

Gegen Schmerzen

ICH ERINNERE MICH von Joe Brainard

Schmerzen, ganz besonders chronische Schmerzen, engen die Gedanken und die Handlungsfreiheit so stark ein, nehmen einen so kräftig in die Mangel, dass man zur Überzeugung gelangen kann, man habe sein eigenes Selbst verloren – da sei nichts mehr, was nicht Schmerzen sei, kein Schlaf, keine Arbeitslust, kein soziales Netz. Es gilt also zunächst jene verborgenen Winkel aufzustöbern, anhand derer Sie sich wiedererkennen und sagen können: Ja, so war ich, bevor die Schmerzen da waren. Dieses Buch ist eine «Erinnerungsmaschine», wie die amerikanische Autorin Siri Hustvedt zu Recht bemerkt; lesen Sie einige von Brainards Erinnerungsstücken (die alle mit den titelgebenden Worten beginnen), und Sie werden überrascht sein, welch ein Reichtum in Ihrem Inneren vorhanden ist.

DIE SCHLAFLOSEN von Ulrike Kolb

Die Figuren in diesem Roman haben eines gemeinsam, und wer weiss, vielleicht teilen sie Ihr Schicksal: Sie finden nachts keinen Schlaf. Sie erhoffen sich Hilfe von einem Wochenendseminar mit einem berühmten Schlafforscher. Aus allen Richtungen sind sie angereist, die Stimmung ist erwartungsvoll, allein: Der Meister lässt auf sich warten. Ist das Bestandteil des Seminars oder sind die Teilnehmer alle auf einen Schwindel hereingefallen? Wenn man diesen Roman gelesen hat, ist man nicht mehr alleine, wenn man nachts nicht schlafen kann.

DER WANDERFALKE von J. A. Baker

Ihre Ärztin hat Ihnen vielleicht geraten, sich trotz Schmerzen zu bewegen und ab und zu einen Spaziergang in der Natur zu machen. J. A. Baker hat genau dies getan; der Autor erkrankte als Kind an rheumatischem Fieber, von dem er ein lebenslanges Arthritisleiden davontrug, unternahm aber dennoch fast täglich ausgiebige Spaziergänge in der Natur. Über mehrere Monate, nein über Jahre hinweg beobachtete Baker während diesen Aufenthalten im Freien Wanderfalken, die jeweils im Herbst zum Jagen in eine englische Küstengegend kamen, und schrieb alles auf, was er sah: wie die Falken kreisen, rütteln, ihre Beute angreifen und verzehren. Baker schreibt so intensiv und fokussiert über die Vögel, dass es einem als Leserin manchmal vorkommt, als würde er sich selbst in einen Vogel verwandeln. Wer weiss, vielleicht entkam er dadurch auf eine Art seinem körperlichen Leiden?

DER TOD EINES BIENENZÜCHTERS von Lars Gustafsson

Schmerz wird von jedem Menschen anders wahrgenommen, deshalb ist es auch so schwierig, mit jemand anderem darüber zu reden. Umso wichtiger ist es, sich darin zu üben, Worte für den eigenen Schmerz zu finden – denn wie sonst als durch unser Verhalten und unsere Sprache könnten wir ihn einem anderen Menschen mitteilen? Dieses Buch geht tief hinein in den Schmerz und ist deshalb nur jenen zur Lektüre zu empfehlen, die ein Leiden mit einem Leiden kurieren (andere bevorzugen eine Ablenkung und Öffnung hin zu etwas Neuem). Der Erzähler ist an Krebs erkrankt und erleidet nebst

körperlichen Schmerzen auch Einsamkeit, Angst vor dem Ungewissen, Depression und Schlaflosigkeit. Nichtsdestotrotz möchte er seinen Schmerzen auf die Spur kommen, er sucht sie in Worte zu fassen und beobachtet sich selbst ganz genau. Dass einen das Buch dennoch voller Hoffnung zurücklässt, liegt wohl daran, dass es ein Glück bedeutet, zur Sprache zu finden.