

Kein Zurück

Der Sand der Zeit steht niemals still

Von Rakkasei

Kapitel 16: Stolpersteine

Manchmal ist es schon sehr langweilig, wenn man jede Sportstunde nur auf der Bank sitzen darf und nichts wirklich machen kann.

Mittlerweile habe ich immer ein Buch zum lesen dabei, damit ich nicht im Sitzen einschlafe. Aber auch das wird mit der Zeit ziemlich langweilig und öde.

Ich muss schon seit etwas längerem auf die Toilette, aber da ich ja in der Pause erst war und wir eigentlich nicht während der Stunde gehen sollen versuche ich es zu ignorieren. Und bis jetzt hat das auch ganz gut geklappt.

Seitdem der Arzt die Dosis der Tabletten noch einmal angepasst hat trinke und esse ich viel mehr als sonst. Deshalb habe ich auch ständig das Bedürfnis auf die Toilette zu gehen oder irgendetwas zu essen.

Der Arzt freut sich natürlich darüber, da ich auch wahrscheinlich so ziemlich zunehmen werde und gezwungen bin etwas mehr zu trinken.

Eigentlich achtet Reita da ziemlich drauf, damit ich ja nicht wegen so einer Kleinigkeit ins Krankenhaus muss, den Löffel abgebe oder meinen Körper noch mehr schädige. Aber da er immer noch im Krankenhaus ist, kann er das momentan nicht machen.

Seufzend stehe ich auf und gehe zum Sportlehrer, der mich direkt ziemlich verwundert anguckt.

„Kann ich kurz auf Toilette? Und kann Jun mit?“, frage ich ziemlich kleinlaut nach.

Er nickt nur und ruft nach Jun, der auch direkt mit mir Richtung Umkleidekabinen geht.

„Ist alles okay, Ru-chan?“, erkundigt er sich.

„Ja, ich muss nur auf die Toilette. Ansonsten ist alles okay und danke, dass du mitkommst“, erwidere ich lächelnd.

Ich beeile mich, da ich doch das alles ziemlich unterschätzt habe.

Allein das Betreten des Raumes ruft ungute Erinnerungen an den letzten Selbstmordversuch hervor und das betreten der Toilette an sich erinnert mich an das Mobbing an meiner alten Schule.

Wie lange werden mich diese Erinnerungen noch verfolgen und zu Boden zwingen?

Auch mit dem Händewaschen habe ich es sehr eilig und ich merke, dass auch Jun mittlerweile ziemlich angespannt ist.

Ich habe das Gefühl zu verglühen und doch zeitgleich zu erfrieren.

Meine Hände zittern und ich muss mich ständig selbst daran erinnern zu atmen.

Und ruhig zu bleiben.
Aber trotzdem habe ich plötzlich den Geruch vom Blut in der Nase.
Ich fühle mich so, als würde ich unter der Dusche stehen, dabei ist dem nicht so.
Panisch drehe ich den Wasserhahn zu und wende mich Jun zu.
Warum nur rauscht es so in meinen Ohren?
Angsterfüllt kralle ich mir seinen Arm und versuche mich voll und ganz auf meine Atmung zu konzentrieren.
Ich stehe hier bei Jun, ich sitze nicht in der Dusche.
Ich werde leben, niemand will mir etwas an tun.
Wie Hagel prasseln die ganzen Erinnerungen auf mich ein.
Atme!
Keuchend versuche ich dem Gedankenstrudel stand zu halten, beiße mir verzweifelt auf die Lippen.
Atme!
Ich bin in Sicherheit.
Ich bin nicht mehr der Junge von damals.
Keiner will mir weh tun.
Atme!
Aber ich kann nichts dagegen tun.
Verzweifelt presse ich die Augen zusammen.
Atme!
Es fühlt sich so an als würde mir einer ins Gesicht schlagen.
Die Angst schnürt mir die Kehle zu.
Ich merke wie mein Kopf leichter wird.
Und meine Beine nachgeben, einfach so.
Ich kann nichts dagegen tun.
Kraftlos gebe ich mich der Dunkelheit geschlagen.

Als ich wieder zu mir komme habe ich rasende Kopfschmerzen.
Ächzend greife ich mir an den Kopf und fühle unter meiner Hand ein kühles und feuchtes Papiertuch.
Wo bin ich hier?
Wie bin ich hierhin gekommen?
Sind das nicht die Bänke der Umkleidekabine?
Waren wir eben nicht noch im Duscraum?
Plötzlich gucke ich in das besorgte Gesicht von Jun, der sich direkt erkundigt: „Ist alles okay Ruki? Hast du starke Schmerzen?“
Ich nicke nur und kneife die Augen zusammen.
Hoffentlich habe ich mir nicht weh getan.
Warum nur muss das ausgerechnet heute passieren?
Was sind das nur für Schmerzen?

Ich spüre wie mir jemand die Schläfen massiert und beruhigend auf mich einredet.
Ich möchte nicht ins Krankenhaus.
Scheinbar hat er mir nicht die Notfallmedikamente gegeben.
Ich fühle mich nicht benebelt.
Warum hat er es nicht getan?
Sonst werden mir immer die Medikamente gegeben, wenn ich Panikattacken in der Schule habe.

Seufzend öffne ich die Augen und meine: „Lass uns wieder in die Halle gehen. Die Kopfschmerzen werden wahrscheinlich noch eine Weile bleiben egal was ich jetzt dagegen mache.“

Er nickt nur und hilft mir hoch.

Er nimmt mich in den Arm und drückt mich fest an sich: „Das wird schon wieder Ruchan. Irgendwann wird dich das ganze nicht mehr triggern und ich bin einfach froh darüber, dass du direkt einen von uns mit geholt hast. Und wenn du gleich immer noch Schmerzen hast, dann bring ich dich zum Schularzt.“

Ich erwidere die Umarmung und bedanke mich.

Ob ich wirklich irgendwann über das ganze hinweg sein werde?

Oder werde ich wie Uruha enden?

Der Sportlehrer mustert mich nur ziemlich besorgt, als wir wieder in die Halle kommen.

Jedoch sagt er nichts und wendet sich wieder meinen Klassenkameraden zu.

Die Schmerzen sind wirklich ungewöhnlich stark und irgendwie traue ich mir überhaupt nicht zu auch noch die restlichen beiden Schulstunden hier zu bleiben.

Mein Herz rast immer noch ziemlich und am liebsten würde ich mir gerade ein anderes Hemd anziehen. Ich hasse verschwitzte Kleidung!

Aber vor allem hasse ich diese Angst, die immer im Hintergrund lauert.

Oft ignoriere ich diese einfach, aber gerade fällt es mir ziemlich schwer.

Immer wieder versuche ich es mit Atemmeditation, jedoch will es mir wie so oft nicht gelingen.

Warum nur kann ich so etwas simples nicht?

Ich möchte nicht schon wieder eine Panikattacke bekommen.

Ich möchte nicht schon wieder die Kontrolle verlieren.

Irgendwie muss ich mich doch selbst wieder beruhigt bekommen, nur wie?

Nach einer gefühlten Ewigkeit schickt der Sportlehrer die anderen zum umziehen.

Schlagartig überkommt mich wieder die Panik.

Zitternd bleibe ich auf der Bank sitzen und versuche meine Atmung zu kontrollieren.

Ich kann jetzt nicht zu den anderen in die Umkleidekabine.

Sie werden garantiert bemerkt haben, dass ich eben mit Jun ziemlich lange weg war.

Was werden sie jetzt nur über mich denken?

Der Sportlehrer kommt auf mich zu und stellt sich vor mich.

Mit ruhiger Stimme schlägt er vor: „Lass uns etwas durch die Halle gehen. Du musst nicht darüber reden, wenn du das nicht willst.“

Zitternd stehe ich auf und schaffe es sogar mit dem Sportlehrer einige Runden durch die Halle gehen.

Ich bin nach wie vor schweißgebadet und mir ist einfach nur schrecklich kalt.

Ich möchte mich gerne einfach nur in die Badewanne legen.

Und etwas schlafen.

Nach einiger Zeit meint er: „Ich bring dich jetzt zum Schularzt und dann ruhst du dich etwas aus. Wenn du nachher nicht ruhiger bist, dann nimmst du die Tabletten, ja? Deine momentane Dosis ist einfach zu hoch und so angeschlagen wie du bist, möchte ich dir eigentlich keine zusätzlichen Tabletten geben.“

Ich nicke und gehe mit ihm meine Sachen und eine seiner Trainingsjacken holen.
Schweigend hängt er mir diese um die Schultern und lächelt mich aufmunternd an.
Ich möchte das alles nicht mehr.
Warum mache ich allen immer solche Probleme?
Warum kann ich nicht einfach wie jeder andere auf Klo gehen?
Warum habe ich ausgerechnet in der Dusche hier in der Schule mich versucht umzubringen?
Wann nur hört das alles endlich auf?

Im Krankenzimmer hilft er mir aus dem verschwitzten Hemd und in die Trainingsjacke.
Warum zittere ich so extrem am ganzen Körper?
Verunsichert setze ich mich auf das Bett und reibe mir etwas über den verletzten Arm.
„Warte ich hol dir noch einen Tee und dann schläfst du eine Runde“, schlägt er nur lächelnd vor.
Warum lässt er mich alleine?
Bin ich keine Gefahr mehr für mich selbst?
Nachdem der Lehrer den Raum verlassen hat, kommt auch schon kurze Zeit später der Schularzt.
Dieser misst den Blutdruck und schaut mich ziemlich besorgt an.
Niedergeschlagen frage ich nach: „Ist alles okay?“
Ich möchte nicht in die Notaufnahme, ich will einfach nur noch nach Hause ins Bett.
„Mach dir keine Sorgen, ja?“, bittet mich der Arzt.
Ein Lächeln schleicht sich auf meine Lippen, als der Sportlehrer den Raum betritt und mir eine Tasse mit Tee in die Hand drückt.
„Hast du immer noch starke Kopfschmerzen, oder geht es mittlerweile wieder?“, fragt mich der Lehrer.
„Es geht wieder etwas, danke der Nachfrage“, erwidere ich.

Langsam wird mir auch wieder etwas wärmer und das zittern lässt nach.
Ob ich heute Nachmittag trotz allem zu Reita kann?
Mein Herzschlag scheint sich auch wieder zu normalisieren, was für ein Glück!
Der Arzt und der Lehrer begutachten mich kritisch, während ich ganz langsam den Tee austrinke.
Warten sie etwa auf den großen Knall?
Warten sie etwa darauf, dass ich wieder die Kontrolle verliere?
Und allen beweise, dass ich immer noch total kaputt bin?
Lächelnd drücke ich dem Lehrer die leere Tasse in die Hand und lege mich unter die Bettdecke und schließe die Augen.
Plötzlich durchbricht der Lehrer die Stille: „Ich lass dich dann hier alleine beim Arzt, ja?“
Ich nicke nur und drehe mich auf die Seite.

Auch später als ich neben Aiko im Auto sitze ist da dieses mulmige Gefühl. Der Arzt meinte nur, dass es vom niedrigen Blutdruck kommt und ich mir keine Sorgen zu machen brauche.
Aber ist es das wirklich?
Oder denkt mein Unterbewusstsein, dass ich nach wie vor in Gefahr bin?
Wovor habe ich bloß Angst?
Aiko hatte extra für mich ein weites Tshirt, eine Hose und eine dünne Trainingsjacke

von Reita mitgebracht, damit ich mich in der Schule noch umziehen konnte. Sie war überhaupt nicht überrascht, als der Arzt ihr alles erzählt hatte. Ist es für sie schon eine Art Gewohnheit geworden mich in diesem Zustand von der Schule abzuholen?

Dabei möchte ich das alles gar nicht, ich möchte keine Last mehr für die Menschen in meiner Umgebung sein.

Der Psychologe meinte nur, dass ich schon kleine Fortschritte mache.

Aber ist das die Wahrheit?

Oder kommt bald wirklich der große Knall und sie wollen es mir nicht sagen, da sie mich schon längst aufgegeben haben?

Bei Reita im Zimmer umarme ich ihn erst einmal stürmisch und setze mich zu ihm aufs Bett.

Er wird immer noch künstlich ernährt, obwohl er mittlerweile fast wieder gesund aussieht. Aiko meinte nur, dass es vorerst so bleiben wird und er wahrscheinlich auch so entlassen wird.

Wenigstens ist er nicht mehr ganz so niedergeschlagen und langsam ärgert er auch wieder alle.

Ob bald wieder alles beim Alten sein wird?

Ich hasse es momentan alleine bei Fumiko und Aiko zu sein.

Es ist schön, dass sich die beiden so extrem viel um mich kümmern, aber momentan ist mir das ganze einfach zu viel.

Es ist schon ziemlich stressig, wenn man drei Therapiestunden in der Woche hat und der eine Psychologe einen ganz schön fordert.

Und dann wird auch noch zu Hause genau geguckt, was ich mache und wie ich mich verhalte. Und ständig wuselt irgendeiner um mich herum, damit ich auch ja nicht auf dumme Gedanken kommen kann.

Momentan will ich jedoch einfach nur meine Ruhe.

Aiko und Reita unterhalten sich etwas, während ich mich unter die Bettdecke begeben. Irgendwie ist mir schon wieder total kalt und ich fühle mich total ausgelaugt.

Vielleicht werde ich einfach nur krank?

Reita zieht mir nur lächelnd die Bettdecke bis ans Kinn und tätschelt kurz meinen Kopf.

Manchmal frage ich mich, ob ich ohne ihn noch leben würde.

Wahrscheinlich würde ich sogar noch leben, da ich bisher einfach zu feige war meinem Leben ernsthaft ein Ende zu setzen.

Deshalb ist es auch Ironie des Schicksals, dass ich ausgerechnet nach der Flucht aus dem goldenen Käfig einen ernsthaften Selbstmordversuch gewagt hatte.

Aiko beugt sich auf einmal über mich und erkundigt sich: „Ist es immer noch der Blutdruck? Wenn du heimfahren möchtest, dann kannst du mir das ruhig sagen. Wenn es morgen immer noch schlimm ist, dann musst die Dosis nicht erhöhen. Reita und mich stört es nicht, wenn du etwas schlafen möchtest.“

Lächelnd antworte ich: „Ich bin einfach nur total müde, aber ich möchte gerne hierbleiben. Mir ist einfach nur schrecklich kalt, deshalb habe ich mich unter die Decke gelegt.“

Seufzend erwidert sie nur: „Du bist kurz vorm Mittagessen umgekippt, oder? Hast du das Bento schon gegessen? Reita macht es nichts aus, wenn du in seiner Anwesenheit isst. Vielleicht geht es dir dann auch wieder ein klein wenig besser.“

Genervt seufze ich und setze mich an den Tisch.

Jetzt werden sie mir garantiert wieder wie einem Versuchstier beim essen zu gucken. Ich gucke Reita ganz überrascht an, als er mir das Bento auf den Tisch stellt und einen Löffel in die gesunde Hand drückt.

Beschwichtigend meint er nur: „Du musst nicht alles essen, ja? Und wir werden auch garantiert nicht zu gucken. Weißt du Ruki, ich bin wirklich stolz auf dich. Jun berichtet mir jeden Tag, dass es dir schon ein ganzes Stück besser geht und ich sehe ja auch, dass die Fröhlichkeit echt ist. Schlechte Tage hat jeder einmal und das weißt du ja auch, also lass dir einfach nicht von so einer dämlichen Panikattacke den Tag versauen.“

Ich nicke nur und fange an zu essen.

Warum bekomme ich eigentlich keine Esstäbchen mehr?

Zudem bekomme ich immer öfters Reisbällchen oder andere Sachen ins Bento gepackt, damit ich auch ja kein Besteck benutzen muss.

Traut mir etwa niemand mehr etwas zu?

Ein bisschen glücklich bin ich darüber schon, da mir auch so weniger Missgeschicke passieren können. Aber wenn es so weiter geht, dann muss ich die Benutzung von Esstäbchen erst wieder erlernen.

Nachdem ich nahezu alles gegessen habe setze ich mich wieder zu Reita auf das Bett und lehne mich an ihn. Er legt nur schmunzelnd einen Arm um mich und zieht mich zu sich.

Es wäre töricht jetzt aufzugeben.

Ich muss nur noch ein wenig durchhalten und stark sein, dann ist alles wieder gut.

Reita kommt auch am Montag wieder heim und scheinbar geht es Uruha auch ein wenig besser.

Und ich denke bald wird mich nur noch die Narbe an meinen Selbstmordversuch erinnern.

Schließlich bin ich heute nicht vollkommen ausgeflippt und bin nur bewusstlos geworden und das ist eigentlich schon ein riesiger Fortschritt.