





Dorothee Röhrig

# Aus und vorbei!

Woran Frauenfreundschaften  
zerbrechen und wie wir  
daran wachsen

Mit  
zahlreichen  
Erfahrungs-  
berichten



kailash

Sollte diese Publikation Links auf Webseiten Dritter enthalten, so übernehmen wir für deren Inhalte keine Haftung, da wir uns diese nicht zu eigen machen, sondern lediglich auf deren Stand zum Zeitpunkt der Erstveröffentlichung verweisen.

Dieses Buch ist auch als E-Book erhältlich.



Verlagsgruppe Random House FSC® N001967

2. Auflage

Deutsche Erstausgabe

© 2019 Kailash Verlag, München

in der Verlagsgruppe Random House GmbH

Neumarkter Str. 28, 81673 München

Lektorat: Dr. Antje Korsmeier

Umschlaggestaltung: ki 36,

Sabine Krohberger Editorial Design, München

Satz: Satzwerk Huber, Germering

Druck und Bindung: CPI books GmbH, Leck

Printed in Germany

ISBN 978-3-424-63187-6

[www.kailash-verlag.de](http://www.kailash-verlag.de)

Besuchen Sie den Kailash Verlag im Netz



**Für Josefine zum Nachfühlen**

**Für Caspar zum Staunen**



# Inhalt

Vorwort .....	11
Wie das Buch entstand.....	16
<b>Warum?</b>	
Eine kurze persönliche Betrachtung.....	18
Zum Ausheulen war ich gut genug <i>Alexandra und Cora</i> .....	23
Es ging nie um Freundschaft, es ging um ihr Projekt <i>Katarina und Claudia</i> .....	30
<b>Kapitel 1</b>	
<b>Du gehörst zu mir</b>	
<i>Warum die Freundin der Anker in einem Frauenleben ist</i> .....	39
Nach dem Coaching war meine Freundin wie ein fremder Mensch <i>Margaux und Elena</i> .....	59

## Inhalt

Sandra war mein Herzenszwilling <i>Karin und Sandra</i> . . . . .	67
--	----

### **Kapitel 2**

#### **Du bist wie ich**

<i>Über unseren heimlichen Wunsch nach Übereinstimmung</i> . . . . .	76
--	----

Als ich kein Geld mehr hatte, spielte sie mir böse mit <i>Anke und Lena</i> . . . . .	91
---	----

Sie hat eine Ausländerin denunziert. Fünfundvierzig Jahre Freundschaft waren in Sekunden ausgelöscht <i>Sabine und Angela</i> . . . . .	99
--	----

### **Kapitel 3**

#### **Du kannst mich mal ...**

<i>13 Klippen, an denen es kritisch wird</i> . . . . .	108
--	-----

Aus der Familienfreundschaft wurde eine Zweckgemeinschaft <i>Martina und Ulla</i> . . . . .	131
---	-----

Man will doch nicht später am Grab stehen und denken: Hätten wir bloß geredet! <i>Konstanze und Clara</i> . . . . .	138
---	-----

**Kapitel 4****Was hat das mit mir zu tun?**

*Den eigenen Anteil am Konflikt sehen und verstehen* . . . . . 145

Für ihren Egoismus habe ich Anna insgeheim  
bewundert  
*Anne und Anna* . . . . . 156

Wir sind mit altem Ballast in die neue  
Freundschaft eingestiegen  
*Susanne und Silvia* . . . . . 164

**Kapitel 5****Abtauchen, weitermachen, konfrontieren?**

*Wie wir am Ende Klarheit gewinnen und gut  
voneinander Abschied nehmen* . . . . . 173

Unser Versöhnungsgespräch lief auf einen  
Machtkampf hinaus  
*Alice und Nicola*. . . . . 194

Julia ist mein Herzensmensch geblieben.  
Unser Krach hat daran nichts geändert  
*Harriet und Julia* . . . . . 200

**Kapitel 6**

**Lass mich in Frieden!**

*Über die Chancen und das Glück der Pause . . . . .* 208

Mein Mann betrog mich mit meiner Freundin.  
Meine Freundin betrog mich mit meinem Mann.  
Ich habe gelitten und daraus viel gelernt  
*Nora und Liv. . . . .* 221

Ich wünsche dir alles Gute  
*Abschiedsbrief an eine Freundin . . . . .* 231

Nachwort . . . . . 243

Mein Dank . . . . . 245

Literatur / Zitate . . . . . 247

## Vorwort

Lass los, lebe jetzt, folge deinem eigenen Weg – so lautet das Credo unserer Zeit. Die Bereitschaft zur Veränderung scheint wichtiger denn je zu sein. Wir wechseln die Stadt für den Job. Den Mann für eine neue Liebe. Wir wechseln die Kollegen, den Freundeskreis, die Familien. Beweglichkeit auf allen Ebenen.

Nur nicht bei den engsten Freundinnen. Sie sollen beständig an unserer Seite sein. Auf unsere Soulsisters müssen wir uns verlassen können. Egal, was ist und was kommt. Das wollen wir so.

Umso schmerzhafter, wenn sich die Erwartung nicht erfüllt und Verbundenheit verloren geht. Weil Lebenswege in unterschiedliche Richtungen führen. Karriere, Männer, Kinder dazwischenfunken. Interessen sich verlagern. Gemeinsame Themen wegfallen. Neue Charakterzüge hervortreten und sich die Freundschaft anders anfühlt als früher. Der sichere Boden wackelt.

Dabei ist es das Wesen von Freundschaft, dass sie nicht sicher ist. Und nicht unbedingt für ewig. Freundschaft ist freiwillig. Und deshalb Gefahren ausgesetzt. Freundinnen kommen und gehen. In Zeiten von gesellschaftlichen Umbrüchen durch Mobilität und Internet vielleicht mehr denn je.

Nichts ist so fragil wie eine innige Frauenfreundschaft. Weil wir uns so gut kennen – vor allem unsere wunden

Punkte. *I know how you feel – ich weiß, wie du fühlst* nennt die amerikanische Psychoanalytikerin F. Diane Barth ihr aktuelles Buch über Freundschaften unter Frauen. Wir scheinen so sehr aufeinander angewiesen zu sein, dass wir Liebeskummer besser ertragen als die Trennung von der besten Freundin.

Freundschaften unter Frauen werden beherrscht von einer erstaunlichen Sehnsucht nach Harmonie. Wir stellen unsere Freundinnen aufs Podest, machen sie zu unserer besseren Hälfte – obwohl sie uns verletzt haben. Wir ignorieren Enttäuschung, Konkurrenz, Illoyalität, weil die Wahrheit so wehtut. Genauso weh wie die Einsicht, dass sich Lebensumstände verändern können und der Gesprächsstoff von früher schwindet wie die Sonne am Horizont. Statt zu reden, schlucken wir unseren Frust herunter und lächeln dabei tapfer. In Liebesbeziehungen oder im Job treten wir selbstbewusst auf. Doch Krisen mit der besten Freundin werden ängstlich verdrängt, bis es irgendwann grausam kracht.

Dieses Buch ist ein Plädoyer für eine erwachsene Form der Frauenfreundschaft. Für eine Freundschaft, die sich etwas zutraut. In der Entwicklung möglich ist. Klarsicht statt wateweicher Harmoniesucht. In der man sich und seine Gedanken der Freundin mutig zumuten darf, auch und gerade die liebevoll-kritischen. In der wir ehrlich miteinander sein können und Konflikte nicht ängstlich überspielen. In der man Verantwortung für sich wie für die Freundschaft übernimmt. In der Veränderung respektiert und angenommen wird. Auch – und darum geht es – auf die Gefahr hin, dass die Beziehung kippt. Eine echte Frauenfreundschaft ist nichts für Feiglinge.

Und falls ein Bruch unvermeidlich ist, sollten wir den Verlust der Freundschaft in Kauf nehmen, wenn sie nicht

mehr ins Leben passt. Den bohrenden Schmerz zulassen, den ein Schlusstrich nach sich zieht. Wir können traurig und dabei doch zuversichtlich sein. Weil wir wissen, dass zur Weiterentwicklung auch das Loslassen gehört. Kein Scheidungskrieg zwischen Freundinnen! Wir können es besser machen als in den Beziehungen zu unseren Männern. Gerade weil sich Freundinnen in- und auswendig kennen. Nachempfinden, wie die andere sich fühlt. Empathischer sind. Deshalb kein nerviger und sinnloser Rosenkrieg! Fragen wir uns lieber: Was war gut zwischen uns? Was hat sie mir gezeigt? Was konnte ich durch sie über mich lernen und als Erfahrung mitnehmen? Freundschaft kann ein gutes Ende finden! Frieden ist möglich. Mit mir. Und mit der Freundin. Gerade diese Chance sollte eine Frauenfreundschaft auszeichnen.

Ein gutes Ende bedeutet neben dem Verlust auch den Gewinn von neuem Raum, neuen Erkenntnissen, von persönlicher Entwicklung. Ein gutes Ende schließt die Möglichkeit ein, dass ehemalige Freundinnen sich neu begegnen können. In einer anderen Lebensphase. Mit den Erfahrungen, an denen sie in der Zwischenzeit gewachsen sind.

In diesem Buch geht es nicht um virtuelle Freundschaften und Kontakte, die das Etikett Freundschaft als Label zur Schau tragen. Es geht um echte, leibhaftige Freundschaften, um tiefe Verbindungen, die uns für immer oder eine Zeit lang durchs Leben tragen.

Ich habe mit dreizehn Frauen, die anonym bleiben wollen und deren Namen ich geändert habe, ausführlich über ihre zerbrochenen Freundschaften gesprochen. Die Bereitschaft, offen, engagiert und nachdenklich zu erzählen, kann ich nur bewundern. Nicht wenige Gespräche begannen stockend. Der Schmerz über den Verlust war noch zu spüren, auch

wenn der Bruch schon länger zurücklag. Manchmal flossen Tränen. Immer war Herzklopfen im Raum. Gleichgültigkeit hingegen nie.

Ihre Geschichten vom Ende einer innigen Freundschaft sind subjektiv. Die andere Seite kenne ich nicht. Sie spielt auch keine Rolle. Es geht nicht um Recht oder Unrecht, Schuld oder Unschuld, Bewertung oder Urteil. Es sind Erfahrungsgeschichten, die das Leben schreibt und die jede Frau betreffen.

Ich bin in der Vorbereitung auf das Buch und während des Schreibens niemandem begegnet, den das Thema kaltließ. Die meisten hatten sofort ein Beispiel parat, eine zerbrochene Freundschaft, von der sie erzählen wollten. Das hat mich und Audrey Lobo-Drost ermutigt, den Beziehungen zwischen Frauen tiefer auf den Grund zu gehen. Auch mein Mann hat mich bestärkt, ohne es zu ahnen. »Was ist bloß bei euch los?«, fragte er ratlos nach dem Lesen der ersten hundert Seiten. Und murmelte leise: »Frauen machen mir beinahe Angst.« Männerfreundschaften sind tatsächlich ein völlig anderer Kosmos.

Ich bin jeder meiner Gesprächspartnerinnen unsagbar dankbar für die Überwindung, die sie auf sich genommen, und den Mut, den sie gezeigt hat. Als mehr oder weniger fremde Journalistin kam ich zum Treffpunkt und knipste das Mikrofon an. Eins, zwei, drei, los. Es ist eine enorme Herausforderung, das eigene Gefühlsleben zu reflektieren und öffentlich zu machen. Mein herzlichster Dank gilt an dieser Stelle von ganzen Herzen diesen dreizehn einzigartigen Mutmacherinnen!

Bei Ihnen, meine lieben Leserinnen, bedanke ich mich dafür, dass Sie dieses mein zweites Buch erworben und aufgeschlagen haben. Ich wünsche Ihnen eine berührende, er-

kenntnisreiche und tröstliche Reise durch das weite Land unserer weiblichen Seelen. Ohne Freundinnen wäre es ein armes Land. Mit ihnen entfaltet sich eine vielschichtige, zuweilen steinige, doch immer faszinierende Landschaft, die ganz einfach *Leben* heißt.

Dorothee Röhrig, Pollença 2019

## Wie das Buch entstand

Am Anfang war Zwist. Eine plötzliche, nie vermutete Verhärtung zwischen mir und meiner besten Freundin. Ich war ratlos, unsicher und vor allem traurig. Aus der Ohnmacht heraus entstand der Impuls, ein Buch über Frauenfreundschaften zu schreiben.

Ich suchte nach einer Expertin, wie es für eine Journalistin üblich ist. Traf verschiedene Psychologinnen und Psychoanalytikerinnen, aber es funkte nicht. Ich wurde nicht fündig und wollte schon aufgeben. Bis mir eine liebe Freundin eine Telefonnummer von der Freundin ihrer Freundin gab. Sie kenne sie nicht, meinte sie, aber von Erzählungen her könne sie sich vorstellen, dass wir zusammenpassen.

Ich wählte die unbekannte Nummer und erwischte Audrey auf dem Fahrrad, beim Familienausflug in Amsterdam. Es brauchte nur wenige Sätze, um zu wissen: Ja! Wir beide packen es gemeinsam an. Zwei fremde Frauen, die sich nur auf ihre Stimmen verließen und auf die Begeisterung, die sich in dem kurzen, vom Wind verwehten Gespräch durchs Telefon mitteilte. Der Zufall hatte uns zusammengewürfelt. So geht Leben.

Eine Woche später fuhr ich von Hamburg nach Kiel. Audrey holte mich vom Bahnhof ab und führte mich zielsicher in ein nahegelegenes Restaurant. Wir waren vom ersten Moment an ins Gespräch vertieft und bemerkten dabei gar

nicht, dass dieses Lokal eigentlich geschlossen und komplett im Umbau war. Erst als wir fünf Meter weit im Raum standen, auf feuchtem Beton zwischen Leitern, Eimern und Handwerkern, trauten wir unseren Augen nicht. Für jenen Moment, in dem man alles um sich herum vergisst, prägten wir einen neuen Begriff: der »Vapiano-Effekt«.

Audrey und ich haben uns in großer Sympathie aufeinander eingelassen. Psychologische Sachkenntnis, Lebenserfahrung, Freude am Schreiben ergänzten und beflügelten sich. Audrey ist zu mir nach Pollença gekommen, nächtelang haben wir in der »Straße des Warum« diskutiert, geschrieben und wieder verworfen. Was es mit dieser auf sich hat, lesen Sie übrigens auf der nächsten Seite.

Ob aus der kreativen Verbindung zwischen Audrey und mir eine langjährige Freundschaft wird? Wir wissen es noch nicht. Warten ab. Lassen uns Zeit. Auch das ist eine wichtige Erkenntnis der Beschäftigung mit dem Thema Frauenfreundschaften.

# Warum?

## Eine kurze persönliche Betrachtung

*Porquer.* Auf Mallorca, so wurde mir gesagt, heißt das: warum. Das kleine Stadthaus über den Dächern von Pollençà, in dem ich gerade zu schreiben beginne, steht in der Carrer de Porquer. Abgesehen davon, dass ich den Ort wunderschön finde und das Häuschen genau meinen Vorstellungen entspricht, habe ich mir diesen Platz auch deshalb ausgesucht, weil mich der Name der kleinen Straße angesprochen hat. Die Straße des Warum. Danach kann ich in Deutschland lange suchen.

Ich habe mich gefragt, welche Bedeutung so ein ungewöhnlicher Straßename haben könnte. Die Carrer de Porquer ist eine Sackgasse, sie endet an der 193. Stufe einer langen Treppe, die vom Dorf hinaufführt zum Kalvarienberg, zur weißen Pilgerkirche über Pollençà. Die Hälfte des Aufstiegs ist auf der Höhe der Carrer de Porquer geschafft. Vielleicht hat man sich hier früher ausgeruht und innegehalten. Sich genau hier, in der Mitte, auf die Steinmauern am Rand gesetzt und überlegt: Soll ich noch bis ganz nach oben gehen? Oder umdrehen? Vielleicht doch lieber runter ins Dorf, zurück auf die Plaza, zu den Menschen? Was will ich dort oben überhaupt? Warum nehme ich die steilen Treppen? Warum?

Keine Ahnung, ob meine Vorstellung von der Carrer de Porquer historisch richtig ist. Ehrlich gesagt interessiert mich das auch nicht besonders. Für mich ist das so. Ich kann mir die Menschen vorstellen, die hier Rast machten, nachdachten über das Vorwärts und das Rückwärts, über das, was ihnen im Leben wichtig ist. Bis heute bleiben Menschen hier stehen. Biegen in meine kleine Straße ein, gehen den Berg weiter hinauf oder treten wie beiläufig den Rückweg an. Das beobachte ich. Also scheint etwas dran zu sein an meiner Idee.

Die Carrer de Porquer ist meine »Straße des Warum«. Ein guter Platz, um ein Buch zu schreiben über Freundschaft. Freundschaften zwischen Frauen. Enttäuschte Freundschaften. Über das Ende von Gefühlen, Illusionen und falschen Hoffnungen und den Anfang von etwas Neuem, Eigenem. Es sind immer die Brüche und Umbrüche im Leben, die mich besonders interessieren. Sie fühlen sich für mich lebendig an. Hier in Pollença bin ich auf einer Insel, an einem Ort, wo ich fast niemanden kannte. Der mir spontan ein zweites Zuhause geworden ist und dabei genug Abstand einräumt, um den Blick zu schärfen. Auch auf meine Freundschaften, mein starkes Bedürfnis nach Nähe und Austausch, auf bittere Niederlagen und geplatzte Träume, auf geglückte wie glücklose Neuanfänge. In jeder Erinnerung, in jedem Gedanken verfolgt mich hier die Frage des Warum.

Die ursprüngliche Idee war, nicht über mich zu schreiben, sondern ein lupenreines Sachbuch zu verfassen. Doch ich stellte fest: Der Anker vieler Überlegungen und Fragen zu dem Thema liegt in mir selbst. Nun ist dieses Buch, auch dank meiner besonderen Begegnung mit der Verhaltenstherapeutin Audrey Lobo-Drost, ein persönliches Sachbuch geworden.

## Warum?

Ich war und bin bis heute eine »Frauenfrau«. Obwohl mich männliches Denken und Fühlen immer fasziniert und angespornt hat, vor allem das meines Mannes, brauche ich ganz stark die Begegnung mit Frauen. Auch wenn wir alle individuell und einzigartig sind und ich bei Weitem nicht mit jeder Frau klarkomme, glaube ich an eine unbewusste Verständnisebene, die mich in mein Geschlecht einbettet und die mir weibliche Heimat gibt. Um es mit den Worten der Psychoanalytikerin F. Diane Barth zu sagen: Ja, ich bin auf Frauen angewiesen. Mehr noch, auf Freundinnen.

Ein Vorbild für lebenslange, treue Frauenfreundschaften bin ich nicht. Dazu hat mich die Neugier, der Lebenshunger zu sehr angetrieben. So empfinde ich meine engen Freundinnen, auch die, die ich verloren habe, als Teil dieses rastlosen, manchmal widersprüchlichen und auf jeden Fall farbenfrohen Lebens. Als Teil meiner Suche nach mir selbst. Jede von ihnen hat meine Entwicklung in einer bestimmten Phase begleitet und beeinflusst. Nicht, dass ich meine Freundinnen absichtlich benutzt hätte. Aber ich habe sie genau zu diesem Zeitpunkt gebraucht. Wahrscheinlich würden wir tiefere und ehrlichere Freundschaften haben, wenn wir das eigene, möglicherweise egoistische Interesse aneinander erkennen und vielleicht sogar aussprechen könnten.

Das Ich entsteht am Du, sagen die Philosophen. Für mich trifft das zu, auf meine Frauenfreundschaften mindestens so wie auf die Liebesbeziehungen mit Männern.

Ich überlege: Welche Seiten meines Ichs haben sich entfalten können mithilfe meiner Freundinnen? Welche Bereicherung erfuhr ich aus den Gesprächen, dem Lachen, den Tränen, dem gegenseitigen Zuhören und Mitfühlen von Frauen? Welche Charakterzüge hat eine Freundin aus mir herausgelockt, die einmal nah an meinem Leben war und jetzt weit

weg ist? Fragen, die mir den Wert von Freundschaft vor Augen führen und meinen Blick auf die zerbrochenen Freundschaften verändern, hier in der Carrer de Porquer. Fragen, die Groll, Unverständnis oder trübe Gleichgültigkeit durch ein Gefühl der Dankbarkeit ersetzen und das Warum ins Zentrum rücken. Warum sind Freundinnen irgendwo auf meinem Lebensweg ausgestiegen? Und: Würde ich sie gern noch einmal treffen? Mich mit ihnen aussprechen? Wieder vertragen?

Die Zeit lässt sich nicht zurückdrehen. Selbst wenn das möglich wäre: Ich verspüre kein Bedürfnis danach. Lieber möchte ich mich der ständigen Bewegung meines Lebens überlassen. Nicht stehenbleiben, nicht klammern. Dazu gehört, dass ich akzeptiere, dass es Wegbegleiterinnen gibt, die mal ein Stück mitgehen und irgendwann auf der Lebensstrecke abbiegen. Auch die engste Freundin hat darauf ein Recht. Wie oft hat sich mein Leben, habe ich mich in meinem Leben verändert. Im Älterwerden treten die unterschiedlichen Abschnitte deutlicher hervor. Ich kann jetzt besser verstehen, dass Freundinnen nicht immer zusammenbleiben müssen. Meine Bedürfnisse, meine Interessen wandeln sich. Entsprechend wechseln auch die Freundinnen, die sie bedienen und mich bereichern. Ihnen bin ich dankbar. Ist der Hunger gestillt, können wir uns voneinander lösen. Neue Freundschaften treten an die Stelle von alten. Raum entsteht. Und möglicherweise wird aus der alten wieder eine neue Freundschaft. So ist Leben. Das ist das Spannende daran.

Wer behauptet, dass es mit den Jahren immer schwieriger wird, neue Freundschaften zu knüpfen, hat Unrecht. Ich erlebe das Gegenteil. Auch wenn dieses wunderbare »Weißt Du noch?« des Erinnerns fehlt, das mich mit meinen Zeitzeuginnen verbindet, ist doch der Motor jeder neu gespon-

## Warum?

nenen Annäherung die gegenseitige Offenheit und die Idee einer gemeinsamen Zukunft. Das macht mich glücklich.

Ich bin ruhiger geworden. Die bedürftige Unruhe von früher, die Sorge, keine Freundin zu finden, hat mich verlassen. Ich habe in den vergangenen Jahren viele liebenswerte Frauen getroffen, engagierte, sensible, spirituelle, bodenständige, mutige, zweifelnde, mitfühlende. Diejenigen, die meine Freundinnen wurden, haben von allem etwas. Und ganz wichtig: Ich kann mit ihnen lachen.

Im Unterschied zu früher ist die Not verflogen. Der Druck ist raus. Stattdessen schätze ich die Freiwilligkeit, die zwischen mir und meinen Freundinnen existiert. Ich bin inzwischen mutiger darin, mich anderen zuzumuten. Und gelassener im Loslassen. Warum? Das bleibt – ein klein wenig – das Geheimnis meiner Carrer de Porquer.

## **Zum Ausheulen war ich gut genug**

*Alexandra und Cora*

### ***Cora und du habt euch in Hamburg bei einem Praktikum kennengelernt. Was hat dich zu ihr hingezogen?***

Cora war blitzgescheit und mit vielen Talenten ausgestattet. Ich war von ihr fasziniert. Sie konnte nicht nur toll schreiben, sondern auch sehr gut zeichnen und im Nu neue Sprachen lernen. Ein durchweg kreativer Mensch, sprudelnd, mit immer neuen Ideen. Dazu sehr unternehmungslustig. Wir sind zusammen verreist, nach Thailand, nach Australien, und konnten wunderbar miteinander lachen. Ich habe mich von ihrer Lebendigkeit anstecken lassen. Wir waren wie im Flow miteinander. Passten zusammen wie der Schlüssel ins Schloss. Ich mochte Cora unheimlich gern.

### ***Sie hat deine Lebensfreude gekitzelt?***

Absolut. Sie hat mich immer gut draufgebracht. Aber es war mehr. Uns verband eine ziemlich komplizierte Kindheit. Cora war Einzelkind, ihre Mutter hatte große psychische Probleme und musste oft in die Klinik. Cora fühlte sich zuständig, sie war allein damit und total überfordert. Ihre Mutter hat sich später umgebracht. Bei mir war es nicht so krass. Aber auch ich komme aus einer Familie, die keine war. Meine Mutter hat meinen Vater verlassen und uns Kinder zu-

## **Warum?**

rückgelassen. Cora und ich konnten uns über diese belastenden Erlebnisse sehr gut austauschen. Eine verstand die andere. Im Glück wie im Unglück waren wir uns ganz nah.

### ***Jede war für die andere der Anker ...***

Ja, so kann man es sagen. Wir hatten beide keine Stabilität und definierten uns stark über unsere jeweiligen Probleme. Ängste, Spannungszustände, Selbstzweifel, darüber kann man sich endlos austauschen. Wo will ich mit mir hin?, das war so eine der Fragen. In dieser Gefühlslage brauchst du einen Verbündeten. Es hat lange gedauert, bis ich im Leben angekommen bin. Bis ich etwa dreißig Jahre alt war, habe ich nur gesucht. Genau wie Cora. Die Kombination aus negativen Erfahrungen und Fröhlichkeit hat uns zusammengeschweißt. Nur, dass ich mich stabilisiert habe und irgendwann ein normales Leben anfang. Ich begann regelmäßig zu arbeiten, während Cora nie Boden unter die Füße bekam und weiter nach sich suchte. Ich bin sicher, sie hatte wie ihre Mutter eine Form von Depression.

### ***Wie hast du das bemerkt?***

Es gab Phasen, in denen sie kaum gegessen hat und nicht schlafen konnte. Sie machte verschiedene Therapien, doch ohne erkennbares Ergebnis. Ständig kreiste sie um sich und ihre eigenen Probleme. Cora blieb stehen, während ich mich weiterentwickelte. Schade, denn im Grunde war sie begabter als ich.

### ***Konntest du ihr helfen?***

Das habe ich mit allen Kräften versucht. Ich ließ sie bei mir wohnen, wenn es ihr schlecht ging. Besorgte ihr einen Job. Borgte ihr Geld, wenn sie pleite war. Auf Dauer war das an-

strengend. Als Coras beste Freundin bin ich da, dachte ich. Ohne Einschränkung. Trotzdem hatte ich das Gefühl, dass sich langsam unser Gleichgewicht verschob.

### ***Wie das?***

Ich fühlte mich langsam nur noch wie ein emotionaler Müll-eimer. Zum Ausheulen war ich gerade gut. Oder zum Geld pumpen. Wir haben darüber gesprochen und uns auch gestritten. »Es geht in unserer Freundschaft nicht nur um dich«, versuchte ich ihr klarzumachen. Aber sie ließ nichts an sich ran. Ich habe unser Ungleichgewicht durchaus als Problem empfunden, aber wusste nicht, was ich dagegen tun sollte. Ständig habe ich nachgefragt, getröstet, Hilfe angeboten. Das gibt es bei mir jetzt nicht mehr.

### ***Hast du eine Idee, warum du dich so aufgeopfert hast?***

Ich weiß es nicht genau. Sicherlich zum einen, weil ich mich hundertprozentig als Freundin empfand. Da steht man einfach zusammen. Vielleicht genoss ich aber auch das Gefühl, Cora moralisch überlegen zu sein. Der Gutmensch sozusagen. Das könnte für mich der Gewinn gewesen sein. Ich habe mich schon gefragt, ob das bei mir strukturell ist. Ob ich öfter in diese Falle tappe. Aber so ist es nicht mit anderen Freunden. Dieses wahnsinnige Verantwortungsgefühl habe ich nur Cora gegenüber erlebt. Sie schien mir so schutzlos in der Welt zu sein. Ich hatte das Gefühl, sie retten zu müssen. Auch noch, als sie nach dem Tod ihrer Mutter ziemlich viel Geld erbe.

### ***Da brauchte sie deine Hilfe?***

Wie ein Kind! Sie wusste nicht, was sie mit dem vielen Geld machen sollte. Sie hat ihr Erbe letztlich verprasst. Cora hat