Zeitschrift: Emanzipation : feministische Zeitschrift für kritische Frauen
Herausgeber: Emanzipation
Band: 13 (1987)
Heft: 8

Artikel: Krankheit als Weg
Autor: Wyss, Rose-Marie Sylvie
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-360698

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 18.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Krankheit als Weg

Krankheit als Ausweg aus der erdrückenden Realität oder als Weg zum eigenen Ich? In den letzten Jahren wurde dieses Thema wieder vermehrt aufgegriffen. Von esoterischen und tiefenpsychologischen Ansätzen beeindruckt, versucht Rose-Marie Sylvie Wyss ihre eigenen tiefen Erlebnisse mit Kranksein aufzuzeichnen.

Mir ist heiss. Die Hitze wird immer unerträglicher. Ich kriege fast keine Luft mehr. Am liebsten möchte ich schreien, aber ich kann nicht. Ich schlage die Bettdecke zurück, dabei fällt mein Blick auf den kleinen, roten Wecker mit den Leuchtziffern auf meinem Nachttischchen. Es ist 15 Uhr 30. Draussen scheint die Sonne. Im Zimmer ist es dunkel. Ich versuche mich hochzuziehen, sehr vorsichtig, aber in meinem Rücken zieht sich etwas zusammen, ein stechender Schmerz, mein ganzer Körper krümmt sich. Ich nehme eine Tablette und sinke erschöpft in meine Kissen zurück. Die Tablette wirkt sehr schnell. Alles zieht sich von mir zurück, auch ich selber. Alles ist so unwirklich und scheint in einem grauen Nebel zu versinken. Der Kopf ist schwer wie Blei — nun spüre ich überhaupt nichts mehr. Krampfhaft versuche ich meine Gedanken festzuhalten, aber alles entgleitet meinem Willen. Hilflos, willenlos liege ich jetzt einfach nur da. Szenen und Geräusche bemächtigen sich meiner. Ich höre schwere Schritte auf der Treppe, schleppende müde Schritte, von tiefen Seufzern begleitet. Meine Mutter kommt die Treppe hoch, nun halten die Schritte vor meinem Zimmer. Ich atme kaum, bin ganz still, doch die Mutter geht an meinem Zimmer vorbei. Nun höre ich wie sie die Bettdekken meiner beiden jüngeren Brüder ausschüttelt und danach die Kissen. Mutter hat so viel zu tun. Sie lacht nie. Meistens schweigt sie. Ich darf sie nicht mit meiner Krankheit zusätzlich belasten. Mir ist kalt, eiskalt, ich ziehe meine blauroten Hände mit den steifgefrorenen Fingern von der Bettdecke zurück und versuche, sie mit meinem Atem zu wärmen. Auf der weissen Bettdecke glitzern Eissterne, kleine silberne Sterne. Die Decke ist feucht. Ich versuche aus dem Fenster zu schauen. Aber die Scheiben sind ebenfalls mit einem dichten Belag von Eisblumenlandschaften beschlagen. Ich denke an das Märchen der Schneekönigin. Es ist diesen Winter sehr kalt, 15 Grad unter Null. Hier oben hat es keine Heizung. Unten im Korridor ist ein kleiner Warmluftofen. Wenn ich doch nur eine Wärmeflasche hätte! Aber meine Mutter hat keine Zeit, und ich darf nicht herumgehen. Der Arzt hat mir strenge Bettruhe verordnet. Ich habe eine schwere Angina, schon die dritte diesen Winter. Fieber habe ich nie — nur Untertemperatur. Ich fühle mich schuldig, weil ich krank bin, schon wieder krank bin. Nein, ich weine nie. Ich muss stark sein. Es ist schon schlimm genug, dass ich krank bin. Ich darf niemandem zur Last fallen. Bedürfnisse habe ich keine. Das ist gut. Ich brauche nichts. Ganz fest ziehe ich mich zusammen — nun höre ich die Schritte meines Mannes. Er kommt die Treppe hinunter, hält vor meiner Zimmertüre kurz an, und geht energisch weiter. Ich bleibe ganz still liegen. Er hat im Moment sehr viel zu tun, ist total überlastet im Geschäft. Ich habe grosses Verständnis dafür. Ja, ich will ihn nicht auch noch mit meiner Krankheit belasten. Was ist denn plötzlich los mit mir? Ich fühle, wie sich meine Augen mit Tränen füllen, schwere, dicke Tränen kollern mir übers Gesicht, meinen Hals hinunter und versickern in meinem verschwitzten Nachthemd. Sie lassen sich einfach nicht mehr zurückhalten, am ganzen Körper werde ich von einem Krampf geschüttelt, kalter Schweiss läuft mir über den Rükken. — Die Haustüre fällt ins Schloss — ich zucke zusammen, nun höre ich wie mein Mann wegfährt. Alles ist wieder ruhig. Mir scheint, als ob die Zeit stillstehen würde. Alles fliesst ineinander und durcheinander. Vor meinem Geist taucht ein Engerling auf, ekelerregend, abscheulich. Er zerfrisst die Wurzeln, zerstört das Wachstum. Meine Eltern töten ihn. Ich halte beide Hände vors Gesicht, weil ich diese Szene nicht aushalten kann. Sie verschwindet, doch da steht an ihrer Stelle eine fette, graue Maus direkt vor mir und schaut mich mit ihren kleinen, frechen, stechigen Augen an. Was will sie von mir? Ich will sie verscheuchen. Aber sie ist stärker als ich. Sie bleibt einfach stehen und schaut mich unverwandt an. Ich versuche zu schreien. Mein Mund öffnet und schliesst sich wieder. Kein Laut dringt aus meiner Kehle. Sie ist wie zugeschnürt. Alles fühlt sich so trocken an. Ein Fisch taucht auf, er schnappt nach Luft, versucht sich zu befreien, er erstickt, Hilfe! Er ist stumm und total eingeklemmt (mein Ischiasnerv!) Ich muss ihn befreien, sonst stirbt er. Es gelingt mir im letzten Moment. Kleine Luftbläschen dringen an die Oberfläche. Ich atme auf. Mir ist viel leichter. Ich schliesse meine Augen und versuche abzuschalten, aber eine neue Szene bemächtigt sich meiner. Wie ist so etwas möglich? Mein eigenes Rückgrat taucht vor meinem Geist auf. Ich sehe es jetzt ganz deutlich. Viele dunkle Gestalten machen sich daran zu schaffen. Was tun sie bloss alle? Es sind viele Helfer, Geisthelfer, Heiler, die krampfhaft und sorgfältig versuchen, mein drahtiges Rückgrat geschmeidig zu machen. Es ist total verspannt und verbogen. Sie dehnen es nach allen Seiten. Es ist ein langer Prozess. Gebannt sehe ich diesem Treiben in meinem eigenen Körper zu... und spüre ganz unerwartet, wie ich mich langsam entspannen kann, ich fange an durchzuatmen, immer wieder... alles wird gut. Tiefer Schlaf umfängt mich — traumlos — er trägt mich weit weg, und ich lasse mich wegtragen — voller Vertrauen — übergebe mich einfach. Ich erwache. Die Morgensonne scheint direkt in mein Zimmer. Vorsichtig versuche ich mich hochzuziehen. Mein Rücken schmerzt immer noch, aber es gelingt mir, mich aufzusetzen.

Es herrscht schon reger Betrieb im Haus. Mein Mann bringt mir eine Tasse Kaffee und Konfitürenbrot ans Bett. Irgendwie hilflos steht er vor mir und lässt die Arme hängen. Nun tauchen die Zwillingstöchter hinter ihm auf. Sie schauen mich mitleidig an. Alle drei sind schon reisefertig. Mein Mann hat für drei Tage Ferien gebucht im Tessin. Aus geschäftlichen Gründen kann er nur gerade diese drei Tage freinehmen. Die älteste Tochter ist schon vor einer Woche mit ihren Kolleginnen nach Spanien in die Sommerferien geflogen. Ich versichere meinem Mann und den Töchtern, dass ich wirklich gut zurechtkommen würde alleine. Sie verabschieden sich, und ich drehe das Radio an, lehne mich zurück und ein neues Gefühl entsteht in mir... es ist ei-

ne Art Erleichterung. Nun muss ich gar nichts mehr... ich bin allein, nur ich. Ich brauche mich um niemanden zu sorgen. Um nichts und niemanden! Keiner ruft mich. Da ist niemand mehr, der meine Hilfe braucht... oder doch? Ich? Ich! Ja, ich! Wie ungewohnt es für mich ist, dieses „ich" gedanklich zu formulieren. Dieses kleine Wörtchen „ich". Wer ist denn überhaupt dieses „ich"? Ich weiss es nicht. Vielleicht sollte ich mich während diesen drei Tagen um dieses kleine „ich" etwas kümmern — ich selbst. ...Schön, dieses Gefühl, nichts mehr tun zu müssen, nichts mehr tun zu wollen und zu können. Meine Krankheit legitimiert mich, nur mich selbst zu sein. Sie eröffnet mir einen ganz neuen Lebensaspekt, eine neue Freiheit... Ich bin plötzlich frei, ich selbst zu sein. Ich bin krank, und ich fühle mich **nicht schuldig.** *Wie herrlich, einmal krank zu sein und sich nicht schuldig zu fühlen. Ich belaste niemanden damit und muss mich auch um niemand anders kümmern. Einfach nur Da-Sein, Da-Liegen, Mich-selber-sein. Mein stummer Fisch — wir haben viel Zeit, um das Sprechen zu lernen zusammen. Du und ich. Nur wir zwei. Wir werden unsere Sprache finden. Nein!* **Ich** *werde meine eigene Sprache finden. Meine Gesichtszüge entspannen sich allmählich. Mein Fisch lächelt in mir und aus mir. Und siehe da: er fängt an sich zu artikulieren. Und es entsteht ein Gedicht. Es ist einfach da, so wie es hier steht:*

Der Samen
eurer Ermahnung
„Nimm dich zusammen"
ist aufgegangen
in meinem Bauch,
und im Rücken
sitzt er auch —
festgeklemmt,
eingezwängt
im Rückenmark:
Ich bin stark.
Zusammennehmen
und Übernehmen.
Zusammengezogen
und langsam verbogen.
Auf einen Nerv reduziert
und tapfer funktioniert.
Und jetzt Schritt für Schritt
macht der Körper nicht mehr mit.
Meine falsche Bescheidenheit
macht sich im Rückenmark nun breit.
Ich kann mich kaum noch regen,
zurzeit kaum mehr bewegen,
nicht mehr funktionieren,
ich muss es akzeptieren:
Ich kann nichts mehr TUN.
Jetzt darf ich mal RUHN.
Einfach nur DA-SEIN.
Das Leben ist MEIN.
ICH DARF ICH SEIN.
Mein Sehnen:
AUSDEHNEN
FÜR ALLE ZEIT
MACH DICH NUN BREIT.
ICH HABE ZEIT...
ALLES IST WEIT...!

Im Laufe des Nachmittags betrachte ich gedankenverloren die Buchrücken in meinem riesigen Büchergestell gegenüber von meinem Bett. Seit Monaten habe ich sie alle abgestaubt, jede Woche einmal, ohne dabei die Titel wahrzunehmen. Und jetzt — auf einmal habe ich Zeit, einen Titel nach dem andern zu lesen und in mich aufzunehmen. Als erstes bleibt mein Blick — wie könnte es anders sein — an dem Titel „Krankheit als Weg" *von Thorwald Dethlefsen und Rüdiger Dahlke hängen. Ich habe das Buch schon vor etwa einem Jahr gekauft, aber lesen mochte ich es dann eben doch nicht. Es war mir zu unbequem. Der richtige Moment dafür scheint mir jetzt da zu sein. Ich suche mir noch ein zweites aus. Ich gehe die vielen, langen, bunten Reihen nochmals durch und entdecke, zwischen zwei dicken Romanbänden eingezwängt, den schmalen Band* „Der innere Mensch" *von Dr. Eduard Schellhammer. Meine private Hausbibel, so hatte ich das Buch vor Jahren umgetauft. Überglücklich nehme ich diese beiden Bücher aus dem Gestell und trage sie wie kostbare Funde zu meinem Nachttischchen. Zu meiner grossen Überraschung stosse ich beim Durchblättern des Buches* „Krankheit als Weg" *auf den Titel* „Bandscheiben und Ischias". *Fieberhaft beginne ich zu lesen...*

„...das Problem dieses Symptoms ist die Überlastung. Wer zu viel auf seine Schultern lädt und dieses Zuviel nicht bewusst realisiert, der spürt diesen Druck im Körper als Bandscheibenschmerz. Der Schmerz zwingt den Menschen zu mehr Ruhe, denn jede Bewegung, jede Aktivität tut ihm weh. Diese sinnvolle Regulation versuchen viele durch Schmerzmittel zu unterdrücken, um ihrer gewohnten Aktivität ungehindert nachgehen zu können. Doch sollte man lieber die Gelegenheit nützen, einmal in Ruhe darüber nachzudenken, warum man sich so viel aufgelastet hat, dass der Druck so gross geworden ist. Sich zu viel auflasten, dient doch immer dem Versuch, äusserlich gross und tüchtig zu erscheinen, um ein inneres Kleinheitsgefühl durch Taten zu kompensieren. Hinter grossen Leistungen steht immer Selbstunsicherheit und Minderwertigkeitsgefühl. Der Mensch, der sich selbst gefunden hat, leistet nichts mehr. Er **ist**... Der Körper zeigt immer die Wahrheit." *Für den Moment reicht es mir. Erschüttert klappe ich das Buch zusammen und beginne nachzudenken. Ich verspüre einen heftigen Stich in meiner Brust, nun ist es nicht mehr der Ischiasnerv. In meinem Gedächtnis fügen sich Stück um Stück von Erinnerungen zu einem Puzzle zusammen, und ich werde müde, schrecklich müde. Ich schliesse die Augen, aber verdrängen lässt sich dieses zusammengesetzte Bild nicht mehr. Es ist viel schwerer zu ertragen als alle Schmerzen all meiner verschiedenen Krankheiten soweit ich mich zurückerinnern kann. Ich habe mich belogen — 45 Jahre lang — das ist zuviel. Ich schleppe mich zur Toilette und erbreche mich. Mir scheint, ich könne nie mehr damit aufhören, mich zu erbrechen. Die letzten Kräfte drohen mich zu verlassen. Total erschöpft sinke ich wieder in mein Bett und spüre wie ich falle, immer tiefer — ich falle in mich selbst zurück. Stundenlang liege ich da ohne mich zu bewegen. Dann stehe ich auf. Ich gehe in die Küche und bereite mir ein kleines Nachtessen zu. Gierig schlinge ich alles in mich hinein und trinke zwei Gläser Rotwein dazu. — Am nächsten Tag kehrt mein Mann mit den Töchtern nachhause zurück — strahlend stehen alle drei vor mir. Und seit 3 Wochen bin ich wieder „leistungsfähig"... aber mein Leben ist anders geworden... obwohl sich ausserhalb sehr wenig verändert hat. Ich arbeite weniger und gönne mir mehr Ruhepausen, versuche mich immer wieder zu spüren — nicht nur in bezug auf andere.*

Ich wollte gestern diese KRANKHEITSGESCHICHTE abschliessen, aber irgendwie gelang es mir nicht. Heute sitze ich wieder an meiner Schreibmaschine, um einen Schluss zu schreiben. Aber es gelingt mir auch heute nicht, denn aufgrund meines neuen Körpergefühls bin ich überzeugt, dass es keinen Schluss gibt und nie einen geben wird. Dank meiner Leiderfahrungen habe ich mich nach dieser letzten Krankheit aufgemacht — in doppeltem Sinne — auf meinen Weg zu NEUEM LEBEN — ANFANG!

Rose-Marie Sylvie Wyss

Literaturhinweis:

„Der innere Mensch" von Dr. Ed. Schellhammer, Zürich. Herr Dr. Ed. Schellhammer leitet in Zürich eine tiefenpsychologische und esoterische Lebensschule.

„Krankheit als Weg" — Deutung und Be-deutung der Krankheitsbilder von Thorwald Dethlefsen (Psychologe und Esoteriker) und Rüdiger Dahlke (Arzt).