

Was weißt du schon?

Sabine Schaub wurde 1970 im Lahn-Dill-Kreis geboren. Mit 16 Jahren erkrankte sie an Morbus Crohn, absolvierte anschließend dennoch erfolgreich eine Ausbildung zur Arzthelferin. 1994 wurde sie erwerbsunfähig. Heute ist sie als Autorin aktiv. Mit ihren Werken möchte Sabine Betroffenen helfen, nicht an schweren Schicksalsschlägen zu verzweifeln. Wir danken ihr, dass sie ihre Gedanken mit uns teilt.

Was weißt DU schon davon? Einen Menschen zu beurteilen, dessen Geschichte du nicht kennst, ist wie ein Buch zu bewerten nachdem du zwei Zeilen gelesen hast. **Viel zu schnell werden in der heutigen Zeit, in unserer Gesellschaft „Urteile“ ausgesprochen.** Es werden Menschen für ihr Aussehen und für ihr Verhalten „verurteilt“.

Nachdem ich monatelang in einer Klinik wegen einer schweren Depression behandelt wurde, sprach mich mein Nachbar an. Er meinte, mein Mann sei dieses Jahr sehr faul gewesen, weil er unsere Hecke nicht geschnitten habe.

WAS WEISST DU SCHON DAVON?

Das mein Mann einfach keine Zeit für so etwas hatte, weil er in Selbstständigkeit arbeitete, sich um unsere Tochter kümmerte und dazu noch den Haushalt schmiss ...!

Eine Jugendliche (super gestylt, tolle Figur, schöne lange Haare, perfekt geschminkt) sitzt in einem Zug. Sie schaut aus dem Fenster. Dort sieht sie eine sehr korpulente Frau auf dem Bahnsteig rennen weil sie den Zug noch erreichen möchte. Leider fährt ihr der Zug vor der Nase weg. Die Jugendliche lacht sie aus. Sie denkt, wenn sich die Fette beim Essen mal beherrschen würde, hätte sie den Zug nicht verpasst. **WAS WEISST DU SCHON DAVON?**

Das diese Frau schon etliche Klinikaufenthalte und Psychotherapien hinter sich hat weil sie schon seit ihrer Jugend an Depressionen leidet. Sie ohne das Antidepressiva suizidgefährdet wäre und dadurch 30 kg zugenommen hat. Infolgedessen, nach solchen Situationen, abends weinend im Bett liegt, obwohl sie sich strikt an ihren Diätplan hält und trotzdem nicht abnimmt.

Die Frau, die sich über diesen ungepflegten Mann aufregt, der wartet bis die Tafel öffnet. Sie denkt, er solle lieber arbeiten gehen, als uns auf der Tasche zu liegen.

WAS WEISST DU SCHON DAVON?

Das genau dieser Mann vor einigen Jahren Geschäftsführer einer renommierten Firma war, er ganz plötzlich und unverhofft an einer psychischen Störung erkrankte. Das er lange Zeit in der Psychiatrie verbrachte und alles verlor, was er je besaß. Zudem auch noch durch das soziale Netz fiel. Genau dieser Mann steht heute wartend vor der noch geschlossenen Türe der Tafel, weil er Hunger hat. Hofft, wie jeden Tag, das ihn niemand erkennt, weil er sich abgrundtief schämt.

Der Mann, der die volltrunkene Frau auf dem Gehweg zusammengekauert liegen sieht. Sich Gedanken darüber macht, wie man sich als Frau nur so gehen lassen kann und das auch noch in der Öffentlichkeit.

WAS WEISST DU SCHON DAVON?

Das diese Frau, die vor einem halben Jahr von der Polizei mitgeteilt bekam, dass ihr Mann, den sie so sehr liebte, tödlich verunglückte. Das sie immer noch „am Boden zerstört“ ist, weil sie diesen unendlichen Schmerz nur mit Alkohol betäuben und ertragen kann. Und das sie es jetzt, in diesem Moment nicht mehr schafft, mit ihrem Handy ein Taxi zu rufen.

Die Frau, die sich tierisch über den Teenager aufregt, weil er in der Behindertentoilette verschwindet. Sich nicht, so wie sie selbst, ans Ende der Schlange zur Nichtbehinderten-Toilette anstellt. Sie äußert laut wie unverschämt die Jugendlichen heutzutage sind.

WAS WEISST DU SCHON DAVON?

Der Teenager der vor der Nichtbehinderten- Toilette eine Schlange Menschen wartend stehen sieht. Der Schweißausbrüche bekommt weil er Panik hat, in die Hose zu machen. Der in einer so großen Not ist, das er auf die Behindertentoilette geht. Es ihm selbst höchst unangenehm und peinlich ist, dort hineinzugehen.

Der vor einem halben Jahr erst die Diagnose „Morbus Crohn“ (chronisch entzündliche Darmerkrankung) bekam. Er heute noch nicht weiß, wie er mit dieser Krankheit umgehen soll. Dort am eigenen Leib zu spüren bekam wie schnell die Leute urteilen. Der im Grunde froh ist, das seine Mitmenschen ihm seine chronische Erkrankung nicht ansehen. Aber gerade das hätte er sich in dieser Situation mehr als andere gewünscht.

Das sind nur ein paar kleine Beispiele davon, wie schnell wir unsere Mitmenschen verurteilen. Ich selbst habe meine Mitmenschen auch sehr oft verurteilt. Heute weiß ich, dass ich mir kein Urteil über Menschen bilde, bevor ich nicht ihre Geschichte nicht kenne. Jeder Mensch hat im Laufe seines Lebens Erfahrungen gemacht. Das hat ihn zu dem gemacht, was er heute ist und wie er sich verhält. Für mich gibt es immer einen Grund, warum ein Mensch so ist wie er ist.

Heute denke ich, wenn jemand z.B. sehr verbittert ist, dass er in seinem Leben schon Dinge erfahren hat, die ihm zu dem gemacht haben, was er jetzt ist. Er tut mir dann sogar ein wenig leid.

Am Ende noch eine Verurteilung die ich selbst ausgesprochen habe. Es tut mir aus vollem Herzen leid. Ich schäme mich heute noch dafür. Aber ich konnte es erst verstehen, als ich selbst erkrankte: Als Robert Enke im Jahre 2009 Suizid begang und ich es durch die Medien erfuhr, sagte ich, dass er mal eine Psychotherapie hätte machen sollen, dann sei er heute noch am Leben.

WAS WUSSTE ICH SCHON DAVON?

Das es so schwere Depressionen gibt, die eine Psychotherapie und auch Antidepressiva nicht auffangen können.

Aufgrund meiner Depression verschwanden alle meine Gefühle und Gedanken. Eine unendliche Leere breitete sich in mir aus. Alle Interessen verschwanden und zuletzt saß ich nur noch da, in einer leeren Hülle, die man Körper nennt und starrte vor mich hin. Das es mir als Depressive nicht mehr gelang meinen Alltag zu bewältigen und jede alltägliche Situation mich grenzenlos überforderte, sah man mir nicht an.

Nur noch unendliche Hoffnungslosigkeit existierte in mir. Irgendwann wurde der Leidensdruck immens hoch, sodass ich Suizid begehen wollte. Nicht weil ich nicht mehr leben wollte, nein, weil ich das Leben so wie es war, nicht mehr aushielt.

Sabine Schaub