

42,9 Kilo *Wenn du dich suchst, ich bin hier!*

Das erste Mal, als Emelynes Vater ernsthaft Kinder wollte, war im Alter von 15 Jahren... Mit Ende 16 kam er dann, nach einigen anderen Bekanntschaften, mit Emelynes Mutter zusammen.

Mit 19 war er verlobt, mit 21 verheiratet und als er 23 war, kam sein Sohn auf die Welt. Mit 25 machte er sich selbstständig, um seine Zeit mit Frau und Familie verbringen zu können. Sieben Monate später wurde dann seine Tochter Emelyne geboren... (Gearbeitet wurde zu dieser Zeit abends oder nachts – schnell und effektiv wie er war, hatte das bequem gereicht...)

Als keine Aufträge mehr zu bekommen waren, änderte er seine berufliche Ausrichtung und arbeitete dann, wie Jahre zuvor schon einmal kurz, in der Weiterbildung. Das hieß aber auch, wieder tagsüber und außer Haus tätig sein.

Zu dieser Zeit ging es familiär dann bergab und die Situation eskalierte immer mehr, bis er vier Jahre später, mit 30, die Notbremse zog und seine Ehe beendete. Doch das, was zum Wohle aller gedacht war, wurde zur Lebenskatastrophe für alle.

Er bekam dabei, unter anderem, in kürzester Zeit seine Kinder weggenommen – und sie ihn. Und er hatte keinerlei Möglichkeiten, etwas für sie zu tun, als es ihnen immer schlechter ging.

Obwohl er über sechs Jahre lang versuchte, alle Hebel in Bewegung zu setzen, wurde er stets von der Mutter und ihren Anwälten – und gleichermaßen unterstützt von Jugendamt und Familiengericht – erfolgreich daran gehindert. Trotz eines „gemeinsamen“ Sorgerechts und selbst dann noch, als Jugendamt und Familiengericht übereinstimmend die Angstzustände und psychischen Probleme von Emelyne bestätigten.

Praktisch jeder wusste, was los war – aber niemand half...

Unter dieser massiven Belastung und Zerissenheit brach Emelyne dann den Kontakt zu ihrem Vater vollständig ab...

Fast fünf Jahre lang schrieb er, schickte Geschenke, ließ etwas ausrichten – keine Resonanz. Doch er hielt die Tür offen für sie...

Zu der Zeit, wo sie dann zum ersten Mal wieder antwortete, war sie praktisch am Ende. Doch Emelynes Vater wusste: Am Ende ist man erst, wenn es vorbei ist! Und so nutzte er die wenige Zeit, die sie noch hatten, um Emelyne zu zeigen, wie sie ein neues Leben anfangen und ihr altes Leben hinter sich lassen konnte...

Und Emelyne nutzte dann erfolgreich diese ihr bis dahin unbekannten Möglichkeiten, welche ihr gleichermaßen unerwartet wie unverhofft zugefallen waren – und von denen in diesem Buch ausführlich die Rede sein wird...

42,9 Kilo

Band 2 **Wenn
du dich
suchst, ich
bin hier!**

Emelynes Vater

Bitte beachten!

Nichts in diesem Buch stellt einen Ratschlag dar oder soll zu irgendwelchen Handlungen, gleich welcher Art, auffordern!

Ebenso soll dieses Buch keinerlei Beratung ersetzen – erst recht keine psychologische oder medizinische!

Der Zweck dieses Buches dient ausschließlich dem Erzählen der persönlichen Erfahrungen und Ansichten des Verfassers, der sich damit aber zu keiner Zeit einen Anspruch auf Gültigkeit für irgendetwas oder irgendjemand anderen herausnimmt!

Was immer der Leser mit dem Inhalt dieses Buches anfängt, liegt ausschließlich in der Verantwortung von einem selber – eine diesbezügliche Haftung bei Personen-, Sach- und Vermögensschäden wird ausdrücklich ausgeschlossen.

Damit die Privatsphäre der Beteiligten gewahrt bleibt, sind sämtliche Namen durch Pseudonyme ersetzt worden. Anklagen oder Vorwürfe gegenüber irgendjemand sind zu keiner Zeit beabsichtigt – sollte dies in den Text hineininterpretiert werden, so wäre dies eine Fehlinterpretation!

Impressum

© 2017, Holger Lipp DTP Unternehmen, Emelynes Vater

Herausgeber, Umschlaggestaltung, Titelbild, Layout, Korrektorat und
DTP-Produktion: Holger Lipp DTP Unternehmen, 94143 Grainet

Verlag: tredition GmbH, Hamburg

ISBN Paperback-Ausgabe: 978-3-7439-4254-7

ISBN Hardcover-Ausgabe: 978-3-7439-4255-4

ISBN e-Book-Ausgabe: 978-3-7439-4256-1

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages und der Rechteinhaber unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der
Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind
im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	7
Erzählungen	9
Abschluss	195
Nachwort	233

Anmerkung:

Dieses Buch bezieht sich in vielen Teilen sehr stark auf den Vorgängerband „42,9 Kilo – Alles andere war zum Kotzen“.

Ohne Kenntnis des Vorgängerbandes werden daher sinnvolle Zusammenhänge bisweilen nur eingeschränkt zu erkennen sein.

Kontakt zu Emelynes Vater:

Emelynes.Vater@gmx.de

(Bitte beachten: Wenn es vom zeitlichen Aufwand her auch nur irgendwie machbar ist, werden sicher sämtliche E-Mails gelesen. Eine persönliche Beantwortung jeder eingehenden E-Mail ist aber höchstwahrscheinlich nicht in jedem Fall umzusetzen. Ich bitte um Verständnis!)

Vorwort

Essgestörte sind für mich in der Falle – und zwar in der gefährlichsten, in der man sein kann: In der „eigenen“! Doch scheinbar ist es für sie oft der einzige sichtbare Ausweg, um allen anderen Fallen entgehen zu können...

Doch es gibt durchaus auch noch andere Möglichkeiten – und ich denke, sogar viele! Ein paar davon konnte ich Emelyne erzählen. Und diese wenigen haben gereicht, dass sie herausfinden konnte, was sie „wirklich“ wollte – und es damit dann auch bekommen konnte!

Erzählungen

Als Emelyne meinen Text auf der Rückseite ihres Buches gelesen hatte „... *der Erfolg gebührt ganz sicher ausschließlich ihr!*“, da wollte sie dem nicht so wirklich zustimmen – aber ich habe ihr erklärt, was ich damit meine. Ich habe ihr oft gesagt: „*Alles steht und fällt mit dir – ohne dich ist alles nichts!*“

Und um ihr das näher zu erläutern, habe ich beim ersten Mal dazu gesagt: „... *es gibt nichts, was du alleine tun kannst – aber alles, was du schaffst, ist trotzdem immer nur dein Verdienst!*“

Ich habe ihr dann gerne mein Beispiel von Wettkampfsportlern erzählt ...

„Pass auf, stell dir vor, du bist Boxer, Skispringer oder Tennisspieler. Aber wer baut jetzt den Wettkampfring, die Sprungschanze oder den Tennisplatz? Woher kommt deine Ausrüstung und wer hat die Techniken und die Trainingsmethoden erfunden oder entdeckt? Und wie würdest du dich messen wollen, wenn es keine Mitstreiter gäbe? All das und noch vieles mehr ist nicht von dir und ohne all das gingen diese Dinge nicht, zumindest nicht im Moment, denn du alleine könntest sie gar nicht so schnell zur Verfügung stellen. Und woher sollten zum Beispiel, auf die Schnelle, die Straße herkommen und das Auto, mit dem wir ins Training fahren? Wie sollten wir ganz alleine unser Essen zur Verfügung stellen, die Kleidung, all die Selbstverständlichkeiten und Gewohnheiten, die wir haben, wie soll das gehen, jetzt gleich, wenn das alles nicht schon irgendwie da wäre? Das ist zur Verfügung gestellt von anderen ...“

Wir würden uns nicht einmal unterhalten können, wenn andere uns nicht gezeigt hätten, wie man spricht. Wir hätten es niemals von selber gelernt, alleine, zumindest nicht in diesem einen Leben. Und von all diesen Dingen waren

und sind wir völlig abhängig: Wenn man ganz alleine wäre, ohne irgendetwas oder irgendjemand sonst, gäbe es praktisch nichts, was man tun könnte. Wie würden wir zum Beispiel auf einen Berg steigen wollen, wenn es keinen Berg gäbe?

Aber wenn es einen Berg gibt, dann wäre das wieder völlig belanglos, auch trotz aller verfügbaren Bergsteigerausstattung, Karten und was auch immer, solange du dich nicht aufmachst und losgehst, solange du dich nicht in Bewegung setzt und einen Schritt nach dem anderen machst ...

Wenn du einen vorhandenen Berg einfach ignorierst, dann wirst du höchstwahrscheinlich nie erleben, was er dir bieten könnte: Von der Erfahrung angefangen, was es bedeutet, einen Berg zu besteigen, über die Gewissheit, dass du das kannst, wenn du willst, bis hin zum Wissen, was dort oben für ein atemberaubender Ausblick ist, wo du einen Überblick über die Dinge haben kannst, auf eine Art, die hier unten schwer vorstellbar ist ...

Aber wenn du dich aufmachst, das herauszufinden, wenn du dich entschieden hast, den Berg zu besteigen und dich auf den Weg machst, dann mögen die Schuhe an deinen Füßen zwar nicht von dir sein – deine Schritte aber sind es schon! Die Karte, nach der du voran schreitest, ist wahrscheinlich auch nicht von dir – dein Weg, den du gehst, der ist es trotzdem! Und die Worte, mit denen ich dir all das erkläre, die sind zwar ebenfalls nicht von mir, nicht ein einziges davon habe ich erschaffen oder erfunden oder entdeckt – man könnte mit einiger Berechtigung sicher sagen, ich „plappere sie alle nur nach“ – aber was ich dir damit erzähle, das ist alles von mir, das ist meins: Das bin ich!

Und genauso gehst auch du jetzt her und verwendest: Von dem, was ich dir erzähle, von dem, was ich dir zeige und was ich dir zur Verfügung stelle (was ich selber ja auch nur „verwende“). Aber wenn du nicht etwas damit „machst“, wenn du es nicht „an“wendest, dann ist das alles „nichts“ ...

Das sind zwar jeden Zweifel alles greif- und erlebbare Realitäten – wenn auch vielleicht nur in meiner Welt – aber wenn du sie ignorierst, dann wird all das in deiner Welt nicht mehr als eine vage Phantasie sein ...“

Emelyne hat ein paar meiner Worte sinngemäß ja auch erzählt, im Gesamten war der Satz: „Ich kann dir Essen zur Verfügung stellen, ich kann es für dich kochen, ich kann dich füttern – ich könnte es dir sogar vorbereiten und ich würde es vielleicht auch irgendwie in deinen Magen bekommen, wenn es gar nicht anders ginge ... Aber wenn du dich weigerst, es „anzunehmen“, es zu verdauen und aufzunehmen, dann kann ich nichts tun – dann wirst du einfach sterben! Und wenn das deine Wahl wäre, deine Entscheidung, dann würde ich das, wohl oder übel, akzeptieren müssen – was sollte ich denn sonst tun? Was könnte ich denn sonst tun? Einen Kampf kämpfen, den ich nur verlieren kann? Einen Kampf kämpfen, der dann kein Kampf mehr „für“ dich sondern nur noch gegen dich wäre? Und für wen sollte ich das dann tun? Für mich??? Es geht hier nicht um mich ...“

Und das fände ich ganz wünschenswert, wenn diese Sichtweise ein wenig mehr Einzug halten würde, bei allen „Betroffenen“ der Betroffenen: Es geht nicht um uns!

Es geht nicht um das, was *wir* uns vorstellen! Es geht nicht um *unsere* Ängste, um *unsere* Tränen und um *unser* Leid. Es geht auch nicht um *unser* Leben und was darin gerade passiert – *es geht um das Leben eines anderen!* Und dieses Bewusst-Machen fände ich ganz angemessen – denn dieser andere ist vielleicht sogar *unser* eigenes Kind...

Aber damit ist es noch lange nicht „*unser*“ Kind! Und genauso wenig ist es von irgendjemand „*mein*“ Patient! Und daher geht es nicht darum, was *wir* wollen und was

wir uns vielleicht wünschen: Es geht um den Willen und die Wünsche *dieses* Menschen. Es geht auch nicht darum, was *wir* für richtig halten – und erst recht nicht, was *wir* „für diesen Menschen“ für richtig halten! – sondern darum, dass wir diesen Menschen unterstützen, zuerst entscheiden und dann auch durchführen zu können, was *dieser* Mensch will! Es geht um Respekt ...

Es geht um das Respektieren der Bedürfnisse eines anderen. Nichts weniger hat jedes Kind verdient, von Anfang an, schon im Mutterleib – und benötigt es ebenso dringend! – wenn es lebensfähig sein, bleiben und werden soll. Nichts weniger hat jeder Mensch verdient, im Laufe seines Lebens, wenn es ein Leben sein soll, das lebens„wert“ ist: Ein Leben, das diesem Menschen etwas bedeutet, für das er aufsteht und für das er einsteht, sprich, das er leben möchte.

Und nichts weniger ist angemessen, wenn ein Mensch sein Leben beenden will – damit er es in Würde beenden kann. Und ohne Respekt wird all das ganz schnell unwürdig und nicht mehr lebenswert – für keinen! Höchstens noch für diejenigen, die dabei meinen, sie täten „das Richtig“. Aber wie kann das sein, dann, wenn es respektlos ist? Sind Anmaßung und daraus folgende Entmachtung und Entmündigung eines anderen Ausdruckformen von Respekt? Ich persönlich kann das nicht erkennen ...

Ich habe unter anderem circa zehn Jahre lang Hunderte von Menschen im Computerbereich weiter gebildet: Auszubildende, Arbeitslose, Umschüler, Privatleute, Fachleute – und oft dieselben Personen Tag für Tag, über Wochen und bisweilen über Monate hinweg. Die Zielvorgabe war immer das Verbessern einer beruflichen Kompetenz. Aber bei denen, die schon Probleme hatten,

zum Beispiel bei Arbeitslosen oder Umschülern, hätte dieses Ziel oftmals nicht wirklich erreicht werden können, wenn ich nicht an den Menschen dahinter gekommen wäre.

Und mein Entsetzen und mein Unglauben waren oft genauso groß, wie meine Zuversicht und meine Gewissheit, wenn ich in einer neuen Klasse die Teilnehmer kurz habe erzählen lassen, was sie beruflich bereits gemacht haben, damit die anderen Teilnehmer ein bisschen Ahnung bekommen, wer da noch alles mit an den Tischen sitzt, um sich dann gegenseitig zu kennen und unterstützen zu können. Und ich habe dann gerne lächelnd in eine weitere, mich ungläubig ansehende Runde gesagt: „*Ein Säckchen voller Perlen – wie jede Klasse!*“

Und *ich* konnte das sagen, denn ich war normalerweise der Einzige von allen, der früher mal von der Schule geflogen war ... Nicht, weil ich in der elften Klasse nichts getan hätte, sondern weil es einfach nicht gereicht hat, obwohl ich mich vorher noch nie so angestrengt und bemüht hatte und unbedingt wollte: Aber zweimal eine Klasse nicht schaffen, heißt Schule verlassen, ob man will oder nicht. Und bei mir hieß das „*begraben des damaligen Traumberufs*“, der ohne Abitur nicht möglich war.

Das hieß dann umorientieren, vier Wochen später eine Lehre anfangen, die mir mein Vater auf die Schnelle ermöglicht hatte – was alles „nichts“ gewesen wäre, hätte ich nicht zugegriffen und den Einstellungstest gegen Konkurrenz erfolgreich absolviert – und diese Lehre nach weniger als zwei Jahren mit Auszeichnung der Stadt München für besondere Leistungen und einem Schulnotendurchschnitt von unter 1,3 abzuschließen.

Aber das war nichts, das war gar nichts, im Vergleich zu dem, was hier vor mir saß: Mit Abitur, mit Studium, mit Spezialausbildungen, mit Berufskompetenzen und

-erfahrungen und, und, und. Und ich dachte mir oft: Wie konnte das nur passieren, dass ihr hier sitzt? Eigentlich müsstet *ihr*, bei allem was ihr könnt, hier vorne stehen – und ich müsste in der Bank sitzen! Warum in aller Welt ist das bei euch nicht so...?

Es war deshalb so, weil es etwas gab, das mir bewusst war und ihnen nicht. Etwas, das sie immer zuerst nicht glaubten, wenn ich am Anfang sagte: „*Ihr werdet bei mir nichts lernen – einfach deshalb, weil es nichts gibt, was ihr lernen müsst. Alles, was ihr braucht, habt ihr und alles, was ihr können müsst, könnt ihr bereits – und das ist es, was ich euch zeigen werde: Dass es so ist! Und dann werde ich euch zeigen, wie ihr es einsetzen könnt! Es geht hier nicht darum, dass ich euch etwas zeige, was „ich“ kann. Es geht darum, dass ihr sehen sollt, was „ihr“ könnt!*“

Ich wusste, dass ich mit einem Bruchteil dessen, was sie konnten, mehr als erfolgreich gewesen war. Daher konnte ich auch unzweifelhaft sehen, dass sie mehr als genug „gut“ waren. Jetzt ging es nur noch darum, ihnen das bewusst zu machen – auch wenn dieses „nur“ bisweilen der härteste Job war, den ich je gemacht habe. Und für Schüler von mir war das bisweilen möglicherweise ebenso ... (Jemanden davon zu überzeugen, dass er „gut“ ist, dauert erstaunlicherweise wesentlich länger, als jemanden zu überzeugen, dass er „schlecht“ ist ... Darüber sollten wir als Gesellschaft mal nachdenken, finde ich.)

Und deshalb erzählte ich Emelyne mein Beispiel mit den Wettkampfsportlern und sagte: „*Der Trainer steht natürlich immer im Hintergrund, er begleitet, unterstützt, motiviert – und ohne diesen Trainer hätte es der Athlet möglicherweise nie geschafft; wie er vielleicht meint. (Doch das ist ein Irrtum, denke ich: Im Yoga heißt es so schön „... ist der Schüler bereit, erscheint der Lehrer!“ „Egal welcher“,*

sage ich! Ganz gleich, in welcher Form: Als Person, als Buch oder als Idee, egal...) Der Athlet aber ist es, der dann in den Ring steigt und austeilen und auch einstecken muss. Diese Person steigt dann auf die Skischranze und wagt den Sprung in die Tiefe oder geht auf den Wettkampfplatz und stellt sich – während der Trainer dann praktisch nur noch dasitzt und zusieht. Und deshalb bekommt dann auch nur der Athlet die Auszeichnung, die Medaille und den Ruhm!"

Und ein guter Trainer muss sich, für mich, auch gar nicht profilieren, er hat sich normalerweise bereits selbst bewiesen und begleitet und unterstützt seinen Schützling einfach nur an den Stellen, wo er weiß oder sieht, dass es schwierig werden kann.

Gefährlich wird es nur, wenn er versucht, seinen Schützling bewusst oder unbewusst zu etwas zu bringen, was dieser gar nicht möchte. Etwas, das nur die Vorstellung des Trainers ist, vielleicht sogar, weil er dieses Etwas selber nie erreicht hat und nun möchte, dass sein Schützling es stellvertretend für ihn erreichen soll.

Wenn es hier um „Selbstverwirklichung“ geht, dann sollte es aber um die Selbstverwirklichung des Schützlings gehen und nicht um die des Trainers, denke ich. Andernfalls wird der Schützling nur benutzt, um den eigenen Interessen zu dienen, den eigenen Vorstellungen.

Und auf die Essgestörten bezogen habe ich oftmals den Eindruck bekommen, dass ihr Umfeld sich nicht wirklich für *ihr* Leiden interessiert, sondern vielmehr sagt: „Hör endlich auf mit dem, was du da tust, weil *ich* sonst darunter leiden werde!“ Dass das Leiden beim Anderen aber bereits Alltag geworden ist, und sein Verhalten ein daraus resultierender Hilferuf, wird scheinbar oftmals übersehen. So oft habe ich gesehen oder gehört: „Hör auf damit! Iss endlich! Sei endlich normal! Lass das!

Tu endlich dies, tu jenes ... „, und so weiter. Und viel zu selten: „Was ist mit dir? Was fehlt dir? Was möchtest du? Und warum möchtest du das ... ?“

Es wird bisweilen gesagt, dass essgestörte Mädchen oder Frauen einem Bild nacheifern, das ihnen von den Medien oder ihrem Umfeld eingeimpft wird – einem Bild, wie Frauen oder Mädchen zu sein und auszusehen haben. Und es wird gesagt, dass dieses Bild ein Irrtum sei und dass diese Mädchen verführt und fehlgeleitet sind – und dann wird dagegen angegangen. Aber wie...?

Eigentlich auf genau dieselbe Art – es wird ihnen genau das-selbe vermittelt: „Wenn du nicht so oder so aussiehst“ – jetzt aber, wie „wir“ uns das vorstellen (die Eltern, die Lehrer, die Mitmenschen, die Ärzte, egal wer...) – „dann finden wir das nicht gut, dann ist das nicht in Ordnung, sprich, dann wird das – dann wirst du! – von uns nicht akzeptiert!“

Die Botschaft, die aus beiden Lagern kommt, ist also beliebig austauschbar, denn sie heißt immer: „Sei nicht, wie du bist – sei so, wie „wir“ dich wollen...“

Wie hieß das noch so schön (in der Bibel)? Den Teufel mit dem Beelzebub austreiben ...??

Wenn ich dann Dokumentationen von manchen Therapieeinrichtungen sehe, in denen die sogenannten Essgestörten dazu genötigt, um nicht zu sagen mental und körperlich vergewaltigt werden, höchst kalorienreiche Substanzen in sich hineinwürgen zu müssen – und ich verweigere hier ganz bewusst, diese Dinge als Nahrungs- oder gar Lebensmittel zu benennen! – dann muss ich sagen, anstelle dieser Patienten würde ich auch nichts anderes mehr als massiven Brechreiz empfinden ...

Wenn das dann auch noch sogenannte Pflegekräfte oder Ärzte befürworten und durchführen, die dabei

rauchen oder selbst nur minderwertige Nahrung in sich hineinstopfen, die (auch ärztlich) anerkanntermaßen als nicht gesund bezeichnet wird (und das vor den Augen derer, deren Verhalten sie selber als ausdrücklich ungesund bezeichnen), und wenn die körperliche Erscheinung dieser Pflegepersonen dazu schon im Allgemeinen nicht unbedingt als erstrebenswertes Vorbild propagiert würde (und von jungen Menschen im Speziellen noch viel weniger), dann kann ich persönlich nicht mehr nachvollziehen, wie das zum Erfolg führen soll.

Die einen verhalten sich mit aller ihnen möglichen Macht zwanghaft, um (für sich selbst) eine Zahl *unten* auf der Waage zu erreichen und die anderen machen praktisch dasselbe um (bei „ihrem“ Patienten) eine Zahl *oben* auf der Waage zu erreichen – beide oftmals nicht zimperlich in der Wahl ihrer Mittel und beide darauf aus, ihr Ziel zu erreichen. Und wenn es sein muss, bisweilen auch mit rohester Gewalt, ohne Blick auf die Verluste und das Leid, was auf dem Weg dahin entsteht.

Ich habe bei Emelyne ein Buch gesehen, wo eine Mägersüchtige ihre Krankenhausmartyrien beschrieben hat, bis hin zu gewaltsamem Aufs-Bett-Fesseln und Magen-sonde einführen – oder sollte ich besser sagen „hineinstoßen“? Doch trotz allen, ich sage mal „Anstrengungen“ („Bemühungen“ kann ich das jetzt nicht nennen ...), hat das Mädchen sich durchgesetzt – sie hat sich am Ende „erfolgreich“ zu Tode gehungert. Was für ein Sieg ...

Da werden bisweilen junge Menschen, die sich in einer für sie höchst problematischen, ja manchmal buchstäblich lebensgefährlichen Situation befinden, auf eine Art und Weise behandelt, dass mir nur noch schlecht werden kann: In einem Alter, in dem sich noch nicht einmal „normale“ Menschen in einer stabilen, soliden Persönlichkeitsverfassung befinden – und gar nicht befinden

können! – werden diese Menschen nicht *aufgebaut*, sondern es wird der Versuch unternommen, sie nach Normalmaßstäben *umzubauen*. Und wer dabei nicht erkennen kann, dass auf diesem Weg diese Menschen oftmals geradewegs gebrochen werden (nicht selten absichtlich wie es scheint – um sie dann „richtig“zustellen), der sieht für mich nicht mit offenen Augen hin: Was sonst wäre es, wenn einem jungen Mädchen, das sehnsüchtig einen Elternteil zu Besuch in einer Therapieeinrichtung erwartet und das noch viel lieber endlich entlassen und wieder nach Hause will, beides von der Heimleitung verweigert wird, weil sie einmal(!) die dortigen Essvorgaben nicht eingehalten hat ...?

Ja, das eine war ein Buch und das andere war eine Dokumentation. Und ich war weder bei dem einen dabei noch bei dem anderen. Und alle Personen habe ich nie persönlich gesehen oder gesprochen. Ich habe also keine Ahnung, ob das alles stimmt, völlig richtig!

Aber ich kenne Ähnliches selber und weiß, wie es ist, als kleines Kind ins Krankenhaus zu kommen und Ärzten und Schwestern ausgeliefert zu sein und emotional erpresst zu werden. Ich weiß, wie es ist, mit nur wenigen Jahren wochenlang von zu Hause weg zu sein, in einem Kinderheim – von den Eltern vertrauensvoll und mit bestem Gewissen dorthin geschickt, da ärztlich empfohlen, um die labile Gesundheit zu verbessern – und dort drangsaliert zu werden. Irgendwo zu sein, wo man gesagt bekommt, was passiert und was getan wird, wäre gut für einen und nur zum eigenen Besten.

Aber man merkt ganz schnell, dass die anderen nur erwarten, dass man tut, was *sie* für das Beste halten, ganz egal, ob es einem selber gefällt oder nicht – und dass es ganz schnell sehr unschön wird, wenn man nicht Folge

leistet und nicht tut, was *sie* wollen. Und ich weiß, wie es ist, wenn keiner da ist, der einem hilft und wenn die Türen verschlossen sind und man nicht weg kann. Wenn man auch gar nicht wüsste, wohin. In einem Alter, in dem man zwar die Worte „drei oder vier Wochen“ schon öfter gehört hat, aber sich noch nicht wirklich etwas darunter vorstellen kann, wie lange das eigentlich ist. Doch im fortgeschrittenen Alter ist das wohl kaum besser, befürchte ich – in einem Alter, wo man schon weitaus besser versteht, was da gerade mit einem gemacht wird ...

„Machtspiele“ – und, wie ich befürchte, viel zu oft als Kompensation der eigenen Ohnmacht derer, die hier „Macht“ ausüben ...

Was wäre daran falsch, gleich mit einer richtigen Ernährung anzufangen – *einer, die man dann ein Leben lang beibehalten kann!* – anstelle von einem *Mastfraß*, den man über kurz oder lang sowieso wieder einstellen muss, weil man sonst *davon ernsthaft krank* wird?

Was wäre daran falsch, Menschen *anzuleiten*, statt ihnen nur Vorschriften zu machen? Sie zu *motivieren*, statt sie zu drangsalieren? Sie zur Verantwortung zu erziehen, statt ihnen die Verantwortung und ihre Entscheidungsgewalt *immer mehr zu nehmen*?

Was kann richtig sein, an Wegen, die Sackgassen sind, die man auf Dauer gar nicht durchführen *kann*? Was dann? *Wieder* neu anfangen? *Wieder* mit etwas anderem? Diese Menschen *sind doch schon* mehr als instabil – wie sollen da dann dauernde Veränderungen die scheinbar sehnlichst erwünschte Stabilität bieten?

Diese Menschen halten sich doch *sowieso schon* am letzten Strohhalm fest, den sie noch haben – auch wenn dieser Strohhalm nur noch eine Zahl auf einer Waage ist. Aber es ist zumindest etwas, *dass sie noch haben!* Aber

nicht selten, so scheint es, ist es das letzte Ruder auf ihrem Boot ...

Doch oftmals wird verlangt, dass sie dieses Ruder über Bord werfen sollen – von Menschen, denen sie nicht oder nicht mehr vertrauen oder die sie nicht einmal wirklich kennen. Von Menschen, von denen sie – zumindest ihrer Empfindung nach – massiv bevormundet oder sogar angegriffen werden. Und die sich nicht einmal Zeit für sie nehmen wollen; denn es muss schnell gehen ...

Eine Person, die sich über Monate und teilweise Jahre hinweg heruntergehungert hat, soll in wenigen Wochen so zunehmen, dass sie wieder „normal“ ist. Aber was für ein nutzloser und gleichermaßen auch erfolgloser Irrweg das ist, kann man ja schon massenhaft – und das seit Jahrzehnten! – an all den Leuten unserer Gesellschaft beobachten, die das Gleiche in der anderen Richtung versuchen: All die, welche sich über Monate oder Jahre hinweg „Übergewicht“ aufgebaut haben, wie auch immer, und jetzt in kurzer Zeit alles abnehmen wollen ...

Und von der geistigen Verfassung gar nicht zu reden: Jede berufliche Lehre dauert zwei bis drei Jahre – und zwar Vollzeit! Aber hier sollen Menschen in wenigen Monaten oder gar Wochen Fähigkeiten fürs Leben lernen und dann selbstständig damit klar kommen ...

Aber das sollen sie ja eigentlich gar nicht, wie mir scheint – zumindest wüsste ich nicht, wie das auf diese Art funktionieren soll: Denn es geht nicht um *angeleitet werden, selber ausprobieren und selber erfahren* von etwas, was man *will*. Man soll vielmehr „folgen“, sprich, ohne große Widerrede etwas einfach nachmachen, was einem vorgescriben wird, etwas, was man darüber hinaus eigentlich gar nicht möchte und wo man eigentlich gar nicht weiß, warum man das überhaupt tun soll. Wie bisweilen eine verhasste Schul- oder Berufsausbildung,

zu der man genötigt wird, weil sie angeblich „richtig“ ist und weil sie von einem „erwartet“ wird; aus welchem Grund auch immer. Wie glücklich – und wie „gut“ – solche Leute dann in der Praxis, in der Anwendung, im „Leben“ sind, habe ich mehr als genug live erlebt: Sie saßen oftmals nur deshalb bei mir wieder auf der (Schul-) Bank, weil sie damit nicht mehr weiterkamen – für mich verständlicherweise ...

Wer erwartet, dass ein Kind von jetzt auf gleich etwas kann? Und wenn doch, wie sinnvoll ist das wohl ... ? Und wer will behaupten, dass Erziehung eine Sache von kurzer Dauer ist? Aber „Erziehung“ ist, für mich, nicht das Hervorbringen von etwas, was man selbst oder andere gerne sehen möchten – das ist „Dressur“ und „Drill“. (Und auch hier wird gerne das Mittel angewendet, dass erstmal der Wille dessen, der „erzogen“ werden soll, „gebrochen“ werden muss ...)

Erziehung jedoch, für mich, ist das Hervorbringen von dem, was ein Mensch bereits in sich trägt – das Ermöglichen des Selbstausdrucks, das Bewusstmachen, dass man befähigt ist, das zu tun, was man tun möchte! Aber dazu braucht es Führung – und natürlich auch folgen. Aber „Führung“ ist nicht auf einen Weg zwingen – und „folgen“ ist nicht an den Haaren hinterhergeschleift werden und, solcherart genötigt, irgendwann dann nach- oder aufgeben!

Aber Führung braucht häufig eben Zeit – denn führen lässt sich nur, wer vertraut! Und Vertrauen braucht nicht immer Erfahrung, aber doch umso mehr, wenn viel schlechte Erfahrung vorausgegangen ist!

Ich möchte zum Beispiel nicht wissen, wie viele Straßenhunde eher verhungern würden, als dass sie noch mal von einem Menschen Futter aus der Hand nehmen – zu viel Prügel haben sie erhalten. Aber körperliche Prügel,

so unzweifelhaft schlimm das ist, kann man wenigstens sehen – und oft auch dann, wenn es schon längst vorbei ist. Und man kann meistens ziemlich gut Rückschlüsse ziehen, auf das, was wohl passiert ist. Wenn jemand seelisch geprügelt wurde, ist das keineswegs so einfach ...

Ich habe Emelyne mal gesagt: „*Wenn innerhalb unserer Gesellschaft etwas passiert, das die Normalität dieser Gesellschaft sprengt, dann hat man oft den Eindruck, dass die Leute reagieren, als wäre irgendetwas Außerirdisches unvorhersehbar aus dem Weltraum auf die Erde gefallen. Leider wird nicht allzu häufig gefragt: Was hat unsere Gesellschaft getan und was haben wir als Einzelne getan, damit das überhaupt passieren konnte – oder auch, dass so etwas immer wieder passiert?*“

Dieses Verhalten kann man aber durchaus auch im Leben von Einzelnen beobachten – und vor der Beantwortung dieser Frage kann man sich drücken. Aber dann kann man auch warten, bis dasselbe wieder passiert ...

Eines der Hauptprobleme schlechthin in Emelynes Fall war, dass es immer Personen gab, denen es nicht primär um die Sache oder die wirklich Betroffenen ging, sondern darum, dass ihre eigenen Vorstellungen umgesetzt wurden, um das, was (nur) sie gerne haben wollten. Und ein weiteres Hauptproblem dazu war die mehr oder weniger große (bis hin zur totalen) Verweigerung, diese Ansichten oder Vorstellungen überhaupt hinterfragen zu lassen, geschweige denn, zur Diskussion zu stellen oder alle Beteiligten vielleicht mal ernsthaft mit einzubeziehen. Denn das hätte Konsequenzen bedeutet – und diese Konsequenzen wollte niemand. Und manchmal sogar nicht mal die Betroffenen ...

Es ist, wie ich denke, scheinbar die Weigerung, sich seine eigene, angeblich heile Welt nicht kaputtmachen

lassen zu wollen. Aber diese scheinbar „heile“ Welt (zum Beispiel die von den Eltern) zeigt spätestens in Konfrontation mit jemandem, dessen Welt ziemlich „kaputt“ ist (zum Beispiel die Welt des Kindes), dann recht schnell auf, wie heil sie wirklich ist.

All die mehr oder weniger schlimmen alltäglichen Vorkommnisse im Leben von Menschen sind leider viel zu oft nicht erledigt oder bewältigt – denn man hat sich die Umstände scheinbar so eingerichtet, dass man nicht allzu direkt oder gar nicht (mehr) damit konfrontiert wird. Man hat es so geregelt, dass man ausweichen kann und sie umgeht oder gleich komplett ignoriert. Aber dieses Ausweichen wird oftmals von Kindern und Jugendlichen nicht akzeptiert, denn sie wollen Fragen stellen. Und sie wollen Antworten auf ihre Fragen!

Und das sollten andere Antworten sein, als „da musste ich auch durch“ (zum Beispiel bei Schulmobbing), „das ist halt so, da kann ich dir auch nicht helfen“. Denn diese Antwort ist keine Antwort, sondern eine Kapitulation, denn sie heißt nichts anderes, als „ich weiß ja auch nicht (was man da machen kann)“. Und sie wirft beim Fragenden dazu grundsätzlich weitere Fragen auf: „Warum musstest du da durch...?, Warum hast du es nicht geschafft...?, Warum ist das überhaupt so...?, Und warum hat dir denn keiner geholfen...?“

Und ganz besonders: „Warum hilfst du dann *mir* jetzt nicht (wenn du es schon kennst) ...?“ Denn diese angebliche Antwort heißt ja auch ganz klar „Lass mich in Ruhe damit!“ – und lässt damit den anderen im Stich und lässt ihn allein mit sich selbst.

Und das wurde und wird, wie mir scheint, leider viel zu oft nicht gesehen, nicht erkannt oder nicht anerkannt: Dass hier ganz viele alleingelassene Menschen sind. Denn dazu muss die Fassade aufgebrochen werden ...

Die Fassade aus, nicht selten, „schöner Wohnung“, aus angeblich „heiler Familie“, die Fassade von „guter Vater“ oder „guter Mutter“ oder „gutes Zuhause“. Die Fassade von „das Kind hat doch alles“. Doch das Aufbrechen dieser Fassade wird gerne auch verweigert – denn deutlich kämen dann die darunterliegenden Risse im Mauerwerk zum Vorschein. Und das ist den Betroffenen normalerweise auch ziemlich bewusst – wenn auch oftmals unbewusst ...

Je heftiger die Gegenwehr auf angebliche Vorwürfe oder Unterstellungen erfolgt, umso wahrscheinlicher haben die Aussagen dann einen wunden Punkt getroffen (auf welche Art auch immer ...) – und dementsprechend deutlich („bewusst“) erfolgt die Abwehr. Aber die Angehörigen oder Beteiligten selbst haben diese Punkte nicht selten mehr oder weniger verdrängt und bemerken nur noch ihre starken Reaktionen, ohne erklären zu können – oder sich mal zu überlegen und bewusst zu machen! – warum sie denn so massiv reagieren wollen oder müssen. Aber mit diesem „warum“ wollen sie sich nicht auseinandersetzen. Das ist unbequem ...

Aber das hilft nichts! Denn genauso wenig, wie Essgestörte einfach nur wieder mehr essen müssten, damit dann alles wieder gut wäre, genauso wenig ist der Essgestörte das alleinige Problem. Sie scheinen, für mich, vielmehr recht oft das sichtbare Symptom der gesammelten Probleme des Umfelds zu sein. Der Probleme, die, zumindest bei Emelyne, ursprünglich gar nicht die eigenen waren – aber die zu den eigenen geworden sind, ja, regelrecht dazu gemacht wurden.

Und genauso, wie herumdoktern an einem Symptom normalerweise wenig bringt, wenn die Ursachen ignoriert werden, genauso wenig konnte Emelyne wieder „richtiggestellt“ werden, solange in ihrem Umfeld

praktisch alles „falsch“ gelaufen ist. Bei Emelyne war der Vorteil, dass sie dieses Umfeld verlassen konnte – eine zwingende Voraussetzung ist das aber nicht, denke ich.

Wenn es darum geht, dass zuerst das Umfeld richtiggestellt werden muss, bevor man sich selber richtigstellen kann, dann heißt das nicht zwangsläufig, dass man sein Umfeld verlassen müsste: In vielen Fällen würde es ausreichen, wenn man sich einfach deutlich abgrenzt – auch, wenn das sicher etwas schwieriger ist, so ist das trotzdem möglich, würde ich sagen.

Und es sieht für mich sehr danach aus, dass Essgestörte genau das versuchen: Sie grenzen sich optisch ab, sie sind nicht selten Borderliner – unter anderem, womöglich, um endlich „ihre Grenzen zu spüren“ – sie ziehen auch klare Grenzen bezüglich Essen oder der Zahl auf der Waage und sie grenzen sich und auch andere Personen aus. Aber sie scheinen dabei zu übersehen, dass sie im Versuch „andere auszugrenzen“ primär „sich selbst ausgrenzen“. Und sie scheinen dabei ebenso zu übersehen, dass ihr Versuch, damit sich selbst „zum Ausdruck zu bringen“, nur dazu führt, dass sie sich selber nur „zum Verschwinden bringen“ – buchstäblich!

Es ist eine Sackgasse, bei der ganz klar ist, dass es auf dieser Straße irgendwann nicht mehr weitergehen kann, dass in absehbarer Zeit ein Ende erreicht wird, wo *nichts mehr geht*, wenn dieser Weg weiterverfolgt wird. Aber das spielt wohl keine Rolle mehr, wenn es der einzige Weg ist, den man noch als verfügbar sieht. Und diese erschreckende Perspektive scheint bisweilen der einzige Trost zu sein, den diese Menschen noch finden: Die Gewissheit, dass all das sein Ende finden wird ..., *egal wie!*

Bleibt die Frage offen: Wie bringt man jemanden dazu, dass er das Letzte, was er zu haben glaubt, das Letzte, auf das er sich verlassen zu können glaubt, loszulassen?

Selbstverständlich habe ich keine allgemeingültige Antwort dafür! Ich kann nur erzählen, wie ich diese Situation bei Emelyne beantwortet habe. Aber es war von Anfang an klar für mich, dass die Antwort nicht der Versuch sein konnte, ihr auch noch „das Letzte“ wegzunehmen, so furchtbar dieses Letzte auch aussehen mochte.

Ich wusste, dass die Antwort es ihr ermöglichen musste, es *freiwillig* abzulegen ... Aber das würde sie nur tun, wenn sie andere Sachen, wenn sie *Alternativen* bekommen würde – *vorher!* Und diese anderen Sachen mussten mindestens ebenso verlässlich sein, wie das, was sie hatte. Besser aber „*noch verlässlicher*“!

Und es durfte keine Theorie sein, nichts, was sie sich bestenfalls „*vorstellen*“ konnte – es musste Praxis sein, vorgelebte Praxis, damit sie erkennen konnte, dass es sich um *Realitäten* handelte. Um Realitäten, in die sie dann hinüberwechseln könnte. Realitäten, die so offensichtlich und unzweifelhaft waren, dass sie sie anerkennen „musste“. Aber wie erkennt man Realitäten an? Einfach, indem man es tut ... Und das war das Erste, was ich ihr gezeigt habe, indem *ich* es getan habe ...

„Du wirst mit deinem Leben genau das tun, was alle anderen Menschen auch tun: Du wirst etwas daraus machen oder nichts daraus machen oder es ruinieren. Aber diese Entscheidung liegt ganz bei dir. Im ersten Fall könntest du auf meine Unterstützung zählen – in den anderen beiden Fällen würdest du es alleine machen müssen ... Nicht, weil ich dich dann nicht mehr mag, aber es entspricht nicht meiner Art. Wenn du den destruktiven Weg gehen willst, dann musst du ihn alleine gehen; diesen Weg werde ich nicht mitgehen. Nicht, weil ich ihn nicht gehen könnte – ich kann ihn sogar sehr gut gehen, wie ich weiß – aber ich will ihn nicht gehen! Und ich werde mich von nichts und niemandem abbringen“

lassen, diesen Weg, soweit es mir irgendwie möglich ist, zu verweigern – und wenn es wäre, möglicherweise sogar um den Preis meines Lebens. Das ist jetzt jedoch nichts, was ich anstrebe, nichts, was ich ausprobieren möchte und es ist nicht einmal etwas, das ich behaupten würde, denn wie es im Fall der Falle dann wirklich aussieht, das kann ich nicht sagen. Aber ich kann sagen, dass ich tun werde, was in meiner Macht steht, um den „konstruktiven“ Weg zu gehen. Und auf diesem Weg kann ich dich mitnehmen, wenn du möchtest...

Ich kann dich auf diesem Weg begleiten, ich kann dich auf diesem Weg unterstützen, ich kann dich beschützen und ich kann dir zeigen, wie man diesen Weg gehen kann. Und wenn du es nicht alleine schaffst, dann kann und werde ich dir helfen – wenn du es willst. Ich kann dich sogar „tragen“, wenn du nicht mehr kannst, nur eines kann und werde ich nie tun: Dir irgendetwas versprechen! Denn dazu müsste ich alles wissen und das tue ich nicht – nicht bewusst, nicht hier und jetzt. So, wie wir jetzt sind, als Menschen, und da, wo wir jetzt sind, in dieser Dimension, auf dieser Erde, da gibt es immer ein Risiko, da kann sich immer etwas ändern, da kann immer irgendetwas passieren. Und dann könnte es nötig sein, ein Versprechen zu brechen, um sich nicht selbst oder etwas anderes oder jemand anderen zu verraten – und deswegen wirst du nie ein Versprechen von mir hören. Aber du kannst davon ausgehen, dass das, was ich sage, nach bestem Wissen und Gewissen ist, dass es das ist, was ich für die Wahrheit halte und dass es das ist, wonach ich mich richten werde. Nicht, weil ich mir einen Vorteil davon verspreche und auch ganz egal, ob es mir bisweilen sogar einen Nachteil verschafft – es ist einfach das, wovon ich überzeugt bin! Es ist das, zu dem ich stehe – man könnte sagen „in guten wie in schlechten Zeiten“. Vielleicht sind das ja alles auch nur idealistische Träumereien, wie manche sagen, aber ich

sage: „Nicht nur der Träumer braucht seinen Traum, nein, auch der Traum braucht ebenso seinen Träumer“ – wenn nicht sogar noch dringender!

Und das ist es, was ich tun werde: Ich werde „mir“ meine Träume nicht nehmen lassen – und ich werde meine „Träume“ auch nicht im Stich lassen! Ich werde mein Leben so leben, wie ich es mir vorstelle, zumindest „auf die Art“, wie ich es mir vorstelle – für mich und auch für diese Vorstellungen! Und ganz egal, wie gut oder schlecht ich dabei sein werde, wie erfolgreich oder wie erfolglos – ich werde zu mir und meinen Träumen stehen; zu dem, was „meine Art“ ist! Überleg einmal selber: Du hast genug Leid auf dieser Welt gesehen, von Menschen, von Tieren, von der Umwelt, was auch immer. Hat dich das angezogen? Vielleicht, irgendwie... Aber bist du dabei aufgeblüht? Oder hat es dich eher beeinträchtigt? Warst du davon fasziniert, hat es dich beflügelt, hat es dich erfreut? Hattest du das spontane Gefühl: „Das will ich anstreben!“ Oder war das eher anders...?

Stell dir vor, du schreibst am Drehbuch deines Lebens: Steht dann irgendwo „leidende Menschen“ oder „leidende Tiere“? Steht da irgendwo „sich mal richtig ordentlich selber leiden lassen“? Würdest du sowas in deinem Leben wollen?

Gut, vielleicht manchmal. Vielleicht um der Erfahrung willen. Oder auch, weil es bisweilen scheinbar Vorteile verschaffen kann: Wer leidet, wird ja auch gelegentlich bedauert, man kümmert sich um ihn, man beachtet ihn, man versucht ihm zu helfen. Mit einem Wort: Man schenkt ihm „Aufmerksamkeit“, manchmal... Aber zum einen kann man Aufmerksamkeit auch wesentlich angenehmer bekommen und zum anderen ist ein großer Wunsch nach Aufmerksamkeit möglicherweise ja nur eine Kompensationshandlung, ein Hinweis auf „mangelnde“ Aufmerksamkeit. Aber dann stellt sich eigentlich sofort die Frage: Wie sieht es denn mit deiner Aufmerksamkeit dir selbst gegenüber aus?

Wie aufmerksam bist du zum Beispiel deinem Wunsch gegenüber, dass es dir gut gehen soll? Und wie aufmerksam berücksichtigst du diesen Wunsch deines Körpers?

Oder spürst du das beides vielleicht schon gar nicht mehr? Vielleicht ist es ja schon „normal“ für dich, dass du gar kein Interesse mehr daran hast – aber es ist nicht „natürlich“! Es entspricht nicht deiner Art. Zumindest nicht, soweit ich das sehen kann...

Vielleicht schneidest du ja bewusst in deinen Körper und er hält still dabei – weil du das so willst. Aber dein Körper zieht trotzdem instinktiv deine Hand zurück, wenn du versehentlich an etwas Heißes oder in etwas Spitzes greifst...

Du kannst ihn also zwingen, Schmerzen und Verletzungen auszuhalten. Aber Schmerzen empfinden und Verletzungen erleiden „wollen“ ist offensichtlich nicht das, was dein Körper anstrebt – wenn du „ihn“ fragst. Aber tust du das? Oder machst du dasselbe mit deinem Körper, was andere mit dir tun? Dich einfach nicht darum kümmern...?

Und wie war das mit dem „Leiden“? Ist es egal für dich, wenn andere leiden? Lässt dich das kalt? Kümmert dich das nicht: ein unglücklicher Mensch, ein verletztes Tier, ein weinendes Kind? Menschen oder Tiere in Angst, in Trauer, in Hoffnungslosigkeit? Jemand, der einsam und allein ist, verlassen, verloren, vergessen, zur Seite geschoben und ausgestoßen? Was ist dein erster Impuls? „Wunderbar, dann ist ja alles in schönster Ordnung!“ – sagst du das? Nicht, soweit ich das sehen kann...

Aber warum lässt du dich dann selber so kalt? Warum kümmertest du dich selber nicht? Warum ist das „egal“, wenn „du“ leidest?

Leiden können ist natürlich auch abhängig von einer gewissen Stärke – je stärker man ist, desto mehr kann man ertragen. Und sich selbst leiden lassen, wenn es nicht um Aufmerksamkeit bekommen geht, wird auch gerne dazu

hergenommen, um zu demonstrieren: „Seht mal, wie stark ich bin und was ich alles aushalten kann!“ Aber da, wo Kraft eingesetzt wird, obwohl sie gar nicht nötig wäre, handelt es sich nicht selten um „demonstrierte“ Stärke – und demonstrierte Stärke ist allzu oft leider nichts anderes als Schwäche!

Eine „Schutzfunktion“ – wie ein aufgeregter, ängstlicher Hund, der deswegen möglichst wild bellt... „Wirkliche“ Stärke hätte das gar nicht nötig, wenn sie in sich selber ruht, sich selbst gewiss ist – „selbst-sicher“ – und weiß, wann immer nötig, ist alles sofort verfügbar. Das führt automatisch zu Ruhe und Gelassenheit – man ist dann unangreifbar. Und war es nicht vielleicht genau das, was du angestrebt hast?? „Unangreifbar“ zu sein...?“

Nun, ganz bestimmt ist jeder Mensch irgendwo angreifbar, denke ich – mehr oder weniger. Aber Essgestörte sehen bereits schon so aus – „angegriffen“! Und sicher nicht die einzige mögliche Folge, aber sicher – unabhängig davon, ob das jetzt stimmen mag oder nicht – eine in sich sehr schlüssige Folge, dann „verschwinden“ zu wollen, unsichtbar sein zu wollen und so wenig wie möglich Angriffsfläche zu bieten. Auf der anderen Seite sind sie aber nicht selten allein schon von ihrem Verhalten und ihrer Optik „Angriff pur“!

Emelyne hat ihrem Umfeld ganz klar und unbarmherzig das eigene Verhalten widergespiegelt: Dass ihre Bedürfnisse ignoriert werden, dass man sie geistig, emotional und seelisch aushungert, dass man sie buchstäblich *verhungern* lässt, dass man sie verletzt, dass man sie stört. Wäre es dann nicht fast schon „natürlich“, wie sie darauf reagiert hat? Ja, sie war absolut „gestört“ – aber sie *wurde* gestört. Nur *was* oder *wer* sie verstört hat..., danach wurde nie gefragt!

Und das war das Zweite, was ich Emelyne gezeigt habe: Wie man sich *nicht stören lässt*. Und zwar, indem ich *mich* nicht habe stören lassen und ihr klipp und klar gesagt habe: „*Wenn deine Zielvorgabe wäre, dich kaputtzumachen oder mit dem, was du tust, umzubringen, dann werde ich dich nicht davon abhalten können ... Aber so sehr ich das auch bedauern und betrauern würde – es würde an „meinem“ Leben nichts ändern!*“

Ich habe Emelyne erklärt: „*Wenn du Leid siehst, was und wo auch immer, und du es nicht magst, dann macht nichts so wenig Sinn, wie dass du dann selber auch leidest – denn damit änderst du „gar nichts“ und du vergrößerst sogar noch das Leid „an sich“ – das, was du „nicht“ willst!*“

Ja, natürlich ist das leichter gesagt als getan – aber es ist nur schlüssig! *Und es ist machbar dazu!* Aber dazu muss möglicherweise die eine oder andere Sichtweise ein bisschen erweitert werden: Das beginnt damit, sich von einer „Opfer“sichtweise – zumindest teilweise – zu verabschieden. Und das führt dazu – wenn man es nicht verweigert – die eigene Opfer„haltung“ in Frage zu stellen. Und sich selbst als Opfer in Frage zu stellen, führt dazu, sich die Frage nach der eigenen Macht zu stellen ...

Damit begann dann Emelynes Gesundung.

Denn das war das Dritte, was ich ihr gezeigt habe: Dass sie *Macht* hat – und das weitaus mehr, als sie sich jemals davor vorstellen konnte: „*Alles steht und fällt mit dir – ohne dich ist alles nichts!*“

Und dann vollbrachte Emelyne ihre Meisterleistung: Denn so leicht es ist, das zu erkennen, so schwierig kann es sein, das dann auch *anzuerkennen* – denn die Konsequenzen sind *mehr als gewaltig*: Das Anerkennen lässt keinen Platz mehr für Schuldzuweisungen, keinen Platz mehr für Ausreden, keinen Platz mehr für „...ich kann nichts dafür, es liegt nicht an mir, sondern an den an-

deren oder an etwas anderem ...“ Das Anerkennen der eigenen Macht lässt zumindest keinen Platz mehr für all diese Dinge bezüglich *dessen*, wie man *das eigene Leben* leben möchte: Mit welchen Ansichten, mit welcher Haltung und mit welchen Handlungen! *Und auch ganz egal und ganz unabhängig davon*, wie dieses Leben im Moment aussehen mag!

„Die Meisterleistung liegt darin, anzuerkennen, dass man sehr wohl „Wahlmöglichkeiten“ hat – so gering diese auch sein mögen! (Und sei es nur bezüglich der eigenen Sichtweise, mit der man die Situation sehen will, in der man sich gerade befindet.) Und dann eine Entscheidung zu treffen und nach dieser Entscheidung zu handeln und seinen Weg zu gehen, so gut oder schlecht es dann eben gerade irgendwie geht. Und es völlig unabhängig davon einfach zu tun!“

„Der Weg ist das Ziel“, sagte angeblich Konfuzius – aber das ist für mich auch einer der vielen Sprüche, deren Interpretationen, die ich gehört habe, mir nie gefallen haben. Ich habe Emelyne erzählt, wie meine persönliche Interpretation davon ist ...

„Es gibt kein „Ziel“ – es gibt nichts, was du jemals „erreichen“ kannst, es gibt immer nur etwas, das du „tun“ kannst. Und beim „tun“ kannst du nie an einen Abschluss – „ans Ziel“ – kommen, denn du kommst nie an einen Endpunkt. Denn es kommt zu keiner Zeit ein Punkt, wo man „fertig“ ist, wo der Weg zu Ende ist, wo es nicht mehr weitergeht, wo es nichts mehr zu erreichen gibt. Kein Musiker, kein Künstler, kein Gärtner, kein Sportler, kein Liebender, ganz egal – niemand! Jedes „Ziel“ ist immer nur ein „Etappenziel“... Daher kannst du immer nur „auf dem Weg sein“ – „das“ ist das eigentliche „Ziel“! Es geht darum, den Weg zu beschrei-

ten, sich darauf zu befinden, ihn zu gehen, ihm zu folgen – nicht, um irgendwann „anzukommen“, sondern um „da“ zu sein: „Auf dem Weg!“ Auf dem Weg des Malers, wenn du Maler sein möchtest – auf dem Weg der Musik, wenn du Musiker sein willst – auf dem Weg der Liebe, wenn du lieben möchtest – ganz egal!

Und es geht darum – das „Ziel“ ist es! – auf dem Weg zu „bleiben“, sprich, ihn weiterzugehen. Erst recht, wenn es „dein“ Weg ist!

Denn als Menschen können wir „scheitern“, wir können „versagen“, wir können „verlieren“, ja, wir können sogar „sterben“ – zumindest glauben wir das. Jedenfalls machen wir diese Erfahrungen, jeder von uns. Zumindest manchmal, bisweilen und bisweilen auch öfter... Vielleicht aber auch irgendwann einmal nicht mehr – wir werden sehen... Doch selbst wenn sich daran „nie“ etwas ändern sollte – wo würdest du sein wollen, wenn du scheiterst, wenn du versagst, wenn du verlierst? Und erst recht, wenn du sterben würdest? Möchtest du nicht am liebsten da sein, wo du „hingehörst“? Dort, wo du aufrecht gestanden und gegangen bist, dort, wo auch fallen und stürzen und liegenbleiben für dich keine Schande wäre – auf „deinem“ Weg...?

„Scheitern“ kannst du überall! Aber auf fremden Wegen scheitern, auf solchen, die nicht die deinen sind, auf solchen, die du von dir aus – deiner Art entsprechend! – nie gehen würdest oder aber auch, im übertragenen Sinn, „im Straßengraben sitzend“, neben deinem Weg, vielleicht nur noch vor dich hinvegetierend in deinem Leben und darauf wartend, dass irgendetwas oder irgendjemand dich mitnimmt, das kann für mich nicht das Ziel sein – denn das ist für mich „vom Weg abgekommen“!

Mag sein, dass du auf deinem Weg scheitern kannst – oder darauf sterben wirst! – aber du hast zumindest dein „Ziel“ erreicht: Du warst „auf“ dem Weg... Auf „deinem“ Weg!

Du hast getan, was du konntest – einfach (so schwer das bisweilen auch sein mag!) indem du „deiner Art entsprochen hast“. Und welche Vorwürfe könnte man dir – müsstest „du“ dir – jemals machen, ganz egal, wie sehr oder wie wenig erfolgreich du sein magst? Ich denke, keine ...

Nichts anderes macht eine Pflanze, ein Baum zum Beispiel: Ganz egal, wo der Samen hinfällt, ganz egal wie trocken oder nass es ist, wie hell oder dunkel, wie günstig oder ungünstig, es wird versucht, was geht, solange auch nur irgendetwas irgendwie geht! Es wird versucht, Wurzeln zu schlagen, egal worin, egal wo, egal wie, Hauptsache irgendwie. Es wird versucht, Blätter und Zweige hervorzubringen, immer wieder, ohne Ende, ganz egal was passiert, egal, wie oft sie gebrochen oder abgefressen werden – egal, was sein mag, solange etwas geht, heißt es: „Machen, machen, machen!“ Selbst nach einem Waldbrand, mit verkohltem Stamm, nach Blitzschlag, egal, wie man aussieht, egal, wie die eigene Verfassung ist: Wenn noch irgendwo irgendetwas möglich ist, es wird „einfach getan“!

Und selbst, wenn nichts mehr geht, selbst wenn der Baumstamm im Frühling gefällt auf der Straße liegt: Wenn noch irgendwo Wasser im Stamm und wenn noch irgendwo ein Lichtstrahl verfügbar ist, dann sprießen neue Blätter!!! Ohne Aussicht auf Erfolg, ohne erkennbaren Sinn – aber Bäume „sind so“! Und du wirst mir doch jetzt nicht erzählen wollen, dass du ernsthaft denkst, du wärest weniger als ein Baum ...? Aber bedenke: Ohne Wurzeln geht es nicht wirklich!

Denn was bringt maßgeblich die Nährstoffe zum Baum? Die Wurzeln! Und worauf baut er sich auf? Auf den Wurzeln! Was verleiht ihm die Standkraft? Nur seine Wurzeln! (Wie sieht es übrigens gerade mit deinen Wurzeln aus ...?) Die ganze Macht des Baumes liegt schon im Samenkorn – aber nur mit einer starken Verwurzelung kann er sie ent-

wickeln, sprich zum Ausdruck bringen! Damit trotzt er den Stürmen, den Fluten und sonstigen Widrigkeiten. Sein „Ziel“ ist es, „ein Baum zu sein“. Und dieses Ziel „erreicht“ er, indem er sein Leben lang ein Baum „ist“, indem er sein Leben lang den „Weg des Baumes“ geht, solange und so weit, wie nur irgendwie möglich, ohne jemals damit aufzuhören – denn er ist nie damit „fertig“...“

Ich sagte Emelyne immer gerne: „*Ich denke, wer lesen kann, kann überall lesen...*“ Und ich habe damit versucht, sie darauf hinzuweisen, dass ganz egal, wie vielfältig Ausdrucksformen auch sein mögen, sich ganz viele davon doch auf wenige Grundsachen reduzieren lassen. Wir hatten (endlose) Gespräche, wo ich ihr sagte: „*Du erzählst mir seit Stunden lauter verschiedene Sachen – aber ist dir eigentlich klar, dass du dauernd über dasselbe redest?*“

Und dann habe ich ein paar Karteikarten genommen und einzelne Worte darauf geschrieben, zum Beispiel „Wertung“ ... Und „Ausrede“ und „Ohnmacht“ und „Selbstverleugnung“ ... Und dann habe ich keine Antworten und Erklärungen mehr gegeben, sondern alle paar Sätze nur noch die jeweilige Karte hochgehalten ...

Das war schon im Weiterbildungsunterricht so, wenn die Leute wieder irgendwelche – wie sie immer dachten – „Fehler“ gemacht haben. Und wie sie meinten, immer „neue“. Aber das war nicht so! Es lag meistens an einem grundlegenden Irrtum, den sie hatten, der immer wieder verschiedene Fehler hervorrief, aber es lag ganz oft *am selben* Denkfehler. Und dann sagten sie ganz frustriert: „*Mein Gott – ich mach dauernd den gleichen Fehler...*“ Ich selber entgegnete dann immer nur lächelnd: „*Das ist doch toll – du müsstest also nur „einen“ Fehler korrigieren und dann funktioniert ganz plötzlich ganz viel!*“