

versuch über
cluster-kopfschmerz

kloster-schmerz

matthias kempendorf

Prolog

Über Cluster-Kopfschmerz

Cluster-Kopfschmerz ist eine der schwersten Schmerzerkrankungen des Menschen. Es eskalieren unvermittelt unvorstellbar schwerste Schmerzattacken von 15-180 Minuten Dauer einseitig im Augenbereich, der Stirn oder der Schläfe. Die Häufigkeit beträgt bis zu acht Attacken pro Tag.

Zusätzlich zu den Schmerzen treten Augenrötung, Augentränen, Verstopfung der Nase, Nasenlaufen, vermehrtes Schwitzen im Bereich von Stirn und Gesicht, Verengung der Pupille, Hängen des Augenlides, Schwellung der Augenlider und körperliche Unruhe mit Bewegungsdrang auf.

Die Attacken erscheinen während einer bestimmten Zeitspanne gehäuft, meist über eine aktive Periode von ca. sechs Wochen. Die englische Sprache spricht vom Cluster-Kopfschmerz, wörtlich übersetzt vom „Haufen“-Kopfschmerz.

Bei einem Teil der Betroffenen liegen zwischen diesen zeitlich gruppierten Kopfschmerz-Attacken kopfschmerzfreie Wochen oder Monate. Andere kennen solche kopfschmerzfreien Intervalle nicht.

Die Erkrankungshäufigkeit des Cluster-Kopfschmerzes in der Gesamtbevölkerung beträgt nach verschiedenen Studien ca. 1 %. Im Durchschnitt dauert es nach einer Erhebung der Cluster-Kopfschmerz - Selbsthilfegruppen (CSG) in Deutschland acht Jahre, bis die zutreffende Diagnose gestellt wird.

Cluster-Kopfschmerz schmerzt unermesslich. Zusätzlich unerforscht, undiagnostiziert und unbehandelt ist er eine der bösartigsten und gleichzeitig nutzlosesten Schmerzerkrankungen des Menschen.

Soziale Isolation, Persönlichkeitsänderung, Angst, Depression, Mutlosigkeit, Wut, Trauer, Verzweiflung, Aufgabe des Lebenswillens heißen seine vielfältigen Begleiter. Dabei kann Cluster-Kopfschmerz in der Regel schnell diagnostiziert werden.

Und es gibt sehr wirksame Behandlungsmöglichkeiten. Die deutsche Sprache kennt keinen Namen für diese Schmerzen. Es ist der Schmerz-Namenlos, Schmerz-Analphabetismus.

Matthias Kempendorf hat ihn erleben müssen. Er hat neue ergreifende und bewegende Worte für und gegen den Schmerz-Namenlos gefunden. Seine Texte zeigen: Wo Worte sind, entstehen Fragen, Antworten, Wege und Zuversicht.

Prof. Dr. Hartmut Göbel
Schmerzklinik Kiel

Die Texte sind entstanden Anfang
September 2008 während meines Aufenthalts
in der Schmerzklinik Kiel.

vorweg

Schmerz und Schmerz sind schwer zu vergleichen.
Das ist schon so bei den verschiedenen Schmerzen
eines Menschen, noch viel mehr aber bei den
Schmerzen verschiedener Menschen.

Dies soll der Versuch sein, Einblick zu geben in die
Innenwelt des Cluster-Kopfschmerzes für Menschen,
die diesen Schmerz nicht kennen.

Möge er Menschen, die an diesen Schmerzen leiden,
helfen, sich in den Worten zum Teil zu entdecken
oder wieder zu finden.

Das Grausame am Cluster-Kopfschmerz ist die Un-
beschreibbarkeit und die Nicht-Kommunizierbarkeit,
die Einsamkeit, die dieser Schmerz erzeugt.

Weil dieser Schmerz von mir anders erlebt wird als
andere Schmerzen, scheint mir auch angemessen,
eine andere sprachliche Form zu suchen: mehr
bildhaft, assoziativ.

Und weil dieser Schmerz auch andere Regeln kennt,
schreibe ich über ihn nach anderen Regeln.

einfühlen

gut einfühlen
kann ich mich
in menschen
und ihre leiden

überhaupt nicht einfühlen
kann ich mich
in menschen
ohne leiden

schmerz
verbindet

schmerz
trennt

begriff

keinen begriff
von diesem schmerz
macht sich
mein vaterland

kein wort
für diesen schmerz
kennt
meine muttersprache

falls ich einmal
gefragt werden würde
nach dem
passenden wort
oder begriff
für diesen schmerz
schlüge ich vor:
kloster-schmerz

die regeln des schmerzes
sind vor dir da
und du bestimmst sie nicht mit

dieser schmerz macht
einsam vor gott
und einsam vor der welt
dieser schmerz ist eine
einübung ins sterben

dieser schmerz macht
- bei denen, die es vorher lernten -
das beten zur gewohnheit

am ende
macht dieser schmerz
still

kloster-schmerz

namen geben

ich hatte keinen namen
für meinen schmerz
das war ein
zusätzlicher
grausamer effekt

erst als ich von der existenz
des cluster-kopschmerzes erfuhr
konnte ich
über ihn sprechen
ich weinte und weinte
bei der selbstdiagnose
vor schrecken
und angenommensein

jetzt will ich es sein
der meinem schmerz
den namen gibt:

schmerz,
ich nenne dich
kloster-schmerz

schmerzliga

die schmerzen verschiedener menschen
lassen sich nicht vergleichen
auch bei den schmerzen eines menschen
ist es schon schwer vergleiche zu ziehen

würde ich es bei mir versuchen
dann würden meine bisherigen erfahrungen
verbrennungen hexenschüsse
entzündete schulter verdrehtes knie
und gequetschter arm
nahelegen
sie in etwa gleich hoch anzusetzen

der kloster-schmerz
spielt nach meiner erfahrung
in einer ganz anderen liga

die einen schmerzen
lassen mich sein
ein mensch
mit schmerz

der andere schmerz
läßt mich sein
ein schmerz
ohne mensch

reizschwelle

weil der eine schmerz
so vernichtend
und stark ist

habe ich
überhaupt
nicht mehr
wahrgenommen,
wo es mir
sonst
wehtut

fixiert
auf das
messer im auge
nahm ich nicht wahr
meinen starren blick

immer im kampf
mit gott oder teufel
hab ich
die engel
nicht mehr
gesehen

typische handbewegung

der ritter
der geheimen
geschwisterschaft
des schmerzes
hebt die hand
und legt sie
bergend
auf den augapfel,
damit die
speerspitze
nicht austritt

vertraute geste

vertraut und ein teil
meiner selbst geworden
ist die handbewegung
der geschwisterschaft
des schmerzes

die hand auf dem auge
war wie
eine hand
auf dem abgrund
eine hand
auf dem höllenkrater
eine hand
auf dem großen nichts
eine hand
vor der großen tiefen

in schmerzfreien
stunden und tagen
ertappe ich mich
in einsamen momenten
bei der vertrauten geste

kloster-käfig

plötzlich
ein käfig
um mich herum

ausgegrenzt bin ich
abgesondert von den anderen

kann nicht mehr
kontakt aufnehmen

und die anderen bekommen
nur durch gitter
kontakt zu mir

und ich fange an
im käfig
auf und ab zu trotten
hab kein ziel
aber kann auch nicht
stehen bleiben

muß in bewegung sein
auf und ab
im käfig

nicht stehenbleiben

der schmerz kommt
ich will ihn nicht
ins haus lassen

ich gehe nach draußen
mit ihm

mach mich auf den weg
egal wohin
hauptsache gehen
nicht stehenbleiben

nichts sehen
die hand vorm auge
und das auge
zusätzlich geschlossen

ich weiß nicht mehr
wie man geht
aber es geht
in mir

nur nicht
stehenbleiben

einäugig fahren

als kind
war es eine freude
einhändig radfahren zu können

später konnte ich
einhändig autofahren

die andere hand brauchte ich
für das auge

so fuhr ich
einäugig
einhändig

zuhause wußte ich
oft nicht mehr
wie ich zurückgekommen war

manchmal wußte ich
nicht einmal mehr
wie man
aussteigt

taumeln, torkeln

plötzlich
weiß ich nicht mehr
einfachste bewegungen

ich muß
nachdenken
wie man
ein glas wasser
einschenkt
und ich muß
mir genau
vornehmen
es zu trinken

nichts geht mehr
automatisch

ich verliere
die übersicht
weiß nicht
was ich eigentlich will
ich taumel
und torkel
durch die welt

klosterzelle

hineingestoßen
in die zelle

es ist heiß
und ich friere
es ist kalt
und ich schwitze

wasser und brot

innerlich
explodiere
ich und bin dabei
unfähig
mich zu bewegen

ich krümme mich
wie im mutterleib
ich muß nachdenken
um bewegungen
ausführen zu können

von den anderen
durch die zellenwand getrennt
ich bin allein
ohne mich

klosterzellen

der schmerz hat mich
in viele zellen gestoßen

viele verschiedene
teppiche und decken
von freundinnen und freunden
harte fußböden
manches sofa
viele viele tische
für den ellenbogen
gästezimmer aller art
kinderzimmer
spielteppiche in bibliotheken
einsame hotelzimmer
toilettenkabinen und wieder
toilettenkabinen
wolldecken im dreck der raststätten
zelte
keller
dachböden
schuppen

ich pilgerte
von einem kloster zum anderen
und die welt wurde
meine zelle

wasser

in der letzten zeit
genieße ich es
heiß zu duschen
und das ganz lange

es ist so schön
wenn heißes wasser
um einen fließt
und es nicht
die eigenen
tränen sind

in den letzten jahren
habe ich mich
meist gefreut
wenn der regen kam

es war so schön
wenn der himmel
weinte

klosterbestie

der schmerz
raubt mir
alles menschliche

eine bestie
werde ich

gierig
schnaubend
stöhnend
brummend
schreiend
auf und ab
hin und her
laufend
blind
wild
selbstverletzend

kein
mensch
mehr

entwerdung

ein ziel der
mystischen versenkung
ist das
verlieren der eigenen person

das ich überwinden

darüber kann man
nachdenken
dem kann man
nachstreben
dafür kann man
verklärt schwärmen

den kloster-schmerz
könnte man beschreiben
als eine
weder ersehnte
noch herbeigeführte
entwerdung

erniedrigend
grausam
und letztlich
unbeschreibbar

entrückung

mysterinnen und mystiker
sprechen von
erlebnissen der entrückung

andere worte wären
entsetzung
entsetzen
ekstase

manche erleben die entrückung
unmittelbar
andere streben sie an
und provozieren sie
durch rituale, tanz
trommel und gesang

der kloster-schmerz
entrückt den leidenden vollständig
ohne eigenes wollen
oder die möglichkeit auszusteigen

eine andere form der wahrheit
ein abgrund
tut sich auf:

es gibt
kein leben

es gibt
keinen tod

es gibt
keinen gott

es gibt
keinen menschen

krankheitsgewinn

doch es gibt ihn auch
beim klosterschmerz
den krankheitsgewinn

beim manchmal
blitzartig
verklingendem schmerz

wenn der gegner abläßt
wenn man aufstehen kann
wenn der schädel wieder heilt
wenn der hals nicht mehr brennt
wenn das ohr wieder angenäht ist
wenn die haut geflickt
wenn die zähne gerichtet
wenn das auge wieder heil

dann gibt es einen
tiefen moment
des glücks

so tief
wie es sonst
vielleicht
nicht zu erfahren wäre

dieser moment
des glücks
kann ein bruchteil
einer sekunde
oder eine stunde dauern

das glück
hält sich
allerhöchstens
bis zum
nächsten anfall
bis zur nächsten
angst
vor dem
nächsten anfall

es kann der
moment des glücks
aber auch beendet werden
durch das
plötzliche gefühl
des tiefsten
unglücks
des abgrundes
von verzweiflung

nie geboren

der schmerz
läßt den wunsch
wachsen
nach
sterben
tod
ruhe

in wahrheit
war es aber
wohl der
noch schlimmere
wunsch
nie geboren
zu sein

weit grausamer
als der wunsch
nach erlösung
im tod
ist der wunsch
nie gelebt
zu haben

das übel suchen

vielleicht ist was
mit den augen
mit dem ohr
mit den nebenhöhlen
mit den zähnen
mit dem hals
mit dem nacken
vielleicht
ein tumor im gehirn

vielleicht vertrage ich nicht
die arbeit
die freizeit
die sonne
den mond
den wind
den wetterwechsel
die jahreszeiten
die hitze
die kälte
schwimmen
spazierengehen
reisen
meine mutter
meinen vater
meine kinder

meine frau
meinen chef
meine kollegen
meine freunde
feste
feiern
besuch

vielleicht bekommen mir nicht
kaffee
alkohol
tee
saft
milch
schokolade
käse
kuchen
brötchen
weingummi
gewürze
knoblauch
fertiggerichte
essen im lokal
essen in kantinen
gerüche
parfums

vielleicht habe ich
zu lange geschlafen

zu wenig geschlafen
das falsche kissen
die falsche decke
das falschebett
was falsches gegessen
oder getrunken
zuviel gearbeitet
oder zuwenig
zuviel sport getrieben
oder zuwenig
nicht genug wasser getrunken
nicht rechtzeitig gegessen
zu lange ferngesehen
zu lange am computer gearbeitet
den kopf falsch gehalten
den falschen stuhl
das falsche sofa
den falschen tisch
das falsche auto

vielleicht sollte ich
vielleicht müßte ich

vielleicht mach ich alles falsch
vielleicht lebe ich falsch

vielleicht ist es falsch
zu leben

gespräch über den schmerz

alle, die mich behandeln
sprechen von
meinen schmerzen
als dem gräßlichsten
dem schrecklichsten
was einem menschen
widerfahren kann
etwas
das den menschen zerstört

ich bin erschrocken
darüber
und wundere mich

so habe ich es
am ende
gar nicht mehr
wahrgenommen

so zerstört war ich

alle, die mich behandeln
fragen mich
wie ich das
so lange
aushalten konnte
sie wundern sich
und staunen
und schütteln den kopf

ich frage mich
das auch

eine frage kommt bei mir
allerdings noch hinzu

ich frage mich
wie die anderen
mich
so lange
aushalten konnten

ich wundere mich
und staune
und schüttele den kopf

Matthias Kempendorf
Prinzenstraße 12
24768 Rendsburg
matthias@kempendorf.com