

## Schmerz & Verzweiflung

Ich weiß, dass ich gewollt war. Ich weiß, dass ich ein absolutes Wunschkind war und meine Eltern sich unfassbar auf mich gefreut haben. Ich weiß, dass sie immer, zu jeder Zeit das Bestmögliche getan haben. Das Beste, was sie in dem Moment konnten. Und es war nicht alles richtig.

Auch meine Eltern haben ihre Geschichten. Ihre eigenen Themen, die sie mit sich herumtragen. Ihre Vergangenheit, Gefühle, Gedanken, Überzeugungen. Und auch wenn niemand jemals absichtlich verletzen wollte, ist in unserer Familie unheimlich viel verletzt worden. Ist unfassbar viel Schmerz präsent gewesen.

Manchmal wünsche ich mir, ich hätte ein Regal mit DVDs, auf denen mein ganzes Leben gespeichert ist und auf die ich zurückgreifen könnte. Mir mein Leben nochmal wie von außen ansehen zu können, um es besser zu verstehen. Mich als Kind zu sehen, Szenen nachvollziehen zu können.

Aber vielleicht ist es auch gar nicht wichtig, genau zu wissen, wie alles war.

Das, was sehr wichtig ist, ist, wie ich mich gefühlt habe, und was es mit mir gemacht hat. Ob es die Wahrheit ist oder nicht. Ich habe lange nach der ultimativen Wahrheit gesucht. Angst gehabt, falsche Anschuldigungen zu machen. Dass meine Erinnerungen und Gefühle falsch gewesen sind und ich nicht das Recht hatte, Schmerz zu spüren. Oder traurig zu sein. Enttäuscht zu sein. Verletzt zu sein. Und als Konsequenz

habe ich alles weggeschoben. Zu kompensieren versucht. Bis ich zerbrochen bin.

Was ich heute mit Sicherheit weiß, ist, dass dieses Zerbrechen und innerlich von allem Distanzieren schon viel früher angefangen hat. Dass nicht erst die Essstörung der „Startpunkt“ meines Versuches war, mit mir und dem Leben klarzukommen, sondern eigentlich der Moment, in dem alle bisherigen Strategien nicht mehr funktionierten und das Unsichtbare sichtbar wurde. Der letzte verzweifelte Hilfeschrei. Und letztendlich die Möglichkeit, endlich aus meinem Leben auszubrechen.

Ich bin fünf Jahre alt. Meine Eltern trennen sich. Schreien. Verletzung. Trennung. Wut. Hass. Viele Szenen, die für mich als Kind keinen Sinn ergeben. Aber doch irgendwie Sinn machen müssen. Mama und Papa wissen schon, was sie tun.

Mama erklärt mir, dass sie sich in einen neuen Mann verliebt hat. Liebe ist was Schönes, sagt sie.

Ist Liebe wirklich etwas Schönes? Wahrscheinlich hat sie Recht. Mama lügt nicht. Liebe ist was Schönes.

Aber wieso streiten sich dann alle so viel? Warum ist Papa auf einmal so traurig? Und Mama verzweifelt? Warum streiten sich Mamas neuer Freund und Papa? Schreien sich an? Ist das Liebe? Soll das schön sein?

Ich glaube, Liebe ist nicht schön. Liebe ist laut. Liebe tut weh. Liebe ist verwirrend. Liebe verletzt. Liebe ist gefährlich. Aber Mama wird schon nicht lügen. Liebe ist was Schönes. Sagen sie.

Für mich ist Liebe ... Hass.

Ich bin fünf Jahre alt.

Komisch, wenn keiner Zeit hat. Mama scheint beschäftigt zu sein. Sieht sie mich überhaupt noch? Zerrissen ist sie. Sagt sie. Was heißt das? Mama wirkt überfordert. Sie sagt, sie ist überfordert. Womit? Mit mir? Zerreiße ich sie? Kann ich das?

Im Kindergarten ist mein Bruder in meine Gruppe gekommen. Der kleine Sonnenschein. Auf einmal bin ich auch hier die Große. Wie bescheuert. Ich möchte keine Rücksicht nehmen und meine Freunde nicht teilen. Ich will auch was für mich haben. Aber er klaut mir alles. Und von mir wird Verständnis erwartet. Er darf drinnen bleiben und ich werde auf den Flur geschickt. Weil wir uns gestritten haben. Warum muss ich gehen? Weil ich ein Jahr älter bin? Wahrscheinlich sind die auch überfordert mit mir.

Irgendwas mit mir ist scheinbar echt falsch.

Ich bin fünf Jahre alt.

Und schreie und trete gegen die Türen. Alles platzt raus. Ich bin überfordert, hilflos, verstehe die Welt nicht mehr. Aber es kommt keiner. Es hört mich keiner. Ich schreie und schreie und schreie. Aber es kommt keiner. Ich höre auf. Versteht ja doch niemand. Ich verstehe mich auch nicht. Mich kann keiner verstehen.

Ich bin sechs Jahre alt.

Ich komme in die Schule. An Papa-Tagen reicht die Mittagsbetreuung nicht aus. Da muss ich danach auch

noch in den Kindergarten gehen. Die betreuen länger. Mit meinem Bruder auf Papa warten.

Nirgendwo kann ich sein, keiner hält mich lange genug aus. Denke ich. Aber sage nichts. Schließlich ist das ja das Vernünftige. Mama muss arbeiten. Möchte auch mal länger arbeiten. Ich glaube, Mama ist die Arbeit wichtiger als ich. Papa muss die Arbeit auch wichtiger sein, sonst würde er ja ein bisschen früher aufhören können, oder? Arbeit scheint sowieso super wichtig zu sein.

Bei Papa dürfen wir ganz viel. Das ist schön. Essen, was es bei Mama nicht gibt. Wir können im Garten Fußball spielen. Wir sind oft im Schwimmbad. Gehen essen. Ins Kino. Mit Slush-Eis und Popcorn. Aber irgendwie darf ich das Mama nicht erzählen. Die wird dann wütend. Das, was wir bei Papa machen, scheint falsch zu sein. Mama darf aber nicht wütend sein, ich will nicht, dass Mama wütend ist. Und ich weiß ja, wie ich es verhindern kann: einfach nicht reden.

Ich bin sieben Jahre alt.

Die Autobahn kenne ich gut. Wir fahren mit Papa. Die eine Hälfte. Auf dem Rasthof wird getauscht. Wir steigen in das Auto von Oma und Opa. Ich bin gerne bei Oma und Opa. Da kann man Kind sein. Ich bin gerne bei Oma und Opa. Honigbrot und Pfannkuchen. Opa macht die besten Pfannkuchen. Da ist es lustig. Da ist es schön. Nur, warum kommt Papa nicht mit? Ich glaube, ich bin zu viel. Er gibt uns ab. Auf dem Rasthof. Übergabe. Ich

bin verwirrt und traurig. Und versuche glücklich zu sein. Weil bei Oma und Opa ist es doch schön?!

Ich bin acht Jahre alt.

Papa steht im Treppenhaus. Mama an der Tür. Übergabe. Lustiger Begriff. Kinderübergabe für die Ferien. Mama und Papa streiten. Mama sei egoistisch, schreit Papa. Plane die Ferien, wie ihr das passe. Ob sie mal an ihn gedacht habe? Das könne sie vergessen, früher in den Urlaub zu fahren. Das Leben sei kein Wunschkonzert. Und ganz bestimmt nehme er uns nicht zwei Tage früher, dann hätte er uns ja zwei Tage länger. So laufe das nicht.

Du bist mittwochs auch nie pünktlich. Erwidert Mama. Da habe ich die Kinder manchmal auch länger. Dreißig Minuten. Schon mal daran gedacht? Mittwoch ist mein kinderfreier Tag. Da holst du sie auch nicht pünktlich.

Kinderfrei, Übergabe ... Ich glaube, ich bin eine ganz schöne Last. Keiner will mich haben. Ich bin zu viel. Wie kann ich den Streit gutmachen? Die streiten wegen mir. Ich bin ein Fehler.

Ich mache alles kaputt.

Ich bin neun Jahre alt.

Papa lernt eine neue Frau kennen. Sie ziehen zusammen. Ich mag sie nicht. Sie macht mir Angst. Sie nimmt mir Papa weg. Papa macht nicht mehr so viel mit uns. Aber er scheint glücklich zu sein. Glücklicher als vorher. Ich glaube, wir waren nicht gut genug. Ich glaube, ich habe es nicht geschafft, genug zu sein, damit

Papa glücklich ist. Ich glaube, Papa liebt uns weniger als sie. Ich wusste ja, Liebe ist gefährlich. Auf einmal schimpft er viel mehr. Und kritisiert ganz viel. Ich glaube, er schämt sich für uns. So wie ich bin, bin ich nicht gut genug. Passe nicht in diese Familie. Ich bin falsch, ich bin zu viel.

Ich bin neun Jahre alt.

Und ich möchte tot sein. Ich lege mich auf die Straße. Mama ist wütend und zieht mich hoch. Schimpft. Ich dachte, sie wäre glücklich, wenn ich nicht mehr da wäre. Verwirrend.

Ich bin zehn Jahre alt.

„Hat dir Papa das Geld gegeben?“ Nein. Hatte er? Ich weiß es nicht. Ich schüttle den Kopf. Es geht um ein Euro zwanzig. Für den Bus. Zu Papa. Mama ist sauer. Sie möchte nicht bezahlen. Papa ist verantwortlich. Schließlich ist es ja der Bus zu ihm. Und streng genommen fängt da ja schon der Papa-Tag an. Verstehe ich. Wobei. Papa-Tag ist doch mittwochs ab halb fünf. Im Bus bin ich *vor* halb fünf. Ist also doch Mama verantwortlich?

Ich glaube, keiner ist verantwortlich. Ich glaube, ich bin es nicht wert. Ich glaube, die ein Euro zwanzig sind zu teuer. Ich bin zu teuer. Warum sonst sollte keiner zahlen wollen?

Ich bin elf Jahre alt.