

Djumana Barbara Gorel

# *Tanz mit dem Phönix*

## **Kapitel 1: Zerbrochene Seelen**

***„Schreiben ist Kommunikation mit dem  
Unaussprechlichen.“ Max Frisch***

Der erste Teil meiner Biografie befasst sich mit den ungeheuerlichen Grausamkeiten meines Vaters, die unsere Familie erschüttert haben. Als Kriegskinder erlebten unsere Eltern den Zweiten Weltkrieg mit Gewalt und Hass. Der Krieg tobte weiter hinter den schützenden Mauern unseres Elternhauses. Es war unser Schicksal, die tiefsten Verletzungen in der Seele und am Körper zu ertragen, ohne dass es jemals eine Möglichkeit zur Flucht oder Hilfe gab. So wuchsen wir auf, alleingelassen, ohne Hoffnung und hilflos ausgeliefert.

Das Ziel ist es, konkrete Erlebnisse zu erzählen und ein Zeit-dokument zu erstellen, das alles, was vorgefallen ist, und alles, was erlebt wurde, vor dem Vergessen bewahrt. Es ist ein Versuch, die Leistungen der traumatisierten Eltern zu würdigen, die während des Zweiten Weltkrieges unaussprechliche Erfahrungen machen mussten. Aber dennoch konnten sie ihren sechs Kindern ein warmes Zuhause, angemessene Kleidung und immer einen gedeckten Tisch bieten. Durch das Schreiben kann ich Klarheit gewinnen und die Situation besser verstehen.

Djumana Barbara Gorel, Autorin

Erzählt wird die Geschichte von einer Kindheit im Strudel der Gewalt und von der verzweifelten Flucht meines Halbbruders in den Freitod.

## **Auszug aus der Autobiografie Teil 1: Zerbrochene Seelen**

### **Fantasie und Wirklichkeit**

*Foto: Meine kleine Schwester und ich*



Unser Elternhaus war kein sicherer Ort und die Angst war ein ständiger Gast am Küchentisch, den niemand eingeladen hatte. Als kleines Mädchen entwickelte ich wahre Spinnensinne, um Bedrohungen vorhersehen zu können. Ich zog mich immer häufiger in eine geschützte Ecke der großen Küche zurück, nahm Papierblätter und bunte Stifte und fing an zu malen. Wegen meiner fünf Geschwister war es fast unmöglich, ohne Störungen zu malen. Ich versuchte jedoch, das Beste daraus zu machen, wie Kinder es immer tun. So malte ich wunderschöne Bilder aus meiner Fantasie; es waren Tiere, die so aussahen, als kämen sie von einer anderen Zeit. Figuren, die ich in jungen Jahren noch nie zuvor gesehen hatte. Weder in Büchern noch Filmen noch sonst wo.

Ich war größer und älter geworden und habe immer noch gut und gerne gemalt. Doch meine Fantasie wurde durch das Grau meiner Erlebnisse getrübt. Ihre bunten Fantasiefiguren verschwanden und ich malte nie wieder leuchtende Bilder. Es wurde nur noch das gemalt, was ich draußen beobachtete, wie alle anderen Kinder. Alle waren begeistert von dem, was sie im Kindergarten malte. Die Blumen, die Vögel, die Häuser und die Menschen in den Bildern durften nicht so aussehen, wie ich es wollten. Die Lehrerin erklärte mir, wie die Blumen aussehen sollten. Es gab Arbeitsaufträge: „Heute malen wir Häuser.“ Für die richtigen Häuser gibt es eine gute Note. Ich fragte mich zunehmend, ob ich wirklich schön malen konnte. Eines Tages hörte ich auf, Bilder zu malen. Das außergewöhnliche Talent geriet beinahe in Vergessenheit.

Ich muss ungefähr fünf Jahre alt gewesen sein, und ich spielte wie immer auf der Straße. Ich wartete gespannt auf die Kinder, die vielleicht mit mir spielen würden. Die Nachbarkinder hatten sich bereits in kleinen Gruppen zusammengefunden und ihre Spiele begonnen. Ich ging traurig über die Straße vor meinem Elternhaus und hatte wieder keine Freunde. Erneut musste ich allein mit der Enttäuschung fertig werden. So war das eben damals ... hilf dir selbst, sonst hilft dir keiner. In dieser Zeit war die Rollenverteilung in der Ehe klar geregelt. Am Sonntagvormittag ging der Familienvater in die Gaststätte zum Fröhschoppen. Die Mutter kochte das Mittagessen und sorgte dafür, dass es um 13 Uhr auf dem Tisch stand. Nicht alle Väter gingen am Sonntagvormittag in die Kneipe wie üblich. Einige spielten draußen mit ihren Kindern, ließen Drachen steigen oder machten Ballspiele. Einige Väter gingen mit ihren Kindern spazieren, bevor das Mittagessen auf den Tisch gestellt wurde. Mein Neid galt meiner Freundin Karin, wenn sie an der Hand ihres Vaters an mir vorbeiging. Sie hüpfte und lachte und ihr Vater nahm sie manchmal Huckepack und sprang wie ein Pferd über die

Straße. Ich wollte auch mit meinem Vater so viel Spaß haben. Ich wagte es aber nicht, diesen Wunsch zu äußern.

Es war Sommer und ich trug Holzlatschen an den Füßen, die mir viel zu klein waren. Das Lederband war ausgedehnt und meine kleinen Füße rutschten durch, sodass ich mich mit den Zehen an die Holzpantone klammern musste, um sie nicht zu verlieren. Dann sah ich meinen Vater aus der Tür kommen. In seinem besten Anzug mit blank polierten Schuhen. Ich sprang zu ihm und fragte: „Papa, wo gehst du hin?“ Er blickte auf meine Füße und sagte: „Ich gehe spazieren und möchte dich gerne mitnehmen, aber du hast keine Schuhe.“ Sprach es und ging an mir vorbei, ohne sich nochmals umzudrehen. Selbstverständlich führte sein Weg in die nächste Kneipe zum Fröhschoppen; er hatte nie vor, mit seiner kleinen Tochter spazieren zu gehen.

Ich setzte mich auf die Bordsteinkante und weinte bitterlich. Mein sehnlichster Wunsch, einen Spaziergang mit Vater zu unternehmen, scheiterte daran, dass ich keine Schuhe hatte. Ich gab mir selbst die Schuld. Dieses traurige Erlebnis hatte sich so tief in meine Seele eingebrannt, dass ich es noch viele Jahre später spüren sollte. Ich habe immer Schuhe gekauft, wenn ich traurig war und ich war oft traurig und hatte deshalb einen großen Berg an minderwertigen Schuhen. Über dieses Verhalten ärgerte ich mich immer wieder und war doch viele Jahre nicht in der Lage, das zu ändern. Der unkontrollierte Schuhkauf führte zu einer zwanghaften Handlung, die ich mir kaum leisten konnte. Ich glaubte, dass nur ich die Ursache für meine Traurigkeit war. Außerdem kamen Angst, Wertlosigkeit, Scham und Schuld hinzu. Mein zwanghafter Schuhkauf reduzierte meine Gefühle und ich belohnte mich selbst mit ein paar neuen Schuhen. In einer Therapie, in der ich meine Kindheit aufarbeitete, wurde mir diese Verbindung bewusst. Die Aufarbeitung half mir, die Zusammenhänge mit dem Erlebnis aus der frühen Kindheit zu erkennen und den Zwang aufzulösen. Trotzdem habe ich wie viele andere Frauen auch mehr als genug Schuhe im Schrank. Nur jetzt kann ich sie mir mit Freude und nicht aus Zwang kaufen.

Ich konnte auch aus diesem Erlebnis eine Weisheit für die Begegnung mit der Liebe ableiten, die ich gerne weitergeben möchte. Mit den Schuhen verhält es sich wie mit der Liebe. Drückt der Schuh, schmerzen deine Füße und würdest du ihn am liebsten wegwerfen oder verschenken? Dann hast du offensichtlich falsche Schuhe angezogen. Du musst akzeptieren, dass es nicht die Schuld deiner Schuhe ist, dass du in diesen Schuhen nicht gehen kannst. Du bekommst Blasen an deinen Füßen und schaust dir deine Haut an. Je länger du dich in diese falschen Schuhe zwingst, desto schwieriger wird es sein, deine Füße zu heilen. Wenn deine Füße nicht heilen, spielt es keine Rolle, welches Paar Schuhe du danach anziehst. Es wird immer schmerzhaft sein. Vielleicht hilft es, wenn du einige Zeit barfuß gehen kannst, damit deine Füße heilen können. Gib ihnen Zeit. Du schaust dir deine Wunden und Probleme genau an. Dann wähle die passenden Schuhe. Wähle ein Paar, das dich nicht verletzt und dich auf deinem Weg der Liebe treu begleitet. Ohne Schmerzen und Verletzungen, sondern mit einer weichen Sohle und festem Halt.

Djumana Barbara Gorel

# Tanz mit dem Phönix

## Kapitel 2: Flammender Zorn

**„Ich habe mir nicht vorgenommen, zu schreiben. Ich habe damit angefangen, als ich mir nicht anders zu helfen wusste“.** Herta Müller

Die Flucht in die Ehe führte nicht zur ersehnten Sicherheit. Alkohol und körperliche Gewalt waren bald die Regel. Ich versuchte mehrmals, mich aus der häuslichen Gewalt zu befreien, aber jedes Mal wurde ich mit schwerwiegenden Übergriffen konfrontiert. Es ist absurd, dass die Öffentlichkeit glaubt, dass wir Frauen die häusliche Gewalt beenden könnten, indem wir einfach gehen. Oft wissen wir es besser. Wie kann ich, die selbst keinen Schutzraum und eigene Traumatisierungen erlitten hatte, meine Kinder vor der Gewalt ihres Vaters beschützen? Die Entscheidung, zu gehen, kann den Tod bedeuten. Mein einziger Ausweg war die Flucht ins Frauenschutzhaus.

Jetzt ist es an der Zeit, die Vergangenheit hinter sich zu lassen. Die Aufarbeitung des Erlebten lässt das Gefühl zurück, wertlos zu sein, nicht geliebt zu werden und nichts richtigzumachen. Die Prägung dieser schmerzhaften Erfahrungen hatte einen negativen Einfluss auf meine Lebensqualität. Es ist Zeit für Verständnis und Vergebung.

Djumana Barbara Gorel, Autorin

Erzählt wird die Geschichte von einer Ehe im Strudel der Gewalt und von der verzweifelten Flucht in ein Frauenschutzhaus.

## **Auszug aus der Autobiografie Teil 2: Flammender Zorn**

### **Seelenschwester**

*Foto: Meine Seelenschwester (2. v.l.) und ich (1. v.r.) bei der Konfirmationsfeier.*



Es gab in dieser Zeit einen Menschen, der mir besonders nahestand. Eine Freundin, bei der sich einfach alles natürlich anfühlte und bei der ich vollkommen mein Wahres ICH zeigen konnte. Wir kannten uns aus der Schulzeit, hatten uns eine Weile aus den Augen verloren und als ich mit meiner Familie in den kleinen Ort meiner Kindheit zog, begegneten wir uns wieder und knüpften an die „alte“ Freundschaft an. Es entwickelte sich langsam eine innige freundschaftliche Beziehung, sie war äußerst stabil und wir konnten durch nichts so schnell getrennt werden.

Pina hatte, genau wie ich, mit 17 Jahren ihr Kind bekommen und war mit dem Kindsvater verheiratet. Bei ihrem Mann machte sich im Laufe der Ehe eine schwere psychische Krankheit bemerkbar, die ihre kleine Familie enorm belastete. Wir erzählten einander von unserem Kummer, hörten einander zu und machten uns Mut. Unsere Freundschaft wurde zu einer wichtigen Säule in unserem Leben. Pina wurde meine Seelenschwester, ein Geschenk des Himmels.

Der Wert unserer Freundschaft zeigte sich immer dann am stärksten, wenn wir schwierige Zeiten durchliefen. Wir fingen einander auf, wenn uns das Leben in die Seile zwang, und leisteten emotionalen Beistand, wenn sonst niemand vorhanden war. Doch unsere innige Seelenverbindung löste abseits der Schicksalsschläge noch viel mehr Gutes aus. Wir wurden insgesamt mutiger und selbstbewusster, konnten miteinander lachen und fühlten uns geborgen und angenommen. Der ehrliche Austausch zwischen uns ließ unsere Probleme kleiner erscheinen. Wir schafften es, dass der zu besteigende Berg unserer Sorgen niedriger wirkte und leichter zu bezwingen war. Trotz unserer enormen Herausforderungen, als junge Mütter in stark belasteten Ehen, wurden wir gelassener und empfanden unsere Schicksale dadurch leichter.

Unsere Freundschaft wurde für uns zu einer Art zweiter Familie – für mich ersetzte sie diese sogar, da ich nur sehr wenig Kontakt zu Mutter und Geschwistern hatte. Unsere Beziehung hatte viele positive Effekte, war derart beständig und unumstritten. Sie beruhte auf einem absoluten Vertrauensverhältnis. Wir konnten uns aufeinander verlassen und uns auch peinliche Gefühle und Ängste erzählen. Ich fühlte mich besser, wenn ich Zeit mit Pina verbracht hatte. Wir unterstützten uns und waren ehrlich aneinander interessiert. Ein respektvoller Umgang auf Augenhöhe war uns wichtig.

Die schönsten Erinnerungen habe ich an gemeinsame Begebenheiten, die wir zusammen mit unseren kleinen Kindern erlebten: Kochen und gemeinsam zu Mittag essen. Ausflüge und Spiele, die von herzlichem Lachen aus fröhlichen Kinderseelen gekrönt waren. Schwimmen gehen in der Badeanstalt am Ort bei schönstem Sonnenschein. Morgens um 10 Uhr trafen wir uns bereits bei unserem schattigen Lager unter der Baumkrone am Planschbecken, die mitgebrachten Speisen und Leckereien in große Kühltaschen verstaut. Wir genossen die überschäumende Freude unserer Kinder beim Spiel mit dem Wasser.

Das waren einige Stunden Sorglosigkeit für Pia und mich; wir konnten uns diesen glücklichen Momenten ohne Kummer und Angst hingeben. Unsere Kinder konnten dann auch mal die entspannte Seite ihrer ansonsten gestressten Mütter erleben. Ich weiß, dass ich sehr viel Glück hatte. Nicht jeder hat solch eine wertvolle, tiefe freundschaftliche Beziehung. Als ich mit meinen kleinen Kindern vor der häuslichen Gewalt ins Frauenschutzhaus flüchtete und mein neues Leben in Leverkusen begann, haben wir uns noch einige Male gegenseitig besucht. Es schmerzte, als sich unsere Freundschaft langsam auflöste. Die Entfernung machte es schwer, in Kontakt zu bleiben und unsere Lebenswege entwickelten sich gegensätzlich. Ich bin sehr dankbar für diese Seelenschwester und glaube, dass Pina gar nicht wusste, wie wichtig sie für mich zu dieser Zeit war.

### ***Erinnerung an eine tiefe Freundschaft***

*Unter meinen Erinnerungen  
an unsere Freundschaft  
habe ich getrocknete Blätter  
tiefer Vertrautheit  
mit schönen Geschichten gefunden.*

*Ein Neumond voller Verständnis  
und Wintergrüße der Hoffnung.  
Ich habe auch eine duftende Brise  
der ewigen Zuversicht gefunden,  
die mit Kinderlachen bedeckt ist.*

*Und Sonnenstrahlen,  
die in den Händen  
eines warmen Sommers  
eine wunderschöne  
Freundschaftsgeschichte halten.*

*BaGo – Januar 2024*

Djumana Barbara Gorel

# *Tanz mit dem Phönix*

## **Kapitel 3: Feurige Prüfungen**

***„Besonders schmerzhaft war es,  
sich in Menschen zu täuschen,  
für die ich die Hand ins Feuer gelegt hätte“.***

Seelenzerstörung, Missbrauch und Verrat verlieren sich im Kampf gegen ALLE für einen Hauch Anerkennung. Die Prüfungen fanden in einem reinigenden Feuer statt, in dem sich die seelischen Verletzungen auflösen konnten. Ich glaubte fest daran, dass meine Prüfungen nur für eine kurze Zeit sein würden. Die Aufgabe dieser Tests bestand darin, die Seele zu heilen und wie Gold im Feuer zu reinigen.

Das Gold, das aus den Tiefen der Erde gewonnen wird, ist nicht rein. Es ist unmöglich, das Edelmetall mit Seife und Wasser zu reinigen. Dies entfernt lediglich den äußeren Schmutz. Um die störenden Metalle zu entfernen, muss es ins Feuer gegeben werden. Danach werden alle Beimischungen entfernt und es entsteht reines Gold. Die Prüfungen, die ich durchmachte, waren sehr feurig. Sie waren schmerzhaft und ich fühlte mich, als würde ich in Flammen stehen. Aber das Feuer reinigte mich und half mir, die Dinge aus meinem Leben zu entfernen, die mich daran hinderten, ECHT zu sein.

Djumana Barbara Gorel, Autorin

Erzählt wird die Geschichte von einer Ehe im Sog der Abhängigkeit und von der verzweifelten Suche nach Glück und Geborgenheit.

## **Auszug aus der Autobiografie Teil 3: Feurige Prüfungen**

### **Freiheit ist der höchste Wert**

*Foto: Meine Tochter (6 Monate) mit mir (17 Jahre)*



Der Phönix bat mich zum Tanz, legte seine Schwingen schützend um mich und flog mit kräftigen Flügelschlägen in den Himmel. Wir flogen in das Feuer der selbst entzündeten Glut. Eng umschlungen verglühten wir in den blutroten Flammen der Ewigkeit. Die Wiedergeburt erfolgte unmittelbar nach dem Erkalten der Glut; neugierig streckte er seinen goldenen Schnabel aus der Asche und bewegte die erneuerten Flügel vorsichtig. Der Himmel war offen. Alle Sterne, der Mond und die Sonne waren da. Wenn ich jetzt den Mut hätte, könnte ich die Flügel mit Vergnügen ausbreiten und ins Blaue verschwinden.

Freiheit ist das höchste Gut. Glück und Freude spielen eine untergeordnete Rolle. Die Gitterstäbe, die sich in meinem Inneren befanden, waren eine Illusion, die sich langsam löste. Ich erkannte allmählich, dass der Käfig geöffnet war und der Himmel bereit war, erkundet zu werden. Ich hatte keine Angst vor der Schönheit und Freiheit anderer Vögel. Als ich mutig die Flügel aufgestellt hatte, konnte ich zum ersten Mal fliegen. Es war mir eine Freude, die Gelegenheit zu ergreifen und die Leichtigkeit und das Abenteuer zu genießen.

Im Laufe der Zeit verblasste das schwarze Tuch der Traurigkeit und wurde fadenscheinig. Der Wind, der aus dem Sturm der Verzweiflung hervorgegangen war, zeigte sich schwächer und kühler. Es war an der Zeit, meinen eigenen Glauben zu bekunden und eine neue Geschichte zu erzählen. Ich beabsichtigte, meine bisherigen Kapitel zu überarbeiten und ein neues Kapitel zu beginnen. Ein Buch, das Hoffnung und Träume beschreibt, die den Selbstzweifel überwinden. Ich bin mir unsicher, ob ich mich dann wohler und zufriedener fühlen würde. Es wäre schön, wenn ich nie wieder zurückblicken müsste. Denn es war nur noch eine Frage der Zeit, bis ich in meinem neuen Leben angekommen bin. Dort, wo ich immer schon sein wollte.

Ich habe noch einmal mit den Sozialarbeiterinnen über meine Zukunft gesprochen. Mein Wunsch war es, meinen Schulabschluss nachzuholen. Und sollte es mir gelingen, auch die Mittlere Reife zu erlangen. Das Semester hatte im September begonnen. Aber der Professor sagte zu, mich im Januar noch aufzunehmen. Er bot mir einen Test an, um sicherzustellen, dass ich die verpassten fünf Monate aufholen konnte. So begann ich ziemlich nervös meine schulische Laufbahn und war dankbar für seine überaus angenehme Unterstützung. Obwohl ich bisher negative Erfahrungen in der Schule gemacht hatte, war mein Interesse geweckt. Ich konnte kaum glauben, dass ich so viel

Spaß beim Lernen hatte. Als gute Schülerin gelang es mir, die anstehenden Prüfungen mit viel Fleiß zu meistern. Das Zeugnis war der Grundstein für meine berufliche Laufbahn.

Es war mir wichtig, dass es den Kindern an nichts fehlte. Ich wünschte, dass sie schnell wieder glücklich werden und die Strapazen der Flucht aus ihrem gewohnten Umfeld bewältigen können. Ich wollte alles tun, um das zu erreichen. Während meines Aufenthalts im Frauenschutzhaus übernahm ich neben der schulischen Weiterbildung einen Job in der Gastronomie. Dies ermöglichte es mir, in der Nacht zu arbeiten und dadurch mein Einkommen zu verbessern. Die Kinder wurden während dieser Zeit liebevoll von den Mitbewohnerinnen im Frauenschutzhaus versorgt. Meine Schicht endete in der Regel erst um Mitternacht. Wenn ich leise in unser Bett schlüpfte, atmete ich den süßen Duft meiner Kinder ein, streichelte ihre Rücken und der Satz „Es wird alles gut“ wurde zu einem ewigen Versprechen.

Die erste Lohnzahlung erfolgte bar und ich erinnere mich an die Wertschätzung und das klopfende Herz in der stolzgeschwellten Brust. Zunächst kaufte ich ein neues Monchichi-Äffchen für meine Tochter, das sie von ganzem Herzen geliebt, aber leider verloren hatte. Mein Sohn erhielt sein geliebtes Muck-Schlafkissen und dazu ein passendes Vorlesebuch. Zum ersten Mal hatte ich eine Vorstellung davon, was Freiheit und Unabhängigkeit bedeutet. Aber der Weg war noch anspruchsvoll und herausfordernd. Eine Zeit der rasanten Veränderungen begann und ich konnte kaum zu Atem kommen. Mein Schlagwort war „Emanzipation“. Das war eine Beschreibung für einen Prozess der Befreiung von Abhängigkeit und Unterdrückung. Ich fühlte mich, als wäre ich eine Rebellin, die nie mehr das Gefühl hatte, klein und unscheinbar zu sein. Niemand sollte mich mehr schlagen. Ich möchte nie wieder meine Freiheit verlieren.

Eine Anwaltskanzlei, die sich auf die Scheidung von gewaltbetroffenen Frauen spezialisiert hat, konnte schnell gefunden werden. Sie unterstützten mich bei der Antragstellung auf das Sorgerecht. Der gesamte Prozess war sehr zeitaufwendig. Mein Ehemann war auf der Flucht vor seiner Verantwortung unbekannt verzogen. Der Anwalt beantragte eine Fernscheidung vor Gericht. In der Regel war eine Scheidung in Abwesenheit des Ehemannes nicht möglich, es sei denn, es handelte sich um einen Härtefall. Es musste nachgewiesen werden, dass der Wohnsitz des Ehegatten unbekannt und er nicht erreichbar war. Mehrere überregionale Zeitungen berichteten, dass er gesucht wurde und es musste auch der Termin für die Scheidung angegeben werden. Bis zu diesem Zeitpunkt meldete er sich nicht beim Gericht und gab auch nicht an, dass er bereit wäre, eine Aussage abzugeben. Das Familiengericht bewilligte die Scheidung in Abwesenheit des Ehemannes und ich erhielt das alleinige Sorgerecht. Der erste Schritt in eine glücklichere Zukunft war getan.