

LEIB UND LEBEN, Ausgabe „Durch Dick und Dünn“, Januar/Februar 2005

## **Magersucht: Die unsägliche Schuld zu essen**

*Ein junger Mann gerät in den Sog, dünn sein zu wollen. Nur langsam kann er akzeptieren, dass Hungern nicht Stärke, sondern Schwäche bedeutet*

Was zuerst an ihm auffällt, sind die Augen: riesige, braune, verschmutzte Augen in einem weichen, noch fast kindlichen Jungmännergesicht. Seine Sprache ist leise, stockend, fast stotternd. Flüssig und klar erst dann, wenn er sich verstanden fühlt. Dann unterstreicht er jeden Satz mit einem entschiedenen „Auf jeden Fall!“. Seine halblang vom Kopf abstehenden strohigen Haare verbergen diese sprechenden Augen wie ein Vorhang. Sein Gang ist leicht gebeugt, fast schlurfend, die weiten Jeans schlabbern um seinen schlaksigen, hoch aufgeschossenen Körper. Von weitem könnte man ihn für einen älteren Mann halten. Wenn da nicht diese jungen Augen wären. Und doch liegt in ihnen ein Hauch von Wehmut, von Trauer, von Niedergeschlagenheit und Schmerz.

Dieser Schmerz hat ihn nahezu sein ganzes 18jähriges Leben begleitet, vor allem aber in den zurückliegenden fünf Jahren. In dieser Zeit stand Thilo Wagner\* (Name geändert) kurz davor, sich zu Tode zu hungern – getrieben von einer zerstörerischen Wut gegen sich selbst.

Die Ursachen dafür reichen viele Jahre zurück. Schon als Kind hat es Thilo nicht leicht. Da beide Eltern arbeiten – der Vater als Elektriker, die Mutter als Krankenschwester –, wird er tagsüber von der Oma betreut. Er ist ein fügsames Kind, freundlich, mitteilsam, bemüht, es allen recht zu machen. Auch der Großmutter. Die aber zertrampelt seine kunstvollen Lego-Gebäude rücksichtslos, wenn sie – das „bitte anklopfen“-Schild an der Tür regelmäßig missachtend – ins Zimmer kommt. Sätze wie „Du bist so dumm, du schaffst sowieso nichts im Leben“ kleben ihm bis heute im Gedächtnis. Der Siebenjährige schüttet den Eltern sein Herz aus. Vergebens. Gegen die Schwiegermutter ist die Mutter machtlos, der Vater steht sowieso auf ihrer Seite. Er kümmert sich vorzugsweise um Thilos drei Jahre ältere Schwester. Die Pferdenärrin begleitet er – selbst passionierter Reiter – zu jedem Reitturnier. Das Interesse an seinem Sohn beschränkt sich darauf, ihm abends gute Nacht zu sagen.

Hat er sich da nicht zurückgesetzt gefühlt? „Ging“, meint er nur kurz angebunden. Dieses „ging“ ist heute noch sein Kürzel dafür, dass etwas unerträglich ist. Aber er muss es aushalten. Er hat keine Wahl.

Stemmeshay 19  
D-22045 Hamburg  
Telefon 040-669 78 223  
Telefax 040-669 78 224  
Mobil 0151-11500159  
www.annettebopp.de  
pressebuero@annettebopp.de

Copyright by Annette Bopp.  
Nachdruck, auch auszugsweise,  
nur mit schriftlicher Genehmigung der Autorin. Zuwiderhandlung wird juristisch verfolgt.

Als er 11 Jahre alt ist, trennen sich die Eltern von heute auf morgen. Die Schwester verschwindet für ein Jahr in einem Mädchenheim, Thilo zieht mit der Mutter innerhalb der Kleinstadt um. Er fragt nicht, warum, steckt den Kopf in den Sand: „Ich wollte den Grund einfach nicht wissen.“ Mitwissend zu sein bedeutet für ihn Mitschuldigsein.

Das Schuldgefühl bricht mit Macht über ihn herein, als die Mutter vier Jahre später dem inzwischen 15jährigen während einer Autofahrt eröffnet, wie es zur Trennung kam: Der Vater hatte die Schwester vergewaltigt, mehrere Jahre lang, bis die 14jährige es nicht mehr aushielt und das Jugendamt informierte. Thilo liebt seine Schwester innig, ein Foto von ihr trägt er ständig bei sich, er ist stolz auf sie. Und deshalb trifft es ihn in tiefster Seele, als die Mutter ausspricht, was er die ganzen Jahre über nur ahnte, aber nie hat wahrhaben wollen. „Ich wollte das nicht hören, ich wäre am liebsten weggerannt, aber ich kam nicht aus dem fahrenden Auto heraus“, erinnert sich Thilo. Ganz schnell und leise spricht er dabei, abgehackt, nuschelnd. Seine Hände zittern, er schwitzt am ganzen Körper, heute noch.

Weglaufen tut er dann aber doch, in den Monaten und Jahren danach, jeden Tag ein bisschen mehr. Er rennt und rennt und rennt und nennt es „joggen“. Täglich, stundenlang – hinter der Wohnung der Mutter dehnen sich Wiesen und Felder bis zum Horizont. Zusätzlich macht er Kampfsport, Taekwon-do. Er trainiert bis zum Umfallen: Liegestütze, Sit-ups, viermal am Tag 50 Stück, mindestens, kein Turnier lässt er aus. Er schindet seinen Körper, und er isst kaum noch. Den Grund kennt nur er, und wieder wird seine Stimme ganz leise, verhuscht, als er dieses gut gehütete Geheimnis preisgibt: „Essen tut dem Menschen gut, das konnte ich nicht zulassen, mir durfte es nicht gutgehen – ich war doch ihr Bruder, ich hatte nicht gut genug auf sie aufgepasst.“

Wenn Thilo essen muss, weil andere dabei sind, steckt er sich anschließend den Finger in den Hals. Das Gefühl, die Speisen bei sich behalten zu müssen, ist ihm unerträglich. Er erbricht heimlich, die Mutter darf es nicht mitbekommen: „Das ging nur mich etwas an.“ Äußerlich mimt Thilo den Sunnyboy, aber „innerlich habe ich viel geweint“.

Fanatisch ist er darauf aus, immer dünner zu werden. Er raucht ein bis zwei Schachteln Zigaretten täglich, „das nimmt den Hunger“. Abnehmen, jeden Tag ein bisschen mehr, wird zum verbissen verfolgten Ziel, die Waage zum heimlichen Verbündeten. Jedes Gramm weniger beweist, dass er nicht blöd ist, wie die Oma immer behauptet, sondern dass er sehr wohl etwas leisten kann. „Als meine Freunde sagten, ‚Mensch, bist Du dünn geworden‘, da war ich total stolz! Das fand ich gut! Auf jeden Fall!“

Stemmeshay 19  
D-22045 Hamburg  
Telefon 040-669 78 223  
Telefax 040-669 78 224  
Mobil 0151-11500159  
www.annettebopp.de  
pressebuero@annettebopp.de

Copyright by Annette Bopp.  
Nachdruck, auch auszugsweise,  
nur mit schriftlicher Genehmigung der Autorin. Zuwiderhandlung wird juristisch verfolgt.

Im Januar 2003 wiegt er, knapp 17 Jahre alt, bei 1,76 m Größe gerade noch 50 Kilogramm. Nach der Schule muss er sich oft hinlegen, so müde und erschöpft ist er. Er kann nicht mehr. Als die Mutter ihn eines Tages fragt, warum es ihm nicht schmeckt, gesteht er: „Ich habe ein Problem mit dem Essen.“ Sie vereinbart sofort einen Termin mit der Hausärztin. Die empfiehlt eine stationäre Therapie. Die Wahl fällt auf das Gemeinschaftskrankenhaus Herdecke, eine anthroposophische Klinik für Akutmedizin und chronische Krankheiten. Andere Spezialkliniken sind für Thilos Mutter mit dem Auto kaum in vertretbarer Zeit erreichbar – und in den ersten drei Monaten, so sieht es das Therapiekonzept vor, darf Thilo nur Besuch bekommen, nicht aber selbst auf Besuch nach Hause. Diesem Umfeld, in dem er sich in die Krankheit hineingesteigert hatte, soll er vorerst entzogen werden.

Einzige Bedingung für den Beginn der Therapie: Thilo muss innerhalb von 10 Tagen 500 Gramm zunehmen. Er weiß: das schafft er nicht. Und mogelt: Vor dem Wiegen schüttet er eine Flasche Wasser in sich hinein – und bringt damit sogar mehr als das erforderliche Pfund mehr auf die Waage. „Sie sind offenbar besonders motiviert“, loben die Ärzte bei der Aufnahme am 3. Februar 2003. Am Tag darauf fliegt der Schmu aber dann natürlich auf. Thilo darf trotzdem bleiben – er ist nicht der Einzige, der schummelt, und das Klinikpersonal kennt die Tricks.

Er hat Angst: Was werden Ärzte und Therapeuten von ihm wissen wollen? Was wird er preisgeben müssen? Was wird mit ihm geschehen? Aber er weiß auch: Wenn er so weitermacht wie bisher, hat er nicht mehr lange zu leben. Und er will leben. ±Aber das bedeutet: essen. Essen wird zur Pflicht. Er muss 2000 Kalorien zu sich nehmen, verteilt auf drei Haupt- und zwei Zwischenmahlzeiten. Für Thilo eine kaum zu bewältigende Menge. Aber es gibt kein Entrinnen. Während des Essens sitzt ein persönlicher Betreuer neben ihm, seine Bezugsperson für den gesamten Klinikaufenthalt. Und der achtet auf jede Bewegung. In der anschließenden einstündigen „Sitzzeit“ lässt er Thilo keine Sekunde aus den Augen, selbst auf der Toilette nicht. Kontrolle total. Kotzen unmöglich. Thilo hasst ihn anfangs dafür.

Er hasst ihn auch, weil er all das repräsentiert, was ihn vom Hungern und Kotzen wegführen soll. Der Betreuer ist der Herr seines Alltags. Er bestimmt die täglich aufzunehmende Kalorienmenge und den Stufenplan, der den Tagesablauf regelt. Nur wer am wöchentlichen „Wiegetag“ 500 Gramm mehr auf den Knochen hat, kommt eine Stufe weiter. Jeder beginnt in Stufe 1: Stubenarrest. Kein Ausgang, kein Sport, 24 Stunden Stationsalltag. Die einzige Abwechslung sind einige Stunden Krankenhausschule, nicht gerade Thilos Lieblingsbeschäftigung. Erst mit Stufe 2 winken erste Vergünstigungen, vor allem ein längerer Spaziergang, frische Luft.

Stemmeshay 19  
D-22045 Hamburg  
Telefon 040-669 78 223  
Telefax 040-669 78 224  
Mobil 0151-11500159  
www.annettebopp.de  
pressebuero@annettebopp.de

Copyright by Annette Bopp.  
Nachdruck, auch auszugsweise,  
nur mit schriftlicher Genehmigung der Autorin. Zuwiderhandlung wird juristisch verfolgt.

Thilo leidet. Jede Minute der Sitzzeit wird zur Ewigkeit. Er raucht, er spielt Karten, er schweigt. Er sieht den Bauch „dicker“ werden, und schon davon wird ihm schlecht. Und so findet er Tricks und Kniffe, um das Essen zu umgehen: Brotstücke, Wurst und Käse gleiten in den Ärmel und werden später „entsorgt“. Teile des Mittagessens wandern in die Papierserviette und beim Abräumen in den Müll. Die Patienten brauchen sich nur anzusehen und wissen auch ohne Worte, ob die Luft für solche Schummeleien rein ist. Anfangs ist Thilo froh um diese Komplizenschaft, heute denkt er: „Die sind doch doof, damit bleibt ja alles, wie es ist, dafür brauch ich nicht in die Klinik.“

Monatelang pendelt Thilo zwischen Stufenplan 1 und 2, steigt auf, fällt zurück. Nimmt er ab, droht der Betreuer: „Dann müssen wir dir eine Sonde legen.“ Für Thilo der Horror schlechthin. Denn von einer Mitpatientin, die die Sondenzeit hinter sich hat, weiß er: „Da wirst du zur Gummipuppe, in die Essen reingepumpt wird, und du kannst dich nicht wehren. Wenn du kotzen willst, erstickst du fast daran.“ Ihr Rat: „Tu alles, damit du das nicht erlebst.“

Also isst Thilo doch ein wenig. Ganz langsam nur kann er sich in den Gesprächen mit seinem Betreuer oder anderen Therapeuten öffnen. Kann Stück für Stück enthüllen, was seinen Selbsthass schürt. Und ganz langsam begreift er, dass er gut zu sich sein darf, dass er in Ordnung ist, wie er ist, dass er nicht schuldig ist am Leid seiner Schwester. Und dass Essen nichts ist, wofür er sich bestrafen muss.

Die Wiese neben dem Krankenhaus wird ihm zur Zuflucht. In den Himmel und den Sonnenuntergang schauen, feuchte Erde riechen und den Wind auf der Haut spüren, den Abhang hinunterkullern und sich wie ein junger Hund im Gras wälzen – die Wiese, das ist für Thilo das Leben und die Freiheit. Hier kann er weinen und lachen, schreien und flüstern, Trauer zulassen und Glück. Wenn er davon erzählt, röten sich seine sonst eher blassen Wangen, dann funkeln seine Augen, dann erzählt er, ohne ins Stocken zu kommen, lebhaft, engagiert, begeistert. Und auf seinen kräftigen Armen stellen sich die Haare auf – „ich krieg Gänsehaut, wenn ich an die Wiese denke, immer noch!“

Als er Stufe 3 erreicht, darf Thilo täglich 30 Minuten auf die Wiese. Und er darf zum Werkunterricht zu Hardy – „ein toller Mensch, auf jeden Fall!“. Wochenlang arbeitet er an einer Marmorskulptur, die er zu einer harmonisch gerundeten Form schleift und schmirgelt. Sachte schwingt sie hin und her, wenn sie angestoßen wird – Symbol für Thilos eigene Verfassung: „Ich war nie richtig gerade.“ Er war schüchtern, scheu, angepasst. Er hat sich darüber selbst vergessen.

Stemmeshay 19  
D-22045 Hamburg  
Telefon 040-669 78 223  
Telefax 040-669 78 224  
Mobil 0151-11500159  
www.annettebopp.de  
pressebuero@annettebopp.de

Copyright by Annette Bopp.  
Nachdruck, auch auszugsweise,  
nur mit schriftlicher Genehmigung der Autorin. Zuwiderhandlung wird juristisch verfolgt.

In der Auseinandersetzung mit dem Stein, mit Hilfe von Physiotherapie und Heilrhythmie sowie in Gesprächen und Rollenspielen mit den Therapeuten legt Thilo seine Unsicherheit und Ängste ab. „Sie sie haben mir immer Mut gemacht, und auch, wenn etwas schief gelaufen ist, haben sie mich nie hingelassen.“ Er lernt, seine Gefühle zu zeigen, unangepasst zu sein, seine eigene Meinung zu haben. Er lernt, sich anzunehmen, wie er ist, selbstbewusst. Er lernt, auf seinen eigenen Füßen zu stehen und dabei nicht mehr zu schwanken oder gar umzufallen.

Stemmeshay 19  
D-22045 Hamburg  
Telefon 040-669 78 223  
Telefax 040-669 78 224  
Mobil 0151-11500159  
www.annettebopp.de  
pressebuero@annettebopp.de

Anfang Juli 2003, fünf Monate nach seiner Aufnahme, zieht er von der Station in eine eigenes Apartment auf dem Klinikgelände. Anfangs isst er noch auf der Station, schließlich darf er auch selbst einkaufen und für sich kochen. Die Waage wacht über sein Gewicht. Manchmal schummelt er noch, obwohl er es eigentlich nicht mehr nötig hat. Er schämt sich dafür, aber der Drang, wieder nach Hause zu kommen, ist übermächtig. Die Betreuer sehen das, äußern ihre Enttäuschung, aber auch ihr Verständnis. Sie trauen Thilo zu, dass er es trotzdem schafft.

Am 29. Juli 2003 kommt er nach Hause zurück. Nicht alle Freunde sind ihm erhalten geblieben. Hat ihn das getroffen? „Ging“, meint er nur. Also ja. Aber „wenn sie mich nicht mögen, wie ich bin, dann eben nicht.“ Früher hätte er das so nicht ertragen. Er ist froh, dass er es heute kann.

Die Verwandtschaft begrüßt ihn freudig. Seine Magersucht ist nicht mehr tabu, wissbegierig wollen alle wissen, was das ist, wie es sich anfühlt. Sie nehmen Anteil, leiden und freuen sich mit ihm. Thilo staunt: „Ich wusste gar nicht, dass die mich so lieb haben!“

Er macht den Hauptschulabschluss und beginnt eine zweijährige Ausbildung als Sozialhelfer. Danach will er sich zum Erzieher ausbilden lassen – „auf jeden Fall!“ Er ist Mitglied der Prinzengarde im Karnvealsverein und im Schützenverein, denn „feiern ist klasse!“ Er hat Freundinnen, aber der letzten hat er gerade den Laufpass gegeben – „ich will mich nicht binden im Moment, ich will frei sein.“

Ende 2004 beginnt für Thilo ein neuer Lebensabschnitt: Dann zieht die Mutter zu ihrem neuen Lebensgefährten in eine 30 km entfernte Stadt. Thilo bleibt in seinem Heimatort, zum ersten Mal in einer eigenen Wohnung. Betrachtet er sich heute als geheilt? „Ja und nein“, meint er. „Ich bin so gesund, dass ich leben kann. Aber ich muss aufpassen, dass ich nicht wieder dem Sog erliege, dünn sein zu wollen.“

Copyright by Annette Bopp.  
Nachdruck, auch auszugsweise,  
nur mit schriftlicher Genehmigung der Autorin. Zuwiderhandlung wird juristisch verfolgt.

# Annette Bopp

DIPLOM-BIOLOGIN  
JOURNALISTIN

Die wichtigste Lektion dafür hat er gründlich gelernt. Sie, sagt er, wird er sein Leben lang nicht mehr vergessen. Sie war der Motor, dass er sich getraut hat, seine Lebensgeschichte zu erzählen. Diese Lektion an alle Jugendlichen weiterzugeben, die an Essstörungen leiden, ist ihm ein Herzensanliegen: „Sich helfen zu lassen, ist kein Zeichen von Schwäche. Es ist nicht schlimm und nicht peinlich. Hungern und kotzen ist schwach. Sich helfen lassen ist stark. Auf jeden Fall!“

Stemmeshay 19  
D-22045 Hamburg  
Telefon 040-669 78 223  
Telefax 040-669 78 224  
Mobil 0151-11500159  
www.annettebopp.de  
pressebuero@annettebopp.de

Copyright by Annette Bopp.  
Nachdruck, auch auszugsweise,  
nur mit schriftlicher Genehmigung der Autorin. Zuwiderhandlung wird juristisch verfolgt.