



Im Gehirngewitter

Vor über zwanzig Jahren erlebte der Autor zwei epileptische Anfälle. Medikamente brachten Ruhe. Dann setzte er sie ab. «Hoffen wir, es klappt», sagte die Neurologin.

SAMSTAG, 22. MAI 2021, nachmittags um 14 Uhr. Unser 28. Hochzeitstag. Ich lümmle auf dem Sofa. Am Esstisch blödeln meine Frau Rebekka und unsere Kinder Dominique und Leonie, 23 und 21.

Dominique trägt einen alten Pulli von mir, schon vor langem annektiert, auf dessen Rückseite ich mit einem dicken Filzstift «My dad is proud of me» geschrieben habe. Als sie mir den Rücken zudreht, mache ich ein Foto der drei und poste es um 14 Uhr auf meinem Whatsapp-Status mit den Worten «meine drei». Dann schliesse ich die Augen, um mit ihren Stimmen im Hintergrund wegzudösen.

Wenige Minuten darauf erfasst mich unvermittelt ein seltsames Gefühl. Gerade so lange, um zu denken: eigenartig. Fühlt sich an wie damals.

«Paps hatte heute einen epileptischen Anfall. Das war das Schlimmste, was ich jemals mit ansehen musste. Mami realisierte als Erste, dass er krampft. Sie rannte zu ihm, um ihm den Kopf zu halten. Er biss sich auf die Zunge, und blutiger Schaum lief ihm über das Kinn. Sein Gesicht und seine Hände wurden grau wie Asche.»

Dominique

BLOODY HELL

Grand Mal nennt man den grossen epileptischen Anfall. Klingt hässlich. Ist es auch. Für alle, die ihn miterleben. Das erste Mal ist ein Überforderungsschock, den niemand vergisst. Der Einzige, der den Anfall nicht mitkriegt, ist der Mensch, der ihn hat. Im Auge des Hurrikans herrscht Ruhe. Es gibt Hunderte epileptischer Phänomene zwischen unmerklich und dramatisch. Ein Grand-Mal-Anfall ist grosses Kino. Als Schauplatz bietet sich das Sofa an. Weil man da bereits liegt, wenn's losgeht, und nicht noch extra stürzen muss. Leider kann man sich das Setting nicht auswählen.

Das Grand Mal ist der Mercedes unter den Anfällen. Er startet mit der gleichzeitigen elektrischen Entladung aller Nervenzellen des Gehirns. Dieses erteilt innert Millisekunden allen Muskeln und Organen des Körpers dieselbe rabiate Befehlsausgabe: Aktiv werden! Muskeln: Verkrampfen! Pupillen: Erstarren! Augen: Verdrehen! Speicheldrüsen: Go! Kiefermuskulatur: Zu! Zähne: Beissen! Zunge: Scheisse, wenn sie dazwischengerät.

Der Körper gehorcht augenblicklich. Das Bewusstsein wird so schnell ausgeknipst, dass sein Inhaber es nicht einmal mitkriegt. Er beginnt spastisch zu zucken, die Lungenflügel verkrampfen sich und jagen die Luft hoch, welche im Mund das Gemisch aus dem Blut der Zunge und Speichel hübsch aufschäumt. Und weil auch die Lippen kraftvoll zusammengepresst sind, sabbert das Gemisch dann adrett aus den Mundwinkeln. *Bloody hell.* Zwei Minuten können verflucht lange dauern.

«Das war dermassen scary! Paps' Gesicht hatte so ein Aschgrau. Wenn ich früher in Büchern las, jemand werde grau, habe ich immer gedacht, so ein Quatsch, grau werden nur Leichen. Aber heute sehe ich jedes Mal Paps' Gesicht vor mir.»
Leonie

Ein halbwegs vernunftbegabter Mensch überlegt es sich zweimal, ob er sein eigenes Grand Mal schildern soll. Der Anfall ist so drastisch, dass die Vorstellung davon bei manchen Leuten noch geraume Zeit aufpoppt, wenn sie einen sehen. Wer als intelligent und schön und reich in Erinnerung bleiben will, hält besser die Klappe.

Noch etwas kann dem Image abträglich sein: Weil Anfälle begünstigt werden von Hirnschädigungen aller Art, ist unter geistig beeinträchtigten Mitmenschen der Anteil an Epilepsiebetroffenen (seufz) grösser, weshalb Epilepsie ganz gern mit geistiger Behinderung in Verbindung gebracht wird – zwischen Ursache und Wirkung unterscheiden zu können, ist ja nicht jedem braven Bürger gegeben.

Getriggert wird die synchrone Entladung der Neuronengruppen im Gehirn von allen möglichen Auslösern wie Tumoren, Entzündungen, Schlaganfällen, Lichtimpulsen, Alkoholentzügen, Schlafmanko, Sauerstoffmangel bei der Geburt oder auch bloss von einer vererbten erhöhten Erregbarkeit des Gehirns.

Manche epileptischen Phänomene bemerkt man kaum. Die sekundenkurze Bewusstseinspause, Absence genannt, fällt vor allem dann auf, wenn man sie am Steuer auf der Autobahn einlegt. Nach einem vollwertigen Grand Mal jedoch ist man in der Regel verbeult vom Sturz und schleicht mit einem heftigen Ganzkörper-Muskelkater durch die nächsten Tage. Wer wöchentlich oder täglich Anfälle dieser Preisklasse einstecken muss, hat zu wenig Zeit für die Regeneration, kommt nicht mehr aus der

Erschöpfung heraus und ist damit im Alltag durchaus behindert. Krass dosierte Medikamente senken zwar oft die Anfallshäufigkeit, aber gleichzeitig auch die Drehzahl des Gehirns und damit Ausdauer, Konzentrationsfähigkeit und den Ausstoss grossartiger Geistesblitze. Das sorgt im gemeinen Epileptikerleben für wenig Wonne, ist aber alternativlos.

«Als Paps' Körper nach einer Ewigkeit zu krampfen aufhörte, rief Mami immer wieder seinen Namen. Er reagierte nicht. Seinen Puls spürte sie auch nicht mehr. Leonie versuchte auf dem Handy die Ambulanz anzurufen, aber sie zitterte zu sehr. Ich rief an und schilderte dem Notarzt das Geschehen. Während ich ihm unsere Wohnadresse nannte, klingelte es an der Türe. Leonie ging raus. Keiner da. Wohl ein Klingelstreich von Leo nebenan, tolles Timing. Der Notarzt am Telefon gab mir nun Anweisungen, was wir machen sollen, falls Paps aufhören würde zu atmen, Seitenlage und reanimieren und so weiter. Dann klingelte es erneut, dreimal, länger, und ich verstand akustisch nicht mehr, was der Notarzt mir erklärte. Dabei könnte das überlebenswichtig sein. Jetzt geriet ich noch mehr in Panik.»
Dominique

ATME, WILLI, ATME!

Zwei solcher Anfälle habe ich schon erlebt, mit 28 Jahren, aus heiterhellem Himmel und im Abstand von nur einer Woche. Ein Neurologe hat damals mit einem EEG die Hirnstromkurve gecheckt, mit einem MRI das Gehirn nach einem Tumor abgesucht und mir dann zwecks Desensibilisierung meiner Steuerzentrale eine wunderbare Tablette verschrieben, mit der ich auf Anhieb und ohne jegliche Nebenwirkungen Ruhe hatte.

(Klammer auf für die Nerds: Mein Wirkstoff Lamotrigin blockiert Natrium- und spannungsabhängige Calciumkanäle der Nervenzellen und verhindert so die Freisetzung der erregenden Neurotransmitter Aspartat und Glutamat. Klammer zu.)

Nach geschlagenen 24 Jahren ohne epileptische Phänomene befand die Nachfolgerin meines mittlerweile pensionierten Neurologen, ich könne versuchen, meine Tablette auszuschleichen. Ausschleichen ist nichts anderes als ein Austricksen des Gehirns: Man senkt die Dosis so unauffällig auf null, dass das Gehirn nichts mitbekommt. Ich liess mir fast ein ganzes Jahr Zeit. Die EEG zeigten keine Auffälligkeiten, Autofahren war möglich, und am 18. Mai dieses Jahres warf ich meine letzte Tablette ein. «Epileptiker Näf meldet sich ab», schrieb ich in meiner Zeitungskolumne, «und er rechnet frech damit, dass es so bleibt.»

Mein Gehirn war aber schlauer als ich. Es hat den klandestinen Abschied von meiner Tablette sehr wohl bemerkt, und vier Tage nach der letzten Tablette demonstrierte es mir mit aller Deutlichkeit, wer hier wen steuert.

«Ein Klingelstreich während eines epileptischen Anfalls, das war wie in einem miesen Film. Scheisskinder!, rief ich, raste zur Türe und schrie hinaus: Leo, hör auf, es ist gerade echt nicht lustig! Roger kam um die Ecke und schimpfte mit seinem Knirps, und ich so: Sorry, ich wollte nicht überreagieren, aber jetzt ist wirklich der falsche Moment für so was. Dann brach meine Stimme. Ich hätte sowieso die ganze Zeit heulen können, aber ich habe es unterdrückt, weil sich sonst Mami und Dominique

auch noch um mich hätten kümmern müssen. Nun ging ich zurück ins Haus, aber Dominique schickte mich raus, um auf die Ambulanz zu warten und sie einzuweisen.»
Leonie

«Nachdem die Krämpfe nachgelassen hatten, atmete Willi ein paarmal, machte dazwischen aber extrem lange Atempausen. Ich habe ununterbrochen mit ihm gesprochen: Atme, Willi, atme! Ich musste ihn unbedingt bei uns behalten.»
Rebekka

«Ich wartete draussen auf die Ambulanz. Drinnen wäre ich wohl zusammengebrochen, aber ich wäre trotzdem gerne wieder rein, ich musste wissen, ob Paps zurückkommt. Überhaupt war alles komplett surreal. Die Kinder spielten und lachten und fuhren auf dem Gokart über die Piazza, und ich stand da, ersehnte das Geräusch der Sirene und dachte immer nur: Warum hat dieser Scheisswagen so lange!?»
Leonie

«Mami kniete bei Paps neben dem Sofa und hatte ihre Hände unter seinem Kopf. Sein Atem hatte wieder lange Aussetzer, und sie rief seinen Namen immer lauter. Und mir schoss durch den Kopf: Jetzt könnte es einfach fertig sein, ich könnte ihn einfach verlieren, einfach so, jetzt. Und dann sagte Mami viermal hintereinander: Ich liebe dich. Da hat es mich dann zerrissen. Ich dachte, jetzt musst du raus zu Leonie, die auf die Ambulanz wartet. Wenn Paps stirbt und Leonie ist nicht dabei, dann bereust du das für den Rest deines Lebens, denn du warst es, die Leonie hinausgeschickt hat.»
Dominique

IHR ERSTES MAL

Für meine Kinder war es ja das erste Mal. Für mich nicht. Meinen ersten Anfall hatte ich am frühen Morgen des 26. März 1997. Mein erster Kuss, mein erstes Mal, mein erster Anfall, das sind die Stationen im Leben eines Epileptikers. Ich weiss noch, wie sich im Krankenwagen die ersten Reflexe zurückmeldeten: Versuch dir jetzt bloss alles zu merken, was abgeht, du erlebst gerade die krasseste Story, über die du je geschrieben haben wirst.

Zwei Stunden später gab ich einem netten Arzt ein wenig vernünftiges Interview. «Mit gespaltener Zunge sprechen» gibt's auch in konkret, und wenn's die Zunge bei einem Anfall heftig erwischt hat, musst du danach tagelang bei jedem gesprochenen Wort aufpassen, dass der angebissene Zungenlappen nicht an den Zähnen hängen bleibt. Der Zeitpunkt ist perfekt für eine Diät.

Beim Gespräch auf der Notfallstation bin ich einsilbig geblieben. Nein, keine Epileptiker in der Familie, nein, keine Unfälle mit Hirnverletzungen, ja, eine normale Geburt und Kindheit. «Machen Sie sich mal keine Sorgen», erklärte der Arzt, «bei mehr als der Hälfte aller Fälle ist die Ursache noch nicht feststellbar. Das wird auch bei Ihnen so sein. Ein Anfall kann jedem passieren, egal in welchem Alter. Von einer Epilepsie spricht man erst nach einem zweiten Anfall. Einmal ist keinmal.»

Der Computertomograf fand keinen Tumor. Zurück zu Hause, griff ich zum «Hauslexikon von Quelle International» von 1981 – selbst schuld – und fand folgenden hübschen Eintrag: «Epilepsie {gr} (Fallsucht): Anfälle, die mit Krämpfen, Bewusstlosigkeit,

Zungenbiss, Schaum vor dem Mund u. evt. Einnässen verbunden sind; E. ist erblich oder tritt nach Verletzungen auf, auch bei organ. Hirnerkrankungen; seel. Veränderungen bei Epileptikern: Misstrauen, Reizbarkeit, Wutausbrüche, Intelligenzverlust.»

Auch Rebekkas Lehrbuch «Krankenpflege» war kein Stimmungsmacher: «Kranke mit hohen Anfallfrequenzen zeigen einen viel schnelleren geistigen Abbau. Das zeigt sich in einem Intelligenzabbau mit Verlangsamung, Verlust an Kritikfähigkeit und Wendigkeit, verminderter Anpassungs-, Konzentrations-, Gedächtnis- und Merkfähigkeit.»

«Irgendwann wurde Paps' Atem wieder etwas regelmässiger. Mami trat kurz vors Haus, um Leonie zu beruhigen, dann ging sie sich umziehen – sie trug nur ein Home-Dress und würde ja wohl mit der Ambulanz ins Spital mitfahren. Nun war ich etwa zwei Minuten lang allein bei Pa. Ich legte meinen Arm unter seinen Kopf und drehte ihn zur Seite. So hielt ich seinen Nacken, mit seiner Stirn an meinem Oberarm. In dieser Lage lief er weniger Gefahr, dass er sich an der Spucke verschluckte oder dass ihm die Zunge nach hinten rutschte und er erstickte. Paps' Augen waren halb geöffnet. Ich sprach ihm zu, er solle einfach weiter atmen, es werde alles gut. Mit ihm zu sprechen, beruhigte mich. Sein Gesicht war beängstigend grau. Vielleicht ist es auch ein Herzinfarkt, dachte ich, dann ist er halbseitig gelähmt oder so was. Ich sah ihn schon in einem Pflegeheim liegen und mich, wie ich ihn pflegte. Die wahnsinnigsten Gedanken schossen mir durch den Kopf. Ich habe im Takt mit ihm geatmet, bis Mami zurückkam. Von Zeit zu Zeit öffnete er kurz die Augen, brabbelte und tauchte wieder ab.»

Dominique

WILLI, WER SIND WIR?

Damals, nach meinem ersten Anfall 1997, habe ich mich als junger Journalist ziemlich ins Thema verbissen. Das altgriechische *epilēpsis* meint Überfall, Anfall, Sturz. Den alten Griechen galt die Epilepsie als *morbus sacer*, also heilige Krankheit, weil sie dachten, Epileptiker würden von den Göttern ergriffen. Die Christen tippten dann auf Dämonen. Im Mittelalter hätten sie mir ein Loch in den Kopf gebohrt, damit der Dämon entweichen kann. In Nazideutschland hätten sie mich bis ungefähr 1941 zwangssterilisiert, ab 1941 vergast.

Ein paar Tage nach meinem ersten Anfall habe ich bei der nächstbesten Epilepsie-Interessengruppe angerufen und gefragt, wie viele Epis eigentlich zu ihrer Epi stehen würden. «Himmel!», hat die Geschäftsführerin in den Hörer gerufen, «die eine Hälfte verschweigt's, die andere Hälfte arbeitet sich daran ab! Es gibt Eltern, die sich schämen, dem Lehrer zu sagen, dass ihr Kind Epilepsie hat! Das kann sehr gefährlich sein!» Ein anderer Verband listete in seiner Broschüre trotzig die Epi-Celebritys auf, Cäsar, Napoleon, Lenin, Händel, Nobel, Paganini, Dostojewski, van Gogh. Alle tot. Zu Lebzeiten haben die wohl auch ihre Klappen gehalten, was man ihnen angesichts der rustikalen Behandlungsformen nicht verübeln mag.

«Als Paps einmal kurz zu sich kam, fragte Mami: Willi, wer sind wir? Paps brabbelte, kaum verständlich: Wieso fragst du? Da sah ich Panik in Mamis Augen. Sie fragte noch einmal: Willi, wer sind wir? Daraufhin Paps, etwas unwirsch, aber

verständlich: Rebekka und Dominique. Er tauchte sofort wieder weg, aber Mami stand die Erleichterung ins Gesicht geschrieben. Mir wohl auch.»

Dominique

«Als ich endlich die Sirene hörte, dirigierte ich die Kinder von der Strasse auf den Gehsteig und winkte die Ambulanz auf die Piazza vor dem Haus. Eine Notärztin und ein Notarzt stiegen aus und sagten betont gelassen: Guten Tag. Das hat mich beruhigt. Dann kam Mami heraus, begrüßte sie, wechselte zack in den Berufsmodus – sie ist ausgebildete Pflegefachfrau – und informierte sie total professionell und sachlich. Sie führte die beiden Notärzte ins Wohnzimmer. Dort fragten sie Paps ein paarmal, wer er sei. Langsam schien er zu erwachen. Herr Näf, Sie hatten einen epileptischen Anfall, sagte die Notärztin, und Paps brabbelte: Wer? Die Notärztin: Sie, wir bringen Sie auf den Notfall. Und Paps benommen: Wieso?

Er liess sich von den beiden dann behutsam auf die Beine stellen. Sie führten ihn hinaus und erklärten ihm die Situation noch einmal. Schliesslich brabbelte er: Also gut, meinetwegen. Die hohen Stufen in den Rettungswagen erwischte er erst nach ein paar Anläufen und mithilfe der Ärzte. Er kämpfte sich auf die Liege und erschlaffte sofort wieder. Mich beruhigte es, dass er wusste, wo er war. Es wäre schlimm gewesen, wenn er erst im Spital erwacht wäre, und niemand von uns wäre da gewesen. Aber so war ihm klar, dass wir alles mitbekommen haben und informiert sind.»

Leonie

«Wegen Corona durfte niemand von uns Paps begleiten. Wir blieben draussen stehen, er lag ganz allein im Rettungswagen und tat mir so leid. Ich habe dem Wagen so lange wie möglich hinterhergeschaut.»

Dominique

OCHSENMAULSALAT

Bei der Recherche nach dem ersten Anfall 1997 habe ich entdeckt, dass ein Grand Mal oft durch einen «kleinen partiellen Anfall» eingeleitet wird, im Volksmund «Aura» genannt. Da ging mir dann ein Licht auf: Solche Auren hatte ich selbst schon erlebt. Ein kribbelndes Unbehagen, das vom Bauch aufsteigt und in die Arme strömt, manchmal verbunden mit Gänsehaut, Angstgefühl, einem Déjà-vu-Effekt. Ich hatte immer geglaubt, das sei der Gestank von im Unterbewusstsein verscharrten Leichen, irgendeine diffuse schlechte Erinnerung, wachgerufen durch einen Ton, eine Farbe, einen Geruch. Dabei ist es jedes Mal eine Form von Epilepsie gewesen, ein Anfällchen, das gelegentlich zum Anfall wird.

Eine Woche darauf sind Rebekka und ich nach dem Nachtessen noch am Tisch gesessen und haben über Epilepsie gesprochen. Mitten im Gespräch realisierte ich, dass sich eine Aura anbahnte. «Scheisse, ein Anfall», sagte ich. Eine Invasion warmer Ameisen befiel meine Organe. Sie formierten sich, krabbelten in den Oberkörper und in den linken Arm hinaus. Dann knipste mir das Gehirn die Wahrnehmung aus.

Etwa eine halbe Stunde später bin ich wieder aufgewacht. Meine Zunge war vom ersten Anfall her erst halb verheilt. Nun hatte ich Ochsenmaulsalat im Mund, flambiert von Jack Nicholson. Wieder folgten das Tātūtātā und der ganze Mist. Das EEG wies in meinem Gehirn tatsächlich einen «Herd mit hochgradig

epilepsieverdächtiger bis epilepsiebeweisender Charakteristik» aus, und der Platzhirsch in der Selbsthilfegruppe begrüßte mich ein paar Wochen später mit «Willkommen bei uns, hat es dich auch erwischt?».

«Nachdem Paps mit der Ambulanz davongefahren war, ging ich nach oben, um mir das Gesicht zu waschen und um allein zu sein. Ich stand vor dem Spiegel und sagte: What the fuck was that! Mein Blick fiel auf das Abziehbild, das ich ein paar Tage zuvor auf den Spiegel geklebt hatte: Guet gsehsch us!, daneben sah ich mein verheultes Gesicht. Ich checkte auf Whatsapp, ob Lukas online sei, und dann sah ich auf Paps' Status das Foto von uns drei und Dominiques Pulli mit <My dad is proud of me> auf dem Rücken. Dann habe ich Lukas eine Sprachnachricht geflennt.»

Leonie

«Ich ging nach oben und umarmte Leonie. Sie streckte mir das Handy entgegen: Schau mal, was Paps vor dem Anfall gepostet hat. Nachher sass ich zwei oder drei Minuten allein auf der Treppe. Es dauerte einige Zeit, bis ich meinen Atem wieder unter Kontrolle hatte.»

Dominique

«Als ich runterkam, sass Dominique völlig verheult auf der Treppe, die Haustüre war offen, es hatte leicht zu regnen begonnen und roch nach frischer Erde. Ich dachte: Paps würde nun ans Fenster treten und sagen: Schaut mal, wie ist das schön! Für mich war der Regen ein Zeichen von Paps, dass es ihm okay geht.»

Leonie

«Es nieselte, aus einer einzigen Wolke am sonst blauen Himmel. Ich trat auf die Piazza vor dem Haus, legte mich auf den nassen Steinboden und weinte zu Ende. Etwa fünf Minuten lag ich da im feinen Nieselregen, während die Sonne schien. Aus dieser Perspektive habe ich Regentropfen noch nie gesehen. Wenn die Sonne scheint, sind sie von oben beleuchtet. Und sie fallen ganz direkt auf dich herunter. Das hat mich beruhigt.»

Dominique

DEBRIEFING

Auf dem Weg durch den Nieselregen ins Spital kam ich langsam zu mir. Die Zunge hatte nur einen Streifbiss abgekriegt. Schwein gehabt. Auf der Notfallabteilung fragte mich eine Ärztin, ob sie mir die Infusion links oder rechts stecken solle. «Rechts», antwortete ich, «ich bin Linkshänder.» Okay, mein Gehirn war wieder halbwegs *back on track*. Um meinen drei eine Message zu schreiben, war ich zu erschöpft, also machte ich ein Selfie mit einer selbstironischen Grimasse und postete es um 15 Uhr 29 in den Familien-Chat.

«Paps' Selfie war super, ich war wie befreit und dachte, wow, ein Selfie von Paps, jetzt kann ich ihn nicht mal mehr als Boomer verspotten. Das tat so wohl.»

Leonie

Etwa um 17 Uhr konnte Rebekka mich im Spital abholen. Dominique sass in ihrem Zimmer und donnerte ihr Tagebuch voll. Danach umarmten wir uns. Ich holte meinen Voice-Recorder, bat

meine drei aufs Sofa und sagte: «Jetzt erzählt mal möglichst genau, was heute abging.» Sie berichteten ohne Punkt und Komma und weinten. Und mir wurde wieder bewusst, was für ein verdammt Überforderungsschock so ein Anfall sein kann.

«Wie Mami immer wieder Paps' Namen rief und: Atme, Willi, atme!, das habe ich noch lange wie in Dauerschleife gehört.»
Leonie

In unserer Wohnsiedlung hat sich das Drama trotz vorgefahrener Ambulanz in Grenzen gehalten. Einige kannten meine Geschichte, und in den letzten 24 Jahren haben auch die Dämonen ziemlich an Popularität verloren. Aber 1997 ist das komplett anders gewesen. Mein Anfall ist wie eine Bombe eingeschlagen, meine Freunde verabschiedeten sich plötzlich statt mit «Tschüss» mit «Pass auf dich auf» und «Schaust zu dir». Einer nannte meine Anfälle «deine Erlebnisse von deinem starken Einschnitt», ein anderer «diese Sache mit deinem Problem». Mein alter Vater, ein Kleinbauer aus dem appenzellischen Hinterland, sagte: «Also, du musst halt ein bisschen auf dich schauen, da wegen dem, gell.» Alle vermieden sie die Begriffe Anfall und Epilepsie.

Sie schwiegen laut und sprachen leise, das blöde Thema hing im Raum wie Nebel, es drang zwischen Worte und Zeilen und Telefonate, es beschleierte Gespräche und Begegnungen. Bei einigen vorgeblich Ahnungslosen wusste ich, dass sie es bereits wussten. Andern sah ich es an, nur schon an der Art, wie sie mich beobachteten. Ihre Unsicherheit stand ihnen ins Gesicht geschrieben. Sie hatten hundert Fragen auf der Zunge und getrauten sich nicht, sie zu stellen. Um ihnen die Barriere zu öffnen, musste ich mir Varianten zum Gesprächseinstieg ausdenken, die nicht den Eindruck erweckten, dass ich mich selbst zum Thema machen wollte. Galgenhumor funktionierte nur sehr dosiert, Selbstironie überhaupt nicht. Die Leute waren schlicht zu verunsichert, um lachen zu können.

Dem Magazin, für das ich hauptsächlich schrieb, wollte ich eine Reportage liefern, doch der Chefredaktor winkte ab: «Sei zurückhaltend. Ich habe erlebt, dass Leute sich preisgaben, und wenn es hart auf hart ging, wurde auf primitivste Art gegen sie gefightet. Bekannte könnten auf Distanz gehen, weil sie überfordert sind. Die haben Angst, bei dir etwas auszulösen, mit dem du nicht klarkommst. Bei denen ist die Handbremse immer etwas angezogen. Die können sich vorstellen, dass du gar nicht der bist, der du ohne deine Pillen wärst.»

Ich schrieb die Reportage dann trotzdem, ein nationales Magazin machte sie gross auf, und ich liess mich in der Folge ein Jahr lang zwecks Aufklärung als Vorzeige-Epi durch die Schweizer Medien reichen, bevor ich wieder in der Versenkung verschwand.

Ein Comeback nach 24 Jahren hätte ich nicht zwingend gebraucht. Aber was will man machen, gegen sein Gehirn ist man machtlos. Meines war doch wenigstens so freundlich, als Austragungsort das Sofa zu wählen und nicht die Autobahn.

Eine Woche nach meinem Anfall war ich übrigens wieder bei meinen 300 mg. Mein Gehirn bekommt wieder, was es will, und wirkt heute, ein halbes Jahr später, sehr zufrieden. Na also, geht doch. Man sollte auf seine grauen Zellen hören. ■

Im Januar erscheint bei Adeo WILLI NÄFS neues Buch «Seit ich tot bin, kann ich damit leben – geistreiche Rückblicke ins Diesseits».