

Secrets

Dein Geheimnis ist bei mir sicher!

Von dattelpalme11

Kapitel 26: Wege des Selbsthasses.

**Die Liebe ist einäugig, aber Hass gänzlich blind.
-Berthold Auerbach-**

(Joe's Sicht)

Izzy und ich gingen zu den anderen zurück, nachdem Tai uns klar gemacht hatte nicht mit uns reden zu wollen. „Und was hat gesagt?“, fragte Sora, die neben Yolei saß.

„Er weiß es!“, sagte Izzy und rief bei den anderen einige Fragezeichen hervor. Kari stand an der Wand und wollte ihrem Bruder vorhin schon nachgehen, aber Sora konnte sie zum Glück noch aufhalten. Er brauchte jetzt Zeit für sich, aber wir mussten dem Rest auch endlich die Wahrheit sagen. Besonders nachdem Davis zum zehnten Mal fragte, was los sei.

„Er hat von Mimi erfahren, dass er einen Sohn hat“, plauderte ich locker, flockig aus. Das Entsetzen spiegelte sich in den Gesichtern wieder. „Was? Jetzt im ernst? Ich habe einen Neffen?“ Kari konnte es genauso wenig fassen wie die anderen.

„Wusstest ihr etwa alle Bescheid?“, fragte sie skeptisch, doch Izzy und ich schüttelten die Köpfe. „Nein, nur Sora, Izzy und ich wussten es, aber es war reiner Zufall. Ich habe Mimi in einem Supermarkt getroffen und sie ist gleich abgehauen und das war komisch. Deswegen sind Izzy und ich zu ihren Großeltern gegangen und fanden ihr Geheimnis heraus!“ Es war schon eine komische Situation über Mimi und Tai zu sprechen, wenn beide gar nicht anwesend waren. Wo war Mimi überhaupt? Wir hatten Tai gesehen, aber Mimi?

„Hey sollten wir nicht mal nach Mimi schauen? Ihr geht es bestimmt nicht gut!“, flüsterte ich zu Izzy. Der nickte nur steif und wir fanden eine Gelegenheit uns von der Gruppe zu distanzieren. Sie diskutierten und waren somit eine Zeitlang beschäftigt. Wir mussten auch nicht lange nach Mimi suchen, denn sie saß wie ein Häufchen Elend auf dem Boden und weinte bitterlich.

„Hey Mimi, beruhige dich doch!“, redete Izzy auf sie ein und kniete sich neben sie. Sie schaute hoch und man erkannte ihre rotgeschwollenen Augen. „Wie soll ich mich beruhigen? Er hasst mich jetzt!“, konterte sie verzweifelt und weinte weiter. Ich ging ebenfalls in die Knie und versuchte sie einigermaßen zu beruhigen, doch nichts half. Sie war fertig. Mimi hatte noch nicht mal den Tod ihrer Eltern verarbeitet und jetzt

traf sie auf den wütenden Tai. „Hör zu Mimi, er war aufgebracht und geschockt zugleich. Lass ihm etwas Zeit! Tai hat gerade erst erfahren, dass er einen Sohn hat, von dem er drei Jahre lang nichts wusste!“, meinte ich zu ihr aufmunternd. Wir alle wussten geschlossen, das Tai sie über alles liebte. Auch wenn das mit seinem Sohn ein Schock für ihn war, nach ein paar Tagen würde er sich schon wieder beruhigt haben – da war ich mir sicher. „Sind die anderen auch da?“, fragte sie zögerlich. Wir nickten. „Wissen sie es?“ Wir nickten wieder. Mimi hielt kurz inne und atmete tief ein und aus. „Habt ihr das mit meinen Eltern auch erzählt?“ Diesmal schüttelten wir den Kopf. „Okay...wenn ich schon die Wahrheit sage, dann auch alles!“, sagte sie und stand mit wackeligen Knien auf. Tai wusste ganz sicher nichts von dem Autounfall, ansonsten wäre er nicht so wutentbrannt herausgerannt. Wir gingen mit Mimi mit und stützten sie ein wenig. Es war alles andere als leicht für sie, sich vor die anderen zu stellen und mit der nackten Wahrheit heraus zu rücken. Selbst Sora war geschockt. Anscheinend wusste sie doch nicht alles. Kari war die erste die sie umarmte und mit ihr zusammen weinte.

„Ich wusste nicht was ich anderes tun sollte. Ich wollte sein Leben doch nicht kaputt machen“, wiederholte Mimi immer wieder. Es war wirklich traurig, aber unfassbar wie wir alle zusammen hielten. Und ich war mir auch sicher, dass Tai ihr verzeihen würde. Er brauchte nur noch ein wenig Zeit.

(Matt's Sicht)

Ich konnte all das nicht fassen. Tai hatte einen Sohn und das schon seit drei Jahren. Auch wenn Mimi nicht unbedingt richtig gehandelt hatte, war ihre Situation nicht fair. Ihre Eltern waren alles für sie.

Und jetzt waren sie einfach weg. Ich musste unbedingt mit Tai sprechen, auch wenn es für ihn schwer war, aber er musste Mimi unterstützen – besonders jetzt. Gemeinsam mit T.K. und Kari ging ich zu ihm nach Hause. Kari schloss die Tür auf und Tai saß auf der Couch und zappte durchs Programm. Ihm ging es mies, das sah man ihm an.

„Hey, ich habe Matt und T.K. mitgebracht!“, sagte Kari und schloss die Tür hinter sich. Erst jetzt bemerkte er uns und drehte sich um.

„Ja gut, ach ja Herzlichen Glückwunsch du bist Tante“, brummelte er zu seiner Schwester. „Das weiß ich schon, wir haben mit Mimi gesprochen“, erklärte sie ihm und spielte mit dem Haustürschlüssel in ihrer Hand. „Ach ihr habt mit Mimi gesprochen? Ist ja nett! Dann wisst ihr ja, dass sie mir den Kleinen drei Jahre vorenthalten hat“, schrie er durch die Gegend und wanderte von der Couch zur Küche. Wütend öffnete er den Kühlschrank und nahm einen Karton Milch raus. Lautstark knallte er die Tür wieder zu und trank aus der Packung.

„Tai jetzt bitte, sie hat das doch nicht aus bösen Willen gemacht! Sie wollte dich schützen!“, erkannte Kari und versuchte ihn zu überzeugen. „Ach Kari bitte lass es! Ich kann sie nicht verstehen, sie wusste doch was ich für sie empfinde und dann macht sie sowas! Das ist doch nicht fair“. Recht hatte er. Fair war es nicht, aber man konnte ihre Beweggründe nachvollziehen, aber das wollte er nicht sehen.

„Tai es tat ihr wirklich leid! Du hättest sie sehen, nachdem du gegangen bist. Izzy und Joe mussten sie festhalten, ansonsten wäre sie zusammen gebrochen!“, erklärte mein Bruder ihm. Tai winkte jedoch ab und setzte sich auf einen Stuhl. Er war nicht nur sauer, sondern auch enttäuscht.

„Jetzt sei nicht so engstirnig! Sie ist die Mutter von deinem Sohn und wir alle wissen

wie sehr du sie liebst, also stell dich doch nicht so an!“ Kari wurde immer aufgebrachter, da Tai eine solche Gleichgültigkeit an den Tag legte. Es wurde Zeit den Joker auszuspielen. Ich lehnte mich gegen den anderen Stuhl und setzte meine ernste Miene auf.

„Weißt du eigentlich was sie in den letzten Wochen durchmachen musste? Sie braucht dich, mehr denn je!“ Doch auch das prallte an ihm ab. „Ja ich musste dank dir auch einiges durchmachen, vergiss das nicht mein Lieber!“ Okay das hatte ich verdient, denn Tai war ich mehr als nur eine Entschuldigung schuldig. Aber es ging hier um Mimi und das wurde auch Kari bewusst. Von der Wut getrieben, platzte aus ihr alles raus: „MAN TAI SIE HAT IHRE ELTERN VERLOREN! DESWEGEN IST SIE WIEDER HIER, WEIL SIE TOT SIND!“

Geschockt sah er in das Gesicht seiner kleinen Schwester, die schon rot anlief. „Was? Das...das wusste ich nicht!“ Natürlich nicht, woher denn auch? Sie stritten sich ja nur um ihr Kind und nicht um vergangene Ereignisse.

„Sie braucht dich, genauso wie dein Sohn dich braucht! Gib ihr doch noch eine Chance!“, sagte Kari schwach und lief in ihr Zimmer. T.K. folgte ihr lautlos.

Ich setzte mich zu Tai, der immer noch nicht aus seiner Schockstarre erwacht war.

„Hätte ich das gewusst, dann hätte ich sie doch nicht so angebrüllt“, flüsterte er und hielt seine Faust vors Kinn.

„Hey du kannst es noch retten, du musst dir nur etwas einfallen lassen! Keine Sorge ich helfe dir auch dabei“, versicherte ich ihm. Er sah mich dankend an und ich wusste das mir viel Arbeit bevor stand. In romantischen Gesten seine Gefühle auszudrücken, war Tai ein hoffnungsloser Anfänger. Daher war es gar nicht so verkehrt meine Hilfe in Anspruch zu nehmen. Er hatte mir so oft geholfen und jetzt war ich an der Reihe ihm zu helfen.

(Kari's Sicht)

„Also Ihr Bruder hat gestern gefahren das er einen Sohn hat?“ Ich nickte und rutschte unwohl auf dem Sessel hin und her. „Er ist vollkommen fassungslos. Damit hat er gar nicht gerechnet!“, erklärte ich. Meine Therapeutin kritzelte etwas auf ihren Block und schaute ab und an zu mir hoch. „Okay wie geht es Ihnen dabei? Ich meine immerhin haben Sie jetzt einen kleinen Neffen?“

Ich musste kurz überlegen, denn ich hatte ja noch keine Beziehung zu ihm aufgebaut – geschweige denn ihn gesehen. „Nun ja ich kenne ihn ja noch gar nicht, aber...“, ich stockte kurz. Meine Therapeutin saß mit direkt gegenüber und ihr Ehering funkelte, da die Sonnenstrahlen auf ihn trafen. Ich fragte mich, ob ich auch mal verheiratet sein und ob ich mal Kinder haben würde. Ich mein ich liebte Kinder, aber zurzeit war ich wohl kein gutes Vorbild. „Aber ich will nicht dass mein Neffe mich so kennen lernt – so labil und schwach!“, beendete ich meinen Satz. Meine Therapeutin legte ihr Klemmbrett beiseite und beugte sich zu mir vor. „Kari Sie machen wirklich gute Fortschritte und das in so kurzer Zeit. Sie haben sich Hilfe gesucht und sind bereit etwas zu verändern – geben Sie sich noch ein bisschen Zeit! Und Sie können ruhig mit ihrem Neffen verabreden, Sie wissen doch noch unsere sechs Regeln, die wir festgelegt haben und diese schließen den Kontakt zur Familie nicht aus!“

Sie schnappte sich wieder ihr Klemmbrett und schrieb noch eine Kleinigkeit hinzu. „Finden Sie langsam wieder in Ihr normales Leben zurück! Das war es dann für heute, wir sehen uns dann in einer Woche wieder“, sagte sie mit sanfter Stimme und

verabschiedete sich von mir.

Ich machte mich auf den Heimweg und dachte an unsere sechs Regeln, die mir wirklich schon sehr geholfen hatten.

*You made me insecure
Told me I wasn't good enough
But who are you to judge
When you're a diamond in the rough
I'm sure you got some things
You'd like to change about yourself
But when it comes to me
I wouldn't want to be anybody else*

Die erste Regel war ganz simple: einfach rausgehen in die Natur und frische Luft tanken. Dadurch sieht man auch mal etwas anderes, außer den weißen Zimmerwänden. Die Natur ist bunt und voller Überraschungen, doch wenn man in einem schwarzen Loch gefangen ist, dann kommt man auch sehr wieder raus. Und man geht nicht freiwillig in die Natur und entspannt sich, irgendetwas blockiert einen den dem Moment. Zum Glück hatte ich meinen Bruder und T.K. die zusammen mit mir nach draußen gingen, auch wenn ich nicht wollte. Aber ich merkte, dass sie frische Luft und das ganze Drumherum mir gut taten. Ich war viel lockerer und auch besser gelaunt – das alles nur weil ich mal rausgegangen war. Immer nur drinnen zu sitzen macht einen auf Dauer nur noch depressiver. Und diesen Zustand wollte ich unbedingt umgehen.

*Na na na
Na na na
I'm no beauty queen
I'm just beautiful me
Na na na
Na na na
You've got every right
To a beautiful life
C'mon*

Natürlich war es auch wichtig wieder Kontakt zu anderen zu haben. Alleine kann niemand gegen seine Probleme kämpfen. Manchmal hilft es nur zu reden und gemeinsam eine Lösung zu finden. Wenn man alles mit sich ausmacht, malt man sich irgendwann alles schwarz und sieht die Hoffnung nicht mehr, weil sie so klein und unscheinbar ist. Doch mit Freunden an deiner Seite, kann man alles schaffen. Sie ziehen dich raus, wenn du denkst zu versinken. Freunde lenken einen ab und zeigen einem die schönen Dinge im Leben. Auch wenn es mir sehr schwer gefallen ist, mich jemandem zu öffnen – ich hatte Glück! Meine Freunde haben mich nicht im Stich gelassen, sondern waren bei mir. Es gibt selbstverständlich Menschen, die mit Problem nicht umgehen können oder nichts mit ihnen zu tun haben wollen, aber das sind meist nicht die wahren Freunde. Denn sie sind für einen da, egal wie schlimm das Problem ist.

[Chorus]

*Who says
Who says you're not perfect
Who says you're not worth it
Who says you're the only one that's hurting
Trust me
That's the price of beauty
Who says you're not pretty
Who says you're not beautiful
Who says*

Der nächste Tipp hat etwas mit Essen zu tun. Unglaublich oder? Essen kann unsere Stimmung ganz schön beeinträchtigen und man muss darauf achten was man zu sich nimmt und was nicht. Es gibt immer wieder Dinge, die einen nur für den Moment glücklich machen, zum Beispiel Schokolade. Immer wenn ich Liebeskummer hatte aß ich eine ganze Tafel und mir ging es wieder besser, aber um ehrlich zu sein . . . Schokolade heilt kein gebrochenes Herz. Das ist eine Illusion, die einem hilft sich besser zu fühlen. Und wenn man sich nicht gesund ernährt kann es passieren, dass man unausgeglichen ist und sich nicht mehr wohlfühlt in der eigenen Haut. Und das ist doch das A und O, besonders wenn man sich selbst verletzt hat. Ich habe mich nicht wohlfühlt, sondern eher als würde ich in einem fremden Körper stecken.

*It's such a funny thing
How nothing's funny when it's you
You tell 'em what you mean
But they keep whiting out the truth
It's like a work of art
That never gets to see the light
Keep you beneath the stars
Won't let you touch the sky*

Weinen eine Sache die ich noch nie gut konnte, obwohl sie das Natürlichste der Welt ist. Wenn man traurig ist, weint man – fertig, dafür gab es keine Gebrauchsanweisung. Doch ich hatte mir eingeredet, das weinen Schwäche bedeuten würde. Doch weinen gehört zum Verarbeiten schlechter Momente einfach dazu. Es ist wie ein Hebel zum Druck ab lassen. Man fühlt sich danach befreit und kann wieder neuen Lebensmut schöpfen – auch wenn mal das Make up verschmiert. Vor Freunden oder auch der Familie fällt es mir immer noch schwer zu weinen, aber ich konnte es immer noch für mich alleine tun. Und manchmal weint man gar nicht aus Trauer, sondern einfach weil man so glücklich ist und nicht weiß wie man es anders ausdrücken könnte.

*Na na na
Na na na
I'm no beauty queen
I'm just beautiful me
Na na na
Na na na
You've got every right
To a beautiful life
C'mon*

Was mag ich an mir? Was macht mich einzigartig und besonders? Die Selbstwahrnehmung war bei mir ziemlich gestört und brachte mich sozusagen dazu mir selbst Verletzungen zuzufügen. Wäre ich mit mir zufrieden gewesen, hätte ich es nicht gemacht. Das Problem hierbei ist, das man sich viel zu sehr mit anderen vergleicht und seine eigenen Vorzüge glatt vergisst. Hier kam erstmals die Spiegelmethode zum Einsatz. Ich musste mich vor den Spiegel stellen und auszählen, was ich an mir mag. Dann sollte ich jeden Tag zu mir selbst sagen, was an mir toll ist. Das fördert nicht nur das Selbstbewusstsein, sondern konnte auch ganz schön viel Spaß machen. Vor allem sah ich mich nach einiger Zeit mit ganz anderen Augen. Ich fand mich hübscher und wusste allmählich was meine Vorzüge waren! Diese konnte ich dann umso mehr hervorheben!

[Chorus]

Who says

Who says you're not perfect

Who says you're not worth it

Who says you're the only one that's hurting

Trust me

That's the price of beauty

Who says you're not pretty

Who says you're not beautiful

Who says

Who says you're not start potential

Who says you're not presidential

Who says you can't be in movies

Listen to me, listen to me

Who says you don't pass the test

Who says you can't be the best

Who said, who said

Won't you tell me who said that

Yeah, oh

Ich musste auch Zeit für mich schaffen. Das war der letzte Tipp, denn jeder brauchte einmal Zeit für sich um sich bewusst zu werden, wie gut es einem selbst ging. Ich las viel und machte mir auch ab und an mal ein Wohlfühlbad. Darin konnte man sich super entspannen und über das Vergangene nachdenken. Ich hatte vieles falsch gemacht und merkte dies in meinen Denkphasen auch immer wieder. In Nachhinein war ich froh mir Hilfe gesucht zu haben, denn ohne hätte ich es nicht geschafft. Diese sechs Tipps werden bestimmt nicht jedem helfen, aber wenn man irgendetwas in seinem Leben ändern möchte, dann sollte man es auch tun. Das wichtigste war sich selbst zu lieben und nicht zu hassen. Denn Selbsthass warf einen in ein schwarzes Loch und ich wollte nur noch aus diesem heraus. Und wie ihr hört, bin ich auf dem besten Weg endlich herauszufinden.

Fortsetzung folgt...

