

*Gisela Föllmi*

Wie ich lernte,  
das Unsagbare  
in Worte zu fassen

DAS  
SCHWEIGEN  
BRECHEN

WÖRTERSEH

*Ich widme dieses Buch allen Kindern,  
die Missbrauch, Gewalt und andere Verletzungen erleben.  
Redet darüber! Nur so wird sich etwas ändern.*

*Ich fordere alle Erwachsenen auf,  
schaut genau hin, hört den Kindern gut zu und nehmt sie ernst!  
Nur so könnt ihr sie in ihrer Not beschützen.*

## Inhaltsverzeichnis

Vorwort der begleitenden Psychotherapeutin . . . . .	11
Anmerkung der Autorin . . . . .	14
Anmerkung des Verlags . . . . .	15
Prolog . . . . .	17
KINDHEIT UND JUGEND . . . . .	21
Alles auf Anfang . . . . .	25
Raketenglace und Regenwürmer . . . . .	27
Ich gehe verloren . . . . .	30
Beklemmende Gerüche . . . . .	33
Ich bin schuld. Immer! . . . . .	35
Beißende Kälte . . . . .	37
Ich will geliebt werden . . . . .	42
Mein blaues Lieblingskleid . . . . .	45
Die innere Hilfstruppe . . . . .	49
Abgrundtiefe Scham . . . . .	55
Mein Bruder Max . . . . .	60
Kinderschuhe vor der Tür . . . . .	64
Ich rieche Eugens Angst . . . . .	70
Alles fühlt sich falsch an . . . . .	73
Die Großeltern geben Halt . . . . .	76
Bedrohliche Veränderungen . . . . .	80
Ich erstarre . . . . .	85
Das erste Testament . . . . .	89

Nichts wert . . . . .	94
»Du bist böse!« . . . . .	98
Leben auf dem Pulverfass . . . . .	100
»Wehe, du sprichst!« . . . . .	103
Mein allwissender Vater Paul . . . . .	108
Ich hasse mich . . . . .	111
Berufswunsch: Einstein . . . . .	116
Muetis perfide Täuschung . . . . .	121
Helfershelfer im weißen Kittel . . . . .	124
Ein kleiner Glücksmoment . . . . .	129
Endlich einmal wahrgenommen . . . . .	132
»Bist du jetzt zufrieden?« . . . . .	137
Der Auszug . . . . .	144
Zur falschen Zeit am falschen Ort . . . . .	147
Der hinterhältige Manipulator . . . . .	152
LEBEN ALS ERWACHSENE . . . . .	157
Alles, aber das nicht! . . . . .	161
Verstörende Gefühle . . . . .	164
Mueti stirbt . . . . .	169
Mein Kinderwunsch . . . . .	171
Unerträgliche Intimität . . . . .	174
Abschiede . . . . .	177
Vernarbungen . . . . .	180
Ich beginne zu schreiben . . . . .	186
Der Lokführer . . . . .	188
Will ich eigentlich leben? . . . . .	193
Die Betondecke reißt: Der 6. März 2020 . . . . .	197
Ein friedvolles Loslassen . . . . .	201

GEGENWART UND ZUKUNFT . . . . .	205
Die anstrengende kleine Gisela . . . . .	209
Ein anspruchsvoller Weg . . . . .	212
Meine Mutter, die Täterin . . . . .	216
Scham, Ohnmacht, Trauer und Wut . . . . .	225
Der Wendepunkt . . . . .	228
Die Alchemistin . . . . .	231
Die Flamme brennt . . . . .	234
So wahr ich lebe . . . . .	239
Ein Wort des Ehemanns... . . . .	243
... und des rechtlich begleitenden Juristen . . . . .	247
Dank . . . . .	249
Hilfe und Beratung . . . . .	253
Glossar . . . . .	255

## Vorwort der begleitenden Psychotherapeutin

Wer eine Reise in ein unbekanntes Land unternimmt, kennt eigentlich nur den Ausgangspunkt. Was auf der Reise geschieht, ob und wie sie einen verändern wird, kann niemand vorhersagen. Gisela Föllmi hat sich auf eine solche Reise ins Unbekannte begeben.

Ich lernte sie im Jahr 2007 kennen, als sie nach einem Suizidversuch Hilfe in einer psychiatrischen Klinik suchte. Beim Aufnahmegespräch saß mir eine freundliche Frau um die vierzig gegenüber, die bis vor kurzem ein scheinbar gut funktionierendes Leben geführt hatte. Zu Beginn unserer gemeinsamen psychotherapeutischen Arbeit war noch nicht zu ahnen, welche Abgründe sich hinter der vermeintlichen Normalität verbargen. Gisela Föllmi berichtete von ihrem Kampf ums Überleben, den sie seit ihrer Kindheit führte. Sie berichtete von ihrem verzweifelten Ringen um ihre Daseinsberechtigung, von ihrem erschütterten Selbstwertgefühl, von unerträglichen seelischen Zuständen, Albträumen, Depressionen und Panikattacken, die sie mit Alkohol und Tabletten zu betäuben versuchte. Wegen ihres schmerzenden und entzündeten Körpers war sie immer wieder in ärztlicher Behandlung und musste sich mehreren Operationen unterziehen.

Was Gisela Föllmi geschehen war, was sie erschüttert und letztendlich zu der Verzweiflungstat ihres Suizidversuchs geführt hatte, kam in den folgenden Jahren nach und nach ans Tageslicht. Es ist die Geschichte einer Kindheit, die durch körperliche Misshandlungen, emotionale Ablehnung und sexuelle Gewalt unfassbaren Ausmaßes geprägt war.

Die Folgen von Gewalt in der Kindheit sind gravierend und begleiten die Betroffenen meist ein Leben lang. Wenn grundlegende Bedürfnisse nach Sicherheit, Schutz, Vertrauen und liebevoller Zuwendung mit Füßen getreten werden, erschüttert das die Beziehung zu sich selbst und zu den Mitmenschen in den Grundfesten. Nach sexuellen Übergriffen bleiben der Ekel und die Scham über das Erlebte oft bis ins Erwachsenenleben am eigenen Körper haften. Die traumatischen Erinnerungen können zu Körperhass und Essstörungen führen, zu Selbstverletzungen und zu chronischem Stress, der Körper und Seele krank macht. Nicht selten haben die Betroffenen keine bewusste Erinnerung an die traumatischen Erlebnisse. Um zu überleben, versucht die Seele zu vergessen. Das vermeintlich Vergessene ist dennoch omnipräsent. Es zeigt sich in vielfältigen Krankheitssymptomen und unbewussten Überlebensstrategien.

Traumatische Erlebnisse werden in unserem Gedächtnis anders abgespeichert als andere Erinnerungen. Oft sind sie über lange Zeit vollständig oder teilweise vom bewusstseinsfähigen Ich abgespalten. Die betroffene Person kann sich schlicht nicht mehr an die Gewalterlebnisse in der Kindheit erinnern. Präsent bleiben vielleicht, wie bei Gisela Föllmi, Erinnerungsfragmente, jedoch gibt es keine Worte für das Unsagbare. Auch in Familien können Traumata abgespalten und somit unbewusst bleiben. So kann es zu einer transgenerationalen Weitergabe kommen, bei der unverarbeitete traumatische Erfahrungen der einen Generation auf die nächste übertragen werden. Eine traumatisierte Mutter, die die sexuellen Gewalterfahrungen ihrer eigenen Kindheit nicht verarbeitet hat, wird möglicherweise auf diesem Auge blind sein und es schwer haben, das eigene Kind vor Übergriffen zu schützen. Und kann, so unfassbar das ist, auch selbst zur Täterin werden.

Gisela Föllmi hat den Mut gefunden, sich ihren Kindheitserinnerungen zu stellen. Da ihr reden nicht möglich war, hat sie zu schreiben begonnen. Und über das Schreiben hat sie schließlich

auch das Reden gelernt. Sie hat Worte gefunden für das Unsagbare. Ihr Buch ist das Zeugnis einer mutigen Reise in die Tiefen ihrer verletzten Seele, Zeugnis eines entschlossenen Kampfs einer erwachsenen Frau, der inneren Hölle ihrer Kindheit zu entkommen. Um endlich Ja zum Leben sagen zu können.

*Nahid Katla*

*Fachpsychologin für Psychotherapie FSP*

*Juni 2021*

#### ANMERKUNG DER AUTORIN

Bevor Sie mein Buch zu lesen beginnen, möchte ich ausdrücklich darauf hinweisen, dass es etliche Texte enthält, die schwere sexuelle Gewalt an einem Kind (mir) detailliert beschreiben. Meine Erinnerungstexte heben sich durch einen grauen Hintergrund vom Rest meiner Geschichte ab, sodass alle selbst entscheiden können, ob oder wann sie diese Texte lesen möchten. Als Bettlektüre würde ich sie nicht empfehlen. Mir selbst bereiten diese Erlebnisse noch heute fast jede Nacht Alpträume. *Gisela Föllmi*

#### ANMERKUNG DES VERLAGS

Es ist das erste Mal, dass wir explizit darauf aufmerksam machen, dass ein Buch sexualisierte und physische Gewalt enthält. Damit schützen wir die Leserinnen und Leser und können gleichzeitig tun, was uns – von der Verlegerin über die Lektorin, die Korrektorin, die Setzerin bis zur Verlagsassistentin – wichtig ist: Wir können Gisela Föllmi auf diese Weise präzise erzählen lassen, was sie in ihrer Kindheit erleben musste. Und das ist uns aus drei Gründen wichtig. Zum einen wollen wir Gisela Föllmi in ihrem ungewöhnlichen Mut, die Dinge öffentlich beim Namen zu nennen, nicht beschränken. Zum anderen ist zwar allgemein bekannt, dass es pädosexuelle Verbrechen gibt; was Kinder, die solchen Taten ausgesetzt sind, genau durchleiden müssen, wissen wir jedoch nicht. Dieses Wissen – davon sind wir überzeugt – kann uns für die weitgehend unsichtbare Not der Kinder sensibilisieren, sodass wir alle das Thema ernst nehmen und genauer hinschauen. Außerdem glauben wir, dass durch das Verschweigen der Details nicht die Opfer, sondern die Täter geschützt werden. Opfer können erst dann heilen, wenn sie das, was sie erlebt haben, auch erzählen dürfen – und wir ihnen Gehör schenken.

*Wörterseh*

## Prolog

Als ich vor einigen Jahren damit begann, das für mich Unsagbare in die Computertastatur fließen zu lassen, war es mir zunächst darum gegangen, meinem Kind-Ich eine Stimme zu verleihen und Gehör zu verschaffen. Mit der Zeit wurde es für mich jedoch immer wichtiger, einen kleinen Beitrag zum Schutz von Kindern zu leisten. Denn ich möchte, dass die Menschen besser auf ihre »komischen« Gefühle achten und ihre Bauchstimme ernst nehmen, wenn sie den Eindruck haben, dass etwas in ihrer Umgebung falsch läuft. Kindesmissbrauch kann überall und zu jeder Zeit stattfinden. Es ist keine Frage der Bildung, des Geschlechts, des Alters oder des Standes. Der smart auftretende Vater von nebenan, die hübsch zurechtgemachte Mutter im Nachbarhaus, der Jugendliche von schräg gegenüber. Jeder ist als potenzieller Täter denkbar.

Die Opfer von sexueller und anderer Gewalt brauchen Hilfe und Schutz, brauchen Menschen, die genau hinsehen, sich einmischen und auch vor einer Anzeige bei der Polizei nicht zurückschrecken. Jedes Kind, dem Schaden zugefügt wird, ist ein Kind zu viel! Allein im Jahr 2020 erfasste das Bundesamt für Statistik in der kleinen, sicheren Schweiz 1257 sexuelle Straftaten gegen Kinder, Buben wie Mädchen. Die Dunkelziffer wird von Fachleuten als sehr hoch eingeschätzt. Die Betroffenen reden aus Scham und Angst selten darüber. Die Opfer finden kaum öffentliche Beachtung, was aus Gründen des Opferschutzes nachvollziehbar ist. Somit ist aber auch wenig darüber bekannt, was diese Kinder erleiden müssen und wie schwer sie es später haben.

Ich war selbst Opfer physischer, psychischer und sexueller Gewalt. Alle haben weggesehen, vielleicht aber auch schlicht nicht wahrhaben wollen, was da vor sich ging. Denn so lange man nichts Genaues weiß, kann man sich einreden, dass es schon nicht so schlimm ist. Deshalb habe ich mich entschlossen, in aller Offenheit zu erzählen, was mir geschehen ist, um aufzuzeigen, was solchen Kindern, wie ich eines war, geschieht, welche abgrundtiefe Menschenverachtung dahintersteckt und welche verheerenden Folgen Missbrauch noch im Erwachsenenalter hat.

Mein Buch ist das Ergebnis einer inneren Auseinandersetzung mit mir selbst. Als die Erinnerungen über mir hereinbrachen, habe ich sie aufgeschrieben, und ich bin »meiner inneren Sekretärin« enorm dankbar, dass sie meine Gefühle in Worte fassen und zu Papier bringen konnte. Das hat mich am Leben erhalten. Durch diese Erinnerungstexte habe ich in einem langen und mühevollen Prozess über die Geschehnisse reden gelernt. Viele davon haben Eingang in dieses Buch gefunden, sie sind dadurch erkennbar, dass sie grau hinterlegt wurden.

Das Buch unter einem Pseudonym zu veröffentlichen, was mir viele geraten hatten, kam für mich zu keiner Zeit infrage. In meiner Kindheit ist nie jemand für mich eingestanden. Jetzt will, nein, muss ich mit meiner wahren Identität, mit meinem Gesicht und meinem Namen für mich und für das, was mir geschehen ist, eintreten. Meine Offenheit soll anderen Mut machen, aus dem Schatten einer von niemandem wahrgenommenen, von Missbrauch zerstörten Kindheit zu treten und über das, was ihnen widerfahren ist, zu sprechen.

Zur Wahrung der Persönlichkeitsrechte habe ich einige Namen verändert und Orte verfälscht. Jede Übereinstimmung mit lebenden Personen ist also rein zufällig und nicht beabsichtigt. Umso mehr freut es mich, dass mir mein ehemaliger Gynäkologe Dr. med. P. Diego Hagmann ebenso wie meine engsten Freunde Doris, Edgar,

Guido, Sabine, Roger und Silvia erlaubt haben, sie bei ihrem richtigen Namen zu nennen. Auch der Name meines kleinen Leidensgenossen Eugen entspricht den Tatsachen, ebenso wie jener meines Ehemannes Röbi sowie unser heutiger Wohnort Einsiedeln. Meiner Mutter und meinem Stiefvater habe ich dagegen gar keinen Namen gegeben, sie haben nicht einmal eine fiktive Bezeichnung verdient; bei meinem leiblichen Vater ließ sich ein Pseudonym leider nicht vermeiden, da ich ihn immer mit seinem Vornamen anreden musste. In meinem Buch nenne ich ihn Paul.

# Kindheit und Jugend

*Meine Seele spricht zu mir*

Lachen? Das konnte ich in einem früheren Leben,  
lass es mich wieder lernen.

Es hört sich schön an, fröhlich zu sein.

Ich habe leider kein fröhliches Gefühl zur Hand.

Ich habe so viele Wunden, warum sollte ich lachen?

Du hilfst mir nicht, es wieder zu lernen.

Du bist immer viel zu ernst und ängstlich.

Gib mir einen Grund, mich wieder zu erinnern.

Wie fühlt es sich an, fröhlich zu sein?

Ich wäre bereit, es noch mal zu versuchen.

Lachen? Das konnte ich in einem früheren Leben,  
lass es mich wieder lernen.

## Alles auf Anfang

EINSIEDELN 2020. Alles gut. Kein Grund, Angst zu haben. Ich bin sechsfundfünfzig Jahre alt. Ich wohne in Einsiedeln. Ich bin mit Röbi verheiratet. Ich bin in Sicherheit. Mir passiert nichts.

Die Selbstberuhigung zeigt heute keine Wirkung. Seit sechs Uhr dreißig bin ich auf. Mein Herz klopft wild, ich bekomme kaum Luft. Ein angstlösendes Medikament habe ich schon genommen, trotzdem wird es immer schlimmer. Ich zittere so stark, dass ich beim Abfüllen der selbst gemachten Salatsauce eine Sauerei veranstalte. Ich nehme noch eine Tablette. Immer wieder breche ich in Tränen aus und habe keine Ahnung, weshalb.

Mittags sind wir bei Freunden zum Essen eingeladen. Die Ablenkung tut gut. Trotzdem sitzt ein Schreckgespenst in meinem Nacken. Ich kann es spüren. Je länger die letzte Tablette zurückliegt, desto stärker nehme ich es wahr. Wildes Herzklopfen. Jeder Atemzug schmerzt. Grundloses Weinen. Ich zittere. Mir tun die Beine und der Rücken weh. Die Schultern sind wie an Drahtseilen an den Ohren aufgehängt.

Erstickt. Im Stich gelassen. Verprügelt. Vergewaltigt. Verführt. Manipuliert. Angelogen. Zu Tode geängstigt. Gedemütigt. Missandelt. Verraten. Verkauft.

Das alles wurde mir angetan. Erst jetzt beginne ich langsam zu sehen, wie unüberschaubar groß das Ausmaß der Katastrophe ist. Und bin weit davon entfernt, alles zu begreifen. Es überfordert mich. Macht mich sprachlos. Es raubt mir die Luft. Mein Herz will davonrennen. Ich will auch davonrennen.

Ob die inneren Wunden wohl jemals heilen werden? Ich hoffe sehr. Es fühlt sich aber gerade nicht so an. Ich blute aus allen see-lischen Poren. Ich ertrinke in ungeweinten Kindertränen. Ein ton-nenschweres Gewicht drückt mich nieder. Ich möchte nicht davon zermalmt werden, stehe aufrecht und halte aus, trage, stemme. Der aufrechte Gang hilft. Aber die Belastung ist trotzdem unsagbar groß.

Diesen Text schrieb ich, als die Erinnerungen, die Jahrzehnte in meinem Schlimme-Dinge-Schrank eingesperrt waren, plötzlich ans Tageslicht drängten. Meine Psyche hatte sie dort hineingepackt, damit ich weiterleben konnte. Mein Gehirn war blockiert, mein Körper aber erinnerte sich mit jeder Zelle an das Geschehene. Er hatte nie etwas vergessen. Noch immer genügt manchmal ein Ge-ruch, ein Geräusch oder eine Handbewegung, um mich in Aufruhr zu versetzen oder erstarren zu lassen. Alles, was ich seit dreiundfünf-zig Jahren mache, ist von Angst geprägt. Keiner meiner Gedanken ist frei davon. Ich gehe abends mit der Angst ins Bett, es könnte mir etwas Schreckliches passieren. Morgens beim Aufstehen überprüfe ich als Erstes, ob alles im grünen Bereich ist. Ich wittere überall Ge-fahren. Meine Sinne arbeiten permanent auf Hochtouren. Ich muss wachsam sein, immer, zu jeder Tages- und Nachtzeit.

Als im Frühjahr 2020 die am tiefsten vergrabenen Erinnerungen hervorzubrechen begannen, gesellten sich zu dieser Angst noch Pa-nikattacken. Bei der ersten glaubte ich, einen Herzinfarkt zu erlei-den. Während solcher Attacken geraten meine Nerven vor Überan-strengung völlig außer Rand und Band. Im Ohr ein leichtes Pfeifen, die Augen licht-, die Ohren geräuschempfindlich. Wenn die Finger-kuppen etwas berühren, fühlt sich das an wie Stromschläge. Jeder einzelne Anschlag am Computer jagt im kleinsten Bruchteil einer Sekunde gefühlte tausend Volt durch meinen Körper. Trotzdem muss ich schreiben.

Denn ich bin auf einem guten Weg. Sogar die Panik kann ich heute als heilsam empfinden. Bedeutet sie doch, dass sich die seit Jahrzehnten eingefrorenen Gefühle lösen. Dass ich immer klarer erkenne, was in meinem Inneren abläuft. Herzrasen, Atemnot, verkrampfte Muskulatur – nichts davon ist neu. Neu ist, dass ich das alles jetzt wahrnehme. Neu ist, dass ich zu verstehen beginne, warum ich so reagiere.

Trotz aller seelischen Schmerzen, die es mir bereitet, spüre ich deutlich, dass ich mich der Vergangenheit stellen, die Fragmente meiner Erinnerungen suchen und zu einem Bild zusammensetzen muss, um ganz, um heil zu werden. Denn vieles lag lange in mir verschüttet, und ich kenne noch längst nicht alles.

Ich will endlich in ein neues, ein gutes Leben aufbrechen.

Ich will vorwärtsschauen, muss dazu aber erst Rückschau halten, um zu erkennen, was ich zurücklassen muss.

Und dazu muss ich am Anfang beginnen. Ganz am Anfang.

## Raketenglace und Regenwürmer

Ich kam am 23. Januar 1964 in einem Berner Landspital zur Welt. Mein Vater Paul war Spross einer begüterten Industriellenfamilie, die im Zweiten Weltkrieg aus dem Sudetenland in die Schweiz geflüchtet war. Ursprünglich war er gelernter Kaufmann. Da ihm die Büroarbeit aber nicht zusagte, machte er sich später erfolgreich als Sanitärinstallateur selbständig. Meine Mutter stammte aus einer einfachen Emmentaler Arbeiterfamilie und wollte, wie man mir erzählte, schon als Kind gern zu den »Besseren« gehören. Das simple

Arbeiterleben war ihr offenbar zutiefst verhasst, und mit dem Fabrikantensohn hoffte sie, daraus entfliehen zu können. Deshalb heiratete sie ihn gegen den Willen der Eltern.

Das junge Ehepaar zog darauf in die herrschaftliche Familienvilla, die in einem kleinen Dorf unweit der Emme stand. Drei Familien waren darin beheimatet. In der untersten Wohnung lebte Oma Thea, die Mutter meines Vaters Paul, deren Mann schon seit langem gestorben war. Die mittlere Wohnung war fremdvermietet. Und so wurde meinen Eltern das kleine Dachgeschoss zugewiesen. Die Villa umgab ein großer Garten mit einem Gartenhäuschen für Gerätschaften und einer freistehenden Garage, die Platz für zwei große Autos bot. An ihrer durch ein breites Vordach geschützten Südwand wuchsen Tomatenstauden, und die Südostfassade der Villa war mit Weinreben begrünt. Zudem gab es Obstbäume, einen Nussbaum und einen mit Stellriemen eingefassten Sandkasten. Mueti stellte mich einmal im Kinderwagen unter einen der großen, alten Bäume an die frische Luft. So bekam ich meinen ersten Sonnenstich, weil der Schatten auf Wanderschaft ging und der Wagen plötzlich in der prallen Sonne stand.

Die Ehe mit meinem Vater Paul bedeutete für Mueti einen großen gesellschaftlichen Aufstieg. Sie war bei der Hochzeit bereits mit meinem fünf Jahre älteren Bruder Max schwanger, sodass die Eltern ihren Widerstand wohl oder übel hatten aufgeben müssen. Aus Gesprächen mit meiner Gotte, der jüngsten Schwester von Mueti, weiß ich, dass sie weder Kinder haben noch überhaupt Mutter sein wollte. Sie wollte jemand sein.

Vieles lag bei meinen Eltern bereits im Argen, als ich gezeugt wurde. Heute weiß ich, dass ich das Ergebnis einer Vergewaltigung war. Mueti war also nicht erfreut, mich zu bekommen. Bereits während der Schwangerschaft ging sie räumlich auf Distanz zu ihrem Ehemann. Bis zu meiner Geburt verbrachte sie die Zeit, mehrheitlich liegend, bei ihren Eltern, wo sie sich offenbar bedienen ließ.

Dann fing Mueti eine Beziehung mit einem, wie man damals noch sagte, EDV-Spezialisten an. Ich war erst knapp einjährig, als sich meine Eltern scheiden ließen. Meinem Vater Paul wurde kein Besuchsrecht zugesprochen, und anstelle von Unterhalt musste er eine Abfindung bezahlen. Als frisch geschiedene Frau zog meine Mutter mit mir und ihrem neuen Mann aus dem Emmental in einen Außenbezirk der Stadt Zürich. Mein älterer Bruder Max wurde wie ein ausrangiertes Möbelstück bei Muetis Eltern abgeliefert. Mein Stiefvater akzeptierte zwar, dass seine Frau zwei Kinder hatte, das hieß aber nicht, dass er gleich beide um sich haben wollte.

Da ich viel zu klein war, um mich an meinen leiblichen Vater Paul zu erinnern, war mein Stiefvater für mich Papi. Wie meine Gotte erzählte, war ich ein fröhliches, vertrauensvolles Kind und sprühte vor Lebensfreude. Neugierig erkundete ich die Welt um mich herum und konnte mich stundenlang mit Marienkäfern, Regenwürmern, Ameisen oder summenden Bienen verweilen. Alles war spannend, alles war aufregend. Meine kleine Welt war in Ordnung, und mein Stiefvater ging in seiner Aufgabe als Papi auf. Wenn ich an diese Zeit zurückdenke, dann verspüre ich so etwas wie Glück.

Als selbständiger Programmierer war Papi seiner Zeit weit voraus. Er war erfolgreich und verdiente gutes Geld. Meine Eltern mieteten in einem gehobenen Zürcher Außenbezirk in einem Mehrfamilienhaus zwei benachbarte Wohnungen. In der einen, die nach vorn zur Straße lag, lebten wir, die andere diente Papi als Büro; er hatte so viel Arbeit, dass er einen, zeitweise sogar zwei Mitarbeiter anstellen musste. Die Büro-Wohnung lag nach hinten hinaus und einen Stock höher als unsere Wohn-Wohnung. Da das Haus an einen terrassierten Hang gebaut war, besaßen aber beide, durch eine bewachsene Böschung voneinander abgetrennt, einen ebenerdigen Gartensitzplatz. Das Quartier selbst war ruhig gelegen, in Gehdistanz gab es ein modernes Lebensmittelgeschäft, einen Schuhmacher, meinen Kindergarten und meine Schule. Wir hatten zudem einen kleinen

Quartierladen, in dem wir unter anderem frischen Käse, Milch und Raketenglace einkaufen gingen. Mir läuft das Wasser im Mund zusammen, wenn ich an die Wonne denke, die mir so ein Wasserglace als Kind bescherte.

Das ganze Quartier war im damals üblichen schnörkellosen Baustil gehalten. Relativ große Fenster mit ausstellbaren Rollläden. Die Fassaden unpersönlich und farblos. Flachdächer. Zwischen den Mehrfamilienhäusern war reichlich Raum. Auf dem Gartensitzplatz unserer Wohn-Wohnung wuchs ein Feuertorn, in dem viele Singvögel saßen und ihr Lied trällerten. Besonders an einen Dompfaff mit seiner stolzen roten Brust erinnere ich mich gut. Im Sommer war der Busch voller Schmetterlinge. Nach einem Regenguss krochen die Regenwürmer aus der Erde. Wenn sie sich auf den Sitzplatz oder die Straße verirrt, klaubte ich sie alle auf und trug sie in die rettende Wiese. An heißen Tagen benetzte ich die halb verdorrten Tiere mit der Gießkanne und versuchte, sie wiederzubeleben. Ich bücke mich noch heute, um Regenwürmer zu retten.

Doch dann veränderte sich meine Welt. Im Frühling 1967 bekam ich eine Schwester. Anja.

## Ich gehe verloren

Da mein Stiefvater geglaubt hatte, keine Kinder zeugen zu können, bedeutete für ihn die Schwangerschaft meiner Mutter und die Geburt von Anja ein großes Glück. Anja wurde sein Ein und Alles. Die kleine Schwester freute auch mich, denn ich würde bald jemanden zum Spielen haben. Oft stand ich an ihrer Wiege und schaute ihr beim Schlafen zu. Einmal ergab es sich, dass Anja erwachte, als

ich bei ihr stand und sie zu schreien anfang. Papi kam ins Zimmer, sah mich und wurde wütend, weil sein Engelchen weinte. Grob zerrte er mich von der Wiege weg und verbot mir, künftig das Babyzimmer zu betreten. Ich war traurig und eifersüchtig auf Anja, weil Papi seit ihrer Geburt häufig böse auf mich war. Manchmal habe ich noch heute ein schlechtes Gewissen, weil ich sie mir damals oft weggewünscht hatte. Anja konnte ja nichts für Papis Verhalten mir gegenüber; ich glaubte einfach, wenn sie verschwinden würde, wäre alles wieder wie früher. Denn ich liebte Papi. Liebte es, von ihm herumgeschleudert, in die Luft geworfen zu werden. Wenn er mich anlachte, lachte ich zurück. Neuerdings aber lächelte er nur noch Anja an. Er war nicht mehr greifbar für mich, und ich verstand nicht, warum. Ich vermisste ihn sehr. Auch Mueti war meist mit Anja beschäftigt und hatte selten Zeit für mich. Ich fühlte mich damals nicht nur alleingelassen, sondern hatte auch das Gefühl, verloren gegangen zu sein. Und ich war in meiner Existenz bedroht.

1967, im Alter von drei Jahren, verspürte ich zum ersten Mal Todesangst. Die Situation war für mich so erschütternd, dass sich Spuren davon tief in meine Erinnerung eingegraben haben.

Ich sitze in der Küche in meinem Hochstuhl. Von hinten kommt ein riesiges Monster und beugt sich über mich. Es ist ganz nah und will mich fressen. Ich will weg, bin aber in meinem Stuhl gefangen. Das Monster packt mich am Hals. Ich will schreien, es geht nicht. Ich bekomme keine Luft. Ich zapple und schlage mit den Armen um mich. Es tut so weh. Ich will Luft. Ich erstickte. Ganz weit weg höre ich Schritte. Die Küchentür wird aufgerissen. Das Monster ist plötzlich weg. Ich giere nach Luft. Um mich herum ist wildes Geschrei. Niemand beachtet mich. Ich schreie auch.