dann jetzt die Operation.

Mehr nicht.

Ich spürte sofort, wie mein Körper sich anspannte.

Wie innerlich alles dicht machte.

„Aber bei der Operation habe ich das nicht gemacht“, sagte ich schließlich.

Meine Stimme klang leise.

Fast trotzig.

Denn genau das verstand ich nicht.

Im OP war ich nicht verschwunden.

Ich hatte alles gespürt.

Jede Sekunde.

Jeden Handgriff.

Jeden Schmerz.

„Erzählen Sie mir bitte noch einmal von dem Vorfall, als Sie ein Kind waren“, sagte sie ruhig.

Also erzählte ich es ihr erneut.

Ganz sachlich.

Fast so, als würde ich die Geschichte von jemand anderem erzählen.

Den Wald.

Das Spiel.

Mein Kleid.

Den Schmerz.

Mehr nicht.

Keine Tränen.

Keine Angst.

Keine Wut.

Nichts.

Es war einfach eine Erinnerung in meinem Kopf.

Etwas, von dem ich wusste, dass es passiert war.

Nicht mehr und nicht weniger.

Während ich erzählte, beobachtete meine Therapeutin mich aufmerksam.

Dann sagte sie irgendwann leise:

„Genau das meine ich.“

Ich verstand sie nicht.

„Sie erzählen von einer Vergewaltigung im Kindesalter“, sagte sie vorsichtig.

„Aber Sie fühlen dabei nichts.“

Ich schwieg.

Denn genau so war es.

Es war passiert.

Ich wusste das.

Und gut.

Mehr war da nicht.

Zumindest glaubte ich das.

„Sie haben keinerlei Erinnerungen an die Zeit direkt danach“, sagte meine Therapeutin ruhig.

„Nicht daran, wie Sie nach Hause gekommen sind.

Nicht daran, wie die Tage danach waren.“

Sie machte eine kurze Pause.

„Und Ihre nächsten richtigen Erinnerungen beginnen erst wieder mit ungefähr neun Jahren? Mit Ihrer Kommunion?“

Ich nickte.
Das hatte ich ihr bereits erzählt.
Und eigentlich war mir das selbst schon oft aufgefallen.
Ich hatte grundsätzlich kaum Erinnerungen an meine Kindheit.
Meine Eltern oder meine Oma erzählten manchmal Geschichten von früher.
Von Urlaube.
Von Familienfeiern.
Von Situationen, bei denen ich dabei gewesen sein musste.
Und ich wusste oft überhaupt nicht, wovon sie sprachen.
Andere Menschen konnten stundenlang von ihrer Kindheit erzählen.
Ich nicht.
Meine Erinnerungen bestanden eher aus einzelnen Bildern.
Wie lose Inseln.
Ich erinnerte mich an den Kindergarten.
An meine erste und zweite Tagesmutter.
Dann plötzlich an die Einschulung.
Später an meine Kommunion.
Ein paar einzelne Erinnerungen als Teenager.
Mit vierzehn pflegte ich meinen Vater.
Meine Tante starb.
Aber wirklich zusammenhängend erinnern konnte ich mich eigentlich erst
wieder ab ungefähr der zehnten Klasse.
Dann wurde alles klarer.
Meine Ausbildung.
Meine Arbeit.
Die Geburt meiner Kinder.
Davor fühlte sich meine Erinnerung oft an wie Nebel.
„Ich glaube, dass in Ihrer frühen Kindheit noch mehr passiert ist“, sagte
sie irgendwann ruhig.
In mir erstarrte sofort alles.
Noch mehr?
Das war lächerlich.
Nein.
Da war nichts mehr.
„Daran würde ich mich doch erinnern“, sagte ich sofort.
Fast schon vorwurfsvoll.
„Ich erinnere mich doch auch an die Vergewaltigung.“
Und das stimmte ja.
Ich erinnerte mich an den Wald.
An das Kleid.
An den Schmerz.

Nur eben ohne Gefühle dazu.

Aber eigentlich hatte ich das immer als etwas Gutes empfunden.

Es war einfacher so.

Praktischer.

Ich fühlte mich dadurch schließlich nicht wirklich beeinträchtigt.

Zumindest redete ich mir das ein.

Ja gut...

beim Geschlechtsverkehr war ich nie wirklich entspannt gewesen.

Vertrauen fiel mir schwer.

Ich war immer sehr verklemmt.

Sehr schüchtern.

Und Nähe hatte sich oft eher wie etwas angefühlt, das man irgendwie aushalten musste.

Aber auch das hatte ich nie hinterfragt.

Für mich war das eben normal.

So war ich halt.

Dachte ich zumindest.

„Vielleicht haben Sie es verdrängt“, sagte sie vorsichtig.

„Aus Schutz.“

Ich schwieg.

„Aber Ihr Körper erinnert sich möglicherweise trotzdem.“

Sie sprach ruhig weiter.

„Das OP-Erlebnis hat vielleicht etwas wieder ausgelöst.“

„So etwas passiert häufiger, als man denkt.“

Ich spürte, wie mein Körper sich erneut anspannte.

Sie erklärte, dass der Kopf Erinnerungen verdrängen könne.

Der Körper aber oft nicht.

Und plötzlich ergaben Dinge Sinn, die ich vorher nicht verstanden hatte.

Warum bestimmte Gerüche sofort Panik in mir auslösten.

Warum ich Angst vor Männern bekam.

Warum Berührungen plötzlich unerträglich waren.

Warum mein Körper reagierte, obwohl mein Verstand manchmal gar nicht verstand, weshalb.

„Der Körper erinnert sich oft früher als der Kopf“, sagte sie leise.

Ich starrte sie einfach nur an.

Denn ein Teil von mir wollte ihr glauben.

Und ein anderer Teil wollte einfach nur weglaufen.

Aber ich erinnerte mich beim besten Willen an nichts.

Egal wie sehr ich nachdachte.

Egal wie sehr ich versuchte, irgendeine weitere Erinnerung festzuhalten.

Da war nichts.

Nur Leere.

„Es wird zurückkommen, wenn Sie mental dazu bereit sind“, sagte meine Therapeutin ruhig.

„Es jetzt krampfhaft hervorzuholen würde alles wahrscheinlich nur schlimmer machen.“

Sie sah mich ernst an.

„Dafür sind Sie im Moment zu instabil.“

Instabil.

Dieses Wort traf mich.

Früher hätte ich niemals gedacht, dass einmal jemand mich so beschreiben würde.

Sie erklärte mir, dass wir uns zuerst auf das konzentrieren müssten, was bereits bekannt war.

Die Operation.

Die Panikattacken.

Die Depression.

Die Dissoziation.

Alles andere müsse warten.

Dann sprach sie etwas aus, das mir erneut Angst machte.

Sie empfahl mir eine spezielle Traumatherapie.

In einer anderen Klinik.

„Für uns hier ist das zu komplex“, sagte sie offen.

„Wir können Sie stabilisieren.

Medikamentös einstellen.

Ihnen erste Werkzeuge geben.“

Kurz schwieg sie.

„Aber Sie haben noch viele Jahre Therapie vor sich.“

Viele Jahre.

Als sie das sagte, fühlte es sich an, als würde mir plötzlich der Boden unter den Füßen weggezogen.

Denn bis zu diesem Moment hatte ich immer noch gehofft, dass das alles bald vorbei sein würde.

Dass ich einfach irgendwann wieder die Alte sein könnte.

Aber zum ersten Mal begriff ich langsam:

Vielleicht würde nichts davon schnell verschwinden.

„Nein“, sagte ich sofort.

„Das brauche ich nicht.“

Allein der Gedanke an weitere Kliniken und jahrelange Therapie machte mir Angst.

Ich wollte das alles nicht.

Ich wollte zurück in mein Leben.

Zurück in meinen Alltag.

Zu meiner Familie.

Ich wollte wieder arbeiten.

Wieder normal sein.

„So schlimm ist es nicht“, sagte ich schließlich.

Zumindest versuchte ich das weiterhin zu glauben.

Denn die andere Möglichkeit hätte bedeutet, akzeptieren zu müssen, dass mein ganzes Leben gerade auseinanderbrach.

Und dafür war ich noch nicht bereit.

Drei Monate verbrachte ich schließlich in der Klinik.

Langsam lernte ich dort zum ersten Mal überhaupt, über Gefühle zu sprechen.

Über Angst.

Über Wut.

Über Scham.

Und Stück für Stück kam auch ein kleines bisschen Sicherheit zurück.

Zumindest genug, um wieder atmen zu können, ohne ständig das Gefühl zu haben zu zerbrechen.

Die Medikamente halfen ebenfalls.

Vor allem gegen diese ständige Aggression, die ich plötzlich gegen alles und jeden gespürt hatte.

Die Welt fühlte sich nicht mehr ganz so feindlich an.

Langsam begann ich mir Gedanken darüber zu machen, wie es zuhause weitergehen sollte.

Eines wurde mir in der Klinik allerdings immer klarer:

Als Krankenschwester konnte ich vorerst nicht mehr arbeiten.

Nicht solange dieses Trauma noch so präsent war.

Meine Therapeutin sah das genauso.

„Suchen Sie sich etwas, das Ihnen wirklich Freude macht“, sagte sie.

„Etwas, das Sie erfüllt und Sie nicht ständig wieder zurückwirft.“

Aber was sollte das sein?

Ich hatte doch immer nur Krankenschwester sein wollen.

Schon als Kind.

Das war nicht einfach nur ein Beruf gewesen.

Es war ein Teil von mir.

Vielleicht sogar der wichtigste.

Ich hatte diesen Beruf mit Leib und Seele gemacht.

Und plötzlich stellte ich mir zum ersten Mal eine Frage, die mir Angst machte:

Wenn ich das nicht mehr bin...

bin ich dann überhaupt noch etwas wert?

Außerdem dachte ich ständig an meine Kollegen.

Was würden sie sagen?

Wie sollte ich ihnen erklären, warum ich plötzlich nicht mehr zurückkomme?

Wie erklärt man jemandem, dass genau die Welt, in der man sich immer sicher gefühlt hat, plötzlich zur größten Angst geworden ist?

In der Klinik entdeckte ich während der Kunsttherapie plötzlich eine andere Seite von mir.

Eine kreative Seite.

Etwas, das ich vorher kaum wahrgenommen hatte.

Zum ersten Mal seit langer Zeit fühlte sich etwas nicht nur nach Überleben an.

Sondern nach mir.

Ich begann zu malen.

Zu gestalten.

Und langsam entstand der Wunsch, meinen Fokus in Zukunft mehr darauf zu legen.

Vielleicht, weil Kunst Dinge ausdrücken konnte, für die ich selbst oft keine Worte hatte.

Nach drei Monaten wurde ich schließlich entlassen.

Einigermaßen stabil.

Zumindest stabil genug für den Alltag.

Arbeitsfähig war ich allerdings noch lange nicht.

Zuhause funktionierte es irgendwie.

Zumindest nach außen.

Aber innerlich war ich schnell wieder an dem Punkt völliger Überforderung angekommen.

Natürlich suchte ich mir keine ambulante Therapeutin.

Ich redete mir ein, dass ich das schon alleine schaffen würde.

Wie immer.

Meine Hausärztin schrieb mich weiterhin krank.

Immer wieder vier Wochen.

Monatelang.

Die Medikamente nahm ich weiter.

Aber mehr tat ich nicht.

Ich funktionierte irgendwie.

Lächelte, wenn ich eigentlich weinen wollte.

Und begann mir für die Außenwelt eine perfekte Maske aufzubauen.

Denn niemand sollte wissen, dass ich psychisch krank war.

Ich.

Diejenige, die früher selbst über solche Menschen geurteilt hatte.

Diejenige, die dachte, Depressionen seien einfach Schwäche.

Faulheit.

Zu wenig Disziplin.

Und jetzt war ich plötzlich selbst genau diese Person geworden.

Die Person in meiner eigenen Schublade.

In die Schublade, in die ich früher alle anderen gesteckt hatte.

Dieser Gedanke fraß mich auf.

Ich wusste irgendwann nicht mehr, wer ich eigentlich noch war.

Oder was ich überhaupt noch auf dieser Welt sollte.

Ich hatte das Gefühl, meinen kompletten Lebenssinn verloren zu haben.

Nichts von dem, was mich früher ausgemacht hatte, fühlte sich noch nach mir an.

Auch die Beziehung zu meinem Mann wurde immer schwieriger.

Ich konnte keine Nähe mehr zulassen.

Keine Intimität.

Und plötzlich fühlte ich mich schuldig, sobald wir uns näher kamen.

Dreckig.

Als hätte ich etwas falsch gemacht.

Ich verstand überhaupt nicht, woher diese Gefühle plötzlich kamen.

Früher war ich zwar immer eher schüchtern und gehemmt gewesen.

Aber das hier war etwas anderes.

Etwas viel Dunkleres.

Manchmal hielt ich seine Berührungen kaum noch aus.

Nicht weil ich ihn nicht liebte.

Sondern weil mein Körper plötzlich mit Angst reagierte, obwohl mein Kopf wusste, dass ich sicher war.

Und irgendwann begann ich sogar darüber nachzudenken, mich zu trennen.

Nicht weil ich das wollte.

Sondern weil ich überzeugt war, dass er etwas Besseres verdient hatte als mich.

Und ständig war da dieser Satz in meinem Kopf.

Wie ein Echo, das nicht mehr verschwand.

„Ich glaube, in Ihrer frühen Kindheit ist Ihnen noch mehr passiert.“

Egal was ich tat, ich bekam diesen Gedanken nicht mehr los.

Tagsüber nicht.

Nachts nicht.

Immer wieder fragte ich mich, ob sie vielleicht recht hatte.

Und gleichzeitig wollte ich das überhaupt nicht glauben.

Denn wenn da wirklich noch mehr gewesen war...

warum wusste ich dann nichts davon?

Aber genau dieser Gedanke ließ mich nicht mehr los.

Ich wollte plötzlich wissen, ob da noch etwas war.

Denn wie sollte ich von etwas heilen, an das ich mich nicht einmal erinnern konnte?

Schließlich suchte ich mir doch Hilfe.

Eine Psychiaterin.

Und eine Psychologin, zu der ich einmal pro Woche für eine Stunde ging.

Eigentlich wollte ich das alles nie.

Noch immer fühlte es sich falsch an, selbst „so jemand“ zu sein.

Aber alleine schaffte ich es offensichtlich nicht mehr.

Zum Glück war mir meine Psychologin sofort sympathisch.

Ruhig.

Warm.

Nicht aufdringlich.

Und erstaunlicherweise konnte ich relativ schnell Vertrauen zu ihr aufbauen.

Vielleicht auch, weil ich inzwischen einfach zu erschöpft war, weiterhin gegen alles anzukämpfen.

Innerhalb weniger Wochen hatte ich ihr fast mein ganzes Leben erzählt.

Die Operation.

Die Klinik.

Die Panikattacken.

Die Vergewaltigung im Wald.

Meine Ängste.

Meine Schuldgefühle.

All die Dinge, über die ich früher niemals gesprochen hätte.

Sie interessierte sich besonders dafür, warum ich meinen Eltern nie etwas erzählt hatte.

Und warum mir nach dem Vorfall plötzlich mehrere Jahre Erinnerung fehlten.

Ich musste lange darüber nachdenken.

Dann versuchte ich ihr zu erklären, wie unser Leben damals gewesen war.

Meine Eltern arbeiteten unglaublich viel.

Das neue Haus.

Die Renovierung.

Dann die ständigen Probleme mit meinem Bruder.

Irgendwann eskalierte zuhause alles so sehr, dass er mit zwölf Jahren in eine Wohngruppe kam.

Und später wurde auch noch mein Vater krank.

Während ich erzählte, merkte ich plötzlich selbst, wie oft ich dabei Wörter wie „müssen“ und „funktionieren“ benutzte.

„Ich wollte einfach keine zusätzlichen Probleme machen“, sagte ich irgendwann leise.

„Es gab davon sowieso schon genug.“

Also funktionierte ich.

Ich war fleißig in der Schule.

Schrieb gute Noten.

War immer freundlich.

Immer angepasst.

Lehrers Liebling.

Mit dreizehn schmiss ich bereits den kompletten Haushalt mit.

Nicht weil ich musste.

Sondern weil es einfach nicht anders ging.

Meine Mutter arbeitete im Schichtdienst.

Frühdienst.

Spätdienst.

Nachtdienst.

Wochenenden.

Feiertage.

Manchmal sah ich sie eine ganze Woche lang kaum.

Und mein Vater war bis zu seiner Erkrankung LKW-Fahrer.

Oft war er nur am Wochenende zuhause.

Damals kam mir das alles völlig normal vor.

Heute frage ich mich manchmal, ob ich jemals wirklich Kind gewesen bin.

Meine Eltern brachten mir früh bei, überall mit anzupacken.

Ich wurde in alles mit eingebunden.

Bohren.

Streichen.

Tapezieren.

Renovieren.

Damals war ich stolz darauf.

Als junge Erwachsene konnte ich gefühlt alles.

Dinge, an denen andere völlig scheiterten, waren für mich selbstverständlich.

Und ich mochte dieses Gefühl, gebraucht zu werden.

Nützlich zu sein.

Stark zu sein.

Damals empfand ich das als etwas Besonderes.

Heute weiß ich, dass ich einfach viel zu früh erwachsen werden musste.

Ich hatte früh gelernt, dass ich vor allem dann etwas wert war, wenn ich funktionierte.

Wenn ich etwas leistete.

Wenn ich half.

Ausruhen gab es nicht.

Jammern auch nicht.

Egal wie schlimm etwas war, es wurde weitergemacht.

Und bitte dabei noch lächeln.

Vielleicht fiel mir genau deshalb später alles so schwer.

Weil ich nie gelernt hatte, schwach sein zu dürfen.

Während der Therapie bei meiner neuen Psychologin kreisten meine Gedanken immer wieder um dieselbe Frage.

Was, wenn da tatsächlich noch mehr war?

Irgendetwas in meiner frühen Kindheit, das ich vergessen hatte.

Etwas, an das mein Körper sich erinnerte, mein Kopf aber nicht.

Irgendwann sprach ich mit meiner Mutter darüber.

Vorsichtig.

Ohne ihr von der Vergewaltigung im Wald zu erzählen.

Ich erwähnte nur die Vermutung meiner Therapeutinnen, dass vielleicht noch etwas in meiner Kindheit passiert sein könnte.

Meine Mutter reagierte zuerst erschrocken.

Dann plötzlich ganz klar.

Fast entschieden.

„Nein“, sagte sie sofort.

„Das kann nicht sein.“

Sie schüttelte den Kopf.

„Das hätten wir gemerkt.“

Kurz schwieg sie.

„Vielleicht hatten wir nicht immer viel Zeit für dich“, sagte sie leiser.

„Aber sowas hätten wir gemerkt.“

Dann sah sie mich direkt an.

„Das hättest du erzählt.“

Wenn sie nur wüsste.

Während sie das sagte, wusste ich plötzlich wieder ganz genau, warum ich meinen Eltern niemals von der Vergewaltigung erzählt hatte.

Und warum ich es wahrscheinlich auch nie tun würde.

Denn ihre Reaktion bestätigte genau das, was ich mein ganzes Leben lang gefühlt hatte:

Ich durfte keine zusätzlichen Probleme machen.

Sie sollten sich keine Sorgen machen.

Keine Vorwürfe.

Denn selbst wenn sie die Wahrheit kennen würden – ändern würde es nichts mehr.

Ungeschehen machen konnte es sowieso niemand.

Trotzdem ließ das Gespräch meine Mutter offenbar nicht mehr ganz los.

Immer wieder fragte sie später beiläufig nach.

Ganz vorsichtig.
Fast unauffällig.
Meine Mutter war immer mein Vorbild gewesen.
Meine Heldin.
Ich wollte immer so sein wie sie.
Und ich war ihr nie böse.
Auch meinem Vater nicht.
Sie hatten sich dieses Leben schließlich auch nicht ausgesucht.
Sie arbeiteten hart, um uns etwas bieten zu können.
Wir hatten ein schönes Zuhause.
Und mein Bruder...
ihm wollten sie mit der Adoption eigentlich nur ein besseres Leben ermöglichen.
Ohne sie wäre er vermutlich im Heim aufgewachsen.
Doch dann kam alles anders.
Er rebellierte.
Zuhause eskalierte es immer mehr.
Und später wurde mein Vater krank.
Mit einundvierzig Frührentner.
Wenn ich heute daran denke, sehe ich keine schlechten Eltern.
Ich sehe zwei Menschen, die selbst völlig überfordert waren.
Was hätte es also gebracht, ihnen alles zu erzählen?
Sie würden sich nur schuldig fühlen.
Dabei wussten sie ohnehin längst, dass kaum Zeit für mich geblieben war.
Dass mein Bruder fast alle Kraft in unserer Familie aufgebraucht hatte.
Und genau dafür machten sie sich schon genug Vorwürfe.
Fast ein Jahr nach der Operation fiel schließlich die Entscheidung, die Klinik zu verklagen.
Nicht aus Rache.
Sondern weil mein Leben inzwischen vollkommen zerbrochen war.
Ich hatte versucht, mich selbstständig zu machen.
Und war kläglich gescheitert.
Beruflich war ich an einem absoluten Tiefpunkt angekommen.

Dem Trauma der Operation musste ich mich immer wieder stellen. Die erste Operation nach dieser Erfahrung war eine Notoperation.

Ich kam mit plötzlich starken Schmerzen in die Klinik.
CT. Untersuchungen. Hektik. Ein Nierenstein hatte sich gelöst und steckte im Harnleiter fest. Der Urin konnte nicht mehr richtig ablaufen und staute sich bis in die Niere zurück. Es musste sofort eine Harnleiterschlinge gelegt werden. Ich war allein. Mein Mann versuchte alles, um zu mir zu kommen, aber zuhause waren die Kinder. Während Ärzte und

Pflegekräfte routiniert um mich herumliefen, raste mein Herz immer schneller.

Nicht wegen der Schmerzen.

Wegen der Angst.

Der Angst, dass es wieder passiert.

Ich erklärte dem Narkosearzt unter Tränen, warum ich solche Panik hatte. Ich bat darum, während der Operation eine Hirnstrommessung durchzuführen, damit man erkennen würde, falls ich wach sein sollte.

Er reagierte gelassen. Fast beiläufig.

Als hätte ich über etwas Unwichtiges gesprochen.

Man gab mir Beruhigungstabletten, doch sie halfen nicht. Mein Herz schlug so heftig, dass ich das Gefühl hatte, jeder im Raum müsste es hören können.

Als die Schwestern kamen, um mich in den OP zu bringen, weigerte ich mich.

Ich konnte nicht.

Mein Körper machte einfach nicht mehr mit.

Kurz darauf stand der Narkosearzt persönlich in meinem Zimmer. Er sprach ruhig auf mich ein. Ich müsse jetzt keine solche Panik machen, schließlich würde mich ja heute niemand aufschneiden.

Für ihn war es eine Routineoperation.

Für mich war es der Moment, in dem mein schlimmster Albtraum wieder greifbar wurde.

Sie schoben mein Bett Richtung Aufzug.

Und als sich die Türen öffneten, stand dort plötzlich mein Mann.

Komplett durchnässt vom Regen.

Bis heute weiß ich nicht, wie er es rechtzeitig geschafft hatte.

Er drückte meine Hand, gab mir einen Kuss und sagte nur:
,Du schaffst das.'

In diesem Moment hatte ich zum ersten Mal das Gefühl, nicht mehr ganz alleine zu sein.

Zum Glück ging bei dieser Operation alles gut.

Doch im Nachhinein erklärte mir der Anästhesist etwas, das mein Leben komplett beeinflussen würde.

,Sie haben extrem viel Narkosemittel gebraucht. Ich dachte schon, Sie würden stundenlang im Aufwachraum liegen. Aber kaum war der Perfusor aus, waren Sie sofort wach.'

Damals wusste ich noch nicht, dass ich diesen Satz noch viele Male hören würde.

Mittlerweile lagen bereits 22 Operationen hinter mir.

Vor jeder einzelnen musste ich meine Geschichte erneut erzählen. Immer wieder erklären, warum ich solche Angst vor Narkosen hatte. Warum ich auf eine Hirnstrommessung bestand.

Manche reagierten mitfühlend.

Andere wirkten selbst so verunsichert, dass sie die Narkose kaum

durchführen wollten, aus Angst etwas falsch zu machen oder ein Risiko einzugehen.

Doch eines war fast immer gleich:

Nach jeder Operation kam ein Narkosearzt oder eine Narkoseärztin zu mir.

Und jedes Mal hörte ich ähnliche Worte.

So jemanden wie mich hätten sie noch nie erlebt.

Ich brauchte außergewöhnlich viel Narkosemittel – und trotzdem war ich in dem Moment wach, sobald die Medikamente abgestellt wurden.

Mein Körper weigerte sich offensichtlich so sehr dagegen, wieder die Kontrolle abzugeben

Immerhin wurde meiner Bitte nach einer Hirnstrommessung jedes Mal zugestimmt.

Dadurch kam es zum Glück nie wieder zu einem solchen Vorfall.

Trotzdem wurde jeder Krankenhausaufenthalt für mich zu einem Spießrutenlauf.

Für andere Menschen bedeutete ein Krankenhaus Sicherheit.

Für mich bedeutete es Kontrollverlust.

Angst.

Ausgeliefert sein.

Ich verlor immer mehr Vertrauen in die Medizin.

Nach jeder Operation entließ ich mich selbst gegen ärztlichen Rat aus der Klinik. Ich blieb nie länger als absolut notwendig.

Ich wollte einfach nur weg.

Nicht einmal auf der Intensivstation blieb ich.

Ich entließ mich selbst.

Immer.

Egal wie krank ich war.

Die Angst war größer.

Diese Angst begleitete mich nicht nur bei meinen eigenen Arztbesuchen.

Meine Kinder mussten ebenfalls ständig zu Ärzten.

Meine Tochter fiel früh durch Verhaltensauffälligkeiten auf.

Mein Sohn kam mit mehreren Organfehlbildungen zur Welt.

Also saß ich immer wieder in Wartezimmern.

Zwischen weißen Kitteln.

Zwischen Desinfektionsmittelgeruch und piepsenden Geräten.

Zwischen Menschen, denen ich vertrauen sollte, obwohl ich genau das nicht mehr konnte.

Ich hasste Ärzte.

Nicht jeden einzelnen Menschen.

Aber alles, wofür sie in meinem Kopf standen.

Trotzdem durfte ich mir nichts anmerken lassen.

Ich musste funktionieren.

Für meine Kinder.

Je nachdem wie ein Arzt, Psychologe oder Pfleger aussah, kam zusätzlich eine körperliche Angst dazu. Manche Stimmen, manche Bewegungen oder selbst bestimmte Blicke reichten aus, damit mein ganzer Körper in Alarmbereitschaft ging.

Doch ich konnte mich nicht verstecken.

Nicht in die letzte Ecke.

Nicht hinter jemand anderen.

Ich musste mit ihnen reden.

Musste ruhig wirken.

Musste Hände schütteln, Fragen beantworten und Entscheidungen treffen, während in mir alles nach Flucht schrie.

Meine Psychiaterin und meine Psychologin drängten mich immer wieder dazu, endlich eine spezielle Traumatherapie zu machen.

In einer Klinik, zwei Stunden entfernt.

„Ich bin dafür nicht ausreichend spezialisiert“, sagte meine Psychologin irgendwann ganz offen.

Auch meine Psychiaterin wiederholte das immer wieder.

Aber ich blockte ab.

Mittlerweile hatten sich auch in meiner eigenen Familie so viele Probleme angesammelt, dass ich unmöglich monatelang weggehen konnte.

Also redete ich mir erneut ein, dass ich das irgendwie alleine schaffen würde.

Mit noch mehr Medikamenten.

Noch mehr Psychopharmaka.

Und inzwischen auch Schlaftabletten.

Schließlich suchte ich mir eine Anwältin, die auf Medizinrecht spezialisiert war.

Gemeinsam entschieden wir, die Klinik zu verklagen.

Und zusätzlich den Oberarzt persönlich.

Allein dieser Schritt fühlte sich surreal an.

Früher hätte ich mir niemals vorstellen können, einmal selbst gegen ein Krankenhaus vorzugehen.

Gegen genau das System, zu dem ich immer gehört hatte.

Währenddessen sprach meine Psychologin ein Thema an, das ich zunächst völlig absurd fand.

Sie riet mir, einen Rentenantrag zu stellen.

Ich musste lachen.

Rente?

Ich?

Mit siebenundzwanzig Jahren?

Allein das Wort fühlte sich falsch an.
Rente war für alte Menschen.
Für Menschen am Ende ihres Arbeitslebens.
Nicht für mich.
Nicht für eine junge Krankenschwester mit kleinen Kindern.
Ich konnte mir nicht einmal ansatzweise vorstellen, jemals nicht mehr zu arbeiten.
Als ob mir wirklich jemand eine Rente bewilligen würde.
Allein die Vorstellung erschien mir absurd.
Trotzdem stellte ich den Antrag schließlich doch.
Wahrscheinlich auch, weil alle um mich herum inzwischen begriffen hatten, wie schlecht es mir wirklich ging – nur ich selbst nicht und jeder meinte dass es die beste Lösung für mich sei.
Der Antrag war endlos.
Formulare.
Arztberichte.
Schweigepflichtsentbindungen.
Immer wieder musste ich mein gesamtes Leben offenlegen.
Und trotzdem war ich mir sicher, dass es am Ende sowieso abgelehnt werden würde.
Doch dann bekam ich eine Einladung zur Begutachtung beim medizinischen Dienst.
Schon auf dem Weg dorthin war mir schlecht vor Angst.
Eine ältere Ärztin empfing mich.
Streng.
Distanziert.
Ich fühlte mich sofort unwohl.
Sie stellte sich kaum vor.
„Ich bin Ärztin für Nervenheilkunde“, sagte sie nur knapp.
Dann nahm sie meine Unterlagen in die Hand.
„Ich habe Ihre Akte bereits gesichtet.“
Sie begann vorzulesen.
„Depressionen, komplexe PTBS, dissoziative Störung, Borderline...“
Ich erstarrte sofort.
„Borderline?“
Das Wort traf mich völlig unvorbereitet.
Niemand hatte das jemals so direkt zu mir gesagt.
„Ja, Borderline“, sagte sie nüchtern.
„Das schreibt Ihre Psychologin.“
Ich nickte nur.
Darüber wirklich nachdenken konnte ich in diesem Moment gar nicht.

Dieses Wort hing zwar in meinem Kopf fest, aber gleichzeitig fühlte es sich an, als würde gerade alles zu viel werden.

Ich wusste sofort, dass ich meine Psychologin darauf ansprechen musste.

Doch bevor ich weiter darüber nachdenken konnte, blätterte die Gutachterin bereits weiter in meinen Unterlagen.

„Sie hatten einen Vorfall bei einer Operation“, sagte sie schließlich.

Ihre Stimme klang fast gelangweilt.

Desinteressiert.

„Ja“, antwortete ich vorsichtig.

„Ich wurde während der Narkose wach.“

Schon wieder musste ich jemandem alles erzählen.

Schon wieder alles von vorne.

Die Ärztin sah kaum von ihren Unterlagen auf.

Dann fragte sie plötzlich:

„Und was genau war daran für Sie so belastend?“

Ich verstand die Frage zuerst gar nicht richtig.

„Haben die Ärzte schlecht über Sie geredet?
Sie beleidigt?“

Ich starrte sie fassungslos an.

Sie hatte doch alle Unterlagen vor sich.

Alle Berichte.

Die Gutachten.

Das Narkoseprotokoll.

Und trotzdem fragte sie mich, ob jemand schlecht über mich gesprochen hätte?

Mir schossen sofort die Tränen in die Augen.

„Nein“, sagte ich leise.

Meine Stimme zitterte.

„Ich war wach.“

Plötzlich bekam ich kaum noch Luft.

„Ich habe alles gespürt.“

Ich merkte, wie ich zu stottern begann.

„Über zwanzig Minuten.“

Diese Frage brachte mich vollkommen aus der Fassung.

Vielleicht weil mir in diesem Moment klar wurde, dass manche Menschen niemals verstehen würden, was daran so schlimm gewesen war.

„Hatten Sie Schmerzen?“, fragte sie plötzlich scharf.

Ich zuckte innerlich zusammen.

Warum stellte sie diese Fragen so?

Warum fühlte sich das plötzlich an wie ein Verhör?

Ich merkte, wie mein Körper sich anspannte.

Wie ich wieder kleiner wurde.

„Sie haben laut Unterlagen schließlich Schmerzmittel bekommen“, sagte sie sachlich, während sie weiter in meinen Akten blätterte.

Für einen Moment konnte ich gar nicht antworten.

Es war, als würde ich wieder im Krankenhaus sitzen.

Wieder erklären müssen, warum das trotzdem schlimm gewesen war.

Warum ich trotzdem alles gespürt hatte.

Warum mein Körper trotzdem zerbrochen war.

Ich brachte schließlich nur ein leises:

„Ja...“ heraus.

„Erzählen Sie mir von Ihrer Kindheit.“

Ich saß einfach nur da und spürte, wie innerlich bereits alles abschaltete.

Also begann ich wieder zu erzählen.

Monoton.

Ohne Gefühle.

Wie immer.

Dass meine Eltern viel gearbeitet hatten.

Dass kaum jemand zuhause gewesen war.

Dass es ständig Probleme mit meinem Bruder gab.

Dass ich früh funktionieren musste.

Haushalt.

Schule.

Anpassen.

Alles nur noch wie Stichpunkte.

Als würde ich einen fremden Lebenslauf vorlesen.

Ich hörte mich selbst reden und merkte gleichzeitig, wie weit weg ich innerlich plötzlich wieder war.

„Hier steht, Sie wurden mit sechs Jahren von einem Fremden vergewaltigt?“

Ihre Stimme blieb völlig sachlich.

Kalt.

Ich brachte kein Wort heraus.

Ich konnte nur nicken.

In mir zog sich alles zusammen.

Warum fühlte sich das gerade nicht an wie ein Gespräch?

Sondern wie das Abarbeiten einer Akte?

Warum war sie so grausam distanziert?

Ich saß dort und fühlte mich plötzlich wieder wie ein kleines Kind, das am liebsten einfach verschwinden wollte.

Langsam spürte ich wieder diese Wut in mir aufsteigen.

Diese tiefe Wut, die ich mittlerweile fast automatisch bei Ärzten empfand.

Vielleicht weil ich mich ihnen ausgeliefert fühlte.

Vielleicht weil ich das Gefühl hatte, ständig erklären zu müssen, warum ich überhaupt so krank geworden war.

Oder vielleicht einfach, weil ich mir von ihnen eigentlich Hilfe gewünscht hätte.

„Wie ist Ihre Familiensituation?“, fragte sie weiter.

Noch immer derselbe nüchterne Ton.

Ich erzählte ihr von meinem Mann.

Davon, dass unsere Beziehung immer schwieriger wurde.

Von meinen Gedanken, mich zu trennen.

Und von den zusätzlichen Problemen zuhause mit den Kindern.

Während ich sprach, fühlte ich mich gleichzeitig schuldig.

Als würde ich meine eigene Familie verraten, nur weil ich zugab, dass ich nicht mehr funktionierte.

„Haben Sie die Klinik verklagt?“

Ich nickte.

„Ja.“

Meine Stimme klang mittlerweile genauso leer wie der ganze Raum.

„Das Verfahren läuft noch.“

Sie machte sich eine kurze Notiz.

Ohne sichtbare Reaktion.

Und plötzlich fragte ich mich, ob sie mich jetzt anders sah.

Ob sie dachte, ich würde übertreiben.

Oder Geld wollen.

Diese Gedanken kamen sofort.

Denn genau so hatte die Klinik mich irgendwann fühlen lassen.

Als müsste ich beweisen, dass das alles wirklich schlimm genug gewesen war.

„Wann sind Ihre Eltern geboren?“

Ich sah sie irritiert an.

Mein Kopf fühlte sich inzwischen an wie völliges Chaos.

Warum stellte sie solche Fragen?

„1961 und 1966“, antwortete ich schließlich.

Sie nickte kurz.

Dann fragte sie:

„Wie alt sind Ihre Eltern jetzt?“

Was?

Ich starrte sie an.

„Wie alt meine Eltern sind?“

Warum fragte sie mich das?

„Ja“, sagte sie nur.

Und plötzlich brach in meinem Kopf alles zusammen.
Ich versuchte zu rechnen.
1961...
1962....
Eigentlich eine völlig einfache Frage.
Aber ich konnte nicht mehr denken.
Mein Kopf war leer.
Wie blockiert.
Je mehr ich versuchte zu rechnen, desto panischer wurde ich.
Mir wurde heiß.
Ich wusste es nicht.
Ich wusste einfach nicht, wie alt meine Eltern waren.
„Ich... weiß es nicht“, stammelte ich schließlich.
Sie sah mich weiter ruhig an.
„Sie können das nicht ausrechnen?“
Ich schüttelte nur den Kopf.
„Nein.“
In diesem Moment fühlte ich mich völlig verloren.
Wie konnte ich an so etwas Einfachem scheitern?
Plötzlich fing ich an zu weinen.
Erst leise.
Dann immer stärker.
Meine Hände zitterten.
Ich bekam kaum noch einen klaren Gedanken zu fassen.
Diese völlig einfache Frage hatte irgendetwas in mir ausgelöst.
Ich fühlte mich plötzlich vollkommen überfordert.
Hilflos.
Wie ein kleines Kind, das etwas falsch gemacht hatte.
Und je mehr ich versuchte, mich wieder zusammenzureißen, desto weniger gelang es mir.
Ich war völlig neben mir.
Sie reagierte überhaupt nicht auf meinen Zusammenbruch.
Kein beruhigendes Wort.
Keine Pause.
Nichts.
Stattdessen sagte sie nur nüchtern:
„Ich werde Sie jetzt noch körperlich untersuchen.“
Ich stand auf wie ferngesteuert.
Als würde ich einfach funktionieren.
Ohne nachzudenken.

Ohne wirklich da zu sein.

Ich folgte ihr zur Liege.

„Ziehen Sie bitte Shirt und Jeans aus und legen Sie sich hin.“

Ihre Stimme blieb sachlich.

Routiniert.

Und plötzlich fühlte ich mich wieder genau wie im Krankenhaus.

Ausgeliefert.

Klein.

Hilflos.

Ich tat einfach, was sie sagte.

Zog mich aus.

Legte mich auf die Liege.

Mein ganzer Körper zitterte inzwischen so stark, dass meine Zähne klapperten.

Und dann tat ich das, was ich am besten konnte.

Das, was mich schon mein ganzes Leben irgendwie gerettet hatte.

Ich verschwand einfach.

Raus aus meinem Körper.

Raus aus der Situation.

Ich fühlte nichts mehr.

Hörte sie nur noch wie aus weiter Ferne.

Als die Untersuchung beendet war, sagte sie sachlich, sie würde nun ihren Bericht schreiben und an die Rentenkasse schicken.

Das war alles.

Keine Reaktion auf meinen Zustand.

Keine Erklärung.

Nichts.

Glücklicherweise hatte mein Mann mich zu diesen Termin begleitet.

Selbst heimfahren hätte ich in diesem Zustand nicht mehr gekonnt.

Kaum saß ich im Auto, erzählte ich meinem Mann alles unter Tränen.

Zu Hause angekommen ging ich zu meinen Eltern und erzählte ihnen, wie grausam diese Frau war.

Meine Mutter versuchte mich zu beruhigen.

„Die müssen wahrscheinlich so sein“, sagte sie vorsichtig.

„Die wollen eben herausfinden, wer wirklich krank ist und wer nur etwas vorspielt.“

Ich sah sie nur an.

Wer spielt?

Dieser Gedanke traf mich plötzlich mit voller Wucht.

Spielte ich?

War ich wirklich krank?

Oder stellte ich mich tatsächlich einfach nur an?
Diese Fragen fraßen sich sofort wieder in meinen Kopf.
Denn genau davor hatte ich die ganze Zeit Angst gehabt.
Dass mir irgendwann niemand mehr glaubt.
Vielleicht nicht einmal ich selbst.
Das Gerichtsverfahren gegen den Oberarzt wurde schließlich eingestellt.
Gegen eine Geldauflage.
Achthundert Euro.
Für ein gemeinnütziges Projekt.
Achthundert Euro.
Ich starrte auf das Schreiben und konnte es kaum begreifen.
War das also der Wert davon?
Der Wert eines zerstörten Lebens?
Achthundert Euro.
Meine Anwältin reagierte kaum überrascht.
Sie hatte schon damit gerechnet.
„Von der Staatsanwaltschaft kommt in solchen Fällen meistens nicht viel“,
sagte sie nüchtern.
Für sie war das Routine.
Für mich nicht.
Etwas in mir zerbrach in diesem Moment endgültig.
Nicht nur wegen des Geldes.
Sondern wegen dieser unfassbaren Gleichgültigkeit.
Wegen des Gefühls, dass all das Leid, all die Jahre voller Angst und
Kampf am Ende auf ein paar nüchterne Zeilen Papier reduziert wurden.
Ich wollte nicht länger schweigen.
Zum ersten Mal hatte ich das Bedürfnis, an die Öffentlichkeit zu gehen.
Ich wollte, dass Menschen erfahren, was passiert war.
Wie man fallen gelassen wird, obwohl man nur gehört werden möchte.
Wie sehr ein Mensch zerbrechen kann, wenn ihm immer wieder vermittelt
wird, dass sein Schmerz nicht wichtig genug ist.
Ein Journalist interessierte sich bereits für meine Geschichte.
Zum ersten Mal hatte ich das Gefühl, dass vielleicht endlich jemand
zuhören würde.
Aber meine Anwältin riet mir davon ab.
Das laufende Verfahren könne dadurch beeinflusst werden.
Ich solle warten.
Nichts sagen.
Still bleiben.
Und wieder schwieg ich.
So wie ich schon so oft geschwiegen hatte.
Trotzdem war meine Hoffnung auf Gerechtigkeit noch nicht ganz
verschwunden.
Denn die Klage gegen die Klinik lief weiterhin.

Und ein kleiner Teil von mir hoffte noch immer, dass dort endlich jemand verstehen würde, was diese Operation mit meinem Leben gemacht hatte.

Die erste gerichtliche Anhörung rückte näher.

Und je näher der Termin kam, desto schlechter ging es mir.

Ich konnte kaum noch schlafen.

Immer wieder fragte ich mich, wie ich reagieren würde, wenn ich ihn wiedersehen müsste.

Den Oberarzt.

Allein der Gedanke daran löste Panik in mir aus.

Vor der Verhandlung las ich seine Stellungnahmen.

Und sie waren genauso wie seine Erklärungen direkt nach der Operation.

Sachlich.

Relativierend.

Als wäre das alles letztendlich gar nicht so schlimm gewesen.

Immer wieder dieselben Sätze.

Dass ich rechtzeitig wieder narkotisiert worden sei.

Dass ich Schmerzmittel erhalten hätte.

Dass so etwas vorkommen könne.

Jedes Wort machte mich erneut wütend.

Und gleichzeitig zweifelte ich danach wieder an mir selbst.

Und natürlich stand in seiner Stellungnahme auch wieder, dass ich ihn ausdrücklich selbst als Anästhesisten gewählt hatte.

Als würde das irgendetwas entschuldigen.

Als hätte ich damit zugestimmt, während einer Operation wach zu werden.

Oder später mit den Folgen alleine gelassen zu werden.

Auf unsere Vorwürfe bezüglich der möglichen Dokumentenfälschung wurde dagegen überhaupt nicht eingegangen.

Kein Wort dazu.

Als hätte dieser Teil einfach nie existiert.

Doch noch viel mehr traf mich die Stellungnahme meines Operateurs.

Gerade er.

In der Klinik war er verständnisvoll gewesen.

Mitfühlend.

Er hatte sich entschuldigt.

Und ich hatte ihm geglaubt.

Doch jetzt las ich seine Aussagen schwarz auf weiß.

Und plötzlich klang alles völlig anders.

Distanzierter.

Kühler.

Fast so, als würde auch er nun versuchen, die Klinik zu schützen.

Während ich las, spürte ich, wie erneut etwas in mir zerbrach.

Beim nächsten Termin bei meiner Anwältin stand plötzlich ein neues Problem im Raum.

Für das Verfahren wurden inzwischen natürlich sämtliche Unterlagen angefordert.

Die Berichte aus der psychosomatischen Klinik.

Von meinen Ärzten.

Von meiner Psychologin.

Und genau dort stand nun einmal alles schwarz auf weiß.

Die Vergewaltigung mit sechs Jahren.

Die Diagnosen.

Die komplexe PTBS.

Die dissoziative Störung.

Und Hinweise darauf, dass vieles davon bereits lange vor der Operation entstanden war.

Mir wurde plötzlich schlecht.

Denn natürlich würde die Gegenseite genau das benutzen.

Nicht die Operation wäre schuld.

Nicht der Fehler im OP.

Sondern meine Kindheit.

Meine Vergangenheit.

Meine psychischen Erkrankungen.

Als hätte die Operation nur „etwas ausgelöst“, das sowieso schon in mir gewesen war.

Ich fühlte mich plötzlich wieder genauso ausgeliefert wie damals im Krankenhaus.

Denn jetzt lag mein gesamtes Leben offen auf irgendwelchen Schreibtischen.

Und fremde Menschen entschieden darüber, was davon „wirklich“ von der Operation kam.

Nach der Begutachtung sprach ich meine Psychologin direkt auf die Borderline-Diagnose an.

„Warum denken Sie das?

Warum haben Sie mir nichts davon gesagt?“

Sie sah mich ruhig an.

„Ich weiß, wie schwer Ihnen Diagnosen fallen“, sagte sie vorsichtig.

„Aber die Rentenkasse musste umfassend informiert werden.“

Dann erklärte sie mir, dass die Diagnose nicht einfach aus einem einzelnen Gespräch entstanden sei.

Sondern aus allem zusammen.

Aus unseren Gesprächen.

Den Tests.

Meinem Verhalten.

„Nach allem, was wir bisher wissen, ist es ziemlich eindeutig“, sagte sie schließlich.

„Sie haben eine Borderline-Persönlichkeitsstörung.“

Allein dieses Wort fühlte sich an wie ein Schlag.

Dann sprach sie weiter.

„So etwas entsteht oft durch schwere Traumatisierungen in der Kindheit.“

Sie erklärte mir Dinge über mich selbst, die ich nie wirklich verstanden hatte.

Dieses extreme Schwarz-Weiß-Denken.

Die ständige Angst vor Ablehnung.

Das Gefühl innerer Leere.

Und dieses unbewusste Sich-selbst-Verletzen.

Nicht unbedingt körperlich.

Sondern dadurch, dass ich mich immer wieder selbst überforderte.

Mich kaputt machte.

Keine Grenzen zuließ.

Während sie sprach, dachte ich die ganze Zeit nur an das Bild, das ich früher von Borderline gehabt hatte.

Für mich waren das immer Menschen gewesen, die hysterisch waren.

Die sich die Arme aufritzten.

Dramatische Menschen.

Und plötzlich sollte ich selbst dazugehören.

Ja.

Daran hatte ich wirklich zu knabbern.

Je länger ich in Therapie war, desto mehr Diagnosen kamen plötzlich dazu.

Komplexe PTBS.

Dissoziative Störung.

Borderline.

Depressionen.

Und mit jeder neuen Diagnose fühlte ich mich ein Stück „verrückter“.

Zumindest empfand ich das so.

Früher hatte ich immer geglaubt, psychisch kranke Menschen wären komplett anders als ich.

Und jetzt bestand plötzlich ein großer Teil meiner Akte nur noch aus psychiatrischen Begriffen.

Manchmal hatte ich das Gefühl, gar kein Mensch mehr zu sein.

Nur noch eine Sammlung von Diagnosen.

Wieder sprach meine Psychologin das Thema Traumatherapie an.

Immer eindringlicher.

Sie machte sich Sorgen, weil das Gerichtsverfahren mich zunehmend

belastete.

„Das wird alles wieder hochholen“, sagte sie vorsichtig.

„Und ich glaube nicht, dass Sie das ohne intensive Traumatherapie schaffen.“

Aber noch immer wollte ich das nicht wahrhaben.

Denn eine stationäre Traumatherapie hätte bedeutet, erneut mein ganzes Leben anzuhalten.

Und ich hatte das Gefühl, genau das nicht mehr zu dürfen.

Dann kam die nächste Stellungnahme der Klinik.

Und sie riss mir endgültig den Boden unter den Füßen weg.

Denn genau das, wovor ich die ganze Zeit Angst gehabt hatte, stand nun schwarz auf weiß dort.

Meine Diagnosen.

Die Vergewaltigung in der Kindheit.

Die Traumafolgestörungen.

Alles wurde plötzlich gegen mich verwendet.

Sinngemäß stand dort, dass meine psychischen Probleme bereits lange vor der Operation bestanden hätten.

Als wäre ich ohnehin schon psychisch krank gewesen.

Als wäre die Operation gar nicht der eigentliche Auslöser meines Zusammenbruchs gewesen.

Ich las diese Seiten immer und immer wieder.

Und mit jedem Satz fühlte ich mich kleiner.

Weniger glaubwürdig.

Dabei hatte ich doch beweisen können, dass ich vor der Operation niemals in Therapie gewesen war.

Nie psychiatrisch behandelt.

Nie krankgeschrieben.

Ich hatte gearbeitet.

Funktioniert.

Eine Familie aufgebaut.

Ein ganz normales Leben geführt.

Und trotzdem fühlte es sich plötzlich an, als würde all das nicht zählen.

Als wäre ich in ihren Augen schon vorher „kaputt“ gewesen.

Und dann kam plötzlich ein noch viel schlimmerer Gedanke.

Etwas, das mir bis dahin überhaupt nicht richtig bewusst gewesen war.

Alles, was ich mein ganzes Leben lang vor meinen Eltern verborgen hatte... stand jetzt in diesen Unterlagen.

Die Vergewaltigung.

Die Diagnosen.

Die Vermutungen über meine Kindheit.

Die Dissoziation.

All diese Dinge, über die ich nie mit ihnen gesprochen hatte.

Und nun würde die Gegenseite genau das vor Gericht ansprechen.

Während meine Eltern im Gerichtssaal sitzen.

Mir wurde schlecht bei dem Gedanken.

Mein ganzes Leben lang hatte ich versucht, sie davor zu schützen.

Vor Sorgen.

Vor Schuldgefühlen.

Vor der Wahrheit.

Und jetzt würde plötzlich alles öffentlich werden.

Nicht weil ich bereit dazu war.

Sondern weil fremde Menschen entschieden hatten, dass es relevant für dieses Verfahren war.

Ich begriff plötzlich, dass ich keine andere Wahl mehr hatte.

Ich musste es ihnen vorher erzählen.

Bevor sie es im Gerichtssaal von fremden Menschen hörten.

Allein dieser Gedanke fühlte sich unerträglich an.

Und witzigerweise hatte ich davor fast mehr Angst als vor dem eigentlichen Verfahren.

Zeitweise dachte ich sogar darüber nach, die Klage zurückzuziehen.

Einfach damit meine Eltern niemals davon erfahren müssten.

So groß war meine Angst vor ihrer Reaktion.

Nicht, weil ich dachte, sie würden mich verurteilen.

Sondern weil ich wusste, wie sehr sie leiden würden.

Und genau das hatte ich mein ganzes Leben lang verhindern wollen.

Heute weiß ich durch die vielen Jahre Therapie auch, warum mein Verhältnis zu meinen Eltern immer so extrem eng war.

Ein Verhältnis, das mein Mann und viele andere Menschen nie wirklich verstanden haben.

Die meisten Menschen lösen sich irgendwann Stück für Stück von ihren Eltern.

Ganz normal.

Sie werden erwachsen.

Eigenständig.

Aber ich konnte das nie richtig.

Ich klammerte mich innerlich noch immer an meine Eltern.

Lange verstand ich selbst nicht warum.

Heute glaube ich, dass mir als Kind einfach die Zeit gefehlt hat, die ich gebraucht hätte.

Zeit für Nähe.

Zeit für Sicherheit.

Zeit, einfach nur Kind sein zu dürfen.
Weil immer irgendetwas wichtiger war.
Arbeit.
Probleme.
Mein Bruder.
Krankheiten
Es war nie böse gemeint.
Es war einfach keine Zeit da.
Und vielleicht hielt ich deshalb bis heute so fest an ihnen.
Weil ein Teil von mir immer noch nach etwas suchte, das damals gefehlt hatte.

Dann kam endlich das erste angeforderte Gutachten.
Ein anderer Anästhesist hatte meinen Fall geprüft.
Ich weiß noch genau, wie ich das Schreiben in den Händen hielt.
Mit zitternden Fingern.
Fast hatte ich Angst davor, es zu lesen.
Denn nach all den Stellungnahmen der Klinik hatte ich längst begonnen, an mir selbst zu zweifeln.
Aber dann las ich den entscheidenden Satz.
Der Gutachter kam zu dem Schluss, dass ein Behandlungsfehler vorlag.
Ich starrte immer wieder auf diese Worte.
Behandlungsfehler.
Zum ersten Mal seit langer Zeit fühlte ich mich nicht mehr komplett verrückt.
Nicht mehr so, als müsste ich beweisen, dass das alles wirklich passiert war.
Endlich sagte jemand klar und eindeutig:
Das hätte nicht passieren dürfen.
Ich hatte wieder Hoffnung.
Hoffnung auf Gerechtigkeit.
Zum ersten Mal seit langer Zeit fühlte ich mich nicht mehr vollkommen ausgeliefert.
Ein Stück Wahrheit lag jetzt schwarz auf weiß vor mir.

Einige Zeit später saß ich mit meiner Mutter im Auto.
Wir hatten eine längere Strecke vor uns.
Und ich wusste, dass ich es ihr jetzt erzählen musste.
Ich hatte es so lange verdrängt.
Vor mir hergeschoben.

Aber spätestens vor Gericht würde sie es ohnehin erfahren.
Die ganze Fahrt über überlegte ich, wie ich anfangen sollte.
Meine Hände wurden feucht am Lenkrad.
Mir war schlecht.
Denn ich wollte ihr nicht wehtun.
Das war immer das Schlimmste für mich gewesen.
Nicht das Erzählen selbst.
Sondern der Gedanke, was es mit ihr machen würde.
Eine ganze Weile fuhren wir schweigend.
Dann sagte ich leise:
„Weißt du noch... von dem Verdacht der Therapeutin?“
Meine Stimme zitterte leicht.
„Dass mir als Kind vielleicht etwas passiert sein soll?“
„Ja...“, fragte meine Mutter vorsichtig.
„Erinnerst du dich wieder an etwas?“
Mir wurde sofort schlecht.
„Nein... also doch...“
Ich rang nach Worten.
„Ich muss dir leider etwas erzählen.“
Meine Stimme zitterte.
„Ich wollte es euch nie sagen. Um euch zu schützen.“
Ich schluckte schwer.
„Aber die Klinik benutzt es jetzt gegen mich.“
Kurz stockte ich.
„Und ich will nicht, dass ihr es vor Gericht erfahrt.“
Ich überlegte kurz, rechts ran zu fahren.
Einfach anzuhalten.
Aber ich konnte nicht.
Ich hätte ihr nicht in die Augen sehen können.
Nicht ihren Schmerz.
Nicht ihren Schock.
Nicht dieses Gefühl, dass ich ihr gerade das Herz breche.
Also fuhr ich einfach weiter.
Und dann erzählte ich ihr, was damals im Wald passiert war.
Vom Spielen.
Von dem Mann.
Von meinem Bruder, der weglief.
Von dem Schmerz.
Ich sprach schnell.

Monoton.

Fast ohne Gefühle.

So wie ich es immer tat, wenn ich über schlimme Dinge sprach.

Und trotzdem hatte ich das Gefühl, innerlich zu zerbrechen, während ich jedes einzelne Wort aussprach.

Ich riss mich mit aller Kraft zusammen.

„Das wusste ich eigentlich schon immer“, erklärte ich schnell.

Fast hektisch.

„Aber es hat mich nie beeinträchtigt.“

Ich merkte selbst, wie sehr ich versuchte, alles sofort wieder kleinzureden.

„Ich habe gar keine Gefühle dazu“, sagte ich.

„Es ist also okay.“

Kurz schwieg ich.

Dann sagte ich leise:

„Ich bin okay.“

Und während ich das aussprach, wusste ich tief in mir längst, dass genau das nicht stimmte.

Eine ganze Weile sagte meine Mutter nichts.

Nur das leise Geräusch der Straße war zu hören.

Ich hielt den Blick weiter starr auf die Fahrbahn gerichtet.

Dann sagte ich leise:

„Mir geht es wirklich gut, Mama.“

Als müsste ich plötzlich sie beruhigen.

Nicht mich selbst.

Dann fragte sie irgendwann leise:

„Warum haben wir das nicht gemerkt?“

Ihre Stimme klang gebrochen.

„Ich dachte immer... vielleicht kommt dein Borderline von unserer Vernachlässigung.“

Sie schluckte schwer.

„Aber das hier...“

Sie brachte den Satz nicht zu Ende.

Dann sagte sie fast verzweifelt:

„Du warst doch immer ein fröhliches Kind.“

Diese Worte trafen mich mitten ins Herz.

Denn genau das war ich gewesen.

Zumindest nach außen.

Ich erzählte ihr, dass ich selbst nicht einmal wusste, wie ich damals nach Hause gekommen war.

Dass meine Erinnerung nach dem Schmerz im Wald einfach abbrach.

Und dass mir danach mehrere Jahre fast vollständig fehlten.

Ungefähr drei Jahre.

Meine Mutter sah mich fassungslos an.

Andere Menschen erzählen von ihrer Kindheit wie von einem Film.

Bei mir waren es nur einzelne Bilder.

Lose Erinnerungen.

Der Rest war einfach weg.

Ich sagte ihr, dass ich jetzt zumindest endlich verstand, warum ich mich als Kind und Jugendliche immer so anders gefühlt hatte.

Warum ich mich oft fremd gefühlt hatte.

Nicht richtig.

Nicht wie andere.

„Weil ich anders war“, sagte ich leise.

Und seltsamerweise beruhigte mich dieser Gedanke sogar ein wenig.

Denn plötzlich hatte dieses Gefühl endlich einen Namen.

Meine Mutter schwieg kurz.

Dann fragte sie vorsichtig:

„Und dein Bruder war dabei?“

Zum ersten Mal lag hörbarer Ärger in ihrer Stimme.

„Ja, Mama“, sagte ich ruhig.

„Aber schau... er war erst acht.“

Ich schluckte.

„Er wusste nicht, was er da eigentlich sagt oder tut.“

Kurz sah ich auf die Straße vor mir.

„Und ich glaube, dieser Mann hätte es sowieso getan.“

„Egal, ob er das gesagt hat oder nicht.“

Meine Stimme wurde leiser.

„Außerdem erinnert er sich nicht einmal mehr daran.“

Meine Mutter sah mich überrascht an.

Ich erklärte ihr, dass ich ihn vor einigen Jahren einmal ganz beiläufig gefragt hatte, ob er sich noch an diesen jungen Mann erinnern könne.

Und daran, dass wir damals im Wald Flaschendreher gespielt hatten.

Aber er konnte sich nicht erinnern.

Und ich hatte nichts weiter dazu gesagt.

Ihn traf keine Schuld.

Niemanden von uns.

Nur diesen Mann.

Mein Bruder war ein Kind gewesen.

Acht Jahre alt.

Er konnte nicht begreifen, was dieser Erwachsene wirklich vorhatte.

Und meine Eltern konnten nicht sehen, was niemand wusste.

Je älter ich wurde, desto klarer wurde mir, dass die einzige Schuld bei dem Mann lag, der uns Kinder bewusst ausgenutzt hatte.

Trotzdem sitzt dieses Gefühl von Schuld bis heute in unserer ganzen Familie.

Bei meinen Eltern.

Bei mir.

Vielleicht, weil wir alle verzweifelt nach einer Erklärung suchten für etwas, das niemals hätte passieren dürfen.

Als wir später an diesem Abend nach Hause kamen, hatten meine Mutter und ich uns im Auto darauf geeinigt, dass ich es auch meinem Vater erzählen musste.

Wieder wusste ich nicht, wie ich anfangen sollte.

Meine Mutter sah mich nur ernst an.

„Er muss es auch erfahren“, sagte sie leise.

Mein Vater blickte uns irritiert an.

„Was erfahren?“, fragte er.

Ich lehnte an der Couch.

Den Blick fest auf den Boden gerichtet.

Ich konnte ihn nicht ansehen.

Und dann sprudelte alles plötzlich schnell und hastig aus mir heraus.

Als müsste ich es so schnell wie möglich sagen, bevor mir der Mut wieder verlorenging.

Er sah mich vollkommen geschockt an.

Als würde er im ersten Moment gar nicht begreifen, was ich gerade gesagt hatte.

Dann fragte er nur:

„Von wem?“

Zorn lag in seiner Stimme.

Einen Zorn, den ich sonst nur kannte, wenn jemand einem von uns wehgetan hatte.

„Von einem fremden achtzehnjährigen Mann“, sagte ich leise.

Mein Vater starrte mich nur an.

Fassungslos.

Und plötzlich wirkte er nicht mehr wie mein Vater.

Sondern einfach wie ein Mensch, dessen Welt gerade auseinanderbrach.

Natürlich machten meine Eltern sich Vorwürfe.

Genau das, was ich mein ganzes Leben lang hatte verhindern wollen.

Aber diesmal hatte ich keine Wahl gehabt.

Wenig später fand schließlich der Prozess statt.

Und dort zerbrach auch meine letzte Hoffnung auf wirkliche Gerechtigkeit.

Die Anwälte der Klinik zerlegten das Gutachten Stück für Stück.

Sie stellten den Gutachter infrage.
Seine Einschätzung.
Seine Aussagen.
So lange, bis er schließlich einknickte.
Und plötzlich keinen eindeutigen Behandlungsfehler mehr beweisen wollte.
Ich saß dort und verstand die Welt nicht mehr.
Das kann doch nicht wahr sein.
Ich wollte aufstehen und schreien.
Die Dokumente wurden gefälscht!
Warum interessiert das niemanden?
Warum sieht das keiner?
Doch nichts davon geschah.
Weder mein Mann noch meine Mutter wurden überhaupt als Zeugen angehört.
Und meine Anwältin blieb die ganze Zeit sachlich und ruhig.
Fast zu ruhig für mein Empfinden.
Schließlich wurde die Verhandlung unterbrochen.
Man riet mir, mich mit dem Gedanken eines Vergleichs anzufreunden.
Zehntausend Euro.
„Mehr werden Sie bei der jetzigen Aktenlage vermutlich nicht erreichen“,
sagte die Richterin nüchtern.
Zehntausend Euro.
Für ein zerstörtes Leben.
Als wir den Gerichtssaal verließen, war ich nur noch voller Wut.
Ich redete sofort auf meine Anwältin ein.
Fragte sie, warum sie die ganze Sachlage nicht endlich deutlich auf den
Tisch brachte.
Warum meine Zeugen nicht vernommen wurden.
Warum sie mich gefühlt einfach hängen ließ.
„So ist das nun einmal“, sagte meine Anwältin ruhig.
„Wir können weitermachen.“
Sie erklärte mir, dass man ein weiteres Gutachten anfordern könne.
Aber niemand könne sagen, wie dieses ausfallen würde.
Oder ob es vor Gericht überhaupt Bestand hätte.
Während sie sprach, wurde mir plötzlich bewusst, wie viele Jahre
inzwischen vergangen waren.
Jahre voller Therapien.
Gutachten.
Anhörungen.
Stellungnahmen.
Und immer wieder alles von vorne erzählen.

Ich war müde.
So unendlich müde.
Eigentlich wollte ich nur noch abschließen.
Irgendwie lernen, mit all dem zu leben.
Meine Mutter und mein Mann verstanden vieles an diesem Verfahren ebenfalls nicht.
Aber sie verstanden etwas anderes:
Wie dringend ich endlich Ruhe brauchte.
Zehntausend Euro.
Für ein zerstörtes Leben?
Für ein Leben, das nie wieder so werden würde wie vorher?
Ich konnte nicht mehr arbeiten, definitiv nicht mehr als Krankenschwester...und auch sonst nichts mehr.

Und genau das wurde mir endgültig klar, als einige Wochen später der Bescheid der Rentenkasse kam.
Sechs Wochen nach der Begutachtung bei dieser Ärztin.
Ich hielt den Brief in den Händen und war mir vollkommen sicher, dass der Antrag abgelehnt worden war, sowollte ich es sogar.
Dann kann ich mir wieder selbst in den Hintern treten, mich nicht mehr so anstellen.
Eigentlich las ich ihn nur noch beiläufig.
Doch dann blieb mein Blick an einem Wort hängen.
Unbefristet.
Ich las die Zeile noch einmal.
Und noch einmal.
Unbefristete Erwerbsminderungsrente.
Was?
Ich konnte es nicht begreifen.
Ohne Diskussion.
Ohne weitere Gutachten.
Sie hatten mich direkt dauerhaft berentet?
Andere Menschen hätten sich wahrscheinlich erleichtert gefühlt.
Vielleicht sogar glücklich.
Für mich fühlte es sich an wie ein weiterer Schlag ins Gesicht.
Wie ein endgültiges Urteil über mein Leben.
Ein weiterer Beweis dafür, dass ich nichts mehr wert war.

Zehntausend Euro?

Nein.

So einfach wollte ich meinen Frieden dann doch nicht hergeben.

„Gut“, sagte ich schließlich zu meiner Anwältin.

„Ich würde mich auf einen Vergleich über zwanzigtausend Euro einlassen.“

Sie sah mich kurz überrascht an.

Und ehrlich gesagt wusste ich selbst nicht einmal genau, warum ich das sagte.

Gefordert hatten wir mit Schmerzensgeld und Verdienstaufschlägen 250,000€.

Vielleicht hoffte ich insgeheim, dass die Klinik ablehnen würde.

Dass der Prozess dann doch weitergehen müsste.

Und ich irgendwann, nach all den Jahren, vielleicht doch noch so etwas wie Gerechtigkeit bekommen würde.

„Wenn sie es annehmen, dann soll es eben so sein“, sagte ich schließlich.

„Und wenn nicht, mache ich weiter.“

Vielleicht war das der einzige Kompromiss, den ich innerlich überhaupt noch aushalten konnte.

Wir gingen zurück in den Gerichtssaal.

Meine Anwältin trug mein Angebot vor.

Zwanzigtausend Euro.

Der Anwalt der Klinik begann sofort zu lachen.

„Das ist ja gleich das Doppelte“, sagte er spöttisch.

Dann meinte er, ich könne mich mit den zehntausend Euro ohnehin schon glücklich schätzen.

In mir kochte sofort alles hoch.

Es kostete mich jede einzelne Faser Selbstbeherrschung, dort nicht komplett zu explodieren.

Glücklich schätzen.

Für was eigentlich?

Dafür, dass mein Leben auseinandergebrochen war?

Uns jeden Monat ein Haufen Geld fehlte?

Die Richterin unterbrach die Situation schließlich nüchtern.

Das Angebot werde aufgenommen und an die Versicherung der Klinik weitergegeben.

Dort würde entschieden werden, ob man den Vergleich annehme.

Und so ging ich an diesem Tag nach Hause.

Völlig erschöpft.

Und gleichzeitig voller Ungewissheit.

Insgeheim war ich mir sicher, dass sie ablehnen würden.

Doch wieder täuschte ich mich.

Einige Wochen später kam ein Schreiben.
Die Versicherung akzeptierte den Vergleich.
Ich las den Brief mehrmals.
Dann war da plötzlich nur noch Erleichterung.
Endlich.
Es war geschafft.
Nach all den Jahren.
Den Therapien.
Den Gutachten.
Den Anhörungen.
Dem ständigen Wiedererzählen.
Es war vorbei.
Zumindest redete ich mir das in diesem Moment ein.
Ich fing an zu weinen.
Hemmungslos.
Aber diesmal nicht vor Wut.
Nicht vor Angst.
Nicht vor Ohnmacht.
Sondern vor Erleichterung.
Zum ersten Mal seit Jahren hatte ich das Gefühl, endlich nicht mehr kämpfen zu müssen.

Ganz am Anfang der Therapie hatte meine Therapeutin einmal etwas zu mir gesagt, das ich damals völlig absurd fand.

„Sie müssen irgendwann lernen, dem Arzt zu vergeben“, sagte sie.

„Sonst frisst der Hass Sie auf.“

Damals fand ich diese Vorstellung geradezu lächerlich.

Vergeben?

Wie sollte ich jemandem vergeben, der mein Leben so zerstört hatte?

Jemandem, der nie wirklich Verantwortung übernommen hatte.

Der alles relativierte.

Und mich danach mit den Folgen alleine ließ.

Allein der Gedanke daran machte mich wütend.

Aber ich hatte in all den Jahren viel gelernt.

Über Trauma.

Über Angst.

Über mich selbst.

Und irgendwann verstand ich auch, was meine Therapeutin damals gemeint hatte.

Also feierte ich diesen Tag auf meine ganz eigene Weise.
Ich machte im Garten ein Feuer.
Und dann verbrannte ich alles.
Die Unterlagen.
Die Gutachten.
Die Stellungnahmen.
Die Akten.
Seite für Seite verschwanden Jahre voller Schmerz und Kampf in den
Flammen.
Und irgendwann vergab ich diesem Arzt.
Nicht für ihn.
Sondern für mich.
Damit der Hass mich nicht weiter auffrisst.
Damit ich endlich Frieden finden konnte.
Und damit ich wieder stark sein konnte.
Für die Menschen, die mich lieben.
Und die mich brauchen.

Mir ging es tatsächlich langsam besser.
Nicht plötzlich.
Nicht wie in Filmen.
Aber Stück für Stück.
Ich bekam mein Leben langsam wieder halbwegs in den Griff.
Ich heilte.
Lernte wieder zu lachen.
Und begann vorsichtig, nach vorne zu schauen.

Dann kam die Erinnerung.
„Wenn du etwas sagst, mache ich deine Eltern tot“
Ich höre die Stimme ganz deutlich.
Tief.
Bedrohlich.
Ein dicker alter Mann liegt neben mir im Bett.
Nein...

ich liege neben ihm, in seinem Bett.

Im Bett meiner Tagesmutter.

Gelähmt vor Angst.

Mir wird sofort schlecht.

Ich schrecke hoch.

Mein Herz rast.

Und ich bin so verstört, so schockiert von dieser Erinnerung, dass ich den ganzen Tag kaum sprechen kann.

Immer wieder höre ich nur diesen Satz.

„Wenn du etwas sagst, mache ich deine Eltern tot.“

Und plötzlich höre ich gleichzeitig die Stimme meiner Therapeutin in meinem Kopf:

„Der Kopf erinnert sich, wenn der Geist stabil genug dafür ist.“

Zum ersten Mal verstand ich, warum mein Körper all die Jahre geschrien hatte, obwohl mein Kopf schwieg.

Warum Angst plötzlich aus dem Nichts kam und warum nie jemand etwas gemerkt hat.

Warum ich meine Eltern immer so stark schützen wollte und Kontrolle für mich überlebenswichtig geworden war.

Warum diese Operation nicht nur ein Trauma auslöste – sondern etwas öffnete, das jahrelang tief vergraben war.

Ich weiß bis heute nicht, ob ich jemals vollständig heile.

Jahrelang dachte ich, mit mir stimme etwas nicht.

Aber ich weiß heute:

Meine Seele hat nur versucht zu überleben.

Und manchmal beginnt Erinnerung genau dort, wo Verdrängung nicht mehr stärker ist als die Wahrheit.