

# Eine Geschichte vom Schmerz



„Es war kein Erwachen. Es war ein Sturz. Ich konnte nicht atmen, so schnell ging es abwärts. Runter, immer tiefer. Ich dachte, es würde enden, doch es war ein Loch ohne Boden. Ich begann zu schreien und an dem Schlauch in meinem Bauch zu zeren, so wurde es mir erzählt. Da kamen Krankenschwester und gaben mir eine Spritze. Es wurde hell. Ich schwebte das Loch hinauf, bis an die Zimmerdecke. Da sah ich mich von oben liegen. Ich konnte nicht mehr an dem Schlauch ziehen und auch nicht mehr schreien. Aber der Schmerz war noch da. Ich hing oben an der Decke und sah zu, wie mein Körper und der Schmerz allein waren.“

Meine Patientin kam wegen chronischer Schmerzen in die Praxis. Schulmedizinisch austherapiert, keine organischen Befunde, Rezept vom Arzt: Antidepressiva.

Ich machte eine ausführliche Diagnostik, fand einige Baustellen, drehte an vielen Schraubchen. Es wurde erst mal deutlich besser. Kaum aber hatte sie Stress im Alltag, gab es Rückfälle. Nach vielen Wochen Therapie brach sie dann unvermittelt aus ihr heraus, die Geschichte vom Erwachen nach der Operation in ihrer Jugend. Die überwältigende Schmerzerfahrung. Die Erinnerung an die Hilflosigkeit.

Diese Patientin und ihre Geschichte zeigen sehr anschaulich, was Schmerz sein kann: Eine existenzielle Erfahrung. Ein Treiber an den Rand des eigenen Vorstellungsvermögens. Ein selbstständiges Wesen. Schmerzerfahrungen können Traumen auslösen.

Als diese Geschichte aus dem Unterbewusstsein meiner Patientin auftauchte, begann die Therapie erst richtig. Aber sie musste von selbst zutage kommen, erzwingen kann man die Öffnung auf psychischer Ebene von seinen Patienten nicht. Denn Schmerz ist auch eine Art Gewalterfahrung, die nicht mit Zwang aufgearbeitet werden kann.

Herzliche Grüße,

Elisa Gebhardt