# Hauptsache gesund!

Auf der Hängebrücke. In luftiger Höhe. Wackelig, unsicher. Ein einziges Schwanken. Unter mir: Tiefe Schluchten. Schließlich der Nebel. Völlig fremde Welten. Ungewissheit. Abgründe. Und tief in mir: Schwanken, Angst. Instabilität. Ich muss voran gehen, heißt der gute Vorsatz. Mich über den Grat hinauswagen. Auf die Hängebrücke. Denn so ist das Leben, sagen sie. Über diese Brücke. Hinüber. Zum anderen Grat.

Obwohl man es nicht eindeutig sehen kann, scheint mir der Nebel drüben genauso wie der zu sein, den ich soeben hinter mir gelassen habe. In der Zeit gibt es kein Zurück, meint die Wissenschaft beschwörend. Also gehe ich voran. Auf meiner schmalen Brücke kann man sowieso nicht zurück gehen. Sich nicht einmal umdrehen. Weil alle Landschaft sofort nach jedem Schritt verschwindet. So mein Gefühl. Diese Brücke hängt völlig in der Luft. Ich darf nicht darüber nachdenken, wie die Brücke gehalten wird, wo ihre Verankerung ist. Ob die Seile hinter mir irgendwo in der Unendlichkeit, im Nichts, sicher verankert sind. Ob das alles zuverlässig ist, wovon ich ausgehe. Real. Oder nicht real. Das heißt irreal ist.

Es gibt grundsätzliche Dinge, wovon man ausgehen muss. Diese Vorstellung beruhigt mich. Die Verankerung ist eine von diesen grundsätzlichen Dingen. In der Vergangenheit, die vor meinen Augen verschwindet, bin ich verankert. Diesen Satz verstehe ich selbst nicht, muss ich mir eingestehen. Aber das ist nur einer von vielen Sätzen, die ich nicht verstehe. Die Zukunft jedenfalls sehe ich vor mir. Allerdings verschwommen. Man hat mir zu einer Brille geraten. Oder zu einer anderen Sichtweise. Aber die Szenerie vor mir bleibt weiterhin verschwommen. Trotz diverser Sehhilfen. Ich habe den Eindruck, und so sagt man es mir auch, vorwärts zu kommen. Ich bewege mich für den Moment ein Stückchen weiter. Ohne mich allerdings meinem Ziel zu nähern. Und ohne dieses Ziel genau zu kennen. Jedoch bewege ich mich aufrecht und stetig. Ich habe ein Ziel, das zwar verschwommen, aber eindeutig vor mir liegt. Wir haben es zusammen für mich definiert. Es gibt keine Wahl. Keinen anderen Weg.

Außer: Ich falle. Hinunter. Durch die Planken der Hängebrücke hindurch. Sanft. Auf den Boden. Der Tatsachen. Um mich herum: Zukunft, Gegenwart, Vergangenheit. Und plötzlich auch Menschen, mit denen ich spreche. Die mich wahrnehmen. Gruppen bilden, von denen ich ein Teil bin. Die Theorie nennt es Zugehörigkeit. Ist es das, wonach ich mich immer gesehnt habe? Die Therapeutin sagt, ich sei nun geheilt. Ihrer Obhut entlassen. Könne auf eigenen Füßen stehen. Denn: Ich fühle mich zugehörig. Das ist der Beweis für ihren Erfolg. Ich sei nun wie jeder andere Mensch auch. Kann in alle Richtungen gehen, wie ich will. Auch im Kreis. Um die eigene Achse. Verharren. Oder ganz schnell in eine Richtung. Oder in eine andere.

Niemand beurteilt mehr meine Lage. Niemand ist mehr da, der sagt, was zu tun und zu denken ist. Niemand ist da. Aber ich fühle mich zugehörig. Kann es kaum glauben. Was plötzlich anders ist? Stelle Fragen. Die ich mir selber beantworte. Weil niemand da ist. Weil die anderen Menschen jetzt auf gleicher Ebene sind. Ganz nah. Zum Greifen. Es geht mir gut. Laut Definition. Weil niemand da ist. Niemand da ist. Niemand ist. Niemand. Ich bin auf mich allein gestellt. Und werde mich gut fühlen. Weil niemand für mich da ist. Weil jemand da ist für mich. Niemand. Jemand. Jemand, der mich liebt. Ausgerechnet mich. Weil alle da sind. Nur für mich. Nur zu meiner Freude und zu meinem Wohlergehen. Weil niemand mehr verantwortlich ist für mich. Weil jemand da ist, der mich liebt. Weil ich da bin, um zu lieben. Weil niemand da ist, weil jemand da ist. Weil ich da bin. Wieder da bin. Da bin, wo ich bin. Im Hier und Jetzt. Angekommen. Aber selber noch nicht genau weiß, ob jemand da ist. Jemand ist. Oder niemand.

Wo geht es lang? Wo geht es hin? Wie geht es weiter? Die Verwirrung in den Gedanken kann man irgendwann auch wieder ordnen, vermute ich. Jetzt ist es wichtig, dass es Fortschritte gibt. Das heißt Schritte. In die richtige Richtung. So steht es in den Büchern. Oder auch wieder nicht. Es ist

# Hauptsache gesund!

Auslegungssache, glaube ich. Ich kann mich auch hinsetzen und nachdenken. Es ist meine Entscheidung. Aber Nachdenken bereitet mir Kopfschmerzen. Also gehe ich nach links, rechts oder gerade aus. Ich beschließe, mich den Menschen zuzuwenden.

Ein Gespräch: Das Wetter verschlechtert sich, aber es macht nichts aus, die Sonne, hinter den Wolken, wartet, dass sich etwas bewegt, aber der Regen, das wissen wir ja, zieht irgendwann weiter und Bücher werden geschrieben und Geschichten erzählt und Vergangenheiten aufgearbeitet und Leben gelebt und Kinder gezeugt, großgezogen und was weiß ich noch alles …

Kinder! Ach ja, Kinder … Ach ja, Frau, Ehefrau … Ach ja, Freundeskreis … Ach ja, Kreis! Der Kreis, der mich begleitet, wohin ich auch gehe. Sogar eine dunkelbraune Katze ist dabei, die behaglich schnurrt, wenn man sie streichelt. Manchmal, wenn sie Lust dazu hat. Und natürlich jede Menge Menschen, die sich vorwärts bewegen. Auch mich vorwärts bewegen. Mit ihnen mit. Wir bewegen uns in die gleiche Richtung. Scheinbar. Denn sie sind immer in meiner Nähe. Diese Menschen. Gar nicht auszudenken, wenn wir alle einmal nach und nach sterben. Und wieder denke ich ans Sterben. Aber auf eine andere Art. Ich denke: Schade, wenn wir alle bald sterben werden. In spätestens hundert Jahren. Schade! Wie schade! Wenn wir sterben. Das denke ich. Und der Ratgeber definiert: Jetzt bin ich wieder gesund. Zwar ist alles noch irgendwie seltsam. Alles ist seltsam. Ist irgendwie. Aber gesund!

*Lesen Sie hier die komplette Diskussion zu diesem Text (PDF).*