

Renate (48) kämpfte gegen den Krebs. Maria (52) gegen die Trauer

# „Die Krise hat uns stark gemacht“

Zwei Frauen, zwei Schicksalsschläge. Doch beide gaben nicht auf und leben heute noch intensiver

## „Ich habe gelernt, Nein zu sagen“

**D**aufgezeichnet von Katrin Linne er Knoten schaut nicht gut aus!“ Diese Worte meiner Frauenärztin habe ich heute noch im Ohr. Obwohl seit dem Termin im Dezember 2000 schon über sechs Jahre vergangen sind. Aber vielleicht ist das auch normal. Schließlich hat der Satz mein Leben verändert. Denn die Ärztin hatte mit ihrer Sorge Recht. Nach vielen Untersuchungen stellte sich heraus: Es ist Brustkrebs! Ich weiß noch, wie ich dachte: Das war's! Panik überfiel mich: Ich hatte einen Mann und zwei Söhne,

11 und 18 Jahre alt, die mich brauchten. Würde ich es noch schaffen, alles zu regeln? In der Nacht vor dem Eingriff träumte ich von meiner Beerdigung. Die Ärzte im Klinikum Großhadern (München) bemühten sich, die Brüste bei der Operation zu erhalten. Ich bekam eine starke Chemotherapie. Die Haare fielen aus, ich fühlte mich unglaublich schwach. Und dann musste die linke Brust doch ab. Damit der Krebs nicht wiederkommt, wurde ich antihormonell behandelt. Das heißt, ich kam von heute auf morgen in die Wechseljahre – mit 42!

Ich hielt mich tapfer. Trotzdem gab es Tage, an denen ich nur noch auf dem Sofa saß und heulte. Meine Familie war in dieser Zeit toll: Die drei kümmerten sich um mich, kochten Tee, planten Ausflüge. Sagten mir immer wieder, wie lieb sie mich haben.

Es war ungewohnt für mich, so hilflos zu sein. Früher war ich die Kümmerin. Die, die für alles zuständig war und dafür sorgte, dass alles funktionierte – egal ob in der Familie oder in der Firma, in der ich als kaufmännische Angestellte arbeitete. „Kannst du mir schnell das Hemd bügeln?“ Ja! „Haben Sie noch Zeit, das abzutippen?“ Ja! Ich sagte nie Nein! Und vergaß dabei das Wichtigste: mich! Das wurde mir jetzt bewusst! Denn der Krebs gab mir Zeit nachzudenken: Ist mein Leben schön? Wie lebe ich? Was will ich eigentlich?

Als die Haare wieder wuchsen und die Kraft zurückkam, handelte ich: Jahrelang hatte ich mich über meinen schlecht gelaunten Chef geärgert. Aber mein Pflichtgefühl hatte mich daran gehindert, den Job zu kündigen. Obwohl mein Mann genug verdiente, um uns zu versorgen. Jetzt machte ich es einfach! Ich wollte meine Zeit nicht länger mit diesem Chef verschwenden. Und auch nicht mit anderen Miesepetern. Ich hatte eine Bekannte, die ständig Sachen sagte wie: „Hast du zugenommen? Oje, wie sehen deine Haare

aus?“ Der erklärte ich jetzt: „Das ist das letzte Mal, dass wir uns sehen, weil ich mit deiner Art nicht mehr klarkomme!“

Ich sortierte mein Leben neu. Jetzt war ich stark genug, auch mal Nein zu sagen und Dinge zu tun, die mir wichtig sind: Ein Jahr nach der Diagnose gründete ich einen Verein für Frauen mit Brustkrebs. Ich wollte zeigen, wie wichtig es ist, dass man zu den Früherkennungsuntersuchungen geht. Außerdem fing ich an, einmal pro Woche Gesangsunterricht zu nehmen. Und wenn ich zu Hause übe, durfte mich niemand stören. Das wäre früher undenkbar gewesen. Es hätte ja vielleicht jemand etwas von mir wollen können.

Früher hörte ich auch meine Lieblings-CDs nur im Auto, weil zu Hause keine Zeit war. Heute nehme ich sie mir! Und ich trage regelmäßig freie Tage in meinen Kalender ein. Die gehören dann nur mir! Da gehe ich bummeln, mache Sport oder irgendetwas anderes, worauf ich Lust habe. Das tut mir gut.

Ich bin raus aus dem Hamster Rad. Und dashabeich dem Krebs zu verdanken. Natürlich hätte ich gut auf ihn verzichten können. Aber er war nicht nur schlecht. Er hat mich auch stark gemacht! • Renates Verein nennt sich „Brustkrebs Deutschland e.V.“. Er ist über die Hotline 0800/011 71 12 (kostenlos) erreichbar. Internetadresse: [www.brustkrebsdeutschland.de](http://www.brustkrebsdeutschland.de)

„Ich vergaß das Wichtigste: mich“

Der Krebs hat sie verändert

„Heute denke ich mehr an mich – ohne dabei die anderen zu vergessen“, sagt Renate



Schwere Zeiten

Während der Chemo hoffte Renate noch, ihre Brust behalten zu können. Doch es kam anders. Später erhielt sie einen Brustaufbau



In ihrem Verein berät Renate (48) Frauen mit Brustkrebs



Zu sich selbst gefunden

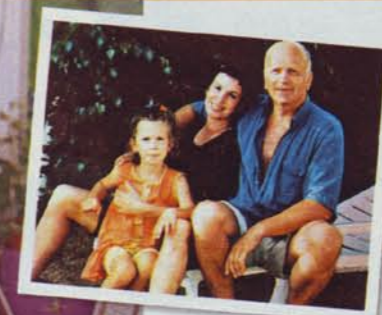
Sie fand den Mut für ihr Leben: „Wenn es im Leben bergab geht, geht es irgendwann auch wieder bergauf.“

## „Ich erfüllte mir einen Lebenstraum“

**D**och, ich glaube, manche halten mich für ein bisschen verrückt. Wenn ich mit meinem Lama Sancho spazieren gehe, sagen sie: „Schau mal, die Lama-Frau.“ Aber das ist mir egal. Es ist mir nicht mehr wichtig, was andere über mich denken. Wichtig ist nur, dass ich so lebe, wie ich es will.

Vor dem Tod meines Mannes war das anders. Ich war von Beruf Journalistin, mein Mann Rechtsanwalt in Hamburg. Wir passten

uns an und lebten so, wie man es von uns erwartete: Wir fuhren ein tolles Auto, hatten schicke Möbel und gingen Golf spielen. Das war in unserem Bekanntenkreis so. Richtig wohl fühlte ich mich damit nie, traute mich aber nicht, etwas zu verändern. Wie sollte das gehen? Was würden die Leute sagen? Dann wurde mein Mann krank. Bauchspeicheldrüsenkrebs! Anfangs verdrängte er es, arbeitete einfach weiter, funktionierte. Und statt mit mir zu reden, Abschied



Zeit des Glücks

Von ihrem Mann Klaus († 2000) sind Maria und ihrer Tochter Johanna (damals 8)

zu nehmen, zog er sich zurück. Der Mann, den ich seit 12 Jahren liebte, mit dem ich so viel gelacht hatte, der so empfindsam war: Er ließ mich nicht mehr an sich heran. Ich konnte nichts tun, außer mit ihm zu leiden und für unsere 8-jährige Tochter da zu sein. Als er im April 2000 mit 57 Jahren starb, dachte ich, ich könnte nie mehr aufhören zu weinen. Es war ein furchtbarer Schmerz.

Kurz nach der Beerdigung bekam ich das Angebot, beruflich nach Australien zu fliegen. Und ich fühlte: Ich muss unbedingt weg!

Plötzlich, beim Flug über die Wüste, hatte ich eine Panikattacke, wurde wie von einem Strudel angezogen. Grauensvolle Sekunden! Aber als ich wieder frei atmen konnte, wusste ich: Es geht weiter! Das Leben geht weiter. Und es ist zu kurz, um es nicht so zu leben, wie man selbst möchte.

Zurück zu Hause, gab ich als Erstes unseren Wagen weg und den riesigen Fernseher, der unser Wohnzimmer beherrschte hatte. Dann begann ich zu planen: Ich wollte aus dem Haus raus und in unsere Gartenhütte am Waldrand ziehen, die ich so liebte. Und Land dazupachten. Dort wollte ich in der Natur mit vielen Tieren leben. Finanziell sah es nach dem Tod meines Mannes zwar nicht gut aus. Da waren offene Bürgschaften, das Finanzamt forderte Nachzahlungen... Aber ich spürte, dass ich es trotzdem irgendwie schaffen würde. Das machte mich stark und mutig: Mutig ge-



Mit dem Kauf von Lama Sancho erfüllte sich Maria (52) einen Kindheitstraum

„Was werden die Leute sagen?“

nug, mit der Bank zu verhandeln und allein die Hütte auszubauen. Mutig genug, mein erstes Buch zu schreiben und einem Verlag anzubieten. Und mutig genug, mir einen Kindheitstraum zu erfüllen, für den mich alle belächelten: ein eigenes Lama. Ich fand Sancho in einem Zirkus und kaufte ihn. Später kamen noch Hängebauchschweine, Ziegen, Gänse und vieles mehr dazu. Ich miste heute Ställe aus, statt Golf zu spielen. Und schließlich, beim Flug über die Wüste, hatte ich eine Panikattacke, wurde wie von einem Strudel angezogen. Grauensvolle Sekunden! Aber als ich wieder frei atmen konnte, wusste ich: Es geht weiter! Das Leben geht weiter. Und es ist zu kurz, um es nicht so zu leben, wie man selbst möchte.

Es ging nicht immer alles so leicht, wie es sich jetzt anhört. Ich war oft fürchterlich traurig, hatte Herzrasen und einen viel zu hohen Blutdruck. Aber das wurde besser – je mehr Zeit verging und je mutiger ich wurde. Die Trauer ist immer noch da und sie tut auch noch weh. Aber ich habe mich durch sie verändert: Früher war ich ein sehr ängstlicher Mensch. Wenn jemand sagte: „Das kann man doch nicht machen“, dann machte ich es nicht. Heute sage ich: „Doch, man kann!“ Ich lebe jetzt mutig *mein* Leben und das macht mich glücklich. •

Das Buch von Maria Köllner heißt: „Neuer Lebensmut in der Begegnung mit dem Tod. Die Trauer zulassen – aber das Leben nicht vergessen“, 14,95 €, Via-Nova-Verlag.