

Leseprobe aus:

Bastian Obermayer

Vom Glück geträumt



BASTIAN OBERMAYER

VOM
GLÜCK
GETRÄUMT

Begegnungen mit der deutschen Wirklichkeit
und Lothar Matthäus

Rowohlt Taschenbuch Verlag

Originalausgabe

Veröffentlicht im Rowohlt Taschenbuch Verlag,

Reinbek bei Hamburg, April 2015

Copyright © 2015 by Rowohlt Verlag GmbH,

Reinbek bei Hamburg

Umschlaggestaltung ZERO Werbeagentur, München

Umschlagabbildung Stephanie Füssenich + Urban Zintel

Satz aus der Chaparral Pro, InDesign,

bei hanseatenSatz-bremen, Bremen

Druck und Bindung CPI books GmbH, Leck, Germany

ISBN 978 3 499 62869 6

Für Wolfgang Budig, Alexa Walden und all die anderen.

In allen mit * gekennzeichneten Fällen wurden die persönlichen Daten der jeweiligen Protagonisten geändert.

INHALT

VOM KÄMPFEN UND VOM WEITERMACHEN 9

- Es frisst dich auf 11
- Bis zum letzten Schlag 22
- Zwischen Himmel und Hölle 38
- Einer von uns 47

VON DER LIEBE UND IHREN FOLGEN 57

- Der Mann fürs Leben 59
- Haus geträumt 69
- Ein Mensch weniger 82
- Nach dem Schweigen 91

VON RUHM UND PROMINENZ 103

- Die Begleitung 105
- Der Andere 116
- Eine Erscheinung 126
- Auf der Lauer 136
- Lothar, c'est moi 149

VOM ABSCHIED UND UNRECHT 163

Der Tod kommt von oben 165

Das deutsche Haus 183

Was soll das? 201

Geschlossene Gesellschaft 224

DIE ZERSTÖRER DES GLÜCKS 237

Die Achse des Bösen 239

Geschäftsmodell Hoffnung 251

Der lange Schatten der Schuld 265

VOM KÄMPFEN UND VOM WEITERMACHEN

Im Juni 2013

Es frisst dich auf

Alexa Walden lebt mit Bulimie, seit 28 Jahren. Und mit der dauernden Angst aufzuliegen.

Bevor sie bestellt, geht Alexa Walden im Restaurant auf die Toilette. Immer. Sie muss die Lage dort kennen: nur eine Toilette? Schwierig. Zwei? Schon besser. Drei oder mehr: perfekt.

Die Frage ist: Kann sie kotzen, ohne aufzufallen? Der Geruch ist nicht das Problem, Alexa Walden hat immer Streichhölzer dabei, dann riecht es höchstens nach Schwefel. Ihren Atem neutralisiert sie mit zwei Kaugummis. Aber auch wenn sie sich leise übergibt, ganz geräuschlos geht es nicht, außerdem muss sie meist öfter spülen. Und das alles dauert seine Zeit. Eine Warteschlange vor ihrer Klotür wäre ein Problem. Dann lieber nur einen Salat. «Der darf drinbleiben», sagt sie und verzieht die Mundwinkel.

Beim Kotzen erwischt zu werden, aufzuliegen, wäre eine Katastrophe. Aber das ist Alexa Walden, 43 Jahre, blonde lange Haare, sehr schlank, noch nie passiert.

In 28 Jahren Bulimie.

«Ich bin Profi», sagt sie, «Profi-Bulimikerin». Was für ein furchtbares Wort: Bulimikerin. Es beschreibt eine Frau, die beherrscht wird von der krankhaften Angst zuzunehmen, und gleichzeitig getrieben von einem Hunger, der kaum zu stil-

len ist – und der immer und immer wieder zu Fressanfällen führt. Wörtlich bedeutet Bulimie «Ochsenhunger». Wenn der gestillt ist, irgendwann, hängt Alexa Walden meist über einer Kloschüssel und würgt alles wieder heraus. In schlechten Zeiten dreimal am Tag, in besseren Zeiten einmal die Woche. «Ich kämpfe jeden einzelnen Tag gegen diese Krankheit», sagt sie. Aber sie verliert, jeden einzelnen Tag. «Es ist stärker als ich.»

Man trifft sich in einem italienischen Restaurant in einer großen deutschen Stadt, die nicht genannt werden soll. Alexa Walden heißt in Wirklichkeit anders, sie schämt sich für ihre Krankheit, von der nur eine Handvoll Menschen weiß. Sie schämt sich dafür, dass sie so schwach ist und lächerliche Probleme hat. Scheinbar. Aber sie will über all das reden, weil sie darunter leidet, dass Bulimie vielen eher als Schwäche denn als Sucht gilt. Als könnte man sich mal eben zusammenreißen und normal essen – wie alle anderen auch. Und doch ist es genau das, was sie insgeheim von sich selbst erwartet: dass sie sich nicht so gehenlässt.

«Ist das nicht absurd?», fragt sie und bestellt einen Salat mit Ziegenkäse und Feigen. Nicht wegen der Toilettensituation, die wäre nicht schlecht hier, sondern weil sie gerade bessere Zeiten erlebt: Sie hat ihren Fressdruck gerade ganz gut im Griff. Deswegen schafft sie es, den Brotkorb, der direkt vor ihr steht, nicht anzufassen. Alexa Walden liebt Brot, vor allem Weißbrot, so knusprig außen, so fluffig innen.

Aber: Brot ist böse. Voller leerer Kohlehydrate, die machen dick. Also kein Brot.

Es ist einfach: Solange sie keine bösen Lebensmittel isst, muss sie auch nicht kotzen. «Aber diese Disziplin bringe ich nicht immer auf.» Ihr gesamtes Leben ist der Krankheit untergeordnet, wie fast alle Bulimie-Kranken beschäftigt sie sich den

ganzen Tag mit dem Thema Essen: Was ist erlaubt, was nicht, wie viel wovon, und wo kann man das andere loswerden? Jedes Nahrungsmittel, jeder Bäcker und jeder Supermarkt sind Versuchungen. Normal essende Menschen wissen gar nicht, wo überall Essen lauert. Aber Alexa Walden erlaubt sich höchstens 1000 Kalorien am Tag, seit Jahren. Sie lebt mit einer im Grunde lebensgefährlichen Dauerdiät.

Erlaubt sind: Salat, Vollkornbrot, ungezuckertes Müsli, Cola light und Kartoffeln, aber nicht abends.

Es gibt diesen Sketch der RTL-Comedyserie «Switch», man kann ihn sich im Internet ansehen: Eine falsche Heidi Klum, Moderatorin der Castingsendung «Germanys next Topmodel», schärft einer Teilnehmerin ein, auf ihre Ernährung zu achten. Das Mädchen fragt, was sie denn essen dürfe: Ab und zu was Süßes? Einmal die Woche? Einmal im Monat? Diabetiker-Schokolade? Fettarme Diabetiker-Schokolade? Einen zuckerfreien Kaugummi? Einen halben, zu Weihnachten? Die Antwort der Klum-Imitatorin ist immer dieselbe: nein.

Eine Parodie, natürlich. Aber eine gute Parodie legt den Blick auf die Realität frei. Und die Realität ist, darin sind sich Forscher einig, dass Sendungen wie «Germanys next Topmodel» dazu beitragen, Mädchen ein abartiges Körperempfinden nahezubringen – als ein Mosaiksteinchen eines riesigen Bildes, eines Posters voller superdünner, photogeshoppter Frauen. Fest steht auch, dass die Zahl der Essstörungen heute erheblich höher ist als vor 30 Jahren, weil Dünnsein zum Idealbild wurde: Jedes vierte deutsche Mädchen ist essgestört, etwa 600 000 Menschen, zumeist Frauen, haben Bulimie. Gleichzeitig werden die Deutschen immer dicker. Wunsch und Wirklichkeit passen also immer weniger zusammen, das macht es so gefährlich.

Bei Alexa Walden war es so: Sie wechselt mit 15 Jahren auf ein Mädcheninternat, anspruchsvoll, ein bisschen elitär. Wie es zu einer Tochter aus dem gehobenen Bildungsbürgertum passt. Aber sie fühlt sich unsicher, einsam und beginnt aus Frust zu essen. Sie nimmt zu, nicht viel, aber doch. Sie macht in den Ferien eine Diät, ihre erste. Erheblich schlanker kommt sie zurück – und plötzlich schauen sie alle an.

Wow. Wie dünn du bist! Toll!

Diese Lektion wird sie nicht mehr vergessen. Dünnsein gleich Anerkennung. «Bis heute hängt meine Stimmung von meinem Gewicht ab», sagt Alexa Walden. «Wenn ich dünn bin, geht es mir gut, ich fühle mich freier.» Sie hat sich seit drei Jahren nicht mehr gewogen – und weiß trotzdem genau, was sie wiegt: 53 Kilogramm, bei einer Körpergröße von 1,69 Meter. Sie spürt, wenn sie 200 Gramm zugenommen hat, und sie spürt, wenn diese 200 Gramm wieder runter sind.

Nach ihrem Abitur – mit Einser-Schnitt – geht sie ins Ausland. Dort fehlt die soziale Kontrolle, und auch dort ist sie einsam. Haltlos. Also isst sie und nimmt zu, bis sie 86 Kilogramm wiegt – «ein Albtraum!» –, dann, wieder in Deutschland, hungert sie sich runter, bis es nur noch 42 Kilogramm sind. Ihrer Hausärztin hat sie es zu verdanken, dass sie nicht ins Krankenhaus muss, sie darf zu Hause an den Kaliumtropf.

Aber nur hungern funktioniert nicht für sie, denn da ist diese Leere in ihr, diese furchtbare Leere, von der sie nicht weiß, woher sie kommt, derentwegen sie aber schon zweimal versucht hat, sich das Leben zu nehmen. Und das Einzige, was gegen ihre Depression immer hilft, ist Essen. Essen. Essen.

Essen vertreibt die Leere, Essen überdeckt die Einsamkeit, Essen ist Entspannung, ist Belohnung, ist Ablenkung. Essen ist alles. Aber Alexa Walden will dünn sein.

Die Lösung ist die Bulimie. Sie isst, was sie will, in unheimlichen Mengen. Eine ganze Torte, dann eine Supermarktgroßpackung Raffaello und Berge von Kroketten mit Apfelmus. Nach dem Essen meldet sich die Panik, dann kommt das Kotzen und die Erleichterung. Und die Scham, aber die lässt sich mit einem zufriedenen Blick in den Spiegel verdrängen. «Ich dachte anfangs ehrlich, ich hätte die perfekte Lösung für mich gefunden», sagt sie.

Heute hasst sie sich dafür, dass sie es so weit hat kommen lassen, und dieser Selbsthass, die Verachtung, die sie sich entgegenbringt, ist wiederum Teil ihres Problems. Und ein weiterer Grund für Depressionen.

Dabei hätte sie doch, denkt sie, allen Grund, glücklich zu sein. Sie hat einen verständnisvollen Mann und drei süße kleine Jungen von drei bis zehn Jahren. Nur ein paar Minuten sind es mit dem Wagen von dem Italiener zu dem Haus, das ihnen gehört. Vor der Einfahrt stehen zwei teure Autos, im Garten das Trampolin, das Fußballtor, die Tischtennisplatte. Die Kinder sind gesund – obwohl Alexa Walden auch in den Schwangerschaften gefressen und gekotzt hat. «Dafür schäme ich mich wahnsinnig», sagt sie, «und ich hatte furchtbare Angst, dass etwas mit ihnen ist. Aber die Krankheit war stärker.»

Auf dem Klavier lehnt ein Familienfoto: Vater, Mutter, drei Kinder. Das Blau der Pullunder der Kinder korrespondiert mit den Schals der Eltern, die Hemden sind in den gleichen Pastelltönen gehalten, die Frisuren sitzen perfekt, das Lächeln wirkt echt. Eine makellose Familie.

Und doch teilt Alexa Walden ihr Leben vor allem mit ihrer Krankheit. Der Kampf gegen die Bulimie verbraucht ihre Kraft fast restlos. Seit Jahren arbeitet sie nicht mehr, obwohl die Kinder bis 16 Uhr betreut werden. «Das sage ich niemandem,

offiziell arbeite ich freiberuflich, das ist mir peinlich», erzählt sie und öffnet die Terrassentür. Ihr ältester Sohn hat tags zuvor den Rasen gemäht, ein paar Gänseblümchen hat er stehen gelassen, in Herzform. Für die kranke Mama.

Die Kinder wissen nicht, was ihre Mutter hat. Aber wohl, dass es ihr nicht gutgeht – wie sollten sie das auch nicht mitbekommen? Den Alltag übernimmt weitgehend Alexa Waldens Mann, sie braucht unendlich viel Schlaf, und schon Spülmaschine einräumen oder Duschen sind für sie an manchen Tagen eine unendliche Überwindung. Erst recht früh aufstehen. Also weckt ihr Mann die Kinder und bringt sie in die Schule, er isst mit ihnen zu Abend und steckt sie ins Bett. Am Wochenende verlässt Alexa das Bett manchmal erst am Nachmittag. Die Erschöpfung.

Ihr Mann weiß von der Bulimie, aber sie ist selten Thema. Was soll er auch tun? Ihr sagen: Jetzt iss doch mehr? Geh nicht kotzen? «Das würde ich nicht ertragen», sagt Alexa Walden, «wir haben die unausgesprochene Vereinbarung, dass er es ignoriert.»

Natürlich hat Alexa Walden immer wieder versucht, die teuflische Krankheit loszuwerden. Sie war in drei verschiedenen Gesprächstherapien, in einer Verhaltenstherapie und in tiefenpsychologischer Therapie. Sie war acht Wochen stationär in der Klinik, acht Wochen, in denen ihr Mann alleine war mit den Kindern, acht Wochen, in denen sie ein einziges, kotzendes, schlechtes Gewissen war. Sie versuchte es mit Hypnose-Therapie, mit Akupunktur, Homöopathie und Fasten. Mit Selbsthilfegruppen und Sport, mit Büchern und mit Beten. Aber nichts half wirklich.

Wenig später kniete sie wieder über einer Toilette, irgendwo. «Es gibt wahrscheinlich nicht viele Menschen, die so viele Klos

wie ich aus dieser Perspektive kennen,» sagt sie und hält ihre Hände neben dem Gesicht, sich an einer imaginären Klobrille festhaltend. Sie lacht, aber nicht bitter, es ist eher ein Lachen, mit dem sie sich von ihrer absurden Welt distanziert.

Wahrscheinlich gibt es auch nicht viele Krankheiten, die so demütigend sind. Einmal, nach einem Grillabend – bei dem sie lauter verbotene Sachen gegessen hatte – wollte sie das Erbrochene hinunterspülen. Aber die Toilette war verstopft, alles lief auf den Boden, verdünnt mit Wasser, vermischt mit Klopapier.

Alexa Walden probierte alle Medikamente, die ihr gegen die Bulimie und die damit einhergehenden Depressionen verschrieben wurden: Moclobemid, Trevilor, Mirtazapin, Seroxat, Cipralex, Amitriptylin, Nortrilen, Elontril. Mal schlugen sie nicht an, mal setzte sie sie wegen der Nebenwirkungen wieder ab. Eine Nebenwirkung von vielen Psychopharmaka ist ja: Man wird dicker.

Aber Alexa Walden kann, sie will, sie darf nicht dicker werden, auf keinen Fall. Also keine Psychopharmaka.

Nur einmal war da Hoffnung: Als sie anfang, Fluoxetin zu nehmen, ein Antidepressivum, das besser bekannt ist unter dem Namen Prozac. Plötzlich war der Fressdruck weg, und in ihrem Leben entstand so etwas wie Normalität. Sie aß, wenn sie hungrig war und so viel, bis sie satt war. Wie im Traum. Nach drei Monaten ließ die Wirkung nach, alles war wie zuvor.

Man muss es an dieser Stelle einmal sagen: Es gibt Menschen, die sich von der Bulimie befreien können. Manche Ärzte sprechen von ungefähr einem Drittel der Betroffenen.

Aber wie unfair ist auch eine Sucht, der du nicht aus dem Weg gehen kannst? Alkohol, Zigaretten und Glücksspiel – all das kannst du irgendwie vermeiden.

Essen kann nichts ersetzen.

Jeder Mensch muss essen. Jeden verdammten Tag. Du kannst davon nicht clean werden, nicht einfach darauf verzichten. Du bist dem Suchtmittel ständig ausgesetzt, und du musst irgendwie die richtige Dosis finden. Aber wie, wenn der körpereigene Dosiercomputer längst kaputt ist?

Alexa Walden zuckt mit den Achseln. «Ich kann es nicht.» Ab und an erlaubt sie sich Verbotenes, eine kleine Mousse au Chocolat zum Beispiel. Aber schon das Gefühl, einen einzigen Löffel zu viel gegessen zu haben, lässt das sorgsam austarierte Gleichgewicht zwischen Genuss und Diät kippen. «Dann macht es ›klick‹ im Kopf», erzählt sie. Von da an ist klar: Sie wird nach dem Essen kotzen. Also kann sie essen, so viel sie möchte. Gekotzt wird ja sowieso.

Noch eine Mousse au Chocolat, noch ein Creme-Törtchen, noch ein Tiramisu.

In Restaurants oder auf Partys bleibt das nicht unbeobachtet. Vor allem Frauen, die sich selbst viel Gedanken um die Figur machen, beobachten genau, was andere essen. Wenn Alexa Walden die zweite Portion Panna Cotta nimmt, hört sie oft: «Wie machst du das nur, du bist so schlank?»

Sie könnte sehr genau erklären, wie sie das macht. Manchmal hätte sie darauf sogar Lust: «Weißt du, ich geh gleich kotzen. Kommst du mit?»

Aber sie sagt das nicht. Natürlich nicht. Sie lächelt und erzählt von «viel Sport».

In ihren 28 Jahren Bulimie wurde sie nur zweimal direkt auf die Krankheit angesprochen. Vor ein paar Jahren fragte ein Zahnarzt sie – vor drei Arzthelferinnen –, ob sie eine Essstörung hätte. Ihm waren ihre von der Magensäure ruinierten Zahnhälse aufgefallen. «Und im vergangenen Jahr sagte eine Freundin: ›Hör mal, ich mach mir Sorgen. Du siehst krank aus.‹»

Zweimal in 28 Jahren. Kann man sich so gut verstellen?

Tatsächlich sieht man es Alexa Walden nicht an: Sie ist eine hübsche, modisch gekleidete schlanke Frau mit kräftigem Händedruck, die viel und laut lacht. Eine Frau, mit der man sich gerne unterhält, weil sie Witz hat und Esprit. Krank? Keine Spur.

Andere Bulimiker haben raue Stellen oder schon Hornhaut an den Händen, vom dauernden Finger in den Hals stecken. Alexa Walden kann sich einfach so übergeben, ohne Finger. Sie hat auch nicht die geschwollene Augenpartie und keine geplatzten Äderchen. Haben die meisten Bulimiker, vom inneren Druck beim Erbrechen. Auch Alexa Waldens Zähne sind wieder makellos, weil künstlich. Der Schein stimmt.

Und doch hat sie ihre Gesundheit ruiniert. Die Speiseröhre ist vom Erbrechen dauergereizt, die Speicheldrüsen sind angeschwollen, die Kau-Muskulatur ist enorm ausgeprägt. Die jahrelange Mangelernährung und die vielen Diäten haben zu Hormon- und Stoffwechselstörungen geführt, das Bindegewebe ist durch die extremen Gewichtsschwankungen ausgeleiert. Sie hat Kreislaufprobleme, Blähungen, das Reizdarmsyndrom und diese Müdigkeit.

Warum richtet man sich so zugrunde?

Erklärungen gibt es viele, jede Therapie brachte eine andere. Angst vor Kontrollverlust, verzerrtes Selbstbild und mangelndes Selbstvertrauen, vielleicht unerkannter Missbrauch, Narzissmus oder eine Aufmerksamkeitsstörung. Und weil auch ihre Schwester eine Essstörung hatte, stellte sich auch die Frage: ein Familienproblem?

Alexa Walden weiß es nicht, aber sie ist froh, keine Tochter zu haben. Vor kurzem hörte sie eine Zehnjährige im Bus sagen, sie esse keine Kohlehydrate mehr. «Das ist doch Wahn-

sinn», sagt sie, auf der Terrasse vor ihrem Garten, kurz bevor ihr Mann und ihre Kinder nach Hause kommen.

Nicht dass Alexa Walden Kohlehydrate essen würde – aber sie ist 43.

Vielleicht kann man sich darauf einigen: Das ganze Leben ist ein Wahnsinn. Ein Wahnsinn, dem du schutzlos ausgeliefert bist, den du nicht ansatzweise im Griff hast. Du kannst das perfekte Familienfoto arrangieren, du kannst dir die Zähne richten lassen und den Schein wahren, nur am Ende, vor dir selbst, hilft dir das alles nichts. Aber eines kannst du kontrollieren, wenn du gnadenlos genug bist: dein eigenes Gewicht. Und wenn es das Einzige ist, was du unter Kontrolle hast.

Immerhin hat Alexa Walden in den Jahren gelernt, dass sie sich um ihren Körper kümmern muss, «ihn instand halten», so sagt sie es. Seitdem achtet sie darauf, möglichst gesund zu essen. Das heißt auch, beim Essen die richtige Reihenfolge einzuhalten: am Anfang die gesunden Sachen, die der Körper braucht. Wenn sie später kotzt, wird zumindest ein Teil davon drinbleiben. Am Ende isst sie, was auf jeden Fall wieder rausmuss, die Kalorien.

Die Fressattacken sind durchdacht bis ins letzte Detail. Dazu gehört auch: viel trinken, sonst wird das Würgen mühsam. Ideale Lebensmittel sind Sternchennudeln oder Eis, schwierig sind Spätzle, weil die im Magen aufquellen.

Alexa Walden muss wieder lachen, während sie das erzählt. Sie hat das Gefühl nicht verloren dafür, wie befremdlich solche Details klingen. Vielleicht kann sie auch lachen, weil sie seit einiger Zeit das Gefühl hat, durch ihren Glauben auf einem richtigen Weg zu sein. Wenn da oben jemand ist, sagt sie sich, liegt nicht alles in meiner Macht, dann kann ich nicht alles kontrollieren. Das macht sie gelassener. «Ich weiß nicht, ob ich

jemals normal werde», sagt sie, aber: Sie sieht einen Weg. Das war 28 Jahre lang anders.

Mit Anfang zwanzig saß Alexa Walden in einer Selbsthilfegruppe einer Frau um die vierzig gegenüber und dachte sich nur: Oh mein Gott. Oh mein Gott.