

Chaos im Kopf

Ich schließe die Türe von unserem Flur. Vier Stockwerke hat das Haus. Wir wohnen im zweiten. Auf dem Weg nach unten begegne ich des Öfteren meiner Nachbarin, einer älteren Dame, die schon seit einigen Jahren in Rente ist. Seitdem begegne ich ihr sowieso noch viel öfter; und eben grade auch wieder. Eigentlich geht es immer um mein Leben in unseren kurzen Gesprächen, von ihr weiß ich sehr wenig. Wie dem auch sei, nun bin ich die paar Treppenstufen von ihrer Wohnung nach ganz unten zur Haustür gegangen, habe die Tür geöffnet und geschlossen und damit auch diesen kurzen Plausch mit meiner Nachbarin hinter mir gelassen. Aber allein bin ich jetzt noch lange nicht. Vor mir liegt eine Straße. Dort sind Millionen von Menschen in Autos. Ja, diese Menschen sind mir ferner als eben meine Nachbarin, denn zwischen ihnen und mir liegt eine Glasscheibe und Metall von ihren Autos. Ferner sind sie mir... oder doch nicht?

Meine Nachbarin stand eben keinen Meter entfernt von mir, diese Menschen in den Autos da sind mehrere Meter entfernt von mir und zusätzlich durch Material von mir getrennt. Aber der kurze Blick in ihre Gesichter, der scheint mich mehr zu bedrängen als meine Nachbarin eben im Flur. Diese autofahrenden Menschen ersticken mich geradezu, sie sind so gehetzt und müde. So beschäftigt. So leer. Ich verliere mich komplett. Ich muss hier dringend weg.

Ich muss dringend mal allein sein. Also laufe ich die Straße entlang. Immer weiter. An diesem nasskalten Tag. Am Ortsschild vorbei nach draußen. Ich biege in den Feldweg ein und laufe immer weiter. Und dann bleibe ich stehen. Jetzt bin ich allein. Oder? Keine Menschen. Da ist weder ein Mensch, "keinen Meter von mir entfernt", noch sind da viele Menschen "mehrere Meter von mir entfernt und durch Glas und Metall von mir getrennt". Da ist nur Wiese und Wald, der Weg neigt sich leicht bergab. Links neben mir ein leeres Feld, welches im Sommer Früchte getragen hat. Aber an diesem Dezembertag blüht überhaupt nichts mehr. Rechts von mir ein paar kahle Bäume. Der leichte Nebel verdeckt sogar die Sicht auf das Nachbardorf.

Ich bin ganz und gar in der Natur. In der Natur. Allein? Nein, allein bin ich nicht. Die Natur, die ist überall um mich herum. Mein Füße berühren sie, meine Augen sehen sie, meine Ohren hören sie. Den sanften Wind und das knarrende, nasse Holz von den kahlen Bäumen an diesem kalten Wintertag. Und die letzten Blätter und Äste, die von den Bäumen fallen und beim Aufschlagen so laut knallen, dass ich kurz zusammenzucke. Die Luft riecht nach Eisen und Dünger. Und, ja, selbst schmecken kann ich diesen Dezembertag. Ich schmecke seinen Charakter und seine eisige Kälte. Ich erstickte an all dem, ich muss dringend mal allein sein.

Da hilft nur noch eins: Ohren zuhalten, Nase zuhalten, Augen zumachen und in die Luft springen, und während der Kontakt zum Boden dann weg ist und alle anderen Sinnesorgane ausgeschaltet sind, kann ich endlich allein sein. Mit viel Müh und Not bekomme ich das mit den Sinnen sogar hin. Vor lauter Auf- und Abspringen weiß ich nicht mehr, wo oben und unten ist.

Aber da ist schon wieder was. Gedanken. Die Menschen, die Menschen in Autos, die Natur, alles ist da, in meinen Gedanken. In meinem Kopf. Da ist so viel Chaos, so viel Durcheinander. Da sind Emotionen, Ängste, Wut, Millionen von Bilder. Bilder, die mich ersticken.

Ich will doch allein sein. Ich versuche, das Chaos in meinem Kopf auch noch loszuwerden. Gedanken weg, Emotionen weg. Aber so langsam frage ich mich, was ich hier eigentlich tue. Ich glaube, ich steigere mich gerade in etwas rein. Allein sein... davon verspreche ich mir unendliche Freiheit. Allein sein heißt: weg von allem. Von allem, was mit der Welt in Zusammenhang steht. Komplett bei mir sein. Aber was ich vergesse: Ich selbst bestehe aus dieser Welt. Und wenn ich versuche, die Welt loszuwerden, dann versuche ich, mich selbst loszuwerden. Denn selbst meine Gedanken und Emotionen existieren nur durch das, was ich im Kontakt zu Menschen, zur Natur und zu Gegenständen erlebt habe und kennengelernt habe. Ja selbst die Sprache, in der ich denke, ist antrainiert.

Manchmal versuche ich, nach dem Überweltlichen zu suchen. Ich glaube ganz fest an diese Macht, welche über dieser Welt steht. Daran, dass diese Welt sehr klein ist und nur eine Etappe ist, aber mein Geist noch viel größer ist, noch viel mehr erlebt und kennt als dieser Körper, den ich durch die Welt trage und der irgendwann sterben wird.

Aber in diesem Leben habe ich eine bestimmte Aufgabe, und ich soll mich nicht ablenken lassen, sondern mich ganz dieser Welt hingeben. Deshalb fehlt mir die Größe, ständig über den Tellerrand der Welt zu schauen. Das wäre einfach zu viel für mich. Das Leben zu meistern ist schon sehr schwer. Und meine Aufgabe zu finden sowieso. Ich muss im ständigen Kontakt mit der Welt bleiben, um meine Aufgabe zu finden. Und das ist das Größte, was ich leisten kann.

Vielleicht reicht der Glaube an das Überweltliche aus. Ich muss es nicht verstehen und leben können, ich kann daran glauben. Aber ich bin momentan ein Wesen der Welt, und ich bin froh, dass ich permanent an diese Welt gebunden bin, um mich nicht zu verlieren. Diese Welt hält mich und schützt mich. Sie lässt mich nicht allein.

Vielleicht muss ich nicht allein sein. Vielleicht reicht es aus, mit Menschen zu sein, mit der Natur, mit Gedanken und Emotionen. Wenn ich mit Menschen bin, vergesse ich einmal all meine Gedanken. Wenn ich mich auf die Natur konzentriere, vergesse ich die Menschen. Wenn ich mich auf meine Gedanken konzentriere, vergesse ich einmal alles, was gerade um mich herum passiert, sei es die Natur oder seien es die Menschen. Ich kann verändern. Und diese Veränderungen reichen aus, um mich voll und ganz zu stärken. Und das suche ich, im Alleinsein. Kraft für die Kontakte zur Welt. Und vielleicht weiß ich nun, dass ich diese Kraft finde, wenn ich die Blickwinkel und die Konzentration auf die vielen Facetten dieser Welt verändere. Und jede Facette wird mir für die jeweils andere Kraft geben. Ich muss diese Welt nicht verlassen, sie hat bedacht, dass ein Mensch Auszeiten braucht. Deshalb ist sie so vielfältig gewachsen. Und so hat mich die Suche nach dem Alleinsein zu solch einer schönen Erkenntnis gebracht. Und vielleicht wird es manch anderem helfen, der - wie ich - eines Tages versucht, die Welt zu verlassen, um allein zu sein.

Verena Neumann

