

Mit beiden Händen den Himmel stützen

Lilli Tollkien

Worum geht's?

Lale wird als Tochter einer drogensüchtigen Mutter geboren. Wir begleiten sie durch ihre Kindheit und Jugend. Da die Mutter nicht für sie sorgen kann, tut es der Vater: Er wohnt in einer Männer-WG. Im Laufe der Zeit kommt es dort zu sexuellen Übergriffen.

Der Buchclub:

97 Leserinnen und Leser haben mitgemacht, wir haben das Buch im September/Oktober 2026 gemeinsam gelesen und per Whatsapp darüber diskutiert.

Weiterführende Links:

- Seite der Autorin beim Aufbau-Verlag:

<https://www.aufbau-verlage.de/autor-in/lilli-tollkien>

- □ Die Playlist zum Buch auf Spotify:

<https://open.spotify.com/playlist/0WxzZuYGStpOPENucxusN8>

Meinungen aus dem Buchclub:

„Achtung, kann einen aber auch triggern... Das sollte man wissen, bevor man anfängt.“

„Hab schon lange kein Buch mehr gelesen, das mich so in die Geschichte kickt und ich so gefesselt weiter lesen muss/möchte.“

„Es hat eine wahnsinnige Sogwirkung auf mich. Ich kann es irgendwie gar nicht aus der Hand legen.“

„Mich beeindruckt die Geschichte zutiefst und ich habe großes Mitgefühl mit dem Kind.“

„Ich bin wütend auf die Autorin, weil sie mich als Leserin schockieren will. Mit 'Schau mal, was ich alles überlebt habe.' Also einer Mischung aus Arroganz, Selbstmitleid und Anklage.“

„Ich finde, dass das Buch kein therapeutisches ist. Autofiktional ja aber mit ganz viel Tiefgang und Reflexion. Ein Juwel.“

„Wäre das Buch reine Fiktion, fände ich es absolut schrecklich und nicht lesenswert, durch die offensichtlich autobiografischen

Anteile hat es für mich mehr Wert, weil es mich betroffen gemacht und bewegt hat.“

„Ich mochte an dem Buch auch sehr, dass Lilli Tollkien mir den Blick in ein völlig anderes Aufwachsen ermöglicht hat und somit ein Stück mehr Verständnis für das Verhalten von Menschen als Erwachsene.“

Meinungen zum Schreibstil:

„Die Sprache ist besonders. Sie ist nicht schön. Aber die passt unglaublich zur Beschreibung der Umgebung und der Lebenssituation.“

„Der Schreibstil nervt mich irgendwie und der Inhalt berührt mich so leider auch nicht, obwohl ich eigentlich große Erwartungen nach der Zusammenfassung hatte.“

„Ich habe die nüchterne Sprache des Romans aus dem Gefühl des Kindes heraus verstanden, das mit all dem, was ihm widerfährt, nur durch eine Art innere Abschottung klar kommen zu können.“

„Ich glaube, wenn es anders geschrieben wäre, wäre es kaum auszuhalten, sowas zu lesen. Deswegen ist der Schreibstil perfekt für diese Geschichte gewählt.“

In wieweit ist das Buch autofiktional?

Dazu interessante Zitate von Lilli Tollkien:

"Ich bin tatsächlich in einer Männerkommune groß geworden. Und trotzdem ist Lale nicht Lilly und ist eine eigene Figur geworden. Und sie ist eigentlich in so einem Paralleluniversum in dieser linken Männer-WG eben."

"Es ist kein Frauen-Männer-Buch und es ist jetzt bestimmt auch irgendwie nicht so ein Thesen-Roman oder so, aber es ist auf jeden Fall am Ende dann doch ein feministischer Text geworden, weil es um eine Frau, um ein Mädchen geht, die in dieser Umgebung von Macht und Dominanz aufwächst."

Quelle: https://www.rbb-online.de/rbbkultur-magazin/archiv/20260620_1830/tollkien-lilli-mit-beiden-haenden-

Was bedeutet der Titel?

Die Autorin sagte dazu: „Mit beiden Händen den Himmel stützen“ ist eine Anspielung auf eine Qigong-Übung. Diese Übung steht sinngemäß für Selbstregulation, Stabilität und das Herstellen von innerem Halt. Kommt auch im Buch vor:

- Ich stütze den Himmel mit beiden Händen. Während die Sonne zwischen den Wipfeln der Kastanien im Garten der Klinik aufgeht, heben wir die Arme nach oben, und mit dem Ausatmen lassen wir sie sinken, atmen ein und aus, drehen die Handflächen nach oben und unten.

Zum Cover:

Es wurde darüber diskutiert, ob das Cover KI-generiert sein könnte. Die Lösung:

„Das verwendete Gemälde stammt aus der "Odd Shapes" Serie der österreichischen Künstlerin Xenia Hausner. Das Gemälde von Xenia Hausner heißt "Informal Arrangement": https://www.w-k.art/artists/xenia_hausner/works/informal_arrangement“

Das ganze Bild:



Zitate aus dem Buch:

- "Die Haut ist eine Grenze. Ich werde darum bitten, mir die Haut etwas fester um meinen Körper zu schnüren ... Damit ich merke, wo innen aufhört und außen beginnt." (S 35)
- Ich liege im Bett und meine Ohren sind offene Scheunentore, Dumbo-Ohren, dabei ist mir alles zu laut. (S. 42)
- "Du Schöne, du Hellste, du besonderer Glanz, flüstern die Männer an ihrem Hals, du bist anders als andere Frauen. Und wie sie dann blühen, die Frauen. Sie schwimmen in dem Honig, tragen ihn stolz um den Mund und schweben in der heißen Luft der Männer." (S 61)
- Es gab keine Verbote, ich durfte wach bleiben, solange ich wollte, durfte auf Matratzen springen, Nutella-Brote essen und Fernsehen und Fanta, soviel ich konnte. »Ihr könnt mir ruhig mal etwas verbieten«, soll ich später gesagt haben, ein running gag bei den Erwachsenen.
- Die Zimmer sind in mir, die ganze Wohnung. Manche Bilder haben sich in meiner Brust verkantet, und ich erinnere sie nicht. Und doch träume ich mein Leben lang in den Räumen dieser Wohnung, immer wieder laufe ich den langen Flur entlang. Ich möchte hinaustreten, in anderen Räumen träumen, aber die Zimmer haben sich in meinen Körper eingeschrieben wie eine universelle Architektur.
- ich trage zu viel Wut in mir. Alles was glänzt, mache ich kaputt.
- Die Schule ist mein Anker. Alle Abläufe wiederholen sich, und es gibt eindeutige Regeln. Die Klassenlehrerin ist immer nüchtern, und alles scheint einem beruhigenden Plan zu folgen, die Stuhlkreise, die Schulmilch, die Hofpausen und das Lesen in der bunten Fibel. Das Beste aber ist die Normalität der anderen oder

das, was ich mir darunter vorstelle.

- Zwischen mein Gesicht und die Welt werde ich einen Millimeter Make-up legen.
- Ich werde Orte suchen, an denen das Grundrauschen lauter ist als mein innerer Tumult.
- Das Bild von meiner Mutter wird zum übergroßen Traum eines Kindes. Im Traum ist sie eine Bäarin, die mich mit ihren großen Tatzen gegen die Welt verteidigt, während sie in der Realität immer weniger wird, weniger Körper, weniger Wesen, und eigentlich nur noch ein löchriges Gefäß für die Drogen ist, das immerzu gefüllt werden will.
- Die Menschen da draußen, das fängt bei den Müslinachbarn an, sind Spießer und Idioten, überall lauern Denunzianten und Bullenschweine, der Fernseher ist in Farbe, die Welt ist schwarz und weiß.
- Der Geruch meiner Kindheit setzt sich zusammen aus Schwarzer-Krauser Tabak, Bier und stockiger Wäsche. Aus Sperma, Haschisch und Überbackenem.
- "Ich werde Leitsternen folgen, und die Lichtpause meiner Liebsten sein, manchmal zu ihrem Leidwesen. Ich werde Heldinnen huldigen, um Verhalten zu verstehen. Mein Anhimmeln wird ein Abschauen sein, ein Stützkorsett aus fremden Gesten."
- Rollenspiele verwirren mich, weil ich genug damit zu tun habe, meine eigene Rolle auszufüllen.
- Ich sage nicht, dass ich seit dem Einbruch in meinen Körper keine Türen mehr habe.
- Mit jedem Stoffquadrat, dass ich auf ein anderes hefte, scheine ich Teile von mir selbst zusammenzunähen. Ich kann endlich

aufhören zu rennen.

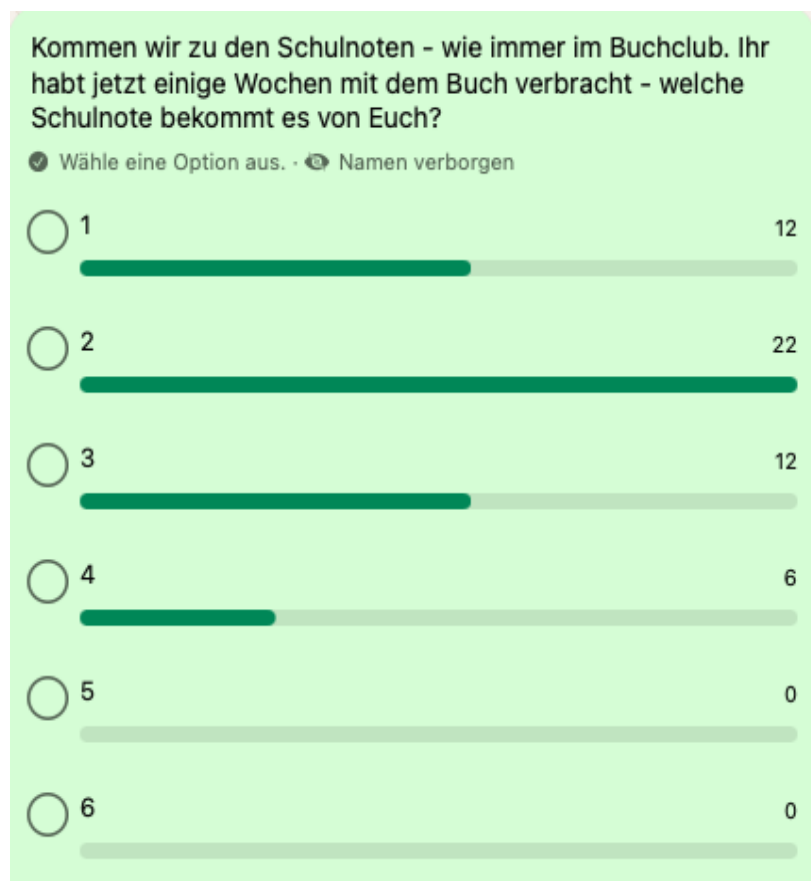
- Ich wollte Talente haben, künstlerischen Erfolg, der meinen Schmerz rechtfertigte. Es sollte nicht mehr umsonst gewesen sein.
- Schreiben ist singen mit den Händen.
- Meine eigenen Erlebnisse bringe ich nicht mit dem Wort Missbrauch in Verbindung, solange ich es nicht erzähle, ist es nicht da.
- Nach dem Urlaub trennt er sich von mir, und ich kann es ihm nicht verübeln, habe ich mich doch selbst längst von mir getrennt.
- Mein Vater hatte mir keinen Extraplatz in seinem Leben eingerichtet, aber ich gehörte dazu, seit er damals aus dem Knast entlassen und in die WG gezogen war.

Kritik:

„Sie verwendet hin und wieder Hinweise, in welcher Zeit das ganze spielt und gerade hier gibt es Unstimmigkeiten, was mir nicht so gefiel.“ Genauer:

Mich persönlich hat es gestört, dass es ein autofiktionales Buch ist, auch die Protagonistin 1980 geboren ist wie die Autorin, dann aber ein ziemlich gravierender Fehler drin ist, der mir total den Lesefluss genommen hat, weil ich immer wieder hin und her blättern musste. Lales Mutter stirbt, als Lale 15 war. Kurz darauf ist sie mit ihren Freunden weggefahren. Dort hatte sie jemanden kennengelernt und anschließend wollten sie auf ein Nirvana-Konzert. Kurt Cobain ist aber schon im April 94 gestorben. Das passt also leider absolut nicht zusammen.

Schulnoten:



Fragen für Eure Diskussionsrunden zum Buch:

- Hätte jemand eingreifen müssen und Lale „retten“?
- Wie wäre es der Kleinen gegangen, wenn sie im Pflegesystem gelandet wäre und nicht in der Männer-WG?
- Wie findet Ihr den distanzierten Schreibstil - warum hat sich Lilli Tollkien dafür entschieden?
- Wie hat Euch der Einstieg mit der Perspektive aus dem Babybauch gefallen?
- Wie wird erzählt, dass es sexuelle Übergriffe gegeben hat?
- Warum hat die Oma nicht geholfen?
- Auch im echten Leben findet Missbrauch ja sehr oft im Verwandten-/Bekanntenumfeld statt. Ist es auch ein Appell, genauer hinzuschauen?
- Wie empfindet Ihr die kurzen Abschnitte, in denen ein Ausblick auf Lales Zukunft gegeben wird?
- Welche Rolle spielen die Männer in der WG und die verschiedenen Frauen?
- Was ist mit Lales Vater?
- Wer hätte eingreifen sollen? Der Vater? Die Oma? Das Jugendamt?
- Es werden viele Songs und Bands erwähnt. Wie findet Ihr das?
- Wird Lale im Laufe des Buches unsympathischer für Euch?
- Wie empfindet Ihr das Ende?
- Warum rebelliert Lale nicht und wird total spießig?
- Spricht ein Buch für sich alleine? Oder muss ich als Leserin die Autorin mitdenken?
- Ist es Literatur oder therapeutisches Schreiben?