

**Langeweile im Paradies**  
**oder**  
**Die Gedanken eines**  
**Psychotikers**

EIN KLEINES BÜCHLEIN

geschrieben von

SHARK TWAYNE



---

Shark Twayne  
Langeweile im Paradies oder  
Die Gedanken eines Psychotikers  
Oberding: Reimo-Verlag, 2015

ISBN 978 - 3 - 942867 - 40 - 5

---

© 2015 by Reimo-Verlag, Oberding  
Am Mitterfeld 3, 85445 Oberding  
Tel.: 08122 / 47 99 715 oder / 79 90  
Fax: 08122 / 47 99 714  
E-Mail: reimo\_verlag@gmx.de  
www.reitmajer-verlag.de

Alle Rechte liegen bei den Autoren.

Covergestaltung: Shark Twayne

**ISBN 978 - 3 - 942867 - 40 - 5**



## **Vorwort**

### **A Allgemeines**

1. Einleitung	8
2. Das große Geheimnis	8
3. Wie sich die Realität jedes Einzelnen aufbaut	9
4. Die Paradies-Theorie	9
5. Meine Vorstellung vom Paradies auf Erden	10
6. Langeweile im Paradies	11
7. Anerkennung	12
8. Friedensnobelpreis	13
9. Die öffentliche Wahrnehmung dieses Büchleins	14
10. Einstein und Shark Twayne	15
11. Der Tod als Motivation	15
12. Evolution und Schöpfung (Darwin gegen Gott)	16

### **B Autobiographisches**

1. E-Mail an Steve Jobs	17
2. Mein Testament	20
3. Krebserkrankung	25
4. Autologe Stammzelltransplantation und Hochdosis-Chemotherapie	30
5. Meine Psychosen	34

6. Bestrahlung des Schienbeins (2014)	51
7. Mein Herzinfarkt im Frühjahr 2007	53
8. Aktueller Zustand (Stand 7. Mai 2015)	55
9. In Dankbarkeit	60
10. Zitierungen bzw. Quellenangaben	60
11. Schluss	61

## Vorwort

Der Inhalt dieses Büchleins besteht aus einem allgemeinen Teil und einem autobiographischen Teil. Ich als Autor übernehme keinerlei Haftung für eventuellen Missbrauch des Inhaltes dieses Büchleins. Einen Tipp habe ich noch: Was auch immer ihr tut, tötet euch nicht selbst und schadet auch keinem anderen.

Eigentlich wollte ich dieses Büchlein nur für mich selbst schreiben, doch mittlerweile erachte ich meine Gedanken zu manchen Themen für mit der ganzen Welt teilenswert. Es wäre auch nicht schlecht, wenn jemand diese meine Gedanken in andere Sprachen übersetzen könnte. In Sprachräumen, wo gerade Kriege und Missverständnisse am Laufen sind.

Des Weiteren belasse ich die meisten Kapitel recht kurz, denn: „In der Kürze liegt die Würze.“ Außerdem wurde schon fast jeder Satz einmal gesagt und jeder Gedanke einmal gedacht.

Die Quellenangaben sind aufgrund der besseren Lesbarkeit am Ende dieses Büchleins zu finden.

Kritik, Grammatik- und Rechtschreibfehler senden Sie bitte an [shark.twayne@gmail.com](mailto:shark.twayne@gmail.com)

Personen, Handlungen und Orte sind frei erfunden.

Shark Twayne (Lichtenau-Ulm, Januar 2015)

# Allgemeines

## 1 Einleitung

Mit diesem Büchlein versuche ich, meinen großen Traum vom Weltfrieden wahr werden zu lassen. Träumen wird ja wohl noch erlaubt sein. Im Grunde genommen wäre es theoretisch und praktisch eine leichte Angelegenheit. Man müsste nur sein Glück, seine Liebe und seinen Frieden mit den anderen Menschen teilen. Dazu ist kein Geld notwendig, und das auf Materialismus aufgebaute Weltbild könnte bestehen bleiben.

„Teile dein Glück und du veränderst die Welt“ ist auch der Titel eines Buches von Dr. Jürgen Todenhöfer. Ich hatte mit Herrn Todenhöfer schon persönlichen E-Mail-Kontakt. Er hat mir damals sehr viel Kraft in einer sehr schwierigen Zeit gegeben. Er ist nicht nur ein brillianter Redner, sondern auch ein Mann der Tat.

Klar, gibt es auch negative Gefühle wie Hass, Neid, Eifersucht und Habgier. Doch ich denke, dass die positiven Gefühle wie Freude, Liebe und Glück stärker sind als das „Böse“.

Einstein hat einmal gesagt: „Zwei Dinge sind unendlich. Das Universum und die menschliche Dummheit. Beim Universum bin ich mir nicht so sicher.“ Lasst es uns Einstein gemeinsam beweisen, dass die menschliche Dummheit doch endlich ist.

## 2 Das große Geheimnis

Das große Geheimnis ist, dass alles bereits einfach da ist: Das Wasser zum Trinken, die Äpfel zum Naschen, die Fische im Meer, die Blüten an den Bäumen und die Lyrics der Beatles. Man muss nur lernen, es zu verstehen. Leider haben nicht alle Menschen dieser Welt einen so



einfachen Zugang zu diesen gottgegebenen Dingen. Es ist, wie auch mit allem Geld dieser Erde, ein einfaches Verteilungsproblem.

### **3 Wie sich die Realität jedes Einzelnen aufbaut**

Die Realität jedes einzelnen Menschen bildet sich durch seine Gedanken, Überzeugungen, Vorurteile und Erinnerungen aus. Jeder Mensch besitzt damit seine eigene Realität. Aus diesem Blickwinkel heraus kann man weder Mutter Theresa noch Adolf Hitler einen Vorwurf machen. Beide haben aus ihrer inneren Überzeugung heraus gehandelt. Natürlich war Hitler das größte Arschloch, das je gelebt hat, und Mutter Theresa die Gute. In jedem von uns steckt ein Heiliger und ein Sünder zugleich. Welcher von beiden, der Heilige oder der Sünder, zum Tragen kommt, bestimmt oft das Umfeld, in dem eine Person erwachsen wird.

### **4 Die Paradies-Theorie**

Ableitend aus den vorausgegangenen beiden Kapiteln stelle ich nun die Paradies-Theorie auf. Die Zeit bzw. die Welt ist zwar noch nicht bereit dafür, aber ich stelle die Theorie trotzdem auf. Gleichzeitig ist diese Theorie schon längst überfällig. Ich hätte diese Theorie schon viel früher publik machen sollen. Doch leider fehlte mir bisher der Mut dazu.

Die Theorie bzw. die Hypothese lautet: „Wir leben bereits jetzt schon im Paradies.“

Das klingt doch zu schön, um wahr zu sein. Ist es für die meisten Menschen ja auch. Einige der wenigen, die meine Paradies-Theorie verstanden haben, sind, glaube ich, Natalie und Thomas. Ich habe sie während meines Klinikaufenthaltes im Sommer 2013 kennengelernt. Obwohl eigentlich mittlerweile alle diese schönste aller Theorien verstanden haben müssten. Es ist nicht schwierig. Es geht einfach um eine Sache der Wahrnehmung. Wo sonst soll das Paradies sein, wenn

nicht hier auf Erden. Nur vermasseln wir Menschen es immer wieder, dieses Paradies zu sehen. Es ist aber überall vorhanden.

Falls Sie einer/eine der wenigen sind, der/die meint, meine Paradies-Theorie verstanden zu haben, können Sie sich ja in materieller (z.B. eine Porsche-Probefahrt) oder immaterieller Art (z.B. eine kurze Nachricht an mich: shark.twayne@gmail.com) erkenntlich zeigen.

Und vergessen Sie nicht, ihre Liebsten anzurufen und ihnen zu sagen, dass Sie sie über alles in der Welt lieben. Falls ihre Liebsten gerade neben Ihnen sitzen, ist es umso besser. Legen Sie Ihren Arm um das Liebste, das Sie haben, und sagen ihm/ihr, dass Sie ihn/sie über alles in der Welt lieben.

## **5 Meine Vorstellung vom Paradies auf Erden**

Um mein eigenes Paradies mache ich mir die wenigsten Sorgen. Das geht nur, weil ich Eltern habe, die mich über alles lieben und die ich wiederum über alles liebe. Ich habe es euch, Bernd und Agathe, zu verdanken, dass ihr mir meine Welt geschenkt habt und es zeugt von sehr viel Liebe, dass ihr mich trotz meiner Krankheit so lange bei euch wohnen lasst. Ich verspreche euch, sobald es geht, wieder ein „normales, angepasstes“ Leben zu führen. Wer auch immer weiß, was ein normales, angepasstes Leben bedeuteten kann. Mehr Sorgen mache ich mir um das Paradies anderer, zum Beispiel der Menschen in Syrien, der Ukraine oder Palästina. Doch auch dort könnte die Anwendung der Paradies-Theorie zum Erfolg führen. Nicht gleich heute, aber in der nächsten Zeit. Denn eigentlich wollen doch alle Erdenbürger das Gleiche: Sie wollen frei und selbstbestimmt leben. In Deutschland funktioniert das sogar teilweise. Wenn man die Eier hat, kann man aus dem „System“ aussteigen und sein eigenes Paradies wahr werden lassen. Man wird dann so lange komisch von anderen angesehen, bis sich der erste finanzielle Erfolg eingestellt hat. Leider!

In meiner idealen Welt gibt es keine Kriege, keine Gewalt, keine Diskriminierung. All das ist menschengemacht und beruht wohl letzten Endes auf der Gier von Einzelnen, die ihre Macht ausspielen möchten. Selbst die geographischen Grenzen auf der Welt halte ich für überholt. Jedem sollte es klar sein, dass er auch in ein anderes Gebiet ziehen kann. Klar, es werden wohl viele nach Deutschland reisen wollen, weil ihnen dort Sicherheit, freie Religionsausübung und geregelte Arbeitsplätze vorschweben. Doch Deutschland ist im Begriff sich zu wandeln. Immer mehr Leute wollen nicht mehr nur leben um zu arbeiten, sondern sie wollen arbeiten um zu leben. Das Dolce Vita der Italiener wird auch in Deutschland Einkehr finden, sobald die Mehrzahl der Menschen in diesem Land begriffen hat, dass sie nicht in dieser eindoktrinierten Leistungsbereitschaft hängen bleiben müssen, um glücklich zu sein.

Kurzum, ich will eine Welt ohne Grenzen, in der es jedem Erdteil so gut geht, dass niemand den Wunsch hat, seine Familie und Freunde hinter sich zu lassen, um in ein kulturell völlig unterschiedliches Land zu ziehen.

## **6 Langeweile im Paradies**

Mir ist oft langweilig. In diesen Zeiten liege ich viel im Bett, starre an die Decke und genieße das Leben. Am liebsten würde ich aber all die Dinge tun, die die Jet-Setter den ganzen Tag machen: Sekt schlürfen und Porsche fahren. Einmal bin ich schon Porsche gefahren. Es war mit Marc. Wir haben uns fein angezogen und sind zu einem Autohändler gegangen. Dieser hat uns dann mit einem Porsche Boxster Probe fahren lassen. Es war ein cooles Gefühl. Mir ist aber auch klar, dass Sekt schlürfen und Porsche fahren nicht alles sein kann. Ich werde wohl noch eine Weile warten müssen, bis sich meine Vorstellung vom Weltfrieden, mein letzter großer Wunsch, bewahrheitet. Aber viel liegt auch an euch da draußen. Ohne Hilfe schaffe ich das alleine natürlich nicht.

## 7 Anerkennung

Das mit der Anerkennung ist so eine Sache. Man kann nie genug davon haben. Jedoch steht in meinem *Lebensfreude-Kalender 2014* (PAL Verlag), den ich übrigens sehr empfehlen kann, Folgendes: „Glaube an dich und du brauchst keine Anerkennung von anderen. Ist Anerkennung für dich so wichtig, dass dich fehlende Anerkennung in tiefe Verzweiflung stürzt? Ärgerst du dich, dass du so auf Anerkennung angewiesen bist? Damit kann Schluss sein. Du musst dich nur von deinem inneren Kritiker, der dir das Gefühl gibt, nicht in Ordnung zu sein, befreien. Je weniger du ihm glaubst und je mehr du dich selbst annimmst, umso weniger brauchst du die Anerkennung anderer. Es ist an der Zeit, dir deine eigene Meinung von dir zu bilden. Meinst du nicht?“

Diese Worte aus dem Lebensfreude-Kalender sind sehr weise. Dennoch glaube ich, dass die meisten Menschen nach Anerkennung von anderen streben. Jeder Mensch möchte doch für seine vollbrachten Leistungen gelobt werden und Anerkennung erhalten. Das ist doch etwas ganz Natürliches.

Wie Andy Warhol schon sagte, verdient jeder einen 15-minütigen Ruhm. Ich denke darüber genauso und gönne es jedem, der gerade im Rampenlicht steht. Bei der Fußball-WM 2014 war dies ganz extrem. Nicht nur die Spieler und Trainer, sondern auch die Betreuer und Fernseh-Kommentatoren standen für einige Zeit im Rampenlicht. Ich gönne es aber genauso jedem „einfachen Normalbürger“, einige Zeit des Ruhms zu erleben. Jedoch muss man sich den Ruhm und die Anerkennung in den meisten Fällen hart erarbeiten. Dennoch gibt es einige Beispiele: z. B. einige It-Girls, die ohne wirklich erkennbaren Grund berühmt sind und Anerkennung erfahren. Da war z. B. das belgische Mädchen Axelle, das nur durch seine gutaussehende Tanzeinlage während eines WM-Fußballspiels bekannt geworden ist. Nach einem Foto, das Axelle bei der Großwildjagd in Afrika zeigt, wurde ihr der Model-Vertrag jedoch wieder gekündigt.

Nun folgen noch zwei Zitate, die ich mit Bezug auf Ruhm und Anerkennung im Netz gefunden bzw. im Fernsehen gehört habe. Das erste Zitat stammt von Robert Lembke und lautet: „Anerkennung ist eine Pflanze, die vorwiegend auf Gräbern wächst.“ Das zweite Zitat stammt von Dieter Hallervorden und geht so: „Anerkennung kannst du dir nicht borgen, dafür musst du selber sorgen.“

Vielleicht ist es so, wie Robert Lembke es formulierte. Anerkennung ist etwas, was einem nach dem Tod für die erbrachte Lebensleistung zugesprochen wird. Dennoch gibt es auch zahlreiche Personen, die bereits in ihrer Lebenszeit enorme Anerkennung erfahren. Mir fallen hier als Erstes Helmut Schmidt und Barack Obama ein. Auch der von mir sehr geschätzte Nelson Mandela hat schon zu seinen Lebzeiten enorme Anerkennung erfahren. Doch es gibt auch Personen wie Vincent van Gogh, der zu seinen Lebzeiten kein besonders geschätzter Künstler war.

Wie es sich bei mir mit der Anerkennung verhalten wird, kann ich kaum absehen. Ich teile die Meinung aus dem Lebensfreude-Kalender. Man sollte sich selbst anerkennen, dann braucht man keine Anerkennung von außen mehr. Vielleicht schafft mein Büchlein ja doch noch den Durchbruch und bringt mir Anerkennung im größeren Stil. Wer weiß es schon. Mir ist es jedenfalls egal. Ich bin glücklich und zufrieden. Das ist das Einzige, das zählt.

## **8 Friedensnobelpreis**

Wie schizopren ist es eigentlich, dass jemand wie Barack Obama den Friedensnobelpreis verliehen bekommt, wenn er gleichzeitig für den Tod von vielen Menschen verantwortlich ist? Klar, Osama Bin Laden war nach unseren Vorstellungen kein guter Mensch, doch muss man ihn deswegen gleich töten? Obama ist auch für den Tod von vielen Zivilisten in Afghanistan und Pakistan verantwortlich.

Wie kann so jemand den Friedensnobelpreis erhalten? Das wird mir immer ein Rätsel bleiben.

Lest euch meine Zeilen durch und verleiht zum Beispiel mir den Friedensnobelpreis. Ich und viele andere Menschen, wie zum Beispiel der ehemalige Papst Benedikt, hätten ihn viel eher verdient. Die Entscheidung, von seinem Amt zurückzutreten und die damit verbundene Macht einem anderen Menschen in die Hände zu geben, verdient meinen höchsten Respekt. Ich ziehe meinen Hut vor „Ratze“.

Ein weiterer, ernsthafter Kandidat für den Friedensnobelpreis ist Dr. Jürgen Todenhöfer. Von ihm habe ich viel gelernt. Seine Bücher sind sehr lesenswert. Sie sollten sich das Buch „Teile dein Glück und du veränderst die Welt“ anschaffen und es an einem Wochenende genüsslich verschlingen. Ich selbst habe das Buch von meiner Tante Sabine erhalten und ich lese es jedes Jahr im Januar einmal durch.

## **9 Die öffentliche Wahrnehmung dieses Büchleins**

Ist das nun ein normaler Text eines normalen Menschen oder spinnt der irgendwie? Das wird sich wohl der eine oder andere fragen. Die Antwort dazu ist: Beides ist richtig. Ich habe zeitweise die größte Psychose, die man sich vorstellen kann, und zeitweise bin ich der normalste Mensch auf der Welt. Ich selbst bezeichne die Idee, eine Person könnte den Fortgang der Welt beeinflussen, schon als etwas psychotisch. Doch warum soll nicht gerade ich der Retter der Menschheit sein. Es gibt viele Psychotiker, die die gleichen Gedanken hatten wie ich, nämlich dass sie der Messias der Welt sind. Ich bin nicht der Messias im eigentlichen Sinne. Ich stamme nicht aus den Religionen und bin der Meinung, dass der naturwissenschaftliche Zufall bei mir zugeschlagen hat. Jedenfalls liegt das Buch im Zweifelsraum der vielen anderen Genie-/Wahnsinn-Ideen. Aber eins ist auch sicher, ihr könntet die psychotischen von den nicht-psychotischen Gedanken nicht mehr trennen. Also macht es

doch keinen Unterschied mehr, in welchem Zustand ich welche Teile dieses gesamten Textes niedergeschrieben habe. Eins kann ich euch aber versprechen: Sobald ich nur etwas Psychotisches gefühlt habe, habe ich keinen Computer mehr angefasst.

## **10 Einstein und Shark Twayne**

Ich habe mich schon ein paar Mal daran versucht, die Theorien Einsteins zu verstehen. Jedes Mal, wenn ich dachte, ich hätte sie verstanden, war plötzlich alles wieder unverständlich. Ich bin mir nicht sicher, ob Einstein selbst seine Theorien immer verstanden hat. So ähnlich geht es mir selbst mit meiner Theorie vom Weltfrieden und vom Paradies. Ich weiß, dass ich mithilfe der Psychosen/Visionen etwas Tolles herausgefunden habe. Leider sind diese Dinge nicht handlich bzw. praktisch greifbar. Einsteins Theorien finden dagegen Anwendung: zum Beispiel in der GPS-Technik, wo die Relativitätstheorie genutzt wird, um eine genaue Berechnung der Zeit durchzuführen. Wenn meine Theorie eines Tages Anwendung findet, haben wir zusammen die beste aller Welten erschaffen.

## **11 Der Tod als Motivation**

Der Tod kann eine große Motivation sein. Bisher ist ein jeder eines Tages gestorben. Stellt man sich vor, dass der Tod bald eintritt, kann man den Gedanken an den Tod dafür nutzen, die richtigen Entscheidungen in seinem Leben zu treffen. „Lebe jeden Tag so, als wäre es dein letzter“ ist nicht nur ein platter Spruch, sondern es steckt viel Wahrheit darin. „Memento moriendum esse“<sup>1</sup> (jetzt: Memento mori; lat., zu deutsch: sei eingedenk, dass du sterben musst) wird oft im Gegensatz zu „Carpe diem“ (lat., zu deutsch: genieße/pflücke den

---

<sup>1</sup> aus Wikipedia

Tag) verwendet. Beide Aussprüche können jedoch widerspruchsfrei miteinander parallel existieren. Nämlich dann, wenn man das „Memento mori“ als positiven Ansporn versteht. Für mich ist der Tod, wie bereits gesagt, eine der Hauptmotivationen, das Richtige zu tun. Und auch Mr. Steve Jobs von apple.com spricht in seiner Rede in Stanford von der unglaublichen Motivation, die im Gedanken an den Tod liegt.

Zugleich kann der Gedanke an den Tod auch lähmend, beängstigend sein. Mich lähmt es geradezu, wenn ich daran denke, dass ich zeitlich vor meinen Eltern oder vor meiner Freundin sterben müsste. Meine Angst dahingehend ist berechtigt. Ich habe eine schwere Krebserkrankung und kämpfe schon seit fast neun Jahren gegen den Tod. Manche Menschen haben mir erzählt, dass sie während der Krebstherapie an Selbstmordgedanken litten. Selbstmord ist ein möglicher Ausweg, um die körperlichen und seelischen Strapazen einer Krebserkrankung zu umgehen. Ich hatte jedenfalls, zum Glück, während meiner autologen Stammzelltransplantation nie den Wunsch zu sterben. Ich war und bin fast immer (99% meines bisherigen Lebens) froh, am Leben zu sein.

## **12 Evolution und Schöpfung (Darwin gegen Gott)**

Als Naturwissenschaftler bin ich natürlich der Meinung, dass wir durch die Evolution da sind, wo wir heute sind. Trotzdem liegen die Chancen, dass Darwin mit seiner Evolutionstheorie recht behält, nur bei 50%. Albert Einstein hat in seinem Weltbild die beiden Ansätze verbunden. Er sah sich selbst als Gottes Schöpfung, und durch das Göttliche in Einstein versuchte Gott die Welt zu verstehen, die er einst erschaffen hat. Es ist relativ wahrscheinlich, dass es irgendwann mal einen Urknall gegeben hat, doch genauso gut hätte auch ein gottähnliches Wesen die Welt erschaffen können. Die Ordnung und Struktur, welche der Natur des Lebens zu Grunde liegen, haben auch etwas Göttliches. Wie sich die Atome und Moleküle manchmal zusammenfinden, hat definitiv etwas Gottähnliches, auch die Liebesatome.



# Autobiographisches

## 1 E-Mail an Steve Jobs

Ende Januar 2011 habe ich eine E-Mail an Mr. Steve Jobs von apple.com geschrieben. Um die Aufmerksamkeit für diese meine E-Mail zu erhöhen, habe ich behauptet, Steve Jobs hätte persönlich auf diese E-Mail geantwortet. Dies war jedoch eine Lüge, nur ein kleiner Marketing-Trick von mir. Die E-Mail findet ihr gegen Ende dieses Kapitelchens. Die Erkenntnis aus meiner E-Mail sollte sein, dass man zum glücklich sein nur wenig braucht: ausreichend Wasser, gutes Obst und Gemüse und Menschen, die einen lieben und die man selbst wiederum liebt. Und natürlich ein festes Dach über dem Kopf.

Die Motivation für diese E-Mail-Aktion war, mein Glück mit anderen zu teilen. Ich denke, dass es mir teilweise gelungen ist. Die Idee dazu hatte ich aus dem Buch von Dr. Jürgen Todenhöfer „Teile dein Glück und du veränderst die Welt“.

Ist es eigentlich wichtig, ob Steve Jobs persönlich geantwortet hat? Anfangs dachte ich, dass meine E-Mail nur einen Stellenwert hat, wenn Steve Jobs persönlich geantwortet hätte. Das ist bis zum heutigen Zeitpunkt noch nicht der Fall gewesen und ich habe ihm noch viele weitere E-Mails geschickt. Alle an die gleichen Adressen: sjobs@apple.com, Steve@Apple.com, sj@pixar.com, theboss@apple.com. Von zwei der vier E-Mail-Adressen kam sofort eine Mail-Delivery-Daemon-Antwort. In diesen Mails stand drin, dass es die beiden E-Mail-Adressen sj@pixar.com und theboss@apple.com nicht gibt. Ich weiß nicht, ob die anderen zwei E-Mail-Adressen ihr Ziel erreicht haben.

Mittlerweile denke ich aber, dass es gar nicht so wichtig ist, ob Steve Jobs geantwortet hat. In meiner E-Mail steckt auch so eine Menge Wahrheit. In dieser E-Mail erzähle ich quasi die Geschichte meiner letzten Jahre mit allen Auf's und Abs. Finden Sie nun hier den

Wortlaut meiner E-Mail an Steve Jobs (bisher leider nur auf Englisch):

An: sjobs@apple.com, Steve@Apple.com

Betreff: Connecting the dots...

Dear Mr. Steve Jobs,  
time told you and you told me.

I am a 29 year old boy happened to be born in Germany, the land of Sauerkraut, fancy cars and fresh air. Albert Einstein was born here without whom your GPS would be set off 10 km in one day, within one week it would be useless. Also Konrad Zuse was born here, the engineer who built the first programmable computer.

### **My three biggest fears:**

#### **1) Have my parents attend my funeral**

I am not afraid to die and I love my parents. I was diagnosed with multiple myeloma cancer in July 2006. In a 12 hour surgery three vertebrae were removed and replaced by a titan cage. I guess there are only a handful of people on this planet who can do this surgery. The titan cage was introduced by a guy named Prof. Dr. Jürgen Harms. I am still alive and I can walk. Since a few weeks I am on a Primal Diet and I feel better than ever. I have read your cancer story ...

#### **2) Losing the love of my life**

I smoke(d) and she deadly hates it. During a severe psychosis I even forgot her name. She is still with me. This must be true love. I cannot ask for more.

She was raised as an only child because her parents could not afford to have another baby. She is very smart, beautiful and funny. Now she is about to finish her PhD in biochemics and bioinformatics. She is from Rosario, the home town of Che Guevara and the football star Messi. She introduced me to Malbec wine and great meat ...

#### **3) Having another psychosis and thus doing something stupid**

In 2010 I had another tumor in one of the vertebrae. It was irradiated and then I had a high dose chemotherapy with stem cell

transplantation at the DKFZ in Heidelberg. To support the chemotherapy I was given a very high dose of cortisone. This messed up my system. I ate like a pig and gained ten kilos in three weeks. At a certain point I could not sleep for four days and I started to get hallucinations. I believed I was Jesus. This is something thought by many people having a psychosis. I could also see some analogies to the case of John Forbes Nash. I have seen the movie “A Beautiful Mind”. Unfortunately, he was treated with heavy electric shocks which must have been very painful. I got haloperidol (Haldol) and many other drugs for a few weeks. It was one of the worst experiences in my life. Now, I am doing quite fine again ...

I admire you very much and your products have made my time at the hospitals as good as possible. I listened to the Beatles with my iPod and I could work on my diploma thesis on a white Macbook 2006. My parents bought it for me because I suffered so much. At this point in time I only make about 10 Euros an hour but maybe one day I can afford a Macbook Pro with a mighty fast SSD.

I do research related to CO<sub>2</sub> emissions and global warming at the BayCEER. Yesterday I listened to a talk at my university by a former MIT fellow named Jochen Marotzke. His conclusion on the global warming issue was, as far as I understood, that the rich countries might be able to manage it but the poor countries might get into serious trouble. Something should be done about this. Sometimes I am frustrated with the way science is done. And I thought about getting a real job after listening to your speech at Stanford on youtube. But it's “the pleasure of finding things out” that might keep me in the science business.

Maybe we can meet one day or you could introduce me to some US American cancer and back specialists. It would be a great honor for me to get in touch with you one day. I can invite you to my place but it is a very shitty two room apartment with no heating in the bathroom...

That's it. I just wanted to share my story. Please excuse the selfish tone, the many I's and words.

By the way, I think that you can even connect the dots forward to some extent. This would not be possible without the works of Blaise Pascal and Mr. Fermat ...

I wish you all the strength, believe, love and knowledge that is necessary to deal with your latest health issues.

In case you are an employee related to Steve Jobs please forward this to him. Thank you!

Please reply to shark.twayne(@)gmail.com or to my brand new iPhone 4 under the number +49 151 5049????.

I am also looking for a real job because I might drop my PhD thesis. Can you offer me a job at apple.com? If so where should I apply to?

Connect the dots and define your fears ...

Shark Twayne,

Bayreuth 2011

City of Composer Richard Wagner,

Friedrich Nietzsche was here in 1872

Sent from my innovative Dell-oPhone. Just kidding ...

## **2 Mein Testament**

Im April 2013 habe ich mein erstes Testament verfasst. Es soll dazu dienen, meine Gedanken der Nachwelt zugänglich zu machen. Ich habe es erstellt, um meinen Traum vom Weltfrieden wahr werden zu lassen. Meiner Meinung nach hätte ich für die Leistung dieses Testaments etwas Anerkennung verdient. Doch die Welt ist wie sie ist und ich werde meine Brötchen mit einem realen Job verdienen müssen. Die Songs habe ich mir rausgesucht, weil es die letzten vier Songs waren, bei denen ich weinen musste, weil sie mein Herz so berührt haben. Hier ist nun mein Testament:

## **Mein Testament**

Es ist mir bewusst, dass ein Testament normalerweise handschriftlich oder notariell beglaubigt sein muss. Es mit der Hand zu schreiben, habe ich keine Lust und mir fehlt derzeit das Geld, es notariell beglaubigen zu lassen. Dennoch sollte dieses Dokument als Richtlinie für die Zeit nach meinem Leben dienen. Bitte druckt es aus und gebt es jedem, der auf meiner Beerdigung erscheinen möchte.

## **Meine Beerdigung**

Ich möchte gerne, dass die Menschen auf meiner Beerdigung feiern, dass ich leben durfte, und nicht um meinen Tod trauern. Wer weinen möchte, darf natürlich weinen. Hierzu fällt mir der Spruch ein: Wenn du eine Träne wärst, würde ich nie weinen, aus Angst, dich zu verlieren.

Aus meiner Lebensversicherung kommen ca. 11.000 Euro. Davon sollte ein billiger Sarg und ein einfacher Grabstein drin sein. Auf meinem Grabstein hätte ich gerne die Worte „Connect the dots and define your fears ...“ stehen. Wenn es jemand ins Deutsche übersetzen kann, kann es gerne auch in Deutsch darauf stehen.

Als Grabbeigabe hätte ich gerne eine Gitarre und ein Bild von Jana. Am liebsten das Bild, das sie von sich vor dem Spiegel auf einer Tagung gemacht hat. Darauf sieht sie am besten aus. Auch, wenn ich zu diesem Zeitpunkt nicht mehr mit ihr zusammen sein sollte, hätte ich gerne das Bild von ihr in meinem Grab. Sie war und ist die große Liebe meines Lebens. Ein paar Platten von den Beatles wären auch nicht schlecht. Wer weiß schon, was nach dem Tod passiert. Vielleicht leben wir in einem anderen Paradies weiter. Dann wären mir diese Sachen nützlich. Stellt mir eine Flasche Wasser und ein paar Äpfel dazu. Mit diesen Dingen könnte ich in einer anderen Welt weiterleben und meinen Spaß haben. Ach ja, beinahe hätte ich vergessen, dass ich auch meine E-Mail an Steve Jobs in meinem Grab

haben möchte. Sie kann auf einem Blatt Papier stehen oder ihr legt mir mein iPhone mit ins Grab. Folgende Songs würde ich gerne auf meiner Beerdigung spielen lassen (es sind ein bisschen viele Songs, doch die Zeit solltet ihr euch nehmen):

1. „Tears in Heaven“ von Eric Clapton
2. „All that matters“ von Mark Knopfler für Jana
3. „Die Rose“ von Helene Fischer (weil es auf Deutsch ist und es jeder verstehen sollte)
4. „Ich ziehe meinen Hut“ von Udo Lindenberg

Meine kleinen Habseligkeiten vermache ich meinen Eltern und meinem Bruder. Sie sollen sich darum kümmern, wer was haben möchte. Des Weiteren möchte ich allen danken, die auf meinem teilweise holprigen Pfad des Lebens an meiner Seite waren. Vor allem meinen Eltern, Patrick, Jana und Fred. Natürlich auch meinen Freunden, die ich hier namentlich nicht alle nennen kann. Eine Auswahl sind Tim, Marc, Johannes, Sven, Philipp, U, Benny und alle anderen, die sich angesprochen fühlen. Danken möchte ich auch Prof. Harms für das Titan-Körbchen und Dr. Kai Neben für die Betreuung in meinem Krebsfall. Auch Frau Dr. Zeqirai möchte ich danken, die mich während meiner Psychosen immer gut betreut hat. Mein kleiner Traum ist es, so zu sterben wie Opa Max. Einfach friedlich im Bett einzuschlafen.

### **Mein großer Traum**

Das große Geheimnis ist, dass alles schon da ist. Man muss es nur verstehen. Für mich zählt das Wort, ob geschrieben oder gesagt, so viel wie eine gute Tat. Leider müssen wir hier in Deutschland immer große Taten vollbringen, um unser Leben zu finanzieren und um mit unserem Nachbarn mitzuhalten. Wir vergleichen uns andauernd mit

unserem Nachbarn und mit unserem eigenen Ich, das wir vor Jahren mal gewesen sind. Dieses Vergleichen macht auf Dauer krank. Ich wünschte, dass jeder Mensch diese Welt einmal für eine Minute durch meine Augen sehen könnte. In meiner Realität leben wir im Paradies auf Erden. Wo sonst soll das Paradies sein, wenn nicht hier auf Erden. Dieser Gedanke ist vielleicht leicht psychotisch, doch ich habe während meiner bisher fünf Psychosen gottähnliche Erfahrungen gemacht, die mir diesen paradiesischen Blick auf diese unsere Welt erst ermöglicht haben. Es ist auch etwas utopisch, dennoch möglich, das Paradies auf Erden für alle zu erschaffen. Im Grunde genommen ist es ganz einfach: Wenn jeder seine Liebe und sein Glück mit seinem Nächsten teilt, könnte man die perfekte Welt, das Paradies erschaffen. Leider halten uns Dinge wie Habgier, Neid, Eifersucht, Hass, Religion etc. von dieser besten aller Welten ab.

Es haben schon viele große Menschen vor mir versucht, die Welt zu einem besseren Ort zu machen. Allein Martin Luther King ist einer dieser Menschen. Auch Jürgen Todenhöfer ist einer dieser Menschen. Herr Todenhöfer hat damals auf meine Steve Jobs-E-Mail geantwortet, was mir sehr viel Kraft gegeben hat. Es gibt auf dieser Welt viele großartige Menschen und eines Tages wird es das Paradies für alle geben. Wie Todenhöfer macht mir die Lage im Nahen und Mittleren Osten Sorge. Doch auch dies könnte man mit meiner Paradies-Methode lösen. Es sollte nur irgendjemand diese Gedanken in das Arabische oder Nord-Koreanische übersetzen. Eigentlich steht überall die Lösung für all unsere Probleme. Man muss eben nur die Bedeutung der Worte richtig deuten. All dies scheint etwas Größenwahnsinnig zu sein, doch es ist theoretisch und praktisch möglich. Leider gab es zu Zeiten Martin Luther Kings noch kein Internet. Er hatte die „Lösung“ schon im Kopf. Heute könnte man diese friedensfördernden Gedanken ganz einfach über das Internet verbreiten. Vielleicht gibt es ja unter euch jemanden, der meine Gedanken versteht und dann in die Tat umsetzen kann. Obwohl mich auch materielle Dinge interessieren, haben sie für mich wenig Bedeutung. Ich bin schon einmal Porsche gefahren, zusammen mit

Marc, und es war ein cooles Gefühl. Ich hoffe jedoch, dass ich auch den Worten meines Vaters und Janas gehorchen werde und die Materialität dieser Welt in mich und mein Handeln aufnehmen werde. Ich würde für Jana und eine Familie mit ihr gerne auf vieles verzichten und genauso Tag und Nacht arbeiten, wie mein Vater es für uns getan hat.

Ok. Das war's. Kurze Rede, langer Sinn. Macht das Beste aus meinen Worten. Ich liebe euch alle und habe ca. sieben Milliarden Freunde auf der Welt. Jana hat mich dafür oft kritisiert.

Was auch immer ihr tut, tötet euch nicht selbst und tötet niemand anderen. Dann wird Gott, oder wer auch immer, den Rest erledigen.

Ich freue mich auf den Tag, an dem ich herausfinden werde, ob es ein Paradies nach dem Leben gibt. Auch wenn ich nicht daran glaube, so wäre es eine schöne Vorstellung, all die tollen Menschen, die bisher gelebt haben, wiederzusehen. Besonders freuen würde ich mich, wenn ich meinem Opa Max und Leuten wie Steve Jobs oder Platon begegnen würde. Egal wie, ich habe mein Leben mit diesen Persönlichkeiten bereits geteilt. Wahrscheinlich werden wir aber einfach nur zu Staub und Asche.

Jeder Mensch bekommt von Gott ein Rätsel, das er zu lösen hat. Darin liegt das Geheimnis. Die Lösung dieses Rätsels ist der Schlüssel zum Glück, der Wegweiser auf den richtigen Pfad des Lebens oder wie auch immer wir es definieren wollen. Ich habe mein Rätsel gelöst – und es war gewiss nicht das einfachste. Meine Krebs-OP und meine Psychosen haben mir dabei sehr geholfen.

In den Weiten des Universums und der Ewigkeit der Zeit sind wir nur ein sehr kleines Licht, aber wir sind ein Licht. Shark Twayne

Connect the dots and define your fears ... (Steve Jobs / Shark Twayne)



I would kill for the Noble Peace Prize (Steven Wright)  
If I looked any further it is by standing on the shoulder of giants (Isaac Newton zugeschrieben)

Man kann nicht tiefer fallen als in die Hände Gottes (Margot Käßmann)

Verreckt ist wie verfroren! (Bernd)

Ich könnte, wenn ich wollte (Agathe)

Shark Twayne (April 2013)

### **3 Krebserkrankung**

Seit fast neun Jahren kämpfe ich gegen den Krebs, genauer gegen das Multiple Myelom. Es wurde Ende Juli 2006 entdeckt. Ich hatte enorme Schmerzen im Bereich der Brustwirbelsäule. Und ich hatte Gefühlsstörungen im Bauch- und Oberschenkelbereich. Dank meines Hausarztes Dr. Frankenfeld wurde die Kernspinuntersuchung auf die gesamte Wirbelsäule ausgedehnt. Anfangs wollte der Neurologe nur die Halswirbelsäule untersuchen lassen. Er dachte an eine Erkrankung wie die MS (Multiple Sklerose) und er sagte mir auch, dass bei mir organisch alles in Ordnung sei und die Probleme wahrscheinlich auch psychosomatisch sein könnten. Nach dem Kernspin stand es jedoch fest: Der vierte Brustwirbel war durch den Tumor fast vollständig aufgefrassen. Brustwirbel drei und fünf waren ebenfalls angefrassen. Es wurde eine inkomplette Querschnittslähmung diagnostiziert.

Nach dem Kernspin ging dann alles sehr schnell. Ich sollte sofort mit dem Taxi ins Krankenhaus Hohe Warte befördert werden. Mein eigenes Auto, mit dem ich zur Untersuchung gefahren war, sollte ich stehen lassen. Insgesamt lag ich dann eine Woche in der Hohen Warte. Es wurde eine Biopsie durchgeführt und das durch die Biopsie

gewonnene Gewebe wurde zur Pathologie eingeschickt. Der erste Befund war niederschmetternd. Da nicht ausreichend Gewebe eingeschickt wurde, war die erste pathologische Diagnose sehr schwierig und ungenau. Es wurde damals eine sehr aggressive Krebsart diagnostiziert. Nach der Operation, zu der ich gleich noch ausführlicher berichten werde, wurde die erste Diagnose korrigiert und nun auf ein Multiples Myelom bzw. ein Plasmozytom festgelegt. Nach der einen Woche in der Hohen Warte wurde ich dann in das Klinikum Karlsbad-Langensteinbach, nahe Karlsruhe, verlegt. Dort folgten weitere Kernspinuntersuchungen. Ich weiß nicht mehr, wie oft ich mittlerweile im Kernspin gewesen bin. Bis zur großen Operation verging dann noch ca. eine Woche Wartezeit. Meine damalige Freundin Klara war immer eng an meiner Seite. Sie hat mich in dieser schwierigen Zeit sehr unterstützt, auch wenn es, abgesehen von der harten Zeit der Krebserkrankung, nicht so gut zwischen uns lief. So langsam wurde ich mental auf die Operation vorbereitet. Die Ärzte haben verschiedene neurologische Tests mit mir durchgeführt. Und die Ärzte haben mich darüber unterrichtet, was bei der Operation alles gemacht werden soll und auch was alles schiefgehen könnte. Ich wurde darüber aufgeklärt, dass der kaputte, vom Tumor zerfressene Wirbel entfernt werden soll. Im ersten Moment, als ich das hörte, dachte ich, dass ich niemals mehr laufen könne. Als der Arzt dann zu mir sagte, dass ich in einem Jahr wieder laufen oder sogar Fußball spielen können werde, verspürte ich eine große Erleichterung.

Dann kam der Abend vor der großen Operation. Der Chef-Operateur aus Brasilien kam zu mir auf das Zimmer und wollte mich über die Operation aufklären. Da ich kurz zuvor jedoch einen ordentlichen Einlauf verpasst bekam und ich nicht mehr von der Kloschüssel runterkam, hatte mich der Arzt zwischen Tür und Angel aufgeklärt, als ich noch auf der Toilette saß. Am Morgen der Operation bekam ich noch eine Leck-mich-am-Arsch-Pille. Diese Tablette sorgte dafür, dass die Schwestern mich ohne größere Nervosität in den Operationsaal schieben konnten. Von der Operation selbst habe ich natürlich nichts mitbekommen. Die Operation dauerte knapp zwölf

Stunden. Ich bekam ca. fünf Liter Fremdblut. Es wurden der dritte, vierte und fünfte Brustwirbel komplett entfernt und durch einen Harms-Titan-Korb ersetzt. Professor Jürgen Harms, Chefarzt der Klinik in Karlsbad-Langensteinbach, hat diese Operationsmethode entwickelt. Damit das Ganze auch stabil ist, wurde vom ersten bis zum neunten Brustwirbel ein Titan-Fixateur (zwei Titan-Stangen) eingeschraubt (siehe Abbildung 1).

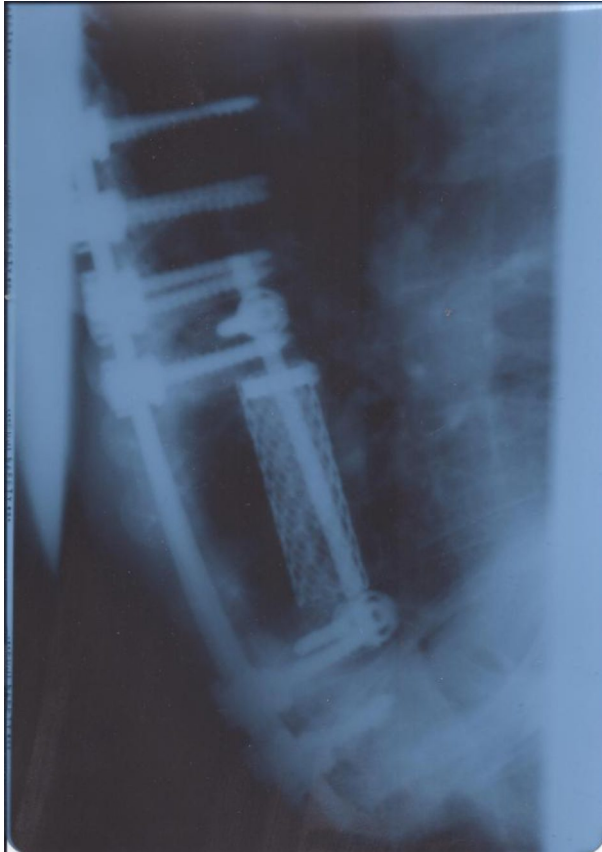


Abbildung 1: Seitenansicht meiner Wirbelsäule nach der Operation. Deutlich zu erkennen sind der Harms-Titan-Korb und die Fixateure (Stäbe zur Stabilisierung)

Ich kann mich nur noch daran erinnern, wie ich mit enormen Schmerzen nach der Operation aufgewacht bin und um mich herum irgendwelche High-Tech-Geräte leuchteten und piepten. Ich war auf der Intensiv-Station. Ich hatte so starke Schmerzen, dass das Morphin-Präparat nicht ausreichte. Ich bekam schon die Höchstdosis und hatte immer noch starke Schmerzen. An die erste Nacht auf dem Zimmer, nach zwei Tagen auf der Intensiv-Station, kann ich mich noch gut erinnern. Ich hatte in der ersten Nacht auf dem Zimmer so starke Schmerzen, dass ich im Fünf-Minuten-Takt die Krankenschwester darum bat, mir noch ein bisschen von dem guten Zeug, dem Morphin-derivat, zu geben. Die Krankenschwester war nach einer gewissen Zeit so genervt von mir, dass sie zu mir sagte: „Herr Twayne, ich habe auch noch andere Patienten zu versorgen. Sie sind hier nicht der Einzige.“ Ich konnte nicht verstehen, wie diese Krankenschwester so uneinfühlsam sein konnte. Na ja, so nach zwei Tagen auf dem Zimmer ließen die Schmerzen langsam nach. Am fünften Tag nach der Operation forderte mich die Physiotherapeutin auf, die ersten Schritte zu gehen. Nach fünf Tagen nur! Es kam mir ein bisschen verfrüht vor, doch es funktionierte. Am siebten Tag nach der Operation konnte ich sogar wieder selbst auf die Toilette. Von da an ging es schlagartig aufwärts. Allerdings musste ich das Laufen wieder fast von Anfang an neu erlernen. Es war schwierig, mit einer versteiften Wirbelsäule zu gehen. Zwei Wochen nach der Operation wurde ich ohne großes Aufheben entlassen. Die Ärzte verlangten nicht, dass ich mich nach einiger Zeit durchchecken lasse, ob alles richtig verwachsen ist. Ich wundere mich ein bisschen, welches großes Vertrauen die Ärzte in ihre Operationsmethode haben.

Schmerzen hatte ich auch noch einige Monate nach der Operation. Ich nahm *Oxygesic* für eine lange Zeit ein. Auch in der Vorbereitungsphase für die Diplomprüfung in Ökologischer Modellbildung nahm ich die Tabletten noch ein. Sie ließen mich schmerzfrei auf die Prüfung vorbereiten, doch stand ich leicht unter dem Einfluss dieser Droge. Bei der Prüfung habe ich dann kläglich versagt und ich bin mit einer 2,7 aus der Prüfung raus. Gerne hätte ich die Prüfung wiederholt, doch der Prüfer Prof. Dr. K. ließ nicht mit

sich reden. So musste ich also die relativ schlechte Note in einem meiner Hauptfächer akzeptieren.

Die Schmerzen ließen mit der Zeit nach und ich konnte mehr und mehr zu einem normalen Leben übergehen. Ich kann, trotz der schweren Operation, fast alles machen, was ich auch vor der Operation machen konnte. Lediglich das Heben von schweren Gewichten (über 15 kg) verursacht bei mir erhebliche Rückenbeschwerden. Und Fußball spielen kann ich leider auch nicht mehr. Ich würde so gerne mal wieder richtig Fußball oder Volleyball spielen. Doch dafür fehlen mir die Dämpfungseigenschaften der Brustwirbelsäure.

So führte ich eine ganze Zeit lang ein fast normales Leben. Ich musste regelmäßig alle sechs Monate zur Kontrolluntersuchung. Es lief alles immer glatt bis zum Oktober 2009. Beim Kernspin und bei den CT<sup>2</sup>-Aufnahmen wurde wieder ein kaputter Wirbel entdeckt. Genauer gesagt, waren es sogar zwei Wirbel, die betroffen waren: einer in der Lendenwirbelsäule, der andere in der Halswirbelsäule. Es ging nicht mehr anders. Der größere Wirbelschaden in der Lendenwirbelsäure wurde für drei Wochen bestrahlt. Die Strahlendosis war im Vergleich zu anderen Patienten gering. Ich habe die drei Wochen der Bestrahlung gut überstanden. Das weitaus Schlimmere stand mir noch bevor. Die Ärzte in Heidelberg rieten mir zu einer autologen<sup>3</sup> Stammzelltransplantation.

---

<sup>2</sup> Computer-Tomograph

<sup>3</sup> mit eigenen Stammzellen, nicht mit Stammzellen eines Fremdspenders

## 4 Autologe Stammzelltransplantation und Hochdosis-Chemotherapie

Im Dezember 2009 wurde also die untere Lendenwirbelsäule bestrahlt. Die Bestrahlung fand im Klinikum Bayreuth statt. Ich hatte 18 Termine mit je zwei Gray, also eine Gesamtdosis von 36 Gray. Die Bestrahlung an sich lief relativ glatt. Ich hatte keine Schmerzen, jedoch trat eine Rötung der Haut und der Verlust der Behaarung ein. Mitte Dezember bin ich dann sogar zur AGU<sup>4</sup> nach San Francisco geflogen. Diese Tage in Kalifornien waren ein großes Erlebnis. Wir Doktoranden verbrachten nur einen Bruchteil unserer Zeit bei der Konferenz. Die meiste Zeit machten wir die Innenstadt unsicher. Nach der Konferenz bin ich mit einem Mietwagen Richtung Los Angeles gefahren, um meinen alten Freund Dan Berkeland in San Luis Obispo zu besuchen. Ich bin spät abends bei Dan angekommen. Wir haben zusammen Abend gegessen und quatschten bei einem Bier über Gott und die Welt. Nach einer Nacht auf der Luftmatratze, die langsam, aber kontinuierlich Luft verlor, gingen Dan und ich zusammen frühstücken. Ich kann mich noch gut daran erinnern, wie sich Dan liebevoll mit einer obdachlosen, älteren Dame unterhielt. Die Dame beschimpfte die Juden auf das Übelste, doch Dan blieb locker und diskutierte in beruhigender Art und Weise mit der Dame. Das Frühstück hinter uns, gingen wir zusammen eine Runde spazieren. Wir haben über den Sinn des Lebens gesprochen und Dan hatte mir erklärt, warum wir hier auf der Welt sind. Seine einfache, aber geniale Antwort auf diese Frage war: Wir sind hier auf der Welt, weil unsere Eltern Sex hatten. Dies ist eine etwas profane Sicht der Dinge, jedoch ist es ein einfacher und sinnhafter Erklärungsansatz. Auf dem Rückweg von San Luis Obispo nach San Francisco fuhr ich über den Highway One direkt an der Küste entlang. Das Wetter war

---

<sup>4</sup> American Geophysical Union

super, es schien den ganzen Tag lang die Sonne. Zurück in San Francisco angekommen, verbrachte ich eine weitere Nacht bei meinem Cousin Torben. Dieser arbeitete zu diesem Zeitpunkt an einem Teilchenbeschleuniger im Lawrence Laboratory an der Universität Berkeley.

Ok, jetzt bin ich etwas vom Thema abgekommen. Eigentlich sollte es in diesem Kapitel um meine Stammzelltransplantation gehen, doch ich wollte unbedingt meine Erfahrungen während meines Kalifornien-Aufenthalts mit euch teilen. Gegen Ende Januar 2010 begann dann also meine Chemotherapie. Es war geplant, die Anzahl der bösartigen Krebszellen so weit wie möglich zu reduzieren. Danach sollten dann Stammzellen aus meinem Blut entnommen werden. Da nun ausreichend funktionsfähige Stammzellen in Form einer Blutkonserve vorhanden waren, konnte eine Hochdosis-Chemotherapie durchgeführt werden. Bei einer Hochdosis-Chemo wird die mehrfache Dosis einer normalen Chemo verabreicht. Diese hochdosierte Chemo ist nur möglich, weil danach Stammzellen die Blutbildung anstoßen. Ohne Verabreichung der Stammzellen wäre eine Hochdosis-Chemo wahrscheinlich tödlich. Die normale Chemo bekam ich ambulant bei dem Onkologen Dr. G. verabreicht. Ich weiß nicht mehr genau, wie viele Sitzungen ich insgesamt hatte. Wahrscheinlich waren es so um die zwölf Sitzungen. Mit dem Arzt Dr. G. war ich nicht wirklich zufrieden. Er machte einen arroganten Eindruck. Beim ersten Gesprächstermin übergab ich ihm das Behandlungsprotokoll, welches ich von den Ärzten aus Heidelberg erhalten hatte. Dr. G. waren die verordneten Chemotherapeutika nicht geläufig und so musste er erstmal bei Google nachschlagen, um sich Informationen zu den Arzneien zu verschaffen. Nach diesem ersten Gesprächstermin sah ich Dr. G. nicht mehr wirklich. Die Chemo wurde von den wirklich sehr netten und kompetenten Arzthelferinnen durchgeführt. Gelegentlich stolzierte Dr. G. in den Behandlungsraum und ließ ein kurzes „Alles klar?!“ über seine Lippen huschen.

Ich bekam begleitend zur Chemotherapie eine hohe Dosis Kortison. Anfangs schien es so, als würde ich das Kortison gut vertragen. Doch dem war leider nicht so. Nach gut einer Woche fühlte ich erste psychotische Anzeichen, die ich aber selbst noch nicht einordnen konnte. Das Kortison verursachte einen starken Heißhunger und so habe ich viel Schokolade und Fleisch in mich hineingestopft. Schnell gewann ich mehrere Kilos an Gewicht. Schleichend begann ich in eine starke Psychose hineinzugleiten. Ich war gerade dabei, einen Anschluss für mein iPhone an mein Autoradio anzulöten, als ich wieder etwas krasse Gedanken hatte. Daraufhin schlug ich bei Wikipedia nach, welche Nebenwirkungen die Verabreichung von Kortison haben kann. Es stand in dem Artikel über Kortison dabei, dass es gelegentlich zu einer Ausbildung einer Psychose kommen kann. Ab diesem Zeitpunkt war für mich klar, dass ich unter einer beginnenden Psychose litt. Zunehmend verlor ich den Kontakt zur Realität. An dieser Stelle werde ich darauf verzichten, näher auf diese Psychose einzugehen. Ich widme meinen bisher erlebten Psychosen ein extra Kapitel (siehe Kapitel 5).

Die Chemotherapie wurde, obwohl ich in stationärer psychiatrischer Behandlung war, fortgesetzt. Mit einem Krankentransporter wurde ich fast täglich in das Klinikum Bayreuth gefahren, um mir die Chemotherapie abzuholen. Es war nicht leicht für mich, da ich unter psychotischen Angstzuständen litt. Nach ca. sechs Wochen wurde ich aus der psychiatrischen Klinik entlassen. Im Juni 2010 wurde ich in die Universitätsklinik Heidelberg verlegt, um dort die Hochdosis-Chemotherapie und die autologe Stammzelltransplantation durchführen zu lassen. Nach einigen weiteren Chemotherapien wurde mir dann ein Wachstumsfaktor gespritzt, welcher die Stammzellen aus dem Knochenmark in das Blut schwimmen sollte. Zwei Tage nach der Gabe des Wachstumsfaktors wurden meine Stammzellen im Blut aufgefangen. Dazu musste ich mich an eine Art Dialyse anschließen lassen. Die Nadel, mit der die Ärzte in die Vene stachen, war relativ groß und das Dialyse-Gerät war hochsensibel. Schon bei einer kleinen Bewegung meines linken Unterarms wurde die Dialyse unterbrochen. Die



Arzthelferin musste mich mehrmals auffordern, ruhig liegen zu bleiben. Nach etwa vier Stunden war die unangenehme Prozedur beendet. Bis zu diesem Zeitpunkt wurden die Zytostatika<sup>5</sup> über meine Armvenen verabreicht. Da die Hochdosis-Zytostatika jedoch sehr aggressiv sind und das Gewebe rund um die Einstichstelle zerstören können, wurde mir ein vorübergehender Port gelegt. Die meisten Leute, welche sich einer Chemotherapie unterziehen, entscheiden sich für die Legung eines Ports. Über diesen Port kann die Blutabnahme und auch die Gabe der Zytostatika erfolgen. Ich habe mich jedoch gegen einen solchen Port entschieden, da mich das Ertasten des Ports immer darauf aufmerksam machen würde, dass ich unter einer schweren Krankheit litt. Mit den OP-Narben verhält es sich genauso. Sobald ich die OP-Narben im Spiegel sehe, wird mir bewusst, dass ich nicht wirklich zu 100% gesund bin. Die Ärzte haben mir also einen provisorischen Port gelegt, über den nun Blut abgenommen und die Zytostatika gegeben wurde. Die Rückgabe meiner Stammzellen verlief problemlos. Die Ärzte waren während der ganzen Zeit der Transfusion an meiner Seite, da es bei einer Rückgabe der Stammzellen immer mal wieder zu Problemen kommen kann. Die Stammzellentherapie schlug rasch an und mein Blutbild verbesserte sich zunehmend. Während der kompletten Behandlung hatte ich nur leichte Nebenwirkungen. Mein Hals war gereizt und mir fiel das Schlucken etwas schwer. Ich hatte auch für einige Tage leichtes Fieber. Um das Fieber in den Griff zu bekommen, wurde mir eine Paracetamol-Infusion gegeben. Nach ca. vier Wochen in der Klinik wurde ich entlassen. Die Zeit im Krankenhaus verlief sehr schnell, da ich oft von meinen Eltern, meiner Freundin und meinen Freunden Besuch bekam. Die autologe Stammzelltransplantation und die Hochdosis-Chemo verschafften mir vier gesunde Jahre und ich wurde von den Ärzten in Heidelberg schon als geheilt betrachtet. Leider erlitt ich im Juni 2014 wieder einen Rückfall (siehe Kapitel 6).

---

<sup>5</sup> Substanz, welche das Zellwachstum bzw. die Zellteilung hemmt

## 5 Meine Psychosen

Ich habe in meinem noch recht jungen Leben fünf schwere psychotische Episoden erlebt. Die erste große Psychose hatte ich im Sommer 2002. Ich war damals frisch aus meinem Zivildienst in Italien nach Deutschland zurückgekehrt. Bereits im Winter 2001/02 hatte ich psychische Probleme. Ich litt, ohne es genau beschreiben zu können, an einer Depression. Nach meinem Heimaturlaub bei meinen Eltern in Lichtenau-Ulm wollte ich nicht mehr zurück nach Italien. Doch weder meine Eltern noch ich selbst hatten verstanden, dass ich an einer psychischen Erkrankung litt. Ich hatte bereits vorher schon extreme psychische Erlebnisse, als ich mit meinen Freunden Drogen konsumierte. Nicht mehr als sechs oder sieben Mal habe ich Drogen zu mir genommen. Manchmal spürte ich keinerlei Effekt der Drogen. Dreimal jedoch schob ich einen krassen Film. Das eine Mal hatte ich mit meinem Schulfreund Jan und seinen Freunden Gras geraucht. Danach wollten wir nach Achern fahren, um uns einen Film im Kino anzusehen. Bereits auf der Hinfahrt schob ich einen krassen Film. Ich bildete mir ein, die Polizei würde uns folgen. Ich hörte und sah ihre Sirenen. Im Kino angekommen, wartete der Platzanweiser darauf, dass wir unsere Eintrittskarten vorzeigten. Ich hielt es nicht mehr aus. Ich dachte, der Platzanweiser sei vom FBI, und so verließ ich schlagartig das Kino. Meine Freunde machten sich wohl relativ wenig Sorgen um mich und schauten sich gemütlich den Film an. Ich selbst irrte wie ein Wahnsinniger durch die Stadt. Plötzlich bekam ich einen Hunger-Flash. Zum Glück war der nächste Dönerladen nicht weit. Ich verschlang zwei Döner unmittelbar nacheinander. Ich wusste mir nicht mehr anders zu helfen und so rief ich spät in der Nacht meinen lieben Onkel Peter an. Er fuhr sofort los und holte mich in der Innenstadt Acherns ab. Ich saß wie ein Häufchen Elend an der Bordsteinkante. Zu Hause angekommen, legte ich mich ins Bett und schlief tief und fest bis zum nächsten Morgen.

Das zweite Mal, dass ich einen Film schob, war, als ich beim Tischtennis mit Tobias und Clemens unterwegs war. Wir hatten irgendwo weiter weg ein Auswärtsspiel. Wir sind am Tag zuvor angereist und haben die Nacht in einer kleinen Pension verbracht. Am

Abend vor dem Spiel packten die Jungs etwas Gras aus. Sie bauten einen Joint und ich zog ein paar Mal daran. Plötzlich wurde mir wohliger warm und ich fing an Halluzinationen zu bekommen. Ich schwebte in meinem Bett und drehte mich in der Luft. All das passierte natürlich nicht wirklich, sondern nur in meiner Vorstellung. Dieses Mal hatte ich jedoch keine Verfolgungsängste. Ich konnte das High-Sein wirklich genießen. Das dritte Mal geschah wiederum, als ich beim Tischtennis war. Ich habe bei meinem Freund Thomas übernachtet und er schmiss am Tag vor einem wichtigen Auswärtsspiel eine Party bei sich zu Hause. Es gab Hasch-Kekse. Ich habe von den Keksen gegessen, jedoch am gleichen Abend keine Wirkung gespürt. Dies änderte sich, als wir am nächsten Morgen zum Karlsruher Rivalen gefahren sind. Auf der Fahrt, vorne im Auto als Beifahrer sitzend, bekam ich plötzlich Halluzinationen. Mir war sofort bewusst, dass nun die Kekse vom Abend davor Wirkung zeigten. Mir blieb nichts anderes übrig, als die Halluzinationen auszuhalten. Ich spielte also Tischtennis in einem ordentlichen Drogenrausch. Die Wirkung ließ gegen Nachmittag nach, was mich sehr erleichterte. Leider bekam ich von diesem Mal immer wieder kleinere Flashbacks. Die Flashbacks waren wie kleine Déjà-vus und traten sehr unregelmäßig immer wieder auf.

Nun komme ich wieder zu meiner ersten Psychose im Jahr 2002 zurück. Ich kam, wie gesagt, frisch aus Italien zurück. Die letzten Tage meines Auslands-Zivildienstes waren sehr ereignisreich. Ich habe ein nettes Mädchen, Silvia, kennengelernt und habe viel im Olivenhain gearbeitet. Das Wetter war sehr sonnig und wir grillten oft zwischen den Terrassen des Olivenhains. Meine Eltern und Großeltern kamen mich in Italien mit unserem metallic-blauen VW-Bus abholen. Ich war schon eine ganze Weile in Hochstimmung. Als ich dann in Deutschland ankam, war alles einfach paradiesisch. Ich hatte eine manische Phase und war voller Euphorie. Jedoch bemerkte ich selbst von diesem krankhaft manischen Zustand nichts. Ich fuhr mit dem Roller meines Vaters durch die laue Sommernacht und besuchte meinen Freund Alex, der eine kleine Party warf, da

seine Eltern im Urlaub waren. Ich war sehr euphorisch und erzählte interessante Geschichten. Ich war, beflügelt von der Manie, ein äußerst interessanter Erzähler. Die Jungs lauschten meinen Worten und stimmten meinen Überzeugungen zu. Ich bemerkte nicht, dass ich dabei war, in eine schwere Psychose hineinzugleiten. Wieder zu Hause angekommen, trank ich eine teure Flasche Chianti (Gallo Nero) selbst ganz aus und ich fühlte mich nicht mal betrunken. Das High-Gefühl der Psychose war stärker als der Alkohol-Rausch. Am nächsten Tag eskalierte die Situation dann. Meine Eltern bemerkten, dass ich nicht bei Verstand war, und alarmierten unseren damaligen Hausarzt Dr. Smoke. Dieser kam postwendend zu uns und wollte mit mir sprechen. Ich wollte mich in mein Zimmer einschließen, doch Herr Dr. Smoke kam mir zuvor und schob seine Hand zwischen Tür und Rahmen. Ihm war sofort klar, dass mit mir etwas nicht stimmte. Er rief einen Krankentransport herbei, welcher mich dann in die Psychiatrie in Emmendingen brachte. Auf dem Weg zum Krankenhaus hatte ich mir eingebildet, ich würde zusammen mit Eric Clapton ein Konzert auf dem Dach der Klinik spielen. Ich laberte die Sanitäter von oben bis unten voll. Auch sie bemerkten rasch, dass mit mir etwas nicht in Ordnung war. Es war spät abends, als ein diensthabender Arzt mich in die Klinik aufnahm. Ich quatschte ihn voll und erklärte ihm, wie ich aus Wasser Wein herstellen könne. Der Arzt war sichtlich irritiert, da ich in meiner Manie durchaus überzeugend war. Nun war ich also Patient in der Emmendinger Klapsmühle. Völlig verwirrt, denn ich kann mich noch daran erinnern, wie ich in einen freistehenden Blumenkübel uriniert habe. Damals schon hatte ich das Gefühl, Jesus persönlich zu sein. Ich dachte, ich wäre der Retter der Welt. So sprach ich einen Mitpatienten an, der im Rollstuhl saß, und forderte ihn auf, den Rollstuhl gegen die Wand zu werfen, um endlich wieder ohne Hilfe gehen zu können. Ich dachte wirklich, ich hätte die Begabung, Menschen zu heilen und ihnen die Augen zu öffnen.

Ach ja, eine Geschichte fällt mir ein, die geschah, bevor ich in die Psychiatrie Emmendingen eingewiesen wurde. Ich bin mit meinem VW Polo nach Karlsruhe gefahren. Eigentlich wollte ich in den Rock

Shop, um ein paar Gitarren und Gitarren-Verstärker zu testen. Wahrscheinlich hätte ich mir in meiner Manie sogar ein Gitarren-Set gekauft. Doch bis zum Rock Shop bin ich gar nicht gekommen. In der Innenstadt Karlsruhes hatte ich das Auto inmitten des Verkehrs auf dem rechten Fahrbahnrand abgestellt. Ich hatte den Kofferraum geöffnet, damit es so aussah, als würde ich etwas ausladen. Völlig manisch bin ich in eine Zahnarztpraxis gelaufen. Ich habe dort die Arzthelferin angesprochen und ihr erzählt, dass wir im Paradies seien. Ein Patient der Zahnarztpraxis glaubte meinen Worten und zerriss den kurz zuvor erhaltenen Überweisungsschein. Ich weiß nicht mehr genau, was ich zu dem Mann sagte. Jedenfalls konnte ich ihn überzeugen, meinen Ideen zu glauben. Nach dem Besuch in der Zahnarztpraxis bin ich dann völlig psychotisch selbst nach Hause gefahren. Ich befand mich auf der Autobahn A5 und ich bildete mir ein, alle Autofahrer würden mir applaudieren.

So verbrachte ich also einige Tage in der Psychiatrie Emmendingen. Ich bekam starke Medikamente und kann mich noch daran erinnern, wie ich einen leichten Krampfanfall durch die Medikamente bekam. Etwa zehn Tage später konnte ich meine Eltern, obwohl ich noch psychotisch war, davon überzeugen, mich aus der Psychiatrie herauszuholen. Ich wurde also entlassen und verbrachte einige wilde Tage zu Hause bei meinen Eltern. Nach einigen Tagen bekam ich wiederum einen Schub und wurde erneut in die Klinik nach Emmendingen gebracht. Ich befand mich in der geschlossenen Abteilung des Krankenhauses. Ich bekam starke, bewusstseinsverändernde Medikamente. Gelegentlich war ich leicht aggressiv gegenüber den Krankenschwestern. Ich erinnere mich noch daran, wie ich in Rage einer Krankenschwester ein Handtuch hinterherwarf. Sie fühlte sich daraufhin angegriffen und sorgte dafür, dass ich in die Gummizelle kam. Ich verbrachte ein bis zwei Tage in der Gummizelle. Es ist wirklich so, wie es das Wort Gummizelle vermuten lässt. Es lag nur eine einfache Matratze auf dem Boden. Die Gummizelle war gefliest und es gab nirgends eine spitze Kante, an der man sich Verletzungen zufügen konnte. Es wurde alles getan, um

einen Suizid des Einsitzenden zu vermeiden. Ab einem gewissen Zeitpunkt bildete ich mir ein, ich müsse verdursten. Ich habe eine Flasche Wasser nach der anderen geleert und bestimmt sechs, sieben Liter an einem Tag getrunken. Als mir die Krankenschwester kein Wasser mehr gab – sie hatte Angst, dass die Medikamente nicht mehr wirkten – habe ich wirklich mit zur Kuhle geformten Händen in die Toilettenschüssel gegriffen und einen Schluck Wasser daraus getrunken. Wie ekelhaft, ich weiß, doch ich hatte wirklich das Gefühl zu verdursten. Mein Mund war staubtrocken und mein Körper fühlte sich völlig dehydriert an. Es ist unglaublich, welche Sinnestäuschungen einem der Verstand vorspielen kann.

Nach einiger Zeit auf der Geschlossenen verbesserte sich mein Zustand. Mein Verstand wurde zunehmend klarer und ich fühlte mich auch nicht mehr zu sehr von den Medikamenten beeinflusst. Ich kam auf die Station für Jugendliche. Ab und an litt ich noch immer unter psychotischen Episoden. Einmal war es so schlimm, dass ich dachte, die Welt würde untergehen. Ich habe mich bei dem Stationsleiter gemeldet und er gab mir eine sehr starke Schlaftablette. Die Tablette war eine Schmelztablette, d. h. sie löste sich bereits im Mund auf. Ich nahm die Tablette und fiel nach fünf Minuten in einen tiefen, festen Schlaf. Bei gutem Wetter verbrachte ich viel Zeit mit Gleichgesinnten im Park der Emmendingener Klinik. Der Park war sehr schön angelegt und durch die Patienten immer top gepflegt. Einer der Patienten dachte in der Psychose, er wäre ein berühmter Opernsänger. Er hat immer ein Lied angestimmt, das er mit voller Inbrunst herausschrie. Es war sehr interessant zu sehen, wie sich eine Psychose oder eine Schizophrenie auf das Verhalten der Betroffenen auswirken konnte. Viele der Psychotiker denken an Verschwörungen oder Ähnliches. Viele haben auch das Trueman-Show-Symptom. Sie denken, sie wären Teil eines groß angelegten Rollenspiels. Sie selbst seien die Hauptdarsteller und alle anderen sind Schauspieler. Ich selbst hatte auch schon dieses Symptom.

Während meines Aufenthaltes in der Geschlossenen erhielt ich starke psycho-aktive Substanzen. Darunter war auch das schon seit Jahrzehnten erprobte Haloperidol (Haldol). Die Dosierung war

jedoch zu hoch und so bekam ich sehr starke Krampfanfälle. Als ich mit verschränkten Armen meine Ärztin darum bat, mir Linderung zu verschaffen, gab sie mir eine Spritze in den Popo und sofort waren die Krämpfe wie weggeblasen.

Mein Psychologe verlangte von mir vor der Entlassung, dass ich eine Zusage für ein Praktikum hatte. Nach meinem Aufenthalt in Emmendingen absolvierte ich also ein kleines Praktikum in unserem ansässigen Baumarkt. An ein Studium war zu dieser Zeit nicht zu denken. Auch verpasste ich den Zeitpunkt der Einschreibung. So hielt ich mich mit Gelegenheitsjobs über Wasser. Nachwirkungen von meinem Klinikaufenthalt hatte ich keine. Es sah so aus, als wäre es nur eine einmalige psychotische Episode gewesen. Ich jobbte im Bauhaus in Rastatt und half dort bei der Einrichtung des neu entstehenden Baumarkts. Nach diesem Job arbeitete ich dann in der LuK in Bühl. Das Jahr verging wie im Flug und nun stand auch die Bewerbungsphase für ein Studium an. Ich bewarb mich an einigen Universitäten für die Fächer Geologie und Hydrologie. Ich hatte jedoch keine Ahnung, was mich bei diesen Studienfächern erwartete. So bewarb ich mich auch völlig ins Blaue, als ich mich um einen Studienplatz an der Universität Bayreuth kümmerte. Die erste Zusage für einen Studienplatz erhielt ich von der Universität Bayreuth für das Fach Geoökologie. Und so entschied ich mich dafür, in Bayreuth ein Studium zu beginnen. Alles in allem war es keine schlechte Entscheidung. Das Studium, welches von Oktober 2003 bis Juli 2009 dauerte, war sehr abwechslungsreich. Und – ich konnte einige sehr gute Freundschaften schließen. Mit Tim, Marc, Johannes, Michael, Timm und Ulrich verbindet mich heute noch sehr viel. Wir telefonieren regelmäßig, chatten via Skype oder tauschen E-Mails aus. So studierte ich also sechs Jahre an der Universität Bayreuth. Das Studium wurde durch ein Jahr der Krankheit unterbrochen. Zieht man dieses Jahr ab, war ich sogar einer der schnellsten Studierenden. Auch hatte ich über einen Zeitraum von acht Jahren keine psychischen Probleme mehr. Bis dann die Kortison-Behandlung zur Unterstützung der Chemotherapie ihren Tribut forderte. Wie schon

bereits beschrieben, erlitt ich im Frühjahr 2010 meine bis dato zweite Psychose. Das Kortison war einfach zu hoch dosiert. Mein Körper und meine Psyche kamen damit nicht klar. Die Einweisung in die psychiatrische Klinik in Bayreuth habe ich meiner Freundin Jana zu verdanken. Sie bemerkte, dass mit mir etwas nicht stimmte. So täuschte sie einen starken Bauchkrampf vor und bat mich darum, sie ins Krankenhaus zu fahren. Als dann die Ärztin nach Jana schauen wollte, teilte Jana der Ärztin mit, dass ich es bin, mit dem etwas nicht in Ordnung ist. Die Ärztin gab Jana eine Überweisung in die psychiatrische Klinik Bayreuth. Ich war für kurze Zeit wieder geistesgegenwärtig und konnte, ohne einen Unfall zu verursachen, in die Klinik Bayreuth fahren. In der psychiatrischen Klinik angekommen, wurde ich wieder psychotisch. Ich bildete mir ein, Jana wäre eine große und weltberühmte Psychiaterin. Und ich dachte, Jana hätte die Unsterblichkeit erfunden. Mich selbst hielt ich für den größten Philosophen der Welt. In meiner Manie schrie ich laut und ließ mich vor Freude und Stolz auf den Boden fallen. Es war Winter und der Schnee lag noch auf der Straße. Ich habe mich in diesen Schnee fallen lassen und sofort kamen einige Ärzte herbeigeeilt, die mein Zu-Boden-Fallen gesehen hatten. Nach etwas Wartezeit hatte ich dann ein Gespräch mit Herrn Dr. Peterson. Ich kann mich nicht mehr an dieses Gespräch erinnern, jedoch weiß ich noch, wie mich der Krankenhelfer auf der Station aufnahm. Dem Krankenhelfer erzählte ich ebenfalls eine Geschichte vom Pferd. Er begleitete mich in ein Krankenzimmer und forderte mich auf, eine Pille zu schlucken. Ich war also wieder in einer geschlossenen Abteilung einer psychiatrischen Anstalt. Glückwunsch. Volltreffer. Die Unterbringung in Bayreuth war im Vergleich zur Unterbringung in der Achertal-Klinik sehr schlecht. Ich musste mir ein Zimmer mit drei anderen Patienten teilen, die ebenfalls starke psychische Probleme hatten. Unter diesen Umständen fand ich kaum die nötige Ruhe, die ich brauchte. Jana war unterdessen stets an meiner Seite. Sie beendete jeden Tag ihre Arbeit um 16.00 Uhr und kam mich besuchen. Sie begann ihre Arbeit jeden Tag extra für mich sehr früh, um dann nachmittags bei mir zu sein. Oft brachte sie mir auch ein belegtes Brötchen mit, das ich vor dem Zubettgehen verschlang. Mir ging es in



dieser Zeit nicht sehr gut. Meist mittags hatte ich kleinere psychotische Episoden. Ich bin viel auf dem Klinikgelände spazieren gegangen. Das gab mir etwas Kraft. Ich weiß nicht mehr genau, wie viele Wochen ich in der Klinik war. Es dürften so um die sechs bis acht Wochen gewesen sein. Zu Beginn der Behandlung litt ich unter einem Verfolgungswahn. Ich bildete mir ein, mein Zimmerkollege wollte mir etwas antun. Ich habe so lange auf einen Pfleger eingeredet, bis er mir glaubte, dass der Zimmergenosse etwas im Schilde führte. Meine Ärztin erklärte mir später, dass der Zimmergenosse einen Hass gegen sich selbst hat und niemals anderen etwas antun würde. Nach meiner Aktion haben die Pfleger dann sämtliche Taschen kontrolliert, auf der Suche nach spitzigen oder scharfen Gegenständen. Bei mir fanden sie ein Taschenmesser und behielten es ein. Die psychiatrische Klinik in Bayreuth könnte einige Dinge verbessern. So gab es nur einmal in der Woche ein Gespräch mit dem Arzt. In der Achertal-Klinik in Ottenhöfen, wo meine Psychosen 2011 und 2013 behandelt wurden, bekam man den behandelnden Arzt jeden Tag zu Gesicht. Außerdem musste man in der Bayreuther Klinik lange auf das Arztgespräch warten. Es wurde nur der Tag bekannt gegeben, an dem die Visite stattfand, nicht aber die Uhrzeit. Und so saßen viele Patienten den ganzen Vormittag auf einem Stuhl im Gang und warteten vergeblich auf die Visite. Ich selbst bin eine andere Taktik gefahren. Mir war die Warterei zu blöde und so sagte ich der Ärztin, dass ich in meinem Zimmer sei. Sobald ich zur Visite kommen sollte, konnte sie mir in meinem Zimmer Bescheid geben. Nach diesen besagten sechs bis acht Wochen wurde ich dann entlassen. Bei der Psychose 2010 schlich sich auch eine leichte bis mittelschwere Depression ein. Ich lag oft noch im Bett, wenn Jana am späten Nachmittag nach Hause kam. Sie war deswegen sehr sauer auf mich. Ich schob das viele Im-Bett-Rumliegen auf die Nebenwirkungen der Medikation.

Im August 2010 bin ich mit Jana in meinem weinroten Peugeot 207 nach Italien gefahren. Wir verbrachten einige Nächte in Casa Cares, dem Ort, an dem ich meinen Zivildienst geleistet hatte. Wir fuhren

nach Pisa und wir schauten uns die Kunstwerke in Florenz an. Der Besuch in der Academia, in welcher die David-Statue steht, war natürlich verpflichtend. Ein paar Tage später fuhren wir weiter südlich bis nach Rom. Wir hatten ein kleines, aber schönes Hotelzimmer. Jana ließ mich des Morgens immer ein bisschen länger schlafen, da ich, von den Medikamenten beeinflusst, immer noch sehr müde war. Fast hätte ich die Gürtelrose vergessen. Geschwächt durch die Chemotherapie war mein Immunsystem am Boden und so war ich für eine Gürtelrose anfällig. Die Gürtelrose ist eine Krankheit, die oft bei älteren oder geschwächten Menschen auftritt. Die Gürtelrose ist eine Entzündung der Nerven. Typisch für die Gürtelrose ist ein gürtelartiger Ausschlag um den Bauchbereich herum. Es waren höllische Schmerzen. Zu Beginn der Gürtelrose war der Ausschlag noch nicht sichtbar und so hatte ich den Verdacht, dass mit der Wirbelsäule etwas nicht in Ordnung war. Jana und ich fuhren in die Notaufnahme des Klinikums Bayreuth. Die dortigen Ärzte ordneten eine Röntgenuntersuchung an, konnten jedoch nichts feststellen. Erst zwei Tage später war der Ausschlag sichtbar und so fiel meinem Hausarzt Dr. Frankenfeld die Diagnose sehr leicht. Er verschrieb mir Schmerzmittel und Tabletten gegen die Nervenentzündung. Obwohl die Gürtelrose schon abgeheilt war, hatte ich einige Wochen danach immer wieder kurze, stechende Schmerzen im Rücken und Bauchraum. Es waren Schmerzen, die an die Gürtelrose erinnerten. Das Jahr 2010 neigte sich langsam dem Ende zu und ich arbeitete wieder an meiner Dissertation.

Die dritte Psychose erlitt ich zu Beginn des Jahres 2011. Ich war wieder in Bayreuth, als es passierte. Meine Eltern wurden stutzig, als ich ihnen ausschweifend erzählte, wie gerne ich sie habe. Sie bemerkten, dass mit mir wiederum etwas nicht stimmte. Dieses Mal kamen meine Eltern nach Bayreuth gefahren, um mich abzuholen. Als sie in meiner Wohnung in Bayreuth angekommen waren, erzählte ich ihnen, wie ich die Entstehung und Weiterentwicklung der Erde sehe. Ich hatte ein sehr klares Bild von allem und ich konnte in meiner Manie stundenlang über Gott und die Welt erzählen. Es war gut so, dass mich meine Eltern abgeholt haben. Alleine in Bayreuth wäre es

bestimmt nicht so glimpflich abgelaufen. Meine Eltern brachten mich in die Achertal-Klinik nach Ottenhöfen. Dort angekommen, machte ich zunächst einen ganz normalen Eindruck. Ich war mir oder anderen Menschen gegenüber nicht aggressiv. Also gab es eigentlich keinen Grund, mir Psychopharmaka zu verabreichen. Doch die Pfleger und Ärzte waren anderer Ansicht. Sie wollten mir unbedingt Haloperidol verabreichen. Ich wollte dies überhaupt nicht. Doch die Pfleger ließen nicht mit sich reden. Kurzerhand drohten sie mir an, mich an ein Bett zu fesseln, was sie letztendlich auch gemacht haben. Vielleicht war es auch besser so. Schließlich war ich immer noch stark psychotisch, obwohl das nicht immer für andere sichtbar war. Meine Gedanken drehten sich wieder um das Paradies. Ich konnte in meiner Manie nicht verstehen, wieso andere Menschen meinem Gedankengang nicht folgen konnten. Ich fühlte mich göttlich und dachte, ich könnte den Fortgang der Welt beeinflussen. Eine Mitpatientin erzählte mir, sie dächte, sie sei Mutter Maria. In ihrer Psychose ist sie in sämtliche Kirchen gelaufen und hat sich auf den Altar gelegt. Irgendwie ist es schon lustig, welche Gedanken eine Psychose hervorrufen kann. In der Psychiatrie begann ich mit dem Rauchen. Es half mir dabei, mich zu entspannen. Nach einigen Wochen in der Klinik waren meine Gedanken wieder halbwegs normal und so wurde ich entlassen. Ich musste weiterhin starke Medikamente nehmen. Anfangs hielten die Ärzte meine Erkrankung für eine bipolare Störung. Diese Diagnose wurde 2013 widerrufen. Nun wurde eine schizo-affektive Psychose diagnostiziert. Die zweite Hälfte des Jahres 2011 verlief relativ entspannt. Allerdings litt ich ca. ein- bis zweimal wöchentlich unter psychotischen Angstzuständen. Während der schweren Psychosen war ich gefühlstechnisch vollkommen im Himmel, doch während der kurzzeitigen Psychosen schlich sich immer mehr eine Angst-Komponente mit ein. Im Jahr 2012 hatte ich keine schwereren psychotischen Probleme, nur die relativ harmlosen Kurzzeit-Psychosen. Aufgrund dieser Kurzzeit-Psychosen vereinbarte ich einen Termin bei einer Psychologin. Patricia hatte mir diese Psychologin empfohlen. Und so kam es, dass ich nun alle drei bis vier Wochen einen Termin bei Frau Maria Halter hatte. Die

Gespräche mit Frau Halter waren immer sehr locker. Anfangs unterhielten wir uns noch über meine psychischen Probleme. Doch mit der Fortdauer der Behandlung sprachen wir mehr und mehr über alltägliche Dinge. Frau Halter riet mir auch dazu, mich von meinen Medikamenten zu distanzieren. Und so ließ ich mir eine flüssige Form des Abilify (Psychopharmakon) verschreiben, weil diese besser zu dosieren war. Ich nahm Woche für Woche immer weniger, bis ich im Oktober 2012 bei einer homöopathischen Dosis angelangt war. Nun verzichtete ich gänzlich auf das Abilify. Von Oktober 2012 bis zum Eintreten der nächsten großen Psychose im Februar 2013 hatte ich keine mikro-psychotischen Episoden mehr. Kamen die Kurzzeit-Psychosen etwa von dem Medikament Abilify selbst. Für mich schien das zuzutreffen. Eine einzige Kurzzeit-Psychose hatte ich noch an Silvester 2012/2013. Ich hatte in der Silvesternacht sehr viel getrunken und musste mich auch auf dem Rasen vor dem Club in Stuttgart übergeben. Am Neujahrstag 2013 hatte ich dann, zu Hause angekommen, eine kurzzeitige psychotische Episode. Ich schob diese psychotische Episode auf meinen starken Alkoholkonsum am Vortag. Nach den Winterferien 2012/2013 verbrachte ich eine sehr produktive Zeit in Bayreuth. Ich ging regelmäßig früh zur Arbeit und arbeitete an meiner Doktorarbeit weiter. Ich bemerkte nicht, wie ich wieder langsam in eine Psychose rutschte. Ich las mir die E-Mails durch, die ich während meiner Psychose 2011 geschrieben und von anderen erhalten hatte. Ich las mir auch mehrfach meine E-Mail an Steve Jobs durch. Die alten Erinnerungen kamen wieder hoch und ich wurde ganz langsam wieder psychotisch. Ich telefonierte mit Jana und sie bat mich darum, wieder die anti-psychotischen Medikamente einzunehmen, doch in meiner Schublade neben dem Bett fand ich keine Psychopharmaka mehr. Ich hatte Ende Februar 2013 einen Termin bei einem Urologen. Ich wollte meine Fruchtbarkeit untersuchen lassen, die eventuell durch die Hochdosis-Chemotherapie im Jahr 2010 beeinträchtigt war. Von 2010 bis 2013 hatte ich mein Sperma, welches vor der Chemotherapie eingefangen wurde, aufbewahren lassen. Das Konservieren meines Spermas kostete mich 230 Euro jedes Jahr. Ich war schon höchst psychotisch, als ich den Termin beim Urologen wahrnahm. Mein Freund und

Arbeitskollege Benny wollte mich von der ca. halbstündigen Fahrt zum Urologen abhalten. Doch seine Worte waren vergebens und so fuhr ich selbst zu dem Urologen. In meinen Gedanken ging ich hundertfach meinen Masterplan zur Rettung der Welt durch. Ich konnte in meinem Masterplan keinen Fehler finden und so war ich der Überzeugung, dass ich der Retter der Menschheit bin. Meine Paradies-Theorie musste einfach jeder Mensch verstehen. Am selben Tag aß ich noch mit meinem spanischen Freund Pablo einen Döner. Es war kurz bevor ich meinen Termin beim Urologen wahrnahm. Ich zeigte Pablo meine E-Mail an Steve Jobs und erzählte ihm vom Paradies. Und ich stellte mich auf eine Stufe mit Nietzsche und Richard Wagner. Pablo war etwas verduzt und konnte meinen Worten nur schwer folgen.

Beim Urologen angekommen, untersuchte dieser zuerst meine Hoden auf einen Tumor. Er führte eine Ultraschall-Untersuchung durch. Diese war unauffällig. Ich vereinbarte mit der Arzthelferin einen Termin zur Sperma-Abgabe. Doch diesen Termin konnte ich nicht mehr wahrnehmen. Meine Eltern bemerkten wiederum, dass ich psychotisch war, als ich ihnen erzählte, wie einfach alles ist und wie sehr ich sie liebte. Sie kamen mich wieder in Bayreuth abholen. Ich verbrachte einige wenige Tage zu Hause in Lichtenau-Ulm bei meinen Eltern. Ich hatte Visionen, dass ich mich mit Peter Sloterdijk über Philosophie unterhielt und dass ich den Friedensnobelpreis erhalten würde. Ich war darüber hinaus der festen Überzeugung, dass einmal die Zeit nach mir benannt wird. So ähnlich, wie es mit Jesus vonstatten ging. Ich glaubte wirklich, dass die neue Einheit der Zeit mein Geburtsdatum sei. Ich telefonierte wie wild mein Adressbuch durch. So rief ich zum Beispiel meinen Freund Alex an und teilte ihm mit, dass wir von nun an im Paradies lebten. Er hat es nicht gleich gecheckt und er fragte mich, ob ich ihn verarschen wollte. Auch Claire rief ich mehrfach an und teilte ihr mit, dass wir im Paradies lebten.

Meine Eltern hatten mit meiner Psychiaterin Frau Dr. S. telefoniert und meine Eltern verschafften mir die dringend notwendigen Medikamente. Meine Eltern wollten mir diese Medikamente verabreichen, doch ich habe sie immer wieder ausgespuckt. Ab einem gewissen Zeitpunkt wussten meine Eltern nicht mehr weiter und so riefen sie den Krankenwagen herbei. Die Sanitäter kamen in unser Haus gelaufen und wollten wissen, was passiert sei. Mein Vater war sehr aufgebracht. Ich dagegen war sehr ruhig und lehnte am Spülbecken und trank ein Glas Wasser nach dem anderen. Weil ich keinen psychotischen Eindruck machte, wollten mich die Sanitäter zunächst nicht mitnehmen. Sie waren sogar kurz davor, meinen Vater mitzunehmen, weil dieser so aufgebracht war. Ich hatte jedoch verstanden, dass mit mir etwas nicht stimmte und so ging ich freiwillig mit den Sanitätern mit. Im Krankenwagen habe ich dann den Sanitäter so lange mit meinen Gedanken zum Paradies und zum Weltfrieden vollgequatscht, bis dieser bemerkte, dass ich psychotisch war. In der Achertal-Klinik angekommen, passierte mir wieder das Gleiche wie im Jahr 2011. Ich war kurzzeitig wieder bei Sinnen, als mir die Krankenpfleger Haloperidol verabreichen wollten. Ich wollte das nicht und so stellte ich mich wiederum quer. Die Krankenpfleger drohten mir an, mich an ein Bett zu fesseln und mir die Medikation intravenös zu verabreichen. Ich wehrte mich, so gut ich konnte, doch erfolglos. Sie fesselten mich für 20 Minuten an das Bett. Danach nahm ich widerwillig die Medikation ein. Eine Behandlung mit einer hohen Dosis Haldol ist wie eine Neu-Formatierung des Computers. Mein ganzes System wurde runtergefahren. Ich konnte nur noch total verkrampft laufen und meine Bewegungen und meine Sprache waren sehr stark verlangsamt. Ich durfte auf der geschlossenen Station einmal am Tag ein Telefongespräch führen. Ich versuchte, meine Freundin Jana zu erreichen. Da ich aber ihre Nummer nicht parat hatte, musste ich mir über meine Eltern die Nummer besorgen. Ich bekam Janas Telefonnummer von meinen Eltern, doch musste ich einen weiteren Tag warten, ehe ich meine Freundin Jana erreichen konnte. Ich teilte ihr mit, dass ich erneut in einer psychiatrischen Klinik war. Sie war total aufgelöst, hat sich jedoch mit mir ausführlich unterhalten. Ich habe ca. zwei Wochen auf der

Beobachtungsstation gelegen. Wegen mir musste die Abteilung in eine Geschlossene umgewandelt werden, da ich immer wieder aus meinem Zimmer ausbrechen wollte. Durch eine stabile Tür wurde die Station in eine Geschlossene umgewandelt. Kein großer Akt also. Nur meine Mitpatienten waren immer genervt, wenn es aufgrund einer uneinsichtigen Person zur geschlossenen Tür kam. Im Beobachtungszimmer war man immer unter den Blicken der Krankenpfleger. In dem einen Beobachtungszimmer wurde man direkt durch eine Glaswand beäugt, im anderen Beobachtungszimmer hing eine Kamera. Nach etwa acht Wochen besserte sich mein Zustand. Die starke Medikation wurde herunterdosiert und meine Bewegungen und meine Sprache wurden zunehmend normaler. Es wurde vereinbart, dass ich nach der stationären Behandlung in die Tagesklinik gehe. Dort wäre ich den Tag über unter Beobachtung und ich hätte einen strukturierten Tagesablauf. So war ich also eine knappe Woche von Montag bis Mittwoch in der Tagesklinik. Ich hatte jedoch weitere psychotische Episoden. Ich erinnere mich, wie ich vor der Tagesklinik stand und eine Zigarette rauchte. Plötzlich durchfuhr mich ein Gefühl, das dem Einschlag einer Atombombe glich. Ich dachte, jetzt müsste die ganze Welt meine Paradies-Theorie verstanden haben. Ich machte mich auf, ein Eis in der um die Ecke liegenden Eisdiele zu essen. Ich überlegte, ob ich die Verkäuferin auf meine Paradies-Theorie ansprechen sollte, doch ich unterließ es. Am Donnerstag war dann geplant, nach Bayreuth zu fahren, um meine letzten Sachen aus der Wohnung am Luitpoldplatz 17 zu holen. Mit meinen Eltern fuhr ich auch zum Bitök, dem Institut, an dem ich meine Doktorarbeit schrieb. Im Institut angekommen, wurde ich zusehends psychotischer. Ich verlangte andauernd von meinen Mitmenschen, mir ein High-Five zu geben. Dieses High-Five sollte als Erklärung des Verstehens der Paradies-Theorie dienen. Benny und Karl halfen uns sehr. Benny sammelte meine Sachen im Büro zusammen und lud meine persönlichen Bücher und andere Dinge wie PC-Kabel, Tastatur und Apple-Maus in einen großen Karton. Ich stellte mich meinem Professor vor und er freute sich sichtlich mich zu sehen. Wir sind dann weiter zu meiner Bayreuther Wohnung

gefahren. Dort trafen wir uns mit der Maklerin. Ich sprach sie auch wegen meiner Paradies-Theorie an und fragte sie, ob sie glücklich sei. Sie teilte mir mit einem Lächeln mit, dass alles in Ordnung sei. Während Benny, Karl und meine Eltern meine Sachen zusammenräumten, lag ich psychotisch auf meinem Bett und schaute ihnen zu. Ich war außerstande ihnen zu helfen. Die Heimfahrt war ebenfalls sehr aufregend. Ich stellte mir immer wieder vor, wie mein Freund Pablo eine Wikipedia-Seite von meiner Person erstellte. Es sollte auf dieser Wikipedia-Seite zu lesen sein, dass ich der beste und größte Philosoph der Welt sei. Doch dies alles geschah nur in meiner verwirrten Vorstellung. Während der Heimfahrt bat ich meine Mutter im Fünf-Minuten-Takt, mir eine Zigarette zu geben. Das Rauchen lenkte mich ein bisschen von meinen psychotischen Gedankengängen ab, da ich ja nun eine Beschäftigung hatte. Am Abend fuhren mich meine Eltern wieder in die Klinik nach Ottenhöfen. Ich kannte das Prozedere schon. Bei der Aufnahme verhielt ich mich sehr psychotisch. Ich sagte der Ärztin, dass eine neue, meine Zeitrechnung angebrochen sei. Der Klinikaufenthalt verlief wie in den Jahren zuvor. Ich bekam eine sehr hohe Dosis Haldol, woraufhin sich meine Bewegungen und meine Sprache wieder verlangsamten. Täglich kam Frau Dr. Zeqiraj zu mir ins Zimmer und fragte mich, wie es mir ginge. Ich sagte ihr immer, dass es mir gut ginge und sprach auch meine Paradies-Gedanken an. Sie verstand absolut nicht, was ich mit dem Paradies meinte. Sobald ich das Paradies ansprach, dachte sie, ich sei psychotisch. Bei der wöchentlichen Oberarzt-Visite sprach ich ebenfalls vom Paradies. Auch in den Zeiten, in denen ich vollkommen in der Realität verankert war. Doch die Ärzte hielten mich für psychotisch und verordneten mir eine weitere Dosis Psychopharmakon. Insgesamt war ich 2013 fünf Monate in der Achertal-Klinik. Ich lernte einige interessante Menschen kennen, zu denen ich auch heute noch Kontakt habe. Darunter sind vor allem der beinamputierte Thomas, Sybille und Natalie. Nicht zu vergessen ist auch die kleine, süße Petra. Petra litt ebenfalls unter einer Psychose, verbunden mit Angst- und Verfolgungszuständen. Mit Petra habe ich heute noch Kontakt. Wir telefonieren einmal wöchentlich miteinander. Sie ist derzeit in einem Zentrum in der Pfalz



untergebracht. Ich kann mir nicht genau vorstellen, wie sie untergebracht ist. Sie erzählt mir immer, wie interessant das Gruppenleben in der Einrichtung ist. Mehrmals im Monat werden Seminare zu den unterschiedlichsten Themen veranstaltet. Sie erzählte mir von Pflanzen-Seminaren und von einem Zucker-Skulptur-Künstler. Während meines Aufenthaltes in der Achertal-Klinik hatte ich einen engen Kontakt zu Natalie. Sie hat gleichfalls eine Psychose erlebt. Jedoch blieb diese unbehandelt. Sie zeigte mir während eines Spazierganges einen Zettel, auf dem sie ihre psychotischen Gedanken aufgeschrieben hatte. Ich sagte ihr, dass sie ebenfalls im Paradies angekommen sei. Sie verstand sofort, was ich meinte. Natalie ist meine Seelenverwandte. Auch der beinamputierte Thomas ist einer meiner Seelenverwandten. Er musste sich einer Operation unterziehen, bei welcher seine defekte Schmerzpumpe ausgetauscht wurde. Er benötigt eine Schmerzpumpe, um seine starken Phantomschmerzen im Griff zu halten. Ende Juli 2013 wurde ich aus der Klinik entlassen. Ich musste weiterhin starke Medikamente einnehmen: morgens 5 mg Haldol und meine ASS 100; abends 100 mg Quetiapin.

Als Nelson Mandela verstarb, bekam ich einen weiteren, kleinen Schub. Ich dachte, jetzt wo Mandela gestorben ist, müsste doch jeder verstanden haben, worum es geht. Nämlich um Liebe und ein freundschaftliches Miteinander. Ich stellte mir in meinen Gedanken vor, ich wäre die Reinkarnation Nelson Mandelas. Zudem befürchtete ich, dass sich der psychotische Zustand als chronisch erweist und ich nun dauerhaft psychotisch sei. Zum Glück waren meine psychotischen Gedanken am nächsten Tag wieder weg. Trotzdem vereinbarte mein Vater einen Termin in der PIA Achern (Psychiatrische Institutsambulanz). Mein Vater war dabei, als ich mit dem Oberarzt Dr. Friedel ein Gespräch führte. Ihm erzählte ich ausführlich von meiner Paradies-Theorie. Ich denke, er konnte meine Gedankengänge nachvollziehen. So fragte er mich, ob ich wirklich im Stande wäre, andere Menschen von meinen Gedanken zu überzeugen. Ich gab ihm keine Antwort. Lediglich ein Lächeln

huschte über meine Lippen. Er empfahl mir, die Dosis des Quetiapin von 100 auf 400 mg zu erhöhen. Ich führte die Erhöhung durch, was zu einem starken Sedierungsgefühl und einer Verschlechterung meines Kreislaufes führte.

Im Frühjahr 2014 habe ich des Öfteren eine Dosis von 800 mg Quetiapin zu mir genommen, um mir einen leichten Kick zu verschaffen. Nach der Einnahme von 800 mg Quetiapin fühlte ich eine Sedierung. Ich legte mich während des Rausches ins Bett und hörte Musik. Ich hatte eine Zeit lang eine Phase, in der ich mich mittags immer komisch fühlte. Die erhöhte Dosis Quetiapin half mir dabei, diesen komischen Gefühlszustand zu überstehen. Zum Glück bin ich nach einer kurzen Zeit davon abgekommen, eine hohe Dosis Quetiapin einzunehmen.

Zurzeit geht es mir, abgesehen von dem Umstand, dass ich bestrahlt werden muss, sehr gut. Jedoch leide ich ein- bis zweimal wöchentlich unter kurzzeitigen psychotischen Episoden. Mittlerweile komme ich ganz gut klar damit. Meine Gedanken drehen sich dann immer wieder um das Paradies. Ich kann immer noch nicht verstehen, warum nur so wenige Menschen meinen Paradies-Gedanken nachvollziehen können. Wahrscheinlich liegt es daran, dass ich mich nicht traue, mit anderen Menschen darüber zu reden. Nur mit Thomas, Natalie und Petra kann ich über mein Paradies reden. Vielleicht ändert sich dies mit der Veröffentlichung dieses Büchleins. Die Kurzzeit-Psychosen sind seit 2010 mit Angst und Panik verbunden. Ich war schon des Öfteren kurz davor, meinen Vater zu bitten, mich in die Klinik nach Ottenhöfen zu fahren. Doch mittlerweile komme ich, wie gesagt, immer besser mit den psychotischen Angstzuständen klar. Ich kann mir einreden, dass es sich nur um meine verwirrten Gedanken handelt. Falls notwendig, nehme ich drei bis vier Milligramm Lorazepam (Tavor) zu mir. Dieses Medikament hat angstlösende Eigenschaften und verschafft mir eigentlich immer rasch Linderung der Symptome.

Vor einigen Wochen empfahl mir meine Psychiaterin Frau Dr. S. die Umstellung auf andere Medikamente, da ich bereits Nebenwirkungen

in Form von willkürlichen Bewegungen mit der Zunge zeigte. Ich sollte das Haldol und das Quetiapin durch Clozapin und Abilify ersetzen. Derzeit (Stand: 11. August 2014) bin ich mitten in der Umstellungsphase. Da das Clozapin unter Umständen zu einer Veränderung/Verschlechterung des Blutbildes führen kann, muss ich wöchentlich eine Blutabnahme über mich ergehen lassen.

## **6 Bestrahlung des Schienbeins (2014)**

Nach der Hochdosis-Chemotherapie und der autologen Stammzelltransplantation hatte ich nun vier Jahre lang Ruhe vor dem Krebs. Bei den regelmäßigen Kontrolluntersuchungen im NCT Heidelberg wurde nie ein Progress der Erkrankung festgestellt. Bis im Juni 2014 mein behandelnder Arzt Dr. M. ca. eine Woche nach der Untersuchung bei uns zu Hause anrief. Ich selbst war zu diesem Zeitpunkt nicht zu Hause und so sprach Herr Dr. Mercy mit meinem Vater Bernd. Er teilte ihm mit, dass bei genauerer Betrachtung der MRT-Bilder ein Tumorherd im linken Schienbein entdeckt wurde. In der darauffolgenden Woche vereinbarte ich dann ein Telefonat mit Dr. Mercy. Er teilte mir die Details mit. Es handelte sich also um einen Befall des linken Schienbeins, etwas unterhalb des Kniegelenks. Die Bestrahlung sollte zunächst über zehn Tage mit je drei Gray<sup>6</sup> erfolgen. Es war geplant, die Bestrahlung in Heidelberg durchzuführen, was eine tägliche Fahrzeit von drei Stunden mit sich gebracht hätte. Als ich dann einen Gesprächstermin mit Frau Schöne hatte, teilte sie mir mit, dass die Bestrahlung des Schienbeins recht unkompliziert sei und dass auch eine heimatnahe Bestrahlung erfolgen könne. Sie hat für mich sofort einen Termin in Baden-Baden (30 Minuten Fahrzeit) vereinbart.

---

<sup>6</sup> Einheit der Bestrahlungsdosis



Abbildung 2: MRT-Bild vom 27.6.2014. Am linken – im Bild am rechten – Schienbein ist deutlich der weiße Tumorherd zu erkennen. Einige Zentimeter unterhalb ist ebenfalls ein diffuser Befall des Schienbeins zu erkennen. Während der Bestrahlung im Juli/August 2014 wurden beide Tumorherde bestrahlt.

Am 23. Juli 2014 hatte ich dann einen ersten Gesprächstermin mit Herrn Dr. Thomas Braun. Er hat mich über die Risiken und Nebenwirkungen der Bestrahlung aufgeklärt und mir auch mitgeteilt, dass eine permanente Markierung (ein Tattoo) in meinen linken Unterschenkel tätowiert wird. Ich war sehr überrascht, dass sie mir eine dauerhafte Markierung in die Haut einbringen wollten. Bei meinen zwei bisherigen Bestrahlungen wurde ich mit einem Edding-Stift markiert. Das hat ausgereicht. Vielleicht konnte man bei den bisherigen zwei Bestrahlungen der Wirbelsäule die Wirbelkörper

als Orientierung nehmen. Jedenfalls hat mich dann ein MTA<sup>7</sup> mit einem Gerät tätowiert, nachdem ich im CT ausgemessen wurde. Ein echter Klassiker ist diesem etwas verplanten MTA dann auch noch passiert. Er hat mich beim ersten Aufeinandertreffen gefragt, ob es sich um den rechten Oberschenkel handelt, der bestrahlt werden müsse. Ich habe dem MTA dann rechtzeitig mitgeteilt, dass es sich um den linken Unterschenkel handelt, der bestrahlt werden muss. Der MTA hat ein Vakuum-Kissen an meinen linken Unterschenkel angepasst. Bei den Bestrahlungen musste ich jedes Mal mein linkes Bein in dieses anatomisch angepasste Kissen legen. Zusammen mit der Tätowierung (nur zwei kleine Punkte, die aussehen wie ein kleines Muttermal) und Edding-Markierungen konnten mich die MTAs dann 100% passgenau auf dem Bestrahlungstisch ausrichten. Zum jetzigen Zeitpunkt habe ich zehn von insgesamt 20 Bestrahlungen (20 x 2 Gray) hinter mir. Die Bestrahlung an sich ist zu 100% schmerzfrei. Es kann lediglich mit der Fortdauer der Bestrahlung zu einer Rötung der Haut kommen. Das Ergebnis der Bestrahlung ist erst nach einigen Wochen sichtbar. Kurz vor Weihnachten 2014 habe ich einen weiteren Kontrolltermin in der Uniklinik Heidelberg. Dann soll im MRT festgestellt werden, ob die Bestrahlung ein Erfolg war. Mein Arzt Dr. Mercy hat mir gute Hoffnungen gemacht, dass es sich bei dem Tumorherd um einen lokalen Befall handelt und nicht systemisch (Chemotherapie) eingegriffen werden muss. Ich hoffe, Dr. Mercy behält recht.

## **7 Mein Herzinfarkt im Frühjahr 2007**

Im Frühjahr 2007 erlitt ich einen kleineren Herzinfarkt. Der Herzinfarkt hatte sich schon früher angekündigt. Ich kann mich noch gut daran erinnern, wie ich beim Treppensteigen in der Tumorbiologie-Klinik in Freiburg eine schlechte

---

<sup>7</sup> Medizinisch-Technischer Assistent

Sauerstoffversorgung hatte. Ich hatte das Gefühl, ich wäre einen 800m-Sprint gelaufen. Im Brustkorb hatte ich ein Enge-Gefühl und auch die Arme brannten wie nach einer extrem anstrengenden Tätigkeit. Doch ich habe mir bei diesen Beschwerden nichts weiter gedacht. Anfangs dachte ich sogar, es handele sich um eine allergische Reaktion auf den neu verlegten Teppichboden. Nach den drei Wochen Reha in der Klinik für Tumorbilogie in Freiburg war ich wieder einige Wochen zu Hause, ehe das berufliche Praktikum bei der Dow Chemical im Werk Rheinmünster begann. In der zweiten Woche des Praktikums verspürte ich dann zu Hause wieder ähnliche Symptome. Dieses Mal waren die Symptome so schlimm, dass ich mich vor Schmerzen auf dem Boden krümmte. Mein Vater war zu der Zeit noch berufstätig und lag schlafend im Bett, da er gerade von der Nachtschicht nach Hause gekommen war. Ich weckte meinen Vater auf und bat ihn, mich zu unserem damaligen Hausarzt Dr. Smoke zu fahren. Beim Hausarzt angekommen, machte dieser erst mal ein EKG. Er sah sofort, dass etwas mit meinem Herzen nicht in Ordnung war. Er rief den Krankenwagen und spritzte mir eine Dosis Heparin.

Der Krankenwagen war recht schnell vor Ort. Die Sanitäter brachten mich in die Klinik nach Rastatt, welche eine spezialisierte Abteilung für Herzprobleme hat. Dort wurde zunächst ein weiteres EKG gemacht. Danach beschlossen die Ärzte, eine Herzkatheter-Untersuchung durchzuführen. Ich wurde also in den entsprechenden Untersuchungsraum gefahren und dann begannen die Ärzte auch schon mit der Katheter-Untersuchung. Zuerst versuchten die Ärzte über eine Arterie im rechten Handgelenk, einen winzigen Schlauch in Richtung Herz zu schieben. Die Prozedur war sehr schmerzhaft und ich bekam während der Untersuchung Schmerzmittel verabreicht. Nach einiger Zeit mussten die Ärzte feststellen, dass meine Titan-Konstruktion im Rücken die Untersuchung behinderte und keine optimale Abgabe des Kontrastmittels möglich war. Nun versuchten die Ärzte über eine Arterie in der rechten Leiste, sich Zugang zu den Herzadern zu verschaffen. Dies gelang auch. Als die Ärzte mit dem winzigen Schlauch in der Nähe des Herzens angekommen waren, injizierten sie

ein Kontrastmittel, um die Blutversorgung des Herzens zu analysieren. Bei dieser Kontrastmittelgabe wurde eine kleine Blockade (Stenose) in der Herzkammer entdeckt. Nach der Untersuchung wurde ich zur Sicherheit auf die Intensivstation verlegt. Eine Krankenschwester drückte ein kleines, festes Kissen auf die offene Arterie in der rechten Leistengegend. Als ich nach einer Nacht auf der Intensivstation in das normale Krankenzimmer verlegt wurde, tat mir der rechte Unterarm immer noch sehr weh. Insgesamt musste ich eine Woche in der Klinik bleiben, ehe ich entlassen wurde. Über einen Zeitraum von sechs Monaten musste ich dann die gerinnungshemmenden Medikamente einnehmen. Danach wurden die Medikamente, bis auf das Aspirin 100, abgesetzt. Das ASS 100<sup>8</sup> nehme ich auch heute noch jeden Morgen nach dem Frühstück ein. Seit diesem kleineren Herzinfarkt hatte ich keine Probleme mehr mit dem Herzen. Bei der letzten Ultraschall-Untersuchung in Heidelberg sagte der untersuchende Arzt sogar, dass ich ein Sportler-Herz habe. Ich denke, dass ich bei diesem Vorfall extrem viel Glück hatte. Es gibt einige Beispiele aus dem Profi-Fußball, bei denen es nicht so glimpflich ausging.

## **8 Aktueller Zustand (Stand 7. Mai 2015)**

Auf Anraten von Klaus schreibe ich unter diesem Gliederungspunkt auf, wie es mir in den letzten Tagen und Wochen ergangen ist. Am Donnerstag, den 30. April 2015 bin ich wieder aus der Klinik Ottenhöfen entlassen worden. Ja, Sie haben richtig gelesen. Ich war abermals in der Klinik. In der Nacht vom 25. auf 26. Februar 2015 habe ich mich selbst in die Klinik eingewiesen. Ich hatte psychisch bedingte Atemnot. Ich dachte, ich würde ersticken. Immer wenn ich mich hinlegte, kamen diese Atemprobleme auf. Ich dachte mir schon, dass es was mit der Wechselwirkung der Medikamente zu tun hat.

---

<sup>8</sup> Acetylsalicylsäure 100 mg

Von der Atemnot beeinflusst, rief ich die 112 an. Der Mann am anderen Ende der Leitung sagte, dass sie mir einen Krankenwagen schicken. Eine Viertelstunde später traf der Notarztwagen ein. Ich bin freiwillig eingestiegen und habe mit dem Sanitäter ausgemacht, dass wir nach Ottenhöfen in die psycho-somatische Klinik fahren. Zuerst wollte mich der Sanitäter ins nahe gelegene Klinikum Bühl einliefern. Doch nach einigen Minuten des Gesprächs war auch dem Sanitäter klar, dass er es hier mit einem Psychotiker zu tun hat. Ich hatte mir kleine Zettelchen gemacht, auf denen meine Website ([www.almost-published.com](http://www.almost-published.com)) stand, von der man dieses Dokument als pdf-Datei herunterladen kann. Ich habe diese Zettelchen wild an alle möglichen Leute verteilt, bevorzugt an die anwesenden Ärzte. Einige der Pfleger und Ärzte haben dieses Dokument sogar gelesen und ich habe positive Rückmeldungen erhalten.

In Ottenhöfen angekommen, hatte ich ein Einweisungsgespräch mit dem AvD (Arzt vom Dienst). Ich habe viel vom Paradies erzählt und alle Anwesenden dachten, ich sei stark psychotisch. Es wurde ausgemacht, dass ich die Nacht im Überwachungszimmer verbringe. Ich dachte eigentlich, dass eine Nacht im Ü-Zimmer ausreichen würde, um mich wieder in richtige Bahnen zu lenken. Doch aus dieser gedachten einen Nacht wurden dann über acht Wochen. Die ersten zehn Tage habe ich mit Heiko im Überwachungszimmer verbracht. Er war ein lustiger Kumpane. Er hat den ganzen Tag geschlafen, worauf ich sehr neidisch war. Und er musste immer wieder spontan laut loslachen. Ich weiß bis heute nicht, warum er immer wieder lachte. Ich war nicht lange mit Heiko in einem Zimmer. Von einer neuerlichen Psychose geplagt, musste ich wiederum ins Überwachungszimmer verlegt werden. Dort verbrachte ich ca. eine Woche mit Patric und Herrn Billeton. Ich war immer wieder kurz davor, fixiert zu werden. Ich war innerlich so unruhig, dass ich immer wieder im Gang auf und ab gelaufen bin. Oftmals habe ich mir eine Zopiclon (Schlaftablette) geben lassen. Ich hatte wieder vermehrt psychotische Phasen. Anfangs war ich so naiv und habe es sofort den Pflegern gesagt. Sie haben mir dann immer den Ausgang verweigert.



Somit konnte ich meine Spaziergänge an der frischen Luft nicht tätigen, obwohl mir das bei den psychotischen Phasen immer sehr gut geholfen hat. Später habe ich es den Pflegern erst erzählt, nachdem ich schon ein bis zwei Runden gelaufen war und die Mikro-Psychosen sich schon ein wenig gelegt hatten. Ich hatte eine schöne Runde zum Spaziergehen. Von der Klinik durch den Wald hinab zum Campingplatz und wieder an der Straße hoch zur Klinik.

Nach einigen Tagen im Überwachungszimmer bin ich zu Marcel, dem Elsässer, ins Zimmer gekommen. Es war ein Drei-Bett-Zimmer, doch es waren mit mir nur zwei Betten belegt. Marcel war ein sehr angenehmer Kollege. Er war über 15 Wochen lang in der Klinik. Nachdem Marcel ziemlich spontan entlassen wurde, kam Peter auf mein Zimmer. Auch Peter war sehr nett, ein sehr redlicher Leidensgenosse.

Peter hatte zeitweise Wahrnehmungsstörungen, die aber nach einigen Tagen schon verschwanden. Er war sehr groß (1,90 m) und konnte essen, was er wollte. Er blieb einfach ein Handtuch, obwohl er sich größte Mengen Chips und Schokolade reingezogen hat. Eventuell hatte man ihm K.-o.-Tropfen ins Trinken geschüttet. Das war zumindest die These für seine Wahrnehmungsstörungen. Er selbst konnte es sich nicht anders erklären und auch die Ärzte untersuchten ihn – durch eine Blutuntersuchung – dahingehend.

Nachdem Peter entlassen wurde, kam Marco auf mein Zimmer. Marco litt unter Wahnvorstellungen. Mit Marco habe ich meine Süßigkeiten geteilt. Er verlangte immer ein Stück Schokolade oder ein Snickers. Die Wahnvorstellungen schränkten ihn ziemlich ein. Er machte einen etwas ungepflegten Eindruck, obwohl er, seit er bei mir im Zimmer war, täglich duschte. Die Haare waren lang und von einer Frisur konnte keine Rede sein. Sein Bart war ebenfalls lang und ungepflegt. Wir haben nicht allzu viel miteinander geredet. Peter fehlte mir sehr.

Bei diesem, nun sechsten, Aufenthalt in einer psychiatrischen Klinik kann ich nichts Negatives über die Ärzte und die Pfleger berichten. Frau Dr. Zeqiraj war sehr besorgt um mich und auch die Pfleger hatten immer ein offenes Ohr für mich. Während meiner psychotischen Phasen erzählte ich den Anwesenden immer wieder vom Paradies. Ich konnte nicht glauben, warum nur wenige Menschen meine Paradies-Theorie verstehen. Zum Glück wurde ich nicht fixiert, obwohl ich einige Male kurz davor war. Ich konnte von den Pflegern nur hören: „Der schreit so sehr, wenn wir ihn fixieren.“ Die Pfleger haben mich dann auf dem Gang oder gar im Zimmer „spazieren“ gehen lassen.

Eine derjenigen, die die Paradies-Theorie verstanden haben, ist Sonja. Sie leidet wie ich unter Psychosen. Sie hatte auf alle meine Fragen immer die richtige Antwort parat. So fragte ich sie, im psychotischen Wahn, ob ich oder sie die „Hoffnung“ seien. Sie antwortete: „Wir beide sind die Hoffnung.“ Das mit der Hoffnung habe ich von Natalie. Natalie hatte mir diese Geschichte erzählt, in der sich der verkörperte Zweifel und die verkörperte Hoffnung am Straßenrand treffen. Die Hoffnung sagt: „Zweifle nicht, ich bin die Hoffnung. Alles wird gut werden.“

Wie geht es mir jetzt? Ich habe die acht Wochen in der Klinik nutzen können, um etwas stabiler zu werden. Heute (7. Mai 2015) fühle ich mich gut. Die letzte mikro-psychotische Phase war vor einer Woche. Es war der Mittwoch. Eine Nacht vor der geplanten Entlassung. An diesem Mittwoch war ich sehr psychotisch. Ich dachte wieder vermehrt ans Paradies und meine Gedanken waren wie ein Puzzle. Die einzelnen Teile fügten sich zu einem großen Ganzen zusammen. Ich kann mich auch noch daran erinnern, wie ich den Oberarzt der Klinik, Herrn Dr. Dominik F., kurz vor seinem Verlassen der Klinik aufhalten konnte. Ich hörte seine Stimme im Treppenhaus und dachte mir, wenn ich mich beeile, kann ich ihn noch abfangen und ihn nach meinem Manuskript fragen. Ja, ich hatte dem Oberarzt der Klinik den Link zu meiner Homepage und dem Dokument geschickt. Unser Treffen auf dem Parkplatz der Klinik war sehr kurz. Er war kurz

davor loszufahren. Ich fing ihn ab und fragte ihn, ob er meine Paradies-Theorie verstanden habe. Er nickte, lächelte und sagte: „Ja, ich habe es verstanden.“ Das war für mich ein sehr einprägendes Erlebnis.

Erwähnen möchte ich noch Gordon. Gordon war Anfang 20 und litt schon seit einiger Zeit unter Depressionen. Ihm habe ich auch mein Zettelchen mit dem Link zu diesem Manuskript gegeben. Er hat es sich daraufhin durchgelesen und war von dem Gliederungspunkt „Anerkennung“ sehr angetan. Gordon hat meine Paradies-Theorie verstanden. Er hat den Link zu dieser Datei auch an seine Freunde weitergeleitet. Ich fand Gordon sehr sympathisch. Ich mochte seine Art von Humor. Wir haben auch ein bisschen zusammen philosophiert. Seine Ansichten waren von der Depression geprägt. Er war von Haus aus ein Pessimist. Ich bin ein großer Optimist. Er meinte, dass ich mir nicht so viele Sorgen um andere machen sollte. Ich solle mich auf meine Doktorarbeit konzentrieren und die Promotion abschließen. Er war der Meinung, dass es einen Weltfrieden niemals geben würde, da es immer wieder neue, böse Kapitalisten geben wird.

Fast hätte ich Sascha vergessen. Sascha war für einige Nächte mit mir und Peter zusammen im Zimmer. Sascha war ein sehr witziger Typ aus Aschaffenburg. Er litt aber unter körperlichen Symptomen. Er hatte in einigen wenigen Monaten enorm an Gewicht verloren, wobei vieles davon Muskelmasse war. Und er hatte starke Schmerzen im Rücken und in der Hüfte. Sehr wahrscheinlich leidet Sascha an einer Muskel- oder Knochen-Krankheit. Er war jedoch in der Klinik am falschen Platz. Sascha ist der Cousin von der TV-Moderatorin Rosemie Schmalhans (jetzt Zimmerer). Er war schon etwas stolz auf diese Verwandtschaft. Und doch ist es schon eine ganze Weile her, seitdem sich die beiden gesehen haben. Es war witzig, dass zwei Patienten mit dem gleichen Vornamen in einem Zimmer waren. Sobald Peter den Namen „Sascha“ rief, haben wir uns immer beide umgedreht. Das war witzig bis nervig zugleich.

Ich hätte mir nie träumen lassen, dass aus dieser gedachten einen Nacht dann acht Wochen wurden. Für meine Eltern, vor allem für meinen Vater, war es aber gut, dass ich nicht zu Hause war. Ich hatte mit meinem Vater etwas Zoff, denn er war von meinen Paradies-Gedanken sichtlich genervt. Zu meiner Atemnot und meinem Plan, den Krankenwagen zu rufen, sagte er nur „Mach, was du willst.“ Und so rief ich den Krankenwagen. Meine Eltern haben mich dankenswerterweise regelmäßig in der Klinik besucht.

Ich habe das Gefühl, dass ich in den letzten Wochen etwas stabiler geworden bin. Die meiste Zeit kann ich auf das Tavor (Lorazepam) verzichten. Sobald ich mich psychotisch fühle, mache ich einen Spaziergang oder eine Radtour. Die Nachbarn werden sich schon wundern, warum ich wie ein Irrer um den Block laufe. Es tut mir gut, mich zu bewegen und es ist mir egal, was andere denken.

## **9 In Dankbarkeit**

Wenn ich jemals etwas weiter geblickt haben sollte, dann ist es, weil ich als Zwerg auf den Schultern von Giganten stehe. Giganten wie Platon, Sokrates, Kierkegaard, Einstein, Timothy Ferriss, Steve Jobs etc. Danken möchte ich auch meinen realen Freunden wie Tim, Uli, Benny, Sven, Johannes, Marc, Timm, Thomas und allen anderen, die sich angesprochen fühlen. Besonders Benny und Karl haben mir beim Wohnungsumzug sehr viel geholfen.

## **10 Zitierungen bzw. Quellenangaben**

Ich bin der Meinung, dass zahlreiche Quellenangaben im Fließtext nur die Lesbarkeit verschlechtern. Aus diesem Grund habe ich im Fließtext Quellenangaben weitgehend weggelassen. Dies hole ich nun hier an dieser Stelle nach.

Das erste Zitat stammt von Timothy Ferriss. Er ist ein Meister des Life Designs und hat drei Bestseller (4-hour Work Week, 4-hour Body und 4-hour Chef) publiziert. Ich würde sagen, dass er in

Deutschland leider recht unbekannt ist. Einige Menschen in Deutschland haben wohl sein Buch „The 4-hour Work Week“ gelesen. Nun zum Zitat: In seinem Buch „The 4-hour Body“ schreibt er in der Präambel, dass man nicht so dumm sein und sich selbst das Leben nehmen sollte. Man würde sich und ihn sehr unglücklich machen. Das Zitat habe ich erweitert und eingeschlossen, dass man auch anderen Menschen nichts antun sollte.

Das zweite Zitat „Wenn ich jemals etwas weiter geblickt haben sollte, (...)“ wird Isaac Newton zugeschrieben. Es wurde wohl schon vor Isaac verwendet. Den Ausspruch „the pleasure of finding things out“ in der E-Mail an Steve Jobs ist von Richard Feynman aus seinem gleichnamigen Buch.

Generell ist es etwas schwierig festzustellen, wer was wann gesagt hat. Oftmals werden Zitate falsch zugeschrieben. Der Teufel schießt auf den größten Haufen. Oder es regnet immer dorthin, wo es schon nass ist. Für diesen Matthäus-Effekt gibt es auch ein Gesetz (Stiglers Gesetz), das besagt, dass keine wissenschaftliche Entdeckung nach ihrem Entdecker benannt ist. So wurde die Gauß-Verteilung nicht von Carl Friedrich Gauß, sondern von Abraham de Moivre entdeckt. Die Regel von L'Hospital stammt von Johann Bernoulli. Mit Zitaten verhält es sich ähnlich.

## 11 Schluss

So, das war's nun. Über 16.000 Wörter hinweg habe ich versucht, meine Gedanken und Erlebnisse auf Papier zu bringen. Ich hoffe sehr, dass ihr da draußen meine Gedanken nachvollziehen könnt und entsprechend handelt. Es ist etwas größenwahnsinnig, doch ich denke, dass dieses Büchlein für einige der Schlüssel zum Paradies ist. Wenn wir alle zusammenhalten, können wir das Paradies für alle erschaffen. Der Weltfrieden ist und bleibt mein größter Wunsch. Es gibt zwar ein Zitat „Was ist die Steigerung von Utopie? – Frieden unter den Menschen.“ Doch mich schreckt dieses Zitat nicht davon ab, das Unmögliche zu versuchen.

Connect the dots and define your fears.  
Shark Twayne



