

Gerbrand  
Bakker

Knecht,  
allein

Suhrkamp

SV



Gerbrand Bakker  
Knecht, allein

Aus dem Niederländischen  
von Andreas Ecke

Suhrkamp Verlag

Die Originalausgabe erschien 2020 unter dem Titel  
*Knecht, allein* bei De Arbeiderspers, Amsterdam.

Dieses Buch wurde klimaneutral produziert.



Erste Auflage 2022

Deutsche Erstausgabe

© der deutschsprachigen Ausgabe

Suhrkamp Verlag AG, Berlin, 2022

© 2020 Gerbrand Bakker

Alle Rechte vorbehalten.

Wir behalten uns auch eine Nutzung des Werks

für Text und Data Mining im Sinne von

§ 44b UrhG vor.

Umschlaggestaltung:

Designbüro Lübbeke, Naumann, Thoben, Köln

Umschlagfoto: Jens Roep

Satz: Dörlemann Satz, Lemförde

Druck: CPI books GmbH, Leck

Printed in Germany

ISBN 978-3-518-43033-0

[www.suhrkamp.de](http://www.suhrkamp.de)

Knecht, allein



Auf dem Weg zum ersten Termin bei der Sexologin in der Universitätsklinik Amsterdam kam ich am Bastion Hotel vorbei, das in der Nähe des ehemaligen Bijlmer-Gefängnisses steht. Ich sah es von der Metro aus. Es regnete, was der Grund dafür war, dass ich in der Metro und nicht auf dem Fahrrad saß. Im Bastion Hotel war einmal ein Amerikaner aus Portland, Oregon, zu Gast gewesen. In dem Hotel war ich mit ihm zusammen. 1998 war das. Ein gläubiger Amerikaner. Irgendwann fragte er: »And what shall I do with this penis?« Er sprach nicht von seinem eigenen Penis, sondern von meinem. Ich habe nicht geantwortet. Ich dachte: Mach, was du willst. Ich fand seine Frage seltsam. Später landeten wir sogar beide noch auf dem Boden, weil die Doppelbetten in Bastion Hotels zusammengeschobene Einzelbetten waren.

Die Sexologin war noch jung, und offenbar betrachtete sie die Sitzung als Erstgespräch. Wir plauderten über dies und das, aber schließlich musste sie doch unbedingt ein paar Fragen auf ihrer Liste abhaken. Unter anderem, wann ich meine ersten sexuellen Erlebnisse gehabt habe und wann es zur ersten Penetration gekommen sei. Ich dachte kurz darüber nach. »Ich mache es mit Männern«, sagte ich und schaute sie an. »Bei uns ist manches ein bisschen anders. Vielleicht brauchen Sie eine andere Fragenliste?« Nach einer Stunde war das Erstgespräch vorbei, und wir vereinbarten einen Folgetermin.

Ich war an diesem Tag zur Uniklinik gefahren, weil meine Freundin Annelore Kodde vor Monaten »So eine Riesengemeinheit!« ausgerufen hatte. Damals hatte ich mein Anti-

depressivum abgesetzt, weil ich mich gut fühlte und weil ich eine der ärgerlichsten Nebenwirkungen von Antidepressiva leid war: Verminderung der Libido. Betrüblerweise verschwand meine Libido in den Monaten nach dem Absetzen so gut wie vollständig. Das war nicht der Sinn der Sache, und als ich Annelore davon erzählte, hatte sie natürlich recht mit der Riesengemeinheit. Aber eine Riesengemeinheit von wem oder was? Das wollte ich herausfinden, zusammen mit der Sexologin in der Uniklinik, zu der mich mein Hausarzt überwiesen hatte.

– 2 –

Zu einem weiteren Gespräch mit der Sexologin ist es noch nicht gekommen. Zwei- oder dreimal habe ich abgesagt. Ich hatte anderes im Kopf, als darüber zu reden, warum ich keinen Orgasmus bekommen kann oder will, oder über eine verflüchtigte Libido oder meine Art, Sex zu haben.

Als ich am 1. Januar 2018 im Haus von Dolf Verroen und Gerard Hemmes am Ankleidezimmer vorbeiging, sah ich dort eine Waage. Schon eine Weile hatte ich das unbestimmte Gefühl, dass mein Körper sich veränderte, und das bestätigte sich, als ich mich auf die Waage stellte. Sechsendachtzig Kilo. Sechsendachtzig! Noch am selben Tag setzte ich sämtliche Süßigkeiten ab. Keine Pralinen, keine Apfeltaschen, keine Zimtschnecken. Nach ein paar Monaten wog ich noch einundachtzig Kilo. Während der Sommer in den Herbst überging, nahm ich weitere sieben Kilo ab. Weil ich nicht essen konnte.

In dieser Zeit unternahm ich mit Pauline Slot und Freund Henk, das ist der mit Hündchen Bas, eine Reise nach Grie-

chenland und zurück. Einen Monat im Auto unterwegs. In mir war alles hohl. Was hohl ist, kann gefüllt werden, nur galt das nicht für mich. Ich fühlte mich hohl vor lauter Angst, Stress, manchmal Panik. Ich kämpfte. Wenigstens schlief ich gut, das war besser als nichts: Am Ende jedes Tages war ich so geschafft, dass Schlaf willkommen war. Neben dem Antidepressivum, mit dem ich wieder angefangen und das mich in diesen Daseinszustand versetzt hatte, nahm ich anderthalb Monate lang Alprazolam; dank meines Therapeuten hatte ich es in einer Apotheke im slowenischen Kranj kaufen können. Der erste Nachmittag mit Alprazolam war schön. Ich stieg mit Freund Henk einen Berg hinauf, es war herrliches Wetter, unterwegs begegneten wir Leuten, mit denen ich mich ganz normal unterhielt, ich hatte das Gefühl, wieder da zu sein. Es war das erste Mal, dass ich dachte: Ich bin wieder da. Das habe ich danach noch sehr oft gedacht, vor allem abends. Dann hatte ich zwei oder drei Gläser Weißwein getrunken und konnte mir nicht vorstellen, dass ich mich am nächsten Tag wieder ganz und gar verloren fühlen würde und gegen die Leere und Bedeutungslosigkeit kämpfen müsste, von denen man nicht genau weiß, woran man sie festmachen soll, und gegen die man mit Gedanken (»Du darfst nicht so viel grübeln!«) nicht ankommt.

Ich saß praktisch immer hinten im Wagen. Ich kann nicht Auto fahren, besitze nicht einmal einen Führerschein. Wir fuhren durch einen langen Tunnel. Ich versuchte mir vorzustellen, dass dieser Tunnel ein Symbol war, dass am Ende nicht nur das Auto samt materiellem Inhalt herauskommen würde, sondern auch ich. Wenn nicht gleich, dann eben morgen oder vielleicht übermorgen. Ich versuchte, das Schlucken der rosafarbenen Tablette möglichst lange aufzuschieben, ich versuchte, mit einer einzigen pro Tag aus-

zukommen. Und wir fuhren und fuhren, durch Albanien, durch Bosnien und Herzegowina, durch Länder, von denen ich nicht das Geringste mitbekam. Bedrohliche Länder, fern von zu Hause, Länder, in denen Krieg gewütet hatte, in denen die Menschen nicht friedliebend waren. Ich merkte, dass ich unwillkürlich darüber nachdachte, ob die Städte, deren Namen auf den Schildern standen, einen Flughafen hatten. Skopje, las ich. Ja, dachte ich, da gibt es einen Flughafen. Da hätte ich mal hinfliegen sollen. Aber ich gab mir Mühe. Hin und wieder fragte ich Pauline und Henk, ob es mit mir auszuhalten sei. »Ja«, sagten sie. Nach einiger Zeit nimmt die Wirkung von Mitteln wie Alprazolam drastisch ab, und nach etwa ein oder zwei Wochen ist man süchtig danach. Man möchte eigentlich immer mehr davon nehmen, aber ich hütete mich, das zu tun. »Heldenhaft«, sagte der Therapeut, als ich ihm ein paar Wochen nach meiner Rückkehr erzählte, dass ich es von einem Tag auf den anderen abgesetzt hatte. Ich hatte Entzugserscheinungen. Immerhin, wenn ich das merkte, war vielleicht eine neue Phase in diesem Kampf erreicht.

– 3 –

*Ein paar Wochen nach meiner Rückkehr.* Zweieinhalb Wochen lang suchte ich den Therapeuten täglich auf, auch samstags und sonntags. Zusammen versuchten wir, diese Zeit durchzustehen. Er schickte mich zum Krisendienst, weil mein Zustand ihn so erschreckte – er kennt mich schon einige Jahre –, dass er das Schlimmste befürchtete. Und weil ich ihm sagte, dass ich nicht mehr konnte. Dass ich eine Grenze erreicht hatte. Irgendwann in dieser Zeit erinnerte ich mich an einen Vorfall im Zug von Norwich nach Bangor, Wales. Es war

Sommeranfang. Sehr viele Mitreisende. Unter anderem eine Gruppe typisch britischer junger Frauen, die irgendetwas feierten, sie hatten Ballons bei sich. Es war warm im Zug und viel zu voll. Ich bekam einen altmodischen Panikanfall. Den ich zunächst noch distanziert beobachten konnte, mit einer Spur von Vergnügen sogar, weil ich ihn wiedererkannte und glaubte, ihn allein schon dadurch im Keim ersticken zu können. Doch allmählich wuchs er zu etwas heran, das sich in gewisser Weise außerhalb des eigenen Selbst abspielte. Ich stand auf und ging zur Toilette. Um irgendetwas zu tun. Doch nach der Rückkehr an meinen Platz war diese Fluchtroute schon abgehakt, ich konnte nicht noch einmal zur Toilette. Und es wurde immer schlimmer, bald hatte die Panik mich fest im Griff, sie steigerte sich immer weiter, bis zu einem Punkt, an dem man sich fragt, was danach noch kommen kann. Ich saß auf meinem Platz, ich atmete, ich versuchte, aus dem Fenster zu schauen, vor dem die wunderschöne britische Landschaft vorüberglitt, und ganz allmählich spürte ich, wie in meinem Inneren etwas absackte. Ich erzählte meinem Therapeuten davon. Das sollte ich festhalten, sagte er. Diese Erinnerung festhalten. Die Grenze, von der ich sagte, dass ich sie erreicht hätte, was für eine Grenze ist das eigentlich? Existiert sie überhaupt?

Jemand hat mir gesagt, dass es bei ihm noch schlimmer war, dass er nur noch im Bett liegen konnte. Schlimmer?!, dachte ich. Könnte ich doch bloß im Bett liegen, bei geschlossenen Vorhängen! Ich musste mich mit höchster Konzentration von einem Tag zum nächsten schleppen. Ich durfte mich nicht gehen lassen. Ich musste abgelenkt werden. Aber das konnte nur ich selbst. Mein Telefon schaltete ich auf stumm. Alles, was von außen kam, war bedrohlich und störend. Ich las und spielte stundenlang Spiele. Ich sah fern,

ebenfalls stundenlang. Ich las, konnte aber nicht lesen. Ich sah fern, konnte aber nichts aufnehmen. Und die ganze Zeit schluckte ich dieses verdammte Medikament einfach weiter, irgendwann musste es doch wirken. Absetzen kommt eigentlich nicht infrage; das dauert lange, weil es nur allmählich geht, und wer konnte garantieren, dass ein anderes Mittel, zum Beispiel mein altvertrautes Citalopram, wirksamer sein würde? Das neue Medikament war Escitalopram, eine verbesserte Version von Citalopram. Das habe ich mir einmal von meinem Apotheker erklären lassen. Pharmazeuten ist es gelungen, die nichtwirksame Hälfte des Citalopram herauszufiltern. Escitalopram enthält also die Hälfte des Wirkstoffs von Citalopram. Den guten, wirksamen Teil. Das beruhigte mich, weil die wirksame Substanz genau die gleiche ist wie in Citalopram. Der Vorteil von Escitalopram soll sein, dass es weniger Nebenwirkungen hat. In meinem Fall kam das nicht so ganz hin.

Als verlorenes Häuflein Mensch tagaus, tagein hinten in einem Auto zu sitzen, das durch fremde Länder rauscht, ist nicht das Wahre für jemanden, der schwer depressiv und voller Ängste ist. Die zwölf Tage, die wir in Griechenland verbrachten – an einem Ort, den ich gut kenne, weil ich im Vorjahr schon dort war und einen Teil von *Echte Bäume weinen nicht* geschrieben hatte –, ließen sich prima aushalten. Vermutlich, weil ich auf Anraten des Therapeuten eine Vierteltablette Escitalopram 10 Milligramm und eine ganze Alprazolam schluckte. Zugegeben, ich fühlte mich »seltsam«, aber ich funktionierte, ich schrieb Kolumnen, ich arbeitete ein bisschen im Garten. All das war vertraut. Ich konnte mich normal gegenüber den anderen Gästen verhalten, darunter eine außerordentlich nette Frau. Romi Jones, aus England, Northumberland. Mit ihr tausche ich bis heute

fast täglich WhatsApp-Nachrichten aus. »Heute« ist übrigens der 28. November 2018, aber aus irgendeinem Grund ist das kaum von Bedeutung.

Während der Rückreise war bald Schluss mit dem Funktionieren, ich wurde wieder zu dem verlorenen Häuflein Mensch auf der Rückbank, eine Flasche Wasser und die rosa Pillen in Reichweite, außerdem Kaugummi, weil Kaugummikauen die einzige Möglichkeit war, bohrende Zahnschmerzen zu dämpfen. Nach unserer Rückkehr – zwei Tage früher als geplant, weil ich in Kroatien, in Skradin, verkündete, es »leid« zu sein, und fragte, ob wir nicht bitte einfach in die Eifel zurückfahren könnten – wurde es noch schlimmer. Vor lauter Elend nahm ich sieben Kilo ab. »Es wird schon werden«, meinte der Therapeut.

Irgendwann in den vergangenen Wochen war ich tapfer oder klar genug, um den Zahnarzt anzurufen. Ob er bitte einmal meine Brücke kontrollieren könne. Wie konnte ich dort Schmerzen haben? Der eine Backenzahn war gezogen, und hatte der dahinter nicht eine gründliche Wurzelkanalbehandlung bekommen? Dirk, so heißt mein Zahnarzt, machte eine Röntgenaufnahme und stocherte ein wenig im Zahnfleisch herum. »Da ist eine riesige Tasche«, sagte er. »Und auf dem Foto sieht alles tadellos aus.« Ich war erleichtert. Zumindest eine Sorge weniger. Ich hatte mir schon eine aufwändige Operation vorgestellt; Brücke raus, wieder eine Wurzelkanalbehandlung, dieses scheußliche Gummiläppchen auf dem Mund, schlucken, bis es nichts mehr zu schlucken gibt. Übers Internet bestellte ich dicke Zahnseide, die man in keinem Laden mehr bekommt, fuhrwerkte damit jeden Abend in der Tasche herum (Das tut weh!), und die Zahnschmerzen, die in all diesen Ländern, in denen ich gar nicht sein wollte, so lange gebohrt hatten, ließen nach und verschwanden. Ich

schilderte Dirk meinen Zustand. »Beschissen«, sagte er. »Unerfreulich«, schreiben andere. Oder »zum Kotzen«.

– 4 –

*Beschissen*, *unerfreulich* oder *zum Kotzen* sind verdammt unzulängliche Ausdrücke. Die mich auch wütend machen. Was fängt man damit an, wenn jemand sagt, dass er den geschilderten Zustand »unerfreulich« findet? Soll man »Danke schön« sagen? Es ist unerfreulich, wenn man sich in den Finger schneidet oder Zahnschmerzen hat. Es ist zum Kotzen, wenn einem der Zug vor der Nase wegfährt. Es ist beschissen, wenn die Eisschnellläuferin, die man bewundert, bei den Olympischen Spielen auf der 500-Meter-Strecke stürzt. Die Wut verflüchtigt sich auch schnell wieder, denn immerhin drückt sich auf diese Weise Mitempfinden aus, so ungeschickt und unzulänglich es auch artikuliert sein mag. »Versuch doch, es trotzdem zu genießen«, schrieb jemand per SMS, als ich in Griechenland war. Ich starrte auf die Buchstaben und schüttelte den Kopf. Es zeigte mir wieder einmal, wie schlimm es ist, wenn man anderen Menschen nicht begreiflich machen kann – nicht einmal seinen besten Freunden oder der eigenen Mutter –, was mit einem los ist. Wo man sich befindet. Es ist kein Krebs, keine gebrochene Elle. Es ist unsichtbar und unsagbar. Und es ist schwer, sich in diesen Zustand hineinzusetzen, wie es sogar für mich selbst wahrscheinlich unmöglich ist, mich in einen anderen Menschen hineinzusetzen, der an einer Depression leidet. »Ich muss dann immer ganz furchtbar weinen«, sagt Anton Dautzenberg. »Was?!«, erwidere ich. »Aber dann bist du ja gar nicht depressiv! Du weinst, das ist Ausdruck eines Gefühls!« Genauso habe ich reagiert, als ich von einem DJ hörte,

der während einer Radio-Livesendung in Tränen ausbrach und bekannte, depressiv zu sein. Er erhielt sehr viel Beifall und Bestätigung. Doch ich dachte im Stillen: Der ist überhaupt nicht depressiv, das ist ausgeschlossen, sonst hätte er nicht geweint, als er auf Sendung war! Schließlich schrieb ich in meinem Blog darüber, wobei ich sofort zugab, eigentlich nichts dazu sagen zu können und zu dürfen, weil ich in den vergangenen Jahren gelernt habe, dass in dieser Hinsicht jeder Mensch anders ist. Gut, in manchen Fällen darf man schon etwas sagen. Wenn zum Beispiel jemand behauptet, er sei depressiv, weil ein bestimmter Mensch gestorben sei. Dann ist man nämlich nicht depressiv, sondern man trauert. Trauer ist ein Gefühl, trauern ist verarbeiten, und natürlich fühlt man sich dann beschissen – um dieses Wort selbst einmal zu gebrauchen –, aber depressiv ist man nicht. Vielleicht ist es ein Seinszustand, auf den das Wort »beschissen« wirklich passt.

Es gab Momente der Erleichterung. In Albanien machten wir in Kruja Station, einer Kleinstadt am Fuß der Berge. Unser Hotel lag hoch oben auf einem Felsen, und wir schliefen in kleinen Chalets. Der Abend und die Nacht waren erträglich gewesen: rosa Pille und Alkohol. Ein unsympathisches schwules Paar aus den Niederlanden ignorierte uns demonstrativ, wahrscheinlich, weil wir als Landsleute ihre Vorstellung von einem einmaligen und authentischen Urlaubserlebnis brutal infrage stellten. Dabei war es dort gar nicht besonders authentisch, in der schmalen Straße unterhalb unseres Felsens gab es nichts als Souvenirläden und Restaurants. Freund Henk stolperte über eine Stufe vor einem der Läden, sodass er eine Tafel mit touristischem Magnetklimbim zum Umfallen brachte. Fassungslosigkeit. Am Ende gab sich die Inhaberin mit fünf Euro Schadenersatz zufrieden. »Die braucht eine

ganze Woche nicht mehr zu arbeiten«, meinte Pauline. Die beiden angestoßenen Keramik-Magnete nahm Henk mit. Eins der hässlichen Dinger hängt jetzt an meinem Backofen. Das andere, noch hässlichere (ein Schühchen mit Bommel) habe ich Gartenkumpel Han gegeben, der es nach ein paar Tagen weggeworfen hat. Wir zurück ins Auto. Fast sofort war ich wieder das willenlose Stück Fleisch, von Angst verzehrt. Draußen zog eine unansehnliche Landschaft vorüber, ich vermute, dass ich es kaum erwarten konnte, zur Grenze zu kommen. Albaner fahren tatsächlich so wie in Reiseführern geschildert: wie Irre. Dazu ziehen sie grimmige, finstere Vi-sagen. Ich glaube mich zu erinnern, dass nur die Hälfte der Straßen asphaltiert ist. Wir machten an einer Tankstelle halt. Ich aß eine Banane. Im Grunde bekam ich nichts anderes als Bananen herunter. Weiter. Allmählich veränderte sich die Landschaft, wurde flacher, weniger dicht bewaldet, auf einem niedrigen Hügel stand eine wunderschöne Kirche. »Es gefällt mir hier«, meldete die Rückbank dem Fahrer- und Beifahrersitz. Ich dachte: Ich bin wieder da. Dieser Zustand hielt nicht an.

Ganz ähnlich: die Verleihung des Jan-Wolkers-Preises im Museum Boerhaave in Leiden. Am 21. Oktober. Live in der Radiosendung *Vroege Vogels*. Ich hatte absagen wollen, eigentlich blieb mir fast nichts anderes übrig. Um halb sechs musste ich aufstehen. Eine unerwartet befriedigende Erfahrung. Weil ich roh aus tiefem Schlaf geweckt wurde, lag ich nicht wie gewöhnlich mit einem hohlen Gefühl und einem Puls von hundert im Bett; ein Körper, der sich voller Angst darauf vorbereitet, wieder einen Tag zu überstehen. Ich würgte etwas Brot herunter, schluckte eine rosa Pille und stieg zu Freund Henk ins Auto. Wir holten Gartenkumpel Han in Haarlem ab und kamen schon vor acht in Leiden an.

Ich sollte mich live im Radio äußern, Menno Bentveld sollte mich interviewen. Ich hielt mich aufrecht, ich plauderte mit diesem und jener, unter anderem mit Karina Wolkers, Jan Wolkers' Witwe. Jemand anders gewann den Preis. Ich war mit allem einverstanden. Ich bekam ein Glas Sekt angeboten und trank es aus. Wir fuhren zurück, tranken bei Gartenkumpel Han noch eine Tasse Kaffee, und wenig später lag ich zu Hause auf dem Sofa. Ich döste ein bisschen ein. Ich dachte: Ich bin wieder da. Dieses Gefühl hielt den Rest des Tages und den Abend an.

Eine Fahrt von der Eifel nach Amsterdam. Das war am 25. Oktober. Ich weiß das, weil ich es auf einem Zettel notiert habe. Gartenkumpel Han fuhr. Als Kind haben mich Autofahrten negativ geprägt. Nicht verwunderlich, das war mir klar. Jede Rückfahrt im Auto am Ende der Ferien war eine Katastrophe. Aber jetzt – nach dem Einnehmen einer rosa Tablette – sah ich Dinge außerhalb des Autos. Ich sah Hügel und Bäume und Häuser. Ich versuchte, nicht nachzudenken, und ich spürte ein inzwischen fast schon unbekanntes Etwas in der Magengegend. Hatte ich tatsächlich Hunger? Wie gewöhnlich machten wir beim La Place – früher AC Restaurant – in der Nähe von Nederweert Pause. Wir nahmen beide ein Würstchen im Schlafrock. Noch nie hatte mir Würstchen im Schlafrock so gut geschmeckt. Ein wunderbar triefend fettes, lauwarmes Hackfleischwürstchen in Blätterteig. Ich hätte noch eins essen können und wollen. Ich gab Hündchen Jet etwas von meinem Würstchen im Schlafrock ab. Ich glücklich, Jet glücklich, Han glücklich. Ich versuchte, nicht nachzudenken, ich starrte aus dem Fenster auf die A2 und die vorbeirasenden Autos, und ich spürte: Ich bin wieder da. Dieses Gefühl hielt den Rest des Tages und den Abend an.

Morgen, dachte ich jeden Abend. Morgen bin ich wieder da. Nach ein paar Gläsern Alkohol konnte ich mir nicht vorstellen, dass dieses Gefühl am nächsten Morgen weg sein könnte. Jeden Tag aufs Neue. Ich begann, über die Wirkung von Alkohol nachzudenken. War es denn so einfach? Ein paar Gläser Rutte-Genever oder Weißwein und, zack, mein Empfinden verwandelt sich wie durch Zauberhand? Während ich schon seit Monaten ein Medikament nehme, das dafür sorgen sollte?

»Bist du auch ein bisschen vorsichtig mit Alkohol?«, fragte der Therapeut. »Du hast leicht reden«, antwortete ich. »Wenn er mir doch hilft?«

Und immer wieder gab mir die Uniklinik einen neuen Termin für die Folgewoche. Die kennen da nichts, es ist nicht möglich, selbst einen Termin auszumachen, der einem gut passt. Es wurde Zeit, die Tatsachen offenzulegen. Ich mailte, dass ich depressiv sei und dass es deshalb aus meiner Sicht im Moment keinen Sinn habe, die Untersuchung fortzusetzen. Dafür hatte die Sexologin Verständnis. Und ich bekam einen Termin für die nächste Woche. Später fragte sie, ob sie mit meinem Therapeuten Kontakt aufnehmen dürfe. Das ärgerte mich, ich fand es völlig unnötig. Ich schrieb ihr das, und außerdem, dass ich mich erst einmal auf »meine Genesung« konzentrieren wolle und keine Lust auf Kompliziertes habe. Sie antwortete, es sei auch nicht nötig, sie habe nur wissen wollen, ob man sich gut um mich kümmere. Daraufhin konnte ich ihr wiederum mailen, dass ich sie sehr freundlich und anteilnehmend finde und mich zu gegebener Zeit wieder bei ihr melden werde.

Diese Mails zu schreiben war schrecklich. Ich hatte es benannt. Ich hatte es benannt, also war es real. Der Therapeut drängte mich auch immer wieder einmal zum Schreiben.

»Du bist doch Schriftsteller, oder?«, scherzte er. »Bring es doch zu Papier.« Aber das konnte und wagte ich nicht. Wochenlang habe ich meinen Laptop nicht angerührt, ich wollte und konnte nichts damit zu tun haben. Irgendwann in den vergangenen Wochen habe ich Songschreiber und Sänger Boudewijn de Groot auf die Frage eines Fernsehmoderators, warum er keine Musik mehr schreibe, antworten hören: »Ich komme da nicht ran.« Texten klappte noch, komponieren nicht. Er hatte das schön ausgedrückt, fand ich. *Ich komme da nicht ran*. Meistens will man auch nicht rankommen. Traut man sich nicht. Weil ich es benannt hatte, wurde das Absagen von allerlei Verpflichtungen ein bisschen einfacher. Ich sagte eine Lesung in Wormerveer ab, ich sagte vier Lesungen in Karlsruhe und Stuttgart ab, ich sagte das festliche Wochenende in Harlingen ab, an dem der Anton-Wachter-Preis verliehen werden sollte. Ich war Mitglied der Jury. Jurykollegin Joke Linders mailte: »Komm doch, wir werden dich schon aufmuntern.« Lieb gemeint, aber es machte mich wieder wütend. Aufmuntern?! Kapiert denn wirklich niemand, was es heißt, depressiv zu sein? Da muss man nicht aufgemuntert werden. Ich bin nicht schwermütig.

Nicht schwermütig. Ich glaube, die Vorstellung, die das Wort Depression im Allgemeinen hervorruft, ist die von »Schwermütig«. Das ist irreführend. Ich bin überhaupt nicht schwermütig. Ich meine, ich habe keine schwermütige Veranlagung. Ich bin, soweit man so etwas selbst beurteilen kann, ein Macher, jemand, der etwas tut. Ich habe Disziplin. Hätte ich keine Disziplin gehabt, hätte ich natürlich schon beim Aufstehen zur Flasche gegriffen. Wenn Alkohol so *einfach* wirkt, warum sollte man dann nicht den ganzen Tag trinken? Was das Wesen der Depression besser charakterisiert, ist das Wort *nichts*. Niemandland. Da ist nichts, man selbst ist nichts. Man hat