**„Ich musste meine Mutter aus   
meinem Leben verbannen“**

**Manuela Beck (29) entschied sich vor drei Jahren zum totalen Kontaktabbruch**

Eigentlich bin ich auf einem guten Weg. Aber an diesen Tage rund um Weihnachten fühle ich mich schrecklich leer. Dann, wenn alle Welt in Harmonie badet, Plätzchen backt und Geschenke für die Familie bastelt. In dieser Zeit gibt es für mich nur die Flucht ins Bett – mit ausreichend Schokolade und genug Netflix-Serien, bis ich am 27. Dezember aufwache und der ganze Spuk endlich vorbei ist.

Seit wann ich Weihnachtshasserin bin? Wohl immer schon. Komplett gestrichen habe ich das Fest allerdings vor drei Jahren, als ich den Kontakt zu meiner Mutter vollständig abbrach. Dieser harte Schnitt war die einzige Möglichkeit, mich ein für alle Mal vor ihren Demütigungen zu schützen und meine Hoffnung zu begraben, dass sich meine Mutter noch irgendwann ändern würde. Zu oft habe ich vergeblich versucht, ihr klar zu machen, was sie mir als kleinem Mädchen angetan hat. Denn damals gab sie mir die Schuld dafür, dass mein Vater uns kurz nach meiner Geburt verlassen hatte. „Du warst ein fürchterlich anstrengendes Baby, Manuela. Kein Wunder, dass dein Pappa da Reißaus nahm!“ Wenn ich daran denke, wie hart mich diese Worte trafen, könnte ich noch heute, als 29-Jährige, weinen.   
  
Ja – so war meine Mutter. Seit ich mich erinnern kann, hat sie nie ein gutes Haar an mir gelassen. Immer gab sie mir das Gefühl, unzulänglich zu sein. Nicht hübsch, nicht schlau, nicht mal witzig. Einfach nicht liebenswert. Und es tat noch mehr weh, wenn sie irgendwie alle anderen Kinder besser fand. „Nimm dir doch mal ein Beispiel an deiner Cousine Elena. Die sieht immer aus wie aus dem Ei gepellt, während du wie eine kleine Schlampe herumläufst“, sagte meine Mutter zum Beispie. Oder: „Wie kommt es, dass Frank von gegenüber so schlau ist und dauernd Einser nach Hause bringt – nur du bist so dämlich.“

Ich weiß nicht, was aus mir geworden wäre, hätte es damals nicht eine einschneidende Änderung in meinem Leben gegeben. Denn, als meine Mutter ernsthaft an einer verschleppten Lungenentzündung erkrankte und wochenlang in eine Reha-Klinik musste, nahm mich unsere damals 40-jährige Nachbarin zu sich. Ich war damals elf Jahre und freute mich wie eine Schneekönigin, bei Tante Edith – so hieß unsere Nachbarin – zu wohnen. Wahrscheinlich war ich in meinem ganzen Leben noch nie glücklicher gewesen als in dieser Zeit. Tante Edith kochte mir meine Lieblingsgerichte, spielte mit mir, half mir bei den Hausaufgaben und sie hörte mir zu, wenn mich etwas bedrückte. So erzählte ich ihr auch, dass meine Mutter fand, ich sei zu nichts zu gebrauchen. Aber Tante Edith nahm mich in den Arm: „Deine Mutter hat keine Ahnung, was du für ein einzigartiges, kluges und tolles Mädchen bist, Manuela! Lass dir das nie mehr ausreden.“ Und noch etwas, betonte Tante Edith damals: „Ich finde übrigens, dass du super Deutsch-Aufsätze schreibst. Wer weiß, vielleicht wirst du ja mal eine große Schriftstellerin“, meinte sie und zwinkerte mir aufmunternd zu.

Tante Edith wurde in den nächsten Jahren wie eine Art mütterliche Mentorin für mich und ihr habe ich zu verdanken, dass ich mich mit 16 Jahren auszug und eine Lehre als Bibliothekarin begann. Ich wollte etwas aus mir und meinen Talenten machen. Und viel wichtiger: Ich wollte endlich fort von meiner Mutter, die bezweifelte, dass ich meine Lehre schaffen würde.

Um es kurz zu machen: Ich schaffte meine Lehre mit Auszeichnung, holte meinen Realschulabschluss und mein Abitur nach und studierte schließlich Deutsch und Englisch auf Lehramt. Gut – ich wurde keine Schriftstellerin, aber mein Beruf als Grundschullehrerin macht mir heute unglaublich viel Spaß, weil ich gerne mit Kindern arbeite und es gut verstehe, ihre Stärken zu entdecken und zu fördern.   
  
Vor fünf Jahren entschloss ich mich dann auch, mit einer Therapie zu beginnen, um mein schwieriges Verhältnis zu meiner Mutter aufzuarbeiten. So redete ich viel über ihre negativen Bannsprüche, die so sehr an meinem Selbstwert gekratzt hatten. Und durch viele Rollenspiele lernte ich, mich gegen meine Mutter durchzusetzen und ihre Boshaftigkeit an mir abperlen zu lassen. So gelang es mir plötzlich, Telefonate mit ihr zu beenden, wenn sie unausstehlich wurde oder einen Besuch bei ihr abzusagen, wenn ich wusste, dass er mir nicht gut tat.   
Eigentlich müsste ich meine Mutter aus meinem Leben streichen, damit ich endlich glücklich werden kann, sagte ich irgendwann zu meiner Therapeutin und die sah mich lange an, bevor sie vorsichtig fragte: Warum tun sie es dann nicht?   
Ja – warum eigentlich nicht, sagte ich mir und formulierte ein paar Tage später endlich den Brief, in dem ich für immer mit meiner Mutter Schluss machte. Was für ein Befreiungsschlag! Ich war unsagbar stolz auf mich.

Nur ganz selten, vor allem zu Weihnachten, in dieser familien-beseelten Zeit, erinnere ich mich an die kleine, traurige Manuela vorm Tannenbaum zurück. Aber, wenn es ganz schlimm wird, setze ich mich vor das Foto meiner leider verstorbenen Tante Edith, zünde eine Kerze für sie an und danke ihr für alles. Vor allem, dass sie immer an mich geglaubt hat.“ *Gitta Schröder*