

## **Luise Rosenthal**

### **Magersucht**

Mein Name ist Luisa Schiffer, und ich erinnere mich noch gut an die Tage, als mein Leben unbeschwert und sorgenfrei war. Ich wuchs in einer idyllischen Vorstadt auf, umgeben von einem liebevollen Elternhaus und einigen engen Freunden. Meine Kindheit war von Lachen, Spielen im Garten und Geburtstagspartys geprägt. Ich war ein fröhliches und neugieriges Kind. Meine Eltern, Maria und Robert, unterstützten meine Leidenschaft für das Zeichnen und ermutigten mich, kreativ zu sein. Meine Lehrer bewunderten meine Hingabe und meine Neugier auf die Welt um mich herum. Bis zu diesem einen Tag, der alles veränderte.

Es war ein sonniger Tag in der Schule, als meine Mitschülerin Lisa etwas zu mir flüsterte: "Du siehst heute so pummelig aus, Luisa." Ich lachte es anfangs weg, aber diese Worte begannen, an mir zu nageln. Ich begann, mich vor dem Spiegel zu betrachten und mir Gedanken über meine Figur zu machen, obwohl ich zu dieser Zeit ein gesundes Gewicht hatte. Diese Gedanken ließen mich nicht mehr los, und allmählich veränderte sich mein Verhältnis zum Essen. Ich begann, Mahlzeiten zu überspringen und fand Trost in der Kontrolle über meine Nahrungsaufnahme. Doch bald wurde diese Kontrolle zur Obsession.

Mein Alltag während der Bulimie war von Geheimnissen und Verzweiflung geprägt. Ich suchte nach Abgeschlossenheit, um meine Essanfälle zu verbergen. Oftmals verschwand ich während der Mittagspause in der Schule, um schnell und heimlich so viel Essen wie möglich in mich hineinzustopfen, nur um es kurz darauf wieder zu erbrechen. Dieser Teufelskreis zehrte an mir und isolierte mich von meinen Freunden.

Jeder Tag fühlte sich an wie eine unendliche Tortur. Das Aufstehen morgens wurde zur Herausforderung, da die Gedanken an Kalorien und Gewicht meinen Kopf überfluteten. Die Mahlzeiten wurden zu Schlachtfeldern, auf denen ich gegen meine eigenen Gedanken kämpfte.

In der Schule wurde ich zur Meisterin der Täuschung. Ich lächelte und lachte, als ob nichts los wäre, während ich innerlich auseinanderfiel. Einmal wurde ich von meiner besten Freundin Sarah erwischt, wie ich nach einer Essattacke das Badezimmer aufsuchte, um mich zu übergeben. Ihr Blick war von Angst und Sorge erfüllt.

Eines Tages fand meine Mutter halbverdautes Essen hinter meinem Bett versteckt. Die Konfrontation war unvermeidlich. Sie und mein Vater waren schockiert und besorgt. Mein Vater war wortkarg, aber ich konnte die Sorge in seinen Augen sehen, während meine Mutter in Tränen ausbrach. Doch danach brach die Dunkelheit in meinem Leben zusammen. Sie brachten mich zu einem Arzt, der meine körperliche Gesundheit überwachte und mir die Gefahren meiner Essstörung erklärte.

Die Zeit nach meiner Entdeckung war geprägt von Arztbesuchen, Therapiesitzungen und der Beteiligung meiner Lehrer an meiner Genesung. Meine Ärztin, Dr. Müller, wurde zu einer wichtigen Unterstützung in meinem Leben. Sie half mir, meine Gedanken über Essen und Gewicht zu entwirren und lehrte mich, Selbstmitgefühl zu entwickeln. In den Therapiesitzungen, die ich besuchte, konnte ich endlich offen

über meine Gefühle sprechen und fand Verständnis bei meinem Therapeuten, Herrn Schneider.

Meine Freunde, einschließlich Sarah, versuchten, mir beizustehen, aber sie verstanden oft nicht, warum ich so kämpfte. Die Gesellschaft neigte dazu, Essstörungen zu stigmatisieren und zu vereinfachen, was es schwer machte, meine Erfahrungen zu teilen. Sarah sagte mir einmal: "Ich wünschte, du würdest einfach normal essen können." Sie verstand nicht, dass es nicht so einfach war. Ich fühlte mich schuldig und schämte mich für meine Essstörung, was meine Genesung erschwerte.

Die Genesung war ein harter Weg, der viele Rückschläge mit sich brachte. Ich kämpfte gegen meine inneren Dämonen und gegen den Druck der Gesellschaft, dünn zu sein. Aber mit der Zeit und der Unterstützung meiner Familie und meiner Therapeuten begann ich, mich selbst zu akzeptieren und gesunde Essgewohnheiten zu entwickeln.

Nachdem ich meine Bulimie überwunden hatte, absolvierte ich mein Psychologiestudium mit Auszeichnung und entschied mich, Therapeutin zu werden. Ich wollte anderen helfen, aus der Dunkelheit der Essstörungen auszubrechen. Meine eigene Geschichte diente als Triebkraft, um anderen Hoffnung zu geben. Ich lernte meinen Partner, Daniel, kennen und lieben, und wir gründeten unsere eigene Familie. Wir erzogen unsere Kinder in einem Umfeld der Akzeptanz und des Verständnisses. Ich teilte meine Geschichte mit ihnen, damit sie die Bedeutung von Selbstliebe und Verständnis für psychische Gesundheit verstehen konnten. Meine Arbeit als Therapeutin spezialisierte sich auf Essstörungen. Ich traf Menschen, die denselben Schmerz und dieselbe Verzweiflung erlebt hatten wie ich. Gemeinsam kämpften wir gegen die Dunkelheit und fanden den Weg zur Heilung. Mein Leben hat sich in vielerlei Hinsicht verändert, aber ich werde nie vergessen, wie es war, als die Bulimie mein Leben beherrschte. Meine Geschichte dient als lebendiges Zeugnis dafür, dass es immer Hoffnung auf Genesung gibt und dass man in der Lage ist, aus der Dunkelheit ans Licht zu treten. Mein Ziel ist es, anderen zu helfen, das Gleiche zu erreichen, und meine Geschichte weiterzugeben, um Verständnis und Mitgefühl für Essstörungen zu fördern.