

Wenn die Nacht ruft

Evangeline Spahr, 4d

Es begann harmlos. Eine normale Nacht, wie so viele zuvor. Ich lag im Bett, die Decke bis zum Kinn hochgezogen und mein Kuscheltier eng in meinem Arm. Mein Atem ging tief und gleichmässig und mit jedem Atemzug liess ich die Anstrengungen des Tages hinter mir. Meine Augenlider wurden schwer und fielen mir zu. Ich war eingeschlafen. Aber plötzlich wurde ich durch ein Gefühl der Unruhe aus meinem Traum gerissen. Ich hörte ein leises Rascheln neben mir. Als ich mich zur Seite drehte, um das Geräusch ausfindig zu machen, schien es so, als ob das Geräusch wanderte. Ich suchte mit verschlafenen Augen den dunklen Raum ab und dann sah ich es. Eine Katze. Nein, mehrere. Sie sassen auf der Fensterbank, ausdruckslos und unbekümmert. Ihre starrenden Augen glühten in der Dunkelheit. Ich versuchte mich zu beruhigen – nur eine Halluzination, sagte ich mir. Vielleicht eine Parasomnie, das hatte ich schon mal gehört, die sind ja ganz ungefährlich. Am Morgen sollte alles wieder vorbei sein. Und so war es auch.

Am nächsten Tag lachte ich über den Traum mit den Katzen und über die Unruhe, die er in mir ausgelöst hatte. Doch in der Nacht darauf kam es wieder. Dieses Mal wurde ich von einem schweren Druck in meiner Brust geweckt. Es fühlte sich so an, als hätte mich jemand auf die Matratze gedrückt. Bei genauem Hinschauen stellte sich heraus, dass es sich wieder um eine Katze handelte. Schon wieder schaute sie mich mit diesem ausdruckslosen Blick an. Eine weitere Katze hüpfte auf mein Bett. Ich stiess ein genervtes Seufzen aus und schaute sie etwas böse an. Ich habe schliesslich keine Angst vor Katzen. Als mich die Katze ein zweites Mal anblickte, hörte ich ein sanftes Klavierspielen vom Zimmer nebenan. Die Melodie kam mir vertraut vor. Die Melodie hatte etwas Unheimliches an sich, etwas, das ich nicht ganz fassen konnte. Ich spürte, wie etwas hier war. Etwas in meinem Zimmer.

Die Nächte verschwammen miteinander, die nächtlichen Phänomene wurden häufiger. Immer wieder dasselbe. Erst die schwere Last auf meiner Brust, dann die Geräusche, die Katzen, die am Rand meines Blickfelds lauerten. Die Klaviermelodien wurden unheimlicher und schiefer. Und dann, dann kam die Nacht, in der sich alles veränderte. Ich lag dort, bewegungslos und sah eine dunkle Schattengestalt, die sich über mich beugte. Still, doch ich konnte ihre Anwesenheit fühlen. Ein Druck auf meiner Brust und eine leichte Berührung an meinem Hals von kalten Händen.

Ich konnte nichts tun. Ich versuchte zu schreien, doch so fest ich es auch versuchte, ich konnte keinen Laut von mir geben.

Als ich am Morgen danach aufwachte, schienen die Wände meiner Wohnung enger zu sein. Die Dunkelheit aus meinen Träumen schlich sich in den Tag. Ich spürte die Gefahr, wenn ich durch die Flure meiner Wohnung ging. Da war immer etwas hinter mir. Ich drehte mich um und nichts war zu sehen. Aber ich wusste, dass etwas dort war.

Dann kam der Abend, an dem ich fliehen wollte. Ich wollte einfach nur aus meinem Zimmer weg, weg von den Katzen, weg von der unheimlichen Musik. Die Tür. Sie ging nicht auf. Ich riss an der Klinke, vergeblich. Panik breitete sich in mir aus. Ich rannte zum Fenster. Ich brauchte frische Luft, doch statt Erleichterung schlug mir eiskalter Wind ins Gesicht. Der Wind war so kalt, dass ich kaum atmen konnte und dann hörte ich hinter mir ein Schreien. Es hörte sich an wie mein Schreien. Sofort kehrte ich mich um und dort stand er. Ein grosser Mann, so gross, dass er sich bücken musste, um sich nicht den Kopf an der Zimmerdecke anzustossen. Er trug einen dicken Mantel gepaart mit einem Hut. Als er diesen von seinem Kopf nahm, kamen Katzen heraus. Ich sprang unter meine Bettdecke, griff nach meinem Kuscheltier und betete, dass es mich von dieser Boshaftheit beschützen würde. Nachdem ich mich beruhigt hatte, blickte ich vorsichtig zu dem Mann, um festzustellen, dass es nur ein Kleiderständer war, an dem ich meine Winterkleidung aufgehängt hatte.

Ich bemerkte, wie schlimm meine Alpträume wurden und suchte mir einen Schlaftherapeuten. Die Sitzungen halfen mir, meine Ängste zu verstehen und mit den Alpträumen umzugehen. Nach und nach lernte ich Techniken, die mir ermöglichten, die Kontrolle über meine Nächte zurückzugewinnen. Das Ganze liegt schon länger als ein Jahr zurück, aber ich kann nun stolz berichten, dass ich sie nur noch selten erlebe.

Heute teile ich meine Geschichte, um anderen, die unter ähnlichen Schlafstörungen leiden, Stärke und Hoffnung zu geben. Es gibt immer einen Ausweg und ihr seid nicht allein in diesem Kampf, also gebt bitte niemals auf!

Als ich gerade an meinem Laptop tippe, höre ich plötzlich ein Geräusch hinter mir. Etwas fällt mit einem dumpfen Klang zu Boden. Ich drehte mich um und sehe eine schwarze Katze, die neugierig in die Wohnung schleicht. Mein Herz schlug schneller, während ich sie beobachtete. Was bedeutet das? Ein Gefühl der Unruhe überkommt mich, ich spüre Enge im Hals, ein Schauer läuft mir über den Rücken und ich weiss, dass meine Geschichte noch lange nicht zu Ende ist.