

Leah Nadine

Tanz unter dem Regenbogen



Heilungswege einer Frau
mit multipler Persönlichkeit

www.autonomie-und-chaos.berlin

'Tanz unter dem Regenbogen' entstand in den Jahren 2004/05. Das Buch sollte im Autoren-Feder-Verlag erscheinen, der Verlag wurde jedoch vorher aufgelöst, der Verleger Jens R. Willmann ist kurz danach gestorben. Daraufhin wurde das Manuskript 2010 als e-book vorveröffentlicht in der Edition Lumen, Grafenhausen.

Für diese Neuauflage bei A+C wurde das Manuskript durchgesehen, das Layout wurde verändert. Das Titelbild ist von Leah Nadine. Dazugekommen sind Literaturhinweise (von D+T) sowie ein aktuelles Nachwort der Autorin.

**Vorsicht beim Lesen!
Hohe Triggergefahr!**

Veränderte Neuauflage 2015
VERLAG AUTONOMIE UND CHAOS BERLIN
In Kooperation mit DISSOZIATION UND TRAUMA

© 2015 Leah Nadine

ISBN 978-3-923211-87-6

Diese online-publikation kann für den eigengebrauch
kostenfrei heruntergeladen werden.

Für alle verlorenen Kinder dieser Welt, die sich erst in einem erwachsenen Körper eine menschliche Existenz aufbauen können.

Für alle Innenkinder und Außenkinder.

**Für alle Menschen, die helfen, die verlorenen Kinder bei ihrer schweren Geburt zu unterstützen.
Für alle Menschen, die sich einsetzen für Überlebende.**

**Es gibt HEILUNG und Leben!
Und für dieses Ziel lohnt es sich, weiterzugehen.
Tag für Tag.**

Dieser Roman beschäftigt sich auf eine ganz besondere Weise mit den Heilungswegen einer Frau mit einer dissoziativen Identitätsstruktur.

Heilung braucht seine Zeit und es kostet viel Kraft und Anstrengung, diesen Weg zu gehen. Doch es lohnt sich, diese Mühe auf sich zu nehmen, um nicht nur mehr zu überleben, sondern endlich zu leben.

Martina Dannert, die Protagonistin in diesem Buch, hat durch schwerste Traumatisierungen in der Kindheit eine dissoziative Identitätsstruktur (DIS/MPS) entwickeln müssen, um das Grauen der Kindheit durch das Aufspalten in verschiedene Persönlichkeiten zu überleben.

Das bedeutet, dass sich verschiedene Personen unterschiedlichen Alters und Geschlechts einen Körper teilen. Es gibt zwei oder mehr getrennte Identitäten oder Persönlichkeitszustände mit jeweils eigenen festen Verhaltens-, Beziehungs- und Wahrnehmungsmustern. Mindestens zwei dieser Persönlichkeitszustände kontrollieren abwechselnd das Verhalten der Person. Zeitverluste, die nicht mit normaler Vergesslichkeit zu erklären sind und das Nichterinnern persönlicher Informationen lassen sich weder auf eine organische Erkrankung noch auf die Auswirkung bestimmter Substanzen wie Drogen zurück führen.

Die Dissoziative Persönlichkeitsstruktur hat Auswirkungen auf das Leben oder Überleben, auf Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft dieser Frau und auf das der Menschen, mit denen sie in engerem Kontakt steht. Das Ausmaß hängt davon ab, an welchem Punkt ihrer Heilung die einzelnen Innenpersonen stehen. In einigen Bereichen ist das Leben krank, während es andere Punkte gibt, an denen sie ansetzen kann, um zu

heilen oder an denen sie sogar gesund ist. Die verschiedenen inneren Persönlichkeiten sowie ein Wechsel in die Vergangenheit durch Erinnerungsflashes werden in diesem Buch durch die unterschiedlichen Schriften zusätzlich verdeutlicht. Damit zeigt sich auch schon durch die äußere Form des Buches das Aufgespaltete, das den Alltag dieser Überlebenden beeinträchtigt.

Im Laufe dieses Romans wachsen die Schriften zusammen, wie die Mosaik des multiplen Systems immer näher zusammen rücken und sich annähern.

Durch diesen Roman erhalten besonders Menschen, die mit schwerst traumatisierten Betroffenen arbeiten, einen detaillierten Einblick und vielleicht sogar einen neuen Zugang in eine für sie bis dahin völlig fremde Welt aus Grauen, massivster Gewalt und Überlebenswegen und -mechanismen eines kleinen Kindes, das seine Überlebensmechanismen auch als erwachsener Mensch nicht einfach abstreifen kann, sondern in ihnen gefangen ist, solange sie dem Betroffenen nicht bewusst sind und mit therapeutischer Hilfe Veränderung herbei geführt wird. Mitarbeiter aus diesem Bereich können nach dem Lesen manche Verhaltensmuster ihrer Klienten sogar besser nachvollziehen und begreifen, was sich durch diese neuen Erkenntnisse auf die Arbeit miteinander positiv auswirken kann.

Es wird auf diesem Heilungsweg nicht alles gut für die Protagonistin, aber es wird trotz allem, was war und ist, besser als je zuvor und das schenkt Hoffnung, Mut und Zuversicht, für Mitarbeiter und für Betroffene.

Dieses Buch ist jedoch gleichzeitig durch die hohe Triggergefahr für Betroffene eine schwierige und schmerzliche Lektüre. Deshalb sollten Sie *"Tanz unter dem Regenbogen"* mit viel Achtsamkeit und Behutsamkeit für sich selber lesen und nur, wenn Sie in der Lage sind, die Tresorübung¹ zu machen, denn es kann sein, dass sich bei ihnen durch das Lesen altes Grauen öffnen kann. Lassen Sie sich deshalb bitte nur in kleinen vorsichtigen Schritten auf dieses Buch ein.

Mit allen guten Wünschen, Sabine Marya (www.marya.de)

1 Siehe unter anderem bei Luise Reddemann: *Imagination als heilsame Kraft* (Stuttgart 2001, Seite 51)

DIE ANDEREN

Seltsam, im Nebel zu wandern. Wie durch einen Vorhang sehe ich die Frau. Hände, die glatte, saubere Flächen schrubben. Schaum, der zwischen den aufgeweichten Fingern hervor quillt. Schaum, der aus dem Schwamm heraus gedrückt wird und sich wie ein Pilz ausbreitet auf der glatten weißen Fläche. Eine dunkle Ahnung, die aus den Schaumbläschen aufsteigt. Eine tiefe Angst, die die Frau erschauern lässt. Eimer und Schwamm liegen da, auf der Ablage, wie verloren. Die Frau verliert sich, in einer unendlichen Weite, in der nichts geschieht, mit ihr. In der sie in Sicherheit ist. In einer unerreichbaren Welt. Niemand wird sie von da holen...

DAMALS

"Hörst du es rascheln, knistern, knastern, nagen?" – Sie kommen! Sie kommen, um dich zu holen, um dich zu verschlingen. Niemand wird dir helfen. Du bist allein! Sie verstecken sich, in den dunklen Ecken, unter den Schränken, unter dem Sack, im Gebüsch. Sie sind überall, und sie werden dich immer finden. Egal, wo du dich versteckst! Ihre dunklen Stecknadelköpfe, sie entdecken dich, wo immer du sein wirst. Es gibt kein Entrinnen, keine Sicherheit. – *Hörst du es rascheln, knistern, knastern, nagen..."*, raunt eine Stimme dem Kind zu. Vatis Stimme!

ICH

Plötzlich dringt ein fremder Schrei zu mir: "Niels soll nicht so leiden wie ich!" Wer hatte da gerufen, eben gerade?
Im gleichen Moment sehe ich das Fahrrad unter mir auf das Schlagloch zusteuern. Erschrocken schreie ich auf und versuche, den Lenker herum zu reißen. Doch dabei verliere ich das Gleichgewicht und stürze mit dem Rad zu Boden. Mühsam befreie ich mich von dem Fahrrad, das über mir liegt und setze mich dann auf. Verwirrt blicke ich zurück, auf den

aufgewühlten Sandweg, auf das mit Staub bedeckte Fahrrad, auf meine staubige Kleidung. Wie komme ich hierher? Und was wollte ich hier, auf dem Fahrrad? Schon wieder fehlt mir Zeit! Eine dumpfe Erinnerung taucht auf, die gar nicht zu meinem Leben zu gehören scheint: Jemand war eben auf diesem Fahrrad über diesen Sandweg gefahren und hatte dabei die größten Schlaglöcher gesucht, war absichtlich hindurch gefahren.

"Weh mir, was geschieht mit mir?" Still, wer hatte da eben gesprochen? Suchend sehe ich mich um. Doch weit und breit ist niemand zu sehen. Nur der weite Sandstrand vor mir, das Meer, ein paar kreischende Möwen. Ihre Augen, diese kleinen schwarzen Augen... Ein eisiger Schauer durchfährt mich. Diese Augen erinnern mich an etwas. Eine dunkle Erinnerung, die ich nicht wirklich zu fassen bekomme und die in sich das Grauen der Nacht trägt... Laut kichernd erhebt sich eine Möwe aus dem Dünen gras, und andere stimmen höhnisch in das Gekreisch ein.

DIE ANDEREN

"Nicht verrückt werden!" Panik schwingt mit.

"Nichts sehen, nichts hören, nichts sagen, ich schwöre, schwöre, schwöre...",
wispert ein leises Stimmchen.

ICH

Wieder eine fremde Stimme! **Eine uralte Panik steigt in mir auf. Die Panik, verrückt zu werden.** Zitternd drehe ich mich um. Doch da ist niemand. Nur ich und das Fahrrad und die Möwen... Mit zitternden Händen und Beinen wende ich das Rad und schiebe es langsam den Weg zurück. Es ist anstrengend! Der feine Sand stemmt sich gegen die Räder und blockiert immer wieder das Vorwärtskommen.

Verwirrt werfe ich einen Blick zurück. Nein, es ist eindeutig: Dort begannen die Fußspuren, neben der länglichen Spur des Fahrrades,

nachdem ich gestürzt war. Davor sind keine Fußspuren zu entdecken. War ich tatsächlich hier gefahren? Seltsam! Wie konnte ich das vergessen? Wie war ich hierher gekommen? **"Warum geschehen diese Dinge?"** Irgend etwas stimmt nicht mit mir. Mit Tränen in den Augen schiebe ich das Rad zurück zum Haus. Es ist so anstrengend! Das ganze Leben ist anstrengend...

"Martina! Wo warst du?" Empört sieht mein Mann mir entgegen. "Warst du etwa mit dem Fahrrad unterwegs? In deinem Zustand? Martina, so antworte doch! Träumst du?"

Auf einmal flimmert es vor meinen Augen. Plötzlich habe ich das Gefühl, mich zu verlieren. Doch gleichzeitig bleibe ich doch in dem Körper und registriere erstaunt ein Aufblähen aus meinem eigenen Mund. "Ach, Lukas!", lacht eine mir fremde Stimme aus diesem Mund. Etwas lässt meinen Kopf ohne mein eigenes Zutun schütteln. Wie bei einer Marionette. Aber nirgends Fäden zu sehen... "Ach, Lukas, zermartere dir nicht den Kopf mit solchen Dingen." Die Fremde dirigiert meine Hand zum Arm des Mannes und tätschelt diesen kurz. Dann wendet sie sich von dem Mann ab, ohne sein Stirnrunzeln weiter zu beachten und schiebt das Rad laut summend Richtung Schuppen. Beängstigend, dieses Gefühl, keine Kontrolle über den Körper zu haben!

"Mami!" Mein Sohn stürmte auf mich zu und griff nach meiner Hand. Kleine Hand, in meiner Hand, warum spüre ich dich nicht? Warum ist mir so, als ob ich körperlos in diesem Körper schwebe? Fassungslos beobachte ich, wie die Fremde in mir mit Nils spielt und lacht. Warum bemerkt Nils nicht, dass hier etwas nicht stimmt? Das Kind zerrt an der Hand, als ob alles ganz normal wäre. "Mami, ich habe eine Höhle gebaut, schnell, komm mit!" Grenzenloses Entsetzen breitet sich in mir aus. Ich bin so ohnmächtig, so hilflos etwas ausgeliefert, das ich nicht versteh. "Es ist zu viel! Ich will das nicht..." Aber es hört nicht auf. Die Fremde bleibt und tobt mit dem Kind. Lacht, albert, kichert. Entsetzt schluchze ich auf.

Ungehörte Tränen, die in einem körperlosen Raum verhallen, von der Welt da draußen ungehört. Plötzlich löst sich die Umgebung um mich herum auf, und ich höre die Stimme einer Fremden...

DIE ANDEREN

Seltsam, im Nebel zu wandern.

In der einen Kammer, die schluchzende Frau. Sie sieht nach draußen. Schaut sich nicht um, in der Kammer, sieht nicht die Tür zum Flur, wendet nicht den Blick zum anderen Fenster, das zum Hof hinaus geht. Das Fenster zum Hof, beschlagen von Nebel. Und die Ohren, dicht. "Du bist in Sicherheit", raune ich ihr zu. Vergeblich! Sie will uns nicht hören. Sie will nichts wissen. Was ich nicht weiß, ...

ICH

"Mami! Ich habe Hunger! Ich habe einen Riesen-Bären-Indianer-Hunger!" Der Wechsel, zurück in den Körper, erfolgte so plötzlich, dass ich einen Augenblick schwanke.

"Ich habe Hunger!" Das Kind umtänzelt mich mit Indianergeheul. Nils ist ein Wildfang. In seinem Alter war ich ganz anders gewesen. "Du hast immer brav auf deinem Stühlchen gesessen und in Büchern geblättert" hatte die Oma mir bei ihrem letzten Besuch erzählt. Selber kann ich mich nicht an diese Zeit erinnern. Nicht an diese Zeit, nicht an die davor und nicht an die danach... "Oh, Nils..." Traurigkeit überrollt mich und Sorge um dieses Kind. Er soll es gut haben. Nicht wie...

DIE ANDEREN

"Es war schlimm, so schlimm! Es hätte uns beinahe umgebracht! Und weißt du noch, womit es angefangen hat? Mit der zweiten Schwangerschaft der Mutter. Da kam er und..."

"Und jetzt, mit dieser Schwangerschaft... alles fängt wieder an, der Alptraum. Wir müssen das Kind beschützen!"

DIE FRAU

Was war das schon wieder? Diese Stimmen in ihr? Sie darf nicht verrückt werden! "Schnell, Mama, mach mir was zu essen! Bevor ich umfall! Mama, was hast du denn? Weinst du?"

"Mir muss was ins Auge geflogen sein... Ich ruf dich gleich, mein Liebling..." Das Herz: Poch – poch – poch... Hämmert, unentwegt. Poch, poch, poch... Macht jede weitere Bewegung zur Qual...

ICH

Wie jeden Abend putze ich nach dem Essen die Küche. Danach gehe ich heute früh zu Bett. Ich fühle mich so erschöpft, so zerschlagen. Vor mir liegt ein Buch, aber ich kann keine einzige Zeile erfassen. Das Herz dröhnt zu laut. Bald danach folgt Lukas mir ins Schlafzimmer. "Oh, ich bin so geil. Ich muss gleich noch schnell auf dich rauf steigen..." "Der Mann streift seine Kleidung ab und lässt sie auf den Boden fallen. Dann bewegt er sich langsam auf das Bett zu und schlägt die Bettdecke zurück, deckt die nackte Frau damit vollständig ab. Ich spüre, wie sich der Körper anspannt, als er sich zu mir beugt und neben mir auf das Bett gleitet. Plötzlich habe ich das Gefühl, aus dem Körper heraus zu fliegen.

Wo bin ich jetzt? Ich weiß es nicht. Irgendwann bin ich zurück gekehrt, in meinen Körper. Von woher? Ich weiß es nicht! Der Mann neben mir war eingeschlafen. Ekel schüttelt mich, als mir der Geruch von Sperma in die Nase steigt, zusammen mit einem Grauen, das ich mir nicht erklären kann. Leise winde ich mich aus dem Bett und schleiche ins Bad, stelle mich unter die Dusche. Der Brausestrahl gleitet sanft über die Haut. Wäscht alles rein? Das Wasser gleitet über den Bauch.

"Fast zwei Wochen überfällig." Lukas hat es vorhin gesagt, und jetzt habe ich es selber leise ausgesprochen. Bei Nils war ich so euphorisch, so glücklich gewesen! Warum nur ist gegen diese Schwangerschaft ein solcher Widerstand in mir? Ich kann es mir einfach nicht erklären... Im selben Augenblick: wieder dieser Aufschrei, von irgendwo, aus mir heraus. "Nils soll nicht so leiden wie ich!" Nils droht Gefahr? Woher? Wenn ich mich nur erinnern könnte. "Habe ich gelitten, als Kind? Als meine Mutter wieder schwanger wurde, nach mir? Keine Ahnung... Weiß gar nichts, von früher. Eine dunkle Kiste, irgendwo. Und den Schlüssel dafür verloren..."

"Es war schlimm!" Eine kleines Stimmchen hat das gewispert. Wer? Natürlich, wie schon am Strand, vorhin, keiner da... "Werde ich verrückt? Das kann geschehen, durch die Schwangerschaft... Nein, bloß nicht das! Das darf nicht geschehen! Nils, wer soll sich sonst um ihn kümmern?"

Plötzlich raschelt der Dusch-Vorhang leicht. Panisch schreit es aus mir heraus: "Nein! Hilfe! Sie kommen!"

"Martina, was ist los mit dir! Wer soll kommen? Du drehst doch nicht vom Teller, mein Schatz? Ich bin's doch nur..." Mein Mann schiebt den Vorhang beiseite. "Ah, verlockend..." Er steigt zu mir in die Dusche und streicht über meine nasse Haut. Das Wasser läuft über unsere nackten Körper. "Sehr verlockend..." ", murmelt er. Wieder gleite ich aus dem Körper heraus! Entsetzt schreie ich auf. Ein furchtbares Bild taucht vor meinen Augen auf.

DAMALS

Das kleine Mädchen kniet vor dem Mann. "Schau nur, wie schön sie ist." Vatis Stimme. "Fühle. Weich wie Samt. Und das kleine Köpfchen. Schau, da versteckt es sich, kommt wieder raus. Kuckuck! Spielt mit dir Versteck. Sie will mit dir spielen. Hallo, da bin ich, schau her. Sie möchte dich anstupfen, mit ihrem kleinen Köpfchen. Spürst du es. Hier, gib mir deine Hand. Reibe, Kindchen, reibe. Wir wollen sie jetzt melken. Ja, so ist es fein. Da freut sie sich. Ui, wie mag sie das doch gerne. Und du auch, hörst du, du auch. Sie ist gut, hörst du. Sie ist gut und lieb. Und stark. Und sie beschützt dich. Verschlingt die Bestien mit einem Haps. Du hast nichts zu befürchten, wenn du in ihrer Nähe bist, wenn du sie streichelst, wird sie deine Freundin sein. Komm, zähme sie, mit deinen kleinen Fingerchen. Sie will deine Freundin sein. Komm, gib ihr einen Kuss! Ja! Das muss! Sonst... hörst du! Es raschelt und knistert. Schnell, sie kommen! Schnell, schnell... Vergiss nie: du musst dich mit ihr auf gutem Fuße stellen. Zeige ihr, dass du ihre Freundin bist. Streichle sie, liebe sie, küsse sie. Und jetzt ... weißt du noch, aus dem Tierfilm, wie sie machen, mit ihrer Zunge? Zeig mal, ob du das auch kannst. Ja, so ist es fein. Komm, mein Kind, mache es da, an ihrem Kopf. Los, du musst. Du weißt, sonst... Hier, schau dir dieses Bild an: ein angefressenes Baby. Sie kommen in der Nacht, wenn alles schläft. Schleichen sich ans Bettchen, schlüpfen unter die Decke oder fressen sich da durch, beginnen zu knabbern, mit ihren böartigen scharfen Zähnen. Und du wachst auf, wenn es schon zu spät ist. Ab, die kleinen Zehen! Oder ein Loch in der Wange, wie hier, bei dem kleinen Baby. Schau hin, schau ganz genau hin. Du darfst es nie vergessen! Aber sie... denke an den Tierfilm... Sie gleitet heran, majestätisch. Sie schießt nach vorne. Weißt du noch? Dann hat sie eines von ihnen zwischen diesen kräftigen Kiefern. Und die anderen rennen davon, pfeifend vor Angst. Sie ist stark, deine Freundin, sie wird dich beschützen. Mit ihr bist du nicht allein! Wie macht die Zunge...

ICH

Abermals war ich in dieser Nacht verschwunden, in einem dichten Nebel und erst jetzt wieder zurück gekehrt. Neben mir liegt mein Mann zwischen den Kissen und schläft. Sein Haar ist noch feucht vom Duschwasser. Sein Körper ist eng an meinen geschmiegt. Für einen kurzen Moment schlägt er die Augen auf, lächelt mich an, schläft wieder ein, mit diesem Lächeln auf den Lippen.

Vorsichtig löse ich mich aus dem körperlichen Kontakt. Wie komme ich hierher? Meine letzte Erinnerung: unter der Dusche mit ihm. Und dann diese schrecklichen Bilder, die mich überrollt haben. Schon wieder fehlt

mir Zeit! Was geschieht, mit mir? Es ist unbegreiflich! Und beängstigend. Wieder pocht und hämmert mein Herz, und irgendwo in ihr ist ein eigenartiges Raunen zu vernehmen. Wie leises, kaum wahrnehmbares Stimmengemurmel, das aus einem anderen Raum von einem Windhauch zart herüber getragen wird.

DIE ANDEREN

Seltsam, im Nebel zu wandern... Sie beginnt zu begreifen, es zu erahnen. Ist es gut, ist es schlecht? Ich weiß es nicht, und es ist nicht meine Aufgabe zu bewerten. Sie beginnt zu begreifen. Punkt!

ICH

Bei jedem Geräusch, bei jeder Berührung durch ein Körperteil des Mannes war ich ängstlich zusammen gezuckt. Ich hatte kaum geschlafen. Mir war, als ob eine Gefahr lauerte, irgendwo. Eine unbekannte Gefahr, die ich nicht einzuschätzen wusste. Nur so ein diffuses Gefühl, dass etwas mich bedrohen und ernsthaft gefährden könnte. Und wenn die Gefahr von innen kommt? Oh, Gott, lass mich nicht verrückt werden! "Ich muss..." Plötzlich wieder dieses Flimmern, und jemand anderes übernimmt diesen Körper...

DIE ANDEREN

"Ich muss... die Kontrolle zurück bekommen!" Bleistift, auf dem Nachttisch, du kommst mir gerade recht. Dich nehme ich, stosse dich hinein ins Ohr, stosse zu. Einmal, zweimal, immer wieder, bis das Brennen alles andere zum Erlöschen bringt... Es ist gut. Kontrolle zurück gewonnen!

*ICH*

Was war geschehen, in dieser Zeit, als ich fort war? Ich weiß es nicht. Irgendwie schleppe ich mich über diesen Tag. Ich fühle mich erschöpft, wie gerädert. Dazu diese schlimmen Schmerzen in den Ohren, deren Ursache ich mir nicht erklären kann. Jegliche anderen Gedanken und Gefühle sind völlig weg gespalten. Am nächsten Tag sind die Schmerzen noch schlimmer geworden. Sie ziehen sich bis in den Hals und den Kiefer hinunter, und die Lymphknoten sind stark geschwollen. Jede kleinste Bewegung des Kopfes verschlimmert die Schmerzen um ein Vielfaches.

"Oh, Tina, was ist denn mit dir los?" Entsetzt starrt mein Mann mich an, als er nachmittags vom Büro kommt. "Du siehst total krank aus! Lass mal fühlen... Du hast Fieber! Und aus deinen Ohren... Himmel, ist das Eiter?"

"Meine Ohren!", flüstere ich.

"Was sagt denn der Arzt?"

"War noch nicht da..."

"Himmel, muss ich mich denn um alles kümmern? Du bist Mutter! Vergiss das nicht! Komm, ich fahr dich hin..."

Besorgt schüttelt der Arzt mit dem Kopf. "Das ist eine schwere Entzündung. Wie ist das nur möglich? Benutzen Sie Wattestäbchen zum Reinigen der Ohren?"

"Nein, natürlich nicht." Vorsichtig schüttele ich den Kopf.

"Ich weiß doch, dass das nicht gut ist, für die Ohren..."

"Seltsam, ich kann es mir einfach nicht erklären. Das ist eine schwere Otitis. Und es sieht so aus... Na ja, ich weiß auch nicht..." Dr. Detlefsen verschreibt mir Antibiotika. Die ersten bekomme ich in seiner Praxis

gespritzt. Danach soll ich täglich drei von diesen Tabletten schlucken. "Und wenn es nicht innerhalb von einem Tag besser wird, dann müssen Sie ins Krankenhaus! Warum sind Sie nur nicht früher gekommen?"

Ich schweige. Verschweige auch die Wahrscheinlichkeit der Schwangerschaft. Ohne zu begreifen... Bei Nils hatte ich mir sogar die aufgeschnittene Hand ohne Betäubung nähen lassen wollen. Erst die Beteuerungen des Arztes, dass die Betäubung dem Baby in mir nicht schaden würde, dass der Schmerz beim Nähen für das Ungeborene viel schlimmer wäre, hatten mich überzeugt. Und jetzt lasse mir ich das Antibiotikum spritzen und habe gleichzeitig das Gefühl, dass es richtig und falsch ist.

"Sie gehören ins Bett! Wenn Sie das zu Hause nicht schaffen, müssen Sie stationär..."

"Nein, nein! Ich schaff das schon..."

Lukas kann sich nicht frei machen, in seiner Baufirma.

"Wir haben jetzt zu viele Aufträge, das geht einfach nicht. Das musst du verstehen... Warum können wir nicht wie andere Leute die Großeltern fragen und Nils dort hin bringen?" Wut und Panik steigen in mir auf. So oft habe ich es ihm schon gesagt. Warum kann er mein "Nein" nicht akzeptieren? "Sie bekommen den Jungen nicht eine Minute. Nie wird er dort alleine sein..."

"Du bist so verbohrt! Warum nur, Tina? Du kannst es nicht einmal richtig begründen."

"Ich weiß, dass es richtig ist, so!"

"Bist du nicht zu überfürsorglich, wegen deinen Eltern? Denk doch auch mal an mich und an das Kind. Du nimmst ihm die Großeltern und mir die Schwiegereltern. Wir könnten sie anrufen. Deine Mutter arbeitet nicht, und ich könnte schnell die paar Kilometer fahren und ihn hinbringen..."

"Nein, ich werde etwas anderes organisieren! Bitte, lass uns nicht weiter diskutieren, mir geht es zu schlecht!"

Ich organisiere, dass Nils tagsüber von der Nachbarin Anja versorgt wird, die selber drei kleine Kinder allein erzieht. Anschließend lasse ich mich erschöpft ins Bett fallen. Der Schmerz nimmt mir jegliche Kraft, lässt für nichts anderes mehr Raum. In den nächsten Tagen verdrängen die Schmerzen alle anderen pochenden und nagenden Gedanken und Gefühle in mir. Das ganze Leben ist reduziert, auf den Schmerz. So seltsam es auch klingen mag: Es tut gut, sich in den körperlichen Schmerz fallen zu lassen, nichts zu sein als absoluter Schmerz. Tage, die getragen werden von den Wellen des Schmerzes. Dreimal täglich schlucke ich die großen weißen Tabletten. Manchmal habe ich ein schlechtes Gewissen, deswegen.

"Sie sind über'n Berg!", sagt der Arzt bei der nächsten Untersuchung. "Also, ich war wirklich in Sorge um Sie... Sie müssen jetzt ganz achtsam mit ihren Ohren umgehen. Es darf kein Seifenwasser eindringen, und auf keinen Fall Wattestäbchen benutzen!"

"Nein, nein..." Dann erzähle ich ihm von der Vermutung: "Drei Wochen überfällig..."

"Na, dann wollen wir doch gleich mal schauen..." Doktor Detlefsen gibt mir für das Labor einen Becher: "Den machen Sie voll, und anschließend kommen Sie in den Ultraschall-Raum."

Gehorsam folge ich seinen Anweisungen. Wieder pocht mein Herz. Ich habe Angst. Wovor? Warum? Die kalte Flüssigkeit wird auf meinem Bauch verstrichen, dann bewegt sich dort das Gerät, das die Wahrheit herausfinden wird. Keine Schonfrist mehr...

"Da!" Lächelnd nickt der Arzt und zeigt auf den Monitor.

"Da haben wir es schon. Glückwunsch! Sie und ihr Mann haben tatsächlich etwas zu feiern. Es hat wieder geklappt. Oh, ich freue mich ja so für Sie!" Doktor Detlefsen streckt mir seine Hand hin, um mich zu beglückwünschen.

Steif und wie erstarrt bleibe ich liegen und sehe den Mann mit einem

Gefühl der Fassungslosigkeit an. Plötzlich scheint der Doktor sich in Einzelteile aufzulösen. Oder bin ich es, die sich auflöst und wieder verschwindet, in jenen fernen Raum? Wie eine unbeteiligte Zuschauerin beobachte ich, wie jemand wieder von meinem Körper Besitz ergreift, wie jemand meine Rolle weiter spielt, und der Arzt bemerkt nichts.

"Ja..." Die Frau ergreift die Hand des Arztes. "Natürlich ist da auf der einen Seite Freude, aber auf der anderen Seite... Ich bin auch in großer Sorge: Als ich die Ohrenentzündung hatte und die Medikamente genommen habe, da war ich ja schon schwanger. Und wenn die Medizin nun fruchtschädigend ist? Unter solchen Umständen..."

"Ja, ja, natürlich..." Es ist nicht nötig für die Frau, weiterzusprechen. Der Arzt nickt verständnisvoll. Bedauernd fährt der Mann fort: "Wir müssen den Tatsachen ins Auge blicken, da haben Sie recht. Im Beipackzettel steht nichts Genaueres. Ich werde mich da sachkundig machen, bei der Giftzentrale und beim Pharmakonzern, und Sie anrufen.

Spätestens morgen Mittag wissen Sie Bescheid. Obwohl ich nicht glaube..."

"Bitte, es ist besser, wir warten lieber ab, als falsche Hoffnungen zu hegen."

"Sie sind so tapfer! Hut ab, meine Liebe... Ich hoffe so sehr, dass sich noch alles zum Guten wenden wird, für Sie alle!"

"Nun?" Neugierig sieht Uta der eintretenden Frau entgegen.

"Ja, ich bin schwanger..."

"Oh, ich freue mich ja so für dich. Und für mich. Dann sind wir wieder nur ein paar Monate auseinander mit den Kindern, wie schön. Wann hast du denn Stichtag?"

"Ich weiß nicht. Ich..." Am liebsten hätte ich sofort meinen Sohn geschnappt und wäre geflohen, vor Utas Fragen, vor ihrem Miteinander, um mich zu Hause zu verkriechen.

"Komm, Martina, lass uns noch in Ruhe zusammen einen Tee trinken. Unsere beiden spielen gerade so schön im Wohnzimmer. Wäre doch Sünde, sie jetzt auseinander zu reißen..."

Nils und Johanna sehen nur kurz von ihrer aufgebauten Eisenbahn hoch.

"Noch nicht los, Mama!" Ergeben setze ich mich in die Sitzecke. Das

permanent auf meinem Nacken hockende Schlechte-Mutter-Gewissen gestattet mir nicht, schon jetzt den Aufbruch zu starten. Auf dem Boden blättert die kleine Judith gerade in sich versunken einen Katalog durch, während der dicke Kater an dem Rosinenbrötchen des Mädchens knabbert, das sie auf den Boden neben sich gelegt hat.

Jetzt entdeckt auch Uta, woran der Kater knabbert. "Moritz!" schreit sie das Tier an und reißt ihm das Brötchen aus dem Maul. Das Tier faucht und springt auf den Schrank. Scheppernd fällt eine Blumenvase zu Boden. Rosensträuße, auf weißem Grund, golden umrandet, waren in unzählige Stückchen zersplittert. Hier ein Blatt, in der Mitte gebrochen, dort die zarte Blüte einer Rose, gewaltsam auseinander gerissen, durchbrochen, gebrochen, zertrümmert. Tulpen, die ihre letzten Blütenblätter in die sich verlaufende Wasserpflütze fallen lassen. Im selben Moment fällt Judith in ein lautstarkes Protestgeheul ein und fordert das vom Kater angekaute Brötchen wieder ein. Dieses Scherbenbild spiegelt so sehr wider, wie ich mich gerade fühle. Fassungslos starre ich auf die Scherben, vor denen Uta mit einem Eimer in der Hand hockt. Ruhig sammelt die Frau die Scherben ein und lässt sie mit einem leichten Klirren in den Eimer fallen, während der Kater sich unbeeindruckt von dem schreienden Kind und dem von ihm angerichteten Schaden oben auf dem Schrank die Pfoten leckt. Danach beruhigt Uta das heulende Kind und putzt ihm Tränen und Schnotternase ab. Währenddessen hocke ich wie erstarrt auf dem Sofa, unfähig, dem Impuls nachzugeben, einfach mit Nils zu gehen. Ich tue einfach, was von mir erwartet wird: abzuwarten, bis Uta so weit ist, um miteinander plauschen zu können.

"Eine halbe Stunde", beschließe ich für mich. "Dann gehe ich..." Doch erst zwei Stunden später befinde ich mich schließlich auf dem Weg nach Hause. Ich fühle mich so erschöpft. Konversation um nichts zu machen empfinde ich zunehmend als zu anstrengend und zermürbend.

Auch Lukas begrüßt mich mit einem neugierigen "Nun?", als ich das Haus betrete. "Schwanger. Aber er weiß noch nicht, ob die Tabletten

einen Schaden gemacht haben können..."

"Ätzend... Warum haben wir nur immer so ein Scheiß? Ich muss jetzt erst einmal eine rauchen..." Ohne mich zu berühren, drängt er sich an mir vorbei nach draußen. Für den Rest des Abends verzieht er sich in sein Zimmer. Er kommt erst ins Bett, als ich so tue, als ob ich schon schlafe.

Der Anruf kommt früh am nächsten Nachmittag: "Ich habe gute Nachrichten für Sie: Das Medikament ist nicht fruchtschädigend. Erst ab dem 6. Monat schadet es dem Kind, weil es die Zähne angreifen kann. Oh, ich bin ja so froh, Ihnen diese schöne Neuigkeit überbringen zu können. Jetzt können Sie beide feiern! Ich freue mich ja so für Sie. Wir sehen uns spätestens bei der nächsten Vorsorge wieder. Ich bin ja so froh..."

Eine eisige Faust scheint sich um mein Herz zu klammern und zuzudrücken. Mühsam unterdrücke ich das Aufheulen, das sich in mir ausbreitet.

"Hallo?" erklingt die Stimme des Arztes durch den Hörer. *Schon wieder habe ich das Gefühl, dass irgend jemand in mir souverän die Kontrolle über das weitere Geschehen außen übernahm. Eine Frauenstimme bedankt sich für die Mitteilung und verabschiedet den Arzt. Ihre Hand legt den Hörer auf. Irgendwo wimmert ein ihr fremdes Kind. Bevor ich mich umsehen kann, beginnt sich das Zimmer vor meinen Augen aufzulösen und ich verschwinde in einem dichten Nebel, der mir jegliche Sicht auf das Geschehen draußen verschließt.*

DIE ANDEREN

Ein Raunen geht durch den Bienenstock, ein Summen und Brummen.

"Haben es doch schon beschlossen, alle zusammen. Wir haben keine Wahl. Um unserer und Nils willen. Keine Wahl..."

"Alles wird sich zum Guten wenden..."

ICH

Als die Nebelwand wieder verschwunden ist, stehe ich in der Küche. In der linken Hand und auf dem unteren Innenarm verspüre ich ein unangenehmes Ziehen. Entgeistert starre ich auf die klaffende Wunde auf dem Daumenballen und auf dem Arm. Blut tropft auf die weißen Küchenfliesen.

"Oh, Scheiße!", erklingt die Stimme meines Mannes von der Küchentür.

Erschrocken zucke ich zusammen. "Du schon?"

"Martina, es ist gleich 18 Uhr! Ich bin schon später als geplant..." Lukas greift nach dem verletzten Arm. "Das muss genäht werden... Wie ist das nur passiert?"

Unsicher zucke ich mit den Schultern. Auf der Arbeitsfläche liegt ein angeschnittener Laib Brot. Auf dem großen Messer daneben kleben Blut und Brotkrümel.

"Bist bestimmt abgerutscht... Komm, ich fahr dich ins Krankenhaus zum Nähen..."

"Oh nein!" Angst schnürt mir die Kehle zu.

"Martina, sei jetzt vernünftig! So kann das nicht bleiben..." Sinnlos, ihm zu erklären, dass etwas ganz anderes mir Angst macht. Etwas, das ich überhaupt nicht zu fassen bekomme. Etwas, das sich völlig verrückt anhört. Etwas, über das man am besten erst gar nicht nachzudenken beginnt...

"Wie ist das geschehen?", fragt die Ärztin.

"Sie ist abgerutscht, beim Brot schneiden", antwortet mein Mann für mich, und ich bin ihm dankbar dafür, dass er für mich redet und regelt. Später liege ich auf dem Sofa im Wohnzimmer. Lukas bringt den Kleinen ins Bett und verzieht sich dann in sein Zimmer: "Ein bisschen Computer daddeln..." Irgend etwas flimmert auf dem eingeschalteten Fernsehbildschirm. Ich nehme es überhaupt nicht wahr. Langsam weicht die Betäubung aus den genähten Wunden, und ein pochender Schmerz

setzt ein. Woher kommen nur diese Verletzungen? Warum kann ich mich nicht daran erinnern?

"Du warst nicht da!" murmelt eine weibliche Stimme in mir. **"Es ist..."**

"Wer bist du?", unterbreche ich die unbekannte Frau. Meine eigene Stimme klingt schrill und fremd. "Was machst du hier?"

"Nun, Florence", entgegnet die Unbekannte, **"ich würde dich das gleiche zu fragen, wenn ich nicht schon Bescheid wüsste..."**

"Wer bist du? Und warum nennst du mich Florence?"

"Ach, Schätzchen, du bist so unwissend. Martina ist doch nur die Hülle! Schau doch endlich hin!"

"Aber..." begehre ich auf. Im selben Augenblick spüre ich, wie ich den Kontakt zu der anderen Frau verliere. Plötzlich spüre ich eine Panik und einen Schmerz in mir aufsteigen, die nicht die eigenen sind, und wieder überrollen mich Bilder... Tränen rinnen mir über die Wangen.

DAMALS

"Dieses Kind", sagt die Mutter zum Vater, "wird immer merkwürdiger. Ich weiß mir bald keinen Rat mehr mit ihr, und sie ist doch erst drei. Wie soll das nur noch werden, mit ihr. Schau dir nur an, was sie getan hat: allen Puppen die Zehen abgebissen! Und dann wollte sie nicht einmal zugeben, dass sie es war... Ich hab sie so verhauen, und trotzdem... Sie redete so wirres Zeug, dass ich es nicht einmal aussprechen kann..."

"Wir müssen ihr das austreiben, bevor sie uns aus dem Ruder treibt!"

Die Frau blickt auf den Gürtel: "Willst du sie wieder damit..."

"Ich fürchte, das bringt nichts. Sie ist so verbockt, so störrisch! Die Großeltern, sie haben sie zu sehr verwöhnt, haben ihr den Zucker hochkant in den Arsch gesteckt. Die kleine Prinzessin war sie da. Gut, dass wir weg gezogen sind!"

"Ja, aber was sollen wir denn nur machen, mit ihr? Warum ist sie nur so?"

"Erinnerst du dich, wann es begonnen hat? Mit deiner Schwangerschaft. Und dann, als das Baby da war, wurde es immer schlimmer. Eifersüchtig ist das Gör. Wir müssen aufpassen, dass sie dem Baby nichts antut. Besser, du lässt sie nicht mehr an das Kleine ran. Schließ es besser weg, damit sie da nicht ran kann!"

"Du meinst... Du traust ihr so etwas zu?"

Der Vater nickte heftig. Seine Ader an der Stirn schwoll an. "Aber wir werden es ihr schon

austreiben... Sie wird ankriechen, auf Knien, betteln, dass wir wieder gut mit ihr sind, das schwöre ich dir. Eine Woche wird sie für uns tot sein. Kein Wort, kein Blick. Essen und Trinken bekommt sie hin gestellt, aber nicht an unserem Tisch. Und abends steckst du sie in die Wanne. Aber ohne ein Wort, ohne einen Blick. Wir werden ihr schon zeigen, wo es lang geht.. Kein Wort, kein Blick, das sage ich dir. Und wehe, du hältst nicht durch! Dann bist du schuld, wenn sie uns auf dem Kopf rum tanzt..."

Ein kleines Mädchen sitzt vor sich hin schaukelnd auf dem Bett. **Schwester, hinter der verschlossenen Tür. Vati, Mutti, hinter einer unsichtbaren Mauer. Ich bin allein, so allein. Nur noch der Teddy, der mir Wärme gibt. Bin so allein, grenzenlos allein... Bitte, habt mich wieder lieb! Maaamiii! Paaapiii! Will auch immer artig sein!**

Vatis Stimme: "Und: wirst du immer artig sein? Willst du lieb sein, für immer und immer? Dann darfst du auch wieder Freundin sein. Hier, da kommt sie schon, die Königin. Da kommt sie heraus und stupst dich an: *Ich habe dich vermisst. Warum warst du nicht lieb?*– Komm, halte deinen Kopf an ihren Kopf. Jetzt wird alles wieder gut, musst nur schön lieb und artig sein. Weißt ja, was sonst geschieht! Und jetzt gib ihr einen Kuss. Begrüße sie, mit einem richtigen Kuss. raunt sie dir zu. Kannst du es hören? Ja, sag, dass es dir leid tut, dass du immer artig bist. Und jetzt öffne deinen Mund, achtsam, vorsichtig. Wehe dir, du bist nicht achtsam. Lass sie den Kopf hinein..."

Es droht mich zu töten, zu ersticken. Es ist... salzig! Bitte, nein, und begreife doch: da hilft kein Flehen, Betteln, Winseln. Muss schlucken, schlucken, schlucken, um zu überleben. Immer wieder, immer wieder. Oh, Mutter, Mutter, hab solche Angst, solche Angst. Und keine Mutter da, bin ganz allein. Allein und so klein... Keine Tränen. Tränen bringen Hiebe. Tränen bringen Wahnsinn.

Vatis Stimme: "Weißt du, was sie machen, mit den Verrückten? Sie treiben sie zusammen in einen großen Saal. Sie sperren sie ein, in einen dunklen Raum. Und in allen dunklen Ecken, da lauern sie: im Schrank, unter Bett und Tisch. Sie werden dich erhaschen, ein Stück von dir vernaschen. Dazu der kalte Guss und Stöße mit Strom auf rasiertem Kopf. Aus der Traum von Zöpfen! Und das ist erst der Anfang von dem, was sie machen, mit den Verrückten. Pass gut auf, mein Kind, dass du nicht dort hin kommst, zu den Verrückten. Dass du nicht wirst wie sie! Pass auf, was du sagst, wie du dich benimmst. Gefahr in Verzug! So schnell sagen sie es: *Du bist verrückt! Niemand hört deine Schreie hinter dicken Mauern, und die kalte Nachtluft und alle Tiere dringen hinein über die Mauer durch die Gitter bis hin zu deinem Bett...* !Dann kann keiner von uns mehr etwas für dich tun!

Festgebunden an Gittern, nackt den bösen Pflegern ausgeliefert, die da kommen, mit der großen Spritze..."

"ANGST!" Und bin aufgewacht, inmitten der Nacht. Ein brennender Schmerz, zwischen meinen Beinen. Wimmernd schreie ich auf. Eine Hand, Papis Hand... Nein! Das kann nicht sein. Es ist der Feuergeist, der zu mir kam, inmitten der Nacht. Der Feuergeist, der seine große Hand auf meinen kleinen Mund legt, jeden Laut dabei erstickt.

"Was ist los?" klingt die schläfrige Stimme der Mutter aus dem Schlafzimmer zu uns ins Kinderzimmer. "Sie hat nur geträumt! Es ist nichts geschehen!"

Papis Stimme. **"Los", zischt der Feuergeist, "Sag's ihr, sonst..." Ein beißender Schmerz zwischen meinen Beinen.** "Es ist nichts geschehen. Ich hab nur geträumt, nur geträumt..." Tränen auf meinem Gesicht, und dann war ich fort, an einem fernen sicheren Ort... Meine erste Erinnerung: Knarrend öffnet sich die weiße Kinderzimmertür. Ein Lichtstrahl vom Flur fällt in mein Zimmer und mit ihm ein großer düsterer Schatten. **Der Schatten des Feuergeistes. Der sich nun auf nackten Sohlen meinem Bett nähert. Er kommt näher und näher und näher. Ich weiß, was geschieht.** Ich bin still, ganz still. Nichts ist geschehen. Ich hab nur geträumt, vom bösen Feuergeist.

"Dieses Kind", sagt die Mutter zum Vater, "wird immer verrückter. Weißt du, was sie heute getan hat? Als ich ihre Schwester gewickelt habe, hat sie sie angefasst, da unten und ihr weh getan."

"Sie hat was?"

"Ich hab sie so verhauen, aber ich weiß nicht, ob das was genützt hat. Hinterher habe ich sie gefragt: warum? Da hat sie gesagt, dass sie nur schon macht, was der Feuergeist nachher bei Anita macht. Und dass, oh, mein Gott ... Sie wird uns noch alle ins Unglück stürzen und Lügen über uns verbreiten!"

"Sie ist wahnsinnig... Es muss etwas geschehen! Wo ist sie?"

"Im Bett. Ich hab sie ohne Essen ins Bett gesteckt..." **Ein Schmerz an meinen Haaren. Eine große Hand, die mich aus dem Bett reißt, mich an Haaren aus dem Bett in die Küche schleift. Eine große Hand, die mir die Schlafhose herunter reißt und mich auf den Stuhl zwingt, mit dem nackten Po nach oben gestreckt.**

Eine Stimme, die bebend vor Zorn schreit: **"Sage die Wahrheit! Du hast dir alles nur ausgedacht! Nichts ist geschehen. Du bist eine Lügnerin! Sage die Wahrheit..."** Dazu Schläge mit dem Gürtel, die erbarmungslos auf meinen kleinen nackten Po treffen, auf den Rücken, die Beine. Schmerz. Ich bin nur noch Schmerz, Schmerz. Wimmernd sage ich die Wahrheit, seine Wahrheit und werde dafür bestraft, gelogen zu haben. Schläge und Tritte. Schmerz. Ich bin die, die den Schmerz erträgt. Irgendwann schreit der große Mann schmerz erfüllt auf. **"Du bist schuld, du Miststück, dass ich mir den Fuß..."** Er schlägt und schlägt und schlägt, *bis ich verschwinden muss.* **"Du bist schuld! Deinetwegen habe ich mir so weh getan."** Ein böser Schmerz, der mich trifft, überall. Die Strafe dafür, dass ich so schlecht bin. **"Du Miststück, du..."**

Ich bin schlecht und schuldig. Verzeih mir meine Sünden. Ich flehe dich an... Ich bin die, die schlecht und schuldig ist. Ich bin die, die verantwortlich ist. "Es ist alles meine Schuld. Es tut mir so leid. Bitte..." **Ich bin Scham und Schuld!**

TAGEBUCH-EINTRAG

21.5. Anruf gestern von meinem Arzt:

"Supernachricht. kein Grund zur Sorge!" Okay. Danke. Bestätigung der Erleichterung. Aber in mir sprudelt es nicht vor Freude, nur Leere, stummes Entsetzen. Lukas hat heute damit begonnen, über Namen nachzudenken. Ich könnte nur schreien: "Ich bin noch nicht so weit." Natürlich lasse ich das. Bin lieber nett und freundlich und höflich, mache Konversation. Am Abend benachrichtige ich meine Mutter, meine Oma. Sie freuen sich. Stellvertretend? Ich bin nur schlapp und kaputt, und mir ist andauernd übel. Ich gehe andauernd auf Klo, pinkel und schaue hinterher in das Becken. Ob Blut drin ist? Bin erleichtert, wenn keines da ist und gleichzeitig ganz verzweifelt. Fühle mich zerrissen, habe das Gefühl, dass etwas nicht stimmt, mit mir. Dass ich nicht richtig bin. Angst vor dem Wahnsinn! Ultraschall. Das Herz schlägt. Es ist für ca. 7 Wochen groß. Okay. Und wo bleibt meine Freude? Fühle mich schlecht und schuldig.



Am nächsten Tag wird es ihr immer deutlicher, dass sie im Begriff zu sein scheint, wahnsinnig zu werden. Ihr Körper erscheint ihr wie besetzt zu sein mit fremden Wesen, die miteinander kommunizieren. Immer wieder dringen fremde Stimmen und Laute zu ihr durch, aus denen sich allmählich ein Gespräch heraus kristallisiert:

"Es ist die Schwangerschaft. Die löst das alles aus."

"Es ist ungewiß, wie lange ich noch die Kontrolle über alles behalten kann!"

"Wir müssen etwas tun. So geht es nicht weiter!"

"Ja, es gefährdet uns..."

"Und den Kleinen. Er ist auch in Gefahr! Nils soll nicht so leiden wie ich!"

"Woher droht ihm Gefahr? Von diesem Mann? Das ist unwahrscheinlich. Und Nils ist ein Junge!"

"Ich bin auch ein Junge, und trotzdem hat ..."

"Niemand konnte sehen, dass du ein Junge bist. Schau dir diesen Körper an. Wer sieht es denn jetzt?"

"Das führt uns nicht weiter! Wir müssen etwas planen. Alle zusammen!"

"Man könnte mit einer Stricknadel..."

"Spinnst du! Solche Ideen können nur von dir kommen. Kein Gefühl, kein Bewusstsein für den Körper!"

"Fangt nicht schon wieder an. Lasst uns zusammen..."

Es war, als ob man zufällig beim Telefonieren nichtsahnend in ein fremdes Gespräch geplatzt und so unverschuldet zum Mithörer geworden ist.

Irgendwann begreift Martina, dass die "Anderen" einen Plan machen, wie sie die Schwangerschaft beenden könnten. "Aber", entfährt es ihr schockiert, "das ist doch Sünde!"

"Ach, hört, hört, die heilige Florence hat den Nebel durchdrungen. Sie kann mit uns reden!"

"Wer seid ihr, und was macht ihr hier? Verschwindet! Verschwindet aus meinem Leben und lasst mich in Ruhe!"

Ein Raunen und Dröhnen in ihr, das zunimmt. Gleichzeitig ein Flimmern vor den vor den Augen, das immer stärker wird und die Umgebung aufzulösen beginnt.

Das Medizin-Lexikon liegt aufgeschlagen auf ihrem Schoß. Ihr Finger zeigt auf einem Text der aufgeschlagenen Seite: **"Schwangerschaftspsychose: endogene oder symptomatische Psychose der Graviden. Psychose: vorübergehende oder sich stetig verschlechternde psychiatrische Erkrankung oder Abnormalität mit erheblicher Beeinträchtigung psychischer Funktionen, v.a. mit gestörtem Realitätsbezug, mangelnder Einsicht und Fähigkeit, üblicher sozialer Norm bzw. Lebensanforderungen zu genügen. Die strenge Abgrenzung gegenüber Neurose und Psychopathie ist nicht immer möglich."** – Ist das die Antwort? Ist das die

Erklärung? Für die Stimmen? Für den Zeitverlust? Für Bilder, wie aus einem fremden Film? Bilder, die in ihr aufsteigen, wie aus einem Alptraum, den sie wach träumt. "Oh, lieber Gott, lass mich nicht verrückt werden!"

"Der kann dir dabei auch nicht helfen..."

Wieder diese Stimmen! Angst steigt in ihr auf. Grenzenlose Angst. "Ich muss etwas tun..."

TAGEBUCH-EINTRAGUNG

1.6. Erschöpfung. Grenzenlose Erschöpfung. Schon seit Tagen. Schon das Aufstehen und Anziehen wird zur Qual. Und andauernd das Gefühl, gleich losheulen zu müssen. Angst vor Wahnsinn! Schreckliche Alpträume: Blut, Blut, Blut!

"Wer hat denn hier umgestellt?", fragt Lukas abends verwundert.

"Mama!", sagt Nils und zeigt auf seine Mutter. Sie hat umgestellt, das gesamte Wohnzimmer und das Kinderzimmer. Unbegreiflich, woher sie die Kraft und Motivation dafür genommen hatte, wann sie das getan hat.

Fassungslos starrt der Mann sie an. "Drehst du jetzt völlig vom Teller? Du weißt doch genau, dass du dich schonen sollst!" In seiner Stimme ist ein Zittern, das er nur mühsam beherrscht.

Martina ist nicht in der Lage, irgend etwas darauf zu erwidern. Ein Ziehen im Bauch hat eingesetzt, besonders in der Leistengegend.

"Siehst du, das kommt davon!", schimpft ihr Mann verärgert. "Mich kotzt dein Kram so an. Warum kannst du nicht wie andere Schwangere einfach glücklich und zufrieden sein? Manchmal habe ich das Gefühl, dass du in der Schwangerschaft einen an der Waffel bekommst. Das war die letzten Male auch schon so, und dann die Fehlgeburten... Pass bloß auf. Eine Schwangerschaftspsychose können wir uns jetzt wirklich nicht leisten! Du musst dich um Nils und um alles hier kümmern. Die Firma braucht mich jetzt. Da habe ich für solche Sachen keine Zeit..."

Martina spürt seine mühsam unterdrückte Wut. Die Hände am Lenkrad beben, als er sie abends ins Krankenhaus fährt. Auch die Ärztin schüttelt mit dem Kopf. "Was machen Sie nur für Sachen. Sie müssen sich doch schonen! Sonst gefährden Sie ernsthaft das Leben ihres Kindes!"

"~~Sie hat keine Ahnung!~~" raunt es in Martina, während die Ärztin schallt und den Wehenmesser anlegt.

"So ganz in Ordnung ist das nicht. Besser, Sie bleiben über Nacht zur Beobachtung hier!"

"Nein, ich..."

"Bitte, wollen Sie ein gesundes Kind?"

"Also, Martina, das hast du dir jetzt selber zuzuschreiben!" Die beiden lassen ihr keine Wahl.



"Ihre Frau", sagt die Ärztin zum Mann, "scheint im Augenblick nicht gut für die Schwangerschaft sorgen zu können. Ich halte sie für gefährdet. Aber ich möchte sie nicht in eine Klinik einweisen, das erscheint mir zu stark reagiert. Haben Sie jemanden, der Ihrer Frau in ihrer Abwesenheit Gesellschaft leisten und sie etwas beobachten kann? Zu ihrer eigenen Sicherheit..."

TAGEBUCHEINTRAGUNG

21.7. Ultraschall: Ärmchen, Beinchen. Und ich habe gesehen, wie es seinen Mund auf und zu gemacht hat. Ich fühle mich wie in einer Falle, aus der ich nicht mehr entweichen kann. Die Ella ist jetzt täglich da, beobachtet mich bei jeder Bewegung, mischt sich ein. So sollte sich eine Haushaltshilfe nicht benehmen. Aber ich schaffe es nicht, etwas dagegen zu sagen. Bestimmt hat sie Anweisung bekommen von Lukas. Sie behandeln mich wie eine Unmündige. Oder wie ein Gefäß mit einem kostbaren Inhalt, der nicht zu Schaden kommen darf. Niemand will wissen, wie es mir geht, wie ich mich fühle, ob ich mir Sorgen um Nils mache. Niemand ahnt, was in mir geschieht, was für Bilder in mir

auftauchen. Horrorvisionen, Wahnsinn. Spielt alles keine Rolle. Hauptsache, dieses Ding in mir wächst und gedeiht? Hauptsache, ich reiße mich zusammen? Ab jetzt werde ich den Sekretär abschließen. Sonst schnüffelt sie nachher noch in meinem Tagebuch.

Mit klopfendem Herzen ist Martina aufgewacht. Woher diese Angst? Woher diese Bilder? Jeden Tag gilt es auf ein Neues zu überleben, zu überstehen. Die Angst vor Dunkelheit ist inzwischen zu einer abgrundtiefen Panik geworden. Noch schlimmer aber sind die Nächte, wenn im Haus alles still wird und das Knistern und Rascheln und Knistern im Haus beginnt. Martina hat damit begonnen, nach dem Lesen in der Nacht am Bett das Licht anzulassen und eine Taschenlampe unter dem Kopfkissen und Kerzen und Feuerzeuge in der Nachtschrankschublade liegen zu haben, falls der Strom ausfällt. Es hilft ein bisschen, gegen eine Angst in ihr, die mehr und mehr in ihr hämmert und pocht und klopft und sich ihren Weg an die Oberfläche bahnen will.



Mit zitternden Händen legt Martina den Hörer auf. Schau nur, wie lieb sie zu dir ist. Sie will ihr Köpfchen mal da hin bewegen, zwischen deine Beine. Nur mal schauen. Nur mal schauen... "Oh", sagt sie, "da ist ja eine Höhle. Wie für mich geschaffen. Komm, kleines Mädchen, lass mich mal da rein, damit ich dich besser beschützen kann..." **Angst!**

Der Vater hat angerufen und mit ihr gesprochen, über das Wetter bei sich in der fernen Stadt, über seine Darmbeschwerden, über den Pilz am Hodensack, der sich auszubreiten beginnt über den Schaff bis hin zur Eichel. *Herz, warum rast du so? Warum dieses Weinen, das sich seinen Weg bahnt, von ganz tief unten bis nach oben?*

"Mami? Warum weinst du denn so schlimm? Hast du dir weh getan?" Von irgendwoher dringt die besorgte Stimme ihres Sohnes zu ihr. Kleine Hände, die die von Tränen nassen Haare aus ihrem Gesicht streichen. Weinend drückt Martina ihr Kind an sich. Gleichzeitig macht sie sich Vorwürfe: "Ich bin eine Rabenmutter! Mein Kind mit meinen Tränen zu belasten..."

Hörst du es rascheln, knistern, nagen? Sie kommen! Sie sind überall! – Hier, sieh dir dieses Foto an. Siehst du die großen, kräftigen Zähne? Zwei sitzen im Oberkiefer und zwei im Unterkiefer gegenüber, durch eine Lücke von den anderen Zähnen getrennt. Die Zähne des Unterkiefers benutzt sie hauptsächlich zum Nagen, während der Gegenstand durch die Zähne des Oberkiefers beim Nagen festgehalten werden. Durch die Form und Größe der Zahnsuren kann man erkennen, welches Tier hier genagt hat. Sie können von überall kommen. Bricht irgendwo ein Wasserrohr, so dringen sie durch die Öffnungen in umgebende Räume. Vielleicht gehst du eines Tages nichtsaahnend aufs Klo, sitzt da, und plötzlich, von unten, springen sie dich an, zerbeißen dir alles, was du hast, da unten, mit diesen schlimmen Zähnen. Es sei denn, sie spüren, dass diese Höhle der Königin gehört. Lass sie rein, dann wird dieses Wissen gespeichert, und sie spüren es, fliehen pfeifend und kreischend. Aber sonst... lockt sie an dein süßer Duft...

"Dieses Kind", sagte die Mutter zum Vater, "wird immer schlimmer. Sie hat in die Hose gemacht. Ich hab sie so verhauen! Was sollen wir nur tun?"

"Es muss etwas geschehen... Weißt du noch, wie artig sie war, nachdem sie eine Woche für uns tot gewesen ist? Ich werde sie verhauen, und dann geht sie ohne Essen ins Bett, Vorhänge zu. Und ab morgen ist sie für uns tot, für drei ganze Wochen. Und die kleine Schwester hältst du von ihr fern. Sie ist für niemanden von uns da..."

ICH BIN SOOO ALLEIN! Woher kamen diese entsetzlichen Gefühle der grenzenlosen Einsamkeit? Woher diese Angst, diese Erschöpfung? Was für Bilder steigen da auf, in ihr? Ist das der Wahnsinn, der sich in ihr ausbreitet wie eine Seuche? **Es muss etwas geschehen. Ich verliere die Kontrolle!**

TAGEBUCH-EINTRAGUNG

13.8. Der Bauch ist inzwischen reichlich gewachsen. Seit ein paar Tagen spüre ich in mir leichte Bewegung. Sehr oft Kopfschmerzen die letzte Zeit. Oft kann ich mich nicht an die letzten Stunden oder sogar Tage erinnern. Und andauernd habe ich Verletzungen, muss abgerutscht sein, mit dem Messer. Ich weiß nicht, was mit mir los. Angst, dass der Wahnsinn sich in mir ausbreitet! Die Zeit rauscht an mir vorbei, und

ich verliere mich dabei zusehends selber. Weiß nicht mehr, wer ich bin. Diese Schwangerschaft hat mich psychisch völlig umgeworfen, unbegreiflich... Es ist schwer, meinen "Zustand" vor anderen zu verheimlichen. Immer wieder kommt es zu kleinen Patzern. Alpträume, aus denen ich zitternd und schweißgebadet erwache und an deren Inhalt ich mich nicht erinnern kann. Tagträume, die mir das Entsetzen in den Körper treiben. Angst vor dem Wahnsinn! Was ist mit mir, in mir? Es ist alles so beängstigend, so unheimlich, so verrückt. **Vorsichtsmaßnahmen: Mit keinem darüber reden, nichts Genaueres aufschreiben. Kontrolle behalten!** Verwirrt betrachtet Martina die letzte Eintragung in ihrem Tagebuch. Das war nicht ihre Schrift! Wer hat diese Worte in ihr Tagebuch geschrieben? Wer erlaubte sich da einen so gemeinen Scherz mit ihr? Wer hatte Zugang zu ihrem Tagebuch?



DAMALS

Es ist an der Zeit, sie sind schon unterwegs. Die Männer, sie kommen dich bald holen. – Hier, schau, was sie mir mitgegeben haben: Schau dir dieses Rohr an. Weißt du, was sie damit machen? Sie stecken es zwischen deine Beine und halten dich dabei ganz, ganz fest. Niemand kann dir helfen, und du bist so klein und schwach. Hier, schau dir diese Bilder an! Diese Frau, ihren Bauch. Ja, das geschieht auch dir. Und du bist es selber schuld...

Sie stecken es fest zwischen deine Beine, und dann halten sie dich fest, ganz fest. *Hörst du es rascheln, knistern, nagen?* Sieh dir die beiden Löcher von dem Rohr an, vorne und hinten. Eingang und Ausgang. Sie krabbeln da durch, in dich hinein. Und dann setzen sie sich in dir fest, bauen sich dort ein Nest. Und niemand kann dir helfen. Sie sitzen in dir fest. Zuerst da unten, in deinem Bauch. Rascheln und knistern und nagen. Sie fressen fast alles, was ihnen unter die Zähne kommt, überhaupt nicht wählerisch. Ein Paar und seine Nachkommen erzeugen in einem Jahr fast tausend Individuen. Stell dir das vor! Natürlich ist für so viele kein Platz in dir, da unten im Bauch... Sie fressen sich weiter und weiter, durch die Leber, durch den Magen, durch das Gehirn. Und irgendwo kommen sie dann aus dir heraus, fressen sich von innen nach außen aus dir heraus. Es ist

ein Jammer, und du machst mich so traurig damit, dass du nicht lieb bist – du kannst es dir nicht vorstellen. **Böses Mädchen, du! Hast du mich denn gar nicht lieb? Willst du, dass sie kommen, dich holen?**

*Und sie dagegen, schau sie dir an! Weich ihre Haut, wie Samt. Sie setzt ihre Zähne nur zum Beuteerwerb ein oder zur Verteidigung. Und wenn sie in die Höhle schlüpft, ist ihr Mund fest geschlossen. Nur so ein bisschen öffnet sie das kleine Mündchen, wenn wir sie melken. Aber sie beißt nichts in dir kaputt! Und sie ist so lieb, so vorsichtig. Hat sie dich je gebissen? Siehst du! Von ihr droht dir keine Gefahr. Sie will dich beschützen, wie in allen Familien die kleinen Mädchen beschützt werden. Noch ist es nicht ganz zu spät. Sie holen nur die Mädchen, die der Königin den Eintritt in die Höhle verwehren. Für die anderen haben sie kein Gebrauch. Und ich werde nicht für dich lügen, mein Schatz. Ich hätte dich nicht einmal warnen dürfen. Es ist geheim, streng geheim. Niemand darf es wissen. Es bleibt unser Geheimnis, dass ich dich gewarnt habe. **Du darfst mit keinem darüber sprechen, nie, sonst kommen sie dich immer noch holen, setzen eine mutierte Sorte in dich hinein, werden dich nehmen, für schlimme Versuche, wie diese Frau auf dem Bild. Du hast es gesehen! Es ist geheim, streng geheim!** Das Rohr, es bleibt hier stehen. Morgen Abend... Du hast die Wahl... Schau, du musst es begreifen, es wird geschehen! Keine Chance, dem Schicksal zu entfliehen. Sie sind Höhlentiere, alle beide, und eine wird sich dort einnisten. Gnade dir Gott, wenn es die Nager sind!*

ANGST! UND SOOOOO ALLEIN.. Noch immer hämmert ihr Herz. Zitternd ist sie aufgewacht, von diesem entsetzlichen Traum. *Jemand hatte sie festgebunden, auf einem Stuhl. Vor ihrem Gesicht, an dem Kopf befestigt, war ein leerer Käfig, mit einer Tür, die zu ihrem Gesicht führte.*

"Mach die Beine breit!" hörte sie eine Männerstimme sagen. "Mach die Beine breit!"

Aber sie presste die Beine fest zusammen und wimmerte: "Nein, nein, ich hab solche Angst!"

Eine große behaarte Männerhand näherte sich dem Käfig von oben mit einem Sack, in dem es zappelte. Die obere Tür wurde geöffnet, und aus dem Sack purzelten sie in den Käfig. Große Zähne. Die schwarzen Haare. Dunkle Knopfaugen. Krallen. Lange Schwänze. Zähne, die versuchten, die Käfigstäbe zu durchnagen, um sofort zu ihrem Gesicht zu gelangen.

"Ich fange an zu zählen. Bei drei öffne ich die Käfigtür. Es sei denn..."

Verzweifelt versuchte Martina, die Beine auseinander zu nehmen. Aber sie waren fest zusammen gebunden.

"Eins!"

"Sie sind zusammengebunden! Bitte, ich will ja..."

"Dein Problem! Zwei!"

"Bitte, ich kann nicht..."

"Dein Problem!" Und dann, zu jemand anderem im Raum:

"Jeder hat etwas, wovor er solche Panik hat, dass er sagt... Pass auf: Die letzte Zahl..."

"Nein!" beehrte die Frau auf. "Nicht mir! Tut es nicht mir an! Tut es Nils an!"

"Das ist gar nicht nötig!" antwortete der Mann. "Du brauchst nur sofort die Beine breit machen. Sonst... Ich fange an..."

Verzweifelt hatte Martina aufgeschrien und war von diesem Schrei aufgewacht.

Neben ihr liegt ihr schlafender Mann. Er schien von allem nichts bemerkt zu haben. Seelenruhig liegt er da und schnarcht mit offenem Mund. Wie wenig vertraut ihr seine Gesichtszüge doch sind. Seltsam... Ein Fremder, neben ihr im Bett, in dessen Gegenwart sie trotzdem allein ist, egal, ob er schläft oder wach ist.

Eigentlich müsste sie jetzt auf die Toilette gehen. Der Druck auf die Blase nimmt ständig zu. Aber im Flur brennt kein Licht. Die Dunkelheit macht ihr entsetzliche Angst. Panikattacken durchfluten sie, wieder und wieder, wachsen ins Unermessliche. Unfassbare Bilder steigen vor ihrem Inneren auf, die sie auf das Äußerste entsetzen. Die Dunkelheit aus dem Flur nimmt dabei immer bedrohlichere Ausmaße an. Es wird immer deutlicher, dass sie es in dieser Nacht trotz aller Willensanstrengung nicht schaffen wird, dieses Zimmer zu verlassen. Irgendwann gibt sie dem Blasendruck resigniert nach und uriniert in eine Kanne, die neben ihrem Bett auf dem Boden stand. Ängstlich starrt sie dabei auf den schlafenden Lukas.

"Hoffentlich erwischt er mich nicht!" Sie war schon mal erwischt worden. Aber das ist lange her. Erst jetzt taucht es wieder ganz verschwommen in ihr auf und scheint doch gar nicht aus ihrer eigenen Erinnerung zu stammen.

"Dieses Kind", rief die Mutter dem Vater zu, "ist eine einzige Zumutung! Komm her und schau dir bloß an, was sie gemacht hat: das ganze Bad und das Klo, eingeschmiert, mit Kot. Ich fasse es nicht! Schnell, komm her! Und du, wage es ja nicht, dich auch nur einen Zentimeter zu bewegen!"



Leise dröhnen die Schnarchlaute des Mannes durch den Raum, vermischen sich mit den Geräuschen des Hauses. Die Frau hält es nicht mehr im Schlafzimmer aus. Aus allen Ecken scheint der Wahnsinn zu kriechen, sich in sie hinein weben zu wollen. Trotz der Angst vor der Dunkelheit im Flur flieht im Flur flieht sie, nach hinten zum Gästezimmer. Zitternd lässt sie sich in den Sessel fallen und starrt auf ein blinkendes rotes Licht am Nachthimmel, bis ...

In der Ferne kräht ein Hahn. Der kreisförmige Ausblick auf den dunklen Sternenhimmel, den das Mansardenzimmer bei ihrem Eintritt geboten hat, ist jetzt völlig verändert. Verwundert starrt Martina nach draußen auf die Landschaft. Schafe begrüßen blökend den neuen Tag, und der Milchwagen rumpelt an ihrem Haus vorbei zum nächsten Bauernhof. Vor ihr auf dem Boden liegen unzählige beschriebene und bemalte Bögen. Auf manchen ist getrocknetes Blut zu erkennen. Ein Schauer durchfährt sie.

Im selben Moment wird die Zimmertür aufgestoßen. "Hier bist du. Ich suche dich schon überall. Nils hat nach dir gerufen. Jetzt musste ich an meinem freien Tag aufstehen und ihm eine Milchflasche machen, weil du nicht reagierst hast und weil ich nicht wusste, wo du bist. – So eine blöde Angewohnheit, ihm in seinem Alter noch eine Flasche zu geben."

"Es ist doch nur morgens, Lukas, und es tut ihm doch gut..." Das Schlechte-Mutter-Gewissen meldet sich wieder bei ihr. Sie hätte es hören müssen, dass er nach ihr gerufen hat! Es wird immer schwieriger, ihm eine perfekte Mutter zu sein. Zu viele Lücken, zu viele Nachlässigkeiten, zu viel Chaos in ihr...

"Was machst du denn hier überhaupt?" Ohne zu fragen, greift Lukas nach den Bögen und schaut sie irritiert an:

Ratten

Die Ratten gehören zu den Nagetieren.

Die Hausratte wird auch schwarze Ratte genannt. Vermutlich stammt sie ursprünglich aus Südostasien. Sie ist über weite Teile der Erde verbreitet. Nach Europa kam sie im frühen Mittelalter. Dort verursachte sie große Schäden, bis die Wanderratte sie zum größten Teil verdrängte. Die Pestepidemien, die im Mittelalter als der "schwarze Tod" einen großen Teil der Bevölkerung tötete, wurde durch die Hausratte verursacht. Die Hausratte findet sich besonders in Hafenorten, da sie immer noch über Schiffe eingeschleppt wird. Sie bevorzugt warme und trockene Wohnplätze und kommt deshalb bei uns nicht im Freien vor. Die Hausratte kann sehr gut klettern. Sie ist ein soziales Tier und lebt in Rudeln. Die Hausratte bevorzugt pflanzliche Nahrung, vor allem Körnerfrüchte, aber sie ist ein Allesfresser.

Die Wanderratte unterscheidet sich in einigen von der Hausratte. Sie kommt heute fast überall auf der Erde vor. Man vermutet, dass sie ursprünglich in Ostasien beheimatet war und sich zu Fuß und über Schiff ausgebreitet hat. In Europa wurde sie erstmalig zu Beginn des 18. Jahrhunderts erwähnt. Ihre Ausbreitung in Europa erfolgte sehr schnell, da sie eine hohe Anpassungsfähigkeit hat. Die Hausratte wurde bald von ihr verdrängt. Hauptsächlich lebt die Wanderratte in den Abwasserkanälen. Dort ernährt sie sich von Küchenabfällen. Sie ist ein Allesfresser. Sie nimmt sich nicht nur pflanzliche und tierische Kost, sondern sie kann sich ihre Beute auch selber töten. Hühnerküken und junge Enten fallen ihr leicht zum Opfer, wenn diese nicht gut abgesichert sind. Durch Verunreinigung von Lebensmitteln durch Kot und Urin stellt sie eine ernsthafte Gefahr für die

Gesundheit von Menschen und Haustieren dar. Für den Nestbau sucht sie sich einen trockeneren Platz. Die Wanderratte lebt in Rudeln. Sie erkennen einander am Geruch. Meistens sind sie im Dunkeln aktiv.

Leben beide Rattenarten in einem Haus, hat die Hausratte ihren Lebensraum im oberen Stockwerk und die Wanderratte im Keller und im unteren Stockwerk. Meistens kommen die Ratten, die man im Haus findet, aus Abwassersystemen, wenn diese alt und brüchig sind. Dann graben sich die Ratten durch undichte Fugen in langen und verzweigten Gängen durch die Böden. Wenn sie diese durchdrungen haben, gelangen sie in die Gebäude. Auch durch Strohdächer können sie sich mit ihren Zähnen beißen. Ratten sind in der Lage, weichere Metalle mit ihren Zähnen zu zernagen. Dadurch ist es ihnen möglich, Dosen aus Leichtmetall wie z.B. Sardinenbüchsen zu öffnen, um an die Nahrung zu gelangen. Außerdem können sie den Strom in elektrischen Leitungen zerstören und dabei sogar Bleihüllen zerstören. Ratten sind scheue Tiere, die sich oft dicht an Mauern entlang bewegen. Will man wissen, welches Tier sich bei einem eingestieft hat, ist es hilfreich, Mehl oder Talkum auf dem Boden auszustreuen und sich die Spuren anzuschauen. Ratten haben 5 gut entwickelte Zehen an den größeren Hinterbeinen und 4 Zehen an den Vorderbeinen. Ihre Spuren sind deutlich größer als die von Mäusen. Durch ihre Duftstoffmarkierungen durch Kot und Urin erzeugen sie einen scharfen, unangenehmen Geruch.

Im Haus machen sich Ratten durch verschiedene Geräusche bemerkbar. Es ist ein deutliches Pfeifen und Schreien zu hören, wenn sie ihre vielen Streitigkeiten im Rudel austragen. Außerdem haben sie die Angewohnheit, nachts größere Gegenstände zu ihren Nestern zu transportieren. Dazu können auch Kleidungsstücke der

Familienmitglieder gehören, mit denen sie ihre Nester auspolstern. Durch ihre Größe können Ratten Textilien ernsthaft beschädigen. Wenn man Ratten im Haus festgestellt hat, legt man Gift aus. Eine Ausnahme gilt, wenn Ratten sich unter den Fußböden befinden. Dann sollte man sie besser in Fallen fangen, da sie sonst durch die einsetzende Verwesung zu massiver Geruchsbelästigung führen. Bei einem starken Auftreten von Ratten sollte man unbedingt Fachleute zu Rate ziehen.

Ratten-Experten

Vor langer Zeit, in Hameln, litten die Leute unter einer großen Rattenplage. Schließlich wurde dem, der die Stadt von der Plage befreite, ein großes Stück Geld versprochen. Da meldete sich ein junger Mann und sagte: "Ich will diese Aufgabe wohl verrichten!"

Und dann setzte er seine Flöte an die Lippen und spielte eine Melodie, und alle Ratten der Stadt spitzten ihre Ohren und folgten dem Mann hinaus aus der Stadt. Der junge Mann führte sie fort mit sich bis ins Wasser, und dort ertranken sie alle jämmerlich.

Anschließend forderte der Mann seinen Lohn, aber die Bürger höhnten und verlachten ihn: "Für so ein bisschen Gefflöte?"

Wieder setzte der Mann die Flöte an seine Lippen, und da spitzten alle Kinder ihre Ohren. Alle Kinder folgten dem Mann, bis in einen Berg, der sich hinter ihnen für immer schloss. Da half kein Jammern und Wüten und Klagen, die Kinder waren aus Hameln für immer fort. Sie waren verschwunden, an einen fernen Ort, wo niemand sie mehr verletzen konnte. Dort gab es keine Ratten, die auf den Schränken und Tischen tanzten und im Schlaf über sie herfielen. Alle Kinder atmeten erleichtert auf, hatten sie doch so zwei Fliegen mit einer Klappe geschlagen! An diesem fernen Ort gab es keine Notwendigkeit, sich einzulassen auf die Schlangen

Schlangen

Auf der Erde gibt es ca. 2700 Schlangenarten. In Europa leben 27 Arten. Sie sind überwiegend im Mittelmeerraum anzutreffen. Von wenigen Ausnahmen abgesehen, finden sich im Schlangenskelett hinter dem Kopf nur Wirbel und Rippen. Durch die große Zahl der Wirbel ist der Schlangenkörper sehr beweglich. Das Fehlen jeglicher Gliedmaßen erfordert von Schlangen eine besondere Form der Fortbewegung: das Schlängeln oder Raupenkriechen.

Auch die inneren Organe mussten sich dem langgestreckten Körperbau anpassen. Besonders deutlich wird dies bei den Atmungsorganen: Höher entwickelte Schlangen bilden nur den rechten Lungenflügel aus. Während der vordere Teil zur Atmung eingesetzt wird, speichert der hintere Luft. Schlangen riechen mit dem Jacobsonschen Organ, das sich in der Mundhöhle befindet. Die gegabelte Zungenspitze versorgt dieses Organ beim Züngeln in der Luft mit Geruchsstoffen.

Ihr Gehörsinn ist sehr schlecht entwickelt. Dagegen reagieren sie sehr empfindlich und sensibel auf Erschütterungen, mit Flucht oder Angriff. Schlangenaugen sind nur in geringem Maße beweglich. Die zahlreichen Knochen des Schlangenkopfes sind besonders im Mundbereich sehr beweglich. Die Unterkiefer kann aus ihrer Aufhängung sogar ausgehängt werden, wodurch sich die Mundöffnung beim Verschlucken von Beute vergrößert. Schlangen fressen große Beutetiere. Dadurch nehmen sie ziemlich unregelmäßig Nahrung zu sich. Manche Arten können sehr lange ohne Nahrungsaufnahme leben. Schlangenhaut besteht aus hornigen Schuppen. Die abgestreifte Haut wird auch "Natternhemd" genannt.

Von den 2700 Schlangenarten sind ca. 400 Arten giftig und für den Menschen gefährlich. Das Schlangengift wird in Giftdrüsen erzeugt. Diese setzen in unterschiedlicher Ausdehnung an den Kopfseiten hinter den Augen an. Das Abgeben des Giftes geschieht nicht automatisch beim Zubeißen, sondern kann entweder ganz unterbleiben oder von der Schlange dosiert werden. Schlangengift ist ein kompliziertes Proteingemisch aus Eiweiß, Fetten, Schleimstoffen, Fermenten, Salzen und 50-80% Wasser. Das Gift unterstützt wirkungsvoll die Verdauung, die teilweise schon vor dem Verschlucken der Beute einsetzt. Von manchen Giftnattern, wie z.B. der grünen oder schwarzen Mamba, kann das Gift so wirkungsvoll sein, dass ein Mensch innerhalb weniger Minuten daran stirbt. Schlangengifte haben eine starke Bedeutung für die Medizin gewonnen. Sie werden zur Serumgewinnung und als Grundlage von einigen Medikamenten genutzt. Besonders die Gewinnung von Schlangenserum ist notwendig, denn jährlich kommt es, vor allem in den Tropen und Subtropen, zu über einer Million Schlangenbissen. Von denen verlaufen ca. 3% tödlich. Die Vernichtung ihrer Lebensräume und die gnadenlose Einsammlung lebendiger Schlangen für Züchter und Liebhaber und die absichtliche oder unwissende Tötung vieler Exemplare führt zu einem stetigen Rückgang der Bestände an Schlangen. Die moderne Artenschutz-Gesetzgebung versucht inzwischen, die bedrohten Tiere besser zu schützen. Der Artenschutz...

Zwischen den beschriebenen Bögen liegen Kohlezeichnungen mit Ratten, die sich durch blutiges Fleisch fressen und Bilder mit riesigen aufgerichteten Schlangen, hinter denen ein verängstigtes Kind hockt. Auf den Bildern mit den Ratten kleben angetrocknete Blutspritzer.

Angeekelt lässt Lukas die Blätter wieder auf den Boden fallen. "Was hast du denn da Abscheuliches gemalt? So etwas kauft doch kein Mensch! Besser, du bleibst

bei deinen Aquarellen mit den Reetdachhäusern und Sonnenuntergängen. Darauf sind die Touris doch ganz wild... Ich versteh gar nicht, wie du auf so etwas Ekelhaftes kommst. Und dieser Text... Ich versteh nicht, was das soll! Und das hier... ist das... Blut?" Sein Blick wandert über den Körper seiner Frau und bleibt verunsichert an den frischen Wunden an ihrem linken Arm hängen. "Was machst du denn nur immer?" Er zeigt auf die Wunden. "Was hast du damit denn bloß gemacht?"

Martina folgt seinem Blick. Gleichzeitig entdeckt sie den Brieföffner auf dem Schreibtisch. An ihm klebt Blut.

Im selben Augenblick übernimmt etwas in ihr die Kontrolle über das weitere Geschehen: Während sie, ohne, dass Lukas etwas bemerkt, mit dem Ellenbogen ein leeres Blatt über den Brieföffner schiebt, macht ihre Hand eine wegwerfende Bewegung. "Ach, das... Weißt du denn nicht mehr, dass ich gestern in den Rosen war? Danach war ich doch völlig zerkratzt, wie jedes Mal. Diese Biester haben so fiese Dornen. Manchmal bereue ich, dass ich sie gepflanzt habe. Und vorhin hat das so gejuckt, und ohne nachzudenken, habe ich den ganzen Schorf wieder aufgekratzt. Dann fing es an zu bluten, und ich hatte kein Taschentuch zur Hand. Mit diesen Bildern kann ich eh nichts anfangen, und ich wollte nicht, dass was auf den Teppich kommt."

Mit einem Ausdruck der Erleichterung seufzt Lukas auf.

"Was hast du denn gedacht?"

"Nein, nichts..." Fast fluchtartig verlässt ihr Mann den Raum wieder. "Ich leg mich noch ein bisschen hin. Ihr könnt ja allein frühstücken..." ruft er ihr aus dem Flur zu, bevor er Richtung Schlafzimmer verschwindet. Martina ist sich sicher, dass er sich erst gegen Mittag wieder sehen lassen wird. Er drückt sich fast jeden Sonntag vor dem Familienfrühstück, und mittags verschwindet er dann bestimmt mit einem Stapel Akten in seinem Büro.

Es ist ein Seiltanz! Von Augenblick zu Augenblick wird es schwieriger, die Balance bei diesem Drahtseil akt zu behalten, die Kontrolle über den nächsten Schritt nicht zu verlieren. Unter mir lauert der Abgrund. Ungesichert. Kein Netz, das mich auffängt.

Da unten lauert der absolute, völlige Wahnsinn, das grenzenlose Chaos. Und doch fühle ich mich in manchen Augenblicken so erschöpft und verzweifelt, dass ich meine Stange, die mir beim Halten des Gleichgewichts helfen soll, am

liebstes fallenlassen würde. Und dann: ein einziger Schritt. Mich fallen lassen, in den Wahnsinn, mich für immer verlieren in ihm. Nichts mehr kontrollieren müssen, nicht mehr funktionieren müssen, und keiner will mehr etwas von mir, keiner kann mich mehr erreichen, denn ich trudel dahin, in diesem schwerelosen Raum, schwebte losgelöst von Raum und Zeit. Und dieser Gedanke ängstigt mich noch mehr als die Angst vor dem Kontrollverlust, vor dem Wahnsinn. Nicht aufgeben! Ich darf die Kontrolle nicht verlieren. GEFÄHR! Krisensitzung! Wir müssen den Wahnsinn abwenden, bevor es zu spät ist!



"Martina, ich bin so geil. Komm, wir müssen heute Abend unbedingt miteinander schlafen. Ich stoße auch nur ganz vorsichtig zu, damit dem Kind nichts passiert..."
Ich bin die, die willig die Beine breit macht. Ich bin die kleine Hure. Allzeit bereit, für dich bereit, mache ich meine Beine breit, lasse sie hinein. – Die Balkan-Zornnatter verfolgt und erjagt ihre Beute mit großer Schnelligkeit. Wahllös packt sie zu. Sie drückt das Opfer gegen Gegenstände oder den Erdboden und tötet es dadurch. Kleinere oder wehrlose Beutetiere werden lebend gefressen. Die Gelbgrüne Zornnatter verschlingt kleinere Beutetiere lebend. Größere Beutetiere werden mit Körperschlingen umwickelt und durch Erdrosseln getötet. Da sie auch Vipern frisst, ist davon auszugehen, dass ihr die Bisse von Giftschlangen nichts anhaben können. Die Pfeilnatter ist eine in ihren Bewegungen recht schnelle und bewegliche Natter. Im Mai

findet meistens die Paarung statt. Das Gelege besteht aus 6-10 Eiern, manchmal auch aus mehr Eiern. Es wird in Erdhöhlen, unter hohlliegenden Steinen oder in anderen Verstecken abgelegt.



Mit einem Gefühl der Erleichterung legt Martina den Telefonhörer auf. Ella, ihre Haushaltshilfe, hatte sich krank gemeldet. "Jetzt", raunt eine Stimme in ihr, "wird doch noch alles gut." – "Lalelu..." Eine andere Stimme singt ein Gute-Nacht-Lied. Im gleichen Moment beginnt sich der Flur um sie herum aufzulösen. Alles um sie herum verschwindet. Sie ist fort, an einem fernen Ort...

Martina erwacht mit einem entsetzlichen Unwohlsein. Sie fühlt sich fast so, als ob eine Magen- Darm-Grippe im Anmarsch ist. Neben ihr das Bett ist leer. Lukas ist bereits zur Arbeit gefahren. Ist es schon so spät? "Seltsam..." Für einen Augenblick stutzt Martina. "Hatte ich nicht eben noch im Flur gestanden und telefoniert?" Warum fehlt ihr schon wieder Zeit?

"Mama!", ertönt aus dem Kinderzimmer die Stimme von Nils.

Mühsam schleppt sich Martina in die Küche und macht ihm ein Milchfläschchen. Die Magenkrämpfe werden immer heftiger. "Guten Morgen, mein Schatz! Möchtest du ein bisschen zu mir ins Bett kommen, kuscheln. Mir geht's heute nicht so gut..." Die kleine Hand greift nach ihr. Hand in Hand gehen die beiden ins Schlafzimmer zurück.

"Tapp, tapp", machen die kleinen Kinderfüße auf dem Boden. Der Kleine kuschelt sich an sie beim Trinken. Dann holt er sich einen Stapel Bilderbücher ins Bett. Martina döst immer wieder ein. Manchmal nimmt sie einen heftigen Schmerz in der Magengegend wahr oder das Rascheln von Buchseiten.

"Mama", fragt der Kleine irgendwann, "darf ich mir die Kekse holen?" Sie nickt nur, erleichtert, dass er sich selber versorgt, und voller Stolz auf diesen Lockenkopf neben ihr. Er ist so ein wundervolles Kind... Das darf sich nicht ändern. Er soll seine Unbeschwertheit, seine Kindlichkeit behalten. Er...

"Es macht einen völlig sprachlos, völlig fassungslos, dass Erwachsene solche kleinen, unschuldigen Kinder so schlimm verletzen kann!" - "Schschsch... alles wird gut..." Martina ist froh, ihn bei sich zu haben. Und doch hat sie gleichzeitig ein schlechtes Gewissen, sich nicht genug um ihn kümmern zu können, nicht genug für ihn zu sorgen. Aber der Junge thront zufrieden neben ihr in den Kissen, mit einer Kakao-Packung und Keksen und seinen Lieblingsbüchern. "Morgen", verspricht sie ihm flüsternd, "mache ich dir einen leckeren Pudding. Dann geht's mir bestimmt wieder besser..." Der Junge nickt zuversichtlich und "liest" ihr weiter aus seinem Buch vor. Sie hatte es ihm bereits unzählige Male vorgelesen. Inzwischen kennt er den Text schon auswendig: "... Sie baute sich ein enges Haus, das man Kokon nennt, und blieb darin mehr als zwei Wochen lang. Dann knabberte sie sich ein Loch in den Kokon, zwängte sich nach draußen und..."

"Nanu!", wird er von seinem Vater unterbrochen. "Was ist denn hier los? Später Nachmittag, und ihr hockt beide noch im Bett? So gut möchte ich es auch mal haben..." Martina verspürt ein schlechtes Gewissen und wartet bereits auf seinen Lieblingspruch: *"Ich schufte mich mal wieder dafür kaputt, dass ihr wie die Maden im Speck leben könnt."* Aber dieses Mal sagt er ihn nicht, sondern tritt näher ans Bett heran. "Was ist los? Geht's dir nicht gut?" Schmerzverzerrt verzieht sie das Gesicht. Dieser Krampf war besonders stark gewesen. Und schon durchrollt sie eine neue Schmerzwelle.

"Also, mir ist das nicht geheuer. Ich ruf den Arzt an. Und ich finde es einen Hammer, dass du es selber nicht getan hast!"

Der Arzt weist sie ins Krankenhaus ein. –



"Das", sagt die Ärztin im Krankenhaus zu ihrem Mann, "sind Wehen. Das CT ist eindeutig: Wehen alle 10 Minuten. Aber der Ultraschall sieht gut aus. Das Kind ist zwar bereits tief in den Gebärmutterkanal hineingerutscht, aber Herzschlag und alles sind okay. Aber es muss unter allen Umständen noch im Bauch bleiben. Es ist zu früh. Wir legen Ihre Frau an den Wehenhemmertropf, und sie hat strengste Bettruhe. Das Bett wird schräg gestellt, damit das Kind nicht weiter nach unten rutscht, und sie darf auf keinem Fall hochkommen mit dem Kopf oder sich aufsetzen. Sie wird von uns ruhig gestellt, damit sie in ihrer Mobilität etwas eingeschränkt wird. Das Kind braucht jetzt absolute Ruhe! Schließlich wollen Sie ja ein gesundes Kind bekommen..."

TAGEBUCH-EINTRAG

1.11. Stationäre Aufnahme. Strenge Bettruhe. Und die Tränen laufen, hören gar nicht wieder auf...

Lukas sagt: "Du brauchst doch nicht weinen!"

*Die Ärztin sagt: "Weinen Sie nur!" Ich weine, weine, weine... Den Nachmittag, den Abend, die Nacht... Und Herzklopfen und Schweißausbrüche. Sie sagen, es kommt von dem Tropf... **VERRAT! WAS BLEIBT JETZT NOCH???***

*Woher kommt diese Eintragung? Ich kann mich nicht erinnern, das geschrieben zu haben. Bitte, ich will nicht wahnsinnig werden... **angst, die angst geht um...***

"Ihre Frau", sagte die Ärztin zum Mann, "reagiert sehr stark auf die Wehenhemmer. Massive Herzrhythmusstörungen und starke Schweißausbrüche, dazu eine starke Unruhe. Wir mussten die Valiumdosis erhöhen. Dem Kind wird das nicht schaden, und Ihrer Frau wird es dadurch vielleicht etwas leichter werden, die folgenden Wochen strengste Bettruhe einzuhalten. Wir dürfen kein Risiko mehr eingehen. Schließlich wollen Sie ja ein gesundes Kind!"



TAGEBUCH-EINTRAG

12.11. Ohne die Möglichkeit, etwas ins Tagebuch zu schreiben, würde ich hier abdrehen. Keiner redet richtig mit mir. Nils sehe ich nur für ein paar Minuten am Tag, wenn Lukas schnell hier vorbeifliegt und schaut, ob ich irgend etwas brauche. Ich fühle mich allein, und oft bin ich so müde und schläfrig, dass der Tag an mir vorbeizieht, ohne dass ich etwas davon mitbekomme. Gleichzeitig ist mir zum Heulen, Brüllen, Schreien. In meinem Hals sitzt ein großer Kloß, der mich zu ersticken droht. Aber wenn ich losschrei... Vielleicht höre ich nie wieder auf, und dann erklären sie mich für verrückt. Wer soll sich dann um Nils kümmern. Oh, Nils, ich vermisse ihn so. Und solche Sorgen, das Gefühl, versagt zu haben, keine gute Mutter für ihn zu sein. Und in mir bewegt sich das Kind, das ich lieben soll. Keiner zeigt Verständnis, dass ich nicht mehr liegen will, dass ich nach Hause möchte. Alle beobachten mich, rund um die Uhr, wie eine Gefangene.

"Du willst doch ein gesundes Kind!", sagen sie alle, wenn ich aufbegehre oder Wünsche äußere. Nicht mal auf die Toilette darf ich oder mich selber waschen. Niemand registriert meine Scham, mein Unwohlsein. "Denk an dein Kind!", sagen sie. Und dass ich vielleicht bis zur Geburt hier liegen muss! HILFE! Keiner begreift, dass ich noch eine Zeit alleine mit Nils verbringen möchte, bevor das andere Kind da ist... Keiner da, zum Reden, zum Verstehen... Ich habe Angst um Nils. Wird sich Ella gut um ihn kümmern, ihn beschützen? ... weiß sie genug? von dem, was geschieht, mit kleinen Kindern...?

25.11. Der Tag kriecht schleimig zäh vorbei, so, als ob er gar nicht enden will. Essen. Schlafen. Lesen. Essen. Schlafen... Heute morgen waren Lukas und Nils da. Für einen Moment war Nils bei mir im Bett, zum Kuseln. Mit Lukas habe ich kaum gesprochen. Er wirkt so genervt, als

ob es schon zuviel ist, mich mit Nils an einem Sonntag für ein paar Minuten zu besuchen. Eine Mauer ist zwischen uns. Seltsam, dass mir das vorher nie so bewusst war. Er ist ein Fremder, mit dem ich Bett und Haus teile.

Ich will so schnell wie möglich nach Hause, zu Nils, zu unserem Haus. Ich stehe schon wieder kurz vor'm Heulen. Gestern war wieder Ultraschall. Danach totaler Frust und Tränen. Noch immer darf ich nicht aufstehen. Ich kann nicht mehr, habe den totalen Krankenhauskoller. Immerhin nehmen sie morgen die Infusion ab, und dann bekomme ich Tabletten. Noch 3-4 Wochen, dann werden sie die Tabletten absetzen und mich langsam aufstehen lassen. "Du willst doch ein gesundes Kind!" sagen sie mir alle immer wieder. Dafür soll jedes Opfer recht sein? Und auch Nils muss schon jetzt Opfer bringen. In mir ist so viel Verzweiflung, so viel Schmerz, das Gefühl, versagt zu haben. Und niemand fragt, was ich will. Keine Wahl. Resignation...

26.11. Schreckliche Alpträume von Ratten in der Größe eines Hundes. Sie fallen mich an, wollen mich zerfleischen. Schreiend bin ich aufgewacht. Die Frau neben mir hat geklingelt. Die Ärztin hat mir dann irgendetwas in die Infusion gespritzt. Seitdem döse ich immer wieder ein. Traumlos. In mir das lähmende Gefühl, keine Wahl zu haben. Resignation...



"Ihre Frau", sagte die Ärztin zum Mann, "ist nachts so unruhig. Wir müssen ihr jetzt zur Nacht was geben. Ich denke, dass es wenig Sinn macht, mit ihr darüber zu reden. Es würde sie nur unnötig beunruhigen, und das wollen wir ja nicht. Wir können es nicht riskieren, dass dem Kind etwas geschieht. Das ist doch auch in Ihrem Sinne. Schließlich wollen Sie ja ein gesundes Kind."

TAGEBUCH-EINTRAG

29.11. Was ist in mir, mit mir? Die Bilder in mir werden schlimmer und schlimmer. Was, wenn es nicht aufhört? Und alle hier behandeln mich, als ob ich ein kleines Kind bin, keiner redet richtig mit mir. Ich habe Lukas heute direkt gefragt, aber er behauptet, dass er und die Ärzte nicht hinter meinem Rücken reden, dass alles hier im Zimmer besprochen wird, was zu besprechen ist. Seltsam, dass ich trotzdem so ein Gefühl in mir habe... *Angst. Und ein Gefühl der absoluten Lähmung in mir. Irgend etwas in mir tut so schlimm weh. Ich schwebe durch den Sternenstaub. Schmerz fällt in mein Herz. Eine fremde Angst, die nicht die meine ist, macht sich hier breit. Ich muss das Tanzen lassen, mich einstellen auf das, was geschieht, muss auf der Hut sein. Ich bin bereit. Ich gebe Euch meine Sternzeit, bin hier bei euch, in meiner Unvollkommenheit, erkenne mich, im Spiegel. Ich bin bereit, mich im Spiegel anzusehen, mich zu riskieren.*

18.12. Etwas in mir hat sich verändert, seit gestern. Vielleicht liegt es daran, dass sie die Tabletten gestern abgesetzt haben. Vorhin kam die Schwester, und dann sollte ich das erste Mal aufstehen. Meine Beine sind wie Gummi. Jeder Schritt verursacht mir Schmerzen. Sie sagen, dass das normal ist. Alles ist für sie immer normal. Neben mir liegt eine Frau, bei der sie die Wehen eingeleitet haben. Sie wimmert vor Schmerz. Oh, Gott, ich kann es fast nicht ertragen... In ein paar Tagen ist das zum Glück alles vorbei. Zu Weihnachten bin ich zu Hause. Und dann noch vier Wochen bis zum Termin. Ich kann es gar nicht fassen. Wo ist meine Verbindung zu diesem Kind in mir? Ich habe ein so schlechtes Gewissen, diesem Kind keine gute Mutter gewesen zu sein, diese ganzen Monate, nicht genug Zärtlichkeit für es zu empfinden. Aber in mir ist so viel Sorge, um Nils. Vielleicht wird es besser, wenn ich zu Hause bin? *Es muss, muss, muss...*



"Ihre Frau", sagte die Ärztin zum Mann, "macht auf uns den Eindruck, dass sie unter der Schwangerschaft sehr leidet. Hinzu kommt das Problem, dass Sie sich nach Neujahr direkt wieder der Firma widmen müssen. Deshalb haben wir uns gedacht, dass es das einfachste wäre, wenn wir bei Ihrer Frau jetzt die Wehen einleiten würden. Wir hatten ja gedacht, dass sie nach Absetzen der Medikamente sofort Wehen bekommt, spätestens nach dem Aufstehen. Aber keine einzige Wehe, ich hatte sie heute am Wehenschreiber... Wenn wir morgen einleiten würden, könnten Sie, wenn Sie am nächsten Tag nach Hause geht, schon zu viert unter dem Tannenbaum verbringen. Oder Sie kommen gleich am 27. morgens zu uns. Das überlasse ich ganz Ihnen..."



"Sie wollen was?" Schockiert sieht Martina ihren Mann an. Panik steigt in ihr auf. "Nein! Ich will doch erst wieder nach Hause. Ich will morgen nach Hause! Sie haben es mir gestern versprochen. Das Kind erst später..." Sie ist nicht in der Lage, weiterzusprechen. Tränen rinnen ihr die Wangen hinunter.

"Verdammt, nun sei doch nicht so hysterisch. Die Ärzte haben gerade erst mit mir geredet. Alle machen sich Gedanken, was das beste für dich ist, **und du bist so undankbar**. Ich kann das einfach nicht begreifen!"

"Ich will nicht! Keine Einleitung, will nicht!", stößt sie unter Tränen hervor.

"Martina, jetzt reiß dich doch mal zusammen. Du kannst ja jetzt erst einmal mit nach Hause, und dann lässt du es meinetwegen erst am 27. einleiten... Ich muss jetzt los. Ich ruf heute Abend kurz an, ob du morgen tatsächlich nach Hause willst."

Ich falle, falle, falle, in ein großes schwarzes Loch! -

Der restliche Tag war verronnen, ohne, dass es ihr bewusst gewesen war. Eben hat noch Lukas im Zimmer gestanden, und plötzlich dämmt es bereits, und die Hebamme steht an ihrem Bett. "Ich will keine Einleitung!", stößt Martina hervor.

"Aber das müssen Sie doch auch nicht."

"Aber mein Mann und die Ärzte, die sagen, dass ich muss..."

"Niemand kann Sie zu etwas zwingen, wenn Sie das nicht wollen. Es muss letztendlich Ihre eigene Entscheidung bleiben, ob Sie das wollen oder nicht. Das ist Ihr Körper und Ihr Kind. Das Kind liegt gut da in Ihrem Bauch, und wenn es raus will, dann kommt es schon! Wie auch immer Sie sich entscheiden, ich werde bei Ihnen sein und Sie unterstützen. Und wenn Sie jemanden zum Reden brauchen, dann rufen Sie mich an, auch über Weihnachten. Es gibt keine medizinische Indikation für eine Einleitung, seien Sie sich dessen bewusst!"



TAGEBUCH-EINTRAG

27.12. Dieses Weihnachten war ein einziger Alptraum. Von Lukas ständig direkte oder indirekte Vorwürfe. Vor Nils habe ich so getan, als ob alles in Ordnung ist. Aber es war so schwer, ihm schöne Weihnachten zu machen. Ständig dieser Streit mit Lukas in der Luft. Ich fühle mich so sehr unter Druck gesetzt, heute noch mehr als gestern. Und so unverstanden, so allein. Am liebsten würde ich meine Sachen packen und gehen. Was soll ich hier, bei diesem fremden Mann? Aber wohin? Wüsste ich einen Ort, ich wäre schon lange fort! Mir ist so zum Weinen. Wäre Nils nicht, am liebsten wäre ich tot! Auf das Baby und über diese Schwangerschaft freue ich mich zur Zeit überhaupt nicht. Wie könnte ich auch? Da ist nur dieser Druck, dieser Kloß in mir. Tränen, aus Wut, Enttäuschung, Hilflosigkeit, Ohnmacht, sich nicht verstanden fühlen, Einsamkeit. *Und alle diese Gefühle, so seltsam vertraut.*



"Wenn du es nicht anders willst, dann musst du eben sehen, wie du klarkommst!"

"Tags ist doch Ella da, und..."

"Nein, sie hat schon lange gesagt, dass sie den ganzen Januar frei haben muss. Vielleicht kommt sie danach auch nicht wieder. Hast du das denn völlig vergessen? Wo bist du denn bloß immer mit deinen Gedanken?"

"Ja, aber..." Ihr fehlen die Worte.

"Ja, aber...", öffnet er sie höhnisch nach. "Da stehst du jetzt mit deinem Talent. Nun sieh zu, wie du klar kommst. Dann müssen wir eben deine Mutter..."

"Oh, mein Gott, nein..."

"Verdammt, was du nur immer gegen deine Mutter hast! Stell dir mal vor, du wärst an ihrer Stelle. Du schufftest dich wie blöde kaputt in Haus und Garten, für Familie und Mann, tust alles für den Mann. Und dann bekommst du nichts als Vorwürfe zu hören, den ganzen Tag. Stell dir mal vor, du hättest so ein Leben. **Und dazu die undankbaren Kinder.** Du hast es mir selber erzählt, dass sie dazwischengegangen ist, wenn er Euch wie ein Irrer verprügelt hat. Wie oft hat sie deinetwegen was von ihm abbekommen? Wie oft hat sie ihn angefleht: Mach dich nicht unglücklich! Wie viele Jahre hat sie euretwegen mit ihm ausgehalten, wegen euch Kindern? Und jetzt... natürlich, du hast es schon wieder alles vergessen! Wirklich, manchmal glaube ich, dass du gar nicht weißt, wie gut du es eigentlich hast. Ich lasse dich in Ruhe, mische mich in nichts ein, du kannst schalten und walten, wie du willst, im Haus, mit dem Geld, in der Erziehung. Was will ich denn schon von dir? Ab und zu mal abends was Warmes zu essen, mal eine Begleitung zum Geschäftsessen und gelegentlich ein bisschen Sex. Das ist doch nicht zuviel verlangt. Und du? Du willst weder eine Einleitung noch deine Mutter hier haben! Warum musst du nur so stur sein? Das hast du dir jetzt selber eingebrockt, wir hätten schon alles hinter uns haben können! Also hör auf mit deinem Geheule, das bringt dich auch nicht weiter. Andere Frauen würden was drum geben, dass der Mann die Schwiegermutter im Haus haben mag, und du bist so undankbar!"

Die Hufeisennatter ist sehr flink und beweglich. Sie ist über- wiegend tagsüber sehr rege. Die Paarung findet März/ April statt. Ihre 5 – 10 Eier versteckt sie an einer leicht feuchten Stelle. Ich hatte gewählt. Dein Wille geschehe. Ich bin die, die es geschehen lässt. Schau, sie will nur mal schauen. Lass sie herein. ja, so ist es fein. Sei unbesorgt, sie nimmt die Eier rechtzeitig wieder heraus. Sie ist nicht wie die Ratten. Aber sie muss schauen, immer wieder, um den Termin nicht zu verpassen. Komm, mein kleines Mädchen, schnell... Es ist alles nur zu deinem Besten. Sei dankbar! Keine Wahl... In mir Resignation. Absolute Resignation. Vater im Himmel, Vater mit Pimmel, Dein Wille geschehe, Wie im Himmel so auf Erden. Den täglichen Stoß nehme ich von dir entgegen. Vergib mir meine Schuld, Wie auch ich vergebe meinen Schuldigern. Ich bin dein. Dankbar bin ich deine willige Dienerin. Du bist das Reich und die Kraft und die Herrlichkeit in Ewigkeit. Amen.

Lukas greift nach dem Telefon und wählt für sie. Er hält ihr den Hörer ans Ohr, nachdem die Frau sich gemeldet hat. "Hallo, Schwiegermutter, deine Tochter will dich sprechen..." Ein gnädiger Nebel umfängt sie. Irgend jemand regelt für sie, und das erste Mal empfindet Martina Dankbarkeit für den Wahnsinn, für die Spaltung.

TAGEBUCH-EINTRAG

14.1. Gestern ist meine Mutter angereist. Ich fühle mich wie gelähmt, wie ein erstarrtes Kaninchen, vor dem die Schlange hockt, bereit, gnadenlos zuzustoßen. Was ist nur los, mit mir? ...

Drahtseilakt in schwindelerregender Höhe. Unter mir ein gähnender Abgrund, unendlich weit entfernt. Jede kleinste Bewegung kostet äußerste Konzentration. Nur der kleinste Fehltritt, und ich würde zerschellen, auf den Klippen dort unten...

"Ich werde", sagte die Schwiegermutter zum Mann, "euch so gut entlasten, wie ich nur kann. Sie soll sich noch ein bisschen entspannen, bis es so weit ist. Auf mich hat damals keiner Rücksicht genommen. Ich musste ran, bis zum letzten Moment. Und dann diese Geburt. Damals war es ja nicht üblich, dass der Mann mit in den Kreißsaal kommt. Obwohl, er hätte es wohl auch so nicht getan. Dafür

wäre er nicht der Typ gewesen. Ich bin so schlimm gerissen, da hat keiner nach gefragt hinterher. Ich musste gleich wieder ran, seine Eltern bedienen, mich um alles kümmern. So wird sie es nicht haben. Wenn das Kind jetzt bald kommt, hat sie noch ein paar Tage gut davon, dass ich diese Woche da bin."



Schlangen! Schlangen, die sie verfolgten, überall hin. Bedrohlich! Martina rannte und stolperte keuchend weiter, bis plötzlich der Boden unter ihr nachgab. Ein Schmerz! Ein entsetzlicher Schmerz, der sich ausbreitete, vom Rücken, in ihren Bauch... Ein entsetzlicher Schmerz, der sie abrupt aus dem Schlaf reißt. Im gleichen Moment das Gefühl, dringend auf Toilette zu müssen. Auf der Toilette dann das entsetzte Erkennen: das ist kein Stuhlgang-Drang. "Das sind Presswehen!" Wimmernd stöhnt Martina auf. "Oh, nein!" Instinktiv beginnt sie zu hecheln. Hecheln, hecheln, hecheln, dem Drang zu pressen nicht nachgeben!

Aus dem Schlafzimmer tönt das Piepsen vom Wecker. Wenig später schlurft Lukas am Bad vorbei in die Küche, um die Kaffeemaschine anzustellen.

"Lukas!" Ihre Stimme ist kaum hörbar, eher ein Flüstern. "Lukas, wir müssen gleich los."

"Okay, na endlich... Ich trink nur noch einen Kaffee..."

"Nein... Ich... Jetzt..." Die nächste Presswehe macht es ihr unmöglich, weiter zu sprechen. Hecheln, hecheln, hecheln. Trotzdem weitet sich ihre Scheide, und etwas Schweres rutscht in ihr abwärts. Voller Panik schreit Martina auf. *Im gleichen Augenblick hat sie das Gefühl, von innen sanft zur Seite geschoben zu werden. Jemand übernimmt die Kontrolle, und Martina wird zur stummen Beobachterin des weiteren Geschehens.*

"Lukas, wir müssen sofort los, ich habe Presswehen. Ich..." Wieder eine Presswehe, die sie verhecheln muss. Hilflos steht ihr Mann vor ihr. "Wie soll ich dich denn so ins Auto bekommen? Das geht doch gar nicht..."

"Dann ruf die Hebamme an, schnell. Ich..."

Die folgenden Minuten nimmt Martina nur wie durch einen Nebel wahr. Ihr Mann rennt hin und her auf dem Flur, zur Haustür, zu ihr an die Tür, wieder an die Haustür. "Halt durch, Martina!", brüllt er. "Der Krankenwagen kommt gleich! Halte bloß durch!"

Aus ihrem Mund hechelt und wimmert und schreit es. **so... schwer ... kontrolle ... zu behalten... so viele in panik... so viele in gefahr... so viele wollen raus, nach oben, wollen schreien! es ist ... so viel ... so schwer... angst vor kontrollverlust! es ist ...** Endlich! Die Rettungswagen – Sanitäter... Große, feste Hände, die sie hochnehmen, aus dem Badezimmer tragen, auf die Trage legen. Alles verschwimmt, verschwindet, taucht wieder auf. Sie liegt im Krankenwagen. Aus der Ferne ertönt das Martinshorn. Eine neue Presswehe, die den Kopf des Kindes ein Stück aus der Scheide hinaus treibt. Ihre Hand tastet nach unten und spürt dort einen feuchten Hubbel. **Entsetzt schreit jemand in ihr auf.** Der Laut dringt gurgelnd nach draußen, entwickelt sich zu einem furchtbaren Schrei und übertönt dabei die Sirene. **Hilfe! Es droht außer Kontrolle zu geraten!** Einer der Männer schlägt die Decke weg und schaut zwischen ihre Beine.

"Wir sind gleich da!" sagt er und wirft ihr die Decke wieder über. Lukas sitzt verkrampft daneben, wie ein unbeteiligter Fremder. "Ihre Frau", sagt der Rettungssanitäter zu ihrem Mann, "könnte es noch knapp bis zum Kreissaal schaffen. In knapp einer Minute sind wir da..."

Im nächsten Augenblick hält der Krankenwagen. Die Tür wird aufgerissen und die Trage nach draußen gezogen. Im Eilschritt wird sie durch das Krankenhaus geschoben. *Wand. Tür. Wand. Tür. Wand...* Jemand ruft nach der Hebamme: "Frau Erdmann!" **Panik in ihr!** Eine große metallene Schiebetür wird aufgezogen. Sie wird in den Kreißaal geschoben, ohne den Raum wahr zu nehmen. Immer wieder verschwimmt alles um sie herum, während sie von der Trage auf das Kreißbett gehoben wird.

Von irgendwoher taucht das Gesicht der Hebamme vor ihr auf. "Frau Dannert!", dringt durch den Nebel die Stimme zu ihr durch. "Ganz ruhig jetzt! Alles ist gut! Ich bin da. Atmen Sie ganz tief ein! Ja, so ist es gut. Und jetzt atmen Sie ganz langsam aus... Sehr gut..."

Beim Ausatmen gleitet das Kind aus ihr heraus. "Es ist ein Mädchen! Ein gesundes Mädchen!" sagt die Hebamme.

Etwas Feuchtwarmes wird ihr auf den Bauch gelegt.

"Mein Kind", sagt sie sich und betrachtet das Baby in ihrem Bett. Es ist so schwer, es zu begreifen. Nils, daran kann sie sich ganz deutlich erinnern, hatte sie sich richtig erarbeitet. Gemeinsam hatten sie diese Geburt gearbeitet. Marie dagegen... war einfach da. Unbegreiflich...



"Du musst!", sagt Lukas. "Du hast gar keine Wahl. Einer muss sich doch um das alles hier zu Hause kümmern, und deine Mutter, also, glaube ja nicht, dass ich mir frei nehme und die nächsten Tage mit ihr verbringe! Außerdem ist deine Mutter schon jetzt mit Nils überfordert, weil er sie beim Putzen stört. Sie kann sich nicht hinsetzen und mit ihm mal was spielen oder so. Ständig hat sie nur das Putzen im Kopf. Als ob es bei uns völlig verdreht ist... Wenn du schon diese Nacht hierbleiben kannst, dann ist das sehr großzügig, dass ich darauf eingehe. Aber morgen hole ich dich ab, da führt kein Weg dran vorbei! Das hast du dir alles selber eingebrockt! Du hättest es ja auch anders haben können, wenn du dich auf die Einleitung eingelassen hättest. Und dieser Stress heute morgen wäre uns sicher auch allen erspart geblieben. Dieses Kind war so blau, ich dachte schon, der ist tot, als sie ihn hochhielten..."

"Guck mal, eine Marie!" sagt Nils zur Oma, als seine Mutter und der Vater mit dem Baby in der Tragetasche das Haus betreten. Martina fühlt sich völlig erschöpft. In der Nacht hat sie kaum geschlafen. Immer wieder muss sie dieses Neugeborene betrachten. Ein Teil von ihr liebt dieses Kleine, und ein anderer Teil bangt mehr denn je um Nils. ***"Er soll nicht so leiden wie ich..."*** Das Schlechte-Mutter-Gewissen meldet sich, weil sie sich nicht genug über das Kind freut und weil sie sich an dem Kind freut. Dieses Gewissen hat sich inzwischen um ein Vielfaches vergrößert.

"Leg dich doch ein bisschen hin!", hat die Mutter gesagt, und Martina hat sich erleichtert ins Bett schicken lassen. Ermattet liegt Martina im Bett. Aber sie hat keine Ruhe dort. Erst ist es Nils, der in ihrem Bett herumtobt und den sie nicht wegzuschicken wagt, aus Angst, dass er sich zurückgesetzt fühlen könnte. Endlich verlässt der Junge den Schlafraum, und Martina schließt erleichtert die Augen. Aber dann brummt der Staubsauger durch das Haus. Die Tür wird geöffnet, und die Mutter erscheint mit dem Staubsauger in der Hand im Schlafraum. "Will alles einmal durchsaugen." Martina spürt Tränen der Erschöpfung in sich aufsteigen. Aber es gelingt, die Tränen wieder wegzudrücken und der Mutter dankbar zuzulächeln.

"Ich mache", sagt die Schwiegermutter zum Mann, "das ganze Haus einmal sauber, dann muss sich Martina in den nächsten Tagen, wenn ich wieder weg bin, um nichts weiter kümmern!" Schränke werden abgerückt, Blumen in die Dusche geschleppt und abgespült, Gardinen abgenommen und frisch gewaschen wieder aufgehängt, Fenster geputzt, die Außentreppe zum Keller geschrubbt... Ihre Mutter arbeitet ohne Unterbrechung. Das Kind, Nils, stört sie manches Mal bei der Hausarbeit. Dann schickt sie es ins Kinderzimmer oder in den Garten. Aber Nils will nicht hinausgeschickt werden. Er schreit und brüllt, wenn die Oma ihm die Spielhose überzieht. "Schon dich nur!", sagt sie zu ihrer Tochter. *Am Abend fällt die Mutter müde ins Bett. Es ist anstrengend, ein so großes Haus zu putzen, und vieles liegt hier im Argen... Und vieles liegt im Argen... Jemand sehnt sich danach, in den Arm genommen und bemuttert zu werden. Aber es hat niemand Zeit, zum Bemuttern. Das Haus soll glänzen, und es gibt immer was zu tun. Mutter Hände können niemals ruhn... Jemand weint. Tränen dringen nach außen, rinnen über die Wangen. Ein Gefühl der Lähmung, das den ganzen Körper durchzieht und jeden Schritt, jede Bewegung zur Qual werden lässt. Kinderschreie, die zu der Frau durchdringen. Der Arm, mit Wunden übersät. Jemand, der sich zerstückeln, zerfleischen will. Nur mit Mühe halt ich ihn zurück. Meine eigene Belastbarkeit, fast überschritten! Zu viel Chaos, zu viel Durcheinander... Und Panik, unter den Kindern, seit dem Telefonat.*

"Ich komme schon morgen!", hatte der Vater gestern am Telefon gesagt. "Und ich bleibe über Nacht und fahre dann mit deiner Mutter zusammen wieder zurück."

"Herz, warum hämmerst du so? Hand, warum zitterst du so? Es ist doch nur die Türklingel, die da schrillt..." *Schrill. Schrill. Schriller Schrei in mir!* *"Der Opa ist da!", sagt eine nette, freundliche Stimme aus ihrem Mund.* *"Nils, willst du dem Opa aufmachen?"*

Der Junge springt zur Tür und zieht den Mann dann mit ins Wohnzimmer, zum Tisch, auf dem die Tragetasche steht. "Guck mal, eine Marie!" sagt er stolz und zeigt auf den schlafenden Säugling. Dann rennt er aus dem Zimmer, um mit seinem neuen Bagger zurück zu kommen.

"Guck mal, ein Bagger!" sagt er stolz. Er kniet sich auf den Boden und schiebt mit einem lauten Brummen mit dem Bagger um den Tisch herum.

"Du musst aber dein Schwesterchen schlafen lassen!", sagt die Oma.

Unbeirrt schiebt Nils den Bagger weiter um den Tisch herum.

"Nils, deine Oma hat etwas gesagt!", mischt sich der Opa ein.

Der Junge ignoriert den Opa und konzentriert sich auf den Bagger.

"Nils!" Die Oma springt vom Sofa auf und beginnt, den Jungen vom Tisch wegzuziehen.

"Mutti, bitte, lass ihn doch..." Martina sitzt noch immer auf dem Schaukelstuhl, wie erstarrt, seit dem Eintritt des Vaters.

"Nils, du musst jetzt aber hören. Dein Schwesterchen schläft!" Entschlossen greift die Oma nach dem Bagger und nimmt ihm den Jungen weg. Nils stößt ein Wutgeheul aus. Im selben Augenblick wacht Marie auf und beginnt zu schreien.

"Siehst du!" schimpft der Opa, "jetzt hast du dein Schwesterchen geweckt."

Nils schreit noch immer.

"Das ist nur, weil er nicht weiter mit dem Bagger spielen durfte!", meldet sich eine verärgerte Stimme aus Martinas Mund.

Die Ader am Kopf des Vaters schwillt an. "Gib..." zischt er seine Frau an, die noch immer mit dem Bagger in der Hand da steht, "diesem Zuckerbübchen seinen Bagger zurück. Keine Sorge, wir mischen uns nicht mehr ein! Am besten, wir gehen auf der Stelle!" Er nimmt der Frau den Bagger aus der Hand und knallt ihn wütend auf den Tisch. Dabei bricht die Baggerschaufel ab. "Alles deine Schuld!", blafft er seine Tochter an und lässt sich auf das Sofa fallen. Schreiend und heulend rennt Nils aus dem Wohnzimmer. **Jemand möchte hinterher laufen, den Kleinen trösten! Jemand möchte sich um den weinenden Säugling kümmern! -**

*Jemand möchte sich den Arm und die Beine aufschneiden, sich zerfleischen!
Jemand hasst sich selber aus tiefstem Herzen! - Jemand möchte auch schreiend
und heulend weglaufen, dem allen entfliehen! - Jemand möchte die
Kontrolle behalten über alles!*

Jemand... Ich bin die, die verantwortlich ist! "Es tut mir so leid, Papi, entschuldige bitte. Ich... Es tut mir so leid!" Schuld bewusst kniet sie sich vor ihn und streichelt seine Hand. "Es tut mir leid!"

"Jetzt müssen wir dem Jungen einen neuen Bagger kaufen!", blafft er seine Frau an, die sich zu dem weinenden Baby gebeugt hat und leicht an der Tasche schaukelt.

"Nein, nein, Papi. Er hat genug Spielzeug..."

"Du musst ihn besser erziehen, deinen Sohn. Nicht einmal ordentlich begrüßen kann er einen. Wir früher, haben immer einen Diener gemacht und die Hand gegeben, wenn Besuch kam! Und ihr...", grollt er, "... habt mich auch noch gar nicht begrüßt!"

Schuld bewusst wendet sich seine Frau von der Tragetasche ab und beugt sich zu ihm mit gespitzten Lippen.

"Und du? Willst du deinen Vater nicht ordentlich begrüßen, wie es sich gehört?"

Wie es sich gehört, wie es sich gehört... Nähert man sich einer Treppennatter, dann flüchtet sie mit großer Geschwindigkeit in ein Versteck. Wenn sie bedrängt wird, zischt sie, aber sie beißt nur selten. Die Treppennatter ist am Tag aktiv... Lippen leicht gespitzt, einen Hauch geöffnet. Willig, um Einlass zu geben dem, der Einlass begehrt... Ja, so ist es gut... Ist es gut? Verliere mich bei der Berührung von Lippen auf meinen Lippen. Finde mich wieder in einem mir seltsam vertrauten Raum. Nebel versperrt die Sicht nach draußen. Die Tür ist offen. "Florence" steht auf dem Schild. Erschöpft lasse ich mich in den Schaukelstuhl fallen und wundere mich über die Selbstverständlichkeit, mit der ich hier bin. Vom Flur erklingt leise Musik. Ich schließe die Augen und lasse mich tragen, von der Musik. Eine alte Frau steht neben dem Stuhl und schaukelt mich mit sanften Bewegungen. Es ist in mir ein Gefühl, dass ich sie schon lange kenne, obwohl ich sie noch nie gesehen habe. "Es ist gut, dass du da bist!", raunt sie mir zu. Sie summt eine Melodie, und ich schlafe erleichtert ein.



Verwirrt starrt Martina dem blauen Auto hinterher. Automatisch bewegt sich winkend ihre Hand, bis das Fahrzeug aus ihrem Sichtfeld verschwunden ist. Erleichtert atmet Nils neben ihr auf: "Endlich fahren sie weg!"

Sie sind also doch gefahren?

Lukas tritt aus dem Haus und zündet sich eine Zigarette an.

"Oh, du bist schon da?"

Der Mann wirft ihr einen ärgerlichen Blick zu. "Du kannst nicht erwarten, dass ich hier auch noch zum Verabschieden anrete, nachdem ich deine Eltern drei Tage ertragen musste!"

"Drei Tage... ertragen?!"

"Ach, komm, Martina, du kannst doch nicht glauben, dass es für mich ein Zuckerschlecken mit deinen Eltern war. Von diesen Tagen muss ich mich erst einmal erholen. Deine Mutter alleine, das geht ja noch, von ihrem Putzfimmel mal abgesehen. Aber im Doppelpack sind die beiden ein Alptraum!"

"Welchen Tag haben wir heute?"

"Bekommst du jetzt Alzheimer? Soll ich dir einen eigenen Kalender bestellen, zum Abstreichen? Wir haben Sonntag!"

Der Vater war am Donnerstag gekommen! Ihre letzte Erinnerung war, dass er zur Begrüßung einen Kuss haben wollte. Und dann?

"Heute ist Sonntag?"

Lukas verdreht genervt die Augen. Er tritt seine Zigarette aus. "Ich geh jetzt ins Büro, noch ein paar Akten aufarbeiten..."

"Weißt du noch," wendet sie sich im Plauderton zu Nils, "was wir gestern gemacht haben?"

"Im Park, mit Oma und Opa. Aber es war doof! Ich durfte keine Enten füttern, sondern musste immer bei deine Hand gehen..."

"Es heißt: an deiner Hand!", verbessert sie den Jungen automatisch.

Stirnrunzelnd fährt Nils fort: "Und das Essen war auch doof. Und du hast gar nicht vorgelesen. Und Opa meckert immer mit dir. Machst du das auch, wenn ich groß

bin?" Martina schüttelt den Kopf. In ihrem Hals ist ein Kloß. Mein armer Nils, was musst du alles mitmachen? ***Der Kloß ist riesengroß. Und Tränen in mir, möchte immerzu weinen...***

"Mama, was ist mit dir? Warum weinst du?"

Sie hat gar nicht bemerkt, dass ihr Tränen über die Wangen rinnen.

"Bist du traurig, dass sie weg sind? Brauchst du nicht! Ich bin doch bei dir, Mama. Du bist nicht allein!" Verdammt, warum übernimmt dieses Kind so viel Verantwortung, warum trägt es einen Teil ihrer Last? Das soll es nicht! Nils soll eine schöne Kindheit haben...

"Glaubst du", sagt der Vater auf der Rückfahrt zu seiner Frau, "dass sie dankbar ist für das, was du getan hast für sie, wie du dich dort abgerackert hast? Das glaubst auch nur du! Du warst gut genug, denen das Haus auf Vordermann zu bringen, aber zu mehr bist du ihnen nicht gut! Hast du einmal in Ruhe was mit den Enkelkindern machen können? Hat sie sie uns auch nur einmal gegeben? Und der Junge, der ist überhaupt nicht anschniegssam, mit dem wird sie noch Kummer haben... Nie wirst du diese Kinder mal bekommen, kannst sie immer nur mal kurz sehen. Wir sind Geschenk-Großeltern, mehr nicht. Womit haben wir das nur verdient? Nachdem wir immer alles gemacht und getan und gekauft haben, wegen ihnen auf so viel verzichtet haben... Warum haben wir nur so ein Pech mit den Kindern? Wir haben so viel für sie getan, ihnen alles gegeben. Und was ist nun der Dank? Erkennen sie an, was wir für sie getan haben? Nein, nein, Undank ist der Welten Lohn!"

Die Äskulapnatter beschleicht ihre Beute meistens sehr langsam. Wenn sie sich ihr genügend genähert hat, biegt sie ihren Hals zurück und schnellt dann voller Kraft vor. Sie packt dabei fest zu. Blitzschnell umwickelt sie das Beutetier mit einigen Körperschlingen und erstickt es dadurch. Sie verschlingt ihre Beute mit dem Kopf zuerst.

Auf der Suche nach Beute durchkriecht sie auch unterirdische Bereiche. Von vielen Zoologen wird angenommen, dass es sich bei der um den Stab des griechisch-römischen Gottes der Heilkunst windenden Stab um die Äskulapnatter handelt.

In unserem Kulturkreis gilt die Schlange als Symbol des Bösen und der Versuchung.

Es ist so schwer, alles zu schaffen: das Haus und den Garten nicht wieder verkommen zu lassen. Nils das Gefühl geben, nicht wegen dem Baby zurückstecken zu müssen. Für Lukas abends ein anständiges Essen parat zu haben. Einkauf, Arzttermine, für Nils weiterhin Kontakte mit Müttern von Kindern in seinem Alter zu halten. Sich um das Baby kümmern. In ihr herrschen grenzenlose

Erschöpfung und ein tiefer Schmerz, der sich immer wieder an die Oberfläche drängt.

So gerne wäre sie einfach morgens im Bett geblieben! Aber dieser hohe Anspruch an sich selber als Hausfrau, Mutter und Ehefrau lassen ihr dafür keinen Raum. Ständig herrscht das Gefühl vor, nicht gut genug zu sein, das Haus wieder verwahrlosen zu lassen, als Mutter und Ehefrau nicht zu reichen. Es ist alles so viel, zu viel.

Tags schläft Marie viel. Manchmal muss sie sogar geweckt werden zum Stillen, weil die Brüste schon hart und angespannt sind. Aber sie ist auch erleichtert deswegen, denn das lässt ihr genug Raum für Nils und ihre anderen Pflichten. Aber die Nächte sind eine einzige Qual: Gegen Mitternacht beginnt der Säugling zu schreien. Er schreit und schreit, bis zum Morgengrauen, fast ohne Unterbrechung. Lukas ist deswegen immer wieder wütend auf sie. "Nun stopf ihr doch endlich deine Brust in den Mund, damit dieses Kind ruhig ist! Ich muss morgen wieder früh hoch, das weißt du genau!" hat er sie angefaucht.

Heute nacht sitzt sie mit Marie im Gästebad. Dieser Raum ist am weitesten vom Schlafzimmer entfernt. Bange hofft sie, dass bis dorthin kein Laut dringen wird. Maries Schreien ist so laut! Tränen rinnen ihr über die Wange, während sie versucht, das Baby zu stillen. Aber wie jede Nacht streckt Marie sich immer wieder nach hinten über und schreit dabei. Wenn sie sich hinstellt und sie so hält, dass ihr Bauch auf ihren Armen liegt und sie dabei leicht schaukelt, dann wird das Kind etwas ruhiger. Aber das Stehen kostet zusätzliche Kraft. Es ist schon anstrengend, die Kleine überhaupt im Arm zu halten. Alles ist so anstrengend... Erst am frühen Morgen schläft die Kleine wieder ein.

Erschöpft wankt Martina ins Badezimmer. Jemand hat die Fußbodenheizung ausgedreht. Die Kälte kriecht von unten in ihr hoch, während warmes Blut aus ihrer Hand ins Waschbecken sickert.

"Was ist denn hier passiert?" Lukas prallt bei seinem Eintreten entsetzt zurück. "Martina, was ist passiert?"

"Ach", meldet sich eine Stimme aus ihrem Mund, "so was Dummes aber auch. Ich wollte einen Schluck Wasser trinken, und dabei fällt mir der Becher aus der Hand. Der schöne Becher, ist sofort zersplittert. Hoffentlich kann ich so einen nachkaufen! Und beim Einsammeln habe ich mich geschnitten, so verdammt doll geschnitten. Das ist schon ein blöder Scheiß!"

"Muss das genäht werden? Oh, ich fürchte ja... So ein Mist, was machen wir denn jetzt? Vielleicht können wir die Kinder ja schnell irgendwo abladen, und dann fahre ich dich ins Krankenhaus, und zurück nimmst du dir ein Taxi. Ich muss gleich in die Firma. Was machst du auch immer nur für Sachen!"

"Ja", nuschelt es aus ihrem Mund, "manchmal bin ich echt zu schusselig..."

Unbeteiligt betrachtet Martina, wie der Arzt Fäden durch die Haut zieht. Vier Stiche. Sie kann sich nicht erinnern, woher die Wunde stammt. Aber in ihr ist eine böse Ahnung, dass die Version, die Lukas zu hören bekam, nicht die richtige ist. "Etwas stimmt nicht mit mir..."

Im Flur prallt sie mit der Hebamme zusammen. "Ja, Frau Dannert, was machen Sie denn hier? Und wie geht es Ihnen?"

"Nicht gut..." Tränen steigen in ihr auf.

"Sie müssen gut auf sich aufpassen! Ganz erschöpft sehen Sie aus. Kommen Sie, wollen wir uns in mein Zimmer setzen und einen Augenblick miteinander reden?"

Bevor Martina antworten kann, spürt sie, dass sie die Verbindung zum Geschehen im Krankenhausflur verliert. Sie bekommt sie erst wieder zurück, als sie sich im Zimmer der Hebamme vom Stuhl erhebt.

"Hier!" Frau Erdmann fischt zwischen ihren Papieren auf dem Schreibtisch einen Zettel hervor. "Ich wusste doch, dass ich ihn hierhin gelegt habe. Melden Sie sich dort. Das tut Ihnen bestimmt gut, denke ich!" Sie reicht Martina den Zettel. "Alles Gute Ihnen. Und wenn Sie jemanden zum Reden brauchen, dann können Sie sich gerne bei mir melden!"

Wie in Trance nimmt Martina den Zettel entgegen und verabschiedet sich. Sie geht nach vorne zum Eingang, um auf das bestellte Taxi zu warten. Hier wirft sie das erste Mal einen Blick auf den Zettel: **"Selbsthilfegruppe für Frauen mit traumatischen Kindheitserfahrungen..."** Eine Telefonnummer steht dort oben und dass betroffene Frauen sich dort anmelden können. Warum hatte ihr Frau Erdmann diesen Zettel gegeben? Was war geschehen? Was hatte sie gesagt? *Mühsam unterdrückt Martina eine in ihr aufsteigende Panik und knüllt den Zettel in ihre Jackentasche. "Durchatmen, wieder ruhig werden!"* –

Nur langsam lässt das Pochen in ihr wieder nach. "Wo bleibt denn nur das Taxi?" Irgendwann steigt in ihr der Verdacht auf, dass die Schwester von der Ambulanz vergessen hatte, für sie ein Taxi zu rufen. Schließlich geht sie zurück in die Anmeldung und fragt höflich nach.

Die Krankenschwester betrachtet sie verwundert. "Selbstverständlich habe ich das Taxi bestellt. Ich dachte, dass Sie schon längst weg sind. Der Fahrer war noch hier und hat nach Ihnen gefragt, aber ich habe Sie nirgends gesehen. Aber das ist ja auch schon fast drei Stunden her.."

"Drei Stunden?" Entsetzt sieht Martina die Frau an.



"Das kann doch langsam nicht mehr angehen, Martina. Marie ist schon bald drei Monate alt, und du blutest immer noch. Da stimmt doch etwas nicht. Bei Nils haben wir in dem Alter schon längst miteinander geschlafen... Was sagt denn der Arzt?"

"Ich war noch nicht wieder da."

"Was soll das nur, Martina? Warum gehst du so mit dir um? Willst du unbedingt draufgehen? Ich will, dass du mit dem Arzt darüber redest. Das ist doch nicht mehr normal! Und du musst auch mal an mich denken. Ich bin so geil. Seitdem du im Krankenhaus warst, war ich nicht mehr in dir drin... Komm, dann hol mir jetzt wenigstens einen runter..."

"Meine Hand..."

"Ach, komm, du wirst doch auch mit der linken Hand wichsen können, Martina! Nun mach schon, das ist ja wohl das mindeste, was du für mich machen kannst!"
Wenn eine Ringelnatter von Menschen in die Ecke getrieben wird, dann ringelt sie sich zu einem "Teller" zusammen. Dabei spreizt sie die Rippen und plattet dadurch den Körper stark ab. Der Vorderkörper wird dabei etwas aufgerichtet. Sie zischt laut und züngelt dabei lebhaft mit ihrer Zunge. Mit geschlossenem Maul stößt sie gegen den sie bedrohenden Menschen vor.

Aus dem Nebenzimmer ertönt Babygeschrei. "Marie schreit! Ich muss zu ihr..."

"Egal, Martina, lass sie weiter schreien. Du musst nicht immer gleich springen, wenn die Kinder was wollen. Sonst wird sie genau so ein Mamakind wie Nils. Komm, mach weiter! Nimm ihn fester in die Hand und zieh dabei die Vorhaut weiter nach unten. Ja, so ist's gut. Komm, mach's mir..."

Wenn die Ringelnatter trotz ihres abwehrenden Verhaltens ergriffen wird, dann versucht sie, sich zu entwinden. Sie schlägt mit dem Körper hin und her. Dabei entleert sie häufig aus ihren Analdrüsen eine kalkweiße, übelriechende Flüssigkeit. Der Geruch bleibt noch lange an Händen und Kleidern haften...



"Wie sieht's aus? Blutest du immer noch?"

"Es wird langsam ein bisschen weniger..."

"Wie lange willst du denn noch warten mit der Ausschabung? Manchmal habe ich den Eindruck, dass dir das Bluten ganz recht kommt, weil du dann nicht mit mir ins Bett musst!"

Martina fühlt sich ertappt. Trotzdem schüttelt sie mit dem Kopf. "Nein, natürlich nicht. Ich habe auch schon Riesenlust, mit dir ins Bett zu gehen. Ja, ich leide richtig darunter!" *Warum nur kommen diese Worte so leicht über ihre Lippen? Warum bietet sie sich ihm jetzt an? Warum kniet sie vor ihm nieder und öffnet seine Hose, öffnet ihren Mund, obwohl sie es doch so sehr hasst, dieses Ding in den Mund zu nehmen? Fassungslos betrachtet sie sich selber bei ihrem Tun. Ich bin die kleine Hure. Allzeit bereit, mache ich die Deine breit, lutsche, lecke, schlucke. Ganz, wie es dem Herrn beliebt...*



Sie hat Angst, schreckliche Angst vor dem ersten Mal nach der Geburt. In ihr ist noch immer das Gefühl des herausrutschenden Kopfes gespeichert. Aber die Binde ist trocken, schon seit Tagen. Und heute kann er nicht mehr warten... **Ich bin bereit, mache meine Beine breit. Ich bin die, die sich aufgeilt am Schmerz. Ich bin die, die onaniert, wenn sie Bilder von Folter und Grauen sieht. Ich bin die, die sich vorstellt, vergewaltigt zu werden. Dann wird die Muschi feucht, so, wie die Männer es mögen. Dann rutscht er rein, ganz leicht...**

"O, geil, Martina! Bist du schön nass!" **Ich schäme mich dafür, so zu sein, wie ich bin. Scham und Selbstekel und Selbsthass...**

Telefonnummer, Adresse, Name der Frau und Uhrzeit stehen in ihren Terminkalendern. Martina kann sich nicht erinnern, diesen Termin ausgemacht zu haben und warum. "Aber jeder kann ja mal was vergessen..." Wie gut, dass sie schon, so lange sie sich erinnern kann, immer alles aufschreibt: Verabredungen, Termine, Geburtstage, zu erledigende Sachen, einfach alles, was nicht sofort zu beregeln ist. So kann sie nicht so leicht etwas vergessen. Bei ihrer Arbeitsstelle hatten die Kollegen deswegen öfters gelästert. Und darüber, dass sie immer mehrere Terminkalender hatte, in die sie ihre Sachen parallel eintrug. "Jeder hat so seine Ticks!", hatte sie immer gelacht, wenn sie sie deswegen aufzogen. Hier zu Hause interessiert es niemanden, wie viele Kalender sie benutzt. "Kinder vorher zu Anja bringen, ist telefonisch abgeklärt" steht neben dem Eintrag mit dem Termin.

Die Frau begrüßt sie freundlich und führt sie in ihr Büro.

"Wir haben zwar schon lange miteinander telefoniert, aber ich finde es wichtig, dass wir uns vorher auch persönlich kennenlernen."

Martina nickt stumm. Krampfhaft versucht sie sich zu erinnern. Verdammte Nachlässigkeit! Ich muss darauf achten, auch immer aufzuschreiben, warum ich welche Termine habe.

"Sie haben ja viel von sich erzählt. Ich finde es beeindruckend, wenn sich jemand so öffnen kann, schon am Telefon. Außer Ihnen haben sich noch vier andere Frauen gemeldet. Wir werden also eine gute kleine Runde sein. Noch eine andere Frau hat ebenfalls eine Therapie gemacht. Der anderen Frau geht es ebenfalls besonders um den Austausch mit Gleichbetroffenen. Für Sie beide ist es deshalb keine Pflicht, in Therapie zu sein, die anderen werden

therapiebegleitend in die Gruppe kommen. Wie lange ist Ihre Therapie jetzt her?"
"Oh, so ungefähr fünf Jahre. Aber ich erinnere mich kaum noch daran. Ich war bei einem Psychologen, und ich kam nicht gut mit ihm zurecht." Allmählich wird ihr klar, mit wem sie sich hier verabredet hat: Regina Berger, die Gruppenleiterin. Wie konnte sie das nur vergessen?

"Und die Maltherapie?"

Ein erneutes Nicken. "Ich habe dadurch viel aufgearbeitet", sagt sie, ins Blaue hinein. An den Psychologen konnte sie sich ja noch erinnern. Aber eine Maltherapie?

"Ja. Genau den Eindruck hatte ich auch schon am Telefon. Ich freue mich, dass Sie sich gemeldet haben. Ich kann mir vorstellen, dass Sie eine Bereicherung für die Gruppe sein werden. Und mein Gefühl ist, dass die Frauen sich positiv ergänzen, dass es eine gute Gruppe werden kann..."

"Das ist doch ein einziger Blödsinn, Martina. Mach doch lieber was Vernünftiges, womit du wirklich etwas anfangen kannst! Traumatisiert sind wir doch alle irgendwie in der Kindheit! Wozu soll das gut sein, sich noch in dem alten Schlamm zu wälzen? Damals hast du gesagt: nur die Therapie, dann ist gut. Dann deine Malwochenenden. Und jetzt das. Immer wieder was Neues. Ich hab das Gefühl, dass das nie aufhört! Wie bei meiner Mutter. Ich kenne das, von einem Fritzen ist sie zum nächsten gerannt. Ach, der Professor, hieß es dann immer. Und am Schluss hat sie sich doch umgebracht. Vielleicht hätte sie nicht so viel in ihrem alten Mist wühlen sollen, wäre für alle besser gewesen. Ich kann mir nicht vorstellen, dass dir das gut tut. Denk nur mal daran, wie aufgewühlt du damals immer nach den Stunden bei diesem Psycho-Fritzen gewesen bist. Du warst ja teilweise hinterher nicht mehr zu gebrauchen. Also, wenn das wieder anfängt so, das mache ich nicht mit. Ich begreif sowieso nicht, wozu du dir das reinziehen willst. Du hast so viel an Möglichkeiten. Kannst malen, dich mit anderen Frauen treffen. Ich mache dir doch wirklich keine Vorschriften, lasse dich dein Leben leben. Andere Frauen, die wären froh, wenn die so ein nettes Leben hättest, die würden sich alle zehn Finger danach lecken. Deine Freundin Ulrike zum Beispiel, meinst du, die hat das so nett? Da muss mittags das Essen pünktlich auf dem Tisch sein, und die Wohnung muss blitzen. Hier dagegen..."

"Bitte, Lukas. Ich habe das Gefühl, dass es für mich wichtig ist. Die Gruppe beginnt nächsten Monat, am ersten Mittwoch. Und dann treffen wir uns jeden Mittwoch von 20 bis 22 Uhr."

"Wie stellst du dir das denn vor? Ich habe einen anstrengenden Arbeitstag hinter mir, und dann soll ich hinterher auf die Kinder aufpassen? Nein, ich brauche meine Zeit für mich, da spielt sich nichts ab. Das haben wir auch vorher ganz klar abgemacht: ich das Geldverdienen und du den Rest!"

"Schon gut, Lukas. Ich werde mir einen Babysitter nehmen. Marie ist jetzt ein halbes Jahr alt, da braucht sie nicht mehr unbedingt die Brust, und wenn sie schreit, kann der Babysitter ihr den Schnuller geben. Damit klappt es ja seit ein paar Tagen ganz gut..."

"Trotzdem brüllt sie unentwegt. Nachts werde ich noch immer zwei- oder dreimal geweckt. Und sie sabbert und schießt sich in einer Tour die Windeln voll. Oh, ich kann diesen Geruch im Haus manchmal einfach nicht ertragen, nach Babykotze und Kinderwindeln. Wie gut, dass ich damals auf Fortbildung war und die ersten beiden Jahre von Nils nicht mitbekommen habe. Obwohl, vielleicht hätte ich mich dann nie auf ein zweites Kind eingelassen! Welcher Teufel hat uns da nur geritten? Und du, du läufst immer noch so rum, als ob du gestern entbunden hast. Ständig machst du ein gestresstes Gesicht, und an manchen Tagen kriegst du weder den Mund auseinander für ein bisschen Fröhlichkeit noch die Beine. Wirklich, was ist denn nur mit dir los! Gestern warst du noch im Bademantel, als ich von der Arbeit kam, und geduscht hast du auch den ganzen Tag nicht."

"Lukas, die Kinder haben die Windpocken, und ich hatte die ganze Nacht nicht geschlafen. Ich war so erschöpft."

"Trotzdem... **Man darf sich nicht so gehen lassen!** Du bist rumgelaufen, wie so eine Psycho-Else. Wenn das jemand sieht, ist das Gerede da. Stell dir vor, ich muss mal Leute mit nach Hause bringen, von der Firma, und dann läufst du so rum! Und jetzt willst du auch noch in diese Gruppe... Irgendwann muss doch auch mal gut sein, mit dem Gewühle in der Psyche, mit dem Trübsal blasen. Irgendwann muss man doch den alten Mist hinter sich lassen und wieder fröhlich sein! Schau mich doch an..." **Muss mich zusammenreißen, besser aufpassen!**

"Na siehst du!" sagt Lukas am nächsten Tag. "Geht doch. Nun läufst du wieder rum wie eine normale Frau. Ich musste dir nur erst ein bisschen Bescheid stoßen. Jetzt musst du nur noch ein bisschen an deiner Laune arbeiten, wenn wir beide alleine sind. Auch in der Ehe darf man sich nicht so gehen lassen!"

Martina nickt stumm. In ihr ist keine Kraft, etwas darauf zu erwidern.

"Du läufst immer noch rum, mit einem Gesicht wie zehn Tage Regenwetter, so bald wir alleine sind."

... muss mich mehr zusammenreißen...



Ulla hat als erste angefangen, von sich zu erzählen. "Hinter mir liegen schwere Jahre. Missbrauch, Gewalt, das alles kam hoch, als vor sechzehn Jahren meine Tochter geboren wurde. Dann Therapie, Aufarbeitung, Klinik. Jetzt bin ich wieder besser davor. Für mich ist es nun wichtig, Frauen kennenzulernen, die ebenfalls eine traumatische Kindheit überlebt haben, meine eigene Isolation zu durchbrechen, und deshalb habe ich mich für diese Gruppe angemeldet. Ich wünsche mir hier Austausch und gegenseitige Unterstützung."

Birgit fährt fort: "Ich wollte auch Frauen kennenlernen, die wie ich betroffen sind. Ich bin als Kind missbraucht worden, von meinem Vater. Und meine Mutter hat getrunken. Als ich zwölf Jahre alt war, hat meine Mutter versucht, sich und uns Kinder umzubringen. Danach sind wir alle in eine Pflegefamilie gekommen. Für mich war das irgendwie auch ein Glück, denn dadurch kam ich von meinem Vater weg. Danach habe ich nie wieder daran gedacht. Bis jetzt. Nun kommen Erinnerungen in mir hoch, die Gefühle zu den Bildern. Zuerst hatte ich Angst, wahnsinnig zu werden, aber nun bin ich seit einem Vierteljahr in Therapie, und seitdem geht es mir besser. Meine Therapeutin hat mir den Rat gegeben, mich hier zu melden."

Als nächste erzählt Ursel: "Bei mir war es auch die Therapeutin, die mir von der Gruppe erzählt hat. Ich habe keine konkreten Erinnerungen. Meine Therapeutin vermutet, dass ich als Kind missbraucht worden bin."

Die Vorstellungsrunde geht im Kreis herum. Jetzt ist Martina an der Reihe: "Ich kann mich auch an nichts Konkretes erinnern. Es ist alles so diffus. Vielleicht ein paar traumatische Erlebnisse, aber die hat ja jeder..."

Die Leiterin schaut sie verwundert an, sagt aber nichts dazu. Martina weiß gar nicht genau, was sie noch sagen kann. Ihre Gedanken verlieren sich. Sie ist seltsam abgelenkt und kann sich erst wieder sammeln, als die Abschlussrunde schon vorbei ist.

"Wir sehen uns dann nächste Woche wieder", sagt die Leiterin. "Danke dafür, dass ihr den Mut hattet, hierher zu kommen und euch hier so sehr zu öffnen. Ein Jahr lang werden wir uns nun wöchentlich treffen, und wenn wir alle etwas dafür tun, kann dies eine gute Gruppe werden! Wir werden jedes Mal ein Thema haben, das wir bearbeiten werden. Die ersten drei Male nenne ich die Themen, und dann wünsche ich mir Vorschläge von euch. Ich möchte, dass ihr euch zum nächsten Mal überlegt, welche Ziele ihr euch für die nächste Zeit setzen wollt. Ich wünsche euch von Herzen eine gute Woche!"

Martina weiß, dass sie beim folgenden Treffen anwesend gewesen war. In ihrem Kalender steht ganz deutlich: *"Zum nächsten Treffen Fotos aus der Kindheit mitbringen!"* Aber sie kann sich nicht erinnern, was am letzten Abend geschehen ist. "Ach, egal!" versucht sie sich beim Betreten des Gruppenraumes zu beruhigen. "Jeder vergisst mal was..." Aber in ihr ist doch ein Gefühl von Beklommenheit und Unsicherheit. Hat sie irgend etwas Unpassendes gesagt? Doch die Frauen nicken ihr nur lächelnd zu. Erleichtert setzt sich Martina auf ihren Stuhl.

Am Anfang machen sie wie immer eine kurze Eröffnungsrunde, in der jede Frau erzählt, wie es ihr geht und wie die Woche gewesen war. Dann hat jede Frau Zeit, ihre Bilder vorzustellen und dabei ihre Geschichte zu erzählen.

"Was für ein ernstes Kind!", sagen die anderen beim Blick auf Martinas Bild. "Gibt es kein Foto, auf dem du lachst?"

"Hier, da bin ich noch Kleinkind. Da stehe ich vor dem Haus meiner Großeltern, mit einer Windmühle in der Hand und lache. Aber dann..." ***Eine tonlose Stimme aus ihrem Mund fährt fort: "Mit drei Jahren hat meine Kindheit aufgehört. Ich hatte keine Kindheit, keine Jugend..."*** Martinas Herz beginnt zu pochen. Wie kann sie etwas so Ungeheuerliches sagen?

"Wie ich!" sagt Ulla.

Wieder verliert Martina die Verbindung zu den Frauen und dem Raum. Erst draußen vor der Tür, beim Verabschieden voneinander, spürt sie wieder einen Kontakt mit sich und dem Geschehen außerhalb ihres Körpers.

"Vertrauen: Wem vertraue ich, wem nicht?" steht als nächstes Thema in ihrem Kalender. Es ist eigenartig: Immer wieder taucht der Gedanke an diese Frage in der folgenden Woche als Thema in ihr auf.

Wem vertraue ich? Warum fällt ihr kein Mensch ein, dem sie wirklich vertrauen

kann? Was ist das, mit ihr?

Sie kann sich nicht erinnern, wie sie schließlich in der Gruppe diesen Satz beantwortet hat. Erst beim Gespräch miteinander dringt der Satz einer Frau in ihr Bewusstsein:

"Kann ich überhaupt mit jemandem ins Bett gehen, dem ich nicht vertraue?"

"Also," sagt jemand, "ich hab damit kein Problem, ich mach das dauernd!" Alle starren sie einen Augenblick entgeistert an. Keine sagt etwas. Was war das jetzt? Hat sie selber diesen Satz ausgesprochen?

"Jede Frau", greift Regina helfend in das Schweigen ein, "... steht an einem anderen Punkt. Es ist wichtig, sich dieser Tatsache immer wieder bewusst zu sein. In dieser Gruppe müssen wir einander den Raum geben, offen und ehrlich über unsere Verhaltensmuster reden zu können, ohne Angst vor BlöÙe. Es ist mutig, wenn jemand etwas offen ausspricht, und manches Mal wird dadurch ein Stein bei einer anderen Frau ins Rollen gebracht. So helfen wir einander zu wachsen und destruktive Verhaltensweisen besser zu erkennen..." *Der Mund der Leiterin bewegt sich weiter, aber Martina hat das Gefühl, ihre Stimme nicht mehr zu hören, sondern nur noch die Bewegungen des Mundes zu sehen. Jetzt beginnt es vor ihren Augen zu flimmern, und dann lösen sich die Menschen und der Raum um sie herum langsam vor ihr auf.*



In der Dämmerung und am Tag ist die Kreuzotter aktiv. Nach langen Schlechtwetterperioden und an warmen, gewitterschwülen Tagen ist sie besonders rege.

Die Paarung findet von April bis Mai statt. In der Regel finden sich mehrere Männchen bei einem Weibchen an, um das sie kämpfen. Die Kämpfe dauern an, bis sich alle anderen Männchen bis auf eines schließlich unterlegen fühlen und flüchten. Die Paarung findet besonders abends und nachts statt. Dabei kann

schon das Paarungsvorspiel stundenlang dauern, weil das Männchen das Weibchen so lange umwerben muss, bis es paarungswillig ist. Dabei kriecht das Männchen auf den Rücken des Weibchens und versucht durch ständiges Körperzucken und Bezüngeln, das weibliche Tier zu stimulieren.

Auch die Kopulation kann stundenlang dauern. Beim Auftauchen einer Gefahr ist das Paar ziemlich hilflos, weil die Kopulation nicht willkürlich beendet werden kann...

"Martina!" Die Stimme von Lukas dringt aus weiter Ferne zu ihr und holt sie zurück ins Bewusstsein. Sie sitzt nackt auf dem Bett. Männerhände halten sie an beiden Oberarmen fest und schütteln sie. "Martina! Nun krieg dich endlich wieder ein! Martina! Jetzt rei dich doch endlich zusammen!"

"Lukas, du tust mir weh!" Verwirrt versucht sie, sich aus seinem festen Griff zu befreien. "Was machst du denn bloß mit mir?"

"Ich mit dir? Das fragst ausgerechnet du?" Der Mann nimmt abrupt seine Hände von ihrem Arm und stößt sie von sich. In einem kleinen Rinnsal läuft Blut über seine Wange.

"Oh, Lukas, du blutest ja!"

Hasserfllt starrt der Mann sie an. "Oh, Lukas, du blutest ja!" ffert er sie wütend nach und steigt dabei hastig aus dem Bett. "Du bist ja nicht ganz dicht! Erst fllst du wie eine Wilde über mich her und willst unbedingt Sex und dann, gerade, als er drin ist, kreischst du wie eine Bescheuerte und fngst an, auf mich loszugehen. Überleg dir doch mal vorher, was du willst. Oh, ich bin es so leid, dieses Chaos von dir, dieses Hin und Her. Warum kannst du nicht wie andere Frauen sein? Warum bin ich nur so gestraft!" Er wirft sich einen Pullover über und schlüpft in seine Hose. "Ich verschwinde für heute. Ich..."

"Lukas, bitte..." Schuldbewusst versucht sie, nach seiner Hand zu greifen.

Aber er weicht ihr wütend aus. "Rhr mich ja nicht an! Bleib, wo du bist. Ich brauche jetzt etwas Abstand zu dir..."

Wenig später hört sie das Knallen der Tür und das Aufheulen des Motorrades.

"Wenn die Bremschluche jetzt schon angesägt sind, dann sind wir ihn für immer los!", sagt plötzlich jemand in ihr. "Nein!" Entsetzt schreit Martina auf.

"Nein!" Was kann alles geschehen, ohne ihr Wissen? Was kann sie alles tun, ohne sich dessen bewusst zu sein?

"Mama..." Plötzlich steht Nils an der Schlafzimmertr. "Streiten du und Papa?"

"Nein, mein Schatz!", versucht sie ihn zu beruhigen. "Papa und ich streiten doch nicht. Niemals! Komm..." Sie streift sich ein Nachtshirt über und hält ihm die Decke hoch.

"Möchtest du hier bei Mama weiterschlafen?"

Der Kleine nickt und schlüpfte zu ihr unter die Decke.

"Ich hab dich lieb, Nils."

"Ich dich auch, Mama", nuschelt der Junge. Wenig später ist er wieder eingeschlafen.

Gerührt betrachtet Martina sein kleines Gesicht und die kleinen Hände. "Ich werde deinen Schlaf bewachen", flüstert sie ihm leise zu und schaut ihren Sohn an. Es tut weh und wohl zugleich, ihn anzusehen. Irgendwann schreit Marie. Martina steht auf und holt sie zu sich hinüber auf die andere Seite vom Bett. Die Kleine nimmt ein paar Schlucke aus der Brust und schläft danach wieder zufrieden neben ihr ein. Wie einfach alles ist, wenn Lukas nicht da ist! Nie wäre er damit einverstanden, beide Kinder mit im Bett zu haben. "Wozu haben sie schließlich ein eigenes Bett und ein eigenes Zimmer?", sagt er immer, wenn Martina die Kinder bei sich unter der Bettdecke liegen haben möchte. "Wir brauchen keinen Sexkiller im Bett!"

Dreht sich alles nur darum? Um Sex? Was war das heute, mit ihr? Warum war sie so ausgeflippt? Und warum kann sie sich an nichts erinnern?

Lukas kommt erst am nächsten Abend wieder nach Hause. Sie fragt nichts und er erzählt nichts. Der gestrige Abend wird von keinem der beiden mehr erwähnt. Während des Essens sprechen sie über Belangloses, als ob der gestrige Vorfall sich nie ereignet hat. Danach erhebt Lukas sich vom Tisch und gähnt. "Ich bin müde. Ich geh schon zu Bett!"

Martina folgt ihm bald darauf, nachdem sie unten alles aufgeräumt und gesäubert hat. In so einem Haushalt gibt es immer so viel zu tun, und bis jetzt hat sie es nicht geschafft, sich um eine neue Haushaltshilfe zu kümmern.

Lukas schläft schon. Leise legt sich Martina neben ihn. Erschöpft schließt sie die Augen. *Plötzlich fährt sie entsetzt zusammen. Etwas Schweres legt sich auf ihren Po. Voller Panik reißt sie die Augen auf und starrt ungläubig auf das, was geschieht: Ihr Vater entfernt sich mit schleichenden Schritten aus ihrem Zimmer. Irgend etwas war geschehen. Irgend etwas, was er nicht durfte! - PANIK! Sie sieht ihn gehen, und im selben*

Moment ist in ihr eine furchtbare Angst: Herzrasen, Schweißausbruch, Zittern. Im gleichen Augenblick entdeckt sie, dass es nur das Bein von Lukas war, das sich auf ihren Po gelegt und ihn so kurz berührt hatte. "Du hast nur geträumt!" sagt sie sich bestimmt. Aber es hilft nicht. Das Herzrasen, das Zittern und die Schweißausbrüche bleiben. "Du hast nur geträumt. Es war nichts. Nichts!" *Irgendwann kann man sich nicht mehr belügen! Irgendwann kann man nicht mehr blind durch die Gegend laufen!*

Katten haben einen besonderen Körperbau und spezielle Fähigkeiten: Der Körperbau ist insgesamt kaum spezialisiert. Der Kopf ist keilförmig. Der Körper ist groß im Verhältnis zum Kopf und sehr gelenkig. Die Schnauze ist schmal und lang und hat lange Tasthaare. Sie ist zum Stöbern geeignet. Der Geruchssinn ist sehr gut entwickelt. Katten können sogar Röntgenstrahlen riechen. Der Geruchssinn dient nicht nur zur Ortung der Nahrung, sondern auch zur Identifizierung anderer Lebewesen. Die Augen der Katze sind groß und lichtempfindlich. Durch den seitlichen Sitz haben sie den "Rundumblick". Das räumliche Sehen ist trotzdem schlecht. Ihre Ohren sind fast unbehaart. Sie können ein wenig in Richtung des Schalls gedreht werden. Das Gehör ist überdurchschnittlich. Katten hören bis in den Ultraschallbereich hinein. Die vier Finger mit den kurzen, spitzen Krallen sind universell einsetzbar zum Scharren, Greifen, Tasten und zur Körperpflege. Besonders der Tastsinn sowohl mit den Händen als auch mit den Tasthaaren ist gut entwickelt. Katten können gute Kletterer sein. Manche von ihnen können sogar an rauhen Tapeten emporklettern. Dadurch bleibt für sie nichts unerreichbar. Der lange Schwanz besteht auf der Hautoberfläche aus in Ringen angeordneten Schuppen. Diese sind mit spärlichen kurzen und steifen Borsten bedeckt. Um beim Klettern einen besseren Halt zu gewähren, kann der Schwanz in Längsrichtung um Zweige u.ä.

geschlungen werden. Der Schwanz wird außerdem als Balancierstange genutzt. Ratten werden im Siedlungsbereich von Menschen zum Fressfeind von kleineren Glattnattern.

"Es war nichts! Nichts! Nur geträumt!" *Es hilft nicht. In ihr ist eine unendliche Panik, ein unendlicher Schmerz. Von ganz tief unten dringt beides nach oben, will raus...* "Jetzt nur nicht verrückt werden!" Martina erhebt sich leicht wankend aus dem Bett. "Ich muss etwas tun. Kaltes Wasser ins Gesicht klatschen..." *Weißt du, was sie machen, mit den Verrückten? Kalte Wassergüsse, ins Gesicht, über den Kopf! Sie hoffen, sie damit zurückzuholen. Aber die meisten sind so verrückt. Da hilft gar nichts mehr. Armselige Kreaturen. Eingesperrt für ihr ganzes Leben. Früher hat man sowas vergast. Aber heute, da lassen sie alles am Leben. Werden durchgefüttert auf unsere Kosten. Dabei wäre der Tod sicher eine Erlösung. Sie schreien und brüllen und schlagen sich die Köpfe blutig, wenn der Wahnsinn sie richtig in ihren Klauen hat...*

"Ich muss etwas tun!" Panik macht sich in ihr breit. Es ist so dunkel im Flur. Der lange Gang hat etwas Düsteres, Bedrohliches, als ob da irgend etwas lauert. "Ich will es nicht sehen!" Zitternd tastet Martina mit geschlossenen Augen nach dem Lichtschalter. Endlich... Licht! Gott sei dank! **"Göttin sei dank!"** Wer hat das gesagt? Egal! Schnell ins Bad... Martina setzt sich auf die Toilette. Plötzlich fließt dunkelrotes Blut aus ihrer Scheide. Zwischenblutung. –

Am nächsten Morgen versucht sie, mit Lukas über den Vorfall in der Nacht zu sprechen. "Na, wie geht's?" hat er gefragt und dabei deutlich signalisiert, dass er eine positive Antwort hören möchte.

"Beschissen!", brüllt es in ihr. "Geht so", sagt sie. Unangenehm berührt zieht er die Augenbrauen hoch. Das war nicht die Antwort, die er hören wollte. "Wieso?" "Ich habe heute nacht was Merkwürdiges erlebt. Weiß nicht, ob es ein Traum war. Mein Vater war heute nacht bei uns im Schlafzimmer..." Spürt er den versteckten Hilfeschrei? Nimmt er sie jetzt liebevoll in den Arm und sagt: "Wir schaffen das schon, mein Schatz. Ich vertraue dir."

"Na", sagt er. "Dann war's wohl ein Traum..." Und dann schwenkt er um auf ein anderes Thema: "Ich muss nachher noch ein paar Sachen erledigen. Du kannst mir eine Einkaufsliste schreiben, dann kauf ich ausnahmsweise mit für dich ein. Dann brauchst du nicht erst die Kinder anziehen und mit denen los!"

Das dünne Drahtseil, auf dem ich balanciere, ist der schmale Grat zwischen Wahnsinn und Realität. – Schreibe ich jetzt den Einkaufszettel oder lasse ich mich fallen in das Verrücktsein? Mühsam ringt Martina um Fassung. Sie begreift, dass es das höchste ist, wozu Lukas bereit und in der Lage ist, in diesem Moment zu geben. Schon das ist ein riesiger Schritt auf sie zu, sperrt er sich doch sonst völlig, auch nur irgend etwas außer dem Geldverdienen zu ihrem Familienleben bei zu tragen. "Ja, danke!" sagt eine beherrschte Stimme aus ihrem Mund. "Ich mache dir den Zettel fertig." *In ihr ist ein dicker Kloß. Und etwas in ihr tut ganz entsetzlich weh. Sie könnte schreien, unentwegt schreien. Doch irgendeine Kraft in ihr behält die Kontrolle. Irgendwie schleppt sich Martina über den restlichen Tag. Plötzlich hat sie das Gefühl, dass sich die Wände des Hauses verbiegen und auf sie zu stürzen wollen. "Ich muss raus hier! Schnell raus!" Hastig zerrt sie eine Jacke von der Garderobe in der großen Diele und rennt aus dem Haus. Fliehen! Kann man seinem eigenen Wahnsinn überhaupt entfliehen?*

Während sie keuchend vorwärts stolpert, spürt sie das Zerren des Windes an ihrer Kleidung und an den langen Haaren. Sie spürt seinen kalten Atem, den er ihr ins Gesicht bläst und der ihr die Tränen in die Augen treibt. Irgendwann bleibt sie zitternd am Strand stehen und starrt auf den weiten Horizont. Es ebbt gerade. Schleichend verkriecht sich das Meer, um der Wattlandschaft Platz zu machen. Dort ist schon ein heller Sandstreifen erkennbar. Gerippt und so fest, dass man bereits auf ihm laufen kann, ohne dabei einzusinken. Kreischend kämpfen ein paar Möwen um die ersten Fänge. Austernfischer graben in dem weichen Schlick Muscheln aus. Weit leuchtet ihr roter Schnabel. Nur wenige Meter von ihr entfernt säbelt ein Säbelschnäbler mit leicht geöffnetem Schnabel den Schlick seitwärts durch, um Borstenwürmer und Krebse zu fangen. Das Meeresrauschen entfernt sich leise von ihr. Für einen Augenblick erscheint es ihr so, als ob es ihr zuraunt: "Komm mit! Komm mit!" **es wäre so einfach! nur dem wasser folgen und sich irgendwo auf eine sandbank setzen. mit geschlossenem augen das gesicht der sonne zuwenden, bis ich spüre, dass nasse zungen meine fingerspitzen lecken. dann ist es bereits zu spät! und alle glauben an einen unfall. von der flut überrascht. und nils bräuchte nie zu erfahren, dass die eigene mutter im begriff war, den verstand zu verlieren, dass sie wahnsinnig...** Woher kam dieser

Gedanke! Martina erschauert und beginnt zu rennen! Schnell! Schnell weg von dem Strand! Das Rennen kostet Kraft.

"Wo warst du?" faucht Lukas sie am Gartentor an.

"Lass mich!" Sie torkelt an ihm vorbei. Erschöpft schleppt sich Martina den Weg hoch, zurück zum Haus. Drinnen lässt sie sich, noch in der Jacke, auf das Sofa fallen und schläft augenblicklich ein.

Das Schrillen des Weckers reißt sie aus dem Ohnmächtigen wieder heraus. Sie kann sich nicht erinnern, zum Bett gegangen und sich ausgezogen zu haben. Aber sie liegt jetzt nackt im Bett. Aus ihrer Scheide fließt frischer Spermasaft. Unten hört sie die Haustür zuschlagen. Lukas geht zur Arbeit. Mechanisch erhebt sie sich, wankt zum Bad und steigt in die Duschkabine. Versonnen starrt sie auf den Brausekopf an der Decke. **"Wenn da jetzt Gas herausströmen würde"**, schießt es ihr durch den Kopf. Verzweifelt dreht sie den Hahn auf und starrt auf das heiße Wasser, das die Duschkabine mit Dampf füllt. Das Wasser prasselt auf ihren Körper und färbt die Haut rot, ohne, dass sie etwas davon spürt.

"Tja, Schätzchen!", ertönt eine Stimme in ihr. "Hättest du nur ein bisschen Mut gehabt, gestern am Strand, dann hättest du schon alles hinter dir!"

"Lass sie in Ruhe!" Es ist die Stimme der alten Frau.

"Ach!" höhnt die erste Stimme. "Wollen wir Florence immer weiter in Watte packen und bis ans Ende so herumkriechen?"

In ihr schwillt ein lautes Stimmgewirr ein, das sich ausweitet zu einem lauten Dröhnen.

"Nein!" Entsetzt springt Martina aus der Dusche, doch das Raunen in ihr bleibt. Sie schreit voller Panik auf.

"Mama!" Es klopft ans Badezimmer. "Ist alles in Ordnung?"

"Ja, mein Schatz! Alles in Ordnung. Geh ins Bett, ich bring dir gleich ein Milchfläschchen..." Ihre Stimme klingt ganz ruhig. So, als ob alles in Ordnung ist. Aber über ihre Wangen rinnen Tränen. Durch den Tränenschleier sucht sie das Badezimmerregal ab. Wonach sucht sie? **Kontrolle! Wir müssen das Ganze wieder unter Kontrolle bekommen!** Martina legt die Nagelschere aus der Hand. In ihrer Hand ist ein leichtes Pochen zu spüren. Kleine Löcher sind in der Handinnenfläche zu sehen. ... **kann wieder funktionieren...** "Bestimmt bin

ich beim Nagelschneiden abgerutscht!", sagt sie sich beruhigend. Sie wickelt schnell eine Binde um die blutende Hand. Innerlich fühlt sie sich wieder viel ruhiger. Erleichtert atmet sie auf.

In den folgenden Tagen entstehen unter ihrer Hand furchterregende Bilder von düsteren männlichen Gestalten, die sich über das Bett eines kleinen Mädchen beugen. Eine riesige Schlange schlängelt sich um das Bein des Mannes und züngelt nach dem Mädchen. Das Gesicht des Mädchens ist voller Panik und Ohnmacht.

"Was malst du nur für einen Scheiß!" sagt Lukas beim Anblick der Bilder. "Die reinste Psycho-Scheiße. Keiner will so etwas sehen oder ausstellen. Konzentriere dich besser auf das, was die Leute auch sehen wollen! So wirst du nie eine angesehene Künstlerin!"

Martina nickt stumm und malt doch weiter an diesen Bildern. Auf manchen von ihnen ist Blut zu sehen. "Wahrscheinlich von der Wunde am Bein", beschwichtigt Martina sich selber. "Die kommt bestimmt von den Rosen, und dann habe ich sie mir bestimmt wieder aufgekratzt." Gut, dass sie immer noch für alles Unerklärliche beruhigende Erklärungen findet!

Martina ist erleichtert, dass sie zur Gruppe gehen kann. Dort erzählt sie von ihrem Erlebnis in der Nacht und von den Bildern, die fast wie von selber entstehen. "Manchmal", sagt sie, "kann ich mich nicht einmal an den Prozess des Malens erinnern. Ich muss so versunken sein, im Malen, und dann entsteht so etwas Furchtbares unter meinen Händen. Dabei habe ich zwei Bestellungen, Reetdachhäuser, die diesen Monat noch fertig werden müssen. Und ich setze mich hin und will damit beginnen, und dann entsteht wieder solch ein Bild."

"Macht es dir Angst?" fragt eine der Frauen sie.

Martina nickt. "Ja, und ich kann es mir einfach nicht erklären. Es ist so..." Hilflos bricht sie ab.

"Martina", beginnt die Leiterin und sieht sie mitfühlend an.

"Du hast es mir selber erzählt. Erinnerst du dich nicht? Dein Vater hat dich als Kind missbraucht, und jetzt kommen die ..."

Abwehrend schüttelt Martina den Kopf. ***Entsetzen und Panik breiten sich in ihr aus. "Nein!" brüllt sie. "Das ist nicht wahr!" Aber ihr Brüllen dringt nicht nach außen, sondern verhallt in ihr. Die alte Frau ist wieder bei ihr. Im***

Hintergrund ist das Weinen von Kindern zu hören. Mehrere Personen sind anwesend, die sie vorher noch gar nicht wahrgenommen hat: Kinder, Jugendliche, Erwachsene. Unterschiedlichen Alters. Unterschiedlichen Geschlechts.

"Es ist wahr!", murmeln sie im Chor. Manche von ihnen weinen.

"Nein! Es ist nicht wahr. Bitte, es ist nicht wahr!" flüstert Martina.

"Florence, du kannst nicht immer weglaufen. Irgendwann musst du dich der Realität stellen. Oder du wirst wahnsinnig!"

"Es ist nicht wahr! Nicht mein Vater! Er ist ein rechtschaffener Mann. Er tut so etwas nicht. Er hat mir Schach beigebracht. Er macht alles, was er kann. Nein, nicht er..." Sie beginnt zu weinen.

Die alte Frau will ihr über das Haar streichen. Aber sie weicht aus. "Geh! Lass mich in Ruhe! Wie könnt ihr solche Lügen verbreiten!"

"Florence, schau dir diese Kinder an! Sie haben den Schmerz übernommen, damit du dein Bild von diesem Mann erhalten könntest. Siehst du..."

"Das ist nicht wahr!" schreit sie verzweifelt auf. "Verschwindet aus meinem Leben! Lasst mich in Ruhe!"

"Florence!" sagt die alte Frau traurig. "Mit deiner Abwehr boykottierst du die Heilung!" Sie nimmt die Kinder an die Hand und verlässt mit ihnen und den anderen Personen den Raum.

Ich bin allein! - Seltsamerweise macht sich keine Erleichterung darüber in ihr breit. "Wo seid ihr?" ruft sie. Doch sie erhält keine Antwort. Seltsam, wie still es auf einmal ist. Nur in der Ferne, ein leichtes Raunen, nicht identifizierbar...

Zeit und Raum verlieren ihre Bedeutung, und ich verliere mich im Raum, im Dahingleiten und Fliegen, auf meinen ausgebreiteten Schwingen, bis ich jäh mit einer Erinnerung zusammenstoße. Die eisige Stimme des Mannes, die mich jäh auf den Boden zurückreißt, während meine Schwingen noch ein Stück ohne mich weiter trudeln, abstürzen, auf dem glänzenden Asphalt zerbrechen. "Geh mir aus den Augen!" zischt der Mann das Kind hasserfüllt an. "Geh mir aus den Augen, bevor ein

Unglück passiert, bevor ich mich vergesse!" Und das Kind zuckt jäh zurück und flieht, angsterfüllt mit panischen Sprüngen.

Wie das gehetzte Reh. "Es blies ein Jäger wohl in sein Horn, wohl in sein Horn, und alles, was er blies, das war verloren, das war verloren..." Das gehetzte Reh, das vor der Meute flieht, bis es schließlich stolpern, abstürzen und hinfallen wird, durchbohrt vom brennenden Geschoss. "Poff!" hallt der Schuss in der felsigen Flucht wider, zusammen mit dem triumphierenden Auflachen des Jägers. Und schon bohrt sich der Biss des ersten tollen Hundes in seine Kehle. Blut, das aus der offenen Wunde in den aufgewirbelten Staub tropft, sich mit ihm vermischt zu einem klumpigen bräunlichen Brei auf dem Boden. Noch immer hallt mir sein Lachen in den Ohren. Es verfolgt mich, treibt mich fort, an einen sicheren Ort.

In mir pocht und pocht die Angst, ihm doch noch begegnen zu müssen. Noch immer zitternd, verkrieche ich mich im Gebüsch und lehne mich an den starken Stamm einer Buche. Erst allmählich spüre ich ihre heilende Kraft, die in mich dringt. Ich lehne mich zurück und lausche dem Wispern und Raunen des Waldes, der mich zärtlich umschmeichelt mit seiner ihm eigenen Musik. Davongekommen. Ich bin noch mal davongekommen, musste nicht länger verweilen am bösen Ort. Erleichtert atme ich auf, atme ich aus, atme ich ein. Die würzige Luft des Waldes, diese würzige Mischung aus Moor, Erde, Wasser, vermoderndes Laub, Holz, Farne. Es durchströmt mich, bis ich ein Teil davon werde, zu einem Teil des Waldes werde, der hier sitzt, mit dem Malblock auf den Knien, malend.

Die Falten und Runzeln des Baumes, die sich über den Stamm ziehen und von Menschenhand eingeritzte Einkerbungen, Schnittwunden, in das Holz eingetriebene Schrauben und Nägel banne ich auf dem Blatt. Ein Elf lugt durch das Grün eines Farnes hervor, mit kleinen Augen, die nichts wissen von den Gefahren außerhalb des Waldes. Ehrfürchtig streicheln die kleinen Hände die faserigen Blätter des Farnes und

lieblosen die Rinde des Baumes, während sich die winzigen Lippen spitzen zu einem Duett mit einem im Gebüsch verborgenen Vogel.

Ich horche auf das verworrene Muster, das Rascheln der Tiere im Gehölz, das Knistern und Knacken eines Zweiges. Meine Augen gleiten über das Spiel von Licht und Schatten über den verschiedenen Formen um mich herum, die ich versuche wieder zu geben auf meinem Malblock. Danach hocke ich da, auf dem weichen Boden und staune über das Mysterium dieser Atmosphäre in meinem Wald. Für einen Augenblick habe ich das Gefühl, dass Pan mir zulächelt. Er bemerkt mich in meinem Verharren, bis ich schließlich aufspringe, um los zu laufen, brüllend wie ein Löwe, der knackend durch das Unterholz tobt. Schließlich bleibe ich atemlos stehen und lasse mich fallen und starre nach oben, in das Stückchen Blau, das sich durch die dunklen Zweige hindurch erkennen lässt.

Eine Wolke, wattebauschweiß, segelt vorbei. Kurz taucht die Silhouette eines kleinen Raubvogels auf und verschwindet wieder. Die Sonne wirft ein paar Lichtbündel durch die Zweige hindurch, auf mein Gesicht, was mich erst blinzeln und dann die Augen schließen lässt.

Jetzt sind die Geräusche des Waldes noch besser zu vernehmen. Er vervollständigt sich zu einem mystischen Gesang, der mich ermuntern will, den Wald als mein Zuhause zu umarmen und täglich auf ein Neues zu begrüßen, während sich Jahr um Jahr das Rad der Zeit weiter drehen wird. Das Rad der Zeit wird sich drehen und mich altern lassen, bis ich schließlich hier hocke, mit Falten und Borsten im Gesicht wie jene Alte, die dort die wissenden Finger über den Boden gleiten lässt, um Kräuter und Wurzeln zu sammeln. Sie legt das Zeug in den Korb und geht dann weiter, ohne mich anzusprechen oder körperlich zu berühren. Und doch streift mich ihr Blick. Dann verschwindet die Alte mit einem leisen Knacken im Unterholz, so, wie sie aufgetaucht ist. Ich setze mich auf und reibe die Arme und Beine, während ich zuschaue, wie sich der Tag wandelt, wie aus einem sonnigen Nachmittag allmählich dunkel stöhnend der Abend wird, der mich tiefer hinein in den Wald treibt, zu meinem Baumhaus.

Jemand war da, wahrscheinlich die Alte. Von den anderen wagt sich keiner so weit hinein in den Wald. Manche wissen nicht einmal, dass ich existiere.

Ein Zettel hängt an meiner Tür: "Ich bin mit den Kindern und ein paar von den anderen am Waldrand! Komm doch hin, wenn du möchtest. Wir werden Lampions anzünden." Die Alte weiß, wie sehr ich Lampions liebe...



Vormittags klingelt das Telefon. Es ist Ulla, eine der Frauen aus der Gruppe. "Ich wollte mal hören, wie es dir geht, ob alles in Ordnung ist bei dir..."

Wieder steigt Panik in Martina auf. Ihr fehlt die Erinnerung an den restlichen Abend. Die früheste Erinnerung war das Wissen, das Lukas mit ihr vor dem Aufwachen geschlafen haben musste. Dazwischen eine klaffende Lücke... Was war gestern aus ihrem Mund gekommen?

"Martina, bist du noch da?"

"Ja..." Krampfhaft bemüht sie sich, ihrer Stimme einen ruhigen Klang zu geben. Trotzdem bleibt ein schriller Beiklang.

"Ich wollte dir nur sagen, wenn du jemanden zum Reden brauchst, dann darfst du dich gerne an mich wenden. Meine Telefonnummer hast du ja."

Martina hat das Gefühl, gleich in einen Abgrund abzustürzen. "Ja, danke..." Zum Glück übernimmt jemand die Kontrolle. **"Vielen Dank, das ist sehr freundlich von dir. Leider kann ich jetzt nicht weiter telefonieren, ich habe einen Termin. Du weißt ja selber, wie das ist, mit kleinen Kindern."**

"Ja, klar. Ich wollte es dir nur sagen, damit du es weißt."

"Ja, danke. Tschüss!" Mit zitternden Händen legt Martina den Hörer auf. Wie soll das nur weiter gehen? Psychiatrie? Irrenhaus? "Oh, Hilfe, ich werde noch verrückt!"

"Das muss nicht geschehen! Florence, du musst dich nur der Wahrheit stellen. So schmerzhaft das auch ist. Die Wahrheit, das Wissen, das ist der Schlüssel zur Heilung!" Wieder diese verdammte Stimme in ihr. Oh, wie sehr sie das hasst!

Im selben Moment klingelt das Telefon erneut. Wieder eine Frau. Diese Frau vermittelt den Eindruck, als ob sie sich schon ganz gut kennen. Sie redet sie gleich persönlich an, fast herzlich. "Du hast deine Bilder letztes Mal hier vergessen! Vor ein paar Tagen habe ich sie erst entdeckt, ganz hinten, in der Ecke vom Flur. Ich habe es einfach nicht geschafft, mich vorher zu melden", sagt die fremde Frauenstimme. "Ich werde sie dir in den nächsten Tagen mit der Post zuschicken." Martina bedankt sich höflich und wechselt mit der Frau noch ein paar freundliche Sätze. Dann legt sie auf.

Irgendwann im Laufe des Tages dämmert ihr, dass es die Maltherapeutin gewesen sein muss, die angerufen hat.

Letzten Monat war sie, so weit sie aus dem Kalender ersehen konnte, dort bei einem Malworkshop gewesen. Sie konnte sich nicht mehr daran erinnern, was dort geschehen war. "Aber", beruhigt sie sich selber, "ich habe ja auch immer so viel zu tun und zu regeln, im Haus, im Garten, der kleine Laden mit den Bildern, die Aufträge, die Feriengäste in der Einliegerwohnung, die beiden Kinder, Lukas mit seinen Wünschen. Leute, die was erwarten von mir. Immer genug zu tun..."

Die Rolle mit den Bildern kommt zwei Tage später. Mit klopfendem Herzen öffnet Martina die Rolle und faltet die Bilder auseinander. Ein Brief und ein Foto fallen dabei heraus und zu Boden.

"Ihr Lieben alle!" beginnt der Brief. *"Ich danke Euch von ganzem Herzen für Euren Mut. Euer Malprozess ist mir noch sehr nahe. Ich wünsche Euch viel Geduld zum Heilen Eurer tiefen Wunden und Zuversicht. Ich möchte Euch auch schreiben, dass ich mich durch Eure Offenheit und Eure Geste des Vertrauens sehr geschätzt fühle, was mir natürlich sehr gut tut, und ich danke Euch dafür. Ich wünsche Euch eine gute und glückliche Zeit, Licht, Sonne, Liebe und die innere Sicherheit für alle, liebenswerte Personen zu sein. Ich wünsche Euch die Zuversicht, dass Ihr Schritt um Schritt heilen werdet, bis Ihr frei von der Vergangenheit auf Euren Narben tanzen könnt. Mögen Euch die Farben des Regenbogens umarmen! Mit herzlichen Grüßen, Synja."*

An wen außer sie waren diese Zeilen gerichtet? In sich hört Martina ein undeutliches Raunen, das jedoch bei näherem Hinhören wieder verstummt. Martina bückt sich nach dem Foto. Sie wurde beim Ausdrucksmalen fotografiert. Auf dem Boden und an der Kleidung sind Farbkleckse zu erkennen. Ihr Gesicht und die Hände sind einem vor Farbe sprühenden Bild zugewandt. Dabei scheint sie nichts außer dem Malprozess vor sich wahrzunehmen. Das Foto wirkt überhaupt nicht gestellt, eher spontan. Ein Augenblick im Malen, eingefangen von der Kamera. Die Hände und Arme sind bis zum Ellbogen hinauf voll Fingerfarbe. Eine Hand berührt das Bild, scheint dabei wie von selbst über das feuchte Papier zu gleiten. Seltsam, dass sie sich nicht daran erinnern kann, dort so gemalt zu haben. Es ist, als ob ein Stück an Lebenszeit fehlte. In eigenartigem Unbehagen entrollt Martina die Bilder vollständig und beginnt, sie zu betrachten. Die Bilder sind ganz anders als das, was sie sonst malt. Es fehlt ihnen das Akkurate, das Gegenständliche, die Bemühung um Wohlgefallen und Anerkennung von anderen, das Zugeständnis an die Erwartungen der anderen. Fremde Gefühle und fremde Erinnerungen an den Malprozess steigen in ihr auf, beim Betrachten der Bilder...

Ich male ein tanzendes Mädchen auf einer Wiese. Die Blumen beginnen zu wachsen, schlagen wie Flammen über ihrem Kopf zusammen. Feuermarie... Ein Unbehagen in mir, und doch male ich weiter. Es ist wie ein Sog. Ich male weiße Tupfer in die Wiese. Weiße kleine Tupfer in ihr Haar, auf ihr orange - gelb - grünes Kleid. Weiße Punkte. Unschuldspunkte. Ich bin klein, mein Herz ist rein... Schaut her, schaut hin! Ich bin klein, mein Herz ist rein. Seht meine Not! Plötzlich übermannt mich ein entsetzlicher Schmerz! Es zerreißt mich, tut so sehr weh. Ich schreie auf!

Knarrend öffnete sich die weiße Tür. Mit einem unwilligen Schnarren bewegten sich durch den entstandenen Luftzug die Giraffen von dem Palmen-Mobile. Ohne die Augen zu öffnen, vollführten sie ihren Tanz über dem Kinderbettchen. Während die Giraffen weiter dösten und dabei vielleicht von einem fernen Afrika träumten, fiel von dem erleuchteten Flur ein Lichtstrahl ins Kinderzimmer. Schlaftrunken sah das Mädchen zur Tür. Dort stand es wieder, das schwarze Schattengespenst. Ein dunkler Luftballon tanzte vor ihrem Gesicht, schwebte vor und zurück.

Aber wenn er die Haut berührt, ist er so hart, so fest. Wie ein Schlagstock. Der große harte Stock, der sich an sie presst...

Es bringt mich um, wenn ich nicht springe, wie Goldmarie, in den tiefen, dunklen Brunnen... da ging das Mädchen zu dem Brunnen zurück und wusste nicht, was es anfangen sollte, und in seiner herzengangst sprang es in den Brunnen hinein. es verlor die besinnung, und als es wieder erwachte und wieder zu sich selber kam, war es auf einer schönen wiese, wo die sonne schien und viel tausend blumen standen.

Es zerreißt mich! Mein Bauch! Es tut so weh!!!

Ich bin die kleine Hure. Ich mache die Beine breit, bin immer bereit. Und wenn er nicht kommt, dann liege ich da und warte auf den Schmerz. Kann manchmal nicht mehr warten. Tue mir selber weh, damit die Angst vor dem Schmerz vergeht! Und wenn er kam, dann liege ich da und spüre den Schmerz. Tue mir selber weh, damit der andere Schmerz nicht mehr so schlimm ist!

Es tut so weh! Ich war unschuldig! Es schreit aus uns heraus! Es brüllt aus uns heraus. Es weint aus uns heraus. Es wimmert aus uns heraus. Es flüstert aus uns heraus.

Plötzlich ist jemand da, außen. "Du bist unschuldig!" Die Frau nimmt uns in den Arm und lässt uns weinen, schreien, wimmern, brüllen, flüstern. Die Frau begreift. "Ihr seid unschuldig. Alles wird gut!" Synjas Worte und die Nähe tun uns gut. Langsam verebben die Schreie, das Wimmern, das Grauen in uns. Wir wollen uns strecken, nach dem Regenbogen! Wir tauchen ein in die Farbe, lassen uns ein, sind im Malen... Winde, winde, eine Welle. Oh, wie freut sich das Kind, wenn wir alle beisammen sind... Kinderlachen und Kindertrnen in ihr. Woher und warum? – Martina ahnt, sie beginnt zu begreifen und wehrt sich doch massiv gegen alles, was kommen will. Mit aller Kraft klammert sie sich an das normale Leben, an die alltäglichen Äußerlichkeiten...

TAGEBUCH-EINTRAG

26.10. Ich habe heute in der Gruppe gesagt: "Mir geht es erstaunlich gut!" Was ich nicht gesagt habe: "Ich habe eine Mauer um mich gebaut, innen und außen. Nichts lasse ich mehr rein oder raus. Höchstens die unzähligen Pickel und das Ekzem an den Armen und Beinen sind Zeichen meiner schreienden Seele." Ich habe die Mauer gebaut, weil ich mir momentan irgendwelche Gefühlsäußerungen nicht leisten kann. Wie soll ich mich hängenlassen oder weinen können, wenn die Angst zu tief sitzt, dann völlig abzudriften, nicht wieder zurückkommen zu können. Die Stimmung bei uns zu Hause ist auch nicht gerade überwältigend. Wir gehen uns aus dem Weg. Ich fühle mich einsamer denn je. Warum nur? Wir sind uns doch sonst auch so weit wie möglich aus dem Weg gegangen. Das war doch eine klare Absprache zwischen uns. *Keine Gefühlsduselei.* Warum ist da jetzt plötzlich doch so ein Wunsch, in den Arm genommen zu werden? Lächerlich! **Wo sind die Mut und Kraft vom Malwochenende geblieben? Wo ist die Zuversicht, der Glaube an Heilung? Splitter in meiner Hand, die tiefe Wunden hinterlassen... Wer glaubt denn noch an Zufall? Gefahr! Es lauert im Gebüsch, an der Tapete, unter dem Schrank, innen und außen...**

4.11. Ich blättere nicht zurück, sondern beginne sofort zu schreiben. Warum spüre ich Angst vor meinem eigenen Tagebuch? Warum in mir so ein Gefühl, dass es enthüllen könnte... Was? Weiß auch nicht. Fühle mich nicht gut! Thema heute in der Gruppe war "Wut". Ich fühle mich noch ganz aufgewühlt von diesem Abend. Ich zeige meine Wut nicht, das weiß ich. Ich schlucke sie runter, und heimlich, wenn keiner es sieht, weine ich ganz still und leise. Die Leiterin hat gesagt: "Auch Selbstaggression kann ein Zeichen von Wut sein." Dabei hat mein Herz gehämmert, wie verrückt. Es hämmert noch immer. **Schreibe, ihr könnt mich mal mit eurem Psychologengequatsche! Mauern, die verbergen das Kind...** Ulla hat von ihrem Vater erzählt, wie er sie beobachtet hat, beim Waschen. "Das hat meiner auch immer gemacht!" habe ich gesagt. Da ist doch nichts bei, fand ich immer. Aber die anderen Frauen sagen, dass es auch eine Form von Missbrauch ist. Wieder hämmert mein Herz. "Wenn mein Vater ganz krank wäre, bewegungslos und ohne Sprache, dann könnte ich ihm alles an den Kopf werfen, was er mir angetan hat."

Seltsamerweise kann ich das total verstehen. Auch ich könnte meinem Vater nichts sagen. Gar nichts.

5.11. Florence, schau hin! Das Wissen ist der Schlüssel zur Heilung! Verschließe nicht deine Augen vor der Wahrheit! Das Geheimnis muss gelüftet werden. sie hört nicht. sie sieht nicht. sie redet nicht. wir müssen raus mit unserem weinen, unserem schreien. wir müssen sein. aber sie hat eine mauer aufgebaut. Der Drahtseil-Clown beginnt, auf seinem Seil zu schwanken. Hüte dich, alter Gesell! Ich drohe zu fallen. Alles droht auseinander zu brechen... KINDERSCHMERZ!!! ANGST! PANIK! Wächst alles ins Uferlose. Der Deich, oh weh, er bricht!!! Er bricht...



Martinas Stimme klingt verzweifelt. "Ich kann einfach nicht mehr! Seit Tagen kann ich nicht mehr gut einschlafen, aus Angst vor Alpträumen und gestern und heute Nacht habe ich kein Auge zubekommen. Es geht mir so schlecht!"

"Soll ich Sie in eine Klinik einweisen?" fragt ihr Arzt besorgt.

Panik steigt in ihr auf. Erleichtert spürt sie, dass sich jemand souverän nach vorne drängt und die Kontrolle übernimmt. "Nein, vielen Dank, das ist gut gemeint. Aber ich bin psychotherapeutisch in guten Händen. Ich bin in der Frauengruppe..." Aus ihrem Mund folgt ein kurzer Bericht über die Arbeit in der Selbsthilfegruppe und die Kompetenz der Leiterin. "Das Problem ist die Schlaflosigkeit und die Einschlafstörungen. Dagegen muss ich etwas unternehmen, deshalb bin ich hier..."

"Ich werde Ihnen etwas aufschreiben. Meinen Sie, dass es reichen wird? Sonst... Die Frau meines Kollegen hat gerade eine Praxis eröffnet. Sie ist Psychiaterin."

Eine eisige Faust umklammert Martinas Herz. Aber von ihrem Mund kommt ein

Lächeln. "Nein, vielen Dank, das ist sehr aufmerksam. Mit den Tabletten werde ich gut zurechtkommen!"

"Nehmen Sie die Tablette erst direkt vor dem Einschlafen, im Bett. Sie wirkt unglaublich schnell. Sie werden staunen! Ich verschreibe Ihnen erst einmal 20 Stück, dann sehen wir weiter."

Dankbar lächelt Martina ihm zu.

Sie nimmt die Tablette um 22.20 Uhr, direkt nach dem Sex mit Lukas. Durch die Tablette fällt sie innerhalb von einer Viertelstunde in einen fast ohnmächtigen Schlaf. Mitten in der Nacht wird sie plötzlich wach. Ihr Herz klopft vor Angst. Unter ihr das Laken ist nass. Der Urin ist noch warm. Angstschauer durchjagen ihren Körper, während sie so leise wie möglich das Bett abzieht, damit Lukas nicht geweckt wird. Nein, die Tabletten sind keine Lösung. **Die Tabletten sind keine Lösung. Keine Lösung für das Schlafproblem!**

TAGEBUCH-EINTRAG

6.11. Es klopft und pocht und hämmert in mir. Es scheint sich von Augenblick zu Augenblick alles zu verschlechtern! Ich habe Angst davor, dass es in mir explodiert und mich umbringt. Suizidgedanken. Hilfe!!! **Schade, Florence! SCHADE!!!** Verloren treibe ich dahin. Tanz der Gezeiten. Ohne Einfluß auf den Wahnsinn! Ich darf es nicht geschehen lassen, dass der Wahnsinn die Obermacht behält! *lieber tot als für immer eingesperrt!* Lieber tot als eine Schande für die Kinder! Lieber tot als immer nur im Sterben liegen! **KINDER-SCHMERZ! PANIK! KINDERPANIK!** *wahnsinn??? keiner darf dem feind lebend in die hände fallen!*

7.11. Die Eintragungen von gestern irritieren mich, und mir geht es schlecht. Am liebsten einfach weglaufen. Koffer packen und weg fahren! Es droht mich von innen zu ersticken! Irgend etwas bohrt in mir und lässt mir kaum Kraft zum Atmen. Todessehnsucht in mir. **Aber ich rede belanglos über polierte Autos und lächel auf meiner Maske.** Unfähig, einfach loszuschreien. Keiner ahnt, wie es mir geht. Unfähig, um Hilfe

zu schreien. Lukas sagt, dass ich miesepetrig und distanziert bin. Ich muss mich mehr zusammenreißen! **Der Glaube an Heilung, wann hat er uns so endgültig verlassen???** Herman van Veen hat ein Lied geschrieben, von einem Mann, der mehrere Male vornimmt, sich umzubringen. **Ob ich überhaupt den Absprung schaffe?** In mir ist alles so tot, so leer, als ob ich schon gestorben wär. Schau, das reimt sich sogar. Oh, was für einen Mist schreibe ich in mein Tagebuch...

8.11. **Bleierner Gürtel des Todes zerquetscht meinen Brustkorb, lässt mich ersticken. Tot stehe ich neben mir. Schatten meiner Selbst.** Kein Gefühl mehr in mir. Nur noch Leere. Hoffnungslosigkeit! Tote unter Lebenden. Was soll ich noch hier? **Haben uns vor ein paar Tagen Suizidgedanken noch erschreckt, erscheinen sie jetzt die einzige noch mögliche Endlösung!** Versagt in allen Bereichen des Lebens, stehe ich jetzt da. Nackt, leer, tot. *kinderschmerz in mir, der mich auseinanderreißt!*

9.11. Todesruf statt Lebensruf. In mir leerer Raum - Tod! **Tod, alter Gesell, hebe die Beine und spüte dich schnell. Jung und alt wollen nun von der Last des Lebens endlich ruhn...** Ist das der Wahnsinn, vor dem mein Vater mich immer gewarnt hat und der jetzt in mir ausbricht? **In mir, in tiefster Ecke, tickt eine Bombe. Was, wenn sie explodiert?** Angst vor Einweisung! Und trotzdem, wenn ich es doch nur jemandem sagen könnte: "In mir ruft der Tod!" Ich bin so allein, und Lukas sagt: "Sei doch ein bisschen fröhlich!" Helau, helau, bald ist 11.11.! Mühsam zwingen mich zu einem Lächeln, in diesen letzten Tagen. Wie das klingt...



Allmählich verstummen die Stimmen in ihr mehr und mehr. Als ob eine innere Bewusstlosigkeit eingetreten ist. Voll innerer Verzweiflung wirft die Frau einen Blick auf den Mann, mit dem sie verheiratet ist. Er sitzt am Küchentisch und stopft sich scheinbar nur darauf konzentriert eine Zigarette. Irritiert blickt er unter ihrem Blick auf. "Was ist denn?" Dabei erhebt er sich von seinem Platz und ist schon fast auf der Flucht.

"Mir geht's so schlecht!" bricht es plötzlich aus ihr heraus. "Am liebsten würde ich mich umbringen!"

"Na", murmelt der Mann und greift hektisch nach seinem Zigarettengezeug. "Das sind ja schöne Aussichten..." Fast fluchtartig verlässt er die Küche. Mr. Lukas auf der Flucht! Wie andere vor der Pest.

Resigniert seufzt Martina auf. Sie hätte es wissen müssen. Aus dem Kinderzimmer erklingt das Weinen von Marie. Martina geht zu ihr und hebt sie aus dem Bett. "Meine arme kleine Marie!" Tränen fallen auf ihr feines Haar. "Warum hast du dir nur diese Familie ausgesucht?" Weinend wickelt sie die Kleine.

"Mama!" Nils tobt herein ins Zimmer. "Baust du gleich mit mir Lego?"

"Natürlich, mein Schatz!"



TAGEBUCH-EINTRAG

10.11. Der Tod in mir schließt mich ein wie ein Sarg. Nichts dringt nach innen, nichts nach draußen.

"Am liebsten würde ich mich umbringen!" kam heute aus meinem Mund, als ich neben Lukas in der Küche stand.

"Na, das sind ja schöne Aussichten!" hat er gesagt und ist einfach gegangen. **Todesstrudel ziehen mich herab, in ein stilles, warmes Grab.**

11.11. Todesstille in mir. Wo ist das Raunen in mir? Leere, kein Gefühl, und ein bleierner Gürtel droht mich zu erwürgen! Wenn jetzt der Blitz einschläge und mich treffen würde - ein Geschenk! "Es" will mich umbringen. Ist keiner da, zum Reden? HILFE! Der Countdown läuft! 10 - 9 - 8 - 7 - ...

Die letzten Atemzüge. Wie oft atmet ein Mensch in einer Minute? Wo ist die Biologin? Die müsste es doch wissen? Nein, sie hat nur Informationen über Schlangen und Ratten. Menschen - ausgeschlossen! Keiner mehr da. Wo sind alle hin? Wie viele Atemzüge noch? Der Rest von heute, und die Nacht, der morgige Tag, die Stunden übermorgen bis 20 Uhr. Kann die Leichenstarre einsetzen, bevor die Hülle, bevor der Körper tot ist? Wer übernimmt, zum Funktionieren? Der Drahtseilclown - er muss! Seine Aufgabe! Ein inneres Ticken setzt ein. Wie die Zeituhr einer Bombe. Je weiter die Zeiger der Uhren fort schreiten, um so lauter wird das Ticken. Zeit, meine Zeit, rinnt durch das Stundenglas, unwiederbringlich! Tick, tick, tick, tick, Tick, Tick, Tick, TICK, TICK... Schon steht Gevatter Tod an meiner Türschwelle und winkt mir grinsend zu. Wie lang können letzte Stunden sein? Eine Nacht, die zäh dahin schleicht. Eine letzte durchwachte Nacht. Und dann, der letzte Tag beginnt! Eine Minute nach Mitternacht.



... noch eine Stunde!

Nils eine Geschichte vorlesen. Ein letztes Mal. Den verdammten Schmerz, der im Hals sitzt, hinunterschlucken. Sie umarmt den geliebten Jungen und trägt ihn in sein Bett. "Ich liebe dich, Nils! Vergiss das niemals, hörst du!"

"Ich dich auch, Mama! Darfst du auch nie vergessen." Martina nickt und schluckt die aufsteigenden Tränen schnell hinunter. "Gute Nacht, mein Herz!"

Anschließend geht sie in Maries Zimmer. Die Kleine schläft schon. Ihre Lippen

bewegen den Schnuller im Schlaf. Vor vier Wochen hätte sie Marie fast verprügelt und an die Wand geworfen, weil sie so geschrien hatte. Entsetzt über die eigene Unkontrolliertheit war sie an jenem Abend weinend aus dem Zimmer gelaufen. Zum Abschied streichelt sie ihrer Tochter zärtlich die Wange. Wie wenig kennt sie sie doch und wie sehr ist sie ihr gleichzeitig trotzdem ans Herz gewachsen. "Sie ist noch klein genug, sie könnte jemand adoptieren.", sagt sie sich selber. Wie weh es trotzdem tut! Nie würde sie die Erwachsenen sehen können, die sie werden könnten... Aber Martina sieht keinen anderen Ausweg mehr! "Es ist das beste so!" sagt sie sich immer wieder. "Es ist die einzige Möglichkeit, den Wahnsinn zu beenden und die Kinder vor meinem Wahnsinn zu retten."

"Wenn mir was passiert", sagt sie hinterher zu Lukas, "dann gib die Kinder in eine Familie, in der sie es gut haben. Oder lass ganz schnell eine Frau hier einziehen, die sich um alles hier kümmert!"

"Sonst hast du keine Probleme?" faucht Lukas und wendet sich von ihr ab, wieder dem laufenden Fernsehen zu. Martina schüttelt mit dem Kopf. "Nein, nein, es fiel mir nur gerade so ein... "

TAGEBUCH-EINTRAG

14.11. Versagt, in allen Bereichen des Lebens. Als Frau, als Ehefrau, als Mutter. Fühl mich so sinnlos! Jetzt bloß nicht vorher durchdrehen. Üble Visionen, dass ich mit dem Auto gegen den Baum knalle. Aber ich werde nicht mit dem Auto fahren, sondern das Fahrrad nehmen, den sicheren Tod wählen. Kein Risiko mehr eingehen! Alles im Griff, alles gut geplant...

Ihre Stimme krächzt ein wenig, als sie ihm von der Haustür aus ein "Tschüß!" zuruft. Aber trotzdem gelingt es ihr, der Stimme einen nebensächlichen Klang zu geben: "Ich nehme das Rad!"

"Aber es gießt doch in Strömen! Du wirst patschnass werden!"

"Wozu gibt es denn Regenklamotten?"

"Na, wenn du meinst..." Der Kontakt zwischen ihnen war bereits abgebrochen. Das "Tschüß" von Lukas verhallt schon in Richtung Fernseher.

Martina hat die Tabletten eingesteckt. Deutlich spürt sie die Schachtel in ihrer Jacke gegen den Oberschenkel stoßen, bei jedem Tritt auf dem Fahrrad. Es ist nicht weit, bis zum Strand. Und Lukas denkt, dass sie beim Gruppenabend ist, und die Gruppe wird denken, dass sie nicht kommen kann. Vielleicht wird morgen mal jemand anrufen... "Aber dann ist es zu spät!" Dieses Wissen erleichtert sie.

Es gießt in Strömen. Das Wasser rinnt ihr in den Kragen und Hals und Rücken entlang. Aber die Feuchtigkeit lässt sie gleichgültig. "Ein bisschen verrückt ist das schon, was ich da mache!" murmelt sie vor sich hin. Einen Moment wartet sie auf eine Reaktion aus ihrem Inneren. Aber seit gestern herrscht absolutes Schweigen in ihr. "Dieses Schweigen, das ist das schlimmste!", sagt sie laut. "Das könnte mich völlig in den Wahnsinn treiben. Gut, dass Nils das nicht mehr miterleben muss. Er hat schon genug gelitten. Und Marie? Für sie wird es so das beste sein! Es wäre fatal, mit einer wahnsinnigen Mutter aufzuwachsen..."

Der Wind peitscht ihr den Regen ins Gesicht. Das Vorankommen wird immer mühsamer. Schließlich steigt sie ab und schiebt das Fahrrad die restliche Strecke. Einen Augenblick überlegt sie, ob sie das Fahrrad abschließen soll. Aber ob Lukas weiß, wo der Ersatzschlüssel für das Schloss liegt? Wenn sie das Schloss doch aufsägen müssen, könnte sie es ebenso unabgeschlossen stehen lassen. "Wäre doch schade um das gute Schloss!" Martina stellt das Rad in den Ständer und geht langsam über den Sandstreifen. Sie spürt den weichen Sand unter ihren Schuhen. Aus einem plötzlichen Impuls heraus zieht sie sich die Schuhe aus und streift die Socken aus. Wie kalt sich der Sand anfühlt! Er gelangt beim Gehen in ihre Zehenzwischenräume und auf den Fußrücken. Noch nie zuvor hat sie das so bewusst gefühlt.

Das Meer macht einen düsteren und aufgewühlten Eindruck auf sie. Obwohl erst in vier Stunden Hochwasser ist, ist das Watt teilweise schon von Wasser bedeckt. "Ich werde nasse Füße bekommen..." Sie überlegt einen Moment, ob sie die Hose ausziehen soll. Aber es ist so kalt. Also krepelt sie die Beine nur auf. Martina wirft einen Blick auf ihre Armbanduhr. 19.59 Uhr. Jetzt werden die anderen Frauen bereits im Stuhlkreis sitzen. Fünf Minuten werden sie vielleicht noch warten. Aber dann werden sie beginnen. Ohne sie. Und Lukas wird zu Hause vor dem Fernseher sitzen. Um 22 Uhr wird der Babysitter nach Hause wollen. Wann wird Lukas etwas merken? Wann werden sie mit der Suche beginnen?

Wie auch immer, dann wird es zu spät sein. Dann wird sie schon dahin treiben, in der Umarmung des Meeres versunken. "Der Plan ist gut!", macht sie sich selber Mut. Es wird Zeit, die Tabletten zu nehmen. Martina greift nach der Schachtel mit

den Schlaftabletten in ihrer Jackentasche. Noch 19 Stück... Der Countdown beginnt: **19 - 18 - 17 - 16 - 15 - 14 - 13 - 12 - 11 - 10 - 9 - 8 - 7 - 6 - 5 - 4 - 3 - 2 - 1 - 0** . Jetzt muss sie noch einen Moment warten. Den Tabletten die Chance geben, ihre Wirkung richtig zu entfalten und dabei den richtigen Zeitpunkt abupassen, nicht zu früh losmarschieren, damit sich noch etwas in ihr gegen das Ertrinken wehren kann, aber auch nicht zu spät losgehen, damit sie nicht zusammensackt, bevor sie tief genug ins Wasser gelangt ist.

Der Strand ist menschenleer. Langsam beginnt Martina, an der Wasserkante auf und ab zu gehen. Sie empfindet keine Angst. Nur Erleichterung, dass dieser Alptraum nun endlich ein Ende nimmt und dass sie noch knapp davongekommen ist, vor dem Eingesperrtsein, vor dem Irrenhaus. In ihr ist Stille, vollkommene Stille. Ganz allmählich bildet sich zwischen ihr und ihrer Umwelt ein waberiges Nebelfeld. Sie spürt, dass sie an Standfestigkeit verliert und sich Müdigkeit in ihr breit macht. "Also ist der Zeitpunkt gekommen..." Ungeschickt stolpert die Frau über den feuchten Wattsand. Wasserzungen lecken an ihren Füßen, umspülen die Beine bis zum Knöchel, bis zum Schienbein, über das Knie. Die Kälte des Wassers nimmt sie kaum wahr. Noch einen Schritt. Wasserzungen lecken an der Hose. Ein nächster Schritt.

Plötzlich schreit ein Kind auf. "Schschsch...", macht die Stimme der Alten. "Gleich wird alles gut", ist eine andere Stimme zu vernehmen.

Ein anderes Kind beginnt zu wimmern. Unruhe macht sich in ihr breit. "Was ist jetzt mit den Kindern?" fragt jemand.

"Hat sich niemand darum gekümmert, dass sie nichts davon spüren werden?"

Unsicher bleibt die Frau stehen.

"Geh weiter! Es muss weiter gehen!" Sie setzt noch einen Schritt nach vorne.

"nein!" schreit jemand. "wenn ich jetzt sterbe, dann habe ich nie gelebt. bin nur viele male gestorben!"

"Wir können uns so etwas jetzt nicht leisten. Wir haben es paar Mal durchgesprochen. Es gibt nur diesen Weg! Denkt daran, was sie machen, mit den Verrückten..."

"will nicht!", schreit es verzweifelt in ihr auf. "will nicht immer sterben. will auch mal leben!"

"Ruhe! Wir ziehen das jetzt durch!"

"Mein Gott, es fängt wieder an, ich werde noch verrückt!", stöhnt Martina und hält sich den Kopf.

"Oh, Florence, dann bist du ja in bester Gesellschaft!", spöttelt jemand.

"Lasst das! Es wird Zeit. Wir müssen weiter, tiefer rein!" Jemand versucht, Kontrolle über den Körper zu bekommen. Aber andere versuchen, die Person zu hindern.

Von weit her dringt die Stimme der Alten zu ihnen. "Es wäre nicht gut, jetzt weiter zu gehen, wenn nicht mehr alle bereit sind dazu. Wir würden jetzt gehen, ohne ihnen die Möglichkeit gegeben zu haben, das Leben kennen gelernt zu haben. Und Florence hätte nie eine Chance gehabt, die Wahrheit anzunehmen."

"Welche Wahrheit?", flüstert Martina.

"Der Vater ist es gewesen, der uns so Schlimmes angefan hat, dass wir alle entstehen mussten. Schau hin!"

Verzweifelt schluchzt die Frau auf. "Ich kann nicht. Ich kann nicht." Die Beine knicken ihr weg. Mit letzter Kraft fängt sie sich wieder.

"Es hat keinen Sinn!", murmelt die Spöttlerin.

"Dieses Schwein!", schreit jemand. "Was wäre es für ein Triumph über dieses Schwein, weiterzuleben, trotz allem! Das wäre die beste Rache... gesund werden..."

"Du bist eine Träumerin, Pam!"

Kinder schluchzen laut auf. Eine Frau schreit hysterisch: "Ich kann nicht mehr, ich kann nicht mehr!"

Eine andere fällt ein: "Ich bin am Ende. Schaut den Körper an. Zu viel Druck. Ich muss immer fort..."

"Myriam, Lola, wir könnten euch alle helfen. Zusammen können wir stark sein. Bedenkt, was wir schon alles überlebt haben. Gemeinsam könnten wir es schaffen. Lasst uns den Drahtseil-Clown wieder die Kontrolle übernehmen!"

In ihr bricht ein Tumult los.

"Nein, wir müssen nicht!" wiederholt die Alte. "Es ist noch nicht zu

spät. Wir können uns auch dagegen entscheiden!"

Irgend jemand dirigiert die Hand zum Mund. Die Gegenkräfte sind zu schwach, um zu verhindern, dass die Frau den Finger in den Hals steckt. Um zu würgen, zu würgen, zu erbrechen. Dann wankt sie zum Ufer zurück. **Ein weißes Blatt. Und ich will es ausfüllen, mit Raum, Zeit und Bewegung. Mit Leben!**

Die Frau lässt etwas Meerwasser in die hohle Handfläche fließen, um sich den Mund auszuspülen. Es schmeckt erbärmlich, aber es verdrängt ein wenig den Geschmack nach Erbrochenem. Dann wischt sie sich mit der feuchten Hand über das verweinte Gesicht. Die Kälte des eisigen Wassers lässt sie erschauern. Aber es vertreibt auch ein wenig das Schwindelgefühl. Schwankend richtet sie sich wieder auf. Die Beine fühlen sich an wie Gummi. Tränen rinnen ihr über die Wange. **"So!" höhnt jemand. "Das Leben hat uns wieder. Und jetzt?"** Ja, was jetzt?

Wohin, in dieser Welt, auf der es keinen Ort zu geben scheint, an dem es Wärme und Sicherheit gibt?

Wohin? Zurück zu dem Mann, der das Thema wechselt, wenn es ihm zu gefährlich erscheint? Sich still neben ihm ins Bett legen, als ob nichts geschehen wird?

... zu offen... zu verletzlich... nicht genug Kontrolle...

"Ich könnte es immer noch tun! Es ist noch genug von dem Zeug im Körper. Es ist noch nicht zu spät!" schluchzt die Frau verzweifelt auf.

Plötzlich ist der Gedanke da, zur Gruppe zu gehen. Die Frau torkelt zum Rad. Auf das Fahrrad gestützt setzt sie mechanisch Fuß vor Fuß. Mühsam quält sie sich vorwärts.

wer reitet so spät durch nacht und wind? es ist der vater mit dem kind. "vater, vater, siehst du den erlkönig nicht?" nein, nein, mein kind, wir schaffen es, erreichen den hof, mit müh und not, und das kind auf dem pferd...

Die Frau stößt die Tür auf und torkelt schwankend in den Raum. Verschwommen nimmt sie die anderen Frauen auf den Stühlen wahr. Einer der Stühle ist noch frei. Die Frau lässt sich auf den Stuhl fallen. "Mir geht's so schlecht!" stößt sie hervor. "So schlecht!" Nur mühsam kann sie auf dem Stuhl das Gleichgewicht halten.

Die Stimme der Leiterin dringt zu ihr: "Ich habe schon so etwas befürchtet, als du

nicht kamst. Wo warst du denn bis jetzt? Du bist ja pitschnass!"

"Am Strand... Meer..." Das Sprechen fällt der Frau schwer. Lallend bringt sie die Worte hervor. "Wollte ins Wasser ... Tabletten ... aber ausgekotzt... wollte nicht sterben..." Es wird immer schwieriger, die Worte auszusprechen, und auch das Bemühen, die Kontrolle über den Körper zu behalten, erweist sich zunehmend als zu anstrengend. Immer wieder droht der Körper vom Stuhl ab zu rutschen.

"Was für Tabletten?"

Die Frau tastet nach der Schachtel in der durchnässten Jacke. Dabei rutscht sie vom Stuhl ab. Im selben Augenblick springen zwei der Frauen vom Stuhl auf, um sie aufzufangen und ihr zurück auf den Stuhl zu helfen.

"Martina, du musst ins Krankenhaus!"

Die Frau schüttelt mit dem Kopf. "Nein... alles ausgekotzt... kann nicht.... nicht ..."
Wieder verliert die Frau die Kontrolle über den Körper und rutscht ab. Sie spürt, wie jemand sie zurückschiebt und stützt.

Der Raum beginnt sich vor ihren Augen seltsam zu verzerren und bekommt dabei unwirkliche Formen. Die Gesichter der Frauen um sie herum verdoppeln sich.

"Martina, wir bringen dich jetzt ins Krankenhaus!"

"Nein ... nicht Psychiatrie!" Panik steigt in ihr auf.

"Martina, wir bringen dich ins ganz normale Krankenhaus. Wir sagen denen, dass du den Versuch selber abgebrochen hast und dass keine Gefahr mehr besteht. Aber sie müssen dir vielleicht den Magen auspumpen. Wer weiß, was für Schäden die Tabletten machen können!" Verschwommen nimmt die Frau wahr, dass sie zu einem Auto gebracht wird.

Dann ist sie im Krankenhaus. Eine junge Ärztin mit zwei Köpfen taucht vor ihr auf.

"Warum haben Sie das gemacht?" fragt sie mehrere Male.

"Was tut das jetzt zur Sache?" sagt Regina zornig. "Sie hat den Versuch selber beendet und ist jetzt nicht suizidgefährdet. Ich bin Therapeutin, und sie ist zu mir gekommen. Hier benötigt sie jetzt medizinische Hilfe!" Irgendwann liegt die Frau in einem Bett im Intensivzimmer. Jemand befestigt Elektroden an ihrem Brustkorb und wickelt eine Blutdruckmanschette um ihren Arm.

Neue Doppelköpfe tauchen auf. Feste Arme richten sie auf. Jemand setzt ihr ein Gefäß mit einer schwarzen Flüssigkeit an die Lippen. "Trinken Sie. Das ist das Gegenmittel. Wir haben mit der Giftzentrale telefoniert..." Immer wieder wird sie aufgefordert, weiter zu trinken, bis das Gefäß endlich leer ist. Erschöpft lehnt sie sich in die Kissen zurück. Die Frau spürt, wie langsam der Schlaf in ihren Körper

kriecht. Aber an ihrem Fußende sitzt die Ärztin, die sie auch während der Schwangerschaft behandelt hat. Ihre beiden Köpfe machen den Mund ununterbrochen auf und zu. Wie ein Fisch im Wasser.

Manchmal dringen Wortfetzen an ihr Ohr. "Wegen ihrem Mann?", bohrt sich eine neue Frage an ihr Ohr. Die Frau schüttelt den Kopf und hofft nur, dass sie sie endlich alle in Ruhe lassen. Sie will nur schlafen. Endlich einschlafen.

"Wir können jemand an Ihr Bett setzen, damit Sie die Nacht nicht alleine sind?"

Wieder schüttelt sie den Kopf.

Die Ärztin murmelt noch etwas davon, dass die Nachtschwester regelmäßig nach ihr sehen wird und wenn sie jemand zum Reden... Erlöst atmet die Frau nach dem Verschwinden der Ärztin auf. Sie fällt in einen komaähnlichen Schlaf, in dem sie nur ab und zu registriert, wie die Nachtschwester Blutdruck und Puls misst. Zwischendurch taucht kurz die Gestalt ihres Mannes im Raum auf. Er stellt eine Tasche im Raum ab und verschwindet wieder, ohne näher an das Bett herangetreten zu sein.

Morgens erscheint die Ärztin wieder in ihrem Zimmer. Wie alle anderen Personen auch hat sie wieder nur einen Kopf. "Sie können nachher vorsichtig aufstehen, wenn es mit dem Kreislauf keine Probleme gibt. Wenn Ihnen nicht mehr schwindelig ist, können Sie auch duschen gehen. Wir glauben, dass es das beste ist, wenn Sie noch für ein paar Tage hierbleiben, zur Beobachtung. Wir können Ihnen auch ein Einzelzimmer geben, wenn Sie möchten." Nach dem Duschen setzt sich die Frau im Flur auf einen Stuhl. Sie will nicht zurück ins Intensivzimmer, in dem sie vom Schwesternzimmer aus durch eine Glasscheibe beobachtet werden kann. Die Frau spürt die Unsicherheit des Pflegepersonals, das ihr auszuweichen scheint. Gleichzeitig hämmert in ihr ein entsetzliches Gemisch aus Schmerz, Verzweiflung, Einsamkeit, Angst, Trauer, das sich immer wieder seinen Weg bis zu ihrem Hals sucht und dort als dicker Kloß stecken bleibt. Der Stationsarzt stellt sich vor sie und bietet ihr ein Gespräch an. Ablehnend schüttelt die Frau mit dem Kopf.

"Mit irgend jemandem müssen Sie aber reden!" sagt der Arzt und geht eilig weiter.

Wer spricht schon gerne mit Selbstmördern?

Aus der Ferne bewegen sich die Schwestern mit dem Frühstückswagen auf sie zu. Nein, sie will nichts frühstücken! "Aber wenigstens doch einen Tee?" Die Frau nickt, um ihre Ruhe zu haben. Die Schwester stellt ihr ein Kännchen Tee auf den

Tisch und schiebt mit dem Getränkewagen weiter. Der Schmerz schlägt in ihrem Hals und will nach draußen. Schlucken, immer wieder runter schlucken.... **kontrolle nicht verlieren Es wird mich gleich ersticken... Hilfe! ... schweig, gefühl, schweig still... schweig... Ich bin so allein, so allein! Was haben wir gewonnen?** Verzweifelt ringt die Frau um Atem.

"Martina!" sagt plötzlich jemand von außen zu ihr. "Oh, Martina!"

Verschwommen erkennt die Frau die Person vor sich. Ulla. Aus der Gruppe. Und in ihrem Blick liegt so viel Verstehen und Wärme. Sicherheit... Mit einem Aufschluchzer wirft die Frau sich in Ullas Arme. Kindertränen, so lange unterdrückt, bahnen sich ihren Weg nach draußen. Hände, die sanft über das Haar streichen. Eine warme Stimme, die trösten und gleichzeitig das Weinen zulassen kann. Sein im Weinen!

Irgendwann tritt die Ärztin an sie heran. "Da hinten das Zimmer ist jetzt frei. Das ist bestimmt besser dort!" Die Ärztin führt die beiden ins Zimmer am Ende des Flures und schließt dann beim Hinausgehen die Zimmertür hinter sich. Die beiden Frauen sitzen an dem kleinen Zimmertisch am Fenster. Ihre Hände sind ineinander verschlungen. "... dass du gekommen bist!"

"Ich musste es einfach tun. Mir ist es genauso wie dir ergangen. Vor fünf Jahren. Ich hatte sogar das gleiche Zimmer wie du..."

Jetzt ist es möglich, miteinander zu reden.

Lukas betritt das Zimmer. Unangenehm berührt fällt sein Blick auf die ineinander verschränkten Hände der beiden Frauen. Er küsst seine Frau auf die hingehaltene Wange und setzt sich dann mit fast einem Meter Entfernung an den Tisch.

Feindselig starrt er Ulla an. "Wer sind Sie überhaupt?" Ulla stellt sich vor als eine Frau aus der Gruppe, die schon Ähnliches erlebt hat. Ohne sie eines weiteren Blickes zu würdigen, wendet sich Lukas an seine Frau: "Also, ich habe mit dem Arzt gesprochen." Seine Stimme klingt kalt und unpersönlich. "Und wir sind uns einig, dass man das nicht so einfach ignorieren kann wie einen Schnupfen."

"Ja", nickt Ulla bestätigend. "Das ist tatsächlich etwas anderes als ein Schnupfen!" Verärgert wirft Lukas ihr einen Blick zu. Mit einer Einmischung in das Gespräch von ihrer Seite hatte er nicht gerechnet. "Also," fährt er fort, "wir meinen, dass es notwendig ist, dass du Hilfe bekommst von kompetenter Seite, und damit meinen wir kaum diese Gruppe. Wir haben an Frau Dr. Falken gedacht. Sie..."

In dem Moment wird er von dem anklopfenden Arzt unterbrochen. "Arztvisite. Wenn die Besucher bitte einen Moment draußen warten..." Nachdem sich die Tür hinter ihnen geschlossen hat, setzt sich der Arzt zu ihr. Die Krankenschwester bleibt mit ihrer Aktenmappe an der Tür stehen, mit dem Stift in der Hand schreibbereit.

"Nun," beginnt der Arzt, "ich habe bereits mit Ihrem Mann gesprochen, und..." Der Arzt erzählt der Frau nichts Neues. Die Frau fühlt sich ein Stück überrollt. Aber sie nickt nur stumm.

TAGEBUCH-EINTRAG

15.11.: Heute morgen gespürt, wie es langsam zurück fließt. So schlimm geweint. Von Ulla umarmt. Besuch gehabt von den Frauen aus der Gruppe. Es kümmert sich jemand. Und jetzt – so ein Gefühl in mir sagt: Es kann noch alles gut werden.

"Mama, Mama!" Nils springt ihr entgegen und in ihre Arme. "Mama, warum warst du im Krankenhaus?"

Verstört sieht die Frau zu ihrem Mann. "Du hast ihm nichts erzählt?"

"Da lass dir mal selber was einfallen?"

"Mama, warum warst du im Krankenhaus? Mama, ist das geheim?" **Heimlich ist mir unheimlich..**

Eine Frau schüttelt mit dem Kopf und setzt den Jungen wieder ab. "Natürlich nicht, mein Schatz. Ich hatte was an den Nerven."

Lukas zieht spöttisch die Augenbrauen hoch und lässt die beiden dann im Flur zurück.

"Eine Entzündung, wie beim Ohr?" fährt Nils mit seinen Fragen fort.

Die Frau nickt.

"Tut das schlimm weh?" Wieder nickt die Frau.

"Aber jetzt bist du wieder gesund?"

"Es geht mir wieder besser, mein Schatz."

"Ich bin froh, dass du wieder da bist!" Der Junge greift nach ihrer Hand. "Komm mit, Mama, ich hab was Tolles gebaut, mit Lego. Und ich hab bei Anja geschlafen. Das war toll!" Nils zieht die Frau mit sich ins Kinderzimmer. Wenig später hocken die beiden zusammen auf dem Boden und bauen mit Lego, bis Marie zu weinen beginnt.

"Blöde Marie!" sagt Nils. "Immer heult die!"

Martina verspürt ein schlechtes Gewissen. "Gar nicht immer!", versucht sie zu beschwichtigen.

"Doch!" Der Junge stampft mit den Füßen auf. "Immer! Sollen wir sie wieder weggeben?"

"Wir können sie nicht wieder weggeben. Sie gehört zu uns..."

"Sülz, sülz!", sagt Lukas von der Tür her. "Ich muss noch los..." Schon ist er verschwunden.

Martina versorgt die Kinder und beschäftigt sich mit ihnen, bis es Zeit für die beiden wird, ins Bett gebracht zu werden. Nils will das Buch mit den wilden Kerlen vorgelesen bekommen. Danach setzt sich Martina ins Wohnzimmer. Wie wird es jetzt weitergehen? Sie fühlt sich so alleine, und keiner da, zum Reden. Plötzlich steigen Schmerz und Einsamkeit wieder in ihr auf. Ohne etwas dagegen machen zu können, bahnen die Gefühle sich ihren Weg nach draußen. *kinderweinen.*

kindertränen...

Irgendwann spürt sie Berührungen. Hände, die ihr über das Haar und das Gesicht streichen. Eine feste Umarmung.

"Martina! Martina!" Eine Stimme dringt zu ihr durch, und eine Frauengestalt ist durch den Tränenschleier zu erkennen.

"Uta... Wie kommst du denn hierher?"

"Dein großer Sohn hat mich angerufen. Du hast so schlimm geweint, und er konnte dich nicht beruhigen. Er hat gesagt: Mama weint so doll, und Papa ist nicht da! Du kannst wirklich stolz auf ihn sein."

"Oh, mein Gott! Er hat mich so... weinen sehen?" Das schlechte Gewissen wächst ins Uferlose.

"Martina, das ist in Ordnung, dass du weinst."

"Du ... weißt ... Bescheid?"

Die Freundin nickt. "Ja, Lukas hat mich angerufen. Er hat Nils einen Tag bei uns abgeladen..."

"Mama?" Kleine Kinderfüße tapsen über den Parkettboden. "Mama, ist jetzt alles gut?"

Martina nickt.

"Deine Mutter ist stolz auf dich, dass du bei uns angerufen hast!"

"Stimmt das, Mama?"

"Ja, du bist ein ganz wundervolles Kind, Nils!"

Die Freundin reicht ihr ein Taschentuch. "Hier... Ich bringe jetzt deinen Sohn zu Bett, und dann komme ich zu dir und bleibe, bis dein Mann wieder zurück ist..."

"Aber, Uta, das ist doch nicht nötig..."

"Martina, das finde ich aber doch..."

Am folgenden Tag versucht sie, Nils den Vorfall zu erklären. Es ist schwer, die richtigen Worte zu finden. "Ich habe gestern so schlimm geweint, weil ich ganz traurig war wegen etwas, was ich in meiner Kindheit erlebt habe. Das hat meine Seele so schlimm verletzt, dass ich traurig war. Und deshalb gehe ich für einige Zeit zu einer Ärztin, die mir dabei helfen wird, da wieder zu heilen und nicht mehr wegen früher traurig sein zu müssen..."

In den nächsten Tagen sind es die Freundinnen, die ihr Unterstützung geben. Sie nehmen ihr die Kinder ab, laden sie zum Kaffee ein, sind einfach da, ohne zu bohren oder die Hintergründe zu begreifen. Martina ist erstaunt, wie stabil diese Freundschaften mit Uta, Anja und Ulrike doch sind, die sie bis jetzt für nicht mehr als lose Bekanntschaften gehalten hat.



Laut schrillen die Alarmglocken in ihr. Ohne weiter darüber nachzudenken, ist das Wissen da: **Achtsam sein! Ein falsches Wort könnte zu einer Einweisung führen. Auf keinen Fall darf es hier zu einem Kontrollverlust kommen!**

Das ist die wichtigste Regel für den Aufenthalt in diesem Raum.

Die Ärztin nickt ihr freundlich zu. Auf ihrem Schoß liegt ein Schreibblock. "Nun erzählen Sie erst einmal, warum Sie sich umbringen wollten."

Die Patientin zuckt leicht zusammen, wie unter einem Schlag, den sie gerade noch abfangen konnte. "Ich kann mich nicht erinnern." Die Stimme klingt ruhig und gefasst.

"Das macht gar nichts. Ich will mit Ihnen auch gar nicht weiter **in der Vergangenheit herumbohren**. Das wühlt nur auf und kann zu weiteren Krisen führen. Vermeiden Sie alles, was zu weiteren Krisen führen kann. Gehen Sie in keinen Workshop, lassen Sie sich auf keine Veranstaltungen oder Bücher ein, in denen es in die Tiefe geht. Auch von der Gruppe möchte ich Ihnen dringend abraten, **das wühlt nur unnötig auf!**" Die Ärztin fragt nach ihrem jetzigen Befinden "Oh, wieder viel besser, viel gefasster."

Die Ärztin nickt zufrieden. "Ich mache überwiegend Traumarbeit, angelehnt an Freud." Die Ärztin hält ihr einen Vortrag über Freud. Dann fährt sie fort: "Das ist eine gute Möglichkeit, an Themen mit Hilfe der Traumsymbole zu arbeiten, ohne unnötig etwas aufzuwühlen. Beobachten Sie Ihre Träume, schreiben Sie es auf. Wir treffen uns ab jetzt zweimal in der Woche, immer montags und donnerstags um 10 Uhr. Ich werde 50 Stunden für Sie bei der Kasse beantragen. Als Diagnose werde ich neurotische Depression schreiben, aber diese Diagnose hat für Sie persönlich keine Bedeutung."

Ordentlich macht die Frau ihre Hausaufgaben. Jeden Morgen notiert sie ihre Träume. Am Donnerstag soll sie einen der Träume vorlesen. Die Ärztin notiert sich jedes Wort ganz genau auf ihrem Notizblock. Dann nickt sie ihr freundlich zu. "Unsere Zeit ist jetzt um. Wir besprechen nächstes Mal den Traum gemeinsam. Bis Montag..."

Sie reden über einen Traum. Jedes Wort wird betrachtet und Assoziationen dazu gesucht. Dabei macht sich die Ärztin immer wieder Notizen. Die Ärztin fragt nicht, wie es Martina geht. "Seltsam," sagt Martina hinterher zu Ulla, die auf die Kinder aufgepasst hat, "Therapie habe ich mir irgendwie ganz anders vorgestellt..."

"Ja, es ist schon doll, an was für Therapeuten man geraten kann. Und wenn man sie sich dann noch nicht einmal selber ausgesucht hat... Hast du mit deinem Mann inzwischen mal über alles sprechen können?"

Die Frau schüttelt mit dem Kopf. "Nein, er will nichts wissen, mit allem nichts zu tun haben... Wahrscheinlich macht es ihm Angst. Vielleicht erinnert es ihn an seine Mutter... Sie sagt, ich soll nicht mehr zur Gruppe gehen. Es wühlt alles zu doll auf, sagt sie."

"Und, was wirst du tun?"

"Weiter hingehen. Die Gruppe, das ist so was wie eine Insel geworden. Ich bin froh, dass ich sie habe. Und dass ich dich dadurch kennengelernt habe!"

"Ja, so geht es mir auch mit dir. Unser Austausch bedeutet mir inzwischen sehr viel. – Martina, ich habe dir etwas zum Lesen mit gebracht. Ich stelle zwischen uns immer wieder starke Ähnlichkeiten fest, und ich vermute, dass da viel mehr Parallelen sind, als wir jetzt wissen. Vielleicht findest auch du dich in diesen Heften wieder..."

Später liegt die Frau im Mansardenzimmer auf dem Boden und blättert in den Heften. **"DissTanz – eine Selbsthilfezeitung"**. Verschiedene Persönlichkeiten, die in einem Körper leben, haben die Texte verfasst. Kinder, Erwachsene, Jugendliche. Eine seltsame Unruhe macht sich in ihr beim Durchblättern breit. Immer wieder wird vor und zurück geblättert. **Stimmen, die sich seit dem Erlebnis am Strand im Hintergrund gehalten hatten, werden laut in ihr.**

"He, ich bin noch nicht so weit!"

"Was soll das denn?"

"He, ich will auch mal!"

"Nee, jetzt erst ich!"

"Ich!"

Jemand weint. Tränen fließen über das Gesicht der Frau. Spieglein, Spieglein, an der Wand, wer ist die schönste im ganzen Land? Spieglein, Spieglein, ich schau mir ins Gesicht und erkenne mich, erkenne uns. Das tut gut und erschreckt zugleich. Es ist monströs, zu monströs...

Wie soll ich funktionieren und mich gleichzeitig damit auseinandersetzen können? Das ist zu viel! Ich muss mich entscheiden! Wahnsinn oder im Hier und Jetzt bleiben, nebulös verdeckt, weiter unentdeckt.

Irgendwann legt jemand die Zeitung autoritär weg. "Es tut nicht gut, sich weiter damit auseinanderzusetzen! Jetzt geht es darum, das Leben wieder auf die Reihe zu bekommen. Lukas verlangt ein anderes Gesicht, und Nils und Marie haben ein Recht auf eine fröhliche Mutter!"

Bei der nächsten Begegnung gibt die Frau die Zeitungen an Ulla zurück. "Nein! Das ist nichts für uns!"

"Für uns?"

Die Frau wird rot. "Na ja, wie man das eben so sagt..."

"Du kannst sie zu jeder Zeit wieder haben!"

"Bestimmt nicht!" Die Frau drückt ihr die Hefte in die Hand, wie etwas Furchtbares, das man so schnell wie möglich los werden will, wie etwas, das man nur mit spitzen Fingern anfassen mag.

TAGEBUCH-EINTRAG

5.12. Winzigste Bemerkungen erschüttern mich bis ins Mark. Es erscheint mir fast unerträglich, dass Lukas sagt, dass er es mit uns fast nicht aushält, dass er besser nie Familie hätte haben sollen. Er sagt, dass wir eine furchtbare Familie sind und dass er Marie schrecklich findet. Mir ist nach einer schönen Vorweihnachtszeit. Ich hätte so gerne Familie, für mich und die Kinder. Muss ich meine Wünsche runterschrauben? Hat Lukas Recht, wenn er sagt, dass diese Wünsche nur alberner Quatsch sind? Außer mit Ulla kann ich mit keinem wirklich sprechen. Die anderen wollen alle, dass es mir wieder besser geht, dass ich wieder lächele und lächele. Aber woher?

9.12. Wieder heftigste Depressionen. Nimmt es denn nie ein Ende?

5.1. Nach außen funktioniere ich wieder ganz gut. Aber in mir ist es so schrecklich. Schlimmer als je zuvor. Was ist das nur mit mir? Und dieser Therapeutin lese ich alberne Träume vor, oder sie gibt mir alberne Ratschläge, was ich nicht tun oder nicht fühlen sollte, während sich in mir ein nagendes Gefühl breit macht. Bis jetzt ist die ganze Therapie für die Katz. Ohne die Gruppe wäre ich schon längst nicht mehr da. Ein paar Mal weinend bei Ulla angerufen, ohne die Ursache für das Weinen benennen zu können. Und ich erschrecke immer wieder über Wunden, die ich mir nicht erklären kann, über das Fehlen von Erinnerungen, die noch nicht so lange zurückliegen, dass ich es damit erklären kann. Will ich überhaupt eine Erklärung? Alles in mir sträubt sich dagegen, auch noch das anzuerkennen. Schon schlimm genug die Bilder, die seit Wochen entstehen: Missbrauchte kleine Mädchen. *kinder sind doch so klein, so...*
- *fränen, immer wieder fränen.* Und Lukas macht mir ein schlechtes Gewissen, dass es mir schlecht geht. Er will eine fröhliche Frau. Und

immer wieder Bilder, schreckliche Bilder, die vor mir auftauchen und die ich nicht integrieren will in meine Vergangenheit. So schlimm kann... darf es nicht gewesen sein! Stimmen, die mir etwas zuraunen, was ich nicht mehr hören will. Aber sie sind da. Ich weiß es, auch, wenn ich sie nicht höre. Ist das Schizophrenie? Ich brauche Hilfe. Wirkliche Hilfe. Soll ich es wagen, bei der Ärztin? Gleichzeitig habe ich Angst, dass sie mich ~~erkennt~~ und dann einweist. Wieso habe ich jetzt "erkennt" geschrieben?



"Frau Dr. Falken, ich möchte Ihnen gerne etwas aus meinem Tagebuch vorlesen." Die Ärztin nickt ihr aufmunternd zu. Wie immer sitzt sie mit ihrem Notizblock auf dem Schoß in ihrem bequemen Sessel, und wie immer ist ihre Mimik gleichmäßig freundlich.

"Also..." Das Herz pocht wie verrückt, und die Stimme droht ihr zu versagen.

Es ist lebensgefährlich, hier die Kontrolle zu verlieren! Wir wissen nicht, wozu sie fähig ist!

Die Frau spürt, wie jemand anders das Vorlesen übernimmt und sie so zur stummen ZuhörerIn wird:

"Ich habe das Gefühl, so in der Therapie nicht weiterzukommen. Ich trete auf dem selben Fleck, wir besprechen Träume, ich erhalte ungefragte Ratschläge, aber wie es in mir aussieht, das bleibt unter dem Teppich. Natürlich könnte ich mich durch diese Stunden irgendwie durchmogeln, so tun, als ob es mir immer besser geht, und dann gelte ich als geheilt, und in Wirklichkeit wurde alles nur verdeckt. Ich will mich mit meinen Schwierigkeiten wirklich auseinandersetzen, sie erkennen und benennen. Aber das schaffe ich nicht alleine, dazu benötige ich Hilfe!"

Die Ärztin lächelt ihr freundlich zu. "Ich bin ganz gerührt, über Ihre Offenheit!"

"Es geht noch weiter: Gestern war es wieder soweit: In mir das Gefühl, dass ich auseinanderbreche, in verschiedene Personen. Ich hatte Angst davor, völlig abzdrehen. In dem Moment schien es nur eine Möglichkeit zu geben. Aber noch nie zuvor habe ich bewusst wahrgenommen, wie meine Hand zur Nagelschere griff und mir damit ins Ohr piekste. Der Schmerz im Ohr, er hat mich gerettet, für diesen einen Moment. Aber das ist doch keine Lösung. Und es macht mir Angst!"

"Es ist gut," sagt die Ärztin, "dass Sie den Mechanismus erkannt haben. So haben Sie jetzt die Möglichkeit, etwas daran zu ändern."

Ohne es zu begreifen, weiß die Frau, dass es mehr als ein Mechanismus ist, der dafür verantwortlich ist. **"Es ist Myriam!" raunen die anderen ihr zu.** "Ich will nicht verrückt sein!" stößt die Frau hervor.

"Verrückt wären Sie, wenn die Symptome ohne äußere Geschehnisse ausgelöst worden wären. Aber bei Ihnen sind es die Traumata in der Kindheit, die diese Symptome auslösen. Mit Ihrer Vorgeschichte ist es beeindruckend und erstaunlich, was Sie alles schaffen. Und was die Selbstverletzung betrifft: Es gibt inzwischen gute Medikamente, die Ihnen dabei helfen können, sich nicht mehr zu verletzen. So kommen Sie nie davon ab!"

"Nein." Die Stimme ist völlig kontrolliert, frei von jeglichen Emotionen der Panik, die in ihr tosen. "Das geht auch so!"

"Na, wenn Sie es noch versuchen wollen... Aber bei der nächsten Selbstverletzung werden Sie anfangen mit den Tabletten. Sie sind wirklich gut. Und wie ist es mit Suizidgedanken?"

Die Frau schüttelt mit dem Kopf. "Nein, vielen Dank, das ist wirklich vorbei." Die Fassade hält gut bis zum Verlassen des Gebäudes.



HILFE!!! Bilder steigen auf. Entsetzliche Bilder. ANGST!!! Die Angst ist da. Unentrinnbar! Ich höre Papas Atem, an meinem Bett, im Dunkel der Nacht. ANGST!!! Ich spüre den Schmerz, da unten, im Dunkel der Nacht. AUA!!! Es droht mich zu zerreißen, innen und außen. Ich falle, falle, falle... auseinander... Ich spüre die Schläge. Ich bin eingesperrt in einer dunklen Kiste. Erde fällt auf mein Grab. Die Bombe, sie tickt. Tick, tick, tick... Wieder in die "Normalität" zurückgekehrt, mit einem Schnitt in den Oberschenkel.

"Bitte, Lukas", fragt die Frau am Abend verzweifelt den Mann, "kannst du nicht für mich bei der Silberhochzeit absagen? Oder wir beide fahren nur diesen einen Tag, zusammen?"

"Wir hatten abgemacht, dass ich dich drei Tage vor der Party hinfahre und am nächsten Tag weiterfahre, zur Messe. Ich hole dich genau eine Woche später wieder ab."

"Bitte, Lukas, dann sag doch einfach für mich ab. Ich kann nicht!"

"Das mach du schön alleine. Wenn du meinst, ich hol die Kastanien für dich aus dem Feuer, dann hast du dich gewaltig getäuscht! Reiß dich mal ein bisschen zusammen, irgendwann muss doch auch mal gut sein mit dieser Psycho-Tour!" Damit ist das Gespräch zu diesem Thema für den Mann beendet. "Bitte, Martina, ich brauche jetzt ein bisschen Entspannung. Lass mich damit in Ruhe, ja. Ich arbeite schließlich jeden Tag hart, damit ihr wie die Maden im Speck leben könnt!"

TAGEBUCH-EINTRAG

2.5.: Gestern hat Regina meinen Vater beschuldigt, mich missbraucht zu haben. Ulla hat das Gleiche am Dienstag gesagt. Ich schaffe es nicht, mit jemandem zu reden. So schreckliche Gefühle in mir. Wenn ich für ein paar Wochen weg könnte, in eine richtige therapeutische Klinik, dann könnte ich es schaffen. Aber so? Ich kann nicht für die Familie da sein und weiterhin nach außen wie früher funktionieren und dabei gleichzeitig da weitermachen. Nächste Woche sollen wir zu meinen Eltern, zur Silberhochzeit. Die Ärztin und die Frauen aus der Gruppe meinen, dass ich auf keinen Fall da hinfahren soll. Die haben ja keine

Ahnung! Und Lukas macht mir Vorwürfe, er ist ganz fertig, dass es mir schlecht geht. Er hält das so nicht aus, mit mir. Er hat mir ein so schlechtes Gewissen gemacht, wegen der Kinder und dem Haushalt, dass ich fast wahnsinnig geworden wäre. **Des Messers Schnitt hat wieder geholfen!** Den Rest des Tages ging es dann besser, hatte mich wieder gut im Griff. Es geht nicht, weiter im Dreck zu wühlen. Jetzt liege ich hier und heule und weiß gar nicht, warum. Durchhalten, bis die Kinder groß sind. Wenn ich 50 bin, dann sind sie aus dem größten raus, dann kann ich mich umbringen! Oh, was freue ich mich auf den 50. Geburtstag! Auch, wenn es in mir schreit: am liebsten sofort tot sein!

3.5.: Ich denke, dass es mir jeder abnimmt: Krise überstanden, alles Roger! Sogar diese dumme Ärztin.

4.5. Angst vor dieser Silberhochzeit. Und Lukas kommt nicht mit, und ich soll schon zwei Tage vorher hinfahren. Zwischen Lukas und mir eine dicke Mauer, unüberwindbar. Was hält uns noch zusammen? **In mich kriecht der Tod, umschlingt mich mit seiner eisigen Faust. Todeskälte in mir. Eiszeit. Alles Leben erfroren. Tot, so tot. Wenn die Kinder nicht wären, hätte ich mich in den letzten Tagen schon längst umgebracht!**

TRAUM: Jemand gibt mir ein Buch über sexuellen Missbrauch. Ich bin betroffen und gehe. Schwarze Flecken im Zimmer, die sich zu gefährlichen Spinnen verwandeln. Sie sind überall, sogar im Bett. Und die Wand stürzt zusammen unter den nagenden Zähnen. Unter der Tür schlängelt sich züngelnd **HILFE!** Bin schreiend aufgewacht!

"Sie sollten nicht nach Bremen zu Ihren Eltern fahren!" sagt die Ärztin. Die Frau nickt ihr lächelnd zu. "Keine Sorge, ich habe das alles im Griff!" Bei der Gruppe am Abend sagt sie das Gleiche.

TAGEBUCH-EINTRAG

8.5. Nichts bereue ich so sehr, wie dass ich mir den Finger in den Hals gesteckt habe! Angst vor dem Ausbruch des Wahnsinns! Und morgen die Fahrt nach Bremen, zu den... *angst, angst, angst... wer hat angst vorm schwarzen mann? und wenn er kommt, dann laufen wir ... oh weh, er kriegt uns doch. HILFE!!! Hilfe, hilfe, hilfe, hilfe, hilfe, hilfe. HELP!!! SOS! keiner hört des Kindes schrei, allen leuten ist das einerlei...* Sie haben alle gut reden, haben keine Ahnung von dem Druck und dem Zwang, in der Familie. Von Familienfeiern darf man sich nicht ausschließen. Das ist ungeschriebenes Gesetz! Sie haben alle keine Ahnung. Dafür müsste ich schwerkrank im Krankenhaus liegen, und sogar dann würden sie es mir nachtragen. Ach, was soll noch werden, aus mir, aus dem Leben? *Mein Leben liegt in Splittern vor mir. Wie die Vase mit den golden umrandeten Rosensträußchen. Und manchmal ist mir so, als ob ich selber einer dieser Splitter bin.*



Lukas verabschiedet sich von ihr mit einem kurzen Täscheln an der Schulter. "Viel Spaß euch allen." Er reicht den Schwiegereltern die Hand. "Danke für den Kaffee, und eine schöne Zeit euch." Im nächsten Moment ist er fort.

Martina hat das Gefühl, als ob im gleichen Augenblick eine Woge über ihr zusammenschlägt. Den restlichen Tag bekommt sie nur bruckstückchenhaft mit: ein Spaziergang im Park, gemeinsames Abendessen, das Hinlegen in das alte Kinderbett. **PANIK!!!** Herz, warum klopfst du so? Die Frau kann nicht einschlafen. Immer wieder lauscht sie auf die Atemgeräusche der beiden Kinder bei sich im Zimmer und auf die Geräusche im Haus. Irgendwann in der Nacht hört sie den Vater an ihrem Zimmer vorbei gehen, zum Badezimmer schlurfen. Sie hört die Klospülung. Dann wieder die Schritte zurück. An ihrer Tür verharren die Schritte einen Augenblick.

HILFE! - *Ein plötzlicher Schmerz an ihren Schamlippen, der sie aufstöhnen lässt. Ihre Hand hat dort hingekniffen. Warum tut man so etwas?*

Die Schritte des Vaters entfernen sich von der Tür, gehen Richtung Schlafzimmer. Aus dem Schlafzimmer hört die Frau das leise Gemurmel der Eltern, bis es irgendwann verebbt. Irgendwann setzt der Verkehr an der Straße wieder verstärkt ein. Dann hört sie die Mutter aufstehen und in der Küche hantieren.

Auch den folgenden Tag erlebt sie nur teilweise. In ihren Ohren hat seit dem frühen Vormittag ein Schmerz eingesetzt, der zunehmend stärker wird. Am Nachmittag wird ihr klar, dass sie damit mal wieder zu einem Ohrenarzt gehen muss, bevor es so schlimm wird wie damals. Es entbrennt zwischen ihr und den Eltern ein Streit, weil sie die Kinder nicht bei ihnen lassen, sondern mitnehmen will. *Martina spürt, dass sie selber nur teilweise an der Auseinandersetzung beteiligt ist. Eine andere Kraft in ihr hat dabei die Führung übernommen.*

"Wir rühren deine ZuckerKinder schon nicht an!" sagt der Vater. Trotz aller Proteste und Vorwürfe nimmt sie beide Kinder mit.

An die Silberhochzeit von Tante und Onkel am nächsten Tag und an den darauf folgenden Tag kann sie sich nicht erinnern. In der Nacht macht sie noch immer kaum ein Auge zu. Ängstlich horcht sie auf jedes Geräusch im Haus. Zitternd lauscht sie den Schritten des Vaters, die jede Nacht für einen Moment vor ihrer Tür verharren und sich erst dann weiterbewegen. Sie ist nicht in der Lage, Hosen zu tragen. *Die Schamlippen sind so geschwollen, dass es sonst bei jedem Schritt reiben und schmerzen würde. Und gestern muss sie mit dem Messer abgerutscht sein. An ihrer Hand ist ein großer Verband. "Vier Stiche", hat ihre Mutter vorhin gesagt.*

Sie beginnt zu zählen. Noch dreimal bei ihnen schlafen. Und der Rest von heute...

"Martina!" Die Stimme der Mutter dringt zu ihr. "Ich habe dich was gefragt!"

"Vergiss es!" sagt der Vater ärgerlich. Er greift nach Martinas Arm. **Die Hand, sie packt mich fest am Arm und drückt mich nach unten. Jetzt liegen beide Hände auf meiner Schulter, dirigieren mich in die richtige Position. Der Kopf wird fest gehalten. Und dann, das Ratschen des Reißverschlusses. Und da...** *Die Kreuzotter kommt meist schon morgens aus ihrem Unterschlupf heraus. Langsam kriecht sie dann... ich hab angst - so doller angst - bitte, es soll nicht wieder ...*

"Nein! Fass mich nicht an!" schreit es plötzlich aus ihr heraus. Die Frau entreißt dem Vater den Arm und stößt ihn von sich. Dabei stößt der Mann gegen die Wand.

Fassungslos starren die Eltern sie an. "Du Miststück, was fällt dir ein?"

Im gleichen Moment beginnen Nils und Marie zu weinen. Da begreift ein Teil von Martina, was geschehen ist. Ihr Herz rast, und ihr ganzer Körper zittert. "Ich packe meine Sachen! Ich werde sofort abreisen...!"

"Wo willst du denn jetzt hin?"

"Du bist ja völlig verrückt!"

Die Frau nimmt die noch weinenden Kinder auf den Arm und verlässt mit ihnen das Esszimmer. Mit zitternden Händen stopft sie ihre Sachen in die Koffer. Mit Gepäck und den beiden bleibt sie vor dem Esszimmer stehen. Der Vater sitzt schluchzend auf einem Stuhl. Die Mutter kniet davor und tröstet ihn.

"Ich fahre jetzt!", sagt Martina.

"Reisende soll man nicht aufhalten!" erwidert die Mutter und wendet sich wieder dem Vater zu. Der Vater schluchzt vor sich hin, ohne sie zu beachten.

Die Haustür fällt hinter den dreien zu.



"Dieses Kind", sagt die Mutter zum Vater, "ist jetzt wirklich komplett verrückt geworden. Ich hab ja schon immer befürchtet, dass wir mit der noch eine böse Überraschung erleben werden! Aber so etwas... Und das, nachdem wir so viel für sie getan haben!"



Zu Hause im Wohnzimmer kann sich die Frau kaum an den beschwerlichen Weg zum Bahnhof mit den Kindern und dem vielen Gepäck und an die Zugfahrt erinnern.

Nils und Marie liegen bereits in ihren Betten und schlafen. Die beiden waren völlig verstört. "Warum dieser tolle Streit?" Sie konnten nicht verstehen, was geschehen war. Sie kann es selber nicht verstehen. "Was habe ich getan?" *mami, papi, habt mich lieb! will auch immer artig sein! mami, papi, habt mich lieb...* Ohne ihr persönliches Zutun hat ihre Hand die Telefonnummer der Eltern gewählt.

"Ja?" erklingt die Stimme des Vaters.

"Es tut mir leid, Papi, ich will mich entschuldigen!" wimmert es aus ihrem Mund.

"Du bist nicht mehr meine Tochter!" Die Stimme des Vaters klingt eiskalt. Im nächsten Augenblick knackt es in der Leitung. Er hat aufgelegt.

Mit zitternden Händen wird die Nummer neu gewählt. Nach langem Klingeln nimmt endlich die Mutter ab.

"Du hast gehört, was dein Vater gesagt hat! Das hast du dir selber zuzuschreiben! Wir haben nichts mehr mit dir zu tun." Bevor Martina etwas erwidern kann, hat die Mutter bereits das Gespräch abgebrochen.

maaamiii... paaapiii... es tut soooo weh...

Es weint aus ihrem Mund. Tränen laufen über ihre Wangen, und das Herz tut so sehr weh. Als ob es zerreißen will!

Nach dem Zubeißen lässt die Kreuzotter die Maus meist sofort wieder los, um die Giftwirkung abzuwarten. Bevor sie stirbt, ist die Maus häufig noch in der Lage, einige Meter weit zu laufen. Nachdem die Kreuzotter noch eine Zeit auf ihrem Platz verharrt hat, beginnt sie mit ihrem hervorragend entwickelten Geruchssinn mit der Suche nach der Beute. Mit dem Schlingakt beginnt sie meistens am Kopf des Opfers. Der Schlingakt kann 15 Minuten und länger dauern. Danach...

tut so weh, tut so weh!!! Gefahr! Gefahr! Kontrollverlust!

Der größte Feind der Kreuzotter ist der Mensch, der...

Ein schmaler Grat zwischen Wahnsinn und... Zaunreiterin. Witches... Hörst du es rascheln, hörst du es knistern? Sie kommen, um dich zu holen! Niemand wird dir helfen! Du bist allein! **Allein! Der Druck steigt an! irrsinn! wahnsinn! Benötigen Druckentlastung. Es muss etwas geschehen - s o f o r t !** Tautropfen gleich, die das Blatt hinunter perlen, gleiten rote Tropfen am Arm entlang, benetzen die zernarbte Haut mit frischem Lebenssaft. *stunden des überlebens, wieder neu gewonnen?*

noch einmal davongekommen?

Die Erinnerung an eine Telefonnummer taucht in ihr wie ein Rettungsanker auf. Die Frau umwickelt die blutende Wunde mit einem Handtuch und wählt die Nummer. Ulla, die Frau aus der Gruppe, meldet sich. Martina erzählt, was in Bremen geschehen ist.

"Du hast deine Kinder beschützt", sagt Ulla.

"Für Nils und Marie bestand keine Gefahr. Er hat sie nicht angerührt!"

"Ich meine deine inneren Kinder, Martina."

Ohne darauf einzugehen, erzählt Martina von dem Telefonat mit den Eltern.

"Martina, möchtest du, dass ich komme?" Die Frau zögert. "Ich weiß nicht. Ich..."

"Gut, in einer halben Stunde bin ich bei dir! Bis gleich."

"Bis gleich..." Martina spürt Erleichterung. *"Wir sind nicht mehr allein!" stellt nach dem Auflegen leise eine Stimme in ihr fest. "Es ist jemand da. Wir sind nicht mehr alleine..." Jemand weint vor Freude und Erleichterung.*

Später ruft Lukas an. "Jetzt hast du es dir wohl endgültig mit ihnen vermässelt!" Sein Ton klingt vorwurfsvoll. Die Eltern haben ihm alles erzählt, als er dort vorhin angerufen hat. "Wie kannst du dich nur so verhalten? Und dann auch noch vor Nils und Marie. Die beiden haben doch einen Schaden für's Leben! Das Leben könnte so nett sein, aber nein, du musst ständig vom Teller drehen. Sie wollen dich nicht mehr sehen, und das kann ich ihnen nicht verdenken. Dann sieh mal zu, wie du das jemals wieder einrenken kannst... Wir sehen uns in drei Tagen."

Danach klingelt noch zweimal das Telefon: Die Tante, die das Vorgefallene nicht begreift und die nichts dazu hören will von ihrer Nichte. "Lass uns nicht mehr davon sprechen!", sagt sie und legt auf. Dann die Oma, die mit ihr schimpft: **"Wie konntest du das deinem Vater antun? Er hat immer so viel für dich getan? Du warst immer seine Liebste! Du galtst ihm doch noch mehr als die eigene Frau, und jetzt bist du so ungezogen zu ihm. Was ist nur in dich gefahren! Das hat dein Vater nun wirklich nicht verdient. Schäm dich!"**

Was für ein Glück, dass Ulla noch da ist. Vielleicht wäre sie sonst unter der Last der Vorwürfe von innen und außen zusammen gebrochen. Aber Ulla sagt immer wieder: "Nein, Martina, es ist in Ordnung! Du hast gut für deine inneren Kinder gesorgt! Endlich hast du dich um ihre Sicherheit gekümmert, hast ihre Ängste

ernst genommen. Das ist der erste Schritt gewesen auf dem Weg, ihnen gute Eltern zu werden..."

Diese Tage ohne Lukas im Haus sind eine Wohltat. Martina kann ohne Anspannung im Haus sein und ist viel gelöster als sonst. Sie muss nur für die Kinder und sich da sein. Niemand sonst, der etwas von ihr erwartet, der etwas von ihr will, der sie nimmt, inmitten der Nacht. "Ich habe Angst," vertraut sie sich diesen Mittwoch den Frauen der Gruppe an, "wenn er morgen wieder kommt. Dann geht es wieder los, dass ich morgens aufwache und er schon auf mir drauf war..." "Aber das ist ja eine Wiederholung des nächtlichen Missbrauchs aus deiner Kindheit!" sagt eine der Frauen schockiert. "Es ist dein Recht, ihm zu verbieten, dich zu nehmen, wenn du schläfst! Niemand hat das Recht, so etwas zu machen."

Aber es dauert noch fast eine Woche, bis **jemand in ihr** es wagt, den Mann darauf anzusprechen.

"Wenn ich aufwache, bin ich nun mal geil!"

"Dann musst du mich eben wecken und abwarten, bis ich wirklich wach bin!"

"Wie stellst du dir das denn vor! Ich bin morgens unter Zeitdruck. Da soll ich noch meine kostbare Zeit damit verträdeln, dich wachzubekommen? Das haben dir bestimmt die Emanzen in der Gruppe eingeredet! So weit kommt das noch, dass sich andere in unser Sexleben mischen..."

Sie beginnen fast, sich deswegen zu streiten. Plötzlich beginnt Martina zu weinen. "Warum kannst du es nicht begreifen, dass du damit immer meine Grenzen überschreitest?"

Aus einem Impuls heraus streckt der Mann ihr seine Hand entgegen: "Okay. Ich werde es versuchen..."

Die Frau betrachtet die Hand. Die Männerhand vor ihr beginnt sich plötzlich zu verändern. Es ist die Hand des Vaters, die mit ihr einen Handel abschließen will. Entsetzt weicht sie zurück.

"Martina!" Die Stimme ihres Mannes holt sie in die Gegenwart zurück. "Was ist nun?" Noch immer hält er ihr seine Hand entgegen.

Irgendjemand übernimmt die Kontrolle, ergreift die Hand des Mannes, drückt kurz zu, lässt los. Dann rennt die Frau weinend aus dem Raum. Sie läuft ins Schlafzimmer und lässt sich dort auf das Bett fallen. Die plötzliche Erkenntnis und

das Begreifen haben sie getroffen wie ein furchtbarer Schlag.

"Was ist denn jetzt los?" Der Mann ist ihr ins Schlafzimmer gefolgt und steht vor dem Bett.

"Mein Vater...", schluchzt es aus ihr heraus. "Er ist nachts in unser Kinderzimmer gekommen und hat mich und meine Schwester begripscht. Er hat..."

"Aber Martina!" Verständnislos unterbricht ihr Mann sie.

"Das ist doch so lange her. Deswegen musst du doch jetzt nicht weinen!" Er schüttelt den Kopf und verlässt das Zimmer wieder. "Ich geh' noch ein bisschen Fernsehen. Vielleicht kriegst du dich ja bis nachher wieder ein..."

Die Frau kann sich nur schwer beruhigen. Immer wieder schluchzt es aus ihr heraus. Fremde Erinnerungen tauchen vor ihr auf und integrieren sich in ihr eigenes Leben: Sie sieht den Penis des Vaters wie einen Luftballon vor sich schweben. Sie fühlt seine Finger in ihrer Scheide, seinen Schaft in ihrem Mund. Sie sieht das Auge des Vaters starr auf sich gerichtet. Sie sieht ihn, gebeugt über das Bett der Schwester. Sie sieht ihn, gebeugt über ihren eigenen schwächtigen Körper in der Badewanne. Sie spürt seine Zunge, die sich wie eine Schlange ihren Weg in die kleine Höhle zwischen den Beinen sucht. Sie spürt den Mund, der zwischen ihren Beinen alles herauszusaugen droht. Sie hört das schmatzende und schlürfende Geräusch aus seinem Mund. Erinnert sich an seine Geschichten über Schlangen und Ratten. Es war schlimm, so schlimm. Es ist schlimm! So schlimm! Wieder und wieder wacht Martina in dieser Nacht auf, mit den schrecklichen Bildern vor sich, mit den schrecklichen Gefühlen in sich.

Als Lukas sie am Morgen weckt, um sie zu besteigen, lässt sie es teilnahmslos geschehen. Ihr ist, als ob sie dabei den Körper verlässt und von oben der Kopulation zusieht. **Das geschieht nicht mir! Das geschieht einer anderen! Ich bin es, der es geschieht. Ich bin Lola, die kleine Hure. Allzeit bereit, mache ich meine Beine breit...**

TAGEBUCH-EINTRAG

26.5.: Es war schlimm, so schlimm. Das begreife ich jetzt. Er war so ein schlimmer Vater. Wie Schuppen fällt es mir von den Augen. Ich begreife. Warum war ich so lange blind? Warum hatte ich so viel vergessen? Warum erinnere ich erst jetzt? Was er getan hat, war gemein, so gemein!

30.5.: Das Begreifen tut so weh. Es entsetzt mich so, was er getan hat. Ich war doch noch so klein! So klein wie Nils jetzt, vielleicht sogar noch ein bisschen kleiner! Ich bin so wütend, was er mir alles angetan hat! Er hat einen großen Teil meines Lebens zerstört! Vorhin habe ich die Sachen zusammengepackt, die er uns geschenkt hat. Alle persönlichen Dinge, die er mir geschenkt hat. Die vielen Dessous und Nachthemden, die ich in den vergangenen Jahren von ihm bekommen habe. Ich habe alles zusammengepackt. Das Nachzeug und die Dessous habe ich zerrissen. Das Geräusch des reißenen Stoffes hat mir so gut getan! Nichts will ich mehr hier im Haus von ihm haben. Nichts! Alles musste raus, aus unserem Haus. Gestern abend habe ich das Portrait von ihm aus unserem Schlafzimmer verbannt. Ich will kein Foto von ihm in unserem Schlafraum haben. Wenn ich bedenke, dass er die ganzen Jahre dort an der Wand hing, von dort auf mich herunter gesehen hat, wie sehr es mich dann gruselt!

DIESE ALTE DRECKSAU!

1.6. Gut, dass Ulla in meinem Leben ist. Was würde aus mir werden, ohne unsere täglichen Telefonate? Gut, dass Ulrike und Anja da sind! Wer würde sich sonst um Nils und Marie kümmern, wenn ich nur da sitzen und weinen muss! Gut, dass ich die Gruppe habe! Hier muss ich mich nicht verstellen. Hier kann ich sein.



5.6. SCHREIBÜBUNG: "Die Auswirkungen des Missbrauchs auf mein Leben"

Ich kann mit Lukas keine glückliche Ehe führen. Ich kann mich nicht wie eine normale Frau im Bett einfach fallenlassen und mich mit ihm glücklich fühlen. Immer muss alles unter Kontrolle sein. Ich bin so unfrei, so gehemmt, so gefangen. In meinem Lachen erschrecke ich mich plötzlich und habe ein schlechtes Gewissen, spüre Angst in mir aufsteigen. Lachen birgt Gefahr. So, als ob ich kein Recht darauf habe, glücklich zu sein. Wann habe ich mich zuletzt glücklich gefühlt? Außer nach der Geburt von Nils fällt mir nichts ein. Dabei wäre ich so gerne glücklich und froh! Weinen birgt auch Gefahr, trotzdem kann ich es inzwischen, wenn ich alleine bin oder wenn Ulla oder Anja da sind.

Ich fühle mich immer zerrissen, wie gespalten, und ich habe Angst vor Wahnsinn. Mir fehlt Körpergefühl. Manchmal spüre ich nicht einmal Verletzungen des Körpers. Und Krankheiten spüre ich nur, so lange es mir wirklich richtig schlecht geht. Es ist, als ob mein Körper nur vom Scheitel bis zum Hals reicht, und was danach kommt, hat nichts mit mir zu tun. Wie ein Fremdkörper.

Ich muss immer alles kontrollieren. Ich passe genau auf, dass keiner Nils und Marie verletzen kann. Dadurch beglücke ich die beiden viel zu sehr. Aber ich habe solche Angst um sie! Immer habe ich Angst. Angst ist mein Dauerbegleiter. Und das Gefühl, nicht gut genug zu sein, nicht zu reichen. Aber ich habe auch meistens alles im Griff. Bin sehr belastbar. Kann so viel schaffen, auch parallel, nebeneinander. Mir fällt es schwer, Positives über mich zu finden. Was ich an mir mag - die Liste ist so klein. Dagegen könnte ich einen ganzen Berg an Bögen ausfüllen damit, was ich nicht an mir mag.

Der Vater hat so viel kaputt gemacht in mir, das begreife ich immer mehr. Warum habe ich das früher nicht begriffen? Warum habe ich so sehr um Zärtlichkeit und Anerkennung von ihm gekämpft? Warum hatte ich ihn so hoch oben auf einen Thron gesetzt? Vielleicht, weil er der einzige war, der die Macht hatte, auch gut zu mir zu sein? Derselbe Vater, der mich gequält und gefoltert und misshandelt und missbraucht hat, der hat auch mit mir Schach gespielt und mich in den Arm genommen und mir einen Gute-Nacht-Kuss gegeben. Ich habe ihn so sehr mit meiner kindlichen Seele geliebt, wie ich mich selber gehasst habe. Werde ich es je schaffen, mich selber zu lieben? Mir fällt es so schwer, mich selber

anzunehmen. Mir fällt es so schwer, Grenzen zu setzen. Ich weiß gar nicht so richtig, wer ich bin, ich kenne mich in mir gar nicht aus. Es tut so weh in mir. Er ist ein so schlimmer Vater gewesen, und dabei wollte ich immer nur von ihm geliebt werden. Dabei war er dazu ja gar nicht fähig. Konnte wahrscheinlich nicht einmal sich selber lieben, war wahrscheinlich immer ein ganz armer Tropf! Meine Frage nach dem "Warum" verhallt unbeantwortet in einem luftleeren Raum. "Ich war doch noch so klein!" Er hat mir so viel genommen, und trotzdem wollte ich immer bloß, dass er mich liebt. Sehne mich noch immer ... nach seiner Liebe... Und weiß doch: er kann es gar nicht. Es tut so weh, so schrecklich furchtbar weh. Wer bin ich? Was wird aus mir? Scherbenhaufen, vor meine Füßen. Mein ganzes Leben, ein Riesenberg Scherben.



Am nächsten Tag sagt die Oma, die nichts hören will von früher, am Telefon: "Aber wir haben dich ja oft zu uns genommen und dich so für alles entschädigt!" "Nein!" hätte etwas in Martina schreien wollen. "Dafür gab und gibt es keine Entschädigung! Er hat mir alles genommen. Ich hatte keine Kindheit und keine Jugend. Bin nur so oft, viel zu oft gestorben. Wie kann man den Tod entschädigen? Gar nicht. Gar nicht!" Aber diese Worte werden unterdrückt und statt dessen nett mit der Oma geplaudert. Die Oma würde es nicht glauben. Sie würde Martina für verrückt erklären. Alle würden Martina für verrückt erklären! Es gibt Momente, da kann sie sich und den aufsteigenden Bildern in sich nicht einmal selber glauben. Manches ist zu grausam, zu unvorstellbar. Manches kann – darf – muss ihrer Phantasie entsprungen sein! Manches ist einfach zu unvorstellbar! Mühsam drückt sie solche Bilder immer wieder weg. Es gibt niemanden auf dieser Welt, mit dem sie über solche Scheußlichkeiten reden könnte. Und bei der Therapeutin wird sie sich hüten, irgend etwas zu äußern. Dort funktioniert sie mehr denn je. Nirgends wirkt sie so normal wie dort. Sie verschweigt die Bilder, die frischen Wunden, die inneren Stimmen, das Agieren ihres Körpers durch fremde Kräfte in ihr, den Verlust von Zeit und Erinnerung, den

immer wieder in ihr aufsteigenden inneren Wahnsinn. Es ist zu gefährlich – erst recht, nachdem die Ärztin neulich angedeutet hatte, dass es auch "die Möglichkeit gibt, Sie in eine Klinik einweisen zu lassen". Seitdem ist sie dort ständig auf der Hut. **Ich bin es, der Drahtseilclown, der dort übernimmt. Unter Kontrolle halte ich das sinkende Schiff. Keinen Schritt von der Brücke weiche ich bis zum letzten Atemzug. Alles im Griff, auf dem sinkenden Schiff?**

Dort ist kein Raum zum Sein und zum Reden. Alles Fassade! Als Vorsichtsmaßnahme trägt sie trotz der sommerlichen Wärme Pullover mit langen Ärmeln, die alles an verletzter Haut verstecken. Unter ihren Händen entstehen furchtbare Bilder von missbrauchten Kindern. Die drei harmlosesten Bilder zeigt sie der Therapeutin. Die Therapeutin bewundert ihren Malstil und betrachtet dann interessiert das Dargestellte. Martinas Herz klofft ganz furchtbar dabei. Sie hat Angst, dass die Ärztin sagen wird: "Was malen Sie da für einen Wahnsinn. Dafür sperre ich Sie ein!" Aber die Ärztin äußert sich gar nicht zu den Bildern. Sie zückt nur ihren Notizblock und fragt: "Hat er sie eigentlich auch oral missbraucht?" Später kann sich Martina nicht mehr an die Antwort auf diese Frage erinnern. Die ganz schlimmen Bilder wagt sie niemandem zu zeigen oder zuzumuten. Das Geschehen darauf ist zu unglaublich, zu schockierend. So etwas geschieht nicht, darf nicht geschehen, nicht mit Kindern, nicht in Wirklichkeit! So etwas kann nur ihrer Phantasie entsprungen sein... Martina zerreißt diese Bilder und stopft sie ganz tief nach unten in die Mülltonne.

In ihr ist Angst, so viel Angst. In ihr ist Schmerz, so viel Schmerz. In ihr ist ein unendliches Gefühl von Nichtbegreifenkönnen. In ihr ist Einsamkeit. In ihr ist Panik davor, für verrückt erklärt und eingesperrt zu werden.

TAGEBUCH-EINTRAG

19.6. Scherbenhaufen zu meinen Füßen. Verzweifelt hocke ich auf dem Boden, bemüht, wenigstens zwei Teile zu finden, die sich zu einem Ganzen zusammen fügen lassen. Wer bin ich? Schatten, im Nebel, gesichtslos. Verzweifelt suche ich nach einem Weg zu mir. Im Nebel. Fragend starre ich auf die Scherben. Lügen ziehen sich durch mein Leben. Illusionen, die nun eine nach der anderen zerbrechen, vor meinen Augen zerbröseln. Das ist der schlimmste Schmerz, der Verlust an Illusion. Lügen, die sich durch mein Leben ziehen, wie ein Gerüst

meines Lebens, als Zerrbilder der Wirklichkeit. Wessen Wirklichkeit? Beim Anblick der Scherben erkenne ich sie nicht, sondern nur das Leben der vielen anderen, das ich gelebt habe, von dem ich immer gedacht habe, es ist mein Leben. Und jetzt? Was liegt noch vor mir? Alles ungewiss, alles ohne Sicherheit. Ich habe keinen Grund mehr unter den Füßen! Ich habe alles an äußerer Familie verloren, was ich je hatte. Nicht nur die Eltern und die Schwester, sondern auch die gesamte Großfamilie. Niemand lädt mich mehr ein, niemand will mehr was mit mir zu tun haben. Sie halten mich wohl alle für verrückt! Es macht mich so traurig. Ich sehne mich so nach einer großen Familie um mich herum, die einfach da ist, zu der ich einfach so kommen kann.

Diese ganze Therapie ist für die Katz! In mir brodeln es wie verrückt. Immer wieder versucht der Wahnsinn, sich nach außen zu drängen. **Es ist ein Tanz, ein gefährlicher Drahtseiltanz! Jeder Schritt kann das Ende bedeuten. Und trotzdem tanze ich weiter und weiter.** Weil ich will? Allein in einem brodelnden Meer tauche ich nach einer Perle, und es gibt keine Sicherheit, ob sich dieses Wagnis tatsächlich lohnt. Ist es möglich, irgendwann tatsächlich die Schönheit des Lebens zu erblicken? Werde ich wirklich irgendwann wissen, wie das ist zu leben? Oder werde ich vorher ersticken, ertrinken im brausenden Wogenmeer? Keiner da, der mir die Zukunft sagen kann. **Hand, verdeckt, zerschnitten, ein blutiger Fleischhaufen, von der Zigeunerin uneingesehen.** Muss gehen, Schritt um Schritt, so allein, so einsam, so... und ich kann mit dieser Ärztin über nichts wirklich sprechen. Sie ist so oberflächlich, so unwissend, gibt ständig ungefragte Ratschläge. Ich gehe nur noch hin, damit sie mich nicht einsperren können, wenn ich schwänze. Ich denke mir Träume für sie aus, die mir halbwegs unauffällig und normal erscheinen. Was für eine Farce!

Verwirrt betrachtet Martina die Eintragung in ihrem Tagebuch. "Warum kann ich mich nicht erinnern, diesen Text geschrieben zu haben? Warum fehlt mir immer wieder Zeit?" Die Antwort auf diese Frage verhallt von ihr ungehört im leeren Raum.

Tage reihen sich an Tage. Martina geht zweimal wöchentlich zur Ärztin, einmal wöchentlich zur Gruppe. Bis auf diese Tatsache wirkt alles von außen auf Außenstehende so normal, so unauffällig. Wie eine glückliche Mutter mit zwei wundervollen Kindern und einem Mann, der die finanzielle Sicherheit der Familie

gewährleistet, wie eine heile Familie. Es wirkt alles so nett, so harmonisch, so erstrebens- und bewundernswert. Was in ihr geschieht und wie sie sich fühlt, dass sie sich sogar meistens gar nicht fühlt, ahnt keiner. Wer kann schon hinter eine solche perfekte Fassade schauen? *Immer wieder fehlt ihr Zeit, in der jemand anders für sie zu agieren scheint.* Niemand aus ihrem Umfeld scheint davon etwas zu bemerken. Niemand sieht die Einsamkeit der Frau. Jeder knüpft an letzte Begegnungen an, von denen sie nichts mehr weiß, die Kinder eingeschlossen. Es ist seltsam... Immer ist sie auf der Hut, um sich nicht durch irgend eine Unachtsamkeit zu verraten. An manchen Tagen erscheint es ihr wie ein nie endender Alptraum, an anderen Tagen kann sie das Wissen darum gut genug aus ihrem Bewusstsein verdrängen, um für einen Moment zu "vergessen". Dafür ist sie an anderen Tagen wieder besonders angespannt, ängstlich darauf bedacht, dass es "keiner merkt", dass mit ihr "etwas" nicht stimmt. Das Überleben ist anstrengend, jeden Tag auf ein Neues.

Mit einem Blick, der auf Martina lauernd wirkt, fragt die Ärztin fast jede Therapiestunde: "Haben Sie in der letzten Zeit Suizidgedanken gehabt?"

Konzentriert schüttelt Martina dann jedes Mal mit dem Kopf. Alles in ihr ist angespannt und auf Kontrolle ausgerichtet.

"Und Selbstverletzungen?" forscht die Ärztin danach weiter. "Wie steht es damit?" Martina schiebt wortlos die Ärmel des Pullovers hoch. Seit Wochen schon sind die Arme aus reiner Vorsichtsmaßnahme verschont geblieben. Die Selbstverletzungen ballen sich jetzt auf den Oberschenkeln, auf dem Bauch, auf dem unteren Rückenbereich, in den Ohren. Die Ärztin lächelt daraufhin zufrieden und macht sich eine kurze Notiz auf ihrem Block. "Wie ich sehe, machen Sie Fortschritte. Das freut mich für Sie!" Gegen ihre Gewohnheit begleitet die Ärztin diese Patientin nicht nur bis zur Tür des Therapieraumes, sondern bis zur Haustür. Dort tätschelt sie ihr gelegentlich mit einem wohlwollenden Blick die Schulter, bevor sie ihr die Hand reicht. Martina hat dann jedes Mal das Gefühl, an dieser Stelle eine schwere Verbrennung erlitten zu haben. Aber etwas in ihr gelingt es, den aufsteigenden Schrei zu unterdrücken. Höflich lächelnd ergreift sie die Hand der Ärztin. "Auf Wiedersehen, Frau Dr. Falken!" Danach sucht sie dann manchmal einen einsamen Platz am Strand auf. Dort, wo es keiner sieht oder hört, lässt sie das unterdrückte Weinen und Schluchzen heraus, bevor sie zurückkehrt zu ihren beiden Kindern, um ihnen eine so gute Mutter wie nur möglich zu sein. Aber es ist schwer! **So viel Kinderschmerz und Verzweiflung und Selbsthass in ihr...**



Die Frau hockt im Garten und rupft mit den bloßen Händen Unkraut aus dem Beet, stopft es in einen Eimer, lockert mit der kleinen Harke die Erde auf, um auch den Löwenzahn herausreißen zu können, der sich mit seiner langen Wurzel tief in die Erde bohrt. Es tut gut, die warme, braune Erde und die weichen grünen Blätter in den Händen zu spüren. Es tut gut, sich fallenzulassen in diese Arbeit, die nichts von ihr abverlangt außer dieser körperlichen Betätigung und die ihr hinterher das befriedigende Gefühl gibt, etwas geschafft zu haben. Diese Arbeit unterscheidet sich so sehr von der Hausarbeit, bei der man manches Mal schon nach wenigen Minuten nicht mehr die fertige Arbeit betrachten kann. So schnell ist der Tisch wieder klebrig von Saft, so schnell sind auf der Glas-Terrassentür wieder die Abdrücke von Kinderhänden zu erkennen, sind Krümel auf dem gerade gefegten Boden, sind Flecken auf der frisch aufgelegten Tischdecke. Im Garten dagegen braucht es seine ganz eigene Zeit, bis wieder Unkraut nachgewachsen ist, und was sie dort gepflanzt und angelegt hat, bleibt erhalten und wächst, es bleibt etwas zurück. Spuren... Von irgendwo beginnt eine Glocke zu schlagen. Nicht so tief und schwer, sondern ganz leise, ganz zart. Hört Ihr den Klang der Glocken? Hört Ihr...

Kling - Klang, so hat die Glocke gerufen und mich zurück laufen lassen. Ein sanfter Windhauch streifte über mein Gesicht und liebteste mich, und so stelle ich mich auf den Weg, mit ausgebreiteten Armen und lasse mich streicheln. Ich fühle mich frei, von allem befreit, an diesem Platz. Ich lausche auf das leise Plätschern des Wassers. Vogelzwitschern begrüßt mich, und das warme Licht der Sonne hüllt mich zärtlich ein. Unter meinen nackten Füßen spüre ich das weiche Moos und das zarte Kitzeln der Gräser an meinen Waden. Gelb und Lila und Rot leuchten mir

entgegen, denn der Garten ist ein einziges Blüten. Flieder, Rosen, Ringelblumen, Glockenblumen, Tulpen, Narzissen und Schneeglöckchen. Und dazwischen hüpfen kleine Vögelchen herum, mit rot gesprenkelter und gold getupfter Brust. Aus der Quelle sprudelt kristallklares Wasser, und ihr glucksendes Plätschern begleitet mich auf meinen Weg in die Grotte. Diese Grotte ist geheim. Keiner weiß von ihr, nicht einmal die Alte, Mangananinni, die glaubt, alles zu wissen. Niemand weiß alles. Aber ich werde es ihr nicht sagen, sonst wird sie ahnen und bohren... Sie weiß schon zu viel! Ich bin nicht mehr allein, außerhalb der Grotte. Die angenehme Kühle empfängt mich, und ich verneige meinen Kopf voller Liebe vor den Schätzen, die hier lagern, sorgsam verwahrt in den großen blauen Krügen, die auf das kostbarste verziert sind mit funkelnden Mosaiken. In jedem Krug ein Korken, und wenn ich ihn heraus ziehe, dann kann ich die Empfindung einatmen. Es ist ...

Dort, in jenem Krug, die Empfindung, die das kleine Kätzchen auf meiner nackten Haut hinterlassen hat, ihr weiches Fell und die kleinen Krallen, die über meinen Finger rutschen auf der Suche nach Halt, das rosa Schnäuzchen, das mich anstupst und das kleine Mäulchen, aus dem diese kleine Zunge heraus kam und rauh über meine Hand fährt... Sie ist so unwissend, weiß nicht, was danach geschah, mit dem Kätz... **STILL! STILL! SCHWEIG STILL!**

Und in jenem Krug das Gefühl von nackten Füßen auf Sandstrand und meine Hände und die von der Alten, die mit mir eine Sandburg baut...

Sie ist so unwissend, weiß nicht, was geschah in dieser Zeit, draußen, mit dem Körper. Sie... **STILL! STILL! SCHWEIG STILL!**

Und dort, die klebrige Feuchtigkeit von Björnis Hand in meiner, wenn wir durch den Kinderwald streiften, der so sicher... Sie ist so unwissend, weiß nicht, was geschah, warum Björni nie zurückgekehrt ist in den Kinder... **STILL! SCHWEIG ENDLICH STILL, ANNABELL! SIE IST NOCH NICHT SO WEIT! SIE...**

Seltsam, nur hier in dieser Grotte sind die Erinnerungen da, und wenn ich wieder hinauskomme, dann... Dort dieser Krug, ich betrachte ihn immer nur von außen. Die spielenden Kinder im Kinderwald. Sie sind so unbeschwert und sicher dargestellt auf diesem Mosaik. Warum erschauere ich immer so bei dem Anblick dieses Kruges? Warum drängt es mich danach so schnell wieder hinaus, nach draußen? Ein großer Baum steht da, hinter der Grotte, auf einem Hügel, und ich lasse mich unter ihm nieder. Ein Zweig streift mich. Ich ... Plötzlich, von irgendwo her eine Disharmonie, die mich aufstehen und davon laufen lässt, in die Tiefe des Waldes, dorthin, wo sich...

"Mama!" Die kleine Kinderhand rüttelt an ihrem Arm und holt sie zurück, aus der Grotte.

"Schau mal!", sagt Nils und hält ihr seine ausgestreckte flache Hand hin. Auf dem Handteller krabbeln zwei Kellerasseln, eine ganz kleine und eine dicke, fette, große. "Sind die nicht niedlich? Ich..."

Asseln gehören zu den Krebstieren. Der ca. 1–3 cm lange Körper ist stark segmentiert. Häufig kommen sie in feuchten Kellern oder an anderen dunklen, feuchten Stellen vor. Sie ernähren sich überwiegend von Gemüse, Obst und Kartoffeln. Die Asseln...

"Mama! Hörst du mir überhaupt zu?"

"Selbstverständlich höre ich dir zu." Mühsam bezwingt die Frau den aufsteigenden Ekel und beugt sich interessiert über seine Hand.

"Willst du sie auch mal haben? Das ist lustig, wenn..."

"Nein, nein, Nils..."

"Mama, ich will ihnen ein Terrarium bauen, in der Sandkiste."

"Terrarium, Nils. Es heißt Terrarium. Aber das ist wirklich ein schweres Wort."

Der Junge nickt ernsthaft und bemüht sich, das Wort richtig nachzusprechen.

"Ich habe ihnen auch schon Namen gegeben, Mama. Hier, dieser Kleine, der heißt Piepsi. Und die Dicke, die heißt Ringelpietz!"

Schockiert fährt Martina zusammen. "Woher hast du denn dieses Wort?" Nur mühsam beherrscht sie sich, um den Jungen nicht zu schütteln und ihn an zu schreien: "Benutze nie wieder dieses schreckliche Wort!"

"Aus der Spielgruppe. Wir haben so ein Lied gesungen und dabei macht man Ringelpietz mit anfassen. Das hat die Renate uns gezeigt. So, ich fange jetzt an, mit der Arbeit am Terrarium." Er hat das Wort tatsächlich richtig ausgesprochen, bemerkt Martina stolz. Aber gleichzeitig bemerkt sie das Hämmern des Herzens.

Es pocht, so schlimm! Es pocht, als ob es nie wieder aufhören will, als ob es sich durch den ganzen Körper bohren und ihn dann von innen nach außen zum Explodieren bringen wird. Entsetzte Schreie breiten sich in ihr aus, aber kein Laut dringt über ihre Lippen nach außen.

Noch immer steht sie in dem Blumenbeet, mit der Harke in der Hand. Die alte Nachbarin, Frau Bielenberg, geht auf der Straße an ihrem Zaun vorbei und grüßt freundlich.

"Bei so einem Wetter macht es richtig Spaß im Garten!" ruft die Nachbarin ihr über den Zaun zu. Martina nickt und plaudert ein paar belanglose Sätze mit ihr, während es in ihr zunehmend tobt und tost, bis die Frau endlich wieder zurück auf ihr eigenes Grundstück geht. Das Ganze war so anstrengend. Mühsam lockert sie die Hand, die die Harke zunehmend fester umgriffen und sich an ihr fest geklammert hat. Plötzlich erreicht sie ein Gedanke: **Jemand will, dass die Harke in den Arm schlägt, dass sich die Spitzen in das Fleisch hineinbohren und blutige Stücke heraus reißen.** Erbarmungslos dröhnt das Wort "Ringelpietz" in ihren Ohren, schlägt wie Wogen über ihr zusammen, droht sie in einen Abgrund zu reißen.

"Dürfen nicht abdrehen, dürfen nicht abdrehen!", dringt es immer wieder zu ihr durch. Es ist so mächtig, so stark. Selbsterhaltungstrieb. Überlebenskampf! **RINGELPIETZ, RINGELPIETZ, RINGELPIETZ...** Dieses Wort dringt zu mir von einem fernen Ort. Ein Ort, an dem das Grauen zu Hause ist. Ein Ort... Und das Blut, das über die Haut tropfen wird, könnte Leben retten, im letzten Augenblick, bevor es zu spät ist. Bevor... Der Sprung über den Zaun, auf die andere Seite. Aber dann gibt es kein Zurück, kein... Ringelpietz, Ringelpietz... Immer wieder dieses Wort... Es droht... **"Wir müssen das verhindern. Blut muss fließen, bevor..."**

Martina starrt auf die Harke, die sich langsam ihrem Arm nähert. Braune Erde klebt an den Spitzen, und an manchen Zinken blättert der Lack ab. Rost lugt darunter hervor. Etwas in ihr stellt vernünftige Überlegungen an: **"Wenn dieser Schmutz in die Haut kommt, dann kann es zu einer schweren Infektion kommen. Und wenn das jemand sieht, dann ist nichts gewonnen, dann ist alles zerronnen, verloren, aus, vorbei..."** Bevor es zu einem anderen Entschluss kommen kann, wird die Harke in den Rasen geworfen. Dann hetzt die Frau ins

Haus, in die Küche. Schnell, das Messer dort ist sauber. Schnell, die Hose hinunterstreifen, die Haut auf dem Oberschenkel einschneiden und spüren, wie mit dem aus der Wunde fließenden Blut auch etwas weicht von dem Überdruck in ihr.

TAGEBUCH-EINTRAGUNG

22.7. Erinnerungsbilder, die nicht die meinen sein können, schmecken nach Grausamkeit. Rotes Blut, das die Verzweiflung unterdrückt. Rotes Blut, das den eigenen Schmerz unterdrückt. Rotes Blut, süßer Geschmack, der den bitteren Geschmack aus meinem Mund vertreibt.

Am nächsten Tag, beim Kaffeebesuch bei Anja, fragt sie die Freundin – und bemüht sich dabei um einen gleichgültigen Klang der Stimme: "Weißt du eigentlich, was das Wort Ringelpietz bedeutet? Nils hat erzählt, dass sie im Kindergarten... Also, er konnte mir gar nicht so richtig erklären, was das ist..." Mühsam zwingt sie sich zu hören, was die Freundin erzählt: "Es ist ein Ringeltanz, so, wie *Ringel-ringel-reihen*. Das kennst du ja sicher, oder?" Martina nickt stumm. "Die Kinder fassen sich an, wie bei einem Kreistanz, und dann..." Anjas Erklärung macht sie völlig fassungslos. "Und ich dachte immer...", stottert sie irgendwann. "Was dachtest du immer?"

"Ich, ach..." Eine andere Stimme, die eines kleinen Mädchens, fährt fort: *"er nannte das immer so. er hat immer gesagt: lass uns ringelpietz mit anfassen spielen, wenn er... bis eben habe ich geglaubt, dass es etwas unanständiges ist, und..."*

Allmählich begreift auch Anja das Gesagte, und sie erbleicht. "So eine alte Drecksau, so ein Schwein!", stößt sie wütend hervor. Anjas Wut tut ihr gut. In sich selber spürt sie keine Wut, nur ein Gefühl von Leere und grenzenloser Erschöpfung. Der Weg mit den beiden Kindern nach Hause kostet sie unglaubliche Kraft. Der gesamte restliche Abend entpuppt sich zu einem Kraftakt, der eigentlich weit über ihre Grenzen hinaus geht. Das schlimmste ist zum Abschluss des Abends der Sex mit Lukas. *unentwegt dröhnen bei dem Akt*

verzweifelte und schmerz erfüllte Kinderstimmen zu ihr durch, während es in ihrem Kopf noch immer brummt: ringelpietz, ringelpietz...



Verwirrt betrachtet Martina das Päckchen mit den Rasierklingen auf dem schwarzen Band mit ihren Einkäufen. Rasierklingen... Nach einem kurzen Vergleich mit der Einkaufsliste, auf die sie sich schon so lange verlässt, wie sie sich erinnern kann, erkennt sie, dass dieser Artikel nicht auf der Liste steht. "Wozu brauchen wir Rasierklingen? Lukas rasiert sich elektrisch, und..." Plötzlich taucht in ihr ein fremdes Wissen auf, eine Vision, die nicht die ihre ist und doch ihre Realität werden könnte: *Ihre Hand, die ungeduldig Rasierklingen aus dem Papier herauszerrt. Ihre Hand, die beginnt, der Haut kleine Schnitte beizubringen. Blut perlt heraus. Aber dann, der Wahnsinn reißt sie in die Tiefe. Es gibt kein Entrinnen mehr! Ihre Hand, die keine Kontrolle mehr hat über das Geschehen. Die Rasierklingen schneiden die Haut auf, wieder und wieder und wieder. Sie schneiden, reißen, gehen in die Tiefe. Irgendwo hatte sie mal gelesen, dass Frauen, die sich selber verletzen, sich in der Regel keine lebensgefährlichen Verletzungen beibringen. Aber es gibt sie, die Ausnahmen, die sie festbinden, in den Anstalten.* Der Vater, erinnert sie sich plötzlich, hat es ihr selber einmal gezeigt. War es in einem Film? In einem Buch? Oder hatte er sie mitgenommen, zu der Station, auf der er manchmal dienstlich zu tun hatte, wenn etwas zu ermitteln war? *Sie kann sich nicht erinnern. Aber sie weiß, dass es geschehen kann. Rasierklingen, die den Arm zerfetzen, bis nur noch eine blutige Masse davon übrigbleibt!* Entsetzt schauert Martina zusammen. Panik breitet sich in ihr aus. Aus einem plötzlichen Impuls heraus greift sie nach dem Päckchen mit den Rasierklingen und drückt es der Kassiererin in die Hand. "Hier!"

sagt sie. "Ich weiß gar nicht, wie das zwischen meine Sachen gekommen ist!"

Die Kassiererin lächelt ihr höflich zu. Martina weiß, dass die Angestellten in diesem Supermarkt besonders darauf hingewiesen worden sind, freundlich zu sein zu den Kunden. "Ach, das passiert öfters, dass jemand die Einkaufswagen verwechselt..." Sie legt das kleine Päckchen neben sich auf den Ablageplatz bei der Kasse und zieht anschließend die restlichen Sachen über den Scanner. Dann lächelt sie höflich und nennt eine Zahl.

Martina hat Schwierigkeiten, die genannte Summe zu verstehen. *In ihr schreit etwas erbarmungslos laut.* Sie schaut auf die Anzeige über der Kasse und liest die Zahlen ab. Mit zitternder Hand sucht sie das Geld aus der Geldbörse heraus und legt es der Frau hin.



Seine Mitteilung trifft sie völlig unvorbereitet nach dem Einkauf: "Wir legen unsere Filialen zusammen, und deshalb müssen wir im September umziehen."

Stumm räumt sie die Einkäufe aus der Kiste, verstaut Flaschen und Packungen im Vorratsschrank.

"Martina, hast du gehört? Im September ziehen wir um! Nicht, dass du nachher wieder sagst, dass du nichts von allem weißt."

Sie nickt stumm, ohne ihn anzusehen, ohne ein Gefühl in sich selber. Alles in ihr scheint völlig empfindungslos zu sein, als ob das Ganze nichts mit ihr zu tun hat und sie somit gar nichts angeht.

Erst am Abend in der Gruppe beginnt sie langsam, zeitverzögert zu begreifen, was das bedeutet. "Ich will aber die Gruppe nicht aufgeben. Sie bedeutet mir so viel!"

"Aber Martina", entgegnet Regina, "das Jahr ist doch fast um. Wir haben noch vier Treffen miteinander, und dann die Abschiedsrunde..."

"Und wir", sagt Ulla, "können trotzdem weiter Kontakt miteinander haben, und es gibt ja das Telefon!" Trotz dieser Beschwichtigungen hat Martina das Gefühl, mehr und mehr in ein Loch zu fallen und dabei sich selber zu verlieren.



Die folgenden Wochen gleiten an ihr vorbei. Die Frau funktioniert perfekt. Sie regelt alles zu Hause und für den Umzug. Aber in ihr ist das Chaos größer als je zuvor. In ihr ist eine starke Anspannung, und trotz der Mauer in ihr brechen immer wieder in der Gegenwart unpassende Gefühle nach draußen. Oft ist es nur ein kleiner Hauch bis dahin, den Boden für immer unter den Füßen zu verlieren. Die vielen Verletzungen sind ein deutliches Zeichen dafür, doch es sieht keiner. Alle sehen nur die Frau, die perfekt funktioniert. Die Frau, die wie von allem unbeteiligt packt, den Umzug organisiert, mit Handwerkern in der fremden Stadt telefoniert, eine Abschiedsfeier für den Mann und für die Kinder organisiert, Blumen im Garten ausbuddelt, zum Einpacken und zum Verschenken an die Freundinnen.

Erst das Zuschlagen der Türen des Lastwagens lässt in ihrer Mauer einen Riss entstehen. Ein Schluchzer bahnt sich einen Weg nach draußen. *Jemand wirft sich in Anjas Arme, die zum Abschiednehmen gekommen ist.* Erst in den Armen bemerkt Martina, dass sie es ist, die in den Armen der Freundin liegt und weint. Sie spürt den unangenehm berührten Blick von Lukas auf sich ruhen. Es ist dieser **Mach jetzt bloß kein Drama-Blick!**

Verlegen lacht sie auf und befreit sich aus der Umarmung mit der Freundin, schluckt alle Gefühle wieder runter. Ein flüchtiges Küsschen auf die Wange. "Mach's gut, Anja! Ich bin ja nicht aus der Welt..." Sie sagt Dinge, die man sich so sagt in solchen Momenten und kommt sich dabei gleichzeitig so hohl und oberflächlich vor. Mit hölzernen Schritten geht sie zum Auto. Sie schnallt die beiden Kinder an und setzt sich dann neben ihren Mann.

"Na endlich!" sagt Lukas. "Ich hasse Abschiedsszenen!" Während der Mann mit quietschenden Reifen los braust, dreht sich Martina um und winkt der Freundin zu, bis sie aus ihrem Blickfeld verschwunden ist. Danach sitzt sie stumm neben Lukas und starrt auf den Umzugswagen, der vor ihnen her fährt, in die fremde Stadt, nach Kiel, nach Kronshagen.



Hier, in diesem Ort, ist alles so anders wie in dem Dorf, das ihr so vertraut und ans Herz gewachsen war.

Wenn sie aus dem Küchenfenster schaut, dann sieht sie nicht den Deich und den Himmel, sondern den weißen Bungalow der Nachbarn. Hier werden keine Schafe über die Straße getrieben, die auf dem Asphalt ihre Spuren hinterlassen. Die asphaltierten Wege sind gefegt, der Rinnstein sauber. Hier fahren keine Trecker oder Milchwagen, sondern die Autos der gehobenen Mittelklasse. Das Leben der Kinder ist beschränkt auf den Garten, wegen der Autos, wegen der Fremden. Hier gibt es keine Nachbarin, die den Garten in Gummistiefeln und Kittel bearbeitet und den Kindern einen Lolli zusteckt. Die Nachbarin hier hat einen Gärtner, der den Garten besorgt. Die Nachbarin sieht aus wie ihre Mutter: Dauerwelle, Bluse, Rock. Immer ordentlich, immer unauffällig unscheinbar. Immer freundlich und höflich und gleichzeitig distanziert. Niemand spricht hier platt. Alle reden hochdeutsch. Eigentlich redet hier keiner.

Bis zum Strand ist es weit. Zu weit, um zu Fuß dorthin zu gelangen. Und es riecht hier nicht nach Gras und Schaf und Meer. Es riecht nach Stadt. Wie damals, in Bremen, in dem Wohnviertel, in dem sie aufgewachsen ist. Martina sehnt sich zurück nach Nordfriesland, nach dem Meer. Dort hatte sie sich an die Natur geklammert. Das hatte ihr geholfen zu überleben. Sie sehnt sich zurück nach dieser ländlichen Stille, die nur von dem Blöken der Schafe und den Geräuschen der landwirtschaftlichen Maschinen unterbrochen wird. Sie sehnt sich zurück nach dem Geruch am Deich und nach den Menschen, nach der alten Vertrautheit dort, nach den Freundinnen. Ihr fehlt die Selbstverständlichkeit, mit der die Freundinnen da waren, um zu helfen, um für sie und die Kinder da zu sein. Die Frau hat das Gefühl, in einem Vakuum zu stecken. Absolute Isolation. Keiner da! Aber die aufsteigenden Tränen drückt sie mühsam wieder weg. Wenn sie jetzt anfangen würde zu weinen, dann, befürchtet sie, würden die Tränen nie wieder aufhören. Dann würde sie versinken, in einem Meer von Tränen.

In den kommenden Wochen funktioniert die Frau einfach weiter. Sie packt Kisten aus, kümmert sich um die Auseinandersetzungen mit den Handwerkern, regelt die restliche Renovierung, richtet ein, näht Gardinen, gestaltet die Wohnung, legt den Garten an, begleitet den Mann zu Geschäftsessen, meldet sich zu Treffen von kleinen Kindern mit deren Müttern an, damit die Kinder in der neuen Stadt nicht isoliert sind, kümmert sich um einen Kindergartenplatz für Marie, meldet Nils zum Sommer in der Schule an. Nils quengelt viel. Ihm fehlen die Spielkameraden aus dem Dorf und die Selbstverständlichkeit, mit der er die Freunde besucht hat und mit der er besucht wurde. "Ich will zurück!" schreit und heult er und schreit damit das heraus, was in Martina schmerzt. Selbst die beiden Kaninchen könne ihn anfangs nicht über den Verlust hinweg trösten.

"Dieses Kind ist ein Tyrann! Ein verzogenes Muttersöhnchen!", sagt Lukas, als er das miterlebt. Und Martina verspürt ein schlechtes Gewissen und ein Gefühl, mal wieder versagt zu haben, in allen Bereichen.

Täglich ist sie unterwegs, wegen der Kinder, begegnet Menschen. Aber es ist niemand da, zum Reden. Es gibt viel zu tun, viel zu regeln. Wegen der Kinder, im Haus, im Garten. Keine Zeit auszuruhen. Keine Zeit zum Innehalten. Keine Zeit zum Gespräch zwischen den Eheleuten. Abends fällt sie erschöpft ins Bett und wartet sehnsüchtig auf den Schlaf nach dem täglichen Sex am Abend mit Lukas. Doch der Schlaf stellt sich nur schwer ein. Immer öfter meldet sich beim Einschlafen eine dunkle Angst, die von ganz tief unten aufsteigt und sie wieder hochschrecken lässt. ***"Der Vater scheint im Raum zu sein!" Immer wieder dieses beängstigende Gefühl, das ihr das Blut in den Adern zu gefrieren droht, das das Herz jagen und den Körper in Panik zittern lässt, das den Bauch sich schmerzhaft zusammenkrampfen lässt.*** Und kein Gefährte da außer dem Tagebuch. Die Panik beim Anblick der fremden Schriften, die dort immer wieder auftauchen, hat sie inzwischen zu ignorieren gelernt.

TAGEBUCH-EINTRAG

14.11. Vor einem Jahr hatte ich keine Alternative mehr gesehen als diesen Weg zum Strand. Ich war doch schon so tot, so leer, so wie bereits gestorben. Tabletten schlucken, dann ins Meer gehen. Sicher und sauber. Kein Verlangen nach dem Morgen, nur noch der Wunsch nach dem Ende, nach Erlösung. Und dann, von irgendwo, ein Kinderschrei: Verletzte Seele, ließ den Tränen freien Lauf. Plötzlich waren da noch so viele Dinge, die ich lernen wollte. Leben lernen. Dann stand ich verloren und verzweifelt am Strand, nachdem ich den Finger in den Hals gesteckt habe. Was habe ich gewonnen, in diesem Jahr? Wofür hat es sich bis jetzt gelohnt zu leben? Leben, was ist Leben? Eine Ausstellung selber eröffnen, mit Bildern, die wirklich ein Teil von mir sind? Mit den Kindern unbeschwert lachen und toben? Sie aufwachsen sehen, ohne den bohrenden Schmerz in der Brust? Leben... Wäre ich an jenem Tag gestorben - Ich hätte nie gelebt, wäre nur viele Male gestorben. Ich hatte mich für das Leben entschieden, für mein Leben. Leben, ich möchte wissen, was das ist. Dazu muss ich mich aber erst befreien aus den vielen toten Schichten und Fesseln, die mich hindern zu leben. Wer bin ich? Was soll aus mir werden? Ich weiß es nicht... Voller Verzweiflung durchsuche ich die Schränke auf der Suche nach dem Schlüssel zu mir.

Geh lieber durch die Mauer. Hüte nicht mehr die Angst. Verschränke nicht dein Gesicht vor dem, was da ist. Schau hin, was da ist, hinter der Mauer. Nimm all deinen Mut, schau hinter die Mauer. Hier sind... STILL! STILL! STILL! SCHWEIG STILL!

21.11. Ich bin so müde, allem hier so überdrüssig. Illusionen zu Staub zerfallen. Wären nicht die Kinder... Jage ich einem unerfüllbaren Wunschtraum nach, wenn ich mir Familienleben wünsche? Ich weiß es nicht, fühle mich so unsicher, so alleine. Trauer um den Verlust des Umfeldes. Hier gibt es niemanden, der mal vorbeischaud und mir die Kinder abnimmt. Es ist alles so viel, **und unter meinen Bildern entstehen Bilder von Kindern, in deren Gesichtern sich unendlich viel Trauer und Schmerz widerspiegeln.** "Nimm mich mit, hilf mir!" scheinen sie mir alle zuzurufen. Angstvoll weiche ich einen Schritt zurück. "Nein!" schrei ich auf. "Ich kann nicht! Ich kann Euch nicht mitnehmen, Es tut mir leid, weil ich um den Schmerz in Euch weiß, aber ich kann es

noch nicht!" In mir ist so ein Gefühl, dass die Kinder Geduld mit mir haben, dass sie mir die Zeit lassen, die ich brauche. Keiner da, der sie hier in den Arm nimmt. Die Freundinnen, sie fehlen so sehr. Mein Agent sagt, dass die Bilder sich gut verkaufen lassen. Es ist mir so egal, berührt mich überhaupt nicht. Er will, dass ich die nächste Ausstellung mit eröffne. Aber mir fehlt die Kraft, der Mut. Soll er sie doch weiter unter dem Pseudonym verkaufen, sollen die Leute doch weiter rätseln, wer hinter dem Namen "Druscha" steckt.

Lukas weigert sich, meine Bilder an zu sehen. Er sagt, dass ich nur noch "Scheiß" male. Es interessiert ihn nicht einmal, dass sich dieser "Scheiß" gut verkaufen lässt, dass er inzwischen schon die gleichen Preise erzielt wie die Leuchttürme und Friesenhäuser. Nichts interessiert ihn von dem, was ich wirklich bin, wer ich wirklich sein könnte. Er will wieder die Frau haben, die ich früher war, die immer perfekt funktioniert und nichts von ihm gefordert hat. Aber ich kann nicht mehr die werden, die ich einmal war. Ich kann nur noch die werden, die ich werden kann. Ich... Ach, was für ein pathetischer Quatsch. Manchmal wünsche ich mir, dumm geboren worden zu sein, mir um nichts Gedanken machen zu müssen, sondern einfach zufrieden zu sein mit dem, was ist, wie die Frauen aus diesem Spielkreis, zu dem ich mich zweimal die Woche hinzwingen, obwohl ich dieses hohle Gerede so sehr hasse. Ich sehne mich nach den Freundinnen, nach meiner alten Gruppe. Jetzt, wo ich weiß, wie es sein kann, bin ich einsamer als je zuvor!

5.12. Immer wieder spüre ich beim Malen einen Schmerz, dem ich mich nicht mehr zu stellen vermag. **Trotzdem entstehen ohne mein Zutun Bilder auf meiner Leinwand, deren Ursprung ich mir nicht erklären kann.** Ich schicke sie zur Agentur. Ich will sie nicht im Haus haben, aber ich schaffe es auch nicht mehr, sie zu zerstören wie vorher. Was ist mit mir? **Wieder zunehmend Stimmen in mir, die mich an den Rand des Wahnsinns treiben.** Hilfe, ich ertrage es nicht mehr. Es tut so weh! Wohin treibt mich das alles noch??? Und keiner da, der das alles mit mir tragen kann... Ob ich es noch mal wage, in Therapie zu gehen?



Martina arbeitet in einer Kinderpsychiatrie. Heute muss sie schon um 13 Uhr gehen, obwohl die Ablösung erst um 15 Uhr da sein wird. Aber sie hat Lukas versprochen, mit zum Firmenessen zu kommen. Deshalb muss sie die Kinder ihrer Gruppe jetzt nach unten in den Keller führen, um sie dort bis 15 Uhr einzusperren. Der Weg die Stufen hinunter ist schrecklich! Die Kleinen weinen, und Martina muss sich immer wieder auf eine der Treppen setzen und mit ihnen weinen. Die Größeren beginnen zu meutern.

Das führt dazu, dass Martina beginnt, sich für ihr Handeln zu rechtfertigen: "Überlegt doch, wo ihr ohne mich wäret! Ohne mich würdet ihr noch immer dort unten sein. Ich habe euch doch von dort unten erst herausgeholt. Deshalb müsst ihr jetzt einfach mitmachen, mir zuliebe und euch nochmal einsperren lassen dort unten. Es ist ja auch nur für zwei Stunden." Aber trotzdem meutern die Großen weiter, und die Kleinen schluchzen bitterlich, je tiefer es nach unten geht. Schon ist von unten aus dem Kellergewölbe das Rascheln der Katten zu hören...

Mit Herzrasen und Schüttelfrost schreckt Martina aus ihrem Traum hoch. Im selben Moment wacht Lukas ebenfalls auf. "Boh, ich bin so geil! Was für ein Glück, dass du auch wach bist." Er rollt sich über sie rüber und steckt sein steifes Glied in ihre... Martina spürt, wie sie aus dem Körper verschwindet und die Szene weiter von oben betrachtet. Wie der Mann über ihrem Körper sich bewegt, wie die Frau unter ihm mit den rhythmischen Bewegungen mitgeht, wie die Frau die Beine weiter nach oben streckt, damit er tiefer in sie eindringen kann, wie die Frau lustvoll aufschreit und der Mann sich anschließend mit einem Stöhnen in sie ergießt. Anschließend rollt sich der Mann von ihr herunter und schläft mit einem zufriedenen Grunzer wieder ein.

Martina ist in den Körper zurückgekehrt. Zitternd liegt sie da, unfähig, wieder einzuschlafen. Kälte- und Hitzeschauer durchjagen den Körper abwechselnd. Die folgenden Tage liegt sie krank im Bett. Nur mühsam versorgt sie zwischendurch die Kinder, weil Lukas nicht bereit ist, frei zu nehmen oder fremde Leute im Haus zu dulden. "Das mit deinen Eltern", sagt er, "hast du dir ja selbst verdorben!"

TAGEBUCH-EINTRAG

20.12. Wie Fremde leben wir nebeneinander, keine Verbindung außer dem Papier, außer dem gemeinsamen Namen und dem Sex am Abend und in der Nacht, am frühen Morgen. Fast scheint es mir so, als ob ich alleine nicht alleiner sein könnte. Eiszeit. Kälte. Packeis. Eisschollen. Schneetreiben auf der 67. Straße? Tod durch Erfrieren in arktischer Kälte? Ohne die Telefonate mit Ulla wäre ich schon lange erfroren! Tränen rinnen ohne mein Zutun über die Wangen, wie die Regentropfen entlang der Fensterscheibe. Ich fühle mich so erschöpft. Todessehnsucht in mir!

"Therapeutisch begleitete Gruppe für in der Kindheit missbrauchte Frauen ab Januar!" Der Zeitungsartikel liegt in ihrem Terminkalender, den sie jeden Morgen sofort nach dem Aufstehen aufschlägt, um sicherzugehen, wirklich nichts zu verpassen. Sie weiß nicht, wie er in den Kalender gekommen ist. Aber sie ahnt, dass es eine Möglichkeit ist, die Isolation zu durchbrechen. Sie begreift, dass es ein Strohalm werden kann, an den sie sich in den kommenden Tagen klammern kann, um weiter Kraft zu finden zum Überleben.

"Das ist ja wohl nicht dein Ernst!" faucht Lukas sie wütend an, nachdem sie ihm den Artikel gezeigt hat. "Das muss jetzt endlich ein Ende haben. Das ist ja nicht zum Aushalten, mit dir!" Seine Stimme wird laut, überschlägt sich fast vor Wut und Zorn. "Du vermiest einem aber auch alles, sogar den Neujahrstag! So kann das nicht ständig weitergehen!" Wutentbrannt tritt der Mann in den Schuhschrank.

Bretter krachen mit einem lauten Ton zusammen. Die Tür des Schrankes fällt scheppernd auf den Boden. Schuhe purzeln heraus und verteilen sich auf dem gefliesten Boden, bevor der gesamte Schrank mit einem Rumpeln in sich zusammenkracht. Fassungslos starrt Martina auf den Haufen vor sich.

"Trotzdem!", sagt eine energische Stimme aus ihrem Mund. "Ich gehe in die Gruppe, und wenn du dich auf den Kopf stellst."

Wütend macht der Mann einen Schritt auf sie zu.

"Wenn er mich jetzt schlägt", schießt es ihr durch den Kopf, "dann kann ich endlich meine Koffer packen und gehen. Bei einem Mann, der mich schlägt, kann ich nicht bleiben!"

Aber Lukas schlägt sie nicht. Er reißt seine Jacke vom Haken und stürmt aus dem

Haus. Mit einem lauten Knall schlägt er die Haustür hinter sich zu.

Von irgendwo dringt Kinderweinen zu ihr. Von innen und... von außen! Entsetzt fährt sie zusammen und nimmt erst jetzt den barfüßigen Nils wahr, der weinend im Flur steht.

"Habt ihr gestritten?", stößt er zitternd hervor.

"Nein, mein Schatz, dein Papa hatte Stress mit der Arbeit. Wir streiten nicht..."

"Und der Schuhschrank. Der Papa..."

"Ach, der war so alt und Schrott, da ist der Papa aus Versehen, mit dem Fuß..."

"Hat er nicht ganz doll getreten?"

"Weiß ich gar nicht so genau, nein, das glaube ich nicht, Nils. Komm, mein Schatz..." Die Frau nimmt den Jungen auf den Arm und trägt ihn in sein Bett zurück. Sie deckt ihn liebevoll zu und singt ihm seine Lieblingslieder vor, bis er endlich wieder eingeschlafen ist. Einen Moment hält sie noch seine Hand, die warm und vertraut in ihrer liegt. Irgendwann spürt sie die Tränen, die ihr über die Wangen rinnen. Aus ihren Lippen kommt kein Laut. Bis zum Morgengrauen bleibt sie da sitzen, an dem Bett ihres Kindes.

Dann schleppt sie sich langsam in ihr eigenes Bett. Das andere Bett ist leer. Ihr Mann ist noch nicht zurückgekehrt. Mit einem Gefühl der Erleichterung legt sie sich angezogen in ihr Bett.



Der Termin ist für 10 Uhr in ihrem Kalender eingetragen: "Vorgespräch, Therapeutin Vera Kiesing". Martina spürt Erleichterung darüber, dass sie dieses Mal nicht so dumm da stehen wird wie beim letzten Vorgespräch, bei der alten Gruppe. Sie klopft an die Bürotür der Beratungsstelle. Eine ältere Frau öffnet ihr. "Guten Tag, ich bin Martina Dannert. Ich habe einen Termin bei Frau Kiesing." Die Frau reicht ihr die Hand. "Guten Tag, ich bin Hannah Liebig. Meine Kollegin telefoniert noch, aber ich bringe Sie schon mal in ihr Zimmer." Sie begleitet Martina in ein helles, freundliches Zimmer. "Nehmen Sie doch Platz, es dauert bestimmt nicht lange." Sie weist auf die gemütliche Sitzecke, in der zwei Lehnstühle stehen. "Kann ich Ihnen was zu trinken bringen? Einen warmen Tee?"

Martina schüttelt stumm den Kopf. Ihr ist unwohl dabei, dass die Frau so freundlich ist.

Die Frau nimmt eine Decke von dem Stapel in der Ecke.

"Hier", sagt sie und reicht Martina die Decke. "Es ist noch ziemlich kühl im Zimmer. Die Heizung war abgestellt, sie läuft erst seit kurzem wieder. Legen Sie sich die Über die Beine..."

Martina spürt einen Kloß im Hals. Das mit der Decke war fast zu viel an Freundlichkeit!

Wenig später betritt eine junge Frau den Raum. Sie reicht Martina ihre Hand und stellt sich vor: "Vera Kiesing." Dann setzt sie sich auf den Sessel gegenüber. "Haben Sie gut hergefunden?"

Martina nickt.

"Mein Vorschlag ist, dass wir uns heute erst einmal ein bisschen miteinander bekannt machen, ein bisschen beschnuppern. Und dann melden Sie sich nächste Woche bei mir, wenn Sie sich vorstellen können, weitermachen zu wollen mit mir. Dann können wir vereinbaren, ob wir uns zehnmal treffen wollen und dann gemeinsam entscheiden, ob wir weiter zusammen arbeiten wollen. Ist das so in Ordnung für Sie?"

Verunsichert betrachtet Martina die Frau vor sich. "Und die Gruppe?", fragt sie zaghaft.

"Die Gruppe? Ach, Sie haben sich auch für die Therapiegruppe angemeldet? Die leitet meine Kollegin, Hannah Liebig. Sie haben Sie ja schon kurz kennengelernt. Hannah lädt Sie zu einem extra Gespräch an. Aber damit fängt sie erst nächste Woche an. Ich halte mich aus der Gruppe völlig raus. Ich mache nur Einzeltherapie-Sitzungen, und ich bin für die Öffentlichkeitsarbeit zuständig."

Verzweifelt versucht Martina, sich daran zu erinnern, einen Termin mit dieser Frau ausgemacht zu haben. "Haben wir beide miteinander telefoniert?"

"Ja. Obwohl es ja leider noch fast vier Wochen bis zu diesem Termin gedauert hat, kann ich mich ganz gut an unser Gespräch erinnern."

Suchend schaut Martina sich um. Nirgends in der Nähe der Frau ist ein Block zu sehen. "Machen Sie sich keine Notizen während unseres Gespräches?"

"Nein, dann habe ich nicht genug Aufmerksamkeit, zum Hinhören, zum Hinschauen. Hat Ihre Ärztin sich Notizen gemacht?"

Martina nickt. "Es hat mich immer gestört..."

"Haben Sie das der Frau mitgeteilt?"

Martina schüttelt mit dem Kopf. "Das hatte keinen Sinn." Dann sprudelt es

plötzlich aus ihr heraus: "Diese ganzen Stunden da hatten keinen Sinn. Ich bin da nur hingegangen, weil ich Angst hatte, dass die mich sonst einweisen. Das war meine größte Angst. Die ist immer noch in mir. Sie war eine Kontrollinstanz, mehr nicht!"

"Ich stelle mir vor, dass das schwer gewesen sein muss für Sie!"

Mühsam drückt Martina aufsteigende Tränen weg. Schweigend starrt sie vor sich hin, bis die Frau sie wieder anspricht.

"Wissen Sie, dass niemand Sie in eine Klinik einweisen darf, so lange Sie nicht wirklich das Leben anderer oder ihr eigenes gefährden?"

"Und wie", fragt plötzlich eine heisere Stimme aus Martinas Mund, "wäre das bei Selbstverletzung? Oder bei Depressionen?"

Die Therapeutin schüttelt mit dem Kopf. "Nur, wenn Sie das eigene Leben oder das anderer gefährden. Sonst haben Sie immer das Recht, eine Aufnahme in eine Klinik zu verweigern. Niemand kann Sie dazu zwingen!"

"Und Medikamente? Könnte mich dazu jemand zwingen?"

"Hier in Deutschland nicht außerhalb einer Klinik. In Deutschland gibt es keine Zwangsmedikation außerhalb der Klinik."

Erleichtert atmet Martina auf. Plötzlich ist es ihr völlig egal, dass sie sich nicht mehr daran erinnern kann, diesen Termin hier ausgemacht zu haben. "Warum", hakt sie nach, "wird dann aber Patienten immer wieder damit gedroht?"

Traurig zuckt die Frau mit den Achseln. "Ich weiß es nicht, und ich kann es auch nicht begreifen. Ich erkläre es mir entweder mit einem hohen Machtanspruch dieser Leute oder mit ihrer Angst, dass etwas passieren könnte. Jeder Mensch ist für sein eigenes Leben verantwortlich, und es ist wichtig, anderen Menschen diese Verantwortung zu lassen, auch, wenn sie bei jemandem in Therapie sind. Das deutsche psychiatrische System ist teilweise noch sehr in alten Werten und Normen verwurzelt, bei denen Patienten als Unmündige gesehen werden, und es bedarf noch eines langen Prozesses, damit sich da etwas Tiefgreifendes ändern kann. Die deutsche Psychiatrie steckt, was das betrifft, noch in den Kinderschuhen. Ich selber bin keine Psychiaterin, auch Hannah nicht. Wir sind beide Sozialpädagoginnen, und wir haben therapeutische Zusatzausbildungen gemacht. Wir haben beide regelmäßig Supervision. Mein Schwerpunkt ist seit vielen Jahren die Arbeit mit in der Kindheit schwer traumatisierten Frauen. Ich arbeite mit Gestalttherapie und Gespräch..."

Martina spürt ein angenehmes Gefühl im Zusammensein mit dieser Frau.

Allmählich löst sich ihre Anspannung, und sie sitzt nicht mehr verkrampft auf der Sesselkante, sondern lehnt sich vorsichtig zurück in den Sessel. Bei der Ärztin hatte sie immer die Wahl gehabt zwischen einem unbequemen Holzstuhl und einem ganz niedrigen Sofa. Die Ärztin dagegen saß bequem in ihrem mit Kissen ausgepolsterten Korbsessel, mit dem Schreibblock in der Hand. Wie sehr sich die Atmosphäre dort doch von dieser unterschied! Sie beschließt, Lukas nichts von dem Treffen mit der Frau zu erzählen. Und auch von den weiteren wird sie ihm nichts mitteilen. Es würde doch nur Streit geben deswegen. Und was er nicht weiß...

Wie anders alles ist, mit Vera. "Kannst du dir vorstellen, das so mit mir auszuprobieren?" hat sie gefragt. Nicht einfach bestimmt, was Martina in der Stunde zu tun und zu lassen hat. Das tut gut! Aber es fühlt sich gleichzeitig auch so unheimlich an. So fremd, so anders. Jetzt hocken sie beide auf dem Fußboden. Vor ihnen liegen ein Tuch und ein großes Gefäß mit Murmeln. "Eine der Murmeln legst du für dich dort hin, und dann, wenn du deinen Platz gefunden hast, wählst du, welche Menschen es noch in deinem Leben gibt und wie nah oder wie weit entfernt sie von dir sind..."

Das fertige Bild erschreckt Martina. Ihre eigene Murmel ist so klein und so nah am Rand des Tuches. Und außer Ulla ist ihr keine Murmel wirklich nahe. Obwohl sie es doch eigentlich wusste, ist es etwas ganz anderes, es so vor sich zu sehen.

"Wie geht es dir damit?" möchte Vera wissen. Immer hinterfragt sie, wie es Martina mit irgendeiner Situation geht, wie sie sich fühlt. Auch das ist eine neue Erfahrung für Martina. Die Ärztin wollte nie etwas wissen von ihren Gefühlen. Nur, ob sie Suizidgedanken hatte oder sich selber verletzt hat. Vera hat danach noch gar nicht gefragt. Oder Martina kann sich mal wieder nicht daran erinnern?

"Immerhin!" sagt Vera, nachdem Martina, wie es wohl von ihr erwartet wurde, höflich ihr Unbehagen darüber geäußert hat, so wenige wirkliche Kontakte zu haben. "Du bist nicht völlig isoliert. Und du bist da!"



"Du bist ja völlig verrückt!" Der Satz ihres Mannes hallt dröhnend in ihr nach. Wie eine Glocke, die zusehends an Lautstärke zunimmt. Bum! Bumm! Buuumm! Buuumm! Dieses Geräusch droht alles andere zu verdrängen, sie in den Abgrund zu stossen.

Der Mund des Mannes bewegt sich weiter. Aber seine Worte dringen nicht mehr zu ihr durch. Nur noch dieser Satz... **Achtung! Gefahr! Kontrollverlust!!! Es muss sofort etwas geschehen! Sofort. Bevor etwas passiert, bevor es kein Zurück mehr gibt! SOFORT!!!** Ohne den Mann weiter zu beachten, stürzt die Frau aus dem Wohnzimmer. Etwas in ihr hat die Kontrolle über das weitere Geschehen übernommen. Sie ist nur noch ein stummer Zuschauer. Ihre nackten Füße knallen bei jedem Schritt auf die Fliesen. Das Geräusch der Füße gesellt sich zu dem Dröhnen in ihr. Angst breitet sich in ihr aus. Panik, es nicht mehr rechtzeitig zu schaffen. Die Frau hechtet in die Küche. Keine Zeit mehr, sich die Hose aufzuknöpfen! Es besteht Lebensgefahr! Die Hand der Frau bewegt sich Richtung Messerblock. Die Hand greift nach einem Messer. Die Hand streift den Ärmel hoch. Das Messer beginnt zu schneiden. Blut fließt aus der Wunde, tropft auf die weißen Fliesen. **"Schschsch... Es wird gut. Alles wird gut!" Die Stimme der Alten. "Alles wird gut..."** Erleichtert atmet die Frau auf. Das Dröhnen in ihr ist verschwunden. Erschöpft lässt sie sich auf einen Stuhl fallen. Im selben Moment begegnet sie dem fassungslosen Blick von Lukas. Mit aschfahlem Gesicht lehnt er am Türrahmen. "So ist das?" stößt er hervor. "Ich wollte es dieser Ärztin nicht glauben, dass du so etwas tust!" Seine Stimme zittert. Plötzlich schlägt er die Hände vor sein Gesicht und beginnt zu schluchzen. "Warum nur? Warum?" Genau so plötzlich verstummt sein Schluchzen wieder, und er nimmt die Hände vom Gesicht. Ohne sie anzusehen, murmelt er: "Das muss aufhören, Martina! Das muss aufhören. Du musst das in Griff kriegen! Ich halte das nicht aus! **Warum bin ich so gestraft? Warum tust du das? Warum tust du mir das an?**" Seine Hände zittern.

Martina stammelt ein paar unzusammenhängende Wörter. Sie begreift es ja selber nicht einmal. Wie soll sie da erklären können? In ihr ist so viel Scham. "Es hat nichts mit dir zu tun, Lukas... ich... es..." In ihr ist ein Impuls, zu dem Mann zu gehen und gemeinsam mit ihm zu weinen. Aber etwas anderes unterdrückt diesen Impuls. Und so verharren die beiden weiter auf ihren Plätzen und starren

sich an, wie zwei Fremde.

"Martina! So gehst das nicht!" Lukas scheint sein Zittern plötzlich zu bemerken. Schnell verschränkt er seine Arme ineinander. Seine Hände sind zu Fäusten geballt. Dann redet er hastig weiter. "Ich will eine normale Frau haben, Martina. Das ist ja wohl nicht zu viel verlangt, oder? Ich arbeite den ganzen Tag, da ist das doch wohl das mindeste, was mir zusteht. Ich... So geht das nicht, Martina! Ich brauch jetzt erst mal Abstand... Ich fahr weg, für ein paar Tage. Und wenn ich wieder da bin, dann hast du dich, verdammt noch mal, wieder im Griff. Ist das klar?" Ohne eine weitere Antwort abzuwarten, hastet der Mann ins Schlafzimmer. Martina hört das Öffnen von Schranktüren und Schubladen. Dann hört sie ihn telefonieren. Wenige Minuten später steht der Mann wieder am Türrahmen, mit einer gepackten Reisetasche in der Hand. Seine Hand weist auf das Blut auf den Fliesen. "Sieh zu, dass du dich wieder einkriegst, Martina! Werde endlich wieder eine normale Frau!" Er winkt ihr kurz zu. Wenig später fällt die Haustür mit einem lauten Knall hinter ihm ins Schloss. Einen Augenblick später dröhnt das Motorrad vor der Garage. Dann entfernt sich das Geräusch schnell vom Haus, wird verschluckt von den anderen Geräuschen aus der Umgebung. Dienstag ist er wieder da... Heute ist Mittwoch.



Das Vorgespräch mit Hannah ist kurz. Martina ist erleichtert, dass diese Frau nicht die Einzeltherapie mit ihr macht. Sie könnte es nicht ertragen, diese ständige Fürsorglichkeit. Es würde sie ersticken! Schon in dem kurzen Gespräch mit der Frau fällt es ihr schwer, das auszuhalten. **Jemand in ihr rät ihr dazu, Abstand zu wahren zu dieser Frau, die immer freundlich zu ihr ist und sie anlächelt, die immer sagt, dass sie liebenswert ist. Sie lügt! Oder sie muss verrückt sein! Nichts an ihr erscheint ihr liebenswert. Keiner kann sie mögen... aber gleichzeitig ist da ein leises raunen in ihr, das sich ein bisschen einlassen und ein bisschen vertrauen zu dieser frau zulassen möchte. jemand öffnet eine winzige tür. jemand, der hannah glauben möchte, wenn sie sagt: "du bist richtig!"**

Das abendliche Gruppentreffen kann Martina nicht verheimlichen. Die Gruppentreffen finden jeden Montag, 19.30 Uhr statt. Zwanzig Mal. Lukas weigert sich, dafür rechtzeitig nach Hause zu kommen. "Nimm dir doch einen Babysitter, wenn du meinst, dass du das unbedingt haben musst, diesen Scheiß. Das Geld für den Babysitter könnten wir aber auch anders nutzen. Gerade wollte ich dich für morgen einladen, zu etwas Schönerem. Wir könnten mal ins Kino gehen oder zum Essen. Aber du ziehst es ja vor..."

"Das können wir doch auch an einem anderen Tag?"

Ihr Mann schüttelt den Kopf und weigert sich, weiter darüber zu reden. Er ist kaum noch zu Hause. Immer gibt es irgend welche wichtige Termine. "Von der Arbeit" sagt er immer. Und: "Wenn ich nicht so viel arbeiten würde, hättest du auch nicht so ein nettes Leben. Schau doch mal hin, wie gut du es hast! Andere Frauen müssen Geld verdienen, und du kannst jeden Tag machen, was du willst! Ich red dir in nix rein! Und deine Malerei lass ich dir auch. Welcher Mann ist schon so?"

Manchmal hat Martina das Gefühl, dass er nur noch wegen seinem gesellschaftlichen Ansehen, aus Gewöhnung und wegen dem Sex nach Hause kommt. Der Vorfall vom Mittwoch wird mit keiner Silbe mehr erwähnt. Jedem persönlichen Gespräch weicht Lukas aus. Zwischen ihnen ist eine Mauer, unüberwindbar. Er ist für sie wie ein Fremder, der sie, wenn er Lust hat, durchbumst, wie eine Prostituierte. Und sie zum Lohn an sein Konto gehen lässt.

"Wenn er mich doch nur schlagen würde!", denkt sie in der letzten Zeit immer öfter, wenn er ungehalten auf eine Äußerung von ihr reagiert oder sie lächerlich macht. "Dann könnte ich endlich meine Sachen packen und gehen..." Aber der Mann erhebt nie seine Hand gegen sie.



An das erste Gruppentreffen kann Martina sich kaum erinnern. Nur Bruchstücke sind noch da: Ein Raum ohne Stühle, mit einer Vase und Blumen in der Mitte. Kissen auf dem Boden. Ein Stapel Woldecken. Frauengesichter. Neben ihr eine Frau, mit der sie in einer Zweierübung ein paar Sätze gewechselt hat. Esther. Dieses Gefühl, von dieser Frau angezogen und gleichzeitig abgestoßen zu werden. Zwei Frauen, die nah aneinander saßen, Hand in Hand. Blickkontakt mit einer Frau.

Auch die nächsten Gruppenabende bleiben nur in Bruchstückchen in ihrem Gedächtnis haften. Esther. Sie hat versucht, so weit wie möglich von ihr entfernt zu sitzen. Blickkontakt mit dieser blonden Frau. Der Redet Teddy, der herumgereicht wird. Jede Frau, die redet, hält den Teddy in der Hand, bis sie fertig ist. Erst dann gibt sie ihn weiter. Hannah, immer liebevoll, immer verständnisvoll. Fast nicht zum Aushalten. Heike, eine Frau, die sich selber schlug und an den Haaren riss. Fast nicht zum Aushalten. Und Esther...



Eine Krankheit reiht sich an die nächste. Pilzinfektion. Eierstocksentzündung. Wieder eine Pilzinfektion. Schon seit Wochen haben sie nicht mehr miteinander schlafen können. "Ich hab so einen Druck!", sagt Lukas. "Nimm ihn wenigstens in die Hand und wichs mir einen! Und du hast mir auch schon so lange keinen mehr geblasen!"

"Ich kann nicht. Es geht mir so schlecht damit. Es geht einfach zur Zeit nicht. Ich..."
"Verdammt, du musst auch mal an mich denken. Willst du, dass ich fremdgehe? Ich brauch den Sex, und das weißt du genau. Ich mache so viel mit, mit dir. Andere Männer hätten schon längst die Koffer gepackt! Da ist das doch wohl das mindeste, was du für mich tun kannst..."

Immer wieder diese Diskussionen wegen dem Sex, die eigentlich gar keine Diskussionen sind. Das Ganze zermüht sie so sehr. Manchmal kann sie zwei oder drei sexfreie Tage aushandeln. "Aber mehr ist nicht drin", sagt Lukas. So viel Druck,

innen und außen. Die Selbstverletzungen nehmen weiter zu. Das ist das einzige, was sie am Boden hält, was verhindert, dass sie nicht völlig wahnsinnig wird. Jeder Tag ist ein Kampf um Überleben. Wären nicht Nils und Marie... Sie hätte wohl schon viele Male aufgegeben. Aber was soll aus ihnen werden, wenn sie nicht da wäre? Sie muss, muss, muss...

TAGEBUCH-EINTRAG

28.3. Seit Tagen entsetzliche Träume, in denen ich mich selber zerschneide, zerhacke, zerstückel. Fleischklumpen, Blut, alles so widerlich, so ekelhaft!

29.3. Meine Kinder sollen nie-niemals einen Selbstmordversuch machen müssen, wie ich, weil man sich im Elternhaus so schlimm verletzt fühlt, dass man es nicht mehr aushalten kann. Wie schlimm muss ich verletzt worden sein, dass ich schon mit 12 das erste Mal versucht habe, mich umzubringen. Wenn ich jetzt so viel Kraft aufwende, um Nils und Marie vor dem Bösen so zu beschützen, dass sie nicht verletzt werden. Ich fühle mich so erschöpft. Es ist alles so viel, zu viel, um es allein zu schaffen. Gestern, in der Gruppe, tat es so weh, den Teddy in der Hand zu halten, und dann hat es mich plötzlich überrollt. Es war schlimm, so schlimm. Es war die Hölle, der ich ausgeliefert war. Und ich war so klein, so hilflos, so klein, so ausgeliefert. Nur den Teddy, meinen Jessie, als einzigen Freund, als Zeugen, für alles. Ihm habe ich alles erzählt, er war da. Ich erinnere mich, an diese braunen Augen, die harte Nase, der Stoff, abgeschabt, fast ohne Fell der ganze Körper, die Pfoten, schon gestopft von meiner Mutter. Ich erinnere mich an seinen Geruch, an diesen Geruch, wenn das kleine Gesicht feucht wurde von meinen Tränen. Ich erinnere mich an das Gefühl, ihn festgehalten zu haben, hinterher. Ich erinnere mich an das Gefühl, ihn gehabt zu haben. Und... und das tut so sehr weh! Plötzlich erinnere ich mich auch an den Verlust. Wie er ihn genommen hat, mit spitzen Fingern. Eigenhändig hat er ihn in die graue Mülltonne geworfen. "Du bist jetzt 12!" hat er gesagt. "Zu alt dafür!" Ich habe so gebettelt und gefleht und geweint. Keine Gnade, kein Erbarmen! Er hat ihn mir weggenommen und in die Mülltonne gesteckt. Zeugenbeseitigung. Isolation! So lange war dieses

Wissen gar nicht in mir, so, als ob es nicht mein Wissen war, sondern das Wissen und die Gefühle einer ganz anderen Person. Man nimmt seinem Kind nicht etwas weg, was es liebt! Das ist gemein! Gemein! Gemein! Man zerstört sein Kind nicht, macht es nicht kaputt! Das ist fies, fies, fies! Man demütigt und verletzt sein Kind nicht! Das ist unmenschlich! Unmenschlich! Unmenschlich! Wie hatte ich Augen und Ohren und mein Herz so davor verschließen können, mich zu erinnern und hinzusehen? Wie hatte ich das Bild geliebt, das ich mir von meinem Vater gemacht habe, das ich erträumt hatte, wie er war. Wie lange hatte ich seine Schuld zu meiner gemacht, wie lange habe ich mir immer ein schlechtes Gewissen gemacht? Wie lange bin ich schon Opfer?

Ich will kein Opfer mehr sein. "Heilung", hat Vera heute zu mir gesagt, "ist der Beginn eines lebenslangen Wachsens. Sicher wird es dauern, bevor du langsam ahnen wirst, wer du sein wirst, wer du bist, dass du dich lieben kannst. Aber es wird geschehen, denn du bist auf dem Weg." Ich bin froh, zu ihr gehen zu können. Sie macht mir Mut, und sie hört mir zu, ohne dumme Fragen zu stellen oder Ratschläge zu geben. Sie hört hin und reagiert auf das Gehörte. Bei ihr habe ich keine Angst davor, eingewiesen oder für verrückt erklärt zu werden. Trotzdem halte ich mich bedeckt, mit meinen Gefühlen und Erinnerungen.

30.3. Ich gehe durch die Hölle. Erinnerungen stürmen über mich ein. Unfassbar, grausam. Ich will sie wegschieben und kann es doch nicht mehr. Vergangenheit, so lange von mir weggerückt, stürzt auf mich zu. Wann hört es endlich auf? Wann ist es endlich vorbei? Ich betrachte meine schlafenden Kinder und denke: Nein, das darf man doch nicht. Sie sind doch so klein. Der Anblick von kleinen Kindern treibt mir die Tränen in die Augen. Wie kann man nur... Ich kann es nicht begreifen. Alles hätte ich für ihn getan, mir alles von ihm tun lassen, dafür, dass er mich lieben würde. Alles dreht sich als Kind darum, gesehen und geliebt zu werden. Kinder wissen noch nicht, was der Unterschied zwischen wahrer Liebe und fehlgeleiteter Liebe ist. Kinder sind immer unschuldig!



Zum Schluss machen sie in der Gruppe jedes Mal eine Abschlussrunde. Jede Frau erzählt kurz, wie es ihr ergangen ist, wie sie sich gefühlt hat und was sie mitnimmt für sich aus diesem gemeinsamen Treffen.

Esther sitzt in sich zusammen gesunken ihr gegenüber. Jemand drückt Esther den Redet Teddy in die Hand.

"Was soll ich denn damit?", fragt Esther und schaut verwundert das Plüschtier an. Plötzlich verändert sie ihre Haltung, ihre Mimik. Die Sitzhaltung ist aufrecht, die Gesichtszüge sind starr. "Ist schon merkwürdig!" Esthers Stimme klingt auf einmal ganz hart, fast männlich. "Ist schon merkwürdig, wenn man hier die ganze Zeit hockt und doch nichts mitekommt. Wenn man hinterher nichts weiß. Wenn man hinterher nichts sagen kann, dazu. Weil man, irgendwie, gar nicht richtig da war." Sie lacht bitter auf. "Ist schon irgendwie ein richtiges Scheißgefühl!" Esthers und Martinas Blicke begegnen sich.

Schlagartig wird Martina klar, warum sie sich von Esther so angezogen und gleichzeitig abgestoßen gefühlt hat!

"Boh, bist du mutig!" Unvermittelt kommt dieser Satz über Martinas Lippen. Aufgestiegen, von irgendwoher.

Esther starrt sie einen Augenblick verdutzt an. Dann beginnt ihre Lippe zu zittern. Der Gesichtsausdruck wird weich, fast ängstlich. "Ich weiß nicht, ob das nun unbedingt Mut ist." Wieder klingt die Stimme anders, weiblicher. "Mir kommt es eher wie Wahnsinn vor. Wie Kontrollverlust..."

Alle Blicke sind auf Esther und Martina gerichtet. In vielen Gesichtern machen sich Unsicherheit, Unverständnis und Verwirrung breit.

Ein Schauer durchjagt Martina. Panik breitet sich in ihr aus! **Der Drahtseilclown bemüht sich konzentriert um die Kontrolle. Hält die Deckung nur mühsam aufrecht. Nur nicht verraten!** Aufrecht sitzt Martina da. Die Beine sind von ihr weggestreckt. Alle Muskeln angespannt. Das Geschehen im Raum scheint so weit entfernt, wird von ihr wahrgenommen wie durch eine dicke Glasplatte.

Hannah sitzt jetzt bei Esther. Martina kann sich nicht erinnern, wie sie dorthin gelangt ist.

"Mit wem von euch spreche ich jetzt?" fragt Hannah.

"Marianne", kommt es flüsternd von Esthers Lippen.

"Marianne." Hannah atmet hörbar ein und aus. "Ich danke dir für dein Vertrauen, Marianne."

"Sie weiß Bescheid! Sie weiß Bescheid!" hämmert es in Martina. "Sie wird auch uns erkennen! Dann..."

Martina nimmt kaum an die einzelnen Sätze der beiden erinnern. Nur wenig davon dringt an ihr Ohr. Irgendwann fragt Hannah: "Möchte eine von Euch noch etwas zu Marianne sagen?"

Trotz ihrer Angst kommt der Satz aus Martinas Mund: "Ich fand das sehr mutig!"

Eine andere Frau aus der Gruppe nickt. "Ja, ich auch, und ich möchte dir auch für das Vertrauen danken..." Es ist die blonde Frau mit den blauen Augen, mit der Martina manchmal Blickkontakt hat. Gesprochen hat sie mit ihr persönlich noch kein einziges Wort. Nicht einmal an den Namen kann sie sich erinnern.

"Das ist doch nicht schlimm, wenn du dich nicht genau erinnern kannst!" sagt eine andere Frau, Hertha. "Jeder vergisst mal was..."

"Das hier ist was anderes!" widerspricht die Frau mit den blauen Augen.

"Wissen alle," fragt Hannah, "was hier gerade geschehen ist?"

Bevor sie beginnen kann mit ihrer Erklärung, ist Martina verschwunden. Fort aus dem Raum. Fort aus dem Bewusstsein. Untergetaucht. Abgetaucht!



Liebe Esther! – Und nehme Mut, woher, ich weiß es nicht. Nur schnell schreiben, bevor es sich wieder ändert, verändert. Diesen Brief schreiben, während es in mir schreit:

"Bist du dumm! Bist du dumm! Bist du..." Versuchen, nicht darauf zu achten, trotzdem weiterzuschreiben. Während ich gleichzeitig aufspringen und fortlaufen will, ganz weit fort. Ich laufe schon so lange fort, immer wieder fort, deswegen, davor! Du weißt es, glaube ich. Oder? Von uns?

Als Marianne da war, hatte ich das Gefühl, dass vor mir ein riesiger Spiegel steht, und ich verliere Boden, falle, falle, falle, verschwinde. Gerade noch, dass ich sagen konnte: "Ich finde dich mutig!" Ja, es war

mutig von dir, Marianne! Trotzdem, ich hätte mich verraten. Viele von uns hätten sich verraten. Deshalb mussten wir verschwinden. Sonst wäre alles verraten, was wir doch seit Jahren so fantastisch verstecken, vertuschen, überspielen. Die Fäden in der Hand! Kontrolle! Immer Kontrolle, Kontrolle, Kontrolle behalten! Seit Dienstag stecke ich fast meine ganze Energie da rein. Es wird immer schwerer, und ich habe Angst. Wie lange noch? Meine Kontrolle begann zu bröseln, am Montag. Als dieser Spiegel vor mir stand, hatte ich das Gefühl, alle starren mich an, entlarven mich gleich... Ich hatte Angst, so viel Angst! Hab noch immer Angst, den Boden erneut zu verlieren! Es war so plötzlich, für mich. Ich weiß es schon länger, andere ahnen erst jetzt, einige verdrängen noch immer. Ich... Ich wollte damit nichts zu tun haben, will es immer noch nicht. Deshalb habe ich auch auf deine Einladung nicht reagiert. Das wär zu viel. Schon jetzt ist es zu viel, zu viel, mich damit auseinanderzusetzen! Ich Absolutes Chaos!

Ich werde weiter schreiben. Es ist so ein heißes Thema. Andauernd Sprünge. Ich will immer noch davor weglaufen, will mich immer noch nicht der Tatsache stellen. Und ich will es als Geheimnis bewahren, und dann kommt es doch wieder hoch. Verfolgt mich überall, ist da, nicht zu verleugnen. Wenn ich "es" verleugne, verleugne ich damit auch mich selber, und das tut mir weh. Die zu Marianne gesagt hat: "Du bist mutig!", so ganz spontan, das war Mangannainni. Die Hüterin und Bewahrerin der Kleinen. Und fast hätte sie auch ihren Namen verraten, alles verraten. Deshalb musste sie verschwinden. Mit Gewalt musste ich verschwinden. Gepackt haben sie mich, nach unten gezerrt. Ich wollte es sagen, aber ich durfte nicht! Streit hat es deswegen gegeben. Immer gibt es Streit, wenn der Drahtseilclown Gefahr sieht, wenn er Angst hat vor Kontrollverlust. Mangannainni und Marianne haben sich angelächelt. Aber danach ist der Kontakt abgebrochen! Viele haben jetzt Angst, vor dem nächsten Treffen, vor der nächsten Begegnung mit Marianne. Andere freuen sich darauf. Jemand hat Angst, dann völlig die Kontrolle zu verlieren, dann für nichts mehr

garantieren zu können. Keiner wird das Risiko eingehen können, sich privat mit Esther zu treffen. Ich möchte immer noch am liebsten weglaufen.

*Nichts hören, nichts sehen, nichts wissen. Es ist so ... **Davor kann man nicht weglaufen! Niemals!!! Fortlaufen. Weglaufen, verschwinden.** Vielleicht ist der Brief auch ein Schritt zum Auftauchen? Esther, ich weiß nicht, ob wir uns wiedersehen. Erst einmal, alles Gute. Weiter so, viel Mut! Mit "vielen" Grüßen, Martina.*

Die Frau liest mit gerunzelter Stirn den Brief. Die unterschiedlichen Schriften erschrecken sie nicht. In ihr ist oberflächlich ein Gefühl von Gleichgültigkeit. Die Panik steckt irgendwo in der Tiefe und brodelt da vor sich hin.

"Undenkbar, den abzuschicken!" Sie nimmt den Brief und klebt ihn in ihr Tagebuch. Dann bleibt sie dort sitzen, bis zum nächsten Morgen. Sitzt einfach nur da und starrt vor sich hin. Unfähig, auch nur irgend etwas zu tun.

"Martina!", dringt nach dem Piepsen des Weckers die verärgerte Stimme von Lukas zu ihr. Seufzend steht sie auf. Die ehelichen Pflichten rufen... Wie erstarrt lässt sie den Akt über sich ergehen.

"Du könntest", sagt Lukas hinterher, "dich wenigstens ein bisschen bewegen oder mir zum Gefallen kurz mal so tun, als ob es dir Spaß macht. Sonst kann ich ja gleich mit einer Gummipuppe..."

"Mir macht es nie Spaß! Einen Orgasmus hatte ich auch noch nie. Alles nur vorgespielt", meldet sich eine tonlose Stimme aus ihrem Mund. *"Ich mache das nur, weil ich keine andere Wahl sehe. Und wenn ich nicht genug nass bin, dann stelle ich mir vor, dass ich vergewaltigt werde, damit das Ding besser reinrutscht."*

Schockiert rutscht der Mann von ihr ab. "Du tust was?" Tränen treten ihm in die Augen. Seine Lippen und Hände zittern. "Martina, was machst du mit mir? Willst du mich ganz kaputt machen?"

Stumm schüttelt die Frau mit dem Kopf.

"Du hast immer nur so getan?"

Die Frau nickt.

"Weißt du, wie ich mich fühle? Weißt du, was das mit mir macht? Ich weiß, dass wir keine ideale Ehe haben. Aber wenigstens der Sex, habe ich mir immer

gesagt, der stimmt doch..." Die Lippen des Mannes bewegen sich weiter. Kein Wort dringt mehr zu ihr durch. Irgendwann schlüpft der Mann in seine Kleidung, verlässt das Schlafzimmer.

Später findet Martina auf dem Küchentisch einen Zettel:

"Ich bin für eine Woche weg. Lukas." Die Nachricht scheint nichts mit ihr persönlich zu tun zu haben. Nichts außer dem Zusammensein mit Nils und Marie berührt sie in irgendeiner Weise. *Martina fühlt sich wie tot, wie leer. Aber tief in ihr brodelt es, wie bei einem Vulkan kurz vor dem Ausbruch.*

Irgendjemand redet mit Vera: "Es ist bei mir auch so, wie bei Esther."

Vera kennt Esther. Sie ist auch bei ihr in Therapie. Martina bekommt sonst kaum etwas von der Stunde mit.

"Ich weiß nicht, ob ich weiter in die Gruppe gehen kann", sagt sie zum Schluss.

"Es macht dir Angst, ja?" fragt Vera. "Esther ist euer Spiegel, und das macht Angst. Aber es ist auch eine Chance. Und ihr seid nicht mehr alleine."

"Es gibt noch jemanden. Eine Frau, aus der alten Gruppe. Sie gab mir damals die **DissTanz** zum Lesen. Aber ich will es nicht. Es ist so..."

Vera sagt nicht: "Du bist verrückt!" Vera sagt nicht: "Du gehörst in eine Klinik!"

Vera sagt nicht: "Du brauchst Medikamente!"

Vera begreift, was los ist, ohne weiter nachfragen zu müssen. Vera gibt ihr eine Telefonnummer. "Hier, das ist unsere Notrufnummer. Das Telefon ist rund um die Uhr besetzt. Du kannst dort immer anrufen, wenn du in Gefahr bist, wenn du dich in Not fühlst, wenn du eine Gefahr für den Körper siehst oder mit einem Gefühl nicht klar kommst. Du bist heute nicht mehr alleine. Hier sind Menschen, die sich begleiten, die euch unterstützen wollen! Du hast schon so viel überstanden, so viel überlebt! Vertraue darauf, dass du stark genug bist, selbst mit dem Schlimmsten davon fertig zu werden. Denke daran, dass es heute sicher ist, die Erinnerungen und Gefühle wahrzunehmen. Heute ist dieser Körper erwachsen. Irgendwann wirst du begreifen, dass das Spalten dein Leben gerettet hat, und du wirst es als einen Teil von dir annehmen können. Irgendwann werden die offenen, eiternden, stinkenden Wunden gereinigt sein, und dann können sie heilen und vernarben. Vertraue darauf, dass sich alles zum Guten wenden wird! Irgendwann wirst auch du frei auf deinen Narben tanzen können. Und auch, wenn es ein harter Weg bis dahin sein wird, so lohnt es sich doch. Vertraue darauf! Entscheide dich: entweder weiter wie bisher oder weiter als nie zuvor!"



Die folgenden Tage findet in ihr ein unentwegter Kampf statt. Manche wollen weiter zur Gruppe gehen. Andere wollen alles hinschmeißen, nie wieder einen Fuß dort hin setzen. Andere schreien nach Selbstmord. Viele haben das Gefühl, keine Kraft mehr zu haben. Todessehnsucht steht bei allen ganz oben. Nur der Gedanke an Marie und Nils verhindern die Ausführung. Fast jede empfindet es als monströs, als furchtbar, so zu sein. Massive Selbstverletzungsphantasien tauchen auf, immer gewaltvoller, immer schrecklicher. Erstaunlicherweise werden sie jedoch in viel geringerem Maße als sonst ausgeführt. Jemand hat einen Teddybär gekauft. Er steckt im Rucksack. Manchmal holt ihn ein Mädchen heraus und drückt ihn an sich. Tränen schießen ihr in die Augen, und dann stopft sie ihn ganz schnell wieder zurück in den Rucksack.

Unaufhaltsam rückt der Termin für den Gruppentermin näher.

Jemand hat die Nummer von Ulla gewählt. "Es gibt eine Frau, in der Gruppe, die ist wie ich. Das macht mir Angst, so viel Angst!"

"Was ist das Schlimmste, was dir passieren könnte?"

"Dass es alle wissen."

"Und dann?"

"Ich weiß nicht..."

"Martina, du weißt, dass dich niemand einsperren kann, deswegen?"

"Damals, die **DissTanz**, ich wollte sie nicht lesen."

"Ich weiß. Mit spitzen Fingern hast du sie mir zurückgegeben. Als ob die Pest darin gesteckt hat."

"Ja, das war auch mein Gefühl, ist es immer noch..." Einen Moment schweigen die Frauen, dann will jemand wissen, wie es bei Ulla ist. Und Ulla beginnt zu erzählen, von verschiedenen Personen in ihrem Körper, von Zeitverlust, von dem Gefühl, wahnsinnig zu werden, von der Angst, von der Erleichterung, endlich die

Erklärung dafür zu haben, warum manche Dinge sind, wie sie sind. "Und ich habe das Glück, eine Therapeutin zu haben, die sich darauf einlässt, die deswegen zur Fortbildung geht, die sich damit auseinandersetzt. Was ist mit der Vera, bei der du bist?"

"Ich glaube, sie wissen beide etwas darüber, Hannah und Vera..."

"Oh, Martina, das ist ein Glück! Das ist ein Riesengeschenk! Menschen zu haben, die sich das mit dir gemeinsam anschauen können... Das ist das beste, was Menschen wie uns passieren kann! Das ist die erste Krücke, um heilen zu können."

"Glaubst du, dass wir irgendwann heil sein werden?"

"Wenn ich den Glauben daran nicht hätte, dann könnte ich mir gleich einen Strick nehmen! Diese Hoffnung, die brauche ich, um täglich weitermachen zu können! Wir werden nicht so ein Leben wie andere Menschen ohne diese Vorgeschichte haben. Aber es kann uns gelingen, uns ein für unsere Verhältnisse gutes Leben aufzubauen, in dem wir trotz unserer Narben gut leben können! Martina, wenn jemand bei einem Unfall ein Bein verliert, dann kann er sich doch auch ein gutes Leben aufbauen, ohne dieses Bein, wenn alles verheilt und vernarbt ist. Aber nichts wird ihm sein Bein zurückgeben können, und es wird Dinge geben, die einfach trotzdem nicht möglich sein werden. Ich denke, das ist bei uns ähnlich. Unsere Vergangenheit kann nicht ungeschehen gemacht werden, und wenn wir durch diesen ganzen Scheiß durch sind, dann werden die Narben trotzdem immer bleiben, und in manchen Bereichen auch ein eingeschränktes Leben. Nur, dass es uns nicht so vorkommen wird, weil es besser sein wird als alles, was wir uns jemals zu träumen gewagt haben..."



Seine Hand bewegt sich zu ihrer Brust. Daumen und Zeigefinger reiben an der Brustwarze, während die andere Hand zu ihrer Muschi wandert. Martina schießen die Tränen in die Augen. Kinderangst steigt in ihr hoch. Panik.

Der Biß der Hornotter ist gefährlich, doch für den Menschen selten tödlich. Nach einem Biß kommt es...

Die Levanteotter ist eine der gefährlichsten Giftschlangen im vorderasiatischen Raum und in Nordafrika. Sie...

Wo ist Lola, die kleine Hure? Mädchen, komm heraus, darfst dich nicht verkriechen! Lola, komm, mach die Beine breit, rette die Kinder, rette uns, schnell, bevor... Hörst du es rascheln, hörst du es knistern? Sie kommen, du hast keine Wahl! Mit ihren Zähnen... Du bist allein. Niemand wird dir helfen! Du bist allein. **Loolaaa... Und du kannst dich nicht bewegen. Liegst da, bewegungslos, nackt, in dieser Kiste. Atmest du die stickige, begrenzte Luft? Spürst du, wie es immer knapper wird, mit der Luft, wie du langsam...** Sie sind schon bereit, sitzen schon in ihren Startlöchern: Die Schmeißfliegen stürzen sich auf die natürlichen Körperöffnungen: Augen, Nasen, Ohren, Anus, Scheide. Sie legen so riesige Eierhaufen, dass sie deine Körperöffnungen komplett ausfüllen können. Und wenn die Eier reif sind, kommen die Maden. Ihre zwei Mundhaken benutzen sie zum Fressen und zur Fortbewegung. Riesige Madenmassen, die sich über den Körper wälzen und gemeinsam fressen. Und du...

Ekel! Ekel in ihr, der sich nicht mehr wegspalten lässt. Angst! Angst in ihr, die sich nicht mehr wegspalten lässt. Panik! Panik in ihr, die sich nicht mehr wegspalten lässt. Wahnsinn! Wahnsinn in ihr, der sich nicht mehr wegspalten lässt. Schmerz! Schmerz in ihr, der sich nicht mehr wegspalten lässt. Kinderschreie in ihr, die sich nicht mehr wegdrängen lassen. Jemand, der trotzdem noch darum bemüht ist, die Fassung nicht zu verlieren. "Bitte, Lukas, ich kann nicht." Mühsam drängt die Frau die Männerhand von ihrer Brust weg. Ihr ganzer Körper beginnt zu zittern. Die Zähne beginnen, aufeinander zu schlagen.

"Aber warum denn nicht?" Unbeirrt wandert die Hand wieder zu ihrer Brust, greift nach der Brustwarze. "Komm, entspann dich... Wir müssen wieder Normalität kriegen!" Mit einem Ruck nimmt die Frau Abstand zu dem Mann und wickelt den nackten Körper in ihre Bettdecke ein. "Bitte, Lukas, ich kann im Augenblick nicht..."

"Du drehst mehr und mehr vom Teller. Du solltest aufhören, mit diesem ganzen Psychologenscheiß. Das hat schon meiner Mutter nichts gebracht. Ich halte da einfach nichts von. Guck nur, wohin es dich bis jetzt gebracht hat! Du hast deine Eltern verloren, wir werden zu keiner Familienfeier mehr eingeladen. Das ist doch zum Wahnsinnigwerden!"

"Nein, das vorher war zum Wahnsinnigwerden, dass ich immer verdrängt habe, wie meine Kindheit war, um meine Eltern weiter lieben zu können. Dass ich bei den Familienfeiern immer so getan habe, als ob

alles wunderbar in Ordnung ist. Dass ich immer so getan habe, als ob mir Sex Spaß macht... Ich glaube, wir sollten das erst einmal ganz lassen, mit dem Sex!" Die Stimme aus ihrem Mund klingt entschlossen und sicher.

"Erst einmal..." unterbricht er sie. "Was bedeutet das...?" **Jemand will wegen dem schlechten Gewissen dem Mann gegenüber sagen: "Ein paar Tage." Jemand anders will sagen: "Jahrzehnte!" Viele wollen wegen ihrer Angst und dem Ekel sagen: "Für immer!" Jemand sagt: "Zwei Jahre."**

"Nein, Martina! Das geht nicht. Du spinnst. Wie soll das denn gehen? Wir sind ein Ehepaar! Überleg doch mal, was du mir da zumutest! Wo soll das denn noch alles hinführen mit uns beiden?" Ohne eine Antwort von ihr abzuwarten, dreht der Mann sich um, rollt sich in seine Bettdecke ein und schließt die Augen. "Ich habe morgen einen harten Arbeitstag vor mir. Ich muss jetzt schlafen!" Seine gleichmäßigen Atemzüge klingen so angestrengt gleichmäßig, dass es eindeutig ist, dass er nur so tut, als ob er schläft.

Irgendwann in der Nacht steht Martina auf. Sie erträgt es nicht länger, neben ihm zu liegen und seinen simulierten Schlafgeräuschen zu lauschen. Mit ihrer Bettdecke und dem Tagebuch verzieht sie sich ins Gästezimmer. Wenig später wird die Tür zu dem Zimmer geöffnet. Ihr Mann steht in der Tür. "Das ist der Anfang vom Ende!" sagt Lukas. "Das getrennte Schlafen. So fing es bei meinen Eltern auch an, und dann ließen sie sich scheiden. Ich halte das nicht mehr aus, so. Die haben mir angeboten, die Filiale in Neumünster zu übernehmen. Ich werde annehmen und alleine gehen. Ich verdiene genug, dass ihr in dem Haus bleiben könnt. Und das Gehalt geht weiter auf das Konto. So kann ich nicht mehr weitermachen."

Martina nickt. "Ja, vielleicht ist es für uns alle das beste..." In ihr ist alles tot und leer, kein Gefühl dazu. "Wann wirst du dort anfangen?"

"Die Stelle ist ab sofort zu besetzen. Also vielleicht in ein paar Tagen... Kommst du jetzt zurück, ins Bett?"

Die Frau schüttelt mit dem Kopf. "Nein, bitte, lass mich..."

"Warum tust du mir das an, Martina? Warum quälst du mich so?"

Stumm starren die beiden sich an. Der Mann bleibt am Türrahmen stehen, die Frau sitzt aufrecht im Bett, bis irgendwann der Wecker zu piepen beginnt.

"Wegen deiner Sturheit", sagt Lukas, "haben wir jetzt beide keinen Nachtschlaf gehabt. Warum tust du mir das nur an?" Ohne eine Antwort abzuwarten, geht er

ins Badezimmer. Martina hört das Rauschen der Dusche, wenig später das Surren des Rasierapparates. In ihr hämmert das schlechte Gewissen.

Es lässt ihr keine Ruhe, hämmert und dröhnt, macht sie fast wahnsinnig, bis endlich... **Ich bin die, die schuldig ist. Ich bin das kleine Miststück, Abschaum, verabscheuens- und hassenswert. Ich bin die, die sich selbst bestraft.**



Der innere Aufruhr wird immer schlimmer, je näher der Zeiger auf den Zeitpunkt vorrückt, losgehen zu müssen.

"Ich warne euch!", sagt der Drahtseilclown. "Ich schaff das nicht! Es ist zu gefährlich. Ich kann die Kontrolle dort nicht halten. Es ist zu gefährlich. Wenn ihr unbedingt gehen wollt, dann müsst ihr ohne mich gehen! Ich kann das nicht aufhalten, was da geschehen kann, es ist zu stark, zu groß, zu mächtig! Ich ziehe mich raus, aus jeglicher Verantwortung. Das ist dann nur euer Ding..."

Viele haben Angst. "Wir haben noch nie ohne den Drahtseilclown..." "Er hat recht, es ist zu gefährlich!" "Das Risiko ist so hoch!" "Aber wenn wir es nicht wagen, was gewinnen wir dann? Wir können nur wagen, wenn wir etwas riskieren!" "Was haben wir denn zu verlieren? Niemand wird uns einsperren deswegen, dass wir sind, was wir sind. Und der Drahtseilclown kommt doch mit, er ist doch da, irgendwo. Er wird verhindern, dass etwas wirklich Schlimmes passiert."

"Wir werden enttarnt, das wird geschehen!"

"Wir haben schon so viel überstanden, so viel überlebt. Viel Schlimmeres. Dann haut uns das auch nicht mehr um!" "ich will marianne wiedersehen! ich möchte

endlich eine Freundin haben, draußen. ich will nicht mehr alleine sein!"

Martina kann sich nicht an den Weg zur Gruppe erinnern. Sie sitzt da, eingewickelt in eine Decke. Ihr Körper ist angespannt, und durch die Muskeln fließt ein unangenehmes Zittern.

"Ich freue mich, dass ihr alle gekommen seid.", sagt Hannah. "Ich danke euch für den Mut, für das Vertrauen, für diese Stärke." Dabei blickt sie Esther und Martina liebevoll an, die das erste Mal nebeneinander sitzen.

Beide Frauen starren stumm vor sich hin auf den Boden. Beide weichen allen Blicken aus, die sie treffen könnten.

"Ich habe euch gewarnt!", sagt der Drahtseilclown innen.

"Es ist zu gefährlich! Was jetzt geschieht, habt ihr alle selber zu verantworten!" Er ist am Ende seiner Kraft. Die letzten Tage waren zu anstrengend!

"Wir wissen es", sagt die Alte innen. **"Aber wir sahen nur diesen Weg! Wir können uns nicht immer nur verstecken und verkriechen. Wie sollen wir da anfangen können zu leben?"**

"Ich weiß es nicht. Ich kann nichts mehr dazu sagen. Bitte, lasst mich in Ruhe..."

Und so sitzen sie nun da. Trommelwirbel dröhnt vibrierend in den Ohren, dazwischen, von außen, Hannahs Stimme. Manche wollen gar nicht hören, was Hannah zu erzählen hat. **"Bitte, sie soll still sein!"** betteln manche innen. **Andere haben innen schon mit dem Weinen begonnen. Es tut so sehr weh!**

"Wenn kleine Mädchen", erzählt Hannah, "so schlimm verletzt werden, dann müssen sie gehen, und an ihre Stelle eine andere kommen, sonst muss das Kind sterben..."

ES TUT SO WEH!!! Wir können es... wollen es nicht mehr hören. Bitte, es...

"Aufhören!" schreit ein kleines Mädchen. **Ihre Stimme überschlägt sich vor Schmerz und Angst. "Aufhören, nichts mehr sagen..."** Irgendwo im Außen sind Arme, starke Arme, die einfach nur halten.

"Nichts mehr sagen, nichts mehr sagen..." wimmert das kleine Mädchen wieder.

"Schschsch...", sagt die blonde Frau. Niemand sagt etwas. Alle sind still. "Alles wird gut..." Die blonde Frau sitzt vor ihr und hält sie in ihren Armen. **Das Mädchen schluchzt weiter. Ein anderes Kind drängt sich nach vorne, beginnt ebenfalls,**

draußen zu weinen, wird getröstet, kehrt zu den anderen zurück, lässt das kleine Mädchen wieder raus. SCHMERZ... SCHMERZ VERZWEIFLUNG TRAUER Aber nicht alleine. Das kleine Mädchen ist geborgen, geschützt, sicher.

"Du bist nicht mehr alleine. Alles wird gut..."

Wer hat das gesagt? Egal... Alles ist egal, spielt keine Rolle mehr in diesem Moment. Nur weinen, und dabei nicht alleine sein, das ist alles, was zählt! Wie gut es sich anfühlt, in den Armen der Frau. Wie geborgen, wie warm, wie weich. Schließlich beruhigt sich das kleine Mädchen. Noch ein paar Seufzer, noch ein paar Mal ein kleines Wimmern.

Hannahs Blick ruht liebevoll auf ihr. "Meint Ihr, dass ich jetzt weiter erzählen kann?"

"Ich bleibe hier!" bietet die blonde Frau an. "Und du kannst dich auch gerne weiter an mich kuscheln."

Esther drückt ihr ein Plüschtier in die Hand. "Hier! Nimm das!" Esther hat immer viele Plüschtiere dabei, die um sie herum sitzen oder aus ihrem Korb heraus dem Gruppengeschehen zuschauen. Dankbar nimmt das kleine Mädchen das Tier in den Arm. Wie gut es sich anfühlt. Und so weich, so warm... Und neben ihr auf der einen Seite sitzt Esther, auf der anderen Seite die blonde Frau. Ein wundervolles Gefühl der Geborgenheit durchströmt sie.

Alles um sie herum fühlt sich so gut an, dass es in Ordnung ist, dass Hannah jetzt weitererzählt: "Frühe schwere chronische Traumatisierungen sind die Ursache von einer multiplen Persönlichkeitsspaltung. Die kindliche Seele musste diese Spaltungen entwickeln, um unerträgliche Gewalttaten zu überleben. Die Erschaffung von neuen Persönlichkeiten ist ein Wunder, eine ganz wunderbare kreative Schöpfung..."

"Aber es kommt mir so monströs vor!", meldet sich jemand aus Martinas Mund.

"Anfangs wirkt es auf dich noch erschreckend, das kann ich gut begreifen", erwidert Hannah. Ihre Stimme klingt dabei so liebevoll und aufrichtig, dass alle ihr in diesem Moment glauben, was sie danach erzählt. "Aber irgendwann wirst du begreifen, dass nicht euer Weg, sich in verschiedene Personen spalten zu müssen, monströs ist, sondern das, was man euch angetan hat! Es ist monströs, ein Kind so zu verletzen, dass es eine andere Persönlichkeit erschaffen muss, um nicht an dem Grauen zu sterben. Das ist monströs und verrückt. Aber ihr... Ihr seid richtig, absolut richtig! Und diese Spaltung ist ein Wunder, ein kreatives Schöpfungswunder, entstanden aus dem Impuls heraus, nicht zu sterben,

sondern zu Überleben.

Dazu gehört ein solcher Mut, eine solche Kraft, ein so intensiver Lebenswille. Das finde ich wirklich bewundernswert!"

"warum... ", wisperst ein kleines mädchen in ihr. "warum tun väter das?"

"Sie wissen es nicht besser. Sie haben es nicht anders gelernt!"

"Ich hasse ihn!" stößt jemand hervor.

"Dein Hass ist verständlich, und er ist wichtig, um euch frei zu machen von dem gewaltigen Selbsthass. Irgendwann werdet ihr euren Weg ohne den Hass auf ihn fortsetzen. Dann werdet ihr frei sein, euer Leben leben können, mit einem gesunden Weltbild! Und ich bin davon überzeugt, dass ihr es schaffen werdet! Auch, wenn es ein langer und schwerer Weg ist bis dahin."

TAGEBUCH-EINTRAG

18.4. Es ist gut, dass es heraus ist! Keine Kraft mehr aufbringen müssen zur Deckung. Was soll jetzt aus uns werden? Vielleicht tatsächlich irgendwann ein wirkliches und neues Leben? Erstaunlicherweise seit dem Coming Out am Montag keine neuen Selbstverletzungen mehr an mir entdeckt außer den zerbissenen Wangeninnenflächen. Ein Teil von mir, das begreife ich mit Entsetzen, ist wie Betty Blue². Wären wir nicht viele, wer weiß, was schon alles geschehen wäre. Das Viele-Sein, es hat uns gerettet, nicht nur vor dem Tod, sondern auch vor dem Wahnsinn, vor der Psychiatrie, das begreife ich mehr und mehr.

19.4. Der Mann, mit dem ich eben telefoniert habe, erzählt vom Motorrad--Wochenende im Harz, von der Arbeit in Neumünster. Aber alles Persönliche klammert er aus. Meilen zwischen uns, mehr als ein paar Stunden Autofahrt. Überhaupt noch überbrückbar? Ich weiß es nicht. Vielleicht trennen sich schließlich doch unsere Wege. Hätte mich das vor einem Jahr noch erschreckt, erfüllt mich dieser Gedanke nun mit Erleichterung. Wie könnte ich mich auf eine tatsächliche Therapie

² Betty Blue – 37,2 Grad am Morgen ist ein französischer Spielfilm aus dem Jahr 1986. Im Mittelpunkt steht eine Frau mit Borderline-Diagnose und schwerwiegenden Selbstverletzungen.

einlassen, mit allen Innenpersonen, wenn er noch immer als Hemmblock hier wäre? Vera hat gesagt, dass noch eine schwere Zeit auf uns zukommen wird. Ich habe Angst. Aber so kann und will ich nicht mehr weitermachen! Ich will endlich wissen, was das ist, Leben! *Du armes Kind, was hat man dir alles angetan! Aber wir holen uns unsere Seifenblasen Stück für Stück zurück! Wir werden Leben leben!* Vera hat heute gesagt: "Der Sinn der Heilung ist, wach zu sein und sein Leben zu leben, nicht bei lebendigem Leib zu sterben! Das Problem ist nicht, dass ihr als Kind so gute Schutzmechanismen hattet. Das Problem ist, zu begreifen, dass es heute nicht mehr nötig ist, sich ihrer zu bedienen zu müssen und sich ihrer jetzt als Erwachsene nicht mehr zu bedienen." Ich habe Angst... Und der Schock sitzt mir noch immer in den Knochen. Es fällt mir so schwer, das Ungeheure begreifen und annehmen zu können: *Ich bin viele.* Und jetzt?



"Der erste Schritt", sagt Vera, "ist, dass ihr euer Viele-Sein akzeptieren und annehmen lernt. Dann ist es wichtig, dass ihr euch gegenseitig kennenlernt, dass ihr erkennt, wen es alles gibt. Darauf folgt, teilweise parallel dazu, dass ihr beginnt, euch aufeinander einzulassen, aufeinander zuzugehen. Dann könnt ihr gemeinsam entscheiden, wie euer weiteres Leben aussehen soll, was für eine Zukunft ihr für euch planen könnt, was machbar ist, wie weit ihr euch dafür aneinander annähern wollt."

"Was ist damit, zu einer Person zu werden?" fragt jemand.

"Darum könnt ihr euch Gedanken machen, wenn ihr soweit seid. Für manche ist es wichtig, für andere hat es keine Bedeutung. Aber damit anzufangen, das würde heißen, das Pferd falsch rum aufzuzäumen. **Ziel ist jetzt nicht, dass ihr wieder funktioniert. Das habt ihr lange genug gemacht! Jetzt geht es darum, leben zu lernen, Wünsche zu entwickeln und sie zu verwirklichen, euch eine eigene selbstbestimmte Existenz aufzubauen.**" Alles, was Vera sagt, klingt so fremd, wie von einem anderen Planeten. Und doch weckt es in der Frau und in

den Personen in diesem Frauenkörper Sehnsüchte und Vorstellungen, wie es werden könnte. Und Hoffnung, dass es Sinn machen kann, sich einzulassen auf den Prozess der Heilung.

"Es ist ein langer und schmerzlicher Weg, der euch bevorsteht, und es wird manches Mal schwer sein. Aber in euch ist die Kraft, das zu schaffen. Ihr habt so viel Schlimmes überlebt, und deshalb werdet ihr es auch schaffen zu heilen. Und ich möchte euch gerne auf diesem Weg meine Unterstützung und Hilfe anbieten. Es wäre utopisch zu glauben, dass wir mit der Therapie bald durch sind, wir werden einen langen Weg miteinander gehen. In ein paar Jahren können wir es dann geschafft haben."

"So lange? Warum?"

"Weil wahrscheinlich mehrere Personen Therapie benötigen. Wir müssen abwarten, bis wir einander alle kennengelernt haben, bis wir das Ausmaß der Traumatisierung und den Bedarf festgestellt haben..."

Ein Schmerz bahnt sich seinen Weg nach oben. "Das ist so ungerecht!" stößt jemand wütend hervor.

Vera nickt. "Das finde ich auch!"



In den letzten Stunden haben sie damit begonnen, eine innere Landkarte zu erstellen. Verschiedene Namen stehen schon auf dem Blatt: **Myriam, Annabell, Lola, Jimmy, Mangananinni, Florence, Pam, Drahtseilclown, John, Lona, Light, Play, Manfred, Gaby, Nadja, Jana, Tina, finchen.** Zu jedem Namen gehört eine Geschichte. Zu jedem Namen gehört ein Trauma. Und die Karte ist noch nicht vollständig. "Wie schlimm muss es gewesen sein!" sagt sie immer wieder.

Vera sagt dann jedes Mal: "Es war schlimm! Sonst hättet ihr diesen Weg nicht wählen müssen! Das geht über das Normale weit hinaus! Ihr wart in

Lebensgefahr, so viele Male!" Veras Parteilichkeit tut gut. Aber es macht ihr auch immer wieder das Ausmaß dessen deutlich, was geschah.

Es tut weh. So sehr weh, sich das Ausmaß anzuschauen, zu begreifen. Es ist nicht zu begreifen. Es ist so unfassbar, so unvorstellbar! Trotzdem beginnt sie zu erzählen. Und Vera nickt. "Glaubst du nicht, dass ich mir das alles nur ausgedacht habe, dass ich nur phantasieren?"

Vera schüttelt mit dem Kopf. Sie zeigt auf die Narben am Arm der Frau. "Diese Narben sprechen eine deutliche Sprache. Wo so viel Selbstverletzung war, da war auch ganz viel Verletzung. Diese vernarbten Wunden hier, das ist ein Teil eures Verbandes. Die Wunden haben einen Sinn. Sie sind der Schrei der verletzten Seele. Keine Frau verletzt sich nur so, aus Spaß! Und dann die Spaltung in so viele Persönlichkeiten. Es muss etwas sehr Grausames geschehen, bevor ein Kind zu diesem Überlebensmittel greifen muss!"

Manchmal wünscht sich die Frau, dass Vera sagt: "Das hast du dir ausgedacht!" Oder: "Das hast du dir bestimmt nur eingebildet!" Aber die Therapeutin sagt es niemals.

Sie schaut hin, mit den Innenpersonen zusammen, die es wagen, etwas zu erzählen, von früher. *"Das darf nicht so gewesen sein!"* flüstern manche. Und doch ist es, wie es ist. Und das tut so weh. An manchen Tagen überrollt der Schmerz sie mit voller Kraft, dass für nichts anderes mehr Platz ist. Dann liegt die Frau zusammengekrümmt auf dem Bett, während ihr Tränen über die Wangen rinnen.

"Es ist ein Glück," denkt sie manchmal, "dass ich multipel bin." So kann sie trotzdem weiter für die Außenkinder da sein, sie versorgen, ihnen Mutter sein, den Haushalt regeln, nach außen normal wirken, obwohl der innere Schmerz sie zu zerreißen droht.

Alles ist leichter, seitdem Lukas nicht mehr bei ihnen wohnt. Nils und Marie fragen kaum nach ihm. Er meldet sich nur selten, und an den Wochenenden hat er so viel vor, so viele Termine, dass er es nicht schafft, die Familie zu besuchen. Martina nimmt es mit Erleichterung zur Kenntnis.

"Willst du immer noch keinen Sex? Hast du keine Angst, dass ich fremdgehe?" fragt er sie einmal.

"Nein, Lukas, und ich möchte auch nicht, dass du weiter danach fragst.

Lass mich einfach damit in Ruhe, ganz in Ruhe!"

"Und dann erwartest du, dass ich nicht fremdgehe?"

"Lukas, ich erwarte gar nichts. Ich will nur meine Ruhe." Erschöpft legt sie nach dem Gespräch den Hörer auf.



TAGEBUCH-EINTRAG

7.6. Und betrachte die vielen Parzellen, und fühle Schmerz, Trauer. So viele Scherben. Wie soll daraus jemals etwas Neues entstehen? Was bin ich denn? Wer bin ich denn, bis auf diese Scherben? Es tut so weh! Ich... Was ist das, was da aufsteigt? Dieses Bild? **Üble Visionen! Ich zerhacke mich. In Stücke, kleine Stücke. Blutige Worte laufen die Wand hinunter: "Ich hasse mich!" Größer und größer. So viel Selbsthass, der mich erschlägt, der auch die anderen zu infizieren droht. Immer wieder!** Aber dann habe ich Vera angerufen, und sie redet, ist da. Danach ist es gut. Sie hat gesagt, dass ich eine liebenswerte Person bin. Obwohl ich schneide und so. Und die anderen sagen das auch. Es gruselt mich fast, das zu hören. Ich empfinde mich als Monster, und die anderen sagen: Gut dass du da warst. Traurig, dass du diesen Weg wählen musstest, um zu überleben. Wie schlimm musst du verletzt worden sein. Es tut weh, und ich weine und weine. Ja... Alleine würde ich das alles gar nicht bewältigen können. Was für ein Geschenk, nicht mehr alleine zu sein, im Innen und im Außen!

7.9. Es gibt doch noch etwas anderes als Grauen und Wahnsinn und Angst und Verzweiflung und Alpträume auf dieser Welt. Es gibt auch bunte Wiesen und Schmetterlinge, den Geruch nach Frühling. Kinderlachen. Musik. Danke, dass ich auch das erleben darf! Danke, dass es auch Hoffnung und Schönes gibt. Danke, dass ich anfangen darf zu leben!

6.12. *der nikolaus hat uns heut eine negerpuppe gebracht. ich bin so doll froh mit der. und ich weiß: die wird mir keiner mehr wegnehmen. die ist nur für mich. ich nenne sie tara. tara, das ist gut! ich bin ja so doll froh!*

2.3. Ich spüre das Wachsen von Kraft und Stärke in mir. Ich bin in Sicherheit. Seit ein paar Tagen schon keine Alpträume mehr, und abends lege ich mich ins Bett und kann einschlafen. Was für ein neues Lebensgefühl!

4.5. *Kleines Mädchen, Tinechen, jetzt kann dich niemand mehr verletzen, so, wie damals! Kleines Mädchen, du bist nicht mehr alleine. Wir beschützen dich. Ene meene pinke, ene meene Hasendreck, und du bist weck! Eene meene winke, ene meene hoppladah, und du bist da!*

29.6. Lächelnd beobachte ich von meinem Fenster aus den tanzenden Reigen eines Meisenpaares. Ich glaube, dass es das beste war, was mir passieren konnte, dass Lukas ausgezogen ist. Erst jetzt, wo ich langsam meinen Traum von der Illusion der heilen Familie aufgebe, begreife ich, wie gut es mir eigentlich geht. Momentan könnte ich mir nicht vorstellen, jemals wieder mit ihm zusammen zu leben. Wie konnte ich nur so lange mit einem Mann zusammen leben, der mich als Mensch gar nicht ernstgenommen hat. Vielleicht, weil ich mich selber als Mensch ja auch gar nicht ernst genommen habe. So etwas darf ich nie wieder zulassen. Ich muss immer gut auf mich aufpassen. Ich passe immer gut auf mich auf! *wir passen gut auf uns auf. wir passen gut aufeinander auf... kinderlachen.* Zärtlichkeit in Lumpen. Es ist meine Arbeit: Ich muss lernen, mir und den Kinder in diesem Körper eine gute Mutter zu sein. Ich muss lernen, gut für uns zu sorgen! Niemand kann für uns die Mutter und der Vater sein, die wir nie hatten und die wir uns so sehr gewünscht haben. Ich muss lernen, uns selber zu bemuttern.

7.9. Es geht darum, einander trotz des Viele-Seins zu finden, zu uns zu stehen, gemeinsam nebeneinander miteinander zu stehen. Wie anstrengend das alles ist!

Gut zu mir sein. Klingt fast nach Fremdsprache!!!

1.8. Eine meiner größten Ängste: Ich könnte Nils und Marie nicht lange genug beschützen, bis sie stark genug sind, um auf sich selber auf zu passen. Und immer wieder weinen und tanzen und weinen und tanzen und weinen und... Niemand darf mich so behandeln, als ob ich minderwertig bin! Ich bin wertvoll! **Ich befreie mich von allen Lasten der Vergangenheit. Vor mir liegt ein gesundes, zufriedenes und glückliches Leben. Ich will Missbrauch nicht mehr leben. Ich will Missbrauch nicht mehr brauchen! Ich will Missbrauch nicht mehr leben. Ich will frei sein, geil sein, leben! Ich will Leben erleben!**

3.8. Ich bin stark und mächtig. Mein Leben liegt in meiner Hand! Leben wird es geben vor dem Tod! It's my life!!!

5.9. Bin so erschöpft, so ausgelaugt! Wo komme ich her, und wo will ich hin? Es erschreckt uns zu sehen, wie wir früher mit diesem Körper umgegangen sind, wie manche noch jetzt teilweise damit umgehen!

7.11. So lange hat es gedauert, bis ~~Myriam~~ begriffen hat, dass sie den Hass auf sich genommen hat, der eigentlich dem Vater hätte gelten müssen. In mir ist grenzenlose Erschöpfung. Ich halte diese entsetzlichen Bilder von Wut und Hass auf den Vater bald nicht mehr aus. Wie sehr muss sie gehasst haben, wie sehr ist sie verletzt worden. Ihre Gefühle sind so stark, so heftig. Sie machen mir Angst! Alles macht mir Angst. Ich habe mir das nicht so anstrengend vorgestellt, nicht so viele Prozesse, die durchlaufen werden müssen. Ich habe das Gefühl, am Ende meiner Kraft zu sein. Und gleichzeitig das Gefühl, noch immer nicht am Ende der Trauma-Aufarbeitung zu stehen. Hört es denn nie auf? Nimmt es denn nie ein Ende?



"Heilung und Wachstum", sagt Vera, "finden spiralenförmig statt. Wenn eine Ebene verlassen wurde, beginnt die Heilung auf der nächsten Ebene. Wir heilen und wachsen immer weiter. Aber im Laufe der Zeit verheilen die alten Wunden, sie vernarben und verblassen. Es wird immer leichter, mit ihnen zu leben, und sie werden immer öfter vergessen. Ihr werdet euch zusehends der Gegenwart und Zukunft zuwenden, nachdem ihr begriffen habt, was geschehen ist und warum ihr viele werden musstet. Das Leben miteinander verändert sich. Die Narben bleiben zwar, aber sie spielen im eigentlichen alltäglichen Leben kaum mehr eine Rolle. Nur gelegentlich werdet ihr euch noch daran stoßen, und dann wird es weh tun. Aber der Schmerz wird zunehmend abnehmen, und das wirkliche Leben der Gegenwart wird zusehends farbiger, bunter, wichtiger..."

TAGEBUCH-EINTRAG

7.5. Wir söhnen uns aus mit Untergang und Zerstörung in unserer Vergangenheit. Wir verzeihen uns alle destruktiven Verhaltensmuster. Wir entwickeln LIEBE!

WIR

Mühsam müssen alle lernen, eine jede Person für sich und alle zusammen. Die Innenpersonen müssen lernen, sich ein neues Weltbild aufzubauen. Ein Weltbild, in dem gut gut ist und böse böse. Ein Weltbild, in dem Ringelpietz ein Kreistanz ist. Ein Weltbild, in dem eine Schlange nicht mehr ist als eine Schlange und eine Ratte nicht mehr als eine Ratte. Die Innenpersonen müssen lernen, ihre persönlichen Grenzen zu erkennen und gut für sich zu sorgen. Mühsam muss Myriam jetzt lernen, die Selbstverletzung umzupolen in ein gesundes Verhalten. Es ist so schwer, die alten Schutzmechanismen aufzugeben! Es ist so schwer zu begreifen, dass heute eine andere Zeit ist, in der es nicht mehr nötig ist, sich auf diese Weise zu schützen.

Mühsam muss Florence jetzt lernen, eigene Bedürfnisse zu erkennen und sie sich zu erfüllen. Mühsam müssen die Innen-Kinder lernen, sich zu trauen, ohne Angst zu spielen und zu lachen. Sie haben jetzt eine eigene Ecke im Haus für sich, mit Plüschtieren, Decken, Kissen. Mühsam müssen die Innen-Kinder lernen, Menschen im Außen und im Innen zu vertrauen. Mühsam muss der Drahtseilclown lernen, die Kontrolle aufzugeben und sich darauf einzulassen, Spontaneität zu erlauben. Mühsam muss Lola lernen, ein eigenes und gesundes Verhältnis zu dem Körper zu erlernen, durch den sie vorher so viele Verletzungen erlebt hat. Mühsam muss Jana lernen, sich den Inhalt des Kruges mit den Erinnerungen der Kinder anzuschauen und zu begreifen, was geschah, in ihrer Abwesenheit, mit dem Kätzchen, mit dem Körper, mit den Kinderseelen, die an ihrer Stelle da sein mussten.

Mühsam muss jede Innenperson erkennen, welchen Wert und welchen Sinn ihre Erschaffung hatte, welchen Sinn und Wert sie im Heute hat, wie liebenswert sie ist. Mühsam muss jede Innenperson lernen, alte verinnerlichte Verhaltensmuster aufzugeben und gesunde Verhaltensweisen zu erlernen. Mühsam müssen alle lernen, diesen Körper, der sie so oft im Stich gelassen hat, als den ihren zu akzeptieren, ihn anzunehmen und für ihn Liebe zu entwickeln, gut für ihn zu sorgen und seine Grenzen zu erkennen und zu achten. Mühsam müssen die Innenpersonen lernen, sich gegenseitig zu akzeptieren und sich aufeinander ein zu lassen, sich an zu nehmen. Mühsam müssen die Innenpersonen lernen, die ganz persönlichen Erinnerungen einander mitzuteilen, sie zu teilen und sie zu integrieren in eine gemeinsame Vergangenheit. Mühsam müssen die Innenpersonen lernen, sich gemeinsam ein neues Leben aufzubauen. Ein selbstbestimmtes Leben, mit dem alle zusammen da sein können. Es ist schwer, sich auf das Wagnis des Lebens jeden Tag ein kleines Stückchen mehr einzulassen, für jeden von ihnen. Es ist ein Prozess von vielen Jahren. Was anfangs schwierig erscheint, wird durch Übung und Gewohnheit schließlich ein Kinderspiel. Der Heilungsprozess macht nichts ungeschehen. Aber er hilft, mit der

Vergangenheit zu leben, sich mit ihr auszusöhnen, Frieden zu schließen und die Vergangenheit als Teil des Lebens in eine eigene, lebendige Gegenwart und Zukunft zu integrieren.



Plötzlich löst sich eine Sternschnuppe vom dunklen Nachthimmel, und bevor das Mädchen auch nur daran denken kann, einen Wunsch aus zu sprechen, erfasst sie ein Wirbel, der sie hinauf trägt in eine Wolke. Ihre Hände greifen hinein in das feuchte Weiß, und im selben Moment...

Verwirrt öffne ich die Augen. Für einen Moment spüre ich Unsicherheit in mir: Was ist jetzt Traum, was ist Realität? Was ist Leben, mein Leben? Bin ich die, die eben noch schwerelos durch Wolken trieb, die Arme weit ausgebreitet, gleich den Schwingen eines Schwanes, Oder bin ich die, die hier mit klopfendem Herzen im Bett liegt und deren Blick auf das Erblassen der Sterne fällt, das das Beginnen der Morgen- dämmerung einläutet? einem vollkommenen Regenbogen entgegen? Oder ist dies alles - in mir? Bin ich diese Vielfalt in der Einigkeit?



Eines Tages, das wissen sie, werden sie sich umarmt fühlen von den Farben des Regenbogens. Eines Tages werden sie wissen, wie es sich anfühlen wird, unter dem Regenbogen zu tanzen. Jeden Tag ein kleines bisschen mehr...

"Und fegen auf die Scherben, machen daraus ein buntes lebendiges Mosaik! In der Vergangenheit haben wir den Schmerz gelebt. Jetzt liegen vor uns das Licht und die Liebe und das Leben!"

*Und für dieses Ziel lohnt es sich, weiterzugehen.
Tag für Tag!*



Nachwort von Leah Nadine (2015)

Inzwischen ist es fast 10 Jahre her, dass dieses Buch entstanden ist. Es gibt viel Gutes heute - doch das Leben bleibt in vielen Bereichen eingeschränkt. Im Verhältnis zu dem, was ich überlebt habe, ist es ein Wunder, dass so viel Gutes überhaupt möglich ist: gute Menschen im eigenem Umfeld zu haben, Freude zu haben an Schönem in der Natur, Nähe zulassen, lachen und sich etwas wünschen und genießen können ... Der Weg bis hierher war schwer und schmerzlich - und doch hat es sich gelohnt, denn ich überlebe nicht mehr, ich LEBE, auch, wenn das manchmal nicht einfach ist ...

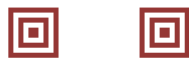
Unser "Wir" ist ein Mosaik geworden, an manchen Tagen fühlt sich dieses "Wir" wie ein "Ich" an, an anderen Tagen ist dieses Mosaik jedoch fragil und wir müssen aufpassen, nicht in eine schwere Krise zu stürzen. Die äußeren Wunden sind vernarbt, Selbstverletzungen hat es schon lange nicht mehr gegeben. Die innere Stabilität hängt jedoch davon ab, was von außen an Belastungen kommt, wenn etwas zu stark triggert oder das Verhalten von anderen Menschen in Richtung Täterverhalten geht, sind wir immer noch in Gefahr, in eine suizidale Krise zu stürzen. 2 weitere Suizidversuche habe ich überlebt, der letzte liegt nun 6 Jahre zurück, beide Male wurden sie ausgelöst durch das grenzüberschreitende Handeln von Menschen in unserem Umfeld. Im Kontakt mit anderen Menschen gibt es immer wieder viele Minenfelder. Im Großen und Ganzen sind wir stabil, wenn die Tage geprägt sind von Ruhe und Kontinuität, es dürfen nur wenige Außenreize im Laufe eines Tages an uns heran dringen. Menschen, die grenzüberschreitend sind, die sind unverändert Gift und gefährlich, denn sie öffnen in uns alte Türen.

Der Körper, der so viel an Leid und Schmerz überlebt hat, ist heute ein Quell des Schmerzes, es gibt keinen Moment ohne Schmerzen, auch dadurch ist das Leben in vielen Bereichen eingeschränkt. Ich bemühe mich, deswegen nicht zu hadern, aber an manchen Tagen ist das schwer. Es gibt vieles, was ich gerne noch gemacht hätte, was aber heute wegen meiner körperlichen Einschränkung nicht mehr möglich ist.

Könnte ich noch einmal das Rad der Zeit zurück drehen, ich würde mir wünschen, in eine Familie geboren zu werden, in der Kinder geachtet, beschützt und geliebt werden. Weil das nicht geht, bin ich, so weit es geht, heute im Kinderschutz aktiv.

Würde ich heute sterben, so wäre ich trotzdem dankbar, hier auf dieser Welt gewesen zu sein, durch alles Gute, was ich in den letzten Jahren erleben und leben durfte und weil es in meinem Leben heute Menschen gibt, die ich liebe und von denen ich mich geliebt fühle.

Die Waagschale ist ausgeglichen, ist mein Gefühl. Und dafür bin ich allen dankbar, die mich auf meinem Weg bis hierher begleitet haben und die heute mit mir gemeinsam durch das Leben gehen.



Literaturhinweise

BEATE ALBRECHT: JENSEITS VOM TAG (Theaterstück von und mit Beate Albrecht zum Thema Multiple Persönlichkeit, kann bundesweit gespielt werden: <http://www.theater-spiel.de/>)

ELLEN BASS/LAURA DAVIS: TROTZ ALLEM. WEGE ZUR SELBSTHEILUNG FÜR SEXUELL MIßBRAUCHTE FRAUEN (Berlin 1990 und spätere Auflagen)

LAURA DAVIS: VERBÜNDETE. EIN HANDBUCH FÜR PARTNERINNEN UND PARTNER SEXUELL MIßBRAUCHTER FRAUEN UND MÄNNER (Berlin 1992)

DISS-TANZ, EINE ZEITUNG VON UND FÜR MULTIPLE MENSCHEN (erschien in den Jahren 2000-2009). *Andere wichtige Selbsthilfzeitungen für Menschen mit DIS waren "Matrioschka" (als Reprint noch erhältlich über Vielfalt e.V.) und "Lichtstrahlen".*

GABRIELE FRICK-BAER: AUFRICHTEN IN WÜRDE. METHODEN UND MODELLE LEIBORIENTIERTER KREATIVER TRAUMATHERAPE (Neukirchen-Vluyt 2009)

IRIS GALEY: DIE SEELENVERGEWALTIGER (Bern 1990)

LYDIA HANTKE / HANS-JOACHIM GÖRGES: HANDBUCH TRAUMAKOMPETENZ (Paderborn 2012)

KIGA: DIE HÖLLE MITTEN IM GARTEN EDEN ODER WIE ICH MIR MEINE GESTOHLENE SEELE ZURÜCK HOLTE (erhältlich über: helga.erika@gmx.net)

MONDRIAN V. LÜTTICHAU: DISSOZIATION UND TRAUMA. GRUNDLAGEN FÜR BETROFFENE UND HELFERINNEN (Berlin 2012; kostenlos als pdf bei www.dissoziation-und-trauma.de)

GABI LUMMAS: WER BIN ICH? ODER: DAS UNGLAUBLICHE (Berlin 2012; kostenlos als pdf bei www.dissoziation-und-trauma.de)

GABI LUMMAS: WUNDERSAME WEGE (Berlin 2015; kostenlos als pdf bei www.dissoziation-und-trauma.de)

WENDY MALTZ: SEXUAL HEALING. EIN SEXUELLES TRAUMA ÜBERWINDEN (Reinbek 1993) (*auf deutsch geschrieben!*)

SABINE MARYA: DAS NEUE *HAND IN HAND*. EIN SELBSTHILFEBUCH FÜR UNTERSTÜTZER, BEGLEITER, FREUNDE UND PARTNER VON MENSCHEN MIT MULTIPLER PERSÖNLICHKEIT (Meinerzhagen 2009; kostenlos als pdf bei www.marya.de)

SABINE MARYA / DIDI LINDEWALD: DAS REGENBOGENLAND-BUCH. EIN KINDERBUCH FÜR INNENKINDER (Freiburg i.Br. 2006, Neuauflage Leipzig 2009)

LIANE TJANE MICHAUCK: EINE UNGEWÖHNLICHE FAMILIE (Leipzig 2010; kostenlos als pdf bei www.dissoziation-und-trauma.de)

PETRA NÜRNBERGER: MEINE FREUNDIN PAULA N. – WIE ES WEITERGING: LEBEN VOLLER HOFFNUNG (Leipzig 2010; kostenlos als pdf bei www.dissoziation-und-trauma.de)

LUISE REDDEMANN: IMAGINATION ALS HEILSAME KRAFT (Stuttgart 2001)

LUISE REDDEMANN: EINE REISE VON 1000 MEILEN BEGINNT MIT DEM ERSTEN SCHRITT. SEELISCHE KRÄFTE ENTWICKELN UND FÖRDERN (Freiburg/Br. 2004)

ELLEN SPANGENBERG: DEM LEBEN WIEDER TRAUEN (Düsseldorf 2008)

MARILYN VAN DERBUR: TAGKIND – NACHTKIND (Kröning 2011)

VIELFALT e.V. (<http://www.vielfalt-info.de/>) Schwerpunktthema des 1995 gegründeten Vereins von Profis und Betroffenen ist die Situation von Traumaüberlebenden mit DIS und nach Rituellem Gewalt.

zusammengestellt von M. v. Lüttichau (D+T)

