

Es gab nur noch sie und die Krankheit

Kathrin Gehlert war 2010 Godesia und hatte Jahre der Magersucht hinter sich. Jetzt schreibt sie darüber in ihrem ersten Roman

VON EBBA HAGENBERG-MILIU

BAD GODESBERG. Die Frage „Mama, findest du mich zu dick?“ dürfte heutzutage so manche Mutter von ihrer Tochter gestellt bekommen – und sie mit einem Lächeln und einem klaren „Nein“ beantworten. Aber wenn sie von einer hohlwangenigen 25-Jährigen kommt, die bei nur noch 39 Kilo Untergewicht gelandet ist, sich nicht mehr konzentrieren kann und vom Arzt als arbeitsunfähig krankgeschrieben worden ist, dann dürfte die Mutter so wie die in Kathrin Gehlerts Bucherstling „Aderfeuer“ reagieren: nämlich entsetzt und nicht fähig, die Tränen zurückzuhalten. Antworten kann die Mutter der Hauptfigur in Gehlerts Buch nicht mehr. Denn sie weiß, dass die Tochter sowieso nichts verstehen will: Denn diese Kathi ist magersüchtig. In ihren Adern tobt eine Sucht.

Die Autorin kennt sie selbst. „Ich kämpfte in meinen frühen Zwanzigern gegen Anorexia nervosa – allgemein als Magersucht bekannt – und wog zuletzt nur noch 39 Kilogramm“, bekannte die 1979 geborene Godesbergerin freimütig. Ihr 240-Seiten-Roman mit dem Untertitel „Im Bann der Magersucht. Mein Leben mit Essstörung und Sportsucht“ sei also autobiografisch, wenn sie auch die Namen der Handelnden frei erfunden habe. Die 25-Jährige im Buch, deren Leben nur noch aus krampfhaftem Abnehmen, exzessivem Laufen und Kraftsport besteht, wird also nun die Tortur einer Fachklinik gegen Essstörungen durchstehen müssen – mit dem heimlichen Ziel, „dass sich nichts Wesentliches in ihr ändern“ solle. Diese krankhaft Magere fühlt sich selbst nämlich „durchtrainiert und knackig“. Ihr Lebensprinzip heißt: Jedes Gramm weniger, das die Waage anzeigt, ist „eine Bestätigung ihres Erfolges“.

Eine Frohnatur, die gerne singt

Kathrin Gehlert dürfte im Stadtteil noch als hübsche Godesia des Jahres 2010 bekannt sein. Sie sei „eine Frohnatur, die gerne singt und den Karneval liebt“, erklärt die Enkelin von Walter Vianden, der viel für den Godesberger Karneval und den Verein Kleffbotze getan hat. „Ein süßes Mäuschen mit toller Figur, eben ein wahrer Männertraum“, schwärmt in der Session 2010 eine Zeitung über sie. Aber die Friesdorferin, die heute in einer Unternehmensberatung arbeitet, verriet dem Blatt schon damals, dass sie selbst sich erst fünf Jahre zuvor aus einer Suchtspirale aus Hungern und Bodybuilding befreit hatte: mit einer zweimonatigen Therapie und einer vollständigen Trennung von Job, Wohnung, Beziehung und Freunden. Was die Kathi ihres Romans nun ebenso versucht. „Aus meiner



Kathrin Gehlert hat ihre Erfahrungen mit der Magersucht, unter der sie vor rund 20 Jahren litt, in einem Roman verarbeitet.

FOTO: AXEL VOGEL

Sicht werden Essstörungen noch viel zu sehr bagatellisiert und nicht ausreichend ernst genommen“, meint die Autorin dazu.

Gehlert beschreibt im Buch, wie die Sucht erschreckend vieler junger Frauen erst harmlos anfängt, „um sich dann ins Grenzenlose zu steigern“. Für ihre Hauptfigur Kathi ist sie ein Teufelskreis. „Der Hunger trieb sie an zum Sport, und der Sport trieb sie an zum Hungern.“ Angeblich „grenzenlose Kraft“ glaubt die Romanfigur, sich mit dem permanenten Kasteien, diesem engmaschigen Netz aus Körperfunkt und Fixierung zu erkämpfen. Endlich erregt diese junge Frau Aufmerksamkeit. „Es ging nur darum, gut bei der Männerwelt anzukommen und gesehen zu werden... Das war der Kick.“ Und das letztlich mit dem Ziel, Macht über die Gefühle von Männern zu bekommen. Woraus sich aber bewusst keine Beziehung ergeben soll. „Nichts kam an sie heran, niemand kam an sie heran.“ Es gebe nur noch „sie und die Sucht“, so die Romanfigur.

Sie selbst habe in ihrer Zeit in

der Klinik Tagebuch geschrieben, um das Geschehen zu verarbeiten und sich selbst Kraft zu geben, sagt Gehlert heute. „Ich bin im Freundeskreis häufig auf Unverständnis gestoßen, denn viele Menschen können nicht verstehen, was in einer Betroffenen vorgeht.“ Und weil sie jetzt plötzlich erfuhr, dass im Bekanntenkreis die Tochter ebenfalls magersüchtig wurde, habe sie beschlossen, mit dem Buch für alle Betroffenen, Angehörigen und

interessierten Leser, aber auch für sie selbst diese Krankheit hinter sich lassen zu können. Letztendlich habe sie also fast 20 Jahre gebraucht, sich aus der Distanz heraus mit ihrem in Selbstzerstörung befindenen Lebensabschnitt auseinanderzusetzen. Natürlich wollte sie niemanden mit der Veröffentlichung verletzen, aber vielleicht doch die Augen derjenigen öffnen, die sie damals verschlossen hatten.

Heute fühlt sie sich stärker, habe

die Sucht überwunden, aber „eine Essstörung wird man nie richtig los“, erläutert die Autorin. „Auch wenn ich nicht mehr hungrig, sind doch viele Selbstzweifel geblieben, gegen die ich immer wieder ankämpfen muss.“ Doch der Kontakt mit anderen Menschen hilft ihr dabei sehr. Gehlert hat das Buch ihrem geliebten Sohn gewidmet. Bis jetzt seien die Reaktionen ihrer Leser auf das Buch sehr positiv, freut sie sich. „In meinen Lesungen erlebe ich viele nachdenkliche Menschen und komme auch mit Suchthelfern und Therapeuten ins Gespräch.“ Heute sei sie glücklich und wünsche sich, dass viele andere auch die Kraft entwickeln, die Sucht hinter sich zu lassen. „Ich bin ein lebendes Beispiel dafür, dass man es schaffen kann!“

Im Handel erhältlich: Kathrin Gehlert, Aderfeuer, Nova MD Selfpublishing 2024, 14,99 Euro. **Lesungstermine:** 24. Mai, 18 Uhr, Vienna House Bonn, Bernkasteler Straße 2. 26. Juni, 19 Uhr, Bezirksbibliothek Bad Godesberg, Moltkestraße 2.

ZUNAHME NACH CORONA

Magersucht in Deutschland

Von 1000 Mädchen und Frauen erkranken laut Bundesinstitut für öffentliche Gesundheit im Laufe ihres Lebens durchschnittlich etwa 14 an Magersucht. Jungen und Männer sind deutlich weniger betroffen. Seit der Corona-Pandemie seien Experten in Praxen, vor allem aber in Kliniken, eine Zunahme von Essstörungen. Die Magersucht hat

ihren Beginn vor allem im frühen Jugendalter beziehungsweise während der Pubertät, aber auch im jungen Erwachsenenalter. Sie ist eine schwerwiegende und meist langwierige, zum Teil lebensbedrohliche Erkrankung, die unbedingt behandelt werden muss. Typisch ist, dass Betroffene häufig auffallend dünn sind beziehungsweise stark an Gewicht verlieren. Sie selbst nehmen sich jedoch als unförmig und dick wahr. ham