



Du weißt ja gar nicht, wie gut du es hast.

Von einer die ausbrach, das Leben zu lieben

Maria Bachmann

Knaur Verlag | 2019

Rezension: Alke Eden, 09/2019

Maria Bachmann „hatte es gut“ als Kind, meinten ihre Eltern. Im Gegensatz zu der Kindheit ihrer Eltern im Krieg erlebte sie eine Kindheit in Friedenszeiten. Ohne Angst vor Bomben, dafür mit einem eigenen Zimmer (wenn auch lange ohne Tür), immer nicht viel, aber zumindest ausreichend zu essen, der Möglichkeit, die Schule zu besuchen. So betrachtet hatte sie es gut. Was aber fehlte, war emotionale Zuwendung, Wärme, Unbeschwertheit, Freiheit für eigene Wege, Raum für „Fehler“. Bachmann schildert die Notwendigkeit, feinste Antennen zu entwickeln für die Stimmungen und die Erwartungen der Erwachsenen um „nicht unangenehm aufzufallen“.

Lieb und artig sein, möglichst nicht auffallen, nicht anecken, diese Ziele verinnerlicht Bachmann bereits als Kind. Wer auffällt, muss mit Strafen und Spott rechnen. Als Jugendliche beginnt sie vorsichtig, dagegen zu verstoßen, behält kleine Heimlichkeiten für sich – leidet aber sehr darunter, dass sie die verschiedenen Teile ihrer Person so massiv voneinander abspalten muss. „Ich war das Mädchen aus einhundert Teilen.“ so beschreibt sie selbst diesen Zustand und lebt in ständiger Angst vor einem offenen Gespräch mit ihren Eltern, fürchtet deren scharfe Reaktion und deren Unverständnis für ihr eigenes Kind.

Bachmanns Buch geht sehr unter die Haut, vom ersten Satz an wird der Leser mitgenommen in die graue trostlose Welt ihrer Kindheit, kann mit dem Mädchen mitfühlen, dessen emotionale Bedürfnisse nicht gesehen – oder zumindest nicht erfüllt – werden. Dann die Versuche der Jugendlichen und der jungen Frau „normal“ zu sein, mehr zu werden wie andere Mädchen ihres Alters und Verbündete zu finden, die ihr dabei helfen können. Auch in dieser Phase ist der Leser mittendrin in ihrem Leben, ganz besonders auch durch Auszüge aus ihrem Tagebuch.

Doch was so trost- und hoffnungslos beginnt, wandelt sich im Lauf der Jahre. Maria Bachmann bricht aus den vorgezeichneten Bahnen aus, sucht ihren eigenen Weg, wird nicht Bürokrant im Rathaus und auch nicht Arzthelferin sondern Schauspielerin und Radiomoderatorin. Und ist damit erfolgreich, sehr erfolgreich sogar. Erfolgreich, aber nicht glücklich, nach wie vor nicht „ganz“, sondern immer in der Angst lebend, es

Kriegsenkel rezensieren Kriegsenkel-Literatur. Mehr auf www.kriegsenkel.de

könnte jemand bemerken, dass sie ihr Können nur vortäuscht, eine Hochstaplerin ist und es könne offenbar werden, dass die Sätze ihrer Eltern „Das kannst du nicht.“, „Was hast du schon zu geben.“ doch zutreffen.

So kann Bachmann den Erfolg nicht genießen und sich befreit fühlen, sondern die Angst wächst mit jedem weiteren Erfolg nur noch mehr. Bachmann beschreibt, wie sie sich auf den Weg macht, der Angst zu entkommen: unterschiedliche Selbsterfahrungsmethoden/-gruppen, Gurus... Nichts hilft ihr wirklich, nichts bringt sie auf Dauer in Kontakt mit sich selbst, nichts setzt die hundert Puzzleteile zusammen zu einem Ganzen, zur gesamten Maria Bachmann.

Bachmann greift immer wieder Sätze und Themen auf, die (nicht nur) vielen Kriegsenkeln vertraut sein dürften. Der Titel des Buches „Du weißt ja gar nicht, wie gut du es hast.“ ist nur einer davon, zieht sich aber als roter Faden durch Bachmanns Leben: die Erwartung der Eltern, dass sie Dankbarkeit zeige für ihr Leben, für das, was sie im Leben hat; dass sie sich doch endlich zufrieden geben möge mit ihrem Leben wie es ist und nicht immer noch nach „mehr“ (oder auch nur „anders“) streben möge; dass sie den Horizont der Eltern nicht verlassen solle, sondern sich weiterhin in deren (gedanklichem und tatsächlichem) Umfeld bewegen solle.

Mit Mitte vierzig begibt sie sich in Therapie und diesmal setzt ein neuer Prozess ein: Maria Bachmann durchdringt die Mauer zwischen ihrem „Außen-Selbst“ und dem seit der Kindheit verinnerlichten Selbstbild. Und sie erkennt: was sie als Kind in ihrer Familie erlebte, hatte nichts mit ihr zu tun, war vor allem nicht ihre Schuld. *„Ich habe ein Recht darauf, wütend auf meine Eltern zu sein. Auch wenn sie eine katastrophale Jugend hatten. Ich kann fühlen, was ich will. Ich habe ein Recht auf meine eigenen Gedanken und Gefühle. Ich habe ein Recht auf mein eigenes Leben.“* Mit diesen Sätzen fasst Maria Bachmann zusammen, was ihr emotional einen Weg in ein anderes Leben öffnet. Und ergänzt um *„Es darf mir gut gehen.“*, was ein ganz neuer und zunächst fremder Gedanke ist. Plötzlich geht es nicht mehr um die Frage, ob sie sich einen Eisbecher „verdient“ hat und ob der möglicherweise dick macht oder nicht – sondern darum, ob sie den Eisbecher gern essen möchte. Sich im Alltag kleine Freuden zu gönnen ist eine ungewohnte Erfahrung, die ihr, so scheint es, auch nicht immer ganz leicht fällt.

Mit dem eigenen Ganz-Werden und der eigenen Annahme kommen dann auch andere Erinnerungen an die Kindheit wieder, an die schönen Momente, die es trotz allem ja gegeben hatte in ihrem Leben. So kann Maria Bachmann auch im Alter ihrer Eltern ihren Frieden mit ihnen machen.

Als ich den Titel das erste Mal las, bin ich zunächst zurückgezuckt, zu vertraut war der Satz *„Du weißt ja gar nicht, wie gut du es hast“*. Und entsprechend groß war die Angst vor dem, was ich vielleicht lesen würde. Und in Gesprächen, in denen ich von dem Buch berichtet habe, habe ich wiederholt ähnliche Reaktionen erlebt. Aber die Angst ist unnötig: Bachmann bleibt ja nicht bei diesem Satz stehen, sondern ihr Buch

ist eine Art Entwicklungsroman. Ihre Geschichte, die mit viel Liebe zum Detail und immer wieder auch mit einer gehörigen Portion Selbstironie erzählt ist, macht Mut, sich der eigenen Biographie und der eigenen Familiengeschichte zu stellen. Dabei verschweigt Bachmann nicht, dass das oft auch kein leichter, sondern ein schmerzhafter (und langwieriger) Prozess ist, an dessen Ende nicht etwa eine Art „Wunderheilung“ steht, vielmehr geht es um das Anerkennen der eigenen Bedürfnisse, Fähigkeiten, Kompetenzen – und auch das Zugeständnis der eigenen Schwächen. Und erst danach (möglicherweise) auch um die Aussöhnung mit den Eltern.

