

AMOK MÖGLICH von S. A. Schwartz

Über den Autor

S. A. Schwartz (* 1977) ist in der Schweiz geboren. Der Autor wurde seit frühester Kindheit mit Ausgrenzung, Mobbing, Gewalt, Kriminalität, mit Pflegefamilien, einem Jugendheim und dem Gefängnis konfrontiert. Als Folge jahrelanger Misshandlungen wurden bei ihm eine chronische Insomnie, eine komplexe posttraumatische Belastungsstörung und eine dissoziative Identitätsstörung diagnostiziert. Schreiben gehört seit der Grundschulzeit zu seiner Bewältigungsstrategie.

AMOK MÖGLICH

Chronik einer komplexen PTBS

S. A. Schwartz



© 2024 S. A. Schwartz

Covergrafik von: Lorado, Den Haag, Netherlands

Druck und Distribution im Auftrag des Autors: tredition GmbH,
Heinz-Beusen-Stieg 5, 22926 Ahrensburg, Germany

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Für die Inhalte ist der Autor verantwortlich. Jede Verwertung ist ohne seine Zustimmung unzulässig. Die Publikation und Verbreitung erfolgen im Auftrag des Autors, zu erreichen unter: tredition GmbH, Abteilung "Impressumservice", Heinz-Beusen-Stieg 5, 22926 Ahrensburg, Deutschland.

Kontakt: s.a.schwartz@web.de

Widmung

Den guten Mächten, die mich treu und still umgeben

(i. A. a. Dietrich Bonhoeffer)

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	9
Erster Akt	
<i>Invasionsphase „Trauma“</i>	13
Zweiter Akt	
<i>Inkubationsphase „Renitenz“</i>	97
Dritter Akt	
<i>Krankheitsphase „Blackout“</i>	167
Vierter Akt	
<i>Überwindungsphase „Coping“</i>	255

*Keine Mauer bestimmt mein
Leben, sondern das Überwinden
von Mauern*

S. A. Schwartz

Vorwort

Wer kennt das nicht? Das gehemmte, unsichere und hölzerne Gefühl, wenn man mit unbekannten Menschen in einen Dialog treten möchte. Die ersten Worte, die einen aus der Mundhöhle und über die Lippen hinaus verlassen, sind verantwortlich für den ersten Eindruck beim Gegenüber. Sie sind quasi eine Visitenkarte, die an einem haften bleibt, da man leider keine zweite Chance erhält, um einen ersten Eindruck zu erzeugen. Gerade weil man deswegen nichts Unpassendes, Taktloses oder Peinliches sagen und dabei zum Running Gag werden möchte, wird manch einer steif und blockiert, künstlich und förmlich, unnatürlich und schließlich unsicher. Was also tun? In der Schule wurde mir erklärt, dass Witze sich prima eignen würden, um festgefahrene Situationen aufzulösen, um thematische Spannung aufzubauen und um volle Aufmerksamkeit zu erhalten. Also wage ich es mit diesem hier: „Warum meidet Jesus den Baumarkt?“ Antwort: „Wegen posttraumatischen Belastungsstörungen.“

Das Problem mit solchen Witzen ist nur, dass man sich über Humor streiten kann. Jemand, der nichts von der Kreuzigung Jesu oder von einem Baumarkt weiß, kann mit dem obigen Witz erst mal nichts anstellen. Der schaut mich nur verdutzt an und fragt sich, wo denn die Pointe bleibt, während ein Atheist bereits grölend, bauchklopfend und um Luft ringend in die Grube gefallen ist. Ein praktizierender Christ empfindet meinen Witz als unangebracht,

geschmacklos und taktlos. Er wird mir eine Ein-Sterne-Bewertung und eine miserable Rezension für mein Buch verpassen. Menschen mit posttraumatischen Belastungsstörungen nicken mir zustimmend zu, während Baumarktmitarbeiter gerade ihr Balken- und Nagelsortiment kontrollieren. Dann gibt auch noch die Verfechter von „Netiquette“ und von „Political Correctness“, die sich eine Woche lang damit beschäftigen, ob sie diesen Witz nun komisch finden sollten oder nicht, und die dann vielleicht zum Schluss kommen, dass Scherze nicht zum Nachdenken bestimmt sind, sondern von der Überraschung leben.

Weil Humor subjektiv ist, kann ich jede einzelne dieser Empfindungen nachvollziehen und weiß, dass jede davon angebracht und berechtigt ist. Genau das gestaltet unsere Sprache so unglaublich kompliziert. Das Gleiche bedeutet noch längst nicht für jeden das Gleiche.

Weil Humor als „Gemütszustand“ den Weg in die Deutsche Sprache fand, kann dieser so vielseitig und reichhaltig wie das menschliche Wesen selbst sein: mal gelassen, mal überlegen, mal köstlich, mal tiefgründig, mal gütig, aber auch mal trocken, mal bitter, mal beißend oder mal abgrundtief derb. Der größte soziale Fehler der Welt stellt der Versuch dar, selbst beim Humor allen alles rechtmachen zu wollen. Wenn man den Humor entkeimt, ihm den lebendigen Mikroorganismus entzieht, um ihn hygienisch und virenfrei zu bekommen, damit sich keiner benachteiligt fühlt, stirbt er. Rhetorische Kapitulation bedeutet für mich, wenn ich eine gemäßigte Sprache wählen muss, nur um kompatibel, mehrheitsfähig und marketinggerecht zu sein. Wer sich so sehr darum kümmert nicht anstößig zu sein, wird

irgendwann selbst zum Stein des Anstoßes werden. Meine Rhetorik in diesem Buch unternimmt nicht den Versuch, allen alles recht zu machen. Meine Sprache kapituliert nicht aus Angst etwas Falsches zu sagen. Mein Vokabular ist vielseitig, wie mein Leben es ist: mal heiter, mal traurig und mal gereizt.

Dass Begriffe wie „Netiquette“ und „Political Correctness“ menschliche Gemütszustände zu unterdrücken versuchen, ist nach meinem Verständnis Ausdruck davon, dass Authentizität in unserer Gesellschaft vor allem dann erwünscht ist, solange sie nicht aneckt und sie geschmacksneutral bleibt. Seit meiner Geburt lebe ich meist außerhalb oder am Rande der Gesellschaft und bin mit den zwischenmenschlichen Gepflogenheiten nicht nur vertraut. Menschen haben an meinem Körper und an meiner Seele sämtliche Regeln gebrochen. „Netiquette“ und „Political Correctness“ ist deshalb nichts, was mir per se egal wäre, sondern etwas, was ich in entscheidenden Momenten meines Lebens von Menschen nicht erfahren und ich nicht von ihnen gelernt habe.

Der zeitweilige Versuch, anderen meine Geschichte und meine psychische Krankheit greifbar zu machen, hat mir nur selten Verständnis oder Lorbeeren eingebracht. Meistens wurde ich stigmatisiert, psychologisiert oder mir wurde der Job gekündigt. Wie heißt es im Film „Joker“: „Das Schlimmste an einer psychischen Erkrankung ist, dass die Leute erwarten, dass du dich so verhältst, als hättest du keine.“ Der anatomische Krankheitsbereich umfasst mehr als sechszwanzigtausend Krankheiten aus allen Bereichen des Körpers, für welche die „Leute“ Verständnis finden. Dagegen existieren gerade mal zweihundert

klassifizierte Formen von psychischen Erkrankungen, bei denen die Umwelt von einem erwartet, dass man sich so verhält, als hätte man diese eben nicht. Eine psychische Krankheit zu haben heißt für mich, dass ich in Trigger-Situationen nicht multilateral denken, dass ich mich nicht präventiv verhalten, und dass ich unter Druck „Netiquette“ oder „Political Correctness“ nicht bieten kann.

Dass ich dieses Buch geschrieben habe und veröffentliche, ist einerseits Ausdruck davon, dass ich es leid geworden bin, die Ursachen meiner psychischen Krankheit mir nichts, dir nichts unter den Teppich zu kehren und zu verschweigen, dass mich Menschen krank gemacht haben. Andererseits ist es auch ein Zeugnis meiner tiefen Auseinandersetzung mit dem Geschehenen, in der Hoffnung, durch den Schreibprozess neue Erkenntnisse über mein Leben zu gewinnen. Letztlich möchte ich aber auch die Möglichkeit wahrnehmen, meine Geschichte der Öffentlichkeit so zur Verfügung zu stellen, wie sie für mich ist – mit mannigfaltigen Gemütszuständen versetzt.

ERSTER AKT

Invasionsphase „Trauma“

I.

Die Liebesgeschichte meiner Eltern könnte rasch erzählt werden. Da gibt es nicht viel, was ich über Romanzen weiß. Meinen Vater habe ich kaum kennengelernt. Meine Mutter nur für eine kurze Zeit. Um ein Traumpaar kann es sich nicht gehandelt haben, denn nur wenige Monate nach meiner Geburt hat es die Scheidungspapiere unterschrieben. Fünfzehn Jahre später würden sich beide umgebracht haben. Das ist wahrscheinlich das Einzige, was meine Eltern mit Romeo und Julia gemeinsam hatten.

Das Meiste, was mir über sie bekannt ist, ist hypothetisch und unbelegt. Schauergeschichten über sie wurden mir meist im Superlativ erzählt. Aber das ist wohl eine Eigenschaft von Gerüchten. Sie sind immer fantastischer als die Realität. Ich habe schlüpfrige Geschichten über meine Mutter gehört und dass mein Vater ein Schlappschwanz gewesen sei. Boulevardniveau, dem ich Glauben schenken kann oder nicht. Aber wie munkelt man hinter vorgehaltener Hand: Hinter jedem Gerücht steckt ein Körnchen Wahrheit. Trotz aller Skepsis im Umgang mit Gerüchten haben solche meine Wahrnehmung auf meine Eltern zusätzlich gestört. De facto fehlt mir ein wesentlicher Teil meines Lebens. Wo sind meine Wurzeln? Die Frage nach meinem Ursprung kann ich nicht beantworten. Ich kann nichts Hieb- und Stichfestes über meine frühe Kindheit und über meine Eltern sagen. Das fühlt sich an, als würde mir etwas Essenzielles fehlen. Ein innerer Kompass, eine innere Waage, eine innere Erdung. Da herrscht eine klaffende Lücke in meinem Lebenslauf, von

dem ich nichts Schönes berichten kann, weil die lückenfüllenden Gerüchte allesamt bloß schlecht sind.

Gerade mal ein einziges Bild besitze ich von meinen Eltern. Es wurde beim fröhlichen und unbeschwerten Kochen am Herd eingefangen. Man stelle sich eine Achtzigerjahre-Broschüre für Eheberatung aus der Druckerei der Zeugen Jehovas vor. Wenn einem diese Vorstellung sämtliche Gesichtszüge verzieht, dann kommt man diesem Sujet recht nahe. Es wirkt in seiner pessimistisch anmutenden Umgebung süßlich, weich, romantisch, sentimental und irgendwie sogar gefühlvoll. Mein Vater trägt dunkel und eine übergroße, quadratische Hornbrille, für welche Hipster heute ein Vermögen zahlen. Meine Mutter, die mit ihrer Kombination aus einer roten Bluse und einer weißen Schürze aussieht wie eine Fleischtheckenmitarbeiterin der Migros, hält in ihrer Linken ein mit Pommes frites gefülltes Frittiersieb. Es wäre mit Sicherheit einfacher für mich, wenn ich nur dieses eine Bild von meinen Eltern besäße. Nur diese eine Momentaufnahme und nicht all die hässlichen Geschichten mit dazu. Man hätte mir im Nachhinein auch lieber nichts über ihre Beziehung erzählt als fiese Gerüchte, die Jahrzehnte danach weder bejaht noch verneint werden können. Wenn ich dem Gerede glauben soll, dann ist die Bindung meiner Eltern etwa so stabil gewesen wie lasche Pommes frites.

Wenn ich dieses Foto meiner Eltern betrachte, habe ich keinen Schimmer davon, wer dieser Typ mit der Hornbrille eigentlich ist. Gefühlte dreimal in meinem Leben habe ich ihn gesehen. Tatsächlich waren es vielleicht zehnmal. Mein Vater war inexistent für mich. Ein Geist, der nicht nur sprichwörtlich an der Flasche hing. Ich wusste, dass er da

war und dass es ihn gab, obwohl er nicht da war und es ihn nie für mich gegeben hat. Nein, ich habe nicht verstanden, weshalb sich mein Vater nicht bei mir blicken gelassen hat, weshalb ich von ihm ignoriert worden bin und weshalb er mich nicht haben wollte. Fadenscheinige Deskriptionen habe ich erst als junger Erwachsener von meiner Tante erhalten. Diese waren zwar so gefärbt wie der Inhalt einer kunterbunten Frauenzeitschrift. Dennoch haben sie mir ein vages Verständnis für die damalige Situation geschaffen.

Meinem Vater wurde nach der Scheidung das Besuchsrecht für seine Kinder zugesprochen. Besuchen wollte er allerdings nur meine drei Jahre ältere Schwester und meinen zwei Jahre älteren Bruder. Mich nicht! Mich hat er auf ein Missgeschick einer frivolen Ehefrau reduziert, die von Monogamie nichts gehalten haben muss. Wegen eines folgenreichen Seitensprungs hätte er Alimente locker machen müssen, was er aber nicht konnte, weil er notorisch pleite war. Heute ist es für mich durchaus dechiffrierbar, weshalb der Hornbrillenmann mich nie als seinen Sohn anerkennen konnte. Dennoch ändert keine noch so stringente Argumentation und keine noch so faktische Begründung etwas an der emotionalen Leere, die eine elterliche Zurückweisung bei einem Kind fabriziert. Diese emotionale Leere und das Gefühl, verstoßen worden zu sein, sind zu einer Grundausrüstung in meinem Leben geworden. Dieses Gefühl, nicht dazuzugehören, Außenseiter und Einzelgänger zu sein, zieht sich durch mein ganzes Leben hindurch. Bis zum heutigen Tag.

Ob es mich beschäftigt, ob an den Verschwörungstheorien meines Vaters etwas dran ist? Ja, das tut es immer wieder, obschon ich diesem Grübeln hier und heute ein Ende setzen

könnte. Die freie Liebe der Siebziger hat manch vaterloses Kind produziert. Aber im Vergleich zu den Siebzigern lassen sich heute Vaterfragen im Reagenzglas klären. In jeder True-Crime-Folge wird der Zuschauer darüber informiert, dass während der Siebziger und Achtziger die DNA-Analysen noch nicht verlässlich genug gewesen sind, um Täter oder Opfer einwandfrei identifizieren zu können. Weil auch mein Leben so etwas wie eine True-Crime-Story ist, soll das an dieser Stelle auch nicht anders sein. Als ich geboren worden bin, hat es tatsächlich noch keine DNA-Analyse gegeben, um etwaige Vaterschaften aufzuklären. Sie ist etwa fünfzehn Jahre später auf den Markt gekommen. Anfang der Neunziger hätte sich mein Vater jedoch bereits umgebracht.

Viele Jahre lang habe ich mir überlegt, einen DNA-Abgleich erstellen zu lassen, und habe mich dabei gefragt, was es wohl verändern würde, falls sich die Verschwörungstheorien meines Vaters bewahrheiten würden. Während ich mich als Kind noch nach einem Vater gesehnt habe, habe ich mich als Teenager gegen die Vorstellung gewehrt, dass dieser langgezogene, format- und charakterlose Lulatsch mit mir verwandt sein sollte. Wenn ich an diesen Typen gedacht habe, habe ich einen schwächlichen, einen dünnen, einen zu groß geratenen Hanswurst vor mir gesehen, der nichts draufhat; einen Feigling, einen Versager, einen Verlierer. Niemand, an dem ich mich orientieren wollte. Ich habe diesen Menschen schließlich genauso aus meinem Leben geklammert, wie er mich aus seinem. Mein Vater ist und bleibt für mich der Unbekannte mit der Hornbrille, von dem ich bloß weiß, dass er einmal etwas mit meiner Mutter hatte.

Weil dieses therapeutische Schreiben nicht nur ein Rückblick auf meine Biografie sein soll, sondern auch eine investigative Chance zur Überwindung von familiären Missständen, habe ich mich dazu ermutigt, die leidige Vaterschaftsfrage endlich aus der Welt zu schaffen. Um dies umzusetzen, musste ich mir bloß Speichelproben eines Verwandten väterlicherseits besorgen. „Bloß“ sagt sich so einfach. Denn der Beziehungsstatus zu meiner Verwandtschaft ist kompliziert. Die Familie mütterlicherseits schweigt mich tot, und mit der Familie väterlicherseits habe ich weniger Berührungspunkte als mit kontaktlosem Bezahlen. Meine Wahl ist schließlich auf eine Tante von mir gefallen. Ich verwende den Begriff „sehr“ nicht besonders gerne, da er eindeutige Aussagen in relative und somit in unklare Verhältnisse bringt. Aber die Überwindung mit meiner Tante, mit der ich seit einer halben Ewigkeit kein Wort mehr gewechselt habe, in einen Dialog zu treten, ist wirklich „sehr“ groß gewesen. Glücklicherweise hatte ein Herr namens Ray Tomlinson einst einen Geistesblitz und hat dabei die E-Mail erfunden.

Also habe ich die Kollegen von Google beauftragt, mir die E-Mail-Adresse von meiner Tante, der Schwester meines Vaters, zu besorgen. Ich hoffte, sie würde sich noch im Reich der Lebendigen tummeln, sie wäre noch ansprechbar und zurechnungsfähig. Da jeder fünfte Mensch das Rentenalter nicht erreicht und jeder zwölfte Rentner von Demenz betroffen ist, durfte ich nicht selbstverständlich davon ausgehen. Aber weder der Tod noch die Demenz fanden indessen Interesse an meiner Tante. Dafür ich. Die Nachricht an sie war kurz und distanziert. Ich wollte weder heucheln noch speichellecken, obwohl Speichel im Fokus meines Interesses lag.

Ein Gemisch aus Wasser, Schleim- und Mineralstoffen, Salzen und Eiweißen, von dem der Körper eineinhalb Liter pro Tag produzieren kann. Da konnte mir meine Tante ruhig etwas davon abgeben. Denn bereits eine geringste Menge davon war in der Lage, den Hornbrillenmann als meinen Vater zu bestätigen oder eben nicht. So nebenbei: Gerade meine Tante ist einst die treueste Jüngerin der Nichtvaterschaftsthese gewesen. Drei Jahrzehnte später schien sie überrascht zu sein, nochmals damit konfrontiert zu werden. „Die Antwort auf die DNA-Analyse würde mir keinen Frieden bescheren,“ schrieb sie mir. Nein, würde sie nicht. Aber sie würde mir vielleicht helfen, diesen Mann und dessen Handeln besser zu verstehen.

Überraschenderweise zeigte sich meine Tante nach einigem Zögern und nach einiger Bedenkzeit hilfsbereit. Ihr Speichel konnte beweisen, ob eine Verwandtschaft zwischen uns besteht oder nicht. Der DNA-Test war also kein Vaterschaftstest in Bezug auf einen konkreten Vater. Das war so nicht mehr möglich. Aber die Probe von seiner Schwester konnte den ungefähren Verwandtschaftsgrad zwischen dieser und mir aufzeigen. Je mehr genetische Positionen zwischen zwei Menschen übereinstimmen, desto enger ist ihre Verwandtschaft. Das heißt, wenn schließlich keine Position übereinstimmt, ist man auch nicht miteinander verwandt. Dies bedeutet wiederum, dass, wenn meine Tante nicht mit mir verwandt ist, sie entweder nicht die Schwester meines Vaters ist oder mein Vater tatsächlich nicht mein Vater ist. Nun bekommt gerade die hartnäckige These meiner Tante ein ungeheures Gewicht. Diese lautet, dass mein Vater deswegen nicht mein Erzeuger sein kann, da er zum Zeitpunkt

meiner Produktion bereits zwei Monate von meiner Mutter getrennt gewesen ist. Weil ich im siebten Monat als Frühgeburt zur Welt gekommen bin, wäre ich ihm einfach noch angehängt worden.

Es würde einige Wochen in Anspruch nehmen, bis das Resultat vom Labor meinen Briefkasten finden würde. Die Zeit des Wartens ist relativ emotionslos und gefasst verstrichen. Zwischendurch habe ich den Test völlig vergessen. Einerseits, weil ich das Ergebnis längst schon geahnt habe, und andererseits, weil ich wusste, dass ein genetischer Nachweis nichts an meiner gegenwärtigen Situation korrigieren würde. Meine innere Distanz zur Sache überrascht mich im Nachhinein jedoch selbst. Da habe ich im Vorfeld mehr Gemütsbewegungen erwartet. Für mich ändert indes keine DNA-Analyse etwas daran, dass ich der „Bastard“ einer konservativen Familie bin. Wobei „Bastard“ für „überflüssig“, „unerwünscht“ und „verpiss dich“ steht. Keine DNA-Analyse der Welt verbessert nachträglich die Erfahrung, als Kind verlassen und abgeschoben worden zu sein. Keine Speichelstudie kann diesem Kind seinen Vater oder seine Familie zurückgeben. Solche Gedanken haben jegliche Hysterie im Keim erstickt.

Meine emotionale Distanz war wahrscheinlich auch Ausdruck meiner Bemühungen, der Wahrheit möglichst rational entgegenzutreten. Gefühle verändern Wahrheit oft zur subjektiven, anstatt zur objektiven Richtigkeit. Ich wollte beim Blick auf meine eigene Geschichte kein Aquarium vor den Augen haben. Ich wollte endlich Klarheit und keine milchig schummrigen Gefühlslandschaften. Ein wenig aufgeregt war ich dann jedoch schon, während mir der Postbote das