

Susanne Bäumer

A Abgeschminkt

Eine Psychologin
lässt ihre Maske fallen

KOHA

Wichtiger Hinweis

Die im Buch veröffentlichten Empfehlungen wurden von Verfasserin und Verlag sorgfältig erarbeitet und geprüft. Eine Garantie kann dennoch nicht übernommen werden. Ebenso ist die Haftung der Verfasserin beziehungsweise des Verlages und seiner Beauftragten für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ausgeschlossen.

© KOHA-Verlag GmbH Burgrain

Alle Rechte vorbehalten

1. Auflage 2015

Lektorat: Inge Mues

Umschlagbild: Claudia Larsen, Zürich

Covergestaltung: Sabine Dunst/Guter Punkt, München

Fotos: fotolia

Layout: Birgit-Inga Weber

Gesamtherstellung: Karin Schnellbach

Druck: CPI Moravia Books

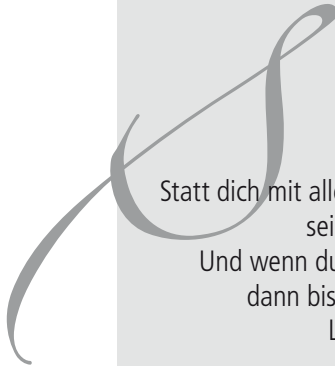
ISBN 978-3-86728-275-8



Inhaltsverzeichnis

Einleitung	9
Wie alles begann	13
Wut und Ohnmacht	36
Auf leisen Sohlen	77
Keine Zeit zum Leben	103
Erkenntniscamp Sexualität	148
Leben hinter Glas	166
Eine Welt ohne Welt	203
Überlebensstrategie Verzicht	249
Wenn die Nacht zur Hölle wird	262
Wenn am Ende alles anders ist, als am Anfang das Ende war	279
Danksagung	282

In Liebe und Dankbarkeit
für meine Eltern



Statt dich mit allem zu beschäftigen,
sei Alles.
Und wenn du zu Allem wirst,
dann bist du Nichts.
Leer.

Rumi

Einleitung

Liebe Leserin, lieber Leser,

seit dreißig Jahren arbeite ich als Psychotherapeutin mit Menschen, die sich unglücklich fühlen, mit ihrem Leben überfordert sind und ungeheuer strampeln müssen, um nicht unterzugehen – auf dieser schönen Welt. Sie erfüllen wacker ihre Pflichten und verstecken hinter Masken ihre wahren Gefühle. Wie sollen diese Menschen – wir – die von uns krank gemachte Erde heilen?

Ich bin solch ein Mensch – gewesen. Aufgewachsen in einer typischen Nachkriegsfamilie mit entsprechenden Problemen, entwickelten sich bei mir seelische und körperliche Leiden in solcher Vielzahl, dass sie ein ganzes Lehrbuch füllen könnten. Aus der Rückschau betrachtet, führten mich jedoch ebendiese traumatischen Erfahrungen zu meiner wichtigsten Lebensaufgabe, nämlich diese Krankheiten durch eigenes Erleben zu erforschen, in die Heilung zu bringen und mein so erlangtes Wissen in meiner Arbeit anderen zur Verfügung zu stellen.

In diesem Buch beschreibe ich in einer klaren Sprache schonungslos meine Geschichte. Ich tue das, um deutlich zu machen, dass nur die nackte Wahrheit mich – und damit die Menschen – tiefgreifend transformieren kann.

Als Therapeutin beobachte ich, dass wir Menschen uns viele gute und nützliche Verhaltensweisen durch Therapien und Selbsthilfebücher aneignen können. Geraten wir dann in körperlich und nervlich belastende Umstände, scheitern wir wiederholt dabei, neue Verhaltensweisen auch erfolgreich anzuwenden. »Die Lösung kann nicht auf derselben Ebene liegen wie das Problem.« (Albert Einstein)

In meinem neuen Bewusstsein erkannte ich, dass wir eine nachhaltige Verhaltensänderung nur auf einer neuen Bewusstseinsstufe

erreichen können. Es ist verständlich, zu glauben, wir könnten uns auf diese Weise die psychologische »Müllentsorgung« ersparen. Das aber halte ich für eine Illusion.

Viele hegen die Vorstellung, die innere Aufräumarbeit müsse nicht gemacht werden. Und dann passiert nichts anders, als dass wir zu inneren Messies werden. Oder wir nehmen unseren inneren Kram und schmeißen ihn anderen vor die Füße. Wir geben ihnen die Schuld an unserem Elend. Auch werden wir in unserem gewohnten Hamsterrad eher ausgelaut als erleuchtet.

Meiner Meinung nach findet Entwicklung über Selbsterkenntnis und Verhaltensänderung statt. Ändern sich für uns die äußeren Umstände unseres Lebens, werden wir zu neuem Verhalten aufgefordert. Was machen wir aber, wenn sich die Umstände nur sehr träge verändern?

Zu glauben, es würde Erwachen und ewiges Glück bringen, nur zu meditieren, ist genauso ein Irrweg, wie zu glauben, nur das Wälzen in Problemen würde es bringen. Beides allein bleibt erfolglos.

Um auf eine neue Bewusstseinsstufe zu gelangen, ist es hilfreich, sich selbst zu erkennen, sich selbst kennenzulernen. Es gibt keine Abkürzung, wenn ich wirklich aus meinem seelischen und körperlichen Elend herauswill. Mache ich jeden einzelnen neuen Schritt – wie Gefühlsklärung, Vergebung, vernünftiges Denken, inneres Lauschen und innere Stille – mit Sorgfalt und Achtsamkeit, dann werde ich mit einer neuen Bewusstseinsstufe überrascht.

Dieses Buch ist keine Opfergeschichte. Es ist vielmehr die bewusste Annahme von Verantwortung. Es ist das Erkennen und Anerkennen von Schicksal, von raumzeitlichen Umständen, in denen ich mir plötzlich meiner selbst bewusst wurde. In denen ich meine problemvollen Gedanken- und Verhaltensmuster wahrnahm und sie Stück für Stück in gesündere veränderte.

Aus heutiger Sicht verstehe ich, warum ich mein neurotisches Verhalten erschaffen habe, und ich erkenne den Irrwitz in dem, wie ich mich und die Welt sah. Mir erscheint eine humorige Sicht auf meine vergeblichen Versuche, mein inneres Licht zu verdunkeln, mehr als treffend. Wenn ich weinen würde, hätte ich es nicht verstanden.

Zwei Qualitäten retteten mich auf meinem Weg aus den Störungen: meine tiefe Sehnsucht nach Gesundung und mein Durchhaltevermögen.

Im Laufe meiner langjährigen Praxis als Psychotherapeutin weiß ich, dass viele Therapien scheitern, weil die Menschen keine Geduld aufbringen und ihre inneren und äußeren Arbeiten eben nicht machen.

Mit meiner Geschichte möchte ich Sie als Leserin und Leser einladen, sich bewusst auf die eigene Reise zu begeben. Selbsterkenntnis ist eine notwendige Voraussetzung, um das neue Bewusstsein zu sich einzuladen.

Im ersten Kapitel dieses Buches beschreibe ich meine Kindheit und Jugend bis zu meinem Auszug nach Berlin. Es zeigt hauptsächlich die Faktoren – beziehungsweise den Nährboden –, anhand derer sich meiner Ansicht nach meine psychologischen Probleme herausbildeten. Zeitsprünge und chronologische Brüche beim Erzählen bleiben dabei nicht aus. Doch Sie werden sie leicht nachvollziehen können.

Dies ist keine Biografie. Mir ist es sehr wichtig zu betonen, dass ich meine ganz persönliche Sicht als jüngstes Kind der Familie beschreibe.

Die weiteren acht Kapitel befassen sich dann mit jeweils einem Problembereich.

Der erste Teil jedes Kapitels, zum Beispiel »Leben mit Wut und Ohnmacht«, schildert all die Verhaltensweisen, Gefühls- und Gedankenmuster, unter denen ich damals, bezogen auf das jeweilige Krankheitsbild, litt.

Im zweiten Teil jedes Kapitels beschreibe ich die Schritte, die zu meiner Gesundung und persönlichen Entwicklung beigetragen haben. Neben den Erlebnissen, die mir neue Erkenntnisse und Einsichten brachten, zählen dazu auch eine Vielzahl konkret beschriebener Übungen und Methoden.

Die Namen der beteiligten Personen habe ich frei erfunden.

Es ist mir wichtig, darauf hinzuweisen, dass jeder einzelne Heilungsschritt für jedes der beschriebenen Problemthemen hilfreich

war. Meinen heutigen gesunden und glücklichen Zustand verdanke ich meinem gesamten Einsatz.

Ich möchte mit meinem Buch all den Menschen Mut machen, die sich selbst in den Problemen wiederfinden und sich für die eigene Gesundheit engagieren. Darüber hinaus mögen sich auch die angesprochen fühlen, die Menschen in Krisensituationen erleben beziehungsweise begleiten.

Berlin, Januar 2015

Susanne Bäumer



Wie alles begann

Kindheit und Jugend

Notgezeugt und notgetauft

Ich bin das vierte und jüngste Kind in meiner Familie. Im Abstand von zwei Jahren kamen zuerst meine beiden Brüder auf die Welt. Ihnen folgte wiederum zwei Jahre später meine Schwester Ute – allerdings starb sie bereits an ihrem ersten Erdentag an der Rhesusfaktor-unverträglichkeit unserer Eltern. Ein Jahr später, im Dezember 1958, holten mich die Ärzte sechs Wochen vor dem Geburtstermin mit der Saugglocke. Kaum erblickte ich das Licht der Welt, tauschten sie mein gesamtes Blut durch eine Blutspende des Klinikpförtners

und einer Hebamme aus. Nach diesem schweren Eingriff kämpften Ärzte, Schwestern und ich achtundvierzig Stunden um mein Leben. Ich wurde sicherheitshalber notgetauft, da meine Chancen schlecht standen. Doch ich gewann den Kampf und wurde in einen Brutkasten gelegt, damit ich mich weiterentwickeln konnte.

Meine Familie, die mich in dieser Zeit im Krankenhaus besuchte, hielt respektvoll Abstand zu mir. Da ich zart und zerbrechlich aussah, nannte mich mein Vater liebevoll einen »Kuchen ohne Mehl«. Später erzählte man mir, dass meine Brüder vor dem Frühchen-Raum hinter einer Glasscheibe stehen bleiben mussten. Schon damals durfte mir keiner zu nahe kommen, sodass meine ersten Wochen auf dieser Welt ohne liebevollen Körperkontakt verliefen.

Häusliche Umgebung

Unsere Familie wohnte bis 1967 in Münster in einer Dreizimmerwohnung zur Miete. Wir drei Kinder teilten uns ein Zimmer. Darüber hinaus gab es ein Wohn-/Esszimmer, ein Schlaf-/Arbeitszimmer für die Eltern, eine Wohnküche und ein Badezimmer. Als ich acht Jahre war, zogen wir in ein Haus mit einem Atrium, das meine Eltern in Münster-Angelmodde kauften. Es bestand aus einem Stockwerk und umschloss in der Mitte einen Hofgarten. Hinter unserem Haus schaute man auf Felder, und Wege luden zum Spazieren ein. Etwa drei Kilometer entfernt stand eine Reithalle, zu der ich drei Mal in der Woche zum Ponyreiten und Voltigieren fuhr. Alles in allem ein beschauliches Fleckchen Erde, um eine schöne Kindheit zu erleben. Eigentlich.

Meine Mutter

Meine Mutter war meine Bezugsperson, und ich wählte sie zu meinem Vorbild. Sie zeichnete sich durch ihre Intelligenz und wortgewandte Ausdrucksweise aus. Wegen ihrer Liebe zur Weisheit studierte sie Philosophie. Dies machte sie zur sozialen Aufsteigerin in ihrer Ursprungsfamilie. Während ihres Studiums heiratete sie mei-

nen Vater, der Medizin studierte. Sie setzte vier Kinder in die Welt und war bereit, den Nachkriegstraum einer gutbürgerlichen Familie zu erfüllen.

Meine Mutter schätzte bei Menschen besonders künstlerische Begabung und Intelligenz. Da sie diese Qualitäten nicht immer antraf, verurteilte sie gelegentlich einzelne Menschen. Und ihre Schwerhörigkeit zwang sie bei Gesprächen zu großer Konzentration, was sie zunehmend erschöpfte. »Kommen und Gehen!«, hörte ich sie mehr als einmal sagen, sobald der Besuch endlich gegangen war. Und nach mehrtägigen Besuchen sagte sie gerne: »Nach drei Tagen fängt der Fisch an zu stinken.« Mit fortgeschrittenem Alter blieben ihr deswegen immer weniger Freunde.

Schon früh nahm ich wahr, dass meine Mutter die häuslichen und schulischen Pflichten vor ihre eigenen Bedürfnisse stellte. Ursprünglich wollte sie in Philosophie promovieren. Aber wegen ihrer jungen Familie wechselte sie zum Lehramt, um anschließend als Lehrerin zu arbeiten. Zusätzlich zu ihrem Studium legte sie die Meisterprüfung in Hauswirtschaft ab. Von ihrer Mutter, einer tüchtigen Hausfrau, hatte sie kochen, stricken und nähen gelernt.

Das wenige Vergnügen, das sich meine Mutter in ihrer Zeit als Ehefrau, erziehende Mutter und Lehrerin erlaubte, galt dem Bücherlesen. Das fand exakt ab 20:00 Uhr statt. Bis dahin erfüllte sie ihre vielen Pflichten blitzschnell und kompetent. War sie ausgeruht und guter Laune, dozierte sie über das Buch, das sie gerade las. In diesen Momenten glänzte sie mit klugen Gedanken und frischem Humor. In diesen Situationen hing ich bewundernd an ihren Lippen.

Uns Kinder behandelte sie auf unterschiedliche Weise: Mein ältester Bruder kam gesund auf die Welt. In den Augen meiner Mutter blieb damit kaum etwas für sie zu tun, und der Wunsch nach weiteren Kindern nahm zu. Zwei Jahre später wurde mein zweitältester Bruder quittegelb und geschwächt geboren. Auch er litt bei seiner Geburt wegen der Blutunverträglichkeit unter Problemen. Außerdem entpuppte er sich als Linkshänder und Legastheniker. Seine Beeinträchtigungen zogen die Aufmerksamkeit unserer Mutter an, und sie entwickelte eine besondere Sorge und Liebe für ihn.

Meinem Gefühl nach belohnte meine Mutter die Probleme meiner Brüder mit positiver Aufmerksamkeit, Anerkennung und Geld.

Zum Beispiel legte sie sich ins Zeug, die schulischen Leistungen ihres Lieblingssohnes zu retten. In dieser Zeit, in der kein Mensch von Legasthenie wusste, entwickelte sie sich zur Anwältin der »Verkannten«. Sie hielt an vielen Schulen Münsters Vorträge zu diesem Thema. Dabei präsentierte sie euphorisch die Buntstiftzeichnungen und Ergebnisse des Intelligenztests meines Bruders als Beleg für seine Vollwertigkeit. Mit Erfolg. Er schaffte trotz Ehrenrunden das Abitur. Nachdem er Jahre später wegen seiner Heroinabhängigkeit finanzielle Probleme bekam, unterstützte sie ihn regelmäßig mit Geld und unermüdlicher Aufmerksamkeit. Obwohl es ihm immer schlecht ging, sprach sie ein Leben lang bewundernd von ihm. Meinem ältesten Bruder half sie wiederholt aus finanziellen Notlagen. Diese mütterliche Unterstützung knüpfte ein enges Band zwischen ihr und meinen Brüdern.

Was mich anging, gelang es meiner Mutter zeit ihres Lebens nicht, eine liebevolle Bindung zu mir aufzubauen. Das begann damit, dass sie mich im Gegensatz zu meinen Brüdern nicht stillen konnte. Zu Hause erlebte ich sie häufig angespannt. Ich suchte dennoch ihre Nähe und hoffte auf Zärtlichkeit und Liebe. Gleichzeitig fürchtete ich mich vor ihr. Ich bemühte mich peinlichst darum, ihr keinen Anlass zur Verärgerung zu geben. Ich empfand sie als eine strenge und dominante Frau, die ihren Willen mir gegenüber eher passiv durch Kälte, Blicke und spitze Bemerkungen durchsetzte. Wenn ich ihr auffiel, dann, weil ihr irgendetwas missfiel. In diesen Fällen versteinerte sich ihr Gesicht. Soweit ich mich erinnern kann, lebte ich in dem Gefühl, dass ich störe, dass meine Mutter schon ohne mich genug um die Ohren hätte. Ich machte mich klein und unsichtbar. Ich übernahm die Rolle eines Waisenkindes und ließ keine persönlichen Sachen herumliegen. Ich forderte nichts, aß wenig und stellte keine Fragen. Ich nahm insgesamt wenig Raum ein und machte alles mit mir selbst aus.

Eines Tages erlebte ich – damals dreizehn Jahre alt –, dass meine Mutter sogar vergaß, mich gegenüber anderen Menschen zu erwähnen: Auf meinem Weg in die Küche traf ich im Wohnzimmer auf einen mir unbekanntem Besucher. Meine Mutter setzte gerade in der Küche frischen Kaffee auf, als der Mann mich erblickte. Er fragte mich, wer ich sei. Und als er feststellte, dass neben den beiden Söhnen noch eine Tochter zur Familie gehörte, reagierte er überrascht.

Als sich meine Mutter kurz darauf zu ihm setzte, erkannte ich den Grund für seine Verblüffung. Ich hörte, dass der Mann bereits viel über meine Brüder wusste. Sie mussten schon in der Vergangenheit über die beiden gesprochen haben. Aber von mir wusste er nicht einmal, dass ich existierte.

Zu den Themen »Intelligenz« und »künstlerischer Begabung« hörte ich sie nie etwas über mich oder meinen ältesten Bruder sprechen. Sie bestätigte und würdigte immer nur meinen zweitältesten Bruder. Deshalb glaubte ich, nicht intelligent und begabt genug zu sein, um von meiner Mutter geliebt zu werden. Gleichzeitig kämpfte ich um ihre Liebe und hungerte danach. Ich bewunderte sie für ihre scheinbar unerschütterlich starke Persönlichkeit. Ich idealisierte sie wegen ihrer Klugheit und ihrer humanistischen Bildung. Ich fürchtete sie wegen ihrer unbarmherzig strengen und mitunter leicht verächtlichen Arroganz mir gegenüber. Und ich verdammte sie, weil sie mich so oft enttäuschte und mich mit meinen Problemen mehr als einmal alleine ließ.

Mein Vater

Die Lichtgestalt in unserer Familie war für mich mein Vater. Er erzählte gerne Witze, spielte Schach und liebte Autos. Neben der Lektüre seiner russischen Lieblingsschriftsteller galt seine Leidenschaft dem Fußball. Er unterstützte als Vereinsvorsitzender den Fußballverein Preußen Münster. Zu seiner Zeit spielte die Mannschaft noch in der Bundesliga.

Mein Vater war es auch, der mir zumindest ab und zu eine glückliche Kindheit bescherte, in der ich einfach *sein* konnte, ohne leisten zu müssen. Er vermittelte mir das Gefühl, auf dieser Welt willkommen zu sein. Einzelne glückvolle Situationen mit ihm trage ich fest in meinem Herzen.

Zum Beispiel durfte ich mitunter auf seinen schwarzen Lederpantoffeln mitlaufen, wenn er durch die Wohnung ging. Oder er half mir bei meinen Schulaufsätzen, indem er mir vorsprach, was ich schreiben sollte.

Einmal kam er in mein Zimmer, nur um mir mit seinem spitzbübischen Lächeln mitzuteilen: »Papa liebt dir.«

Mit fünf Jahren quetschte ich mir beim Radfahren mein Bein, sodass es vom Arzt eingegipst werden musste. Und obwohl mein Vater es wegen seiner Herzschwäche nicht durfte, trug er mich damals auf seinen Schultern.

In einer anderen Situation schenkte er mir fünfzig Pfennig, wissend, dass ich mir davon meine geliebten Gummibärchen im Blumenladen nebenan kaufen würde. Und zwar fünfzig Stück, weil jedes Bärchen einen Pfennig kostete. Als ich im Blumenladen eintraf und meine Gummibärchen bestellte, steckten diese zu meinem Erstaunen bereits abgezählt und bezahlt in der Papiertüte. Und ich hatte fünfzig Pfennig übrig. Ich fühlte mich überwältigt von der liebevollen väterlichen Vorausschau. Dieser kleine Moment der Liebe wäre nur halb so schön gewesen, wenn mir mein Vater eine Mark in die Hand gedrückt hätte. Meine Erinnerungen an ihn sind vor allem Zeugnisse unserer gegenseitigen Liebe.

Mit siebzehn Jahren war unser Vater an rheumatischem Fieber erkrankt, das eine seiner Herzklappen beschädigte. Diese Funktionsstörung beeinträchtigte seine körperliche Belastbarkeit. An guten Tagen ging er seiner Tätigkeit als Arzt im Krankenhaus nach. Am Abend sah ich ihn zu Hause nur sitzen oder liegen. An schlechten Tagen saß oder lag er den ganzen Tag zu Hause, weil er nicht arbeiten konnte. Wegen dieser gesundheitlichen Schwäche konnte er keine üblichen Männertätigkeiten in der Familie übernehmen.

Bei seiner Arbeit als Mediziner dagegen entwickelte er sich zu einem angesehenen Spezialisten für rheumatische Erkrankungen. Da er ausgesprochen gut mit Menschen umgehen konnte, arbeitete er in der Klinik erfolgreich mit Placebos. Er hielt wissenschaftliche Vorträge über seine Forschungen. Weil er ein begnadeter Redner war, hingen die Zuhörer an seinen Lippen. Trotz seiner schweren Krankheit erhielt er mit neunundvierzig noch die Ernennung zum Professor.

Meine Mutter bezeichnete ihn als einen »Kopf in einer Zigarrenschachtel«. Ich deutete diesen Satz intuitiv, dass nur sein Kopf gut funktionierte und er viel rauchte. Sprach man ihn auf sein Kettenrauchen an, antwortete er immer: »Ich lebe lieber fünfzig Jahre als Hammer anstatt hundert Jahre als Amboss.«

Zu mir hörte ich ihn wiederholt sagen, dass ich apart sei. Seine Formulierung begleitete mich bis in mein Erwachsensein. Ich ver-

stand »apart« im doppelten Sinn: Auf eine besondere Art hübsch zu sein – und gleichzeitig abgetrennt von allen anderen. Für mich enthielt dieses »apart« auch den Auftrag, besonders zu sein und abseitszustehen. Und der entwickelte sich im Laufe der Zeit für mich mehr zum Fluch als zum Segen.

Mein Vater starb mit fünfzig Jahren an Herzversagen. Ich war zwölf.

Unter uns Geschwistern

Im Kontakt mit Menschen verhielt ich mich ängstlich und schüchtern. Dies galt auch besonders meinen Brüdern gegenüber. Wie ich finde, aus gutem Grund: Als ich gerade krabbeln konnte, kniff mir mein zweitältester Bruder – wohl aus Liebe – immerfort in meine empfindlichen Bäckchen. Infolge der inneren Quetschungen schimmerten sie oft blau. Anschließend leckte er mir mit seiner breiten Zunge quer über mein Gesicht. Ich schrie vor Schmerz und ekelte mich. Und wann immer ich konnte, versteckte ich mich vor ihm. Leider gelang mir das nicht oft.

Mein ältester Bruder warf ein eifersüchtiges Auge auf mich. Ich vermute heute, dass er mit mir um die bedingungslose Aufmerksamkeit und Liebe meines Vaters buhlte. Dieser trat ihm gegenüber fordernd und maßregelnd auf. Im Gegensatz zu meinem zweitältesten Bruder zeigte sich die Gewalt meines großen Bruders mir gegenüber unverblümt. Er schrie mich an, drückte und schubste mich mitunter aus seinem Weg. Auch wenn es nicht ungewöhnlich ist, dass Geschwister sich in diesem Alter hauen, schüchterten mich diese Rohheiten ein. Als ich in die Schule kam, schnitt er mir einen meiner beiden dicken, langen Zöpfe ab. Den daraufhin nötigen Kurzhaarschnitt fand ich schrecklich. Ich sah damit eckig und doof aus.

An freundliche Zusammenkünfte mit meinen Brüdern erinnere ich mich kaum. Ich weiß, dass es sie gab. Zum Beispiel turnte ich auf meinem ältesten Bruder ab und zu mit viel Spaß. Es gefiel mir, dass er körperlich so stark war. Im Alter von zwölf erlebte ich auch mein erstes »Flaschendrehe« mit seinen Freunden. Mit siebzehn fuhr ich einmal mit ihm und seinen Klassenkameraden nach Grie-

chenland. Und mit meinem zweitältesten Bruder lachte ich über die gleichen Witze.

Als Mädchen hatte ich weniger Rechte und mehr Pflichten als meine Brüder. Von mir erwartete meine Mutter selbstverständlich, dass ich viel im Haushalt half. Meine Brüder brauchten dagegen nichts zu tun. Ich war eifersüchtig auf beide. Gleichzeitig bewunderte und idealisierte ich meinen zweitältesten Bruder. Meine Mutter lebte es mir ja vor.

Da unsere Mutter vormittags als Lehrerin arbeitete, kochte sie mittags für uns die sogenannte schnelle Küche: Kurzgebratenes, Reis, Pasta, Kartoffeln, Gemüse oder Salat. Dummerweise aßen meine beiden Brüder wie die Raupen, ohne an mich zu denken. Mir kam es zumindest so vor. Und sie bekamen von meiner Mutter auch als Erste die größten Stücke Fleisch oder Fisch. Mir bot sie alles zuletzt an. Gab es etwas besonders Leckeres, beobachtete ich die Essensverteilung mit Herzklopfen und Anspannung. In meinem Kopf kreiste ständig die Angst, nicht genug zu bekommen.

Verwandte

Verwandte spielten in meinem Kindheitserleben keine bedeutsame Rolle. Der Großvater väterlicherseits fiel bereits im Krieg, und der Opa mütterlicherseits starb ein Jahr nach meiner Geburt. Die Mutter meiner Mutter besuchte uns ein paarmal. Auf mich wirkte sie alt und streng. Sie ging viel in die Kirche. Ich spürte keine Nähe zu ihr. Und als sie starb, vermisste ich sie kaum.

Die Schwester meiner Mutter, Tante Lotte, besuchte uns in längeren Abständen. Sie wohnte zeit ihres Lebens zusammen mit ihrer Mutter im Familienhaus in Hamm. Einmal besuchte ich sie für mehrere Tage. Erinnern kann ich mich aber nur an eine dicke Dauendecke in einem schwarzen, massiven Ehebett.

Als meine Tante schon mit Anfang vierzig unerwartet an Krebs starb, berührte mich das ebenfalls wenig. Vielleicht auch, weil ich davon nichts mitbekam. Ich glaube, meine Mutter traf es sehr, obwohl wir so gut wie nicht über den Tod der Tante sprachen.

Der Bruder meiner Mutter, Onkel Karl, wanderte als Erwachsener nach Spanien aus. Er lebte dort bis zu seinem Tod mit seiner

Familie. Auch ihn besuchte ich vor fast dreißig Jahren für ein paar Tage. Ich fand aber auch keine Nähe zu ihm.

Die einzige für mich bewusst existierende Verwandte war Oma Berta, die Mutter meines Vaters und der Inbegriff all dessen, was meine Mutter an Verhaltensweisen ablehnte: pastellfarbene Kleidung, Hüte, Cognac trinken, Schriften der Christlichen Wissenschaft lesen und ... auf dem Teller im Essen herumschneiden. Mit Oma Berta durfte ich mich auf keinen Fall verbünden. Heimlich mochte ich sie.

Kindheit

Lüge

An einem kalten und klaren Dezembertag erzählte mir meine Mutter, wir würden einen Ausflug machen. Ein außergewöhnliches Ereignis, über das ich mich unheimlich freute. Gespannt fieberte ich dem Ziel unserer Spazierfahrt entgegen.

Unsere Fahrt endete auf der Kinderstation einer unweit gelegenen Klinik, wo eine Krankenschwester uns in ein karges und lieblos eingerichtetes Zimmer führte. Dort teilte uns unsere Mutter mit, dass uns die Mandeln entfernt werden sollten.

Das sollte also unser Ausflug sein. Fassungslos und enttäuscht verkroch ich mich in mein Bett. Die folgende Operation verlief schmerzhaft. Gott sei Dank schmeckte wenigstens das anschließende Vanilleeis lecker und kühlte schön. Trotzdem hätte ich gerne auf diesen Ausflug verzichtet. Aber was mich am meisten erschütterte, war die Lüge meiner Mutter. Ich erinnere mich noch gut an meine Verstortheit, nachdem sie uns alleine im Krankenhaus zurückließ. Meine Mutter hatte mich ohne Not mit etwas Schö-nem gelockt und mich bewusst angelogen! Ich hatte nicht einmal die Chance gehabt, meine Lieblingspuppe mitzunehmen. Ich fühlte mich allein, obwohl mein zweitältester Bruder mit im Zimmer schlief.