

alayna **A**groß

# ABSCHIED VOM LEBEN

Eine Erzählung

# Vita

geboren 1953 in NRW ich habe Kinder, einen Mann und mich.

Auf meinem Grabkreuz wird eines Tages stehen: Angst war ihr ständiger Begleiter.

Ich lebe, kämpfe jeden Tag aufs Neue, Fühlen und Denken ist wunderbar für mich, ein seltenes Glück, am Abgrund existieren ist eine Kunst, ich beherrsche sie gut.

Ich habe eines Tages wieder meine Kreativität entdeckt. Doch durch meine Erkrankung (Agoraphobie) bewege ich mich eigentlich nur in bekanntem Umfeld. Nun bin ich an einem Punkt angekommen, wo gravierende Veränderungen anstehen. Die Kinder sind groß, genau wie meine Angst. Sie ist ins Unermessliche angestiegen. Dadurch hieß es: Leben oder Tod, - ich entschied mich für das Leben.

Endlich haben sich nun meine Schleusen geöffnet. Ich schreibe und dichte, ohne Ende, die Gedanken sprudeln nur so aus mir heraus.

Nur so kann ich meine Vergangenheit verarbeiten, es ist mein Land des Vergessens.

Langsam begreife ich, dass es nicht nur Wunsch oder Einbildung ist, ich scheine tatsächlich Talent zu besitzen und habe meine ersten Veröffentlichungen und Autorenlesungen hinter mich gebracht, Ansporn für Weiteres ...

Sie hatte lange darauf gewartet, zwei volle Jahre.

Dann kam er endlich, der gefürchtete Anruf, früh am Abend, kurz bevor sie zur Arbeit musste.

„Wenn du deinen Vater noch einmal sehen möchtest, beeile dich, er liegt im Sterben.“ Diese Stimme, die da grausam in ihrem Gehirn schrillte, tat ihre Wirkung. Zuerst wie ein Schlag in die Magengrube. Die Gedanken wirbelten in ihrem Kopf.

„Was mach ich jetzt?“

Habe ich versagt?

Will ich ihn noch einmal sehen?“

„Wo liegt er?“ fragte sie, das wurde ihr schnell mitgeteilt, auch die Dringlichkeit des Anrufes.

„Wie lange noch?“

„Heute Nacht.“

Das war die Antwort, die sie erwartet hatte.

Langsam, mit zittrigen Händen, legte sie den Hörer auf die Gabel. Sie ging zu ihrem Mann ins Wohnzimmer und erzählte ihm von dem Anruf.

Vier Jahre hatte sie ihren Vater jetzt nicht mehr gesehen. Zuletzt fixiert, an ein Bett in der geschlossenen Abteilung einer Psychiatrie. Bei diesem Besuch hatte er sie schon nicht mehr erkannt. Er hatte sie angelacht und gesagt: „Die machen was mit mir.“

Sie nahm ihren Abschied von ihm, als sie damals das Krankenhaus verließ; - von ihm, von sich und dem Leben.

Seit ihrer Kindheit litt sie unter Angst.

Nicht unter der üblichen, die jeder Mensch so besaß, nein, diese war eine besonders perfide Angst. Sie hinderte sie am freien Leben. In ihrer Kindheit kannte niemand eine Bezeichnung dafür.

Es hieß immer: „Kind stell dich nicht so an, geh dorthin, es passiert dir schon nichts.“

So vergingen immer mehr Jahre mit wechselnden Angstzuständen, die sich mit der Zeit ausbreiteten zur vollkommenen Verweigerung des Lebens.

Sicher, sie lebte mit Mann und Kindern, zog diese unter großen Anstrengungen auf.

Das Leben verlangte ihr erbarmungslos alles ab.

Zwei Kinder wurden mit lebensbedrohlichen Erkrankungen geboren. Es dauerte Jahre, bis sie es halbwegs durchgestanden hatten. Wenn die Kinder zur Operation oder einer Herzuntersuchung ins Krankenhaus mussten, überstand sie das alles mit Bravour.

Nach außen hin war sie die starke Mutter, die scheinbar alles meistert.

Innerlich begann sie jedoch langsam zu sterben. Alles drehte sich nur noch um die Anderen. Hinzu kamen Existenzängste durch Arbeitslosigkeit.

Ihre Kinder waren ihr Ein und Alles. Ihr Mann versuchte zu helfen, aber auch er war überfordert.

Von außen kam keine Hilfe, nur dumme Sprüche, wie: „Was willst du ... es sind doch deine Wunschkinder.“

Mit Mitte dreißig fasste sie die Überlegung: „Ich möchte ein gesundes Kind ... nur für mich.“

Nach vielen Untersuchungen bekam sie grünes Licht für ihren Kinderwunsch. Sie war überglücklich, als sie wieder schwanger war.

Ihre Mutter aber nicht, die Menschen in ihrem Umfeld erst recht nicht.

Sie schüttelten den Kopf, verstanden nicht, warum sie noch ein Kind wollte, ein Drittes, das galt als asozial.

Am Leben erhielt sie eigentlich nur dieses Kind. Dieses kleine Wesen war ein Geschenk in ihrer inneren Einsamkeit. Für dieses Kind ertrug sie die Panikattacken und die Schmerzen. Durch die dauernden Ängste konnte sie nicht mehr normal essen, der Magen war chronisch entzündet.

Aber Glück ersetzt alles, sogar die Todessehnsucht, die immer da war, Tag und Nacht.

Kinder spüren, wenn irgendetwas nicht stimmt. Wenn sie wieder mal in so einer tiefen Phase steckte, begann immer eines nach ihr zu schreien.

Auch damals, als ihre Schwester starb.

Ohne die Kinder wäre sie der Schwester gefolgt, ohne zu zögern. Sie hatte keine Angst mehr vor dem Tod.

Für jedes Kind, das sie gebar, starb ein Mensch in ihrer Familie.

Man sagt ja immer, einer geht und einer kommt.

So war es.

Das bedeutete Krankheit, Schmerzen, Arbeitslosigkeit. Die Stufe ins andere Leben, wie sie es nannte, stand an jedem Ende. In diese andere Welt war ihre Schwester jetzt gegangen, das tröstete sie. Drüben, wäre sie niemals alleine, wenn sie gehen würde.

Mit jedem neuen Schicksalsschlag versank ihre Seele weiter in die Dunkelheit. Die Menschen um sie herum wurden zur Qual. Manchmal selbst die Kinder, die Zweifel wurden immer größer.

Inzwischen konnte sie nirgends hingehen, ohne Vorsorge zu treffen.

Zu einem Elternabend wurde dem Lehrer gesagt: „Ich leide unter einer Phobie, können sie bitte die Tür offen lassen.“

Die Lehrer waren immer sehr freundlich, schauten mitleidig, aber taten ihr den Gefallen.

So ein Elternsprechtag war jedes Mal ein Horrortrip. Sicher sie ging hin, setzte sich brav vor die Klassentür. Wenn sie dann endlich zum Lehrer hinein konnte, war sie schweißgebadet.

Voller

Panik konnte sie nicht verstehen, was der Lehrer sagte, da die Angst ein normales Denken nicht zuließ.

Wenn sie dann nach Hause ging, fühlte sie sich als große Versagerin, weil sie ihrem Kind nicht geholfen hatte.

Drei Kinder, viele Jahre Kindergarten, Schule, Elternabende, Elterntreffen, Schul- und Kindergartenfeiern, - das bedeutete unheimliche Kraftanstrengungen. Da hinzugehen, zu reden, nett zu sein und Entscheidungen zu treffen.

Auch so manches Familienfest mit den „Lieben Verwandten“ waren für sie die Hölle.

Von der Generation ihrer Eltern und Schwiegereltern als Versagerin abgestempelt, wurde nur auf ihre Fehler geachtet. Ob sie das Essen angeblich schlecht gekocht oder die Wohnung richtig geputzt hatte.

Die Männer der Familien, nebst dem eigenen Ehemann, feierten ausgiebig mit so manchem Getränk. Darauf folgte meistens Streit, irgendwer fand immer einen nichtigen Grund.

Jede Zusammenkunft wurde im Laufe der Jahre zur unerträglichen Qual. Sie konnte nicht mehr zählen, wie oft sie sich in die Toilette einschloss. Sie war der einzige Rückzugsort, wo sie allein bleiben konnte. So wurde das Klo der liebste Platz in ihrem Leben.

Die Kinder wuchsen heran, kamen in die Lehre.

Mit der Zeit wurden sie selbstständiger, gingen ihre eigenen Wege.

Das Loslassen beim ersten Kind war sehr dramatisch, die Tochter ging im Streit von zu Hause fort.

Wieder war ein Stückchen ihrer Seele gestorben.

Endlose durchweinte Nächte folgten.

Die Tochter war mit einem Mann weggegangen, von dem sie genau wusste, das er sie nur benutzte. Nachdem dieser Mensch ihre eigentliche Aussteuer, ihr letztes Geld ausgegeben hatte, warf er sie raus.

Die Tochter war ein stolzes Mädchen, deshalb ging sie nicht zur eigenen Mutter, sondern zu ihrer Tante. Sie wollte nicht zugeben, dass sie sich geirrt hatte.

Für die Mutter war das das Schlimmste: Die eigene Tochter geht lieber zu ihrer ärgsten Feindin. Seit vielen Jahren hatten sich ihre Mutter und deren Schwester bis aufs Blut gehasst. Aber wie die ihre Schwester kannte, würde sie sich bestimmt bei ihr melden.

So war es dann auch.

Zu guter Letzt bekam die Tochter dort eine eigene Wohnung, wo die ungeliebte Schwester wohnte.

Das war nur ein Schicksalsschlag von vielen. Hinzu kamen noch verstorbene Angehörige, Arbeitslosigkeit, Verbrechen, viele verschiedene Krankheiten.

Die Jahre vergingen langsam, die Kinder wurden erwachsen, die Tochter heiratete. Die Mutter wäre fast auf deren Hochzeit nicht erschienen. Mit einer Panikattacke hockte sie auf dem Klo einer Tankstelle.

Es gab kein Vor oder Zurück.

Entweder dort bleiben oder sterben.

Irgendwann kam sie dann doch zum Auto und sie fuhren zur Hochzeit.

Sie kamen zu spät an, aber sie kamen.

Inzwischen ist die Tochter 12 Jahre verheiratet und hat zwei Kinder. In der Mutter machte sich mit der Zeit eine Befriedigung breit, wenn sie dachte: „Die Kinder sind groß, lernen alleine zu leben, dann kann ich gehen. Ich habe ihnen den Weg gezeigt, nun ist es gut.“

Es wurde nicht leichter, die Ängste nahmen zu.

Manchmal war es nicht möglich hinauszugehen.

In den Urlaub fahren war inzwischen nur noch mit starken Medikamenten möglich. Sie tat es nur ihrem Mann zuliebe, auch wenn ihr jeder Urlaub verhasst war.

Es drehte sich alles nur noch um die Angst.

Den Vater noch mal sehen, nun war es also soweit.

Oder wollte sie ihn in Erinnerung behalten, wie er war?

Ihre eigene Mutter hatte ihr voraus gesagt, das sie auch irgendwann in der Klappe landen würde.

Deshalb hatte sie ihn seit damals nie mehr besucht.

Der Vater litt unter Alzheimer- und sie litt an Agoraphobie, hervorgerufen durch traumatische Ereignisse aus ihrer Kindheit.

Nein, diese Mutter wollte sie nie wieder sehen. Der Vater hatte sie ohnehin nicht mehr erkannt, also war sie fortgeblieben. Ihr Arzt sagte: „Sie können nicht mehr dorthin, es bringt sie um.“

Das schlechte Gewissen meldete sich wieder: „Du hast versagt, bist eine schlechte Tochter, Kinder haben ihre Eltern zu ehren.“

Was nun?

„So, ein für allemal, du fährst nicht. Du gehst auch nicht zur Beerdigung. Oder willst du spießrutenlaufen vor den ganzen Leuten, die dann sagen: Ach nee, zur Beerdigung kommt sie, aber gekümmert hat sie sich nicht.“

Ja, so würde es sein, er hatte recht. Das war nie akzeptiert worden, dass sie krank ist, das war ja nur ihre „Macke“.

Dass die Mutter sich erniedrigt, wollten auch die Söhne nicht. Nur die Tochter sagte:

„Mama, geh mit mir hin, das wirst du doch wohl aushalten.“

Sie war eben anders, hatte die Mutter nie verstanden.

Es dauerte eine Weile, dann fiel die Entscheidung, dass sie nicht gehen würde. Es war das erste Mal, das sie für sich eine Wahl getroffen hatte, nicht für Andere.

Der Vater war im November gestorben, ihre Gedanken noch oft bei ihm.

Dann kam Weihnachten, Schuldgefühle wegen ihrer Mutter, die allein war.

Im Januar machte die Seele nicht mehr mit, der Körper begann zu streiken.

Eine Panikattacke folgte der nächsten, ihr ganzes Leben wurde nur noch von ihr ertragen.

Ihr liebster Platz war in einem dunklen Versteck unter der Bettdecke.

Nichts sehen, nichts hören, nichts sagen.

Sie fing wieder an Roulette zu spielen,- nicht mit Pistolen.

Nein, sie lief über befahrene Straßen.

Das Schicksal entscheidet, - kommt ein Auto oder nicht.

Niemand hätte sie abhalten können. Mit ihrem Mann hatte sie sich auseinander geliebt, die Kinder kamen ohne sie aus.

Also leben, wozu?

Weihnachten gönnten sie und ihr Mann sich einen Laptop als Geschenk. Nur so aus Neugier auf die neuen digitalen Medien von denen alle sprachen, zum stöbern und ausprobieren, ein neues Spielzeug, eine Ablenkung im täglichen Einerlei. Inzwischen bereicherte eine Freundin das Leben ihres ältesten Sohnes, die hatte sie spontan in ihr Herz geschlossen.

Sie brachte ihr langsam bei den Laptop zu nutzen. Ins Internet zu kommen, Seiten und Bilder anzuschauen, Informationen abzurufen, die Möglichkeiten zu nutzen, die sich eröffneten.

Mutiger geworden, gab sie als Suchbegriff ein: Agoraphobie.

Da stand es auf einmal: Angstforum.

Was nun, wie sollte sie reagieren.

Minutenlang auf dem Stuhl hin und her rutschend, wusste sie nicht, was sie tun sollte.

Endlich, aus unbezwingbarer Neugierde, klickte sie es an.

Eine Welt tat sich auf. Dort waren Menschen, die das gleiche durchlitten wie sie.

Agoraphobie, Leben, das dem ihrem ähnelte. Da stand genau, was sie immer empfunden hatte.

Nun fand sie für alles eine Erklärung.

Die Freundin des Sohnes kam und fragte, ob sie denn nicht mal chatten wollte.

„Wie chatten, was ist das denn?“

Immerhin war sie inzwischen Mitte fünfzig, aber eigentlich ein inneres Kind geblieben, ahnungslos von diesen Möglichkeiten,

Ruck, zuck, waren sie im Chat.

Es war so eine unglaubliche Erfahrung.

Da waren Menschen, die mit ihr, dieser Versagerin, reden wollten, gleich zehn auf einmal.

Sie konnte es nicht fassen, fing an zu weinen. Ohne jeden Vorbehalt redeten fremde Leute mit ihr.

Es schien wie ein Wunder.

Sie, die immer angefeindet wurde, die sich zurückgezogen hatte in ihre eigene Welt, sie wurde beachtet.

Es war einfach zu schön.

Von nun an saß sie stundenlang am Computer und chattete, was das Zeug hielt.

Sie lernte scheinbar wunderbare Menschen kennen, wenn auch nur virtuell, aber es entstanden Freundschaften. Irgendwann schrieb sie ein bisschen von ihrem Leben.

Es gab zum Chat ein Forum mit einem Separee, wo man hineinschreiben konnte, ohne das Außenstehende mitlesen konnten. Sie schrieb immer in Versform, das war für sie leichter.

Mit der Zeit machte es ihr Spaß zu reimen, etwas zusammenzufassen. Ob lustige oder ernste Themen, es bereitete ihr einfach Freude. Im Chat hatte sie jemanden kennengelernt, der kannte ein Schreibforum, gab ihr den Tipp sich dort anzumelden. Zuerst hatte sie große Angst, wieder neue Leute. Dann noch solche, die auch künstlerisch schreiben konnten. Sie empfand so großen Respekt, dass sie immer Angst hatte, wenn sie ein kleines Gedicht verfasste, es dann einstellte. Durch ihre Angsterkrankung und die schwere Kindheit traute sie ohnehin keinem Menschen.

Wenn jemand mal etwas von ihr lobte, konnte sie es nicht wirklich glauben.

Aber sie wollte lernen.

Eines Tages kam dann ein Autor zurück in dieses Schreibforum. Er hatte über ein Jahr an einem neuen Buch gearbeitet. Sie schaute sich sein Bild an und dachte: „Er sieht sehr weise aus, aber auch verschmitzt. Ob ich ihn mal ansprechen darf?“

Sie begrüßte den Rückkehrer ganz vorsichtig, um ja keine Absage zu bekommen.

Erstaunt stellte sie fest, dass er ein ganz normaler Mensch war.

Donnerwetter.

Sie traute sich zu fragen, ob sie mal miteinander telefonieren könnten. Er sagte „Ja.“

Da ist sie bald vom Stuhl gefallen, so ein bekannter Autor wollte tatsächlich mit ihr plaudern.

„Hm, da muss doch ein Haken sein.“

Es war keiner dabei. Durch diesen Autoren lernte sie eine andere Welt kennen, von der sie nicht wusste, dass Menschen so etwas erleben können.  
Er half ihr beim Lernen, brachte ihr sehr viel übers literarische Schreiben bei, übers Malen und Fotografieren.

Ein neues Leben begann.

Ihre Angst wird sie niemals verlieren. Aber durch ihre Therapie und Medikamente lernt sie besser damit umzugehen. Immer in kleinen Schritten, die zwar sehr anstrengend, aber auch lohnenswert sind.

Der Autor ist inzwischen ein fester Bestandteil in ihrem Leben geworden, genau wie ihre vielseitig wachsenden Künste.

Sie sind Freunde.

© by Alayna