

As Leb'n is a Freid – Eine Kolumne von Lisa Maria Schweidler

14. Warum mir mehr am Arsch vorbei gehen muss

Ich war kürzlich das vierte Mal beim Proktologen meines Vertrauens, weil ich seit inzwischen fünf Jahren mit etwas sehr Unangenehmen zu tun habe: einer chronischen Analfissur. Alles begann, als ich bereits ein paar Jahre im Reisebüro arbeitete. Das tägliche Sitzen gefiel meinem Po gar nicht. Erst dachte ich, dass ich es mit entzündeten Hämorrhoiden zu tun hatte. Diese besitzt jeder Mensch und es handelt sich dabei um Gefäßpolster am Ausgang des Enddarms, die den Schließmuskel dabei unterstützen, dass keine Darmentleerung unkontrolliert geschieht. Aber wie ich bei einem Arzttermin herausfand, hatte sich mit der Zeit eine Fissur gebildet. Das ist ein kleiner Einriss in der sehr dünnen und empfindlichen Analschleimhaut. Dieser blutet und reißt bei jedem Stuhlgang auf und ich kann euch sagen, auf der Toilette vor Schmerzen zu weinen ist echt eine Erfahrung, auf die ich hätte verzichten können.

Anyway, hierzu eine interessante Anekdote. Ich war zum Work & Travel in Australien und nahm an einem 10 tägigen Schweige-Meditationskurs teil, bei dem man 95% nur sitzt. Das gefiel meinem Allerwertesten überhaupt nicht und die Analfissur war nach dem Kurs so schlimm, dass ich nur noch sehr langsam gehen und fast nicht mehr sitzen konnte. In dieser sehr schmerzhaften Phase erinnerte ich mich an eine Situation, die Jahre zurück lag. Mein guter Freund Timo war damals auch zum Arbeiten in Australien gewesen. Während eines Whatsapp Calls berichtete er mir davon, dass sein Bankkonto gehackt wurde und er ein paar tausend Dollar an Unbekannte verloren hatte. Ich überlegte fieberhaft, wie ich meinen Unmut gegenüber den Verbrechern am besten ausdrücken konnte und fand schließlich folgende Worte: *„Und den Grattlern, den mistigen, wünsch i Hämorrhoiden!“*. Das ist tiefstes Bayerisch für *„Diesen elendigen Verbrechern wünsche ich Hämorrhoiden!“*. Dass ich nun selbst mit entzündeten Hämorrhoiden bzw. einer Analfissur in Australien saß, nenne ich mal die Ironie des Schicksals. Mir wurde bewusst, dass man es sich tatsächlich immer sehr gut überlegen sollte, was man anderen Menschen wünscht. Denn in diesem Universum kommt das, was man aussendet, IMMER wieder zu einem zurück. Das ist ein Gesetz.

Um die Story abzuschließen: meine Fissur ist immer noch nicht ganz verheilt, aber auf einem sehr guten Weg der Besserung. Mein Proktologe sagte letztens während des Notfalltermins zu mir, nachdem ich ihm verzweifelt davon berichtete, dass ich mit meinem Latein echt am Ende war und die Lösung auch in keiner Ernährungsform finden konnte, folgendes: *„Frau Schweidler, diese Fissur hat nichts mit Ihrer Ernährung zu tun und ist zum Teil auch genetisch bedingt. Sie müssen lernen, sich zu entspannen und sprichwörtlich mehr am Arsch vorbei gehen lassen. Manche Dinge unseres Körpers müssen wir zudem einfach so akzeptieren, wie sie sind und diese Akzeptanz kann bereits ein Schritt in Richtung Heilung sein!“*.

Ich hatte Tränen der Erleichterung in den Augen, als ich den Termin verließ und meldete mich erst mal zu einer Yin Yoga Stunde an und speckte meinen Terminkalender rapide ab. Das Interessante dabei ist, dass ich durch weniger Termine viel effizienter die Dinge schaffe, die ich schaffen möchte und mein Po freut sich auch darüber. In diesem Sinne, eine Analfissur „is koa Freid“, gehört aber nun mal zu meinem Weg dazu und ich bin auf dem besten Wege, diese ganz loszulassen. Und dann stimmt mein Motto auch wieder „As Leb'n is a Freid“.