

# Höhensonne

E. Danieli



Mit Bestimmtheit hatten wir weder Storchenbeine noch einen Watschelgang, keinen Gebissverfall, keine krummen Schienbeine und sicher keine unreine Haut, und von einem Buckel konnte keine Rede sein. Schmerzen in den Muskeln, in den Knien, Füßen waren vorgekommen, aber wir waren ja schliesslich Kinder, und mit den Schwächegefühlen ist es so eine Sache: Welcher Jugend werden denn solche nicht jederzeit vorgeworfen? Muskelschlaffheit eher als Form einer allgemeinen Erschlaffung wurde uns zwar nachgesagt, und vor O-Beinen wurden wir frühzeitig gewarnt: So könnte das Heiraten zum Problem werden. Haltung, wurde auch gemeint, und schliesslich hatte es selbst Thomas Mann gesagt, Haltung ist doch alles. Also: Haltet euch Kinder doch um Himmels willen aufrecht! Wir lebten halt in lichtarmen Zonen, in Nebelluft, Staub und unter Wolken und mehr in der Winterzeit als im belichteten Sommer, am Ende der

fünfziger Jahre waren die klimatischen Verhältnisse doch eng und kalt. Uns fehlte also nichts anderes als genügend Licht, Luft, Sonne, gleichsam Belichtung, Sommer, Besonnung.

Gegen die englische Krankheit hatten wir auf zwei Ebenen anzutreten: Mit Abscheu und unter Zwang tranken wir täglich zwei Teelöffel Lebertran (*Oleum jecoris*), hergestellt aus unzähligen Lebern von Meerdorscharten, und dieser Saft hatte keineswegs nur einen eigenartigen Geruch und Geschmack, wie es hiess, er war scheusslich, grässlich, widerlich.

Doch der Lebertran allein genügte nicht, hinzu kam die Handlampe, und diese hatte Zauberkräfte: Denn nur so kamen wir Geschwister gemeinsam unter die künstliche Sonne, unter die Höhensonne, die Quecksilberdampf- oder Quarzlampe. Zu Hause und beinahe nackt auf dem Ehebett der Eltern. Peinlich genau wurden auf den Abstand zur Lampe – nie unter 80 Zentimeter – und auf die regelmässige Durchführung, die Kur, der Besonnung – alle ein bis zwei Tage – geachtet. Und begonnen wurde, lächerlich kurz nur, mit kaum einer Minute, am Ende waren wir immerhin bei einer guten Viertelstunde angelangt. So wurde uns garantiert, dass wir später, als Erwachsene einst, ganz sicher einen aufrechten Gang haben würden. Ultraviolett hiess das blaue Licht, das unsere Körper wie Präparate minutenlang von hinten und minutenlang von vorn und seitlich von rechts und seitlich von links anstrahlte. Und um uns oder unsere Augen vor Blindheit zu schützen, hatten wir schwarzgläserige, enganliegende Taucherbrillen zu tragen. Einzig schmerzhaft an der ganzen Prozedur waren die viel zu engen Gummizüge der Brillenbänder in unseren Nackenhaaren. Merkwürdig genug kam mir der Hinweis auf die Schneeblindheit vor, denn meine oftmals tränenden Augen und die Lichtscheu wurden eben als Folge der künstlichen Sonne interpretiert. (Dass es sich dabei um eine *Keratitis photoelectrica* handelte, erfuhr ich viel später.) Doch die Sache mit den Brillen machte die Besonnung auch ein wenig unheimlich und spannend: Denn durch die Brillengläser hindurch kamen uns das helle, grosse Zimmer klein und dunkel und unsere Körper verzerrt und unwirklich vor. Berührten wir uns gegenseitig, tasteten wir wie Blinde: Nähe und Distanz waren ununterscheidbar. Nur beim, aller-

Korrespondenz:  
Dr. med. Enrico Danieli  
Seefeldstrasse 128  
CH-8008 Zürich

dings streng verbotenen, Anheben der Brillenränder blendeten uns die Strahlen der Sonne schmerzhaft: Erst jetzt wussten wir, dass wir tatsächlich nackt waren, also versteckten wir uns lieber brav hinter den Brillen, um unsere Gesichtsröte unsichtbar zu machen und um uns nicht zu verraten. Zu den grotesken Besonnungsszenen gehörten also unsere Taucherbrillen, unsere hemmungslose Nacktheit, unser Wissen um die Gefahren der Erblindung, unsere eigenen, uns aber fremden Schatten, der Geruch nach verbranntem Staub, der säuerliche Geruch unserer erhitzten Kinderkörper. Da uns die Sonnenstrahlen aufweckten, umherjagten, zappelig machten, wurden Dompteurkünste der wegen der Strahlung im Raum nie anwesenden, aber hinter der Türe horchenden und spähenden Eltern nötig. Und danach war an Schlaf nicht mehr zu denken: Denn die Sonne schien noch lange nachts. Doch der Zauber der Höhenbesonnung dauert nicht mehr lange. Von lächerlichen 4 Tropfen Vitamin D täglich wurde er für immer zerstört.

Seltsam mutet an, dass heute wieder von Lichttherapie geredet wird. Licht als Lebenselixier, Licht für Vitalität, für die Lebensfreude, Licht als Zeitgeber. So wird geworben und gesagt, dass schon einige Minuten Lichttherapie am Tag das gewohnte körperliche Wohlbefinden wiederherstellt. Nun sind aber nicht mehr Kinder, sondern Erwachsene die Kunden für die Lichttherapie- oder Chronoluxleuchten gegen Depression oder «seasonal affective disorders». Wobei ein Ultraviolettanteil zur Therapie gar nicht notwendig sei. Zukünftig sollen «light visors» angeboten werden, Kappen, an deren unteren Schirmrand Leuchtdioden angebracht sind: Voraussetzung für einen Erfolg scheint also eine stets scheinende Sonne zu sein.

Dass wir damals depressive Kinder gewesen sind, ist nicht anzunehmen, und Schläffheit ist zum Glück bis heute noch kein Hauptsymptom der jugendlichen Depression.