Bilder

Du stehst vor dem Spiegel, zupfst dir ein paar Haarsträhnen zurecht, vermeidest dabei, auf deine Spiegel-Hände zu sehen. Nicht schon wieder kontrollieren, ob sie zittern! Du zwingst dich, stattdessen in deine Spiegel-Augen zu schauen, was es nicht besser macht, dir sieht pure Angst und Aufregung entgegen, du zwinkerst, massierst dir kurz die Schläfen, bemühst dich, dir einen unaufgeregteren Ausdruck zuzulegen.

„Reiß dich gefälligst zusammen“, flüsterst du deinem Spiegelbild zu, „du triffst dich mit Freunden. Das ist etwas Schönes, etwas Schönes! Nichts, wovor du Angst zu haben brauchst“, kommst dir lächerlich vor, wendest dich abrupt von dir selbst ab, gehst aus dem Badezimmer.
‚Was hast du denn erwartet?‘, rügst du dich innerlich streng. ‚Dass du zu einem neuen Menschen mutiert bist? Zu einem mit einem anderen Wesenskern, frei von Angst und Selbstzweifel? Dummkopf! Du musst deine Emotionen aushalten, sie annehmen, gutheißen. Wie oft hast du dies in den Therapien gehört und besprochen? Und doch hoffentlich auch verstanden?! Heute – jetzt! – geht es darum, bereit zu sein, wieder bei null zu beginnen.‘

Aber: Heute – jetzt! – fühlst du dich genauso unsicher wie seit frühester Kindheit, wie deine ganze Jugendzeit hindurch. Einzige Ausnahme: rund fünf Jahre, in denen du völlig anders gewesen bist. Und die vor vier Monaten mit einem Zusammenbruch geendet haben.

Für den Einstieg in diese fünf Ausnahmejahre hat es keinen bestimmten Auslöser gegeben. Du wolltest und konntest diese diffuse Angst einfach nicht mehr ertragen, die sich in all deinem Tun, bei sämtlichen Anlässen alles übertünchend in den Vordergrund gedrängt hat. Hast begonnen, Tranquilizer zu nehmen. Ab Mittag mit Alkohol gemischt. Was für eine Befreiung: du – entspannt, angstfrei! Mit der richtigen Dosis,

der richtigen Mischung:
Endlich dem Ich-Bild entsprechen, welches du von dir selbst hast!
Endlich dieses Ich leben können, weil die verdammte Gehemmtheit, unter der es vergraben war, nun verdrängt ist!
Endlich das Gefühl haben, ‚normal' und unbeschwert zu sein!
Endlich wie all die anderen – die Selbstbewussten, die Lebensfrohen – leben!
Endlich sein, wie andere dich haben wollen!

Und ja, wie witzig und schlagfertig, wie beliebt du nun warst! Im Handumdrehen hast du dir den Ruf einer Lustigen, Verrückten, Überdrehten erworben, auch den einer Unberechenbaren, die sich zeitweise rar – und damit interessant – macht, eine, die man oft tage-, wochenlang nicht erreicht, und die dann plötzlich wieder auftaucht. Was du in den Tagen, an denen du verschollen warst, durchgemacht hast, hat niemand erfahren.
Denn natürlich konnte es auf Dauer nicht gutgehen. Der Klassiker: Wie unzählige andere Süchtige brauchtest du mehr und mehr, hast die Dosis gesteigert, hast versucht, dir deine Sucht zurechtzubiegen, sie vor den anderen verborgen.

Keiner deiner Freunde wusste von deiner Medikamentenabhängigkeit, niemand von deiner Verzweiflung, deinem Suizidversuch. Nur deinen übermäßigen Alkoholkonsum haben sie alle miterlebt. Deine Exzesse waren legendär. Außer David hat dich jedoch niemand darauf angesprochen. David, der Freund seit Kindertagen, hat oft versucht, dir ins Gewissen zu reden, woraufhin du ihn gemieden hast. Du hast nicht mehr mit ihm telefoniert, ihm nicht mehr geschrieben, ihn nicht mehr zu zweit, sondern nur mehr inmitten der Gruppe getroffen.

Und jetzt eben. Alles auf Anfang. Anne weiß als Einzige davon. Gestern hast du es ihr erklärt, nur kurz am Telefon, als du das erste Mal seit Monaten wieder einen Anruf von einem der Freundesgruppe angenommen hast. Es war zufällig ihrer.

„Ich bin mir nicht sicher“, hast du gemeint, als Anne dich drängte, du müsstest unbedingt endlich wieder mit ihnen ausgehen, alle würden dich vermissen, sich Sorgen um dich machen, Jonas, Max, Ines, Mira, Jan, vor allem David.
„Aber das ist es ja“, hast du leise gesagt. „Sie werden wissen wollen, wo ich gewesen bin, warum ich anders bin, warum ich keinen Alkohol mehr trinke. Ich weiß nicht, ob mir das nicht zu viel werden wird.“
„Aber du musst dich doch niemandem erklären“, hat Anne entgegnet. „Alle werden sich freuen, dich wieder zu sehen. Wir sind deine Freunde, Malin, und nicht deine Richter.“
Schließlich hast du halbherzig gesagt: „Okay, vielleicht schau ich morgen bei euch vorbei.“
Doch Anne hat gelacht: „Nicht vielleicht! Ich hole dich morgen um 20 Uhr ab, wir gehen gemeinsam. Und wenn du nur für ein Stündchen mitkommst.“

Nun ist es 20 Uhr. Nun läutet es an der Tür. Nun rast dein Herz. Du läufst in den Vorraum, räusperst dich, drückst auf den Knopf der Gegensprechanlage, sagst:
„Hi, Anne, ich komme runter!“
Hörst Anne sagen: „Malin, lass mich kurz rauf bitte, es ist dringend …“
So war es zwar nicht ausgemacht, aber du öffnest Anne die Haustür, siehst dich im Wohnzimmer um. Ein paar Zeichnungen von dir liegen ausgebreitet auf dem Tisch. Zu spät, sie wegzuräumen, du hörst Anne die Stufen rauflaufen, schon steht sie vor dir, gerade rechtzeitig setzt du ein Begrüßungslächeln auf.

„Hey, Malin“, umarmt sie dich kurz, eilt, während du nach Worten suchst, schon an dir vorbei in deine Wohnung, Richtung Klo. Wenig später hörst du sie im Badezimmer laut singen.
Lächelnd, ihr Makeup aufgefrischt, kommt sie retour, lässt sich entspannt und theatralisch seufzend auf deine Couch fallen. „Du, Malin, ich weiß eh, dass du nicht mehr trinkst, aber ich brauche jetzt voll dringend einen Schnaps! Jonas will

nämlich eine Aussprache – ach, weißt du überhaupt, dass wir seit Tagen Stress miteinander haben?!“
Du schüttelst den Kopf, sagst leise: „Ich habe keinen Alkohol zuhause.“
„Och, shit, ja, klar – kein Drama – obwohl“, sie kichert, „das ist sowas von ungewohnt, Malin, du und kein Alkohol. Dir ist wohl tatsächlich ernst damit?“, ruft, bevor du antworten kannst: „Hey, hast die du gezeichnet?“, nimmt kurz eine deiner Zeichnungen in die Hand, sagt: „Echt cool.“

Du holst Luft, um Anne zu erzählen, wie froh du darüber bist, nach vielen Jahren wieder zu dieser Kraftquelle gefunden zu haben, dass du beim Zeichnen und Malen entspannen kannst, du dabei vergisst, zu beobachten, ob deine Hände zittern …
Doch Anne ist inzwischen aufgesprungen, geht schnellen Schrittes in den Vorraum. „Dann wollen wir jetzt los, nicht, Malin? Das mit Jonas und mir erzähle ich dir unterwegs.“
War sie schon immer so? Dass sie keine Antworten abwartet? Dich kaum ansieht, dich nicht wirklich wahrnimmt? Du wunderst dich.

Und während du Anne zuhörst, die dir auf dem Weg zum Lokal ausführlich das Problem – unbegründete Eifersucht – zwischen ihr und Jonas erläutert, konzentrierst du dich zugleich darauf, deine Angst unter Kontrolle zu haben, registrierst unerwartet einen Funken Gelassenheit in dir, freust dich darüber.

Doch der Funken verfliegt sofort, als ihr ‚euer‘ Lokal betretet. Zu viele bekannte Gesichter, zu laut, zu grell, zu viel. In Sekundenschnelle verschwindet Anne, stürzt sich auf Jonas und in seine Umarmung, ist nicht mehr vorhanden für dich, ist nun die Hälfte eines ausschließlich auf sich selbst konzentrierten Paares. Du zwingst dich, in die Runde zu lächeln, antwortest angestrengt auf Begrüßungen und Fragen:
„Jep, bin wieder da.“
„Ja, gut geht’s.“
Setzt dich zwischen Mira und Jan, die dich zu ihnen winken,

dir Platz machen. Fängst einen warmen Blick von David auf, der vis-a-vis von dir sitzt, erwiderst unsicher sein Lächeln.

Annalena, die Kellnerin, kommt, fragt dich: „Wie immer?“
Du schüttelst den Kopf. „Ein Mineral, bitte.“
„Was ist denn mit dir los?“, fragt Jan sofort laut. „Alles okay mit dir, Süße?“
„Aber ja, natürlich.“ Du bemühst dich um eine klare Stimme.
„Du wirkst so anders. Du bist doch nicht etwa krank“, steigt Mira jetzt in Jans Tenor ein.
„Mann, checkt ihr es nicht“, ruft Max, der sichtlich betrunken ist. „Malin ist schwanger!“
„Ihr spinnt ja alle“, sagt Anne, sich kurz von Jonas’ Lippen lösend, „lasst Malin in Ruhe, sie ist weder schwanger noch krank.“
Du nickst verlegen, antwortest Mira, die dich etwas leiser, aber vorwurfsvoll fragt, warum du auf keine ihrer Nachrichten geantwortet hast, mit:
„Sorry, es tut mir leid.“ Mehr fällt dir nicht ein. Mira sieht dich stirnrunzelnd an, sagt dann: „Schon okay“, dreht sich von dir weg und Ines zu, flüstert ihr etwas ins Ohr, Ines lacht laut auf, die beiden prosten sich zu, trinken.

Es wird nicht leichter für dich, du bleibst angespannt, hältst die Stimmen und Stimmungen der anderen nur schwer aus. Alle reden durcheinander, Anne und Jonas streiten nun lautstark und lustvoll, Wortfetzen dringen zu dir. Du bemühst dich, aber dir gelingt kein Einstieg in ein Gespräch, zu sprunghaft sind die Themenwechsel. Wohltuend sind einzig Davids Blicke, die dir jedes Mal, wenn du zu ihm siehst, signalisieren, dass er sich freut, dass du da bist – so, wie du bist.

Von den anderen aber fühlst du dich unangenehm beobachtet. Speziell von Jan und Mira. Beide starren auf deine rechte Hand, die stark zittert, als du dir Mineralwasser einschenkst. Du umklammerst das Glas mit beiden Händen, stellst es dann wieder hin, ohne davon getrunken zu haben, ziehst die Ärmel

deines Pullovers über deine Hände.

Als Max Annalena zuruft: „Eine Runde Tequila für alle!“, stehst du auf, flüchtest aufs Klo, siehst mehr Erschöpfung als Angst in deinem Spiegel-Gesicht, überlegst, wie du am unauffälligsten gehen kannst. Dass du dich nicht wieder zu ihnen setzen wirst, ist dir klar. Keine Sekunde hältst du es mehr aus in dieser Runde.

Du bleibst hinter Mira stehen, sagst: „Ich muss jetzt gehen.“ Der Satz kommt einfacher als gedacht über deine Lippen.
„Kommt nicht in Frage“, sagt Mira, „du setzt dich sofort wieder hierher zu uns“, sagt es aber in einem spaßig-strengen Tonfall, dem du dich leicht widersetzen kannst.
„Warum schon jetzt, Malin?“, fragt Jan. „Ich will jetzt echt wissen, was mit dir ist. Du bist ja nicht wiederzuerkennen.“
„Malin ist dir keine Rechenschaft schuldig“, sagt David bestimmt, „und sie kann gehen, wann sie will.“ Du siehst ihn dankbar an, wirfst dann ein rasches Tschüss in die Runde, und gehst.

Zuhause nimmst du einen Stift und deinen Zeichenblock, skizzierst Anne, wie sie sich vor wenigen Stunden entspannt auf deiner Couch ausgestreckt hat, zeichnest dich selbst ihr gegenüber, deine hochgezogenen Schultern, deine verschränkten Arme.

Am nächsten Blatt entstehen Mira und Jan im Lokal, zwischen ihnen, wie eingeklemmt, du, dein Wasserglas mit beiden Händen umklammernd. Erst jetzt fällt dir auf, dass du keine Sekunde daran gedacht hast, Alkohol zu trinken. Unerwartet durchflutet dich Stolz und Freude. Als du Max biertrinkend zeichnest, ist für dich klar, dass du dich in dieser Gruppenkonstellation nie wieder treffen wirst. Das passt nicht mehr. Einzig zu David gibt es eine gute Verbindung. Dir wird innerlich warm, während du ihn zeichnest, seinen strahlenden Blick, sein Lächeln, denkst daran, wie oft er und du als Kinder gemeinsam gemalt habt, damals beide am liebsten Pferde, Katzen, Hunde. Ob David

auch jetzt noch zeichnet? Du weißt es nicht. So lange Zeit bist du ihm ausgewichen, hast nicht mit ihm geredet. Viel zu lange.

Du nimmst dein Handy, fotografierst die Zeichnung, die du von ihm gemacht hast, schickst sie ihm nach kurzem Zögern, gehst dich dann duschen, schaust danach aufs Handy. Eine Nachricht von David. Du öffnest sie.
David hat dein Gesicht skizziert. Es wirkt sensibel, verletzlich. So, wie du bist. Deine Gesichtszüge auf seiner Zeichnung sind zart, der Ausdruck deiner Augen klar und – ja, schön. Im unteren linken Eck des Bildes steht das heutige Datum und zwei Worte: stay strong.

Dir kommen die Tränen. Du fühlst dich verstanden. Du fühlst dich erkannt. Überlegst nur ganz kurz, schreibst ihm: David, möchtest du telefonieren? Und spürst, wie dein Herz nicht angst-, sondern freudvoll etwas schneller schlägt, als gleich darauf dein Handy läutet.

Claudia Dvoracek-Iby

www.verdichtet.at | Kategorie: an Tagen wie diesen … |
Inventarnummer: 25227