

Monster im Kopf | von Sanela Tadic

Simon wacht aus einem Albtraum auf. Schon wieder. Er hat geträumt, dass sein Gesicht monströs entstellt ist. Mit hängenden Hautfetzen, sichtbarem Innenfleisch und Wangenknochen, die herausstehen. Halb lebendig. Halb Skelett. Ein Zombie. Sofort fasst er in sein Gesicht. Es fühlt sich alles normal an. Er steht auf und geht zum Spiegel an seinem Kleiderschrank. Derselbe ängstliche Teenager wie gestern blickt ihm darin entgegen. Nicht entstellt. Auf gewisse Weise schon, aber nicht wie ein Monster. Nicht so, dass man vor ihm erschrickt, ihn eher mitleidsvoll ansieht, ihn unterschätzt, ihm wenig zutraut. Sein Doppelkinn, die Rettungsringe und sein hervorstehender Wanst sind auch noch da. Zumindest muss niemand wegen ihm los schreien, aber alle denken, wie froh sie sind, nicht Simon zu sein. Ja, das können sie auch.

Zwischen seinen Beinen ist er nass. Sein Hintern ist nass. Schon wieder. Hormone haben damit nichts zu tun, wie es normal in seinem Alter wäre. Feuchte Träume scheinen ihm nicht zuzustehen. Eine Mischung aus Urin und Angstschweiss liegt penetrant in der Luft und saugt sich in sein Zimmer ein. Er hat sich eingenässt und gefürchtet. Kein ungewöhnlicher Morgen für Simon, den dicken Bettnässer.

Was für ein Gestank. Er reisst das Fenster auf. Kalte Luft dringt ins Zimmer. Müde und frierend entfernt er die nasse Bettwäsche und den schützenden Moltonbezug von der Matratze. Mit einem Raumduftspray besprüht er das Zimmer und zündet eine Duftkerze an. Langsam öffnet er die Zimmertür und reckt vorsichtig den Kopf raus. Auf dem Flur ist niemand. Seine Eltern schlafen noch. Auf Zehenspitzen eilt er ins Bad, zieht sich aus und steckt sein stinkendes Pyjama und seine Bettsachen in die Waschmaschine. Er lässt sie noch nicht laufen. Noch ein paar Minuten länger sollen die Eltern denken, dass *es* nicht passiert ist.

Simon duscht lange, seift sich mehrmals ein. Er weiss, dass das nichts bringt, aber es fühlt sich besser an. Obwohl er sich so gründlich wäscht, hat er immer diesen Gestank in der Nase. Den ganzen Tag glaubt er zu stinken und hält zu allen Menschen, denen er begegnet, Abstand. Damit sie es nicht merken. Jeder schräge Blick jagt ihm Angst ein. Oh Gott! Riecht man was? Sieht man es mir an? Dass ich nicht normal bin? Dass ich ins Bett mache, obwohl ich mir so grosse Mühe gebe, wenig zu trinken, vor dem Einschlafen an schöne Dinge zu denken. Mir fällt aber nicht viel ein, denkt er. Durst hat er. Immer nur Durst. Und Hunger, den ständigen Drang, etwas in den Mund zu stecken, das schmeckt. Als Ersatz für die fehlende Flüssigkeit. Als Entschädigung für die Scham.

Nach der Dusche zieht er sich frische Kleider an. Dann muss er unbedingt was trinken. Möglichst am Vormittag, wenig am Nachmittag und kaum was am Abend. Bei jedem Schluck fürchtet er, dass es wieder in seinem Bett landen wird. Ihn beschmutzen und stinken lassen wird. Sein Bett kann er erst am Abend frisch beziehen, wenn das Duvet und der Molton sauber sind. Jetzt lässt er auch die Waschmaschine laufen. Bald werden die Eltern aufwachen. Sie werden wissen, dass ihr Sohn eigentlich noch immer Windeln bräuchte. Heimlich und unausgesprochen werden sie sich für ihn schämen. Was sollen wir nur tun, werden sie flüstern. Im Glauben, dass er es nicht hört.

Er packt seine Schulsachen zusammen, bläst die Duftkerze aus und macht sich auf den Weg. Schuldig, weil er wieder ein stinkendes Zimmer hinterlässt. Frühstück wird er sich unterwegs kaufen. Kakao im Tetra Pak und süßes Gebäck. Das braucht er. Ein bisschen Genuss. Kaum ist er auf der Strasse, wünscht er sich, unsichtbar zu sein. Bloss nicht aufzufallen. Zum Glück ist das nicht schwer für ihn. Die meisten beachten ihn nicht. Er ist froh darüber und doch auch wieder nicht. Schwierig zu erklären. Überhaupt scheint bei ihm alles nur schwierig zu sein. Anders als bei anderen Gleichaltrigen, die unbeschwert wirken. Selbstbewusst. Vorlaut. Manchmal sogar gemein und böse. Sie sind eben stärker als er. Besser aussehend. Trocken. Sauber.

In der Schule gehört er natürlich der Randgruppe an. Den Mobbing-Opfern. Simon ist perfekt dafür. Er ist still, zurückhaltend, ängstlich. Fast autistisch isoliert gibt er sich. Sollen sie ihn fertigmachen. Nur merken dürfen sie es nicht. Erfahren dürfen sie es nicht. Dass er ein Bettnässer ist.

Im Unterricht wird über die angekündigte Schulreise gesprochen. Ein neuer Grund für Albträume. Nach Schulreisen ist er wirklich ein Zombie. Eine Woche lang ohne Schlaf. Wenig Flüssigkeit. Beinahe verdurstet. Mit verstopftem Darm. Vom vielen Essen, das die Verdauung nicht verarbeiten konnte. Nachts, wenn die Mitschüler geschlafen haben, bekam er Halluzinationen. Von unheimlichen Gestalten, die im Dunkeln auf ihn lauerten. Sie beobachteten ihn, dass er ja nicht einschläft.

Simon beneidete die anderen mit ihren Trinkflaschen neben ihrem Schlafsack. Ohne eine Ahnung davon, was Durst bedeutet, was es heisst, Monster im Kopf zu haben und in ständiger Angst und Scham zu leben. Noch eine dieser Schulreisen steht er nicht durch, denkt er im Klassenzimmer. Ich kann einfach nicht mehr. Es hört nicht auf. Niemals.

Abends vor der Wohnungstür hört er ein Geschrei. Seine Eltern streiten. Schon wieder. Er atmet tief ein und aus. Ein Ritual, das er oft benutzt, wenn er nach Hause kommt. Es kennzeichnet einen weiteren Bereich, den er durchsteht. Aus seinem Leben tritt er ins Leben

seiner Eltern. In dem die Monster unsichtbar sind, nicht wirklich ein Gesicht haben. Aber er fühlt sie, und wie sie jeden Moment hervorkommen können. Sie beherrschen seine Eltern wie ihn die Bettwäsche beherrscht. Wie könnte er ihnen Vorwürfe machen?

Simon geht in die Wohnung. Leise, wie es seine Art ist. Seine Eltern bemerken ihn nicht. Erst als er Hallo ruft und in sein Zimmer geht. Dann wird es erdrückend still für eine Weile. Plötzlich explodiert wieder eine Stimme. Eine andere weint und klagt an. Türen werden zugeschlagen. Geschirr in den Abwasch geworfen. Simon zuckt ab und zu zusammen, während er sein Bett frisch bezieht. Die Bettwäsche lag schon auf seinem Pult. Bereitgestellt von seiner Mutter, die neben den Monstern in ihrer Wohnung auch ihren Sohn ertragen muss.

Morgen hat Simon nach der Schule wieder seinen wöchentlichen Termin beim Kinder- und Jugendpsychologen. Von ihm bekommt er kleine Karten, auf denen die Wochentage mit weissen Kreisen abgebildet sind. Für jeden Tag, an dem er trocken aufwacht, darf er einen grünen Punkt hineinkleben. Seine Karte ist immer vorwiegend rot.

Ein netter Mann, dieser Psychologe, der ihm Mut macht, ihm gut zuredet und dem er von seinen Alpträumen und Monstern erzählen kann. Von Schulreisen, Skilagern oder Hotelurlauben. Seine Horrorgeschichten eben. Vor ihm braucht er sich nicht zu schämen. Er sagt, dass er alles schon gehört habe, dass Simon nicht der einzige sei, der unter irgendetwas leidet. Dass auch Erwachsene das tun. Diese Erkenntnis hatte er schon vor dem Psychologen gewonnen. Andere leidende Jungs hat er aber nie kennengelernt. Vielleicht schweigen sie darüber wie er, während sie sich unbeschwert geben. Von Fussballern und Actionstars schwärmen. Von Mädchen träumen. Dafür hat Simon keinen Kopf. Er ist viel zu sehr damit beschäftigt, nicht zu viel zu trinken, vor dem Schlafengehen x-mal die Toilette aufzusuchen, nicht schlecht zu träumen, sich nicht einzunässen.

Seine Helden sind andere. Zwei ganz besonders. Meister im Verzicht und in der Selbstbeherrschung. Gandhi und Mandela. Er liest gerade viel über sie. Auch ihre Autobiografien. Sie haben für ihre Überzeugungen gelebt. Für gute Überzeugungen. Sie haben dafür auf Freiheit, auf Essen und auf ihre Familie verzichtet. Auf sich selbst. Mit ungeheurer Willenskraft. Wenn er diese doch nur lernen könnte. Verzichten und sich beherrschen könnte. Beim Trinken und Essen. Beim Schlafen. Das einzige, was ihm gelingt, ist ohne seine Eltern auszukommen, die für ihn auch keinen Kopf haben. Auch sie sind viel zu sehr mit sich beschäftigt. Mit Kämpfen, die sie gegeneinander führen. Gegen die Vergangenheit. Für eine bessere Zukunft. Das kann Simon gut verstehen. Sie sind länger auf der Welt und haben schon viel erlebt. Viele Tage an denen sie wohl rote Punkte auf ihre Karte geklebt hätten. Trotzdem sind sie stärker als er. Sie machen nicht ins Bett.

Heute Abend bleibt er im Zimmer und liest in Mandelas Buch. Ein Gedicht mit dem lateinischen Titel *Invictus*, das dort zitiert wird, berührt ihn stark. Es geht darin um Unbezwingbarkeit. Um Selbstüberwindung, Kampfgeist und Selbstbestimmung. Ein schönes, inspirierendes Gedicht. Seine Gedanken verdüstern sich aber. Kann es sein, dass es auch heroisch ist, auf das eigene Leben verzichten zu können? Die Angst vor dem Tod zu beherrschen, sie zu überwinden? Vielleicht würde es seinen Eltern ohne Simon besser gehen. Vielleicht wollen die Monster in seinen Träumen ihm sagen, dass es Zeit ist zu gehen? Jemand, der nachts so hässliche Bilder sieht, kann doch für die Welt nicht nützlich sein.

Simon fasst einen Entschluss, der ihn entweder retten oder zerstören wird. Gleichzeitig unterzieht er sich der Prüfung, ob er lebensfähig ist, ob er auch dann keine Macht über sich gewinnen kann, wenn er weiss, dass es ihn sein Leben kosten wird. Bald sind Frühlingsferien. Seine Eltern werden eine Woche allein verreisen, aber an seinem Geburtstag zurück sein. Ob das okay für ihn ist. Sie müssen mal Zeit für sich haben und über alles reden. Es wisse ja, dass es ihnen nicht gut geht. Ja, er weiss es. Und nein, es macht ihm nichts aus. Geradezu perfekt für seinen Entschluss. Für seine letzte Prüfung. Sollte er sie nicht bestehen, wird er sein Leben beenden. Einen Tag bevor er 17 wird. Was er vorhat, will er seinem Psychologen nicht erzählen.

Er wird in dieser Woche, in der seine Eltern weg sind, so leben, wie jeder andere auch. Er wird nicht daran denken, wie er aufwachen wird. Ob trocken oder nass. Ob der Tag zum grünen oder zum roten Kleber wird. Er wird nach Herzenslust trinken. Auf die Toilette gehen, wenn er wirklich muss. Den Moltonschutz wird er von seiner Matratze nehmen. Alles soll ganz normal sein, als wäre auch alles normal. Wenn es ihm nicht gelingt, alle Tage der Woche grün zu markieren, will er keine weiteren Tage mehr erleben. Ein anderes Gegenmittel gegen seine Bettnässe gibt es für ihn nicht als die Aussicht auf den Selbstmord.

Wenn er es schafft, sich selbst zu bezwingen, wie in diesem Gedicht in Mandelas Buch, würden seine Eltern vielleicht gar nicht mehr so viel streiten. Sie wären so verblüfft und so stolz auf ihn, dass sie ihre Probleme vergessen würden. Er würde anders auf die Strasse gehen. Seine Scham wäre verschwunden. Er könnte durchschlafen und nie mehr müde vom Schlafen sein. Vom Angtschlafen. Vom Angsterwachen. Vom Angstleben. Entweder das – oder das Ende. Ein schwarzer Punkt auf seiner Karte.

—

Am Tag ihrer Abreise verabschiedet sich Simon von seinen Eltern. Beherrscht, um ja nicht gefühlsduselig zu werden. Wenn er keine Memme ist, wird er sie wiedersehen. Oder aber sie können froh sein, eine Last weniger zu haben, während Simon für alle Ewigkeit schlafen wird. Nichts fühlend. Nichts denkend. Nichts träumend.

Seine Eltern küssen und umarmen ihn und die Tür schliesst sich. Simon geht durch die stille Wohnung und wartet, dass ihn eine Panik befällt. Das tut sie nicht. Das kommt schon noch, sagt er sich und macht sich was zu essen. Diese Woche kann er sich vielleicht ein letztes Mal noch für alles entschädigen. Es ist genug da. Seine Eltern haben für ihn eingekauft. Mit einem Teller Pasta und einer 1,5-Liter-Flasche Mineralwasser setzt er sich ins Wohnzimmer. Auf's teure blaue Ledersofa, auf dem er nie einschlafen dürfte. Dort isst er, trinkt er und schaut fern. Stundenlang. Um Mitternacht hat er wieder Hunger und holt sich eine Packung Chips. Ein spannender Thriller läuft. Um zwei Uhr morgens holt er sich Eiscreme aus dem Gefrierschrank. Ein Horrorfilm läuft. Nicht das Richtige für ihn, aber er kann nicht umschalten, nicht wegsehen. Als der Film zu Ende ist, kommt etwas Langatmiges. Simon gähnt. Seine Augen brennen und er hat sich regelrecht überfressen. Er hört noch Stimmen aus dem Fernseher. Langweilige Dialoge und dann hört und sieht er nichts mehr. Wie ein Fernseher wird sein Bewusstsein ausgeschaltet.

Als er seine Augen wieder öffnet und sein Bewusstsein angeknipst wird, hört er piepsige Stimmen. Ein Kinderprogramm auf dem Sender. Es ist bereits hell. Er sieht den abgestandenen Pasta-Teller vor sich, den leeren Eiscremebecher und... eine leere Flasche Mineralwasser. 1,5 Liter! Blitzartig setzt er sich auf und untersucht mit den Händen das Ledersofa. Es ist warm, aber nicht nass. Auch er ist warm, aber nicht nass. Trocken. Sauber. Und er muss dringend ganz gross auf die Toilette.

Auf der Kloschüssel sitzend kann er sein Glück nicht fassen. Diesen Triumph! Und er muss lachen. Tränen lachen. Dass so etwas ganz Normales ihn dermassen freut. Er könnte jubeln. Auf dem teuren Ledersofa ist er heute Nacht eingeschlafen. Eine ganze Flasche hatte er vorher geleert, ohne auch nur ein Mal auf die Toilette gegangen zu sein. Geträumt hat er nichts. Gar nichts. Jedenfalls nichts, an das er sich erinnert. Das gibt's doch nicht! Sofort klebte er einen grünen Punkt auf seine Karte. Orange würde ihm besser gefallen. Aber er soll jetzt mal nicht übermütig werden. Das ist der erste Morgen. Der erste von sieben.

Simon fällt auf, dass er sich unglaublich wohl in der Wohnung fühlt. So ganz allein. Alles ist so friedlich. Er kann freier atmen als sonst, oder bildete er sich das nur ein? Die Wohnung wirkt grösser, nicht so eng. Der Tag heller, sein Gemüt glücklicher. Liegt das alles nur am grünen Punkt? Er will nicht darüber nachdenken. In dieser Woche will er es allein in der

Wohnung geniessen. Lesen. Filme schauen. Futtern. Und vor allem trinken. Einfach alle Sorgen vergessen. Vielleicht wird das seine letzte Woche. Nur auf dem Sofa darf er nicht mehr einschlafen. Das Risiko ist zu gross. Er muss in sein Bett.

Eigentlich wollte er sich überlegen, wie er sein Leben beenden soll. Doch er kommt nicht dazu. Er fühlt sich zu gut dafür. Auf jeden Fall dürfen keine anderen Menschen involviert sein. Vor ein Auto laufen oder sich vor einen Zug werfen, kommt nicht in Frage. Sich in der Wohnung die Pulsadern aufschneiden auch nicht. Das kann er seinen Eltern nicht antun. Sie sollen nur einen Abschiedsbrief finden. Am besten, er geht irgendwohin, wo keine Menschen sind und stösst sich ein Küchenmesser ins Herz. Sich zu erhängen, traut er sich nicht zu. Das könnte auch schief gehen. Gar nicht mal so einfach so ein Selbstmord. Er beschliesst, erst dann darüber nachzudenken, wenn er versagt hat.

Die Tage dieser Woche vergehen so, wie er sie geplant hat. Seine Eltern schreiben ihm jeden Tag SMS, ob alles okay ist, wie es ihm geht, und dass es ihnen gut geht. Da sie unabhängig voneinander schreiben, glaubt er ihnen nicht. Sie sind zusammen im Urlaub, aber getrennt. Einander aus dem Weg gehend. Das weiss er. Er kennt sie eben. Ihm geht es sehr gut, schreibt er ihnen zurück. Das ist wahr. Abends dann überkommt ihn ein trauriges Gefühl, das seine Freude trübt. Kann es etwa sein, dass die grosse Distanz zu seinen Eltern das Gegenmittel ist? Der Grund für sein Glück? Für seine grünen Tage? Es sind bereits vier von sieben. Er erinnert sich an die Worte seines Psychologen, wie er sagte, dass auch Erwachsene leiden und oft Hilfe brauchen. Gegen Dinge ankämpfen, die sie nicht kontrollieren können. In sich selbst fühlt er, wie seine Eltern immerzu gegeneinander kämpfen und nie damit aufhören. Als würde er mitkämpfen, ohne recht zu wissen gegen wen oder was. Vielleicht brauchen seine Eltern auch Urlaub voneinander wie er von ihnen? Das ist nicht schön. Es sind doch seine Eltern!

Sein Psychologe hat ihm einmal gesagt, dass Jugendliche oft explodieren. Auf irgendeine Weise. Manche Jugendliche aber tun das Gegenteil. Sie implodieren aufgrund der Umstände um sie herum. Wie Simon. Dass er sich nicht alles zu Herzen nehmen dürfe. Dass er die Probleme seiner Eltern von sich trennen müsse. Nicht mehr lange und er würde eines Tages sein eigenes Leben haben. Seine eigene Wohnung. Es wird besser werden, versprach ihm der nette Mann. Simon denkt lange darüber nach und malt sich die erste eigene Wohnung aus. Ein grosses gemütliches Doppelbett. Mit eleganter Bettwäsche, die gut duftet. Alles wird gut duften und sauber sein. Auch Simon.

Es ist sein letzter freier Tag allein zuhause. Ein grüner Tag. Seine Bettwäsche ist immer noch dieselbe. Er ist nicht mehr derselbe. Seine Träume haben sich verändert. Sie handeln von der Zukunft. Nicht von Monstern, die nicht real sind. Nicht von Selbstmord. Seine Eltern

schreiben ihm, dass sie am Abend wieder zurück sind, dass sie ihm was mitbringen werden. Morgen ist doch sein Geburtstag. Simon freut sich auf morgen, weil er 17 wird. Näher an der Volljährigkeit. Er wird auch seinen Psychologen wiedersehen, ihm von seinen neuen Träumen erzählen. Von seinem Triumph. Seine Karte wird er ihm stolz aushändigen. Mit einer Reihe aus grünen Punkten. Das fühlt sich für Simon sogar besser an als ein gutes Schulzeugnis.

Und er wird sagen: „Ich weiss jetzt, wie ich unbezwingbar werde!“ – „Wie denn?“ wird der Psychologe überrascht fragen. „In dem ich nach jedem roten Tag einfach stärker und entschlossener werde, für die grünen Tage zu kämpfen. Für meine Zeit als Erwachsener. Für mein eigenes Leben.“

Seine Eltern werden staunen, wenn sie es erfahren. Sie werden abgelenkt sein, und aus der Arena, in der sie miteinander leben, für eine Weile herausaustreten. Hoffentlich.