

Dorothe Reichling

Ich war selbst fast noch ein Kind

Mutter mit 15 - Autobiografischer Roman



DeBehr

Moment das Gefühl der Erleichterung. Von Tag zu Tag, von Woche zur Woche, wurde ich nervöser, panischer. Ich knabberte nicht nur an meinen Fingernägeln, sondern riss mir bewusst die Nagelhäute blutig. Ich hatte sehr oft ein entzündetes Nagelbett. Immer wenn ich dann in einen Zug oder in einen Bus steigen sollte, drückte ich so fest ich nur konnte auf jene blutigen und entzündeten Stellen. Jeder andere hätte aufgeschrien vor Schmerz. Für mich aber war es eine Wohltat. Zu dem, was ich sonst empfand, vergaß ich für Sekunden meine wirklichen Probleme. Lange konnte ich diese kurze Erleichterung nicht halten. Ich kam nicht dagegen an. Ich glaubte, langsam wahnsinnig zu werden.

Jeden verdammten einzelnen Tag starb ich ein bisschen mehr. Ein wenig Entspannung kam mit dem Gefühl, wenn ich Jenny an der ersten Busstation meiner Mutter übergab. Sie brachte Jenny dann in den Kindergarten. Jetzt war Jenny in Sicherheit ...

Wenn mir jetzt etwas zustoßen würde, war Jenny außer Gefahr. Ich weiß nicht, was schlimmer ist, die Angst und Panikattacken oder die sinnlose Aussicht auf Heilung. Ich hatte die Suche nach einem geeigneten Therapeuten längst aufgegeben. Ich hatte auch gar nicht mehr die Zeit dafür. Entweder war ich arbeiten oder wenn ich zu Hause war, war ich froh, mich um nichts mehr kümmern zu müssen. Außerdem hatte ich ja meinen Sekt. Zuerst trank ich mit äußerster Vorsicht und Kontrolle, wie ich annahm. Es waren „nur“ ein bis zwei kleine Piccolos am Tag.

Meine Probleme verschwammen im leichten Rausch.

Winzig klein und nicht mehr so bedrohlich war mein Zustand fast erträglich. Es funktionierte weitgehend. Das Einkaufen war zum reinsten Vergnügen geworden. Ich bummelte immer öfter entspannt durch die Geschäfte, kleidete mich zum Teil neu ein und zelebrierte solche Tage regelrecht. Jenny musste nicht wie so oft in der Vergangenheit sofort wieder aus dem Spielzeugladen raus. Nein! Sie konnte sich in aller Ruhe alles anschauen und sich sogar immer wieder mal eine Kleinigkeit mitnehmen. Ich liebte mein neues Leben.

Heute weiß ich natürlich, dass der Alkohol eine Flucht war. Noch ahnte ich nicht wirklich, in welche Gefahr ich mich bereits begeben hatte, denn lange hielt mein neu gefundenes Wohlgefühl von einem Piccolo am Mittag und einem am Abend nicht an. Aber ein Verzicht war nicht mehr möglich. Wenn ich jetzt aufhören würde, würde alles wieder von vorne anfangen. Keiner lief gerne lachend in die Kreissäge, auch ich nicht. Wie sollte ich sonst meinen Alltag bewältigen? Jeder Tag hatte seine Pflichten, die ich zu erfüllen hatte. Es ging ja nicht alleine um mich. Die Verantwortung für Jenny war mir das Wichtigste. Sie sollte ohne Angst und Sorgen aufwachsen. Ich trank auch am Anfang nicht in ihrer Gegenwart.

Ich glaubte mich mit dieser Krankheit, bei der mir bis zu diesem Zeitpunkt noch immer kein Arzt wirklich helfen konnte, schon mehr als genug bestraft. Was hatte ich so Schlimmes verbrochen in meinem noch so jungen Leben? Ich wusste es nicht. Aber es konnte sich nur um eine Strafe handeln.

Oder eine Prüfung?

Ich selbst hatte über diese Krankheit noch nichts Vergleichbares gehört oder gelesen. Ich malte mir die größten und schlimmsten Hirngespinnste aus. War ich von einem Dämon besessen? War meine Krankheit unheilbar? Ich kam keine einzige Minute mehr zur Ruhe.

Nachts lag ich wach und meine Gedanken kreisten angstvoll um den nächsten Morgen. Könnte ich doch nur die Zeit anhalten oder sie zurückdrehen. Es war nicht möglich. Der neue Tag stand immer und immer wieder unerbittlich mit Sonnenaufgang vor mir. Forderte mich erneut heraus. Und lachte mir dreckig ins Gesicht. Du bist und bleibst ein Verlierer. Ein Verlierer, dein ganzes Leben lang.

Das Karussell des Lebens drehte sich weiter und fragte nicht nach Geschwindigkeit. Die Schlinge, die ich mir selbst um den Hals gelegt hatte, zog sich zu. Ein, zwei Piccolos reichten nicht mehr. Im Labyrinth von Angst, Panik und tiefster Depression kam der Alkohol verstärkt hinzu. Keiner ahnte, wie schlecht es mir in Wirklichkeit ging. Mir fehlte es an wahren Freunden. Marga war mit ihrem Studium beschäftigt. Wir telefonierten ab und an miteinander, das war es aber auch schon. Zu meiner Familie konnte und wollte ich nicht gehen. Sie hatten sich längst wieder an ein Leben ohne mich und Jenny gewöhnt. Sollte ich jetzt wieder angekrochen kommen? Und was war es, was ich brauchte, um angstfrei und ohne „Glückspillen“ und ohne Alkohol ein ganz normales Leben führen zu können? Keiner wusste darauf eine Antwort und am wenigsten ich. Wann, wann würde ich wieder leben können? Ohne Angst, ohne Panik. Keinem konnte ich wirklich sagen, geschweige denn erklären, was mir fehlte oder was ich brauchte. Keinem sagen, woher es kam. Meine Krankheit war ein nagender Dämon, dem es Spaß und großes Vergnügen bereitete, mein Leben Stück für Stück zu zerstören. Was ich sagen konnte, war nur, dass ich jedes Mal in Panik und in Angstschweiß ausbrach, wenn ich nur einen Bus sah. Vom Einsteigen wage ich kaum zu sprechen. Ich konnte eine Fahrt mit einer Dauer von circa zwanzig Minuten nur mit Unterbrechung bewältigen, wenn überhaupt. Oft stieg ich schon an der nächsten Station wieder aus. Ich konnte ja nicht schon vor Arbeitsbeginn mit dem Trinken anfangen.

Ich fühlte die Blicke der anderen Fahrgäste, die wie eine schwere Last auf mir ruhten. Wenn ein Bus zu voll war, stieg ich erst gar nicht ein. Auch setzte ich mich nie hin. Meistens stand ich ganz hinten in der Ecke, mit dem Gesicht weggedreht von all den anderen. Oft kam ich hier für einen kurzen Augenblick zur Ruhe. Aber immer öfter ging ich im Bus auf und ab, suchte nach sicheren Plätzen, die es natürlich nicht gab. Und wieder waren es die Blicke, die mir folgten. Manchmal hielt ich durch, aber meistens drehte ich durch.

Ich geriet mal so heftig in Panik, dass ich fast anfang, laut loszubrüllen: „Ich muss hier raus! Ich muss hier raus!“ Ich schlug mit der Faust gegen die Tür. Wenn ich jetzt nicht hier rauskommen würde. Ich würde sterben, einen Herzinfarkt bekommen. Der Fahrer sah mich an, als ob ich wirklich bekloppt geworden wäre. Er hielt an. Es war keine Haltestelle, aber ich konnte raus. Ich musste noch nicht sterben.

Wem sollte ich so etwas erzählen? Jeder hätte mich für verrückt erklärt und mir vielleicht sogar Jenny weggenommen und mich womöglich in eine Anstalt gesteckt.

Mein Lebensmut war erschöpft. Eine weitere Phase bahnte sich dennoch an. Keine, die besser war als die anderen. Konnte ich wirklich noch tiefer fallen?

Ich versuchte, mich daran zu erinnern, wann ich mich das letzte Mal frei und unbekümmert gefühlt hatte. Ich bekam nichts mehr auf die Reihe. Im Alltag erledigte ich

nur noch das Nötigste.

Aber um welchen Preis? Ich war jetzt zwanzig und ein körperliches und seelisches Wrack. Nach jedem Panikanfall kamen jetzt noch rasende Kopfschmerzen hinzu. Oft so stark, dass ich mich nach Abklingen der Schmerzen übergeben musste. Ich besaß gar nicht so viel Make-up, um meine Leichenblässe zu verstecken. Ich erkannte mein eigenes Spiegelbild nicht mehr. Eigentlich war ich mal sehr hübsch gewesen, hatte schönes, schulterlanges blondes Haar, sehr schöne blaugüne Augen und meine Figur war okay. Schließlich hatte ich ja ein Kind geboren und meine Hüften waren etwas ausladender als früher. Ich war mit meinen Einmeterundfünfundsechzig zwar nicht groß, aber ich hatte eigentlich großes in meinem Leben vor. Ich sprach bereits, als sei ich alt und grau. Wenn ich mich auch wie hundert fühlte, musste ich so aussehen. Früher ging es doch auch. Es war mir egal geworden, wie ich aussah. Ich kotzte mein ganzes beschissenes Leben einfach aus.

Aber etwas war mir nicht genommen worden.

Mein Lebenswille! Schon damals war er nicht so leicht zu brechen.

Egal, wie schlecht es mir auch ging, ich wollte mit aller Gewalt etwas verändern. Ich wollte wirklich etwas ändern. So begab ich mich erneut auf die Suche nach dem allgegenwärtigen Thema: Angst und Panikattacken! Neues und Spannendes fand ich beispielsweise in Büchern.

Ich las alles, was ich nur finden konnte. Ich las über seelische Störungen. Die berühmten Bücher von Peter Lauster. Verslang alles zum Thema „Die Macht des Unterbewusstseins“ oder „Leben durch Positives Denken“, „Wenn die Seele schreit“ und noch vieles, vieles mehr.

Ich begab mich sogar zeitweilig auf den Trip der Esoterik. Vergeblich! Dann wagte ich einen erneuten Schritt und ging zu einem weiteren Spezialisten. Er war Neurologe und kam zum gleichen Ergebnis wie der Neurologe, den ich bereits in der Vergangenheit aufgesucht hatte. Ich hatte jetzt zwar einen neuen Namen für meine Krankheit, für die es auch „Glückspillen“ gab, aber Tabletten, würden die mir wirklich helfen bei einer manischen Depression! Ich bekam Antidepressiva gegen meine Depressionen. Das war nicht die erste Diagnose, die falsch war. Oder sagen wir besser, es war nicht nur eine Depression und sie war schon gar nicht manisch. Was immer das auch hieß.

Feige, wie ich war, erzählte ich nichts von meiner speziellen „morgendlichen Medizin“ dem Alkohol. Ich war inzwischen von Sekt auf Wein umgestiegen. Ein Liter pro Woche musste schon sein, um ins Wochenende starten zu können. Dann lag ich meist benebelt im Bett.

Jenny war ein Omakind geworden, und es war mir weitgehend recht. Jenny sollte mich nicht so sehen. Ich holte sie ab, blieb auch meist nur im Türrahmen der Wohnungstür meiner Mutter stehen und ging wieder. Antworten auf Fragen, warum ich so aussah, wie ich aussah, kamen mir immer leichter über die Lippen. Aber irgendwann war auch dieser Vorrat erschöpft. Wirklich gute Einfälle gingen mir mit der Zeit einfach aus. Übrig blieben dann Sätze wie: „Ich habe starke Kopfschmerzen, meine Regelblutungen sind viel zu stark.“ Oder dass ich auf dem besten Weg war, mir eine Grippe einzufangen. Der Job sei zu hart und die Nacht viel zu kurz.

Längst spürte auch ich, dass man mir nicht mehr glaubte, aber das ignorierte ich gekonnt.

Welche Wahl hatte ich denn? Ganz schwach sitzt noch eine kleine Erinnerung in meinem Kopf. Ich erwähnte im Kreise meiner Familie, dass ich eventuell psychisch krank bin. Das Resultat meines Geständnisses war folgendes: Mutti sagte, so etwas würde es in unserer Familie nicht geben. So etwas hätten doch nur Spinner ... Ich zog mich nackt vor meiner Mutter aus, doch nur Unverständnis kam mir entgegen. Wir hatten ja alle unsere Probleme und wir Geschwister hatten alle unter der Ehe der Eltern gelitten. Anna und Kai waren gesund. Wenn ich also so krank geworden war, dass sich noch psychische Ursachen eingeschlichen hatten, dann war die Ursache dafür woanders zu suchen.

Zu suchen und schon gar nicht zu finden war sie in dieser Familie. Ich sprach das Thema danach nie wieder an.

Was macht ein Mensch in meiner Situation, wenn er einsam ist und krank dazu. Er sucht sich einen neuen Partner. Eine Schulter zum Anlehnen hätte schon gereicht. Aber man bekommt ja nichts geschenkt im Leben. Bis auf ein paar One Night Stands gab es nach Ali keine feste Beziehung mehr. Als ich ihn das letzte Mal sah, war Jenny kaum ein halbes Jahr alt. Ich hatte ihn schon so oft verlassen, dass ich den wirklichen Zeitpunkt schon ganz vergessen hatte. Nach Jennys Geburt waren wir bereits getrennt. Ich hatte ihn aus meinem Leben gestrichen. Sein Vorwand, Jenny zu sehen, war sehr leicht zu durchschauen. Er kam nur für das eine. Manchmal brachte er ein Geschenk für Jenny mit, aber sein Versprechen, sie regelmäßig zu besuchen, konnte oder wollte er nicht einhalten. Ich stellte ihm mehr als einmal das Ultimatum, sich regelmäßig um Jenny zu kümmern, oder sie nie wieder zu sehen. Als er spürte, dass auch kein Sex mehr bei mir zu holen war, sah ich ihn nie wieder. Er zahlte auch keinen Unterhalt. Ich erhielt einen kleinen Abschlag von ein paar Mark durch das Jugendamt. Dann war er wohl immer rechtmäßig arbeitslos oder einfach nur clever genug und konnte nicht zahlen. Jenny musste ohne ihren Vater aufwachsen. Wir haben niemals Geld von ihm erhalten. Er hat nie etwas für seine Tochter bezahlt. Er hat Jenny nicht verdient. Jenny ist einzig und allein meine Tochter.

Ich war bereit, mich neu zu verlieben, aber woher die Liebe nehmen, wenn nicht stehlen. Ich habe viele Frösche geküsst, aber aus keinem wurde je ein Prinz. Alle entpuppten sich als Kröten. Fiese, hässliche und schleimige Kröten. Ich hatte alle in jeder nur erdenklichen Form. Wie zum Beispiel Leo!

Leo lernte ich kennen durch einen Job bei einer Versicherung. Ich hatte die Arbeit im Krankenhaus satt und wollte etwas Neues ausprobieren. Gesucht wurde eine junge Assistentin für die Telefonannahme und Terminplanung. Ich hatte Glück und bekam die Stelle. Ich gefiel dem Chef und wir wurden sehr schnell ein Paar. Leo entsprach so gar nicht meinem Typ. Er war nicht sonderlich attraktiv, Brillenträger, dürr, statt schlank und dreizehn Jahre älter als ich. Aber er tat mir gut. Er war seit langer Zeit jemand, mit dem ich problemlos zu reden verstand. Über alles.

Er liebte Kinder und versuchte, auch für Jenny da zu sein. Jenny hasste ihn. Aber sie gönnte mir mein vermeintliches Glück. Jenny war einfach wunderbar. Sie war zu einem wunderschönen Mädchen herangewachsen. Jenny ging mittlerweile in die Schule, hatte viele Freunde und ihr Leben. „Ihr Leben“, dafür sorgte ich, war perfekt.

Leo war das, was man weitläufig einen Workaholic nannte. Seine Arbeit stand immer an erster Stelle. Menschen waren für ihn eher Nebensache. Dennoch habe ich mich bei ihm

sehr wohl gefühlt. Wir arbeiteten sehr eng miteinander, und ich war schnell in der Position zu seiner Assistentin aufgestiegen. Er vertraute mir und das tat mir wiederum gut.

Aber er legte sehr viel Wert auf strikte Trennung von Beruf und Privatleben. In der Firma aber war es längst ein offenes Geheimnis, dass wir ein Paar waren. Einige belächelten dies und andere wiederum hielten sich diskret zurück.

Leo war ein Chef, der sich auf seine Angestellten verlassen konnte. Er hatte seine Firma mit eigenen Händen aufgebaut. Ich war stolz, an seiner Seite zu sein. Unsere Beziehung war locker. Für mich hieß das von Anfang an, sehr wenig Zeit mit ihm verbringen zu können. Zuerst war es kein Problem, da wir uns schließlich in der Firma jeden Tag sehen konnten. Meisten machten wir gemeinsam Dienstschluss und fuhren zu mir nach Hause. Wenn er länger arbeitete, kam er später nach oder er fuhr zu sich nach Hause. In der Regel hatten wir zwei bis drei Nachmittage für uns. Die Wochenenden waren da schon schwieriger zu organisieren, oft hatte Leo Außentermine oder er wollte Verträge überarbeiten. Meine Wochenenden wurden sehr schnell einsam für mich ohne ihn. Manchmal kam es vor, dass er mich zu sich nach Hause einlud. Ich versuchte, mich vor Ort zu beschäftigen. Hauptsache, wir waren zusammen. Aber das war mehr als problematisch, wie sich sehr schnell herausstellte. Oft lief ich einfach nur gelangweilt im Haus herum, während er arbeitete. Schnell war klar, dass wir so nicht zusammen sein konnten. Wir waren fast ein Jahr zusammen, als ich durch Zufall ein Gespräch zweier Mitarbeiter belauschen konnte.

Der Lauscher an der Wand hört seine eigene Schande ...

So ungefähr lautet doch das Sprichwort. Es war sonst gar nicht meine Art, andere Gespräche zu belauschen, aber irgendetwas zog mich magisch an. Ich hörte erst nur lautes Gelächter, dann sagte einer: „Scharfe Schnecke, die sich unser Chef da an Land gezogen hat. So würden mir Überstunden auch Spaß machen. Seine Frau und er sind ja sowieso nur wegen des Geldes zusammen. Und so ein junges Ding, sie ist eigentlich viel zu schade für ihn.“

Ich konnte und wollte nicht glauben, was ich da soeben gehört hatte. Leo war verheiratet! Er trug doch keinen Ring. Er hat nie, niemals etwas in dieser Richtung erwähnt. Plötzlich wurde es still und ich ging zurück in mein Büro. Sie sollten mich nicht entdecken. Niemand sollte wissen, dass ich das Gespräch belauscht hatte. Ich hatte nur noch einen Wunsch, ich wollte Leos Lügen strafen.

Mein nächster Schritt war der Weg direkt in sein Büro. Ich klopfte erst gar nicht an, sondern ging sofort hinein. Dort saß er, sein Blick tief in irgendeine Akte versenkt. Selbst als ich laut die Türe ins Schloss knallte, blieb sein Blick regungslos auf seinen Unterlagen haften.

„Ich habe gerade eine sehr interessante Neuigkeit erfahren.“ Erst jetzt trafen sich unsere Blicke. „Ach du bist es.“ Wieder ging sein Blick zurück zu seinen Papieren. „Schau mich an, wenn ich mit dir Rede.“ Ich war so wütend, ich konnte nicht anders als ihn anschreien. Was immer er in den Händen hielt, er ließ es los. „Was kann ich für dich tun.“ Ich sagte, es gebe Neuigkeiten. „Ja und was! Ich habe sehr viel zu tun.“ Seine Stimme war leicht gereizt, sie klang immer so, wenn er sich gestört oder sich im Zugzwang befand. Zeit war etwas, das man von ihm nur selten bekam. „Ich habe gehört, dass du verheiratet bist.“