

Sonya Maxima Moreena

Tanz
aus dem Kokon

Roman

Teil 1

Dieses Buch ersetzt weder ärztliche noch psychotherapeutische Beratung oder Behandlung! Es dient der eigenverantwortlichen Handhabung. Die Autorin übernimmt keinerlei Haftung für die Wirkung der angeführten Texte, Übungen und Vorschläge.

In Wertschätzung beider Geschlechter, wurde im Sinne einer besseren Lesbarkeit auf das Gendern bewusst verzichtet.

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages und der Autorin unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

© 2026 Sonya Maxima Moreena

Erstausgabe 2007

4. Auflage

Text und Umschlaggestaltung: Sonya Maxima Moreena

Coverbild und Innenbild: Pixella

Druck und Vertrieb im Auftrag der Autorin:

Buchschmiede von Dataform Media GmbH

Julius-Raab-Straße 8

2203 Großebersdorf

Österreich

www.buchschmiede.at – Folge deinem Buchgefühl!

Kontaktadresse nach EU-Produktsicherheitsverordnung:

info@buchschmiede.at

ISBN: 978-3-99203-039-2 (Softcover)

ISBN: 978-3-99203-094-1 (E-Book)





Der Schmetterling

Ein Mann sah den Kokon eines Schmetterlings.

Er erkannte eine kleine Öffnung im Kokon
und beobachtete den künftigen
Schmetterling, wie er kämpfte,
um seinen Körper durch das
winzige Loch zu zwängen.

Dann plötzlich schien er
nicht mehr weiterzukommen.

Offenbar hatte er den Punkt erreicht,
von dem aus er aus eigener Kraft
nicht mehr weiterkonnte.

Voller Mitleid beschloss der Mann ihm zu helfen.
Er nahm eine Schere und öffnete den Kokon ein Stück.
Der Schmetterling kam dadurch sehr leicht heraus.

Aber: Er hatte einen verkrüppelten Körper
und verschrumpelte Flügel.

Der Mann wartete darauf,
dass der Schmetterling die Flügel
ausbreiten und losfliegen würde.

Doch nichts geschah!

Stattdessen verbrachte der Schmetterling
den Rest seines Lebens
krabbelnd mit einem verkrüppelten Körper
und verschrumpelten Flügeln.

Niemals war er in der Lage zu fliegen.

Der Mann
in seiner Güte und Hilfsbereitschaft
hatte nicht verstanden,
dass durch das Ringen
des Schmetterlings im engen Kokon
Flüssigkeit in seinen Körper
und die Flügel gepumpt wird.
So bereitet die Natur ihn darauf vor,
fliegen zu können,
wenn seine Zeit gekommen ist.
Manchmal ist dieses Ringen genau das,
was wir im Leben benötigen,
um den Mut und die Kraft
für unseren eigenen Weg zu finden,
und so unsere Träume
Wirklichkeit werden zu lassen.

*

Die Autorenschaft dieser Geschichte ist mir leider
nicht bekannt.

WIDMUNG

Ich widme diesen Roman all jenen Frauen und Männern, die sich dazu entschließen können, Situationen in ihrem Leben zu verlassen oder zu beenden, die ihnen nicht mehr zuträglich sind, die keine Freude mehr bereiten, die Schaden zufügen und sie selbst oder andere verletzen. Ich bin mir bewusst, dass der Weg der Wahrheit und Klarheit alles andere als leicht ist, verbunden mit oft großem Unverständnis der Umgebung und der Gesellschaft.

Doch haben wir einmal begonnen den Fuß auf den eigenen Lebensweg in Selbstverantwortung zu setzen, dann sind uns die Hilfe und Unterstützung der himmlischen Welten gewiss. Sie tragen uns durch die Zeiten, in denen wir noch nicht in der Lage sind, für uns selbst zu sorgen in einer Weise, die der liebenden Quelle, manche nennen sie Schöpfung oder auch Gott, gerecht wird. Uns selbst als Teil dieser Schöpfungsquelle wieder anzuerkennen ist Weg und Ziel der Reise zugleich. Wir haben die wunderbare Möglichkeit uns dabei gegenseitig zur Seite zu stehen.

Ich wünsche uns allen den Mut hinzusehen, uns einzugestehen, was im Leben nicht so gut läuft, und das Vertrauen, um Hilfe zu bitten zum höchsten Wohle aller. Dankbarkeit erachte ich als Schlüssel für alle Veränderungen und für ein glückliches, erfüllendes Leben.

Mein Dank aus tiefstem Herzen gilt all jenen Menschen, die mich auf meinem Weg bisher begleitet haben. Sei es für kürzere oder längere Zeit, manchmal unterstützend und in angenehmer Weise, oft auch für mich sehr herausfordernd und lehrreich. Ich bedanke mich bei euch allen, ihr habt mich ein großes Stück weitergebracht. Wir alle sind Lehrer und Schüler zugleich. Ich verzichte mit Absicht darauf, Namen zu nennen. Jede Seele weiß, wer damit gemeint ist.

Ganz besonders viel verdanke ich meinen Kindern, die mich in ihrer unnachahmlichen Art und Weise herausgefordert haben und es immer noch tun. Ich liebe euch.

Jenen Wesen der geistigen Welt, die mich dazu animiert, ja geradezu aufgestachelt haben, dieses Buch zu schreiben, verdanke ich, dass es überhaupt entstanden ist. Sie haben mir den roten Faden eingeflüstert und mich über die Monate hinweg begleitet und motiviert.

Euch allen, ein von Herzen kommendes Dankeschön, dass es euch in meinem Leben gibt.

Wir sind nicht hier, um andere zu kritisieren, zu beurteilen oder zu retten, sondern um uns selbst aus den Fesseln der Vergangenheit zu befreien, zu vergeben und uns in uns selbst zu verlieben. So heilen wir. Liebe ist der Weg, den ich in Dankbarkeit beschreite!

So sei es.

So ist es.

Kapitel 1

Völlig außer sich vor Wut stand er vor der Schlafzimmertüre und schlug mit seinen Fäusten auf diese ein. Dabei brüllte er: „Du Miststück, du bist eine Schlampe, du gehörst schlecht behandelt. Du wirst mich hier nicht aussperren!“ Nora lag im Bett und betete inbrünstig: „Bitte Gott, schütze mich und die Kinder!“ Pure Panik erfüllte sie. „Die Kinder, die armen Kinder! Warum tut er ihnen das an, dass sie alles mitbekommen?“ Immer heftiger wurden die Schläge. Dann hörte sie Holz splintern.

„Er schlägt die Türe ein, jetzt steht er gleich vor mir.“ Wild pochte ihr Herz bis in die Schläfen. Dann erinnerte sie sich, was sie einmal gelesen hatte: Wenn wir „ICH BIN“ sagen, so hat dies die stärkste Kraft, die es gibt.

Und so murmelte sie immer wieder vor sich hin: „Ich bin unüberwindlich im Licht geschützt, ich bin unüberwindlich im Licht geschützt, ich bin unüberwindlich im Licht geschützt. Oh Gott, bitte beschütze die Kinder und mich!“

Helmut tobte weiter, aber irgendwie hatte dieser Satz eine ausgesprochen beruhigende Wirkung auf Nora. Sie steigerte sich so sehr in ihre Formel hinein, dass sie vor lauter Konzentration ihre Angst beinahe vergaß. „Wieso hasst er mich so sehr? Wie komme ich hier nur heraus? Er wird wahr machen, was er mir schon so oft angedroht hat, er wird mich umbringen.“

Und die Kinder? Ihnen würde er nichts tun. Aber ich? Mich hasst er so sehr.“

Ein lauter Schrei unterbrach ihre Gedanken. Nora wachte entsetzt auf. In Schweiß gebadet. Alles war ruhig um sie herum. Die Kinder lagen bei ihr im großen Bett. Sie hatte geträumt. Aber ja, genauso war es gewesen, nur hatte er sich irgendwann unter wilden Beschimpfungen abgewandt, um ins Wohnzimmer zu verschwinden. Nora hatte sich nicht aus dem Zimmer getraut. Gott sei Dank war er dann mitten in der Nacht gegangen, um erst am nächsten Tag wiederzukommen. Angst befahl sie erneut, als sie daran dachte, dass er sie irgendwo abpassen und überfallen könnte.

Daher war sie ja ins Frauenhaus gezogen, um seinen Gewalttätigkeiten zu entgehen. Nora sah ihre schlafenden Kinder an und dankte ihrem Schöpfer von Herzen, dass er ihr den Mut und die Kraft verliehen hatte, aus dieser Ehe auszubrechen. So viele Jahre lang hatte sie es nicht wahrhaben wollen, dass ihr Traum von einer intakten Familie, von einer liebevollen Beziehung gescheitert war. Immer wieder hatte Helmut sich nach Gewaltausbrüchen und Beschimpfungen entschuldigt, um dann doch, fast im selben Atemzug, die gleichen demütigenden und beschämenden Worte wieder zu verwenden. „Er ist der Meinung, dass ich völlig unfähig und dumm bin“, dachte sie. „Er hat mich so lange wie ein Stück Dreck behandelt und ich habe es mir gefallen lassen.“ Tränen strömten ihre Wangen herab und sie musste sich sehr zusammennehmen, um nur ja ihre Kinder nicht aufzuwecken. Sie wollte doch immer nur gut sein, lieb und nett, ihr Bestes geben - für alle. Doch für ihn war

einfach nichts gut genug, egal was sie tat oder nicht tat, immer kam ihr nur Kritik entgegen. Sie fühlte sich als Opfer. Sie war Opfer.

Eines Tages, nachdem er ihr ein Messer an die Kehle gehalten hatte, mit der Drohung, sie umzubringen, entschloss sie sich heimlich einen Anwalt aufzusuchen. „Du kannst dich nicht scheiden lassen, dir glaubt doch sowieso keiner, du bist doch total krank, du gehörst auf die Psychiatrie!“

Jahrelange Einschüchterungen hatten bestens funktioniert. Sie hatte ihm geglaubt, sich selbst immer wieder die Schuld an ihren Streitereien gegeben. Natürlich, sie war einfach nicht gut genug für ihn, genauso wie sie in ihrer Kindheit nicht gut genug für ihren Vater gewesen war. „Kein Wunder, dass er mich betrügt“, hatte sie insgeheim gedacht, „die anderen Frauen sind halt viel hübscher, gescheiter und schlanker als ich.“ Sogar Liebesbriefe von einem seiner Verhältnisse hatte sie im Postkasten gefunden und nur mit einem kurzen: „Sag ihr, sie soll ihn dir persönlich geben und mich da rauslassen“, hatte sie (nicht) reagiert.

Das war allerdings schon zu einer Zeit, als sie seine Nähe im Bett nicht mehr ertragen konnte. Ihr ekelte es so sehr vor ihm. Sie hatte alles getan, um nur ja nicht mehr mit ihm schlafen zu müssen, seine Berührungen nicht mehr ertragen zu müssen.

Manchmal hatte sie sogar einen Streit vom Zaun gebrochen, nur damit er sie nicht mehr berühren würde. Er

meinte dann lediglich: „Dann fahr ich halt zu meiner Freundin!“, und verließ das Haus, nur um einige Stunden später zurück-zukehren und sie trotz allem „beinahe“ zu vergewaltigen.

Beinahe? Ja, eigentlich war es eine Vergewaltigung in der Ehe. Er war einfach körperlich wesentlich stärker als sie und ihr somit überlegen. Was hätte sie tun können, außer alles über sich ergehen zu lassen und abzuwarten, bis er von ihr abließ? Er hatte ja doch nur gelacht, wenn sie zuerst flehentlich, dann wütend und schließlich resignierend oder weinend bat, sie doch in Ruhe zu lassen. „Du kannst mir gar nichts nachweisen, dich nimmst doch sowieso niemand ernst, weil du so blöd bist.“

Wie oft hatte sie ihn um die Scheidung gebeten. Doch er hatte das immer kategorisch abgelehnt: „Ich will Karriere machen und da passt eine Scheidung nicht hinein!“ Einmal hatte er ihr sogar gesagt, dass eine befreundete Anwältin ihm geraten habe, sich lieber heimlich eine Freundin zu nehmen, eine Scheidung käme ihm sonst zu teuer. Aber, wie hoch war ihr eigener Preis für die Fortsetzung dieser Ehe?

Es begann bereits zu dämmern, als Nora endlich wieder in den Schlaf der Hoffnung fiel. Es machte sie zuversichtlich, am kommenden Morgen mit der verständnisvollen Psychologin sprechen zu können. „Habe ich das Richtige getan?“ dachte sie noch, dann tat die Erschöpfung ihre Wirkung.

*

„Habe ich das Richtige getan?“ sprudelte es aus Nora heraus, als sie einige Stunden später auf der Couch saß. „Ich beglückwünsche Sie, Nora, zu Ihrem mutigen Schritt. Ich weiß, dass es nicht leicht ist, doch sie haben sich und den Kindern die Chance für eine Änderung und eine Verbesserung in Ihrem Leben gegeben.“

„Glauben Sie wirklich?“, schluchzte Nora. „Ich habe solche Angst, etwas Falsches gemacht zu haben. Was wird denn jetzt? Er wird mich so sehr hassen, er wird kommen und mir die Kinder wegnehmen wollen. Er hat es mir immer wieder angedroht, wenn ich mich von ihm trenne!“

„Deshalb sind sie ja hier. Bei uns sind sie sicher und geschützt, er kann nicht herein und Sie können in Ruhe alle notwendigen Formalitäten erledigen – mit unserer Unterstützung natürlich. Gerda, unsere Sozial-arbeiterin, wird Ihnen alles genau erklären, was zu tun ist. Wir haben bereits das Bezirksgericht von Ihrem Wohnungswechsel in Kenntnis gesetzt und damit sind sie von rechtlicher Seite her abgesichert, er hat keine Chance.

Außerdem hat die Polizei ihn über ihre Anzeige bezüglich der Körperverletzung informiert, da Sie ja aufgrund Ihres Auszugs mit den Kindern auf das Wegweiserecht verzichtet haben. Sie brauchen jetzt keine Angst mehr zu haben, aber es ist gut und wichtig, wenn Sie Ihren Gefühlen erlauben sich auszudrücken. Sie sind bei uns in absoluter Sicherheit.“

Nora war nicht in der Lage zu antworten, sie schluchzte laut und es schien so, als würde jetzt ein großer Teil der

Anspannung der letzten Tage und Monate aus ihr herausbrechen. „Entschuldigung, ich bin so froh“, kam es leise über ihre Lippen. „Ist schon gut, weinen Sie ruhig, das löst und entspannt. Sie haben so viel durchgemacht, es wird schon einige Zeit brauchen, um das alles zu verarbeiten.“

*

An diesem Tag begann Nora auf Anraten der Psychologin ihr Tagebuch zu schreiben. Es würde ihr dabei helfen, sich alles von der Seele zu reden und mehr Klarheit zu bekommen. Im Laufe der Zeit wurde dieses Buch wie eine Freundin für sie, die sich alles geduldig und in Ruhe anhörte, sei es auch noch so unverständlich oder unsinnig. Ihr erster Eintrag lautete:

„Liebes Tagebuch,
was bleibt jetzt übrig von mir, wenn alle Vergangenheit, alle Werte, Wünsche, Erwartungen in Trümmern liegen, viele meiner Illusionen und Irrtümer entlarvt? Stück für Stück, immer wieder noch ein Teilchen mehr wird aufgedeckt und es scheint nie enden zu wollen.

Wer bin ich denn, wenn nicht die, die ich dachte zu sein?
Wie bin ich denn, wenn nicht so, wie ich glaubte zu sein?

Welche Wahrheit gilt für mich, welche für die anderen?
Gibt es überhaupt eine allgemein gültige Wahrheit?
Worin liegt meine Sicherheit jetzt begründet, wenn nichts mehr gilt, was bisher war?

Was ist Illusion, was Wirklichkeit? Freud und Leid haben ihre Tiefe verloren und gleichzeitig gewonnen, die Relationen sind aufgehoben, alles ist verschwommen, alles scheint eins zu sein. Bin ich so oder tue ich nur so, als ob? Bin ich wahrhaftig oder betrüge ich mich selbst? Grenzen verschwimmen und ich drohe darin unterzugehen. Schwimmen sollte ich lernen und manchmal durch die kapitalen Wellen der Oberflächlichkeit durchtauchen.

In dieser Beziehung gab es von beiden Seiten keinerlei Wahrnehmung mehr für einen liebevollen und respektvollen Umgang miteinander. Er war daran gewöhnt mich auf seine Weise schlecht zu behandeln und ich war es gewöhnt so behandelt zu werden. Was für Parallelen zu meiner Kindheit! Nie hatte ich „Nein“ sagen dürfen, alle anderen Menschen hatten Respekts-personen zu sein.

Alle, außer mir. Und gegen Erwachsene, ganz besonders gegen den Vater, durfte man sich auf keinen Fall auflehnen. Das war Gesetz. Und daran hatte sich die kleine Nora auch immer gehalten. Und auch als große Nora fühle ich mich diesem Gesetz irgendwie noch immer verpflichtet. Leider!

Nie habe ich dagegen aufbegehrt, und mich schon gar nicht gegen andere durchgesetzt! Immer habe ich klein beigegeben, mich im Unrecht gefühlt. Bis ich schließlich nicht mehr in der Lage war zu spüren, wann ich Zorn, Wut, Widerstand, Hass gegen andere Personen fühlte,

die etwas von mir verlangten, was ich nicht wollte. Ich hatte schon als Kind resigniert!“

Traurig schloss sie ihr Tagebuch. Gleichzeitig nahm sie allerdings eine gewisse Erleichterung wahr, sich all diese aufgestauten Gefühle und Erkenntnisse von der Seele schreiben zu können. Das tat einfach gut. Und bald wurden aus Tränen der Traurigkeit, Tränen der Erleichterung. Etwas in ihr war in Fluss gekommen.

*

In den folgenden Tagen hatte Nora viel zu tun. Sie war jetzt froh, einen Job zu haben, so musste sie sich wenigstens um ihre Existenz keine Sorgen machen. Mit den Alimenten und der Familienbeihilfe würde sie ein neues Leben beginnen können. Helmut hatte immer recht gut verdient, also würde sie nicht so wenig Geld bekommen für die drei Kinder. Am Tag nach ihrer Ankunft im Frauenhaus begann sie bereits nach einer geeigneten Wohnung zu suchen. Es würde für sie alle nicht einfach werden. Die Kinder und sie selbst, waren es gewohnt, ein Haus mit Garten zur Verfügung zu haben „Aber alles ist besser als das, was war“, beruhigte Nora sich in ihrer Angst, dass es den Kindern nicht gefallen könnte. Über eine Anwältin, die ihr von Frau Dr. Brauner vermittelt worden war, reichte sie die Scheidung ein. Und alles nahm seinen Lauf.

Nora hatte Glück. Schon nach zwei Wochen fand sie eine passende Wohnung in einer angrenzenden Ort-

schaft. Nicht allzu teuer und die Kinder hatten etwas „Auslauf“. Im nahegelegenen Wald würde auch sie sich bei Spaziergängen entspannen können. Außerdem gab es eine Schule und einen Kindergarten im Dorf, sodass sie die Kinder gleich ummelden konnte. Es war wichtig, den Alltag so rasch als möglich wieder einkehren zu lassen.

Zur gleichen Zeit hatten noch sechs andere Frauen mit ihren Kindern im Frauenhaus Zuflucht gefunden. Allerdings lebten sie schon länger dort. Ohne Ausbildung und Job ist es nicht einfach. Nora war so sehr mit sich selber, ihren Kindern und der Neugestaltung ihres Lebens beschäftigt, dass sie gar nicht die Zeit fand, sich auf nähere Gespräche einzulassen. Außerdem hatte sie Angst, dadurch ihre gerade erst gewonnene Zuversicht und Hoffnung wieder zu verlieren. Zu oft sah sie verweinte Augen oder sie bekam verbale Wutausbrüche mit. Nein, lieber wollte sie alleine mit dieser Situation fertig werden als durch das Leid anderer in ihrer eigenen Vergangenheit hängen bleiben. Sie kam sich zwar sehr hart vor, doch sie hatte keine Ahnung, wie sie es anders schaffen sollte.

Schon nach einigen Tagen fühlte Nora sich bedeutend besser. In dem Augenblick, als sie die Entscheidung getroffen hatte, Helmut zu verlassen, und es dann auch wirklich durchgeführt hatte, von diesem Moment an, kehrten ihre Kräfte, wenn auch langsam, wieder zurück. Natürlich quälten Zukunftsängste sie weiterhin. Besonders nachts lag sie oft lange wach.

Doch die seelische Lähmung und Resignation der vergangenen Jahre hatten Gegenwind bekommen. Ihr Seelenhaus erhielt eine neue Belüftung. Zwischendurch wurde sie immer wieder von heftigen Weinkrämpfen geplagt. Besonders dann, wenn sie mit Frau Doktor Brauner oder einer Freundin über die Vorkommnisse während ihrer Ehe sprach:

„Egal was ich tat, er kritisierte mich ständig. Ich war komplett lustlos geworden. Nur mehr Konflikte, Streit, Beschimpfungen, Demütigungen. Wie sehr hasste ich seine körperlichen Berührungen. Alles schien auf seinen Hormonausgleich hinauszulaufen. Ich wurde scheinbar nur mehr als Mittel zum Zweck und als lästiger Gebrauchsgegenstand betrachtet. Ich fühlte mich abscheulich und begann mich selbst zu hassen, da ich das Gefühl hatte, dass ich jedes Mal, wenn ich mich körperlich benutzen ließ, nur um des lieben Friedens willen, und mehr war es auf keinen Fall mehr, jedes Mal Verrat an mir selbst beging. Warum nur konnte ich keine Lösung für diese Situation finden? Es fand einfach nichts Liebevolles mehr zwischen uns statt. Doch wenn ich aufsturzte und mich ihm verweigerte, dann war alles noch viel schlimmer. Sein Verhalten steigerte sich an Brutalität und Gewalttätigkeit, seine Ausdrucksweise wurde immer demütigender, respektloser und verachtender.

Eines Tages waren Bekannte bei uns zu Besuch, die wir erst kürzlich kennen gelernt hatten. Einige Tage später

traf ich sie wieder. Birgit meinte: "Du sag einmal, behandelt dich dein Mann immer so? Rolf möchte ihn gar nicht mehr wieder sehen, er findet Helmut's Verhalten dir gegenüber einfach schrecklich." Mir stiegen die Tränen in die Augen, „Also, bin doch nicht ich diejenige, die alles nur erfindet und es sich selbst aus den Fingern saugt.

In mir fand ein kleines Erdbeben statt. Einerseits musste ich mir eingestehen, dass ich es schrecklich peinlich fand, dass unsere Probleme nach außen hin sichtbar waren. „Jetzt merken es die anderen auch schon, dass ich nicht gut genug bin“. Das war meine große Angst. Andererseits erlebte ich auch ein Gefühl der Erleichterung. Wir sprachen dann einige Zeit miteinander und es war das erste Mal, dass ich mit einer außenstehenden Person über meine Lage sprechen konnte. Ich erkannte, dass ich gar kein Gefühl mehr dafür gehabt hatte, wann genau er eigentlich meine Grenzen überschritt. Irgendwann war es einfach zu viel und ich ertrug es nicht mehr.“

Es tat einfach gut, sich die Gefühle von der Seele reden zu können ...

*

Nora malte die neue Wohnung aus und versorgte sie mit den notwendigsten Möbeln, die sie zum Großteil mit Erlaubnis des Gerichts aus ihrem ehemaligen Haus holte. Bis zur Scheidung hatte sie keinerlei Kontakt zu Helmut. Allerdings rief er einige Male kurz an, um sie

am Telefon anzubrüllen und einzuschüchtern. Nora grauste es schon, wenn sie seine Nummer am Display sah. Schließlich hob sie gar nicht mehr ab. Und doch war ihr klar, dass sie wieder eine Gesprächsgrundlage mit ihm finden musste. Um der Kinder Willen. Sie litten unter dieser Situation, auch wenn sie nicht darüber sprachen. Nora bemühte sich, sooft es ging, mit ihnen über die neue Situation zu reden. Sie versicherte ihnen, dass sie ihren Papa sehr bald wieder sehen würden.

Durch „Zufall“ fiel ihr ein Buch in die Hände: „Gespräche mit Gott“ von Neale Donald Walsh. Sie las und las darin und nach Jahrzehnten der Suche fühlte sie sich endlich verstanden und bestätigt. Immer schon war sie der Meinung gewesen, dass es einen Schöpfer gab, mit dem sie selbst in Kontakt treten konnte.

Doch sie hatte das Vertrauen in sich selber verloren und gleichzeitig auch das Vertrauen, dass es diese Quelle der Liebe auch für sie und in ihrem Leben gab. Natürlich hatte sie auch nicht auf ihre innere Stimme, ihre inneren, ganz persönlichen Antworten auf ihre Fragen gehört. Denn wer war sie schon, dass sie ihre Wahrheit in sich selber finden könnte?

Nun nahm Nora einen neuen Anlauf. Sie entwickelte ein Ritual und ein Gebet für sich und ihre Kinder, um für einen Ausgang der Scheidung zum höchsten Wohle aller zu bitten. Sie wollte trotz ihrer Wut und ihrer Angst Helmut nicht schaden. Sie war sich dessen bewusst,