Lichtreiter

Ein Buch für und von
Innen - Jugendlichen

Sabine Marya
Didi Lindewald

Engelsdorfer Verlag
2008

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

Bibliografische Information durch die Deutsche Bibliothek:
Die Deutsche Bibliothek erzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliographie; detaillierte bibliographische Daten sind im Internet über http://dnb.ddb.de abrufbar.

Texte von Pauline C. Frei:
Copyright Junfermannsche Verlagbuchhandlung, Paderborn 2007. Der Abdruck in diesem Buch erfolgt mit freundlicher Genehmigung des Verlages.

Texte und Illustrationen von Elija Sommer:
Der Abdruck in diesem Buch erfolgt mit freundlicher Genehmigung des Donny-Stieven-Verlages

ISBN 978-3-86703-675-7

Copyright (2008) Engelsdorfer Verlag

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

Alle Rechte beim Autor

Hergestellt in Leipzig, Germany (EU)

11,20 Euro (D)

Lichtreiter –
Ein Buch für und von Innen-Jugendlichen

Ein Buch für alle Innen-Jugendlichen.

Ganz besonders aber

für: .....

Und für alle Menschen, die uns nahe stehen,
ganz besonders aber

für *Anna - Maria von Sabine - Marya*
für *Ines von Didi*

Möge Euch dieses Buch ein guter Begleiter und
Unterstützer sein auf Eurem Weg
in ein **besseres** Leben!

„Lerne zu leben,
solange du lebst."
(Seneca)

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

Lichtreiter –

Ein Buch für und von Innen-Jugendlichen

INHALT:

- Vorwort, S.9
- Lichtreiter, S.11
- Wir Jugendlichen, S.14
- Innenräume, S.25
- Außenräume, S.37
- Bedürfnisse, Sehnsüchte, Träume, S.55
- Grenzen innen und außen, S.67
- Überleben, S.81
- Nicht mehr nur überleben, S.101
- LEBEN, S.112
- Mädchen, S.118
- Junge, S.124
- Körperlichkeit, S.129
- Sexuelle Aufklärung für Jugendliche, S.140
- Sexualität, S.144
- An Stelle eines Nachwortes: Texte von Elija Sommer und Pauline C. Frei, S.152

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

VORWORT

LICHTREITER ist ein ganz besonderes Buch, ein Buch für uns Innen-Jugendliche.
Ein Buch, das uns begleitet auf unserem schwierigen Weg und das wir zur Hand nehmen können in schweren Zeiten oder wenn uns etwas Gutes berühren soll. Hier sind wir in Kontakt mit uns selber und mit anderen Innen-Jugendlichen und ihren Erfahrungen und Empfindungen. Das macht dieses Buch für uns zu einem ganz besonderen Schatz. Wir sind nicht alleine, sondern durchbrechen die Isolation und Vereinzelung, in der wir schon viel zu lange gesteckt haben.

Wir wollen LEBEN, trotz allem, was war und ist! Gut und gesund und glücklich leben.
Wir wollen die tägliche Dunkelheit der Vergangenheit und Gegenwart hinter uns lassen und uns dem Licht zuwenden, immer wieder auf ein Neues. Das bedeutet nicht, dass wir das Schlimme und Alte ausblenden, sondern dass wir uns in der Nacht ein Licht anzünden. Und noch eines und noch eines, bis um uns eine Lichterkette ist und damit das Dunkel abnimmt.
Es ist heute. Und wir sind frei, uns für das bessere Leben und das Licht zu entscheiden.

Möge dieses Buch Euch ein guter Begleiter und Unterstützer sein auf dem Weg in ein besseres Leben!

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

Mit allen guten Wünschen,
Sabine Marya & Didi Lindewald

DANKSAGUNG
Von ganzem Herzen danken wir allen Jugendlichen, die den Mut hatten, sich an diesem wunderbaren Buchprojekt zu beteiligen. Ohne Euch wäre dieses Buch nicht das geworden, was es so sehr prägt, ein ganz besonderes Buch.
Außerdem danken wir allen Menschen, die dieses Buchprojekt unterstützt haben: dem Frauennotruf Husum, der wieder als Briefkasten fungierte und allen Menschen, die halfen, den Aufruf zur Teilnahme am Buchprojekt auf den Weg zu bringen, ganz besonders aber die Diss-Tanz, Lichtstrahlen, Vielfalt e.V., das Bittere Tränen-Forum. Herrn Hemmann danken wir für die gute Zusammenarbeit und das angenehme Miteinander beim Verlag.
Ein besonderer Dank geht an die Sponsoren:
Engelsdorfer Verlag & Herlitz-Buntstifte

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

LICHTREITER – eine Geschichte von Sabine Marya

Es war einmal, vor langer Zeit, dass ein großes Mädchen im Land der dunklen Eiszeit vor sich hin vegetierte. Kein Laut und kein Licht drangen zu ihr, bis auf jene furchtbaren Momente, wenn der Sog sie ergriff. Dann musste das Mädchen zu den bösen Monstern in der schlimmsten Finsternis, um zu helfen, dass die ferne und ihr doch so nahe Stadt weiter überleben konnte. So bald sie ihre Pflicht erfüllt hatte, riss der Sog sie zurück in das dunkle Land der Eiszeit. Dort in der Kälte und Einsamkeit verloren Zeit und Raum ihre Bedeutung. Zitternd, in Angst vor ihrem nächsten Einsatz oder aber in einem ohnmächtigen Schlaf versunken harrte das Mädchen dort schon aus, so lange sie zurück denken konnte.

Viele, viele Jahre waren bereits so vergangen. Doch eines Tages geschah etwas Seltsames: Wieder weckte der Sog das Mädchen aus ihrem Schlaf. Wie jedes Mal machte Angst sich in ihr breit, als sie sich von dem Eisboden löste und die Reise zur schlimmsten Finsternis begann. Doch plötzlich verfinsterte sich nicht wie sonst die Dunkelheit, sondern aus der Ferne tauchte ein unheimliches Licht auf, in deren Mitte eine lichtene Gestalt stand.

„Es ist vorbei!“, rief diese Gestalt ihr zu. „Es ist vorbei, die Zeit der Monster und der Eiszeit. Komm, reite mit mir auf dem Lichtschweif in deine Stadt. Dort haben sie schon alle Tore geöffnet, die Dunkelheit zu vertreiben und um dich willkommen zu heißen.“

Panik überfiel das Mädchen. Was haben sich die Monster jetzt wieder ausgedacht, um sie zu quälen? Entsetzt schüttelte sie den Kopf. „Darauf fall ich nicht rein!“, flüsterte sie rau.

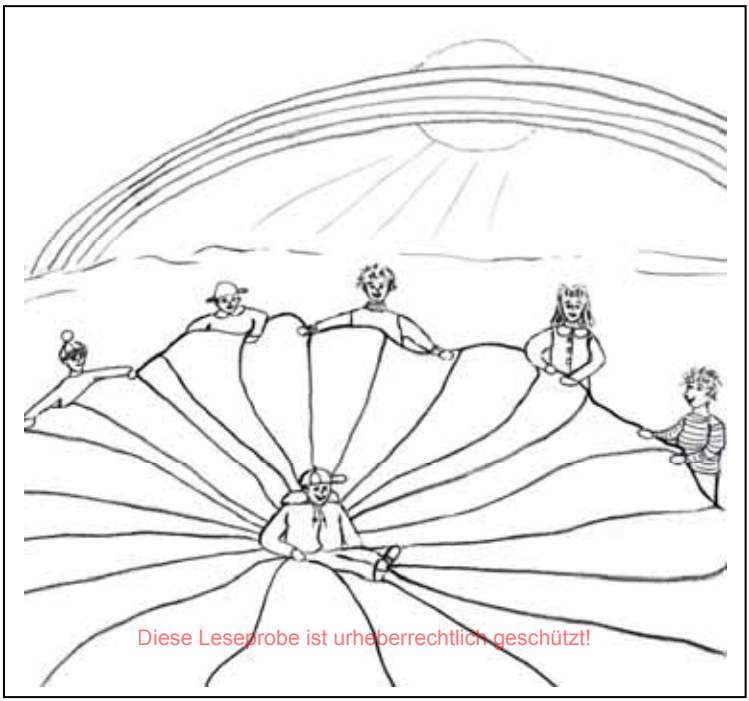
Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

„Kleine Nadine, ich weiß, dass du Angst hast vor dem Unbekannten und dass du erst einmal nicht

glauben kannst, dass es auch für dich Gutes geben kann."
Verwundert horchte das Mädchen auf. Noch nie hatte jemand sie bei ihrem Namen genannt. Es klang wie tausend helle Glöckchen: Nadine! Doch gleichzeitig weckte es in dem Mädchen eine tosende Wut. „Ich bin nicht klein!", fauchte sie die lichtene Gestalt wütend an.
„Entschuldige, Nadine. Ich sehe erst jetzt, wie groß du bist. So groß und voller Kraft. Und voller Mut." Wieder lud das helle Wesen das Mädchen ein, mit ihr ins Licht zu reiten.
„In diesem albernen Kleid komme ich aber nicht mit!", trotzte das Mädchen, in dem sicheren Gefühl, dass das Lichtwesen sie nur in diesem Kleid mitnehmen würde.
Doch das helle Wesen lächelte nur. „Nadine, kleide dich für diese Reise so, wie du dich gut und sicher fühlst. Ich warte hier auf dich, bis du so weit bist."
Warum nur machte es Nadine so wütend, dass dieses Wesen so nett war? Zornig riss sie sich das verhasste Kleid vom Körper und griff nach den Dingen in der verborgenen Truhe, nach denen sie sich schon immer gesehnt hatte: der schwarze Rolli, die schwarze Jeans, die schwarzen Stiefel mit der Metallspitze, die abgewetzte Lederjacke mit den Nieten, der Nietenschmuck. Zum Schluss sprayte sie ihre Haare noch schwarz.
„So!", sagte sie, als sie dem Wesen wieder gegenüber trat und grinste dabei spöttisch. „Nun wollen wir doch mal sehen, ob du mich so mitnehmen willst!"
Zu Nadines Erstaunen nickte das Lichtwesen jedoch nur und sagte: „Dann setz dich zu mir auf den Lichtschweif und lass uns beide losfliegen. Du wirst schon freudig erwartet. Alle sind so dankbar, dass du die Stadt so oft gerettet hast!"

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

Fassungslos setzte Nadine sich neben das helle Wesen. Gemeinsam verließen sie auf dem hellen Lichtschweif das dunkle Eisland und flogen dem Licht entgegen. In der Ferne tauchten bereits die ersten Bäume auf. Eine Wiese. Blumen. Schmetterlinge... Schließlich die bunte Stadt, die immer näher rückte.
Plakate hingen an den Stadtmauern: „Willkommen, Nadine!“ Ein helles Licht strahlte auf dem Marktplatz und Jubel brach aus, als Nadine auf dem Platz landete.



Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

Kapitel 1
WIR JUGENDLICHEN

Schlimme Umstände brachten uns auf die Welt. Umstände, von denen man kaum jemandem erzählen kann. Wir alle, jeder einzelne von uns, halfen, das Schlimmste zu überleben, jeder auf seine Weise, mit seinen ganz persönlichen Fähigkeiten und Stärken.
Jeder von uns ist ein wichtiger Teil des Ganzen und würde auch nur einer von uns fehlen, dann hätten die anderen nicht überlebt. Es ist wichtig, dass wir begreifen, wie wertvoll jeder einzelne von uns für alle anderen ist und dass wir alle zusammen mit den Kindern und Erwachsenen diesen einen Außenkörper teilen.

Wir sind wichtig und
ganz und gar okay, so wie wir sind!

Dieser Satz soll uns begleiten, in diesem Buch und auf unserem Weg in ein besseres Leben, das frei ist von selbstzerstörerischen Verhaltensweisen und frei von Isolation und dem Gestern.
Dieser Satz soll uns auch begleiten, wenn wir nun den Raum auf den nächsten Seiten nutzen, um erst einmal hin zu schauen, welche Jugendlichen es bei uns gibt. Wenn wir darstellen wollen, wie wir Kontakt zueinander haben, dann können wir z.B. mit Farbe Verbindungslinien malen. Wenn uns der Platz hier nicht reicht, dann nehmen wir ein großes Blatt.
Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!
Und wenn wir das Gefühl haben, dass wir uns damit nicht auf diesem Weg beschäftigen wollen, dann lassen wir es sein. Alles hier ist nur ein Angebot und wir haben die Möglichkeit, es entweder anzunehmen oder abzulehnen. Es ist heute und wir ha-

Innere Landkarte:

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

Innere Landkarte:

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

eine Jugendliche, Mondtränen

System

Es ist schmerzlich zu erfahren,
einen Körper teilen zu müssen.
Es ist noch schmerzlicher zu spüren,
nicht der sein zu können, der man ist.

Es ist schwer,
in einem System zu leben.
Es ist noch schwerer,
sich darin nicht richtig zu fühlen.

Es ist gut zu spüren,
wie stark ein System ist.
Es ist noch besser zu erfahren,
wie eine Einheit entstehen kann.

Ich fühle mich gut und richtig hier.
Und dies kann ich all den anderen zeigen.

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

Jugendlich sein

Als Jugendliche befinden wir uns auf der Schwelle, zwischen Kind und Erwachsener. Den Kinderschuhen entwachsen, benötigen wir nun neue Schuhe, in denen wir gut laufen können.

Schon für Außen-Jugendliche ist das ein schwieriger Prozess. In dieser Zeit verändert sich ihr Körper, sie entdecken Geschlechtlichkeit und Sexualität und entwickeln eine berufliche und soziale Identität. Unsere Situation ist anders und gleichzeitig ähnlich, denn auch bei uns geht es um das Finden eines Platzes im System und um das Finden einer eigenen Identität, darum, akzeptiert zu werden von den anderen und sich selber so zu akzeptieren, wie wir sind.

***Jugendlich sein**, von Suse*

Was bedeutet es, jugendlich zu sein, innen? Was bedeutet es, jugendlich zu sein und keine Ahnung davon zu haben, was es bedeutet, jugendlich zu sein? Keine Ahnung zu haben, wie man sich verhält, was man braucht, was einem gut tut...

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

Wo finden wir Jugendlichen unsere Vorbilder? In welchen Büchern? In welchen Filmen? Und wo im realen Leben? Unsere Großen sind da genau so überfordert wie ich selber. Keinen Plan von nichts, so ungefähr...

Was bedeutet es für uns, jugendlich zu sein?
Wo finden wir unsere Vorbilder?

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

eine Jugendliche, Mondtränen

Hey

Hey, wir könnens nich mehr hörn,
wie ihr Erwachsenen sagt, was an uns falsch is,
wir das tun solln, was euch gefällt,
wir so sein solln wie ihr.

Hey, wir könnens nich mehr ertragen,
wie ihr Erwachsenen uns zurück weist,
wir wollen Draußenzeit,
wir wollen wir sein.

Hey, macht euch uns bewusst,
wir leben wie ihr hier drin,
wir leben ein gemeinsames Leben,
wir sind WER.

STÄRKEN

Wir dürfen uns nicht darauf reduzieren lassen, Opfer von etwas oder jemandem zu sein oder „nur“ Jugendliche! Wir sind Überlebende und starke Personen! Wir sind so stark, dass wir es gemeinsam mit den anderen geschafft haben, bis hierher gekommen zu sein. Das bedarf eines großen Überlebenswillens und ganz viel Kraft und Stärke, das müssen wir uns immer wieder bewusst machen! Wir haben es bis hierher geschafft und unsere eigenen Aufgaben im System übernehmen müssen, damit alle weiter überleben konnten. Das ist so viel! Erinnern wir uns daran in schweren Momenten, was wir bis heute schon alles geleistet haben. Welche Kräfte und Stärken haben uns geholfen, bis hierher zu kom-

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!