

## 50 Gramm Haferflocken und 100 Milliliter Milch

Regen prasselt gegen die Rollläden, der Wind pfeift durch die undichten Fenster dieses alten Hauses, die Holzdielen knarzen und dann ein schrilles, nervtötendes, durchdringendes Piepen, das nicht aufzuhören scheint. Mit einem Grummeln wache ich aus einem Traum auf. Einem Traum, der sich viel zu realistisch angefühlt hat, viel zu schön war und von dem ich mir zu sehr wünschte, er würde Wirklichkeit werden. Ein kraftloser Schlag auf meinen Wecker lässt das Piepen, das mich aus meiner Traumwelt entrissen hat, endlich verstummen. Ich will mein Bett nicht verlassen. Meinen Rückzugsort, der mich Geborgenheit und Wärme verspüren lässt. All meine Probleme scheinen so weit entfernt zu sein.

Ein Blick auf den Wecker verrät mir, dass ich meine Tagträume über mein geliebtes Bett auf einen späteren Zeitpunkt verlegen sollte. Mit aller Mühe rappele ich mich auf und begeben mich ins Bad, um zu duschen. Während ich meinen Schlafanzug recht träge ausziehe, betrachte ich die Person im Badschrankspiegel, die scheinbar mich darstellen soll. Ein zufriedenes Lächeln fährt über meine Lippen, als ich mit meinen Fingern über meine stark hervorstehenden Schlüsselbeine fahre. Weiter führen meine Hände mich zu meinem Brustbereich und zu meinen Rippen, die ich deutlich durch meine Haut spüren kann. Ein Blick zu meinen Beinen zeigt mir, dass ich mein Ziel erreicht hatte. Meine Oberschenkel waren deutlich dünner geworden und berührten sich inzwischen an den Innenseiten nicht mehr. Als ich mich nun endlich meinem Gesicht widme, stelle ich zu meiner großen Freude fest, dass auch dieses schmaler geworden war und meine Wangenknochen nun viel besser zur Geltung kamen. Um meine Begutachtung auch offiziell zu bestätigen, holte ich den Richter, der seit einiger Zeit schon mein Leben bestimmte, hervor. Vorsichtig und auf Gewichtsverlust hoffend, setze ich erst den linken, dann den rechten Fuß auf die Waage. Der Zeiger schlägt mit einem Ruck aus und Panik macht sich schon in mir breit. Als er endlich still steht, schließe ich für einen kurzen Moment die Augen, atme tief durch, öffne meine Augen und lese die Zahl ab. 48,7 Kilogramm. Bei einer Größe von 1,74 Meter. Erleichtert steige ich von der Waage. „Ja, das ist schon mal ganz akzeptabel“, spreche ich mir gut zu. Beuge mich aber gleichzeitig zu dieser einen Speckfalte an meinem Bauch: „Du da, ja, du musst noch weg.“

Nach dem Duschen nehme ich mein Frühstück, zugleich die einzige Mahlzeit meines Tages, zu mir. 50 Gramm Haferflocken gemischt mit 100 Millilitern Milch. Löffel für

Löffel kämpfe ich. Angst macht sich in mir breit. Ich darf bloß keine Gewichtszunahme riskieren. Ich fürchte jede Kalorie. Jede Haferflocke könnte eine zu viel sein.

Als ich endlich die letzte Haferflocke aus der Schüssel gekratzt habe, mache ich mich auf den Weg zum Bus. Nach einer gefühlt ewigen Busfahrt komme ich endlich in der Schule an und mache mich auf ins Getümmel. Ein ganz normaler Dienstagmorgen.

Im Aufenthaltsraum sind die Sitzgelegenheiten bereits alle belegt, weswegen ich mich zu meinen Freunden stelle, die noch ein paar Stühle abgreifen konnten.

Der übliche morgendliche Small-Talk folgt. Hier wird noch schnell der Chemie-Eintrag gelernt, dort am Handy nach Geschichtsdaten recherchiert. Und ich stehe an die Wand gelehnt, mit meinen Gedanken in einer komplett anderen Welt. Als schließlich meine beste Freundin den Raum betritt und auf unsere Gruppe zusteuert, beachtet sie mich wenig und nur durch ein schlaffes Armstreifen begrüßend steuert sie auf ihre scheinbar neue „beste Freundin“ zu. „O mein Gott, hast du schon mitgekriegt, dass die neue Staffel von unserer Lieblingsserie in zwei Monaten rauskommt!“, kreischt sie sie fast hysterisch an. „Krass, nein echt!? O mein Gott, wie cool! Dann müssen wir uns unbedingt jede Woche treffen, wenn eine neue Folge rauskommt, und die gemeinsam anschauen!“ Genervt bleibt mir nichts anderes übrig, als die Augen zu verdrehen. Ja, na ganz toll, jetzt werden die noch mehr Zeit miteinander verbringen. Mitreden kann ich auch nicht, da mich die Serie einfach nicht anspricht und ich sie deswegen auch noch nicht gesehen habe. Aber Hauptsache die haben ihren Spaß, denke ich, packe genervt meine Tasche und verlasse den lärmgefüllten Raum. „Was ist denn mit der los?“, höre ich sie hinter mir tuscheln. Wut und Verständnislosigkeit machen sich in mir breit. „Was hab ich ihnen getan, dass sie nichts mehr mit mir machen wollen und mich kaum noch beachten? Ich versteh es einfach nicht?“

Mit diesem Gedanken betrete ich den Chemiesaal. „Was machst du denn schon hier? Es ist doch erst zwanzig vor acht“, fragt mich unser Lehrer. Statt einer Antwort gebe ich nur ein mürrisches Grummeln von mir und lasse mich auf einen der klapprigen Holzstühle fallen. Ein Seufzen ist aus der Richtung des Lehrerpults zu hören. Dann plötzlich steht der Lehrer vor mir. Erschrocken blicke ich in sein besorgtes Gesicht. „Schau, es ist so, dass deine Schulaufgabe leider wirklich schlecht gelaufen ist, und du wirst im Zeugnis vermutlich unterpunkten. Ich habe auch schon mit eurem Kursleiter gesprochen und er meinte, Chemie sei nicht das einzige Fach, in dem es schlecht für dich aussieht. Wenn du möchtest, kann ich dir die Möglichkeit anbieten, ein Referat vorzubereiten, um deine Note aufzubessern. Ich möchte dir wirklich nur helf---“ „Ich

krieg das schon hin und jetzt lassen Sie mich bitte mit ihrem Mitleidsgedudel in Ruhe!“, gebe ich etwas gereizt zurück. Meinem Lehrer ist deutlich anzumerken, dass ihm alle Hoffnung gerade entwichen ist. In dem Moment betreten die ersten Mitschüler den Raum und verteilen sich auf ihre Plätze.

Endlich gongt es zum Stundenbeginn und der Lehrer kündigt die Herausgabe der Klausur an. Ein Murren und Tuscheln geht durch die Reihen. „Och nee, ich war bestimmt voll schlecht. Ach Mann, was mach ich denn jetzt bloß?“, höre ich es in der ersten Reihe murmeln. Der Lehrer beginnt durch die Reihen zu gehen und die Bögen auszuteilen. Aus der ersten Reihe ist ein sirenenähnliches Schreien zu hören. „Nein, o mein Gott, was?! Das kann doch nicht sein! Wir haben beide 14 Punkte?! Das muss Bestimmung sein!“ Mir kommen meine Haferflocken fast wieder hoch. Schade, wie schnell man plötzlich von der Hauptrolle zum unwichtigen Statist werden kann. Ein Blatt vor meinem Gesicht holt mich in die Realität zurück. „Deine Klausur“, sagt der Lehrer mit einem leicht genervten Ton. „Brauch ich nicht. Was soll ich denn damit? Soll ich sie mir einrahmen?“ Ich muss lachen. Mit einem lauten Knall kracht die Hand meines Lehrers auf den Tisch. Vor Schreck zucke ich zusammen und die ganze Klasse dreht sich zu uns um. „Mir langt das jetzt hier mit deinen Späßchen! Wie willst du denn das Abitur bestehen?“ Will ich das überhaupt, frage ich mich, traue mich aber nicht diese Frage laut auszusprechen, weil mir der Schreck noch in allen Gliedern sitzt. „Jetzt schau dir an, was du falsch gemacht hast, und versuch aus den Fehlern zu lernen, sonst sehe ich wirklich schwarz bei dir!“ Gekränkt und den Tränen nahe, werfe ich mir meine Tasche über die Schulter, greife die Schulaufgabe vom Tisch und begeben mich in Richtung Tür. „Denk bloß nicht, dass du einfach so meinen Unterricht verlassen kannst!“ Doch bevor der Lehrer aus der dritten Reihe auf mich zukommen kann, habe ich schon den Schulaufgabenbogen in den Papiermüll geworfen und die Tür hinter mir zugeknallt. Die mitleidenden Blicke habe ich gekonnt ignoriert. Wütend stapfe ich die Treppen zum Ausgang hoch und hinter mir fliegt die Tür des Chemiesaals auf. „Komm sofort zurück oder das wird eine Bestrafung nach sich ziehen! Hast du gehört?! Ich warne dich!“, schreit mein Lehrer mir hinterher. Eine andere Klassenzimmertür geht auf und eine der neuen Referendarinnen streckt neugierig ihren Kopf heraus, um der Lärmquelle auf den Grund zu gehen.

Als ich endlich auf dem Pausenhof stehe und mir die kalte Luft ins Gesicht schlägt, laufen mir automatisch die Tränen übers Gesicht. Nach ein paar Schritten höre ich eine bekannte Stimme, die mir hinterherruft. Ich spüre, wie die Wut in mir immer stärker

wird, und versuche, alles um mich herum auszublenden. „Hey, was ist denn los?“ Plötzlich packt mich eine Hand an der Schulter. „Lass mich in Ruhe“, keife ich zurück, entwinde mich ihrem Griff und will weitergehen. „Okay, ich weiß nicht, was in letzter Zeit mit dir los ist.“ „Was interessiert dich das überhaupt? Wie ich sehe, hast du ja schon tollen Ersatz für mich gefunden. Also wärest du jetzt so freundlich und könntest meinen Ärmel loslassen, ich möchte nach Hause gehen. An den Ort, wo ich manchen Menschen, im Gegensatz zu hier, noch etwas bedeute“, versuche ich mich aus der Situation herauszureden. „Deine Eltern sind doch noch nicht einmal zuhause. Die sind noch immer auf ihrer Geschäftsreise in Mexiko, oder nicht? Komm doch bitte einfach wieder zurück ins Klassenzimmer und nach der Schule kommst du zu mir und wir quatschen ein bisschen, okay? Bitte.“ Dass ich nicht lache. Die hat doch keine Ahnung von meinem Leben. „Meine Eltern sind seit zwei Wochen wieder zuhause und machen sich wahnsinnige Sorgen um mich, weil ich in den vier Monaten, in denen sie weg waren, fast 20 Kilo abgenommen hab. Aber sowas fällt meinen ach so liebenswerten Freunden natürlich nicht auf! Ihr seid alle nur auf euch selbst fokussiert, und was um euch herum geschieht, ist völlig egal! ,O mein Gott, wenn ich keinen 1,0-Schnitt habe, enterben mich meine Eltern! Die Welt wird untergehen!‘ Als ob es nichts Wichtigeres gäbe im Leben! Ich kann einfach nicht mehr!“ Während der letzten Sätze fühle ich, wie mein Puls besorgniserregend in die Höhe steigt und mir ein wenig schwarz vor den Augen wird. „Ist alles okay?“, fragt sie mich, da sie bemerkt haben muss, dass ich blass geworden bin. „Ja, geht schon, jetzt lass mich bitte los.“ Als ich mich umdrehe, um endlich zum Bus zu gehen, mache ich ein paar Schritte und spüre, wie die Kraft in meinen Beinen nachlässt und ich in mir zusammensacke.

Das Nächste, woran ich mich erinnern kann, ist, dass ich im Krankenwagen lag und kurz bei Bewusstsein war, aber dieses dann wieder verloren hatte.

#### *4 Tage später*

„Guten Morgen! Es ist Zeit zu frühstücken“, meint die Krankenschwester zu mir. Wer sich unter meinem Frühstück ein luftiges Croissant mit Marmelade vorstellt, der liegt falsch. Ich werde seit dem Zwischenfall auf dem Pausenhof zwangsernährt. Das heißt, mir wird nährstoffreicher Brei durch eine Sonde in den Körper gepumpt. Appetitlich, nicht wahr? So komisch es auch klingen mag, mir gefällt es hier im Krankenhaus sehr gut. Es gibt so viele Leute, die sich um mich kümmern, die mit mir reden, mich nach meinen Wünschen fragen. Manchmal sind einige Unterhaltungen sehr unangenehm,

gerade, wenn wunde Punkte, wie meine Freunde, angesprochen werden. Aber ich meistere alles mit Bravour und bleibe stark.

Meinen ersten Nervenzusammenbruch hatte ich tatsächlich erst gestern. Meine Mutter hatte mir einen Bilderrahmen mit ganz vielen kleinen Bildchen gebracht und ich hatte ihn mir einige Minuten lang angesehen. Zu meinem Erschrecken war dann, etwa eine Viertelstunde später, die Tür aufgefliegen und der Psychologe kam aufgebracht in mein Zimmer gestürmt, gefolgt von meiner Mutter, die jedoch in der Tür wartete. „Wie können Sie ihr einen Bilderrahmen vorbeibringen? Was haben Sie sich dabei gedacht?!“, fragte er meine Mutter vorwurfsvoll, während er mir diesen aus der Hand riss. „Entschuldigen Sie bitte. Ich wusste nicht, dass ein Bilderrahmen eine Gefährdung für sie sein könnte“, erklärte meine Mutter verwirrt. „Diese Glasplatte. Mit Glas kann man sich verletzen. Und ich möchte nicht, dass meine Patientin auf dumme Gedanken kommt, wenn Sie verstehen, was ich meine“, erklärte der Psychologe in ernstem Ton. „Aber Sie glauben doch nicht etwa – Sie meinen, meine Tochter würde – Nein, sie würde das nie tun.“ „Was würde ich nie tun?“, fragte ich schließlich, weil ich mir nicht ganz sicher war, was genau Sache war. „Dir das Leben nehmen“, antwortet der Mann im weißen Kittel. Hätte ich jetzt Wasser im Mund gehabt, hätte ich es sicher vor Verblüffung ausgespuckt. „Bi--- Bitte was? Sie haben doch nicht ernsthaft daran gedacht, dass ich ---“ „Wir müssen immer auf Nummer sicher gehen, da wir nicht wissen, was in den Köpfen der Patienten wirklich vor sich geht. Ich werde die Glasplatte entfernen und dann bekommst du den Bilderrahmen zurück.“

Nun ja, jetzt liege ich hier und habe seit 13 Tagen keinen Kontakt mehr zur Außenwelt gehabt, da mir mein Handy weggenommen wurde. Ich solle mich erst einmal auf mich selbst konzentrieren und auf meine Bedürfnisse achten, hat man mir gesagt. Mein gestörtes Verhältnis zum Essen wurde mir sehr schnell ausgetrieben. Einerseits, weil mir keine andere Wahl blieb, da die Sonde in meinen Körper fest fixiert wurde, nachdem ich am ersten Tag versucht hatte, mir diese auszureißen. Und zweitens, weil mir jeder behandelnde Arzt und auch der Psychologe meine Zukunft ohne Nahrungszunahme vor Augen gehalten hatten: Ich würde an Untergewicht vermutlich recht bald aus dem Leben scheiden. Und das war nun wirklich nicht mein Ziel gewesen.

Meine Einsichtigkeit führte dazu, dass mein Krankenhausaufenthalt auf vier Wochen verkürzt werden sollte.

Es ist jetzt der 14. Tag und meine Mutter ist wieder einmal zu Besuch. Es tut mir so weh zu sehen, dass sie sich solche Vorwürfe macht und sich die Schuld gibt, dass ich in diese Situation geraten bin. Dabei habe ich es selbst verschuldet.

„Mäuschen, der Psychologe meinte, dass du heute für ein paar Minuten an dein Handy darfst. Ich glaube, es würden sich einige deiner Freunde sehr freuen, wenn du ihnen antworten würdest. Lass dir einfach Zeit und schau dir vielleicht erst einmal die unzähligen Nachrichten an, die die letzten Tage angekommen sind.“

Will ich die überhaupt lesen? Will ich wieder Kontakt aufbauen oder sollte ich mich lieber weiterhin auf meine Genesung konzentrieren? Mein Gedankengang wird von einer Krankenschwester unterbrochen, die mir mein Handy reicht und anmerkt, es in 20 Minuten wieder zu holen. „Ich lass dich dann mal allein.“ Nachdem auch meine Mutter das Zimmer verlassen hat, starre ich nervös auf das Teil in meinen Händen. Ich schalte es an und warte, bis es ganz hochgefahren ist. Ob ich wohl wirklich so viele Nachrichten bekommen habe, wie meine Mutter es vorhin angedeutet hatte? Da mein Klingelton ungewohnt laut ist, erschrecke ich kurz, als die ersten Nachrichten-Anzeigen eintrudeln. 228 neue Nachrichten – und davon 57 allein von meiner besten Freundin:

*(am Tag nach dem Zwischenfall in der Schule)*

**15:41:** Hey? Ist alles okay?

**17:23:** Okay, die Nachrichten kommen irgendwie nicht an ... Und online warst du auch nicht ... Ich hoffe, du bist bald wieder fit! Wenn ich dir etwas Gutes tun kann, melde dich bitte!

*(tags drauf)*

**13:19:** Hey, ich mach mir jetzt irgendwie echt Sorgen, heute in der Schule haben mich einige Lehrer angesprochen, ob ich schon wüsste, was mit dir los sei. Muss ich mir Sorgen machen?

**15:32:** \*6-minütiges Audio\*

**22:38:** Ich will, dass du weißt, dass, egal was kommt und auch passiert, ich für dich da bin und dir helfen werde, wo auch immer ich kann. Bitte schick mir nur ein Lebenszeichen! (...)

*(4 Tage später)*

**14:12:** Scheinbar darf man mir nicht sagen, was du hast oder wo du bist. (...) Ich bin fix und fertig, mit den Nerven am Ende. Ich weiß nicht, wo du bist, wie es dir geht, ob du noch lebst, ob du in guten Händen aufgehoben bist oder nicht, aber eines weiß

ich: Ich werde mich nicht mit irgendwelchen Schweigepflichten abfinden und einfach hinnehmen, was gerade passiert. Ich verspreche dir, wir können das schaffen. Ich bin für dich da. Auch wenn das in den letzten Wochen vielleicht nicht so rübergekommen ist und ich mich dir gegenüber kühl und desinteressiert verhalten habe, will ich, dass du weißt, wie wichtig mir du und unsere Freundschaft sind!

Beim Lesen der Nachrichten von ihr und auch anderen Freunden ist mir ganz schwer ums Herz geworden. Hatte ich mir alles nur eingebildet? War es nur ein Hirngespinnst gewesen, dass ich dachte, jeder würde sich von mir abwenden? Bedeutete ich meinen Freunden tatsächlich so viel, dass sie sich solche Sorgen um meinen Verbleib machten?

Ein Klopfen an der Tür reißt mich aus meinen Gedanken. „Ja, herein.“ Langsam wird die Tür einen Spalt weit geöffnet und meine beste Freundin streckt den Kopf herein. „Darf ich?“ Irgendwie hatte ich hier nicht mit ihr gerechnet. Ich freue mich aber sehr, sie zu sehen. „Wow, du siehst echt schlimm aus“, begrüßt sie mich schmunzelnd. „Haha, danke, du auch!“, gebe ich zurück.

„Also bist du jetzt schon seit zwei Wochen im Krankenhaus?“, fragt sie und ihr Blick wandert zu dem Schlauch an meinem Bauch. Wortlos ziehe ich die Decke über meinen Bauch, um ihn zu verdecken. Ich möchte kein Mitleid erhalten und auch keine unnötigen Kommentare hören. „Wie läuft’s in der Schule?“, versuche ich vorsichtig das Gespräch wieder aufzunehmen. „Es geht, alles wie beim Alten.“ Eine gewisse Spannung liegt in der Luft und wir wissen beide nicht wirklich, wie wir uns einander gegenüber verhalten sollen. Die Konfrontation auf dem Pausenhof liegt uns zweien wohl immer noch schwer im Magen. Einige Augenblicke später, die sich wie eine Ewigkeit angefühlt haben, fragt sie plötzlich nach dem Bilderrahmen auf meinem Nachttisch. „Ich vermisse die alten Zeiten“, fängt sie an, „wir haben so viel herumgeblödeln und haben immer zusammen gelacht. Ich würde so viel dafür geben, das alles nochmal zu erleben. Wir waren eine unschlagbare Einheit. Niemand konnte sich uns in den Weg stellen. Weißt du noch das eine Mal, wo wir---“ Sie bemerkt die Tränen, die über meine Wangen laufen, setzt sich sofort auf den Bettrand und nimmt mich in den Arm. Schluchzend vergrabe ich mein Gesicht in ihren weichen Strickpulli und kurz darauf spüre ich auch Tränen auf meine Haare fallen. Ich fühle mich in ihren Armen so geborgen. Ein vertrautes Gefühl. In diesem Moment vergesse ich all die

traurigen und einsamen Tage der letzten Monate. Zum ersten Mal seit langem spüre ich wieder menschliche Wärme und Zuneigung.

Wir verweilen bestimmt zehn Minuten in der Umarmung und mein Schluchzen hat sich inzwischen zu einem leisen Wimmern umgewandelt. „Du hast mir so gefehlt“, dabei streicht sie mir sanft über den Kopf. Ich richte mich langsam wieder auf und schaue sie mit meinen verheulten Augen an. „Oje, ich bin echt ein ganz schönes Emotions-Wrack ...“, stelle ich schmunzelnd fest und wische mir mit dem Handrücken die Tränen aus dem Gesicht. Für einen kurzen Moment denke ich an all die Male, bei denen ich mich so nutzlos, einsam und vergessen gefühlt habe. Doch die sollen der Vergangenheit angehören. Nie wieder möchte ich so fühlen müssen.

Als könne sie meine Gedanken lesen, nimmt sie plötzlich meine Hände in ihre. „Hör mal, die letzten Wochen und Monate waren wirklich nicht leicht für dich und ich will mir gar nicht vorstellen, wie du dich, unter anderem wegen mir, gefühlt haben musst.“ Ich unterbreche sie und will ihr klarmachen, dass sie sich keine Vorwürfe machen soll, aber sie bleibt standhaft: „Ich hätte für dich da sein und merken müssen, dass es dir nicht gut geht. Und das habe ich nicht getan, also bitte versuch nicht, mir jegliche Schuld auszureden. Ich habe Fehler gemacht, die ich gerne wieder gutmachen würde. Ich brauch doch mein aufgedrehtes, verrücktes Huhn, mit dem ich noch viele Abenteuer erleben möchte!“ Sie lacht, pikst mich in die Seite und mir bleibt, bei ihrer ansteckenden Art, nichts anderes übrig als mitzulachen.

Ich weiß, dass auch die kommenden Wochen nicht leicht sein werden und es Zeit und Geduld braucht, um das Vertrauen und die Zuneigung zu meinen Freunden wieder aufzubauen. Aber ich bin mir sicher, dass wir das schaffen können. Unsere Wurzeln sind so tief verankert, dass eine neue, stärkere Freundschaft daraus entstehen wird. Und alles Vergangene, das mir je Sorgen bereitet hat, bleibt wo es ist: nämlich in der hintersten Kammer meines Gedächtnisses.

**Larissa Teusch**, Q12, Reuchlin-Gymnasium Ingolstadt