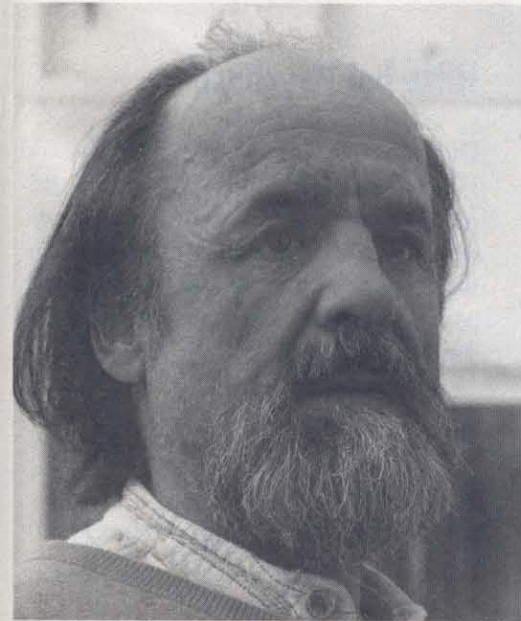


»Stimmen hören« - Weg in die Vereinsamung

Manfred berichtet, wie er damit leben lernte



»Stimmen aus Lautsprechern von Straßenbahnen, die das Unmöglichste mitteilten, bedrohlich und beleidigend ...«

Bis zu meinem 35ten Lebensjahr hatte ich wohl ein mehr oder weniger normales Leben. In Saudi Arabien verdiente ich genug Geld für unser Haus, das ich mit meiner Frau und meinem Sohn bereits bewohnte. Da hörte ich zum ersten Mal jemanden etwas sagen, das der einfach nicht wirklich gesagt hatte. Es war jedenfalls nicht er selbst, der gesprochen hatte. Ich habe dem Phänomen weiters keine Bedeutung beigemessen. Erst als ich schon einige Monate wieder in Österreich war, begann es wieder, dass ich aus den Köpfen von Leuten die in meiner Nähe waren, Stimmen hörte. Die Stimmen hatten die selben Merkmale, wie die echten der jeweiligen Menschen. Oft waren es hilfreiche Mitteilungen, meistens aber beschimpfende und bedrohende Worte und Sätze die ich zu hören bekam. Zugleich hörte ich immer öfter Stimmen aus Elektrogeräten: Stimmen aus Lautsprechern von Bussen oder Straßenbahnen, die das Unmöglichste mitteilten oder auch bedrohlich und beleidigend sein konnten. Auch kam es vor, dass ich aus einiger Entfernung vom Bahnhof irrsinnig laut aus den Bahnhofslautsprechern terrorverbreitende Stimmen hörte.

Als ich einmal völlig alleine neben einem Fahrscheinautomaten gestanden bin, hat aus diesem eine Stimme zu mir gesprochen. Die Stimmen kamen auch aus Radios und Fernseher, wenn diese nicht eingeschaltet waren. Wenn sie eingeschaltet waren hörte ich ganz etwas anderes, als die Sprecher wirklich gesagt haben konnten und es war immer persönlich auf mich ausgerichtet. Es kamen auch Stimmen von oben aus der Luft hinzu. Auch Stimmen hinter Türen und Wänden sprachen mit mir. Am meisten beeinflusst haben mich sicher die Stimmen, die in meinem Kopf zu mir sprachen, mir Befehle gaben oder geben wollten und mir einfach das Leben schier unmöglich machten. Ich musste vorallem bei Menschen in meiner Umgebung darauf achten, wer etwas wirklich gesagt hat oder nicht und immer abwägen, ob das Gesagte aus der Stimmenwelt kommt, oder ob der Betreffende das wirklich gesagt hatte. Als ich einmal nachts mit dem Bus nach Hause gefahren bin, hörte ich hinter mir ältere Frauen mit lauter Stimme alles Unmögliche sagen. Als es mir zu viel wurde, habe ich mich umgedreht und musste feststellen, dass ich der einzige Fahrgast war. Diese Stimmen wurden dann zwar etwas zurückhaltender, sie waren aber nicht weg.

»Die Stimmen haben mir immer mitgeteilt, dass ich der einzige Mensch auf der Welt bin, der Kontakt zu ihnen hat und sollte ich das irgendjemanden sagen, würde das mein sofortiger Tod sein.«

Als ich meinen damals 13-jährigen Sohn in Salzburg besuchte, hörte ich aus seinem Kopf über diese Stimmenwelt ebenso die unmöglichsten, unvorstellbarsten Sachen. Alte Freunde und Bekannte habe ich natürlich auch getroffen und das hat mir dann auch immer äusserste Konzentration abverlangt, um festzustellen wer wann wirklich etwas gesagt hat. Auch körperliche Phänomene und optische Halluzinationen - Menschen sahen plötzlich ganz anders aus - kamen hinzu. Die Stimmen haben mir immer mitgeteilt, dass ich der einzige Mensch auf der Welt bin der Kontakt zu

ihnen hat und sollte ich das irgendjemanden sagen, würde das mein sofortiger Tod sein. An die vier Jahre habe ich mit dieser Stimmenwelt gelebt und konnte mit niemandem darüber reden. In diesen vier Jahren kam es zur Scheidung, zur Trennung von meinem Sohn und auch zum Verlust meines von mir gebauten Hauses. Mein Vater ist in dieser Zeit an Krebs gestorben. Ich konnte meinen Beruf nicht mehr ausüben, weil meine Knie versagten. Es wäre wohl sowieso nicht mehr möglich gewesen, weil die Stimmenwelt immer mehr Macht über mich bekommen hatte. Ich habe mich in dieser Zeit innerlich immer mehr von den Menschen entfernt und bin in eine tiefe Depression gefallen. Noch schlimmer aber war die totale Vereinsamung.

»Ich habe mich innerlich immer mehr von den Menschen entfernt und bin in eine tiefe Depression gefallen. Noch schlimmer aber war die totale Vereinsamung.«

Ich habe mich immer mehr von Salzburg entfernt, bis ich schließlich von der Ausnüchterungszelle in Mattighofen in das Wagner-Jau-regg Krankenhaus in Linz geführt wurde. Da habe ich dann das erste Mal der Ärztin Hirnsberger erzählt was mit mir wirklich los ist und auch meine Ängste geäußert, dass ich jetzt vielleicht sterben werde. Ich habe angefangen über diese Stimmenwelt zu reden und habe erwartet, dass ich sterbe. Schön langsam habe ich begriffen, dass ich nicht sterbe und zugleich ist auch die Last der letzten vier Jahre um einiges leichter geworden. Mir wurde gesagt, dass ich nicht der einzige Mensch auf der Welt bin, der Stimmen hört. Vier bis sechs Prozent der Menschen werden mindestens einmal im Leben mit »Stimmen hören« konfrontiert. Von da an lernte ich immer besser mit den Stimmen umzugehen und kann heute nach 20 Jahren damit einigermaßen leben. Ich habe wieder ein gesichertes Leben und obwohl ich mir mein Leben natürlich einmal ganz anders vorgestellt habe, wird es doch in letzter Zeit konstant besser. Das Wichtigste ist sicherlich eine soziale Einbindung und der zwischenmenschliche Kontakt zum Umfeld.

Manfred