

Und immer war da auch das Wissen um das Warum meines Zustands. Als ich vergangene Woche mit einem Freund vier Tage in der Eifel verbrachte, sagte ich zu Christa – der Frau von Dachdecker Rudi, der inzwischen verstorben ist –, der Tag der Geburtstagsfeier ihres Sohnes Johannes, der 9. September, sei so ungefähr der letzte »normale« Tag für mich gewesen. Es war ein Sonntag, Johannes feierte seinen Geburtstag im ehemaligen Rathaus von Nimshuscheid. Es gab Getränke und Essen, es waren viele Leute da, die ich kannte. Ich bin früh nach Hause gegangen, ich hatte das Gefühl, da nicht hinzugehören, ich war unruhig. Jetzt erinnere ich mich sehr deutlich an diesen Abend. Ich weiß noch, wer damals dort war, mit wem ich gesprochen habe, zum Beispiel bin ich Jenny begegnet, die im Friseursalon in Lasel gearbeitet, dort aber aufgehört hatte, wonach ich sie aus den Augen verlor, und bei der Feier war sie eine der Kellnerinnen. Ich weiß noch, was ich gegessen habe, die Gespräche mit den Brüdern von Johannes habe ich fast wörtlich in Erinnerung, ich sehe noch, mit wem ich draußen geraucht habe. Ich habe die Bäume und Sträucher rings um das ehemalige Rathaus gesehen, ich habe den frischen Septembergeruch geschnuppert, ich sehe mich selbst auf dem Weg nach Nimshuscheider Mühle und schließlich nach Schwarzbach, ich schnalzte mit der Zunge den Pferden zu, dunklen Flecken auf der Weide. Ich atmete ein und aus, ich ging weiter bergab.

An den darauffolgenden Tagen fing das Elend an. Ich glaube, mir war klar, dass ich nicht gut auf das Antidepressivum reagierte, das ich nun wieder nahm. Für mich selbst bezeichnete ich es als Panik, obwohl ich verstandesmäßig nicht in Panik geriet; ich wusste ja, dass dergleichen passieren konnte. Es kommt regelmäßig vor, dass Menschen, die ein abgesetztes Antidepressivum erneut einnehmen, erst einmal – kurze Zeit – weiter abrutschen, bevor das Medikament anschlägt. Ich jätete Unkraut in der Einfahrt und sagte zu mir: Mach einfach weiter, das geht vorbei, dieses schreckliche Gefühl wird verschwinden. Mitte September fuhren Henk, Pauline und ich zum Gästehaus St. Gregor in Plankstetten. In der Hoffnung, dass alles gutgehen würde.

Ich hatte kurz vor Johannes' Geburtstag wieder mit der Einnahme angefangen, weil ich mich nicht so besonders fühlte, um es der Einfachheit halber so auszudrücken. Bei einem Besuch beim Therapeuten – den ich auch manchmal monatelang nicht sehe oder spreche – waren wir zu dem Schluss gelangt, dass bei mir wieder Symptome einer Depression erkennbar waren. Im Juli war etwas passiert, das mich ziemlich fertiggemacht hatte. Ich bekam in der Eifel Besuch von einer manischen Freundin. Sie blieb sechs Tage. Es war nicht auszuhalten. Sie war derart manisch, dass sie vollkommen selbstsüchtig war. Ich versuchte, sie wegzuschicken, ihr klarzumachen, dass sie in ihrem Zustand unmöglich bei einer anderen Person sein konnte, weil das für diese andere Person schlicht unzumutbar war. Das gelang mir natürlich nicht, sie

reagierte mit Weinen und Wut auf mich. Sie meinte, ich kapiere einfach gar nichts, und sie fühlte sich unendlich weit über mich erhaben. Mich, ihren Gastgeber.

Gleichzeitig war die Deutsche Dogge Elvis bei mir zu Gast. Das fand ich immer schön. Elvis ist ein unglaublich lieber, anhänglicher Hund, der keiner Fliege etwas zuleide tut und den man außerdem sehr gut ohne Leine laufen lassen kann, weil er immer hört, wenn man ihn ruft. Bis zu dieser Woche. Er schnappte sich ein Schaf. Und zwar nicht irgendwie, sondern so, als wüsste auch ein Hund, der noch nie einen Menschen oder ein anderes Tier gebissen hat, ganz genau, wie man es machen muss, mit einem Biss in den Hals. Um zu töten. Das Schaf hat letztlich überlebt, was aber erst nach Wochen und etlichen hundert Euro an Tierarzkosten feststand. Da hatte ich also diese unmögliche Freundin am Hals, die mir alle Energie raubte, ohne es zu merken, denn sie selbst fühlte sich ja großartig, und wie es mir ging, interessierte sie nicht einen Moment, und außerdem einen Schafkiller, an dessen Fang langsam das Blut trocknete. Der Hund musste weg, ich konnte ihn nicht mehr sehen. Das kostete noch einiges an Nerven. Elvis' Herrchen dachte nicht daran, seinen Italienurlaub abubrechen, um mich zu erlösen. Ich erinnere mich, dass ich irgendwann weinend mit meiner Mutter telefoniert habe. »Er weint deswegen!«, rief sie meinem Vater zu, der wahrscheinlich gerade auf seinem Stuhl am Fenster *De Telegraaf* las. Schließlich verschwanden sowohl die Freundin als auch der Hund (ein Neffe aus den Niederlanden holte ihn ab, an einem Tag mit 35 Grad Hitze, in einem Kleinbus ohne Klimaanlage), und ich blieb reichlich mitgenommen zurück.

Wenn ich aber daran zurückdenke, wer ich im vergangenen Sommer war, wie ich mich bis Anfang September fühlte, dann verfluche ich den Tag, an dem ich die erste Vierteltablette Escitalopram eingenommen habe. Das habe ich gemeint, als ich weiter oben von dem *Wissen um das Warum meines Zustands* geschrieben habe.

»Es ist kein Paracetamol«, sagte einer der drei Männer, denen ich gegenüber saß, als ich beim Krisendienst gelandet war. Ich weiß nicht mehr, wann genau das war, irgendwann im Oktober.

»Das ist mir bewusst«, antwortete ich ganz ruhig. »Ich habe schon öfter wieder mit einem Antidepressivum angefangen.«

Die Leute vom Krisendienst machen übrigens ihre Sache gut, muss ich sagen. Drei Männer, die einen aufmerksam beobachten, jeder auf seine Weise, dem jeweils eigenen Fachgebiet entsprechend, während man selbst mutterseelenallein auf der anderen Seite des Tisches sitzt und redet. Es war in der Eerste Constantijn Huygensstraat, und offiziell heißt es Psychiatrischer Notdienst Amsterdam. Ich war ruhig; am Vortag – als der Therapeut morgens, noch bevor ich zum zweiten Mal zu ihm fuhr, alarmiert von meinem ersten Besuch unmittelbar nach dem Urlaub, den Termin für mich ausmachte – hatte ich einen guten Tag gehabt, und am Morgen vor meiner Fahrt zum Krisendienst hatte ich natürlich ein Alprazolam eingenommen. Das Gespräch verlief deshalb ausgesprochen

ruhig und rational, und die drei Männer kamen zu dem Schluss, dass »keine Gefahr« bestand. Als ich nach Hause radelte, dachte ich: Ich bin wieder da. Dieses Gefühl hielt sich nicht den ganzen Tag. Vor allem nicht, nachdem einer der drei Männer sich später noch telefonisch bei mir meldete und erklärte, dass ich falls nötig jederzeit, Tag und Nacht, anrufen könne.

(Monate später bekam ich eine Rechnung von meiner Krankenversicherung, aus der hervorging, dass ich mit dem Besuch beim Krisendienst auf einen Schlag die Grenze für nicht unbedingt notwendige Leistungen überschritten hatte. Die Viertelstunde in dem kleinen Zimmer – plus einer Dreiviertelstunde, die ich in einem großen, offenen Raum zwischen anderen, ebenfalls unmittelbar Hilfsbedürftigen gewartet hatte – kostete insgesamt 1350 Euro.)

Dass man durch die Einnahme eines Antidepressivums eine lähmende Depression bekommen kann. Das ist schrecklich, andererseits aber auch etwas, woran man sich festhalten kann. Man kann sich sagen: Ich bin oder tue das nicht selbst, es wird durch eine chemische Substanz verursacht. Es ist etwas außerhalb meiner selbst. Das wäre vergleichbar mit dem, was Matt Haig einmal getwittert hat, vermutlich aus dem Buch über seine Depression, *Reasons to stay alive*: »Always, [depression] is smaller than you, even when it feels vast. It operates within you, you do not operate within it. It may be a dark cloud passing across the sky, but – if that is the metaphore – you are the sky. You were there before it. And the cloud can't exist without the sky, but the sky can exist without the cloud.« Er fühlt sich gezwungen, auf Metaphern zurückzugreifen.

Es gab noch einen vierten Moment der Erleichterung. Nachdem ich die Lesungen in Deutschland abgesagt hatte und mit aller Macht versuchte, das Schuldgefühl deswegen zu unterdrücken (»Ich muss überhaupt nichts«), meldete sich irgendeine Deutsche auf Twitter zu Wort. Auf Twitter kann einem jeder folgen und kann und darf jeder alle Arten von Ansichten über einen äußern. Sie verfasste gleich zwei Tweets mit dem Verweis @gerbrandbakker, damit ich sie nur ja zu Gesicht bekam. Der erste: »Ich habe mich auf nichts so gefreut wie auf die Lesung in Karlsruhe am 16.11. Mein Ticket nach Karlsruhe ist seit 3 Wochen gekauft, ich habe eine Übernachtung gemietet, und jetzt fällt Ihre Lesung aus. Ich bin so enttäuscht.« Und der zweite: »Ich habe mich auf nichts so gefreut wie auf die Lesung am 16.11. in Karlsruhe. Frei genommen, Zugticket, Übernachtung gebucht. Jetzt fällt sie aus. Das gibt es doch echt nicht. WARUM?« Ich habe die Tweets an einem Abend nach ein paar Gläsern Wein entdeckt. Abends, also dachte ich: morgen. Morgen ist alles wieder gut, ich kann mich doch nicht jetzt so fühlen und morgen nicht mehr. Zum Glück habe ich nicht geantwortet, zum Glück habe ich mich zurückgehalten. Ich hoffe, dass sie diese Zeilen liest. Ich hoffe, dass sie sich schämt. Andererseits: Für sie war es ja beschissen, unerfreulich oder zum Kotzen, dass sie die Fahrkarte schon

gekauft hatte. Die »Erleichterung« verdankte sich der Wut, die ich empfand. Etwas fühlen, egal was.

– 6 –

Am Dienstag, dem 7. Juli 2016, habe ich bei Freunden in Haarlem zu Abend gegessen. Wir aßen spät, das bin ich von diesem Haushalt gewöhnt, und es macht auch nichts, weil die Zeit bis zum Essen mit Chips und Dauerwurst und Whisky gefüllt wird. Sjoerd kochte, es gab Chili con carne. Mariska mag das nicht, ebendeshalb kochte Sjoerd. Es war gemütlich, es war angenehm, es war vertraut. Mariska machte ein Foto von mir, ein schönes Foto, ich sehe entspannt aus, und ich hatte – das habe ich später auch selbst gesehen – schöne Sachen an. Sie postete das Foto auf Facebook, ohne mich zu fragen.

Um ein Uhr in der Nacht bekam ich Bauchschmerzen. Erst schlief ich wieder ein, später musste ich raus. Ich kotzte wie ein Reiher. Danach legte ich mich wieder hin. Um fünf Uhr konnte ich nicht mehr. Es hatte sich in eine Art von Schmerz verwandelt, für den das Wort »krepieren« erfunden worden ist. (Übers Italienische vom lateinischen *crepāre*, »klappern, knattern, knallen«. Wahrscheinlich nach dem Aufplatzen von verwesenden Leichen.) Ich weckte meinen Neffen Casper, der in Amsterdam studiert und bei mir wohnt, und bat ihn, Hilfe zu rufen, egal wo und von wem. Das hat er ganz toll gemacht. Ich stützte mich gekrümmt mit den Händen auf die Arbeitsplatte in der Küche. Als um halb sechs Rettungssanitäter eintrafen, wälzte ich mich in meiner beschmutzten Unterhose – ich hatte nicht nur gekotzt, sondern auch mehr oder weniger unkontrolliert Darminhalt von mir gegeben – auf dem Teppichboden im Wohnzimmer. Plötzlich stand ein Eimer vor meiner Nase, ich übergab mich erneut und sagte: »Geht schon wieder.« Darüber haben Casper und ich später noch herzlich gelacht. Ich wollte, dass die Sanitäter wieder gingen. Als ich auf der Fahrtrage lag und auf die Galerie gerollt wurde, kam gerade meine Nachbarin aus ihrer Wohnung. Sie ist Straßenbahnfahrerin und hat manchmal eine sehr frühe Schicht. Prompt lief sie gegen die Trage. »Hab ich mich erschrocken!«, rief sie. Ich sagte nichts, ich hatte mich ganz in die Hände der Sanitäter gegeben.

Man brachte mich zur Notaufnahme des Onze Lieve Vrouwe Gasthuis. Da habe ich den lieben langen Tag gelegen. Eine Notaufnahme ist nicht der allerschönste Ort dafür. Man liegt da vor aller Augen, es herrscht Unruhe, alles und jeder kommt vorbei. Manchmal habe ich übrigens nicht gelegen, dann hatte ich so schreckliche Schmerzen, dass ich aufstehen und mich zusammenfallen musste. Und immer wieder musste ich mich übergeben. Eine Reihe von Untersuchungen wurde vorgenommen, ich wurde geröntgt und was weiß ich noch, man schmierte mir Gel auf den Bauch und bewegte darauf ein

Gerät hin und her wie bei einer Schwangeren, und wenn ich mich recht erinnere, hat man mich auch durch ein MRT-Gerät geschoben, nachdem ich einen Liter von einer fieser Flüssigkeit hatte trinken müssen. Nur, wo soll man einen Liter fiese Flüssigkeit unterbringen, wenn vom Magen an alles verschlossen ist (was zu dem Zeitpunkt allerdings noch niemand wusste)? Irgendwann kam auch Casper und brachte eine Jogginghose, mein Telefon und noch alles mögliche andere. Ich war geistesgegenwärtig genug, meinem Verlag Bescheid zu sagen, dass ich am nächsten Tag höchstwahrscheinlich nicht nach Skopje würde fliegen können, um dort bei der Vorstellung der mazedonischen Ausgabe von *Oben ist es still* anwesend zu sein.

Gegen Ende des Tages sagte mir jemand mit ernster Miene, dass ich sofort operiert werden müsse, man habe andere Operationen dafür verschoben. »Sie werden höchstwahrscheinlich mit einem Stoma aufwachen«, sagte er. Ich glaube nicht, dass ich etwas erwidert habe, ich stand gerade wieder zusammengefaltet neben der Liege. Vorher hatte ich schon eine Krankenpflegerin gebeten, mir endlich etwas gegen die Schmerzen zu geben. »Aber Sie haben schon ganz viel bekommen«, antwortete sie. »Davon merke ich nichts«, sagte ich. Ich war vollkommen mürbe. Man rollte mich zu einem OP, wo man mich auf den Operationstisch hob. Der war angenehm warm. Ich gab dem Chirurgen und noch einigen anderen die Hand und schluckte ohne Murren einen Schlauch. Ich sah meine beschmutzte Unterhose. Ohne dass jemand irgendetwas zu mir gesagt hätte, war ich weg. Ich meine, ohne so etwas wie Runterzählen. In meinem ganzen Leben hatte ich noch nie im Krankenhaus gelegen, ganz zu schweigen von Operationen. Ich hatte angenommen, dass zum Narkotisiertwerden etwas mehr Zuwendung gehörte. Ungefähr zwei Stunden später kam ich im Aufwachraum wieder zu mir. Ich lag auf der Seite. Eine unglaublich liebe Krankenpflegerin sagte, ich müsse jetzt wach bleiben. Ich begriff nicht, warum die Frau nicht Deutsch sprach. Außerdem dachte ich, dass die Operation noch bevorstand. Eine halbe Stunde später lag ich in einem Zimmer mit drei anderen Leuten, darunter eine Frau aus Flandern, die sich die Brust hatte verkleinern lassen. Später habe ich mich noch manchmal gefragt, warum sie in der Gastroenterologie lag. Durch vorsichtiges Tasten stellte ich fest, dass ich kein Stoma hatte.

Ich lag vollkommen zufrieden in diesem Zimmer. Auf die Idee, jemanden anzurufen, kam ich gar nicht erst. Aus unerfindlichen Gründen hat auch Casper, der am Donnerstag wiederkam und mir noch mehr Sachen brachte – ein Buch, mein Portemonnaie, frische Unterhosen –, niemanden angerufen. Ich aß sehr leckere Frikadellen, während die drei anderen im Zimmer nichts aßen und sich immer wieder übergaben. Ich sah Mauersegler am Fenster vorbeisauen, draußen war richtig schönes Wetter. Sommer. Ich schlief, wenn ich schlafen wollte, lag die halbe Nacht wach, und ich war so unglaublich zufrieden. Keine Schmerzen mehr. Man brachte die Morphinpumpe, die neben meinem Bett stand, wieder weg, weil ich sie nicht benutzte. »Sie müssen sie