

Emmi Ruprecht



LESEPROBE

ERLEUCHTET



DIE AUTORIN

Emmi Ruprecht alias Gesa Walkhoff wurde 1970 in Hannover geboren, wuchs in Wesendorf und Meinersen auf, ging in Gifhorn zur Schule, studierte in Braunschweig und verbrachte einen Großteil ihres Berufslebens in Wolfsburg. Heute schreibt sie Bücher und textet, komponiert und singt beim Duo „Me, She & The Bass“.

Bislang sind zwei weitere Romane von ihr erschienen: „Ein Ort in Italien“ und die Fortsetzung „Drei Jahre später“.

3. Kapitel

Wodurch ich erkannte, dass mein Leben depressiv war

Ich weiß nicht, wie ich erklären soll, dass ich nach diesem Telefonat *nicht* aus dem Küchenfenster meiner Zwei-Zimmer-Altbau-Wohnung in den Hinterhof gesprungen bin, sondern tatsächlich am nächsten Tag um 15:59 Uhr an der Tür eines zu einer Gemeinschaftspraxis umfunktionierten, zweistöckigen Wohnhauses am Stadtrand klingelte. Vielleicht lag es an meiner Wohnung, die in der dritten Etage und damit nicht besonders hoch gelegen war – der Ausgang der Angelegenheit wäre mir zu ungewiss gewesen! Schließlich hatte vor ein paar Tagen mein erster, mehr oder weniger unfreiwilliger Versuch, aus dem Leben zu scheiden, ja auch nicht in den Himmel, sondern nur ins Klinikum geführt, und mit dem Ergebnis war ich nicht zufrieden gewesen.

Ich hatte die dem Telefonat folgende Stunde mit einer Abfolge emotionaler Abgründe verbracht, wie ich sie in dieser Intensität noch nicht gekannt hatte. Zunächst war da die Schockstarre gewesen, die ich minutenlang, immer noch mit dem Hörer in der Hand, auf meinem Sofa zugebracht hatte, obwohl Siegbert – oder in Zukunft wohl doch eher Herr Dr. Gärtner – längst aufgelegt hatte, nachdem er mir noch einen schönen Abend gewünscht hatte. Ich hatte mich gefühlt, als wäre ich von einer

Dampfwalze überrollt worden, und war unfähig gewesen zu begreifen, dass sich das, was ich eben erlebt hatte, tatsächlich abgespielt hatte. Nachdem ich begann, das Erlebte wenigstens für möglich zu halten – schließlich hielt ich den Telefonhörer noch in meiner Hand – wurde meine Empörung darüber geweckt, wie das Leben, dieses unaussprechlich hintertücksche Luder, mir so einen grausamen Streich hatte spielen können. Wie sehr wollte es mich denn noch demütigen? War ich nicht bereits ausreichend am Boden zerstört? Meine Empörung wanderte vom Leben weiter zu Herrn Dr. Gärtner, der durchaus, wie ich fand, schon etwas früher im Telefonat seinen Teil dazu hätte beitragen können, das Missverständnis aufzulösen. Anschließend überfiel mich siedend heiß die Scham über meinen unter diesen Umständen unsagbar peinlichen Monolog, der auf der Annahme gründete, ich hätte es mit einem heimlichen Verehrer und nicht mit einem altruistischen Menschenverstehrer zu tun. Und schließlich quälte ich mich mit der Frage, wie unendlich jämmerlich und verzweifelt ich am vorherigen Freitag gewirkt haben musste, wenn der einzige Mann, der mich hatte kennenlernen wollen, ein Psycho-Pate war, der Mitleid mit einer total kaputten Existenz hatte!

An dieser Stelle hatte ich mir einen weiteren Aperol Spritz gemixt, dem Universum zugestrotzt und mich für das aufmun-

ternde Selbstbildnis, das es mir gerade großzügig beschert hatte, bedankt. Mehr brauchte es meiner Meinung nach definitiv nicht, um mich tief in den schauerhaften Sümpfen der gnadenlosen Realität zu versenken und daran zu verzweifeln. Hier schloss sich der Reigen und ich begann von vorne, das Leben, das unaussprechlich hintertücksche Luder, zu verfluchen.

Nachdem ich diese Abfolge von Einsichten in mein zweifellos groteskes Schicksal einige Male mithilfe weiterer Prosecco-Mischungen durchexerziert hatte, kam ich zu dem Schluss, dass ich – wenn ich schon in den Augen anderer eine bemitleidenswert kaputte Existenz war – diesen Zustand auch mit Würde tragen konnte. Und das bedeutete, dass eine Klarstellung der Situation gegenüber Herrn Dr. Gärtner unbedingt nötig war! Zumindest sollte mir das dabei helfen können, dieses traumatische Telefonat zu verarbeiten. Da ich glücklicherweise noch krank geschrieben war und mich nicht gleich am nächsten Tag zurück in die von Wahnsinn umjubelten Hallen meiner Arbeitsstelle begeben musste, war auch der vom Herrn Doktor vorgeschlagene Termin um 16 Uhr für mich realisierbar.

Nachdem ich diesen Entschluss gefasst hatte, hatte ich endlich ein wenig entspannen und recht angetüdelt auf meinem Sofa einschlafen können.

Und nun stand ich um 15:59 Uhr vor dem Eingang dieses

quietschgelb gestrichenen Hauses und wartete. Während ich wartete, sah ich mich um: Oberhalb der Tür war ein JingundJang-Zeichen angebracht, das mich durchdringend musterte. Links von mir, an einem Balken des Vordachs, hing ein Windspiel, welches wegen Flaute gerade nicht spielte. Rechts vom Eingang plätscherte Wasser über ein paar Keramikugeln und verschwand in einem kleinen Becken.

„Aha“, dachte ich, als ich mit Befremden diese Anzeichen esoterisch geprägter Gestaltungskultur wahrnahm.

Ich warf einen Blick auf das Schild links neben der Tür, welches das Haus als „Zentrum für ganzheitliche Heilkunst“ auswies. Darunter waren Namen von Therapeuten sowie eine beeindruckende Anzahl von unterschiedlichen Professionen vermerkt: Von Ayurveda über Basenfasten, Energiearbeit, Focusing, Heilsingen und Kerala Fußmassage bis hin zu Ohrakupunktur, Schröpfen, Tarot-Beratung und Zungendiagnostik – um nur eine bescheidene Auswahl zu nennen – war alles vertreten, was ich *nicht* mit mir in Verbindung bringen konnte. Ich nahm es entsprechend distanziiert zur Kenntnis.

Unter diesem aufwändig gestalteten Schild war noch ein sehr viel kleinerer, im Gegensatz zu dem obigen auffallend schmuckloser Hinweis angebracht, welcher auf meinen Lebensretter hinwies: Dr. Siegbert Gärtner, Psychotherapie und Hypnose, 1. Stock.

Ich fand, dass selbst Hypnose im Zusammenhang mit den oben genannten Aktivitäten geradezu spießig wirkte.

Ich hatte meinen Lebensretter bei unserem ersten Zusammentreffen nur als dunkle Gestalt mit „Lichtkranz“ um den Kopf herum wahrgenommen. Auch das Telefonat hatte keinerlei Aufschluss darüber gebracht, wie dieser Mann tatsächlich aussah, dem ich gleich gegenüberstehen würde. Nicht einmal sein Alter konnte ich schätzen. Meine diesbezügliche Annahme beruhte einzig und allein auf seinem Vornamen „Siegbert“, und demnach musste er mindestens hundert sein. Dass er mir darüber hinaus unsympathisch sein würde, wusste ich seit unserem gestrigen Telefonat.

Angesichts von Windspiel, Heilsingen und Co. entstand nun in meiner Fantasie das Bild eines kleinen, dicken, einen verzwanzten Wollpullover tragenden Mannes mit Nickelbrille, ausgebeulter Cordhose und komplett abgelatschten Gesundheitsschuhen, der einen selbstgetöpften Becher mit Tee vor sich hertrug, aus dem es ab und zu tropfte, weil er ihn in Ermangelung ausreichender Aufmerksamkeit und Körperspannung ständig gefährlich schräg hielt. Herr Dr. Gärtner wurde mir mit jeder Sekunde, die ich vor der Tür wartete, unsympathischer!

Ich schärfte mir erneut ein, mich auf gar keinen Fall auf irgendeine Therapie oder Ähnliches einzulassen. Zwar hatte mein Le-

bensretter das gestern Abend ziemlich uncharmant so verfügt, doch ich zog es vor, einfach nur das durch meine Fehleinschätzung entstandene Missverständnis auszuräumen, mich dafür zu bedanken, dass er mich aus dem Wasser gezogen hatte, und dann wieder zu verschwinden. Das Ganze war mir zwar unangenehm, weil Herr Dr. Gärtner einen ganzen Termin für mich freigehalten hatte und sicher erwartete, neue Kundschaft akquiriert zu haben, doch ich plante in dieser Angelegenheit hart zu bleiben. Und vielleicht sollte ich jetzt, solange auf mein Klingeln noch keine Reaktion kam, einfach die Gelegenheit nutzen und wieder verschwinden? Ich hatte es versucht – ehrlich! Aber wenn niemand öffnete – was konnte ich dafür?

Kaum hatte ich das gedacht, da ertönte auch schon der Türsummer. Es war Punkt 16:00 Uhr. Ich seufzte. Schade! Hätte das Schicksal nicht *einmal* etwas unkompliziert in meinem Sinne regeln können? Aber vermutlich hätte mich dann doch irgendwann das schlechte Gewissen gepackt, weil ich einen verabredeten Termin nicht ordnungsgemäß wahrgenommen hatte. Also fügte ich mich der Vorsehung und drückte die Tür auf. Was hatte ich noch gleich sagen wollen? Ach ja: „Guten Tag, vielen Dank, dass Sie sich die Zeit genommen haben. Wie, Sitzung? Nein, nein, das ist wohl ein Missverständnis ...“

In dem kleinen, orangefarben gestrichenen und mit Terracotta-

Fliesen ausgelegten Eingangsbereich fiel mir zunächst ein rotes Etwas aus Ringen, Puscheln und Federn auf, das von der holzgetäfelten Decke hing. Vielleicht ein Fliegenfänger, nur ohne Fliegen? Hm. Ich berührte es vorsichtig mit den Fingerspitzen, doch es schien nicht klebrig zu sein. Seltsam. Oder sollte es möglicherweise böse Geister fernhalten? Ich grinste. Dann könnte ich so ein Gerät bei mir im Büro ausprobieren und schauen, ob es auch gegen meinen Chef wirkte!

Unter dem seltsamen Etwas, gleich neben der Tür, die weiter in das Hausinnere führte, stand ein Regal mit Schuhen. Altmodische, ausgebleichene rote Damenstiefel aus Wildleder – wann waren die denn mal modern gewesen? – standen neben klobigen, ausgetretenen Herrensandalen. Darunter befanden sich ein Paar Turnschuhe und dunkelblaue Ballerinas mit Schleifchen. Gleich daneben bemerkte ich ein Schild: „Bitte ziehen Sie die Schuhe aus, um keine schmutzigen Energien in den inneren Raum zu tragen. Danke!“

Ich stutzte. Galt das auch für Besucher? Solche wie mich? Sollte ich *wirklich* meine Schuhe ausziehen, oder machte ich mich damit in den Augen des Psychotherapeuten, den ich aufzusuchen gedachte, erneut verdächtig, weil sich diese Aufforderung *natürlich* nur an den Heilsing-Kreis richtete und nicht an normale Menschen? Und würden meine Schuhe noch dort stehen,

wenn ich die Praxis wieder verlassen wollte? Wer garantierte das? Denn wie sollte ich im Falle eines Falles ohne Schuhe nach Hause kommen? Ich überlegte einen Moment lang, ob ich es ohne Aufsehen zu erregen schaffen könnte, auf Socken bis zu meinem Auto zu gelangen. Zumindest theoretisch schien mir das möglich zu sein, wenn es auch Überwindung kosten würde!

Nachdem ich abgewogen hatte, ob es nun unangenehmer wäre, den Hinweis falsch zu deuten und irrtümlich auf Socken durch die Praxis zu rennen oder von einem empörten Insassen auf meine Dreistigkeit hingewiesen zu werden, das Haus durch schmutzige Energien entweiht zu haben, entschied ich mich schließlich dafür, mich vorübergehend von meinen Schuhen zu trennen. Sie waren sowieso nicht mehr ganz neu. Beim Ausziehen stellte ich erleichtert fest, dass ich heute Morgen ein Paar verhältnismäßig neue Socken erwischte hatte. Zwar achtete ich gemeinhin sehr auf meine Garderobe, doch zugegebenermaßen vernachlässigte ich meine Strümpfe, weil ich normalerweise nicht in die Verlegenheit geriet, diese der Öffentlichkeit präsentieren zu müssen.

Schon ein wenig stolz auf meine zufälligerweise ansehnliche Fußbekleidung verließ ich den Eingangsbereich durch die angelehnte Tür, die in einen großen Flur führte, und stieg die mit grober Naturfaser bespannten Treppenstufen empor.

Auf dem Absatz in mittlerer Höhe begegneten mir auf einem kleinen Rattan-Tisch große rosafarbene Salzkristalle, die hinter einer goldfarbenen Statue drapiert waren, die vermutlich Buddha darstellen sollte, aber ich kannte mich da nicht so aus. Gab es noch andere dicke, sitzende Heilige, von denen Statuen gefertigt wurden?

Dann hob ich meinen Blick zur nächsten Etage und erblickte auf einer lachsfarben gestrichenen Wand einen Behang aus Stoff mit einer nackten Figur, die von kreisförmigen Ornamenten bedeckt war. Zugegeben: Mit jedem weiteren Detail, das ich in diesem Haus entdeckte, wurde ich unsicherer, ob es klug gewesen war hierherzukommen, ohne wenigstens meiner Nachbarin Bescheid zu geben, wo ich mich aufhielt. Wo war ich hier nur gelandet?

Vorsichtig schritt ich die letzten Stufen zum oberen Stockwerk hinauf. Währenddessen drangen aus einem der Räume dort oben langgezogene metallische Töne an mein Ohr. Aus dem Erdgeschoss vernahm ich für einen Moment so etwas wie ein Stöhnen, als eine Tür geöffnet und gleich darauf wieder geschlossen wurde. Doch sonst war es still und niemand war zu sehen.

Als ich fast oben angekommen war, überlegte ich in Anbetracht der vielen Türen, die vom Flur abgingen und die alle geschlossen waren, wie ich verfahren sollte, um zu meinem Lebensretter zu finden. Sollte ich nach ihm rufen? Ich könnte ja auch einfach

wieder gehen, wenn sich daraufhin niemand meldete. Vielleicht hatte jemand den Summer nur versehentlich betätigt und Herr Dr. Gärtner war gar nicht da?

Doch kaum hatte ich die letzte Treppenstufe erklommen, da öffnete sich eine der zahlreichen Türen und ein großer, recht schlanker Herr um die sechzig, bekleidet mit einem weißen Hemd und Krawatte zu einem grauen Anzug stand im Flur. Seinen Aufzug hätte ich sicher in einem Versicherungsfachbüro erwartet, aber doch nicht hier! Einzig und allein die braunkarierten Hausschuhe, die sich in einem seltsamen Kontrast zu der übrigen Kleidung befanden, wiesen darauf hin, dass dieser Mensch hierher gehören musste, denn Klienten brachten sicher in den seltensten Fällen Hausschuhe mit. Oder etwa doch?

Auf den zweiten Blick erkannte ich mit Erstaunen, dass ich hier vermutlich meinen Lebensretter vor mir hatte, denn die kurzen, hellgrauen Locken erinnerten mich sofort an den „Lichtkranz“, den ich Freitagnacht vor mir gesehen zu haben meinte.

Das also war Dr. Siegbert Gärtner?

Herr Dr. Gärtner vermochte – trotz des unpassenden Schuwerks – eine selbstsichere Autorität zu verströmen, als wäre sein Aufzug in diesem esoterisch geprägten Umfeld das Selbst-

verständlichste, was man sich denken könnte. Er sah mich an: Nicht unfreundlich, aber beobachtend. Ich schaute zurück, ebenfalls nicht unfreundlich, aber irritiert. So eine Erscheinung hatte ich nicht erwartet!

Nachdem wir einige Sekunden regungslos voneinander gestanden hatten, streckte er mir seine Hand entgegen.

„Gärtner“, sagte er knapp und wies nach einem kurzen Händedruck einladend ins Innere des Raumes, aus dem er herausgetreten war. Ich hatte mir zwar fest vorgenommen, es gar nicht erst soweit kommen zu lassen, mich in die Höhle des Therapeuten zu begeben, sondern das, was ich zu sagen hatte, möglichst in zwei prägnanten Sätzen und zwar noch vor der Tür loszuwerden, doch wie hypnotisiert befand ich mich schon kurze Zeit später in seinem Arbeitsbereich.

Na gut, dann würde ich das Missverständnis eben hier aufklären!

Erstaunt nahm ich zur Kenntnis, dass es in seinem Sprechzimmer völlig anders aussah als im Rest des Hauses, soweit ich es gesehen hatte. Hier wirkte alles ganz normal: weiße Wände, ein hellgrauer Teppich und hohe weiße Bücherregale, die fast bis zur Decke reichten. Gegenüber des großen Fensters, welches mit halbgeöffneten Lamellenjalousien verhängt war, stand ein großer weißer Schreibtisch, auf dem sich neben einem Bildschirm,

der Tastatur und einigen BüROUTENSILIEN wie Locher, Hefter und Stiften, jede Menge Zeitschriften, Schnellhefter und schmale Aktenordner stapelten. In einer Ecke neben dem Fenster befand sich eine kleine Sitzgruppe aus schmalen schwarzen Ledersesseln und einem kleinen Tisch, der aus einem Chromgestell mit einer Glasplatte darauf bestand.

Herr Dr. Gärtner war nach mir ins Zimmer getreten und hatte die Tür geschlossen. Noch bevor ich zum eigentlichen Grund meines Besuchs kommen konnte, wies er mit seiner Hand auf die Sitzgruppe.

„Bitte“, sagte er knapp und erwartete vermutlich, dass ich mich setzte.

So, jetzt musste ich aber langsam meine Sprache wiederfinden, sonst würde ich hier am Ende noch tatsächlich zu einer Therapiestunde verhaftet!

„Entschuldigen Sie, ich möchte da etwas klarstellen ...“, begann ich, doch Herr Dr. Gärtner fiel mir ins Wort. „Das können wir auch ganz in Ruhe im Sitzen besprechen. Bitte!“

Sein „Bitte“ war zwar freundlich, aber bestimmt. Da ich mich nicht streiten wollte und weil es mir auch unangenehm war, ihm mitteilen zu müssen, dass er nun nicht, wie vermutlich erwartet, mit einer neuen Kundin rechnen konnte, folgte ich

seiner Aufforderung und nahm Platz. Jetzt aber!

„Möchten Sie Tee?“, fragte mein Gastgeber, noch bevor ich Luft holen konnte.

Irritiert schaute ich ihn an. Aber dann fragte ich mich, warum ich nicht ein Tässchen mit ihm trinken sollte? Schließlich hatte er mir wohl das Leben gerettet und da wäre es grob unhöflich, ihm so etwas unverbindlich Harmloses abzuschlagen, wie gemeinsam eine Tasse Tee zu trinken. Was sprach schon gegen einen kurzen Höflichkeitsplausch bei einem Heißgetränk? Außerdem, stellte ich erleichtert fest, hatte ich noch nie davon gehört, dass bei einer Therapiesitzung Getränke gereicht wurden. Vermutlich hatte er längst begriffen, dass ich nicht vorhatte, mich von ihm geirritieren zu lassen? Oder ich hatte unser Telefonat einfach falsch gedeutet.

Also nickte ich und lehnte mich entspannt im Sessel zurück. Gleich würde ich bestimmt die Gelegenheit finden, zur Sache zu kommen!

„Dann hole ich mal eben eine Kanne. Ich habe festgestellt, dass meine Klienten sich bei Tee leichter entspannen und öffnen können.“

Ich zuckte zusammen.

...

Die 39jährige Hilde verzweifelt an ihrem Leben und daran, dass alle Versuche, es zu verbessern, scheitern. In ihrer dunkelsten Stunde trifft sie zufällig auf ihren zukünftigen Therapeuten und lässt sich widerwillig auf eine Therapie ein.

In meist humorvollen, manchmal auch ernsten, aber stets unterhaltsamen Diskussionen setzt sie sich mit ihrem Beruf, ihren Eltern, Freundinnen und Liebschaften auseinander. Dabei gelingt es ihrem schrulligen Therapeuten immer wieder, Hildes depressionsfördernde Gedankengebäude ins Wanken zu bringen.

Ein Buch, das destruktive Handlungsmuster und Glaubenssätze thematisiert und zum Nachdenken über eigene Verhinderungsstrategien anregt.

ISBN 978-3-7450-5470-5

Mehr Informationen unter www.emmi-ruprecht.de