

## Anmerkung der Autorin

Jeder kann den anderen manipulieren und ihm Teile seiner Seele rauben. Um so eher (am schlimmsten ist die frühe Kindheit) die Räuber mit den Aktivitäten beginnen, desto schwieriger ist es für einen Betroffenen, später ein eigenständiges Leben zu führen und sein wahres „ICH“ zu finden. Menschen ohne „Ichgefühl“ werden vom Umfeld verstoßen und leben daher in ihrer eigenen Welt, die sie nur sehr schwer aushalten können. So erging es mir, darum war ich für meine Familie (gleichzeitig auch Manipulierer und Räuber) von meiner Kindheit an bis zu meinem dreißigsten Lebensjahr gestört. Das Schlimmste war, dass ich dies glaubte. Wie glühende Pfeile bohrte sich der Satz *„du bist ja total gestört“* jedes Mal in meinen Körper und blieb tief im Innersten stecken. All meine Bemühungen, doch akzeptiert und geliebt zu werden, zerbrachen wie dünnes Eis, ebenso wie ich selbst. Drogen, Essstörungen und diese Opferrolle, in die ich mich ständig begab, trieben mich an den Abgrund der Existenz und stärkten nichts, außer meiner Todessehnsucht. Erst als ich es akzeptierte und sagte *„ja ich bin gestört“*, wurde mein Leben wieder etwas farbenfroher. Es war nicht dieses Zugeständnis, es war vielmehr die Frage, die mich seit dieser Zustimmung nicht mehr losließ. Ich fragte mich immer und immer wieder, *„was mich wohl störe?“*. Mir wurde plötzlich klar, dass es wichtiger ist, wie man einen Satz versteht, als das, was man glaubt, was einem sein Gegenüber damit sagen will. Dank der Zusammenarbeit mit einer Therapeutin, die das Umstellen meiner Denkweise ermöglichte, kann ich heute behaupten,

dass mein Leben mehr und intensivere Farben bekommen hat. Es war bis zur Begegnung mit dieser Therapeutin ein verwirrendes Leben, das schwer zu vermitteln war, weil ich viele Persönlichkeiten lebte, nur nicht meine eigene. Diese Geschichte wird hier aus dem Blickwinkel der wichtigsten Persönlichkeit (dem Ich) erzählt, welches sich im Laufe der Jahre bei harter Arbeit herauskristallisierte.

Sie (die Familie) nannten sie Laura

**Vorsicht!!** ist geboten, da das Buch für den „Ein“ oder „Anderen“ die Wirkung eines Spiegels haben kann. Wenn man es vom Anfang bis zum Schluss liest, könnte durchaus schnell der Wunsch im Raum stehen, dass man die Verantwortung für sein Schicksal übernehmen will. Dies wiederum könnte nach sich ziehen, dass man aus dem gewohnten „Unglücklichsein“, ins ungewohnte „Glücklichsein“ transformiert wird. Nebenwirkungen davon wären:

- **Positives soziales Umfeld**
- **Selbstwertgefühl**
- **Lebenslust**
- **Der Wunsch nach vorne zu streben**
- u. v. m.

**Eure Laura**

# Prolog

Dieses Buch ist vieles in einem. Es zeigt das Schicksal eines Kindes, das schwer verletzt wurde und überlebte. Es wurde psychisch und körperlich gequält sowie sexuell missbraucht, und weil es mit zunehmendem Erwachsenwerden dagegen rebellierte, letztendlich von der Familie, dem Umfeld und den sogenannten Fachleuten verstoßen. Ihre Resignation und die Flucht in die Psychiatrie sollten ihrem Dasein einen Ausdruck verleihen, den jeder missverstand. Die Ärzte deuteten ihr Agieren falsch und gaben ihr eine Diagnose, die in Fachkreisen sehr unbeliebt ist und als unheilbar abgestempelt wird. Alleine das Wort „*Borderliner*“ (Diagnose: Persönlichkeitsspaltung) löst unter dem Fachpersonal meist Schrecken aus; und zwingt sie auf größeren Abstand. Die Betroffenen sehen sich in ihrer Wahrnehmung, nicht liebens- und lebenswert zu sein, bestätigt und drehen sich in ihrer Spirale nur noch weiter in Richtung Abgrund. So ist es doch nicht verwunderlich, wenn so ein Mensch im Sog aus Verzweiflung, Wut, Hass und Einsamkeit nur noch sterben will. Dies wiederum ist der Grund, warum die meisten Patienten dann auch noch von den Ärzten aufgegeben werden. Ein Großteil der Fachleute geht davon aus, dass der bzw. die Betroffene keine Lust hat; etwas zu ändern. Man sollte sich immer vor Augen halten, dass ein „gestörter Mensch“ (egal welcher Art) nicht geboren, sondern erzogen wird!

Diese Geschichte zeigt, wie es trotz einer viel zu oft gespaltenen Persönlichkeit und ohne die Familie möglich ist, die Zersplitterung von Gefühlen

zusammenzufügen und somit zu einer Person zu werden. Es ist auch die Geschichte vom Verstoßenwerden, und dennoch nie ganz die Hoffnung aufzugeben. Auch zeigt es die Beziehung zweier Menschen, die sich zum richtigen Zeitpunkt gefunden haben und ein Wunder vollbrachten. Zwei Frauen, die sich gegenseitig verändert haben und stets mit Mut und aller Kraft in den dunkelsten Abgrund ihrer Seele stiegen.

Es soll keine Betriebsanleitung sein, wie man glücklich wird. Vielmehr ist es ein Bericht darüber, was man schaffen kann, wenn man es auch wirklich will. Mit Sicherheit wird es auch Leser geben, die an mancher Stelle anderer Meinung sind, und doch behaupte ich, dass dies für mich der richtige Weg war. So mancher Mediziner oder Therapeut wird die Stirn runzeln, wenn er liest, wie ich meinen Weg beschritten habe und dies auch immer noch tue. Doch das stört mich an dieser Stelle überhaupt nicht. Mir ging es ja ebenso, als man mir sagte (und das nicht nur einmal) ich sei unheilbar krank. Vielmehr glaube ich, dass viele Kliniker einfach nicht erkennen konnten, was es hier zu heilen gibt, auch wenn sie durch mein Agieren, noch so unübersehbar damit konfrontiert wurden. Ich habe lange gebraucht, um zu erkennen, dass jemand der studiert hat, nicht seiner Bildung wegen immer Recht haben muss. Ein Arzt lernt nur aus Büchern, aus den Worten irgendwelcher Professoren oder aus Seminaren. Keine der genannten Methoden jedoch beinhaltet gleichzeitig eine Garantie, welche die Wahrheit einschließt. Nach dieser Erkenntnis konnte ich große Schritte vorwärts gehen, weil meine eigene Ansicht zur Frage „Heilung“ und vor allem das Wie wieder lebendig

wurde, und sie auch niemand mehr zunichte machen konnte. Ein wichtiger Faktor, den Weg des Heilens überhaupt zu beginnen, war mit Sicherheit die Begegnung mit einer Frau zum richtigen Zeitpunkt. Einige Zeit früher wäre ich nicht bereit gewesen, mich mit ihr und meinem Schicksal auseinanderzusetzen. Einige Zeit später hätte ich mit Sicherheit nicht mehr gelebt, oder die Stärke zu funktionieren hätte mich langsam aber sicher in den Wahnsinn getrieben. Dies wäre der bequemste Weg gewesen, meine Gefühle und Wahrnehmungen komplett von mir zu trennen, um mir ein einigermaßen erträgliches Dasein zu schaffen.

Ich bin davon überzeugt, dass das Verabreichen von Medikamenten wichtig und hilfreich sein kann. Jedoch gebe ich mir alle Mühe, den Medizinerinnen zu beweisen, dass nach der ersten Krise der Patient unbedingt mit in die Therapie einbezogen werden muss. Nur Tabletten, ein eifriges Entscheiden über den Kopf des Patienten hinweg und somit die beste Diagnose machen den Betroffenen erst richtig krank. Ich arbeite sehr gerne mit Ärzten zusammen und war auch bereit, notfalls vorübergehend ein Medikament zu nehmen. Jedoch kann ich es nicht ertragen, wenn man mich mit Tabletten ruhig stellt, dann ohne mich eigenmächtig eine Diagnose fällt und mich irgendwann in einen staubigen Aktenschrank mit der Aufschrift „unheilbar“ ablegt. Fast wäre mir das passiert, und ich kam nur langsam in Schwung, mich da wieder heraus zu manövrieren. Erst war ich damit völlig alleine, dann half mir eine Ärztin weiter, die nie vergaß, dass zu unserer Arbeit zwei „Menschen“ gehören. In den Jahren, die seit unserer Begegnung vergangen sind, hat sich für mich einiges geändert. Seit ich meine Lebens-

unlust zur Kenntnis genommen hatte und mich ernsthaft fragte, was mein Dasein so unerträglich mache, bin ich zu folgendem Entschluss gekommen. Es gibt in meinem Leben zwei Formen von Suizidgedanken. Die eine ist so etwas wie, „*Euch zeige ich es*“, die andere dagegen birgt so eine Sehnsucht nach Ruhe in sich. Für mich ist das entscheidende Ziel der Therapie, diese Ruhe hier auf Erden zu finden, um den nächsten Lebensabschnitt etwas glücklicher und zufriedener zu verbringen. Dazu muss ich erst einmal mein inneres Kind entdecken und es dann zum Leben erwecken.