

Barbara Schneeberger
Was still beginnt
Roman

edition keiper auf Social Media:



facebook.com/editionkeiper



instagram.com/edition_keiper/



youtube.com/editionkeiper



E-Mail-Newsletter abonnieren und Sie bleiben über Neuerscheinungen und Veranstaltungen informiert!

Einfach QR-Code scannen!



edition keiper
textzentrum graz
Puchstraße 17
A-8020 Graz
www.editionkeiper.at
www.textzentrum.at
T: + 43 316 26 92 98
F: + 43 316 26 92 99
office@editionkeiper.at
gprs@editionkeiper.at

© edition keiper, Graz 2026
1. Auflage Oktober 2026
Alle Rechte vorbehalten!
Autorenfoto: © Karl Schrotter
Coverbild: Freepik
Covergestaltung: Karin Kröpfl
Lektorat: Maria Ankowitsch
Layout und Satz: textzentrum graz
Koordination Druck: EVERGREEN Media Kft.
Gedruckt in der EU.
ISBN 978-3-903575-94-3

Barbara
Schneeberger

Was still beginnt

Roman

Der Wind blies ihr die Haare ins Gesicht. Einzelne Strähnen umspielten ihre gelösten Gesichtszüge, die rosigen Wangen und die keck gereckte Nase, um im nächsten Moment vollständig nach hinten geweht zu werden.

Die Freiheit ebnete den Weg vor ihr, strömte in kraftvollen Strahlen empor in den sich direkt über ihr entfaltenden Himmel, umgab sie und füllte den ganzen Wagen aus wie eine greifbare Wolke aus Energie und Licht.

Unbesiegbar.

Unaufhaltsam.

Einfach: »Unstoppable«

Der Bass und Sias kraftvolle Stimme dröhnten aus den Boxen, hoben sie hoch und ließen sie aufsteigen. Sie wurde immer leichter. Die Perlen der Glückseligkeit sprudelten nur so nach oben. Aus ihrem tiefsten Inneren. Bis ihr Bauch kribbelte und sich ihr Kopf so beflügelt anfühlte, als ob er jeden Moment die Schwingen ausbreiten und davonfliegen könnte.

Der Weg vor ihr leerte sich wie von Zauberhand. Kein Gegenverkehr. Keine roten Ampeln. Kein Grund zu bremsen. Nur sie und die Freiheit.

Ungebremst.

Elektrisiert.

Einfach: »Unstoppable«

Die Worte schienen aus ihr selbst zu kommen, obwohl sie sich zeitgleich ihren Weg durch ihre Ohren hineinbahnten. Sie ausfüllten. Sie ausmachten.

Ein unglaublich kraftvoller Moment purer Lebensfreude. Purer Lebendigkeit. Purer Lebenskraft.

Unglaublich unerwartet in seiner Intensität. Unglaublich ungezügelt. Unglaublich ungestüm.

Die Windschutzscheibe zeigte die Zukunft. Den Weg, der vor ihr lag.

Der Blick in den Rückspiegel führte zurück. Dorthin, wo sie schon gewesen war.

2

Es war ganz unerwartet gekommen. Zuerst war es eine Schlagzeile unter vielen gewesen. Je mehr Details ans Licht kamen, desto realer und dennoch abstrakter wurde es. Das Problem eines anderen, fernen Landes. Eine Situation, die dennoch bekannt erschien. Bekannt aus vielen Computer- und Handyspielen, aus Filmen. Ein neuartiges Virus, das irgendwo auftritt. Eine Kuriosität – interessant, aber kein großer Aufreger.

Innerhalb kurzer Zeit nimmt die Dynamik an Brisanz und Rasanzen zu. Das Virus verbreitet sich. Immer mehr Menschen in immer mehr Ländern sind betroffen. Es gibt viele Möglichkeiten, das Virus zu bekämpfen und zu erforschen. Gemeinsam oder im Alleingang. Mit auserwählten Verbündeten oder im großen, länderübergreifenden Verbund. Ob die gewählte Strategie zum Sieg führt, wird

sich erst im Nachhinein zeigen. Dann, wenn entweder die Menschheit ausgelöscht oder gerettet wurde.

So weit war es zu diesem Zeitpunkt jedoch noch bei Weitem nicht. Mittlerweile war offensichtlich geworden, dass das Virus sich sehr rasch verbreitete und keinen Halt vor Grenzen machte. Doch noch immer war es nicht das Problem aller. Einzelne stärker betroffene Länder wurden als abschreckende Beispiele verwendet, um die Bevölkerungen anderer Länder zu Vorsicht und Umsicht zu bewegen. Außer Solidaritätsbekundungen für jene Länder war nicht viel zu hören und zu lesen von Hilfen untereinander.

Umso mehr forderten Regierungen ihre Bürgerinnen und Bürger zu Solidarität, Umsicht und Mitgefühl für ihre Mitbürgerinnen und Mitbürger auf. Ein ungewohnter Appell nach etlichen Jahren des unkontrollierten wirtschaftlichen Wachstums mit all seinen Nebenaspekten und Effekten auf sozialen und individuellen Ebenen. Und genauso ungewohnt fühlte es sich für viele an, wo es doch zum Allgemeingut geworden war, dass jede und jeder für sich selbst verantwortlich war und sich selbst um das eigene Fortkommen kümmern musste.

Und nun saß sie da. Zu Hause. Beschränkt auf die eigenen vier Wände für den allergrößten Teil des Tages mit seinen 24 Stunden. So wie die meisten anderen auch. Mit einem Schlag des Großteils der erlernten und antrainierten Möglichkeiten der Selbstbeschäftigung und Ablenkung beraubt.

Ohne persönlichen Austausch. Reduziert auf virtuellen und telefonischen Kontakt, der in den letzten Jahren ein Auslaufmodell geworden war.

So viel Zeit. Jeden Tag. Selbst wenn sie ausgiebigst arbeitete, blieb noch sehr viel Zeit übrig. Und dann noch die Wochenenden. Ein starker Kontrast zu den Jahren, als Zeit und Ruhe verzweifelt um eine Daseinsberechtigung in ihrem Leben gerungen hatten.

Zeit, sich wieder einmal ans Fenster zu setzen und hinauszusehen. Bewusst und dennoch frei. Frei genug, um die Gedanken wandern zu lassen.

3

Wieder eine schlaflose Nacht. Die Gedanken kreisten. Die Arbeit, der Konflikt dort, sie selbst, ihre Unsicherheit, ihre Unzufriedenheit. In einem endlosen Kreis. Nichts half. Kein autogenes Training. Keine Meditation. Kein bewusstes Atmen. Der Schlaf wollte nicht kommen. Wieder nicht.

Was war es, das sie wach hielt? Die Kränkung im Job und die damit verbundenen Gefühle der Ungerechtigkeit und irgendwie auch des Versagens? Der aufgestaute Stress? Die vielen Reize und Pflichten des alltäglichen Lebens? Die unterdrückten Gefühle oder vom Kopf als nicht angemessen verworfene Gedanken und Regungen?

Sie hatte den Eindruck, dass ihr Inneres ihr entglitt. Und irgendwie auch ihr Leben. Das Leben, das sie leben wollte. So, wie es sich richtig anfühlte und so, wie es ihr guttun würde. Doch dazu bräuchte es Zeit. Zeit für sie selbst und dafür, sich endlich richtig kennenzulernen. Zeit für ihre Familie. Vor allem für ihren Mann, der ihr Motor war, ihr Seelenverwandter und Begleiter durch alle Wirrungen des

Lebens. Ohne den sie nicht sie selbst wäre. Denn er hatte ihrem wahren Selbst erst Raum gegeben. Er war die Liebe ihres Lebens. Ein fast veraltetes Klischee, aber dennoch wahr. Sie wollte Zeit haben, um für ihn da zu sein – wann immer und wo immer das auch sein mochte. Nicht gebunden an strenge Vorgaben und Regeln anderer, denen ihr wahres Selbst egal war. Die es nicht kennen wollten und damit auch nicht umgehen konnten.

Irgendwann überzeugte sie sich selbst, dass dieses Gedankenkarussell kindisch und unreif war. Dass sie die Umstände einfach akzeptieren musste, so wie sie waren. Dass sie die Gedanken anderer in Bezug auf sie selbst nie würde beeinflussen können.

Eine letzte Atemübung und sie spürte Erleichterung. Weg waren die Gedanken, die sie am Weiterfunktionieren hinderten. Nun konnte sie schlafen. Dachte sie. Doch irgendwie stellte sich der Schlaf der Gerechten auch weiterhin nicht so richtig ein. Er zierte sich. Hier zwickte es, da drückte es und dort war es sowieso unbequem. Schlussendlich fiel sie in einen Schlaf. Einen Schlaf, der keine Erholung bot.

Zu früh gefreut. Für sie gab es keine Ruhe. Kein stilles Schlummern. Das nicht Ausgesprochene, Gedachte und Getane bahnte sich durch das Unterbewusstsein seinen Weg an die Oberfläche und damit in ihr Bewusstsein. Viele wirre Träume suchten sie heim:

Ihre Eltern und zahlreichen Geschwister waren zu Besuch. Unangekündigt. Hatten ihre Wohnung in Beschlag genommen. Sie fühlte sich überrumpelt, mochte den Ablauf bis ins kleinste Detail nicht. Das kleine Zim-

mer im Dachgeschoß hatten sie noch nicht gefunden. Ein Rückzugsort. Doch das Pflichtbewusstsein zog sie fort. Hinunter. Zur Familie. Sie spürte die vorwurfsvollen Blicke. Verfolgte aus ihren Augenwinkeln, wie Schubladen und Schränke durchstöbert wurden. Mit dem nächsten Atemzug fand sie sich im Büro wieder. Der erste Tag nach dem Urlaub. Von Erholung keine Spur mehr. Alle schienen nur auf sie zu warten. Informationen, Berichte, To-dos. Ein nicht enden wollender Schwall. Im Versuch, Ordnung in das Durcheinander zu bringen, passierte ihr ein Missgeschick. Eine gekränkte Kollegin, keine Möglichkeit, den Fehler zu korrigieren. Verwirrt. Verletzt. undefinierbar berührt. Beim Blick aus dem Fenster sah sie eine Katze. In Gefahr. Eine Straßenbahn kam näher. Schnell. Der rettende Sprung über die Hecke im letzten Moment. Die Katze blickte sie an. War fehl am Platz. Im nächsten Augenblick gerettet in ihren Armen. Voller Spannung. Doch spürbar erleichtert.

4

Endlich Urlaub. Eine Auszeit. Lang ersehnt und mit vielen Erwartungen beladen. Sich erholen. Ausschlafen. Gut essen. All die Dinge tun, die im Alltag keinen Platz hatten. Daher am besten das Land verlassen. So weit weg wie möglich. An einen Ort, der guttut. Die eindringlich vermissene Freiheit hineinholen. Den Geist atmen lassen. Neues, Unbekanntes, Stimulierendes sehen, erleben, aufsaugen. Den Speicher auffüllen für das, was zu Hause wartet. Das

Schutzschild instand setzen und eine neue Füllung für das Ruhekissen finden.

Lang und umfangreich war die gedankliche Liste ihrer Vorhaben für die nächsten zwei Wochen. Tag eins in Kyoto hatte jedoch nichts mit Ferienlaune und Unbeschwertheit zu tun. Ein Tag im Zeichen der letzten Nacht. Erschöpfung, Trauer und innere Leere waren ihre Begleiter beim Kennenlernen einer völlig fremden und dennoch angenehm ansprechenden Stadt.

Beunruhigend entspannend, sich am »anderen Ende der Welt« wohler zu fühlen als zu Hause. Wie war es möglich, dass ihr nichts und niemand fehlte? Dass sie froh war, nichts vom Geplapper, Gesang und den Ansagen um sie herum zu verstehen? Dass sie dies sogar genoss und als Freiheit des Geistes und der eigenen Person empfand?

Kyoto hatte alles, was ihre erschöpfte Seele brauchte. Sie musste es nur annehmen und ihrem Mann vermitteln, dass alles gut war, wie es war. Dass die scheinbare Desorganisation und das Sich-treiben-Lassen in Ordnung waren und ihre Daseinsberechtigung hatten. Dass sie genau das jetzt brauchte, um ihre Seele zur Ruhe kommen zu lassen.

Können Seelen erschöpft sein? Ihr Gefühl sagte »Ja«. Ihre Seele wand sich. Kein angenehmer Zustand. Trotz allem war es gut, dass sie mittlerweile gelernt hatte, ihr Leid zu fühlen. Es war ganz und gar nicht angenehm. Und immer wieder versuchte sie, diese Empfindungen weiterhin zu begraben. Unter Regeln, Durchhaltevermögen und verbissener Ignoranz. Doch die Büchse der Pandora war geöffnet worden und es schien unmöglich, sie wieder zu schließen. Unangenehm, aber nicht unheilvoll. Unbequem, aber nicht

unpassend. So schmerzhaft es auch oftmals war, zog sie die bewusste Unbewusstheit der bewussten und unbewussten Ignoranz vor.

Nichtsdestotrotz war sie in einer Zwickmühle. Die Vorgaben ihres rational denkenden Kopfes entsprachen leider oftmals nicht den Empfindungen ihrer Seele. Ihr Selbst im Widerspruch zu den Erwartungen, Vorstellungen und Vorgaben anderer. Ignoriert. Eingesperrt. Missachtet. Vernachlässigt. Erfolglos totgeschwiegen. Unbezwingbar in seiner existenziellen Bedeutung. Seinen Existenzanspruch physisch manifestierend. Wiederkehrende Schmerzen unklaren Ursprungs, da dieser sich jeder Messbarkeit entzog. Absolut schmerzfrei jedoch während ihres Spaziergangs durch den Park von Kyotos Kaiserpalast.

5

Unbegreiflich, wie die Tage vergingen. Ohne Agenda und doch übervoll. Wie ein Traum. Fast zu schön, um wahr zu sein.

Das einzige Ziel, noch mehr zu sehen, kennenzulernen, zu schmecken und zu hören.

Befreit.

Erlöst vom Gewicht des alles umspannenden Rahmens. Essen und schlafen als die einzigen Fixpunkte.

Frei.

Unbeschwert von Erwartungen. Zeitlich ungebunden. Kindlich aufgeregt. Neugierig. Wissbegierig. Beeindruckt.

Befreit.

6

Kräftig, widerstandsfähig, elegant und beweglich wie Bambus sein. Idealbild der Gesellschaft für ihre Bürgerinnen und Bürger. Auf persönlicher Ebene durchaus erstrebenswert.

Wie würde es sich wohl anfühlen, so geradlinig und zugleich so anpassungsfähig zu sein? Was würde einem dann noch Angst machen oder Unsicherheit auslösen? Eine wahre Wunderpflanze. Sogar Hochhäuser konnten mit Hilfe der robusten Stämme gebaut werden, und die Langlebigkeit der mit dem Holz geschaffenen Bauwerke beeindruckte.

Dennoch stimmte sie die Vergänglichkeit dieser wunderschönen, Ruhe ausstrahlenden Bäume melancholisch. Wobei sie nicht das natürliche Ableben bedrückte, sondern der vom Menschen verursachte, radikale und plötzliche Tod.

Zugleich erfüllte sie der Weg durch Arashiyamas Bambushain auch mit Glück. Ein seltener Moment des Einklangs mit der Natur. Ehrfürchtiges Staunen. Schön wäre es, länger in dieser wunderbaren Umgebung verweilen zu können. Länger als einen Urlaubsaugenblick.

Überall könnte Kaguya-hime, die strahlend helle Prinzessin, das Licht der Welt aus einer Bambusknospe erblicken. Gesandt vom Mond und so glücklich und unbeschwert als Kind. So unglücklich als Erwachsene. Eingeengt von Pflichten und Zwängen. Ohne Erlaubnis, das Leben in der

von ihr geliebten Natürlichkeit zu leben. So verzweifelt ihr Hilferuf, dass sie schlussendlich nach Hause geholt wird und dann bitter bereut, ihre Gefühle geäußert zu haben, da ihr Zuhause noch emotionsloser ist als alles, was ihr auf der Erde widerfahren ist.

Welche Verbindung war es, die sie sich der Prinzessin so nahe fühlen ließ? Die unbändige Freude am Leben, an der Natur, den Lebewesen? Die teils überschäumende, kindliche Lebenskraft? Die Traurigkeit in der Eingezwängtheit im Regelwerk anderer? Die Verzweiflung, weder den Ansprüchen der anderen noch den eigenen innersten Bedürfnissen gerecht zu werden? Was auch immer es sein mochte – wahrscheinlich war es alles zusammen und noch viel mehr. Die Verbindung war da und auch der Wunsch, ein anderes, gelasseneres Ende für ihre Geschichte zu finden und zu gestalten.

Dafür würde es noch einiges an Bambusbetrachtungen erfordern. Einen geduldigeren Lehrmeister konnte sie sich ohnehin nicht erträumen.

7

Mit einem Mal war die Unsicherheit zurück. Zu schön der Gedanke, sie losgeworden zu sein. Sie im Bambushain zurückgelassen zu haben. Und mit neuem Mut in die Welt zu ziehen. Woher kam sie nun wieder? Ihr plötzliches wildes Aufflackern erinnerte sie an die gierige Version des Ohngesichts in Hayao Miyazakis *Chihiros Reise ins Zauberland*. Unbedacht hereingelassen und durch Unachtsamkeit

und die negativen Eigenschaften der umgebenden Gestalten beeinflusst, schwillt dieses Wesen rasch auf eine alles verschlingende Größe an.

Genauso erschienen ihr ihre Unsicherheit, Angst und Selbstzweifel. War sie sich ihrer bewusst, konnten sie ihr Potenzial nicht voll entfalten. Waren ihre Sinne jedoch anderwärtig beschäftigt oder fand sie Entspannung, nutzten ihre ungeliebten Begleiter die Chance, sie zu ergreifen. Wie sonst war es zu erklären, dass nach einem wunderbaren Tag mit herrlich verschiedenen Eindrücken, just nach Momenten absoluter geistiger Entspannung im harmonischen Garten des Tenryū-ji Zen-Tempels die altbekannten Drei sie am Bahnhof einholten und als Mitfahrende zustiegen?

Sie loszuwerden schien unmöglich. Wie also sie in den Griff bekommen? Was fürchtete sie zu verlieren, wenn sie sie am Bahnsteig zurücklassen oder sie sogar den Affen in Arashiyama zum Spielen überlassen würde? Was war anscheinend schlimmer als ständig gestalkt zu werden und sich nicht als Herrin ihrer selbst zu fühlen?

Sie sah es einfach nicht. So sehr sie sich auch bemühte. Vielleicht verhinderten gerade dieses Bemühen und Streben den Blick auf das Wesentliche. Was, wenn die Schönheit und wahrscheinlich auch die Wahrheit in diesem Fall nicht im Auge der Betrachterin lagen? Warum nicht alles betrachten wie die Zen-Meister in ihrer Meditation?

Die Wahrheit war wohl eher in der Sache selbst zu finden und nicht in den Untiefen ihres Verstandes.

Erneuter Besuch der altbekannten und mittlerweile sehr vertrauten Unruhe. An Schlaf war nicht zu denken. An allen Ecken und Enden zogen und zwickten Nervosität, Unsicherheit und Selbstzweifel.

Was hatte sie schon wieder hervorgebracht, die ungeliebten Wegbegleiter? Schön war der Tag in der altehrwürdigen Natur des Hiei-zan gewesen. Gut der Schlaf in der Nacht zuvor. Doch weniger glücklich hatte sich die Suche nach einem leistbaren Sushi-Restaurant gestaltet, die schlussendlich in einem Mahl kalter Sömen-Nudeln geendet hatte. Nicht das, was sie beide sich gewünscht hatten. Mit zwiespältigem innerem Nachgeschmack.

Und als ob sie nur auf den richtigen Zeitpunkt gewartet hätten, schlichen sich die alten Bekannten aus ihrem irrtümlich gut verschlossen geglaubten Verlies und riefen sich eindrücklich in Erinnerung.

Groß war ihre Bestürzung ob dieses unliebsamen Erscheinens. Und die Zweifel am eigenen Selbstmanagement. Wie konnte es sein, dass sich Kopf und Seele so sehr widersprachen? Dass die eigene Gefühlswelt nicht der Logik des Geistes nachzugeben vermochte oder es einfach nicht wollte?

Was sprach gegen ein Wegschieben des Ärgernisses und der damit verbundenen Gefühle? Rational nichts. Emotional vieles. Die Logik hatte ihr Urteil jedenfalls bereits gefällt: unangemessen und kindisch. Unangemessen kindisch.

So ging sie also weiter, die Suche nach einem stimmigen Weg für Geist und Seele durch die Unwegsamkeit der Welt und in Resonanz mit all jenen, die sie mit Leben erfüllten.

Noch war das Licht am Ende des Tunnels nicht in Sicht.

Erschöpfend spät und dennoch erleichternd hatte der Schlaf Einzug gehalten letzte Nacht. Der Tag begann zwar erneut mit Schmerz, doch der neu gefasste Lebensmut half, ihn gleich zu konfrontieren und sich nicht von ihm unterwerfen zu lassen. Die gelernte Akupressur und Selbstmassage verliehen ihr ein Gefühl von Wehrhaftigkeit, die das frühere Ausgeliefertsein ablöste.

Überraschend schön war der Besuch des Fushimi Inari-Taisha Schreins. Im ersten Moment eine Touristenhochburg mit allen möglichen negativen Assoziationen. Tatsächlich eine Perle, die sich der ausdauernden Besucherin erschloss. Ein wunderbares Tor in die Welt des Shinto. Die Spiritualität und Naturverbundenheit durchdrangen alles und jene, die gewillt waren, sich einzulassen und sich auf den langen Weg bergauf über die unzähligen Stufen zu machen.

Ein unvergleichliches Erlebnis. Gesäumt von Tausenden leuchtend roten Torii, durch die der Weg bis auf den Gipfel führte. Wunderbar wohltuend die Energie, die sie beim Abwärtsgehen durchströmte. Die im Wind raschelnden Bäume. Das mythisch anmutende Licht, das da und dort durch die Blätter brach und sich strahlend auf den Boden oder einzelne Äste ergoss. Die lauten Rufe der Krähen, die die

Besuchenden wie Wächter durch den Wald begleiteten. Eine Symbiose von Lebensformen, die wunderschöner nicht hätte sein können. Selbst die vielerorts mit Argwohn und Abscheu bedachten Spinnen in ihren unzähligen Netzen hatten hier ihren wohlverdienten Platz und nahmen sich diesen auch.

Sie war ihnen dankbar für ihr Beispiel und bewunderte ihre Stärke.

10

Das Ende einer Reise als unvermeidbarer Schlusstrich unter einer Zeit der Abwechslung, Erholung und Freiheit. Einer Zeit des Ich und des Wir. Einer Zeit der geistigen und seelischen Erholung bei gleichzeitiger unvergleichlicher Stimulation.

Die Rückkehr nach Hause als empfundene Strafe. Oder als Weg zurück in den goldenen Käfig. Golden, weil es ihr an nichts fehlte. Eigentlich. Ein Käfig, weil die gewohnten Strukturen und Regeln anderer wieder ihr Leben ordnen und in Beschlag nehmen würden.

Wie war sie zu schaffen, die Balance zwischen der erfüllenden Freiheit des Urlaubs und der notwendigen Seite des Geld-Erwirtschaftens?

11

Erstaunlich, wie schwer es fiel, sich Zeit zu nehmen für sich selbst und das, was im Inneren danach drängte, beachtet zu werden. Die Arbeit war einfach immer da. Greifbar.

Und das machte auch sie verfügbar für andere. Wo sollten sie alle, die im Homeoffice waren, auch sonst sein?

Schwierig, Arbeit und Privatleben zu trennen. Noch schwieriger als früher. Keine räumliche Distanz. Keine Abwechslung. Immer dieselbe Umgebung. Nur mit sich selbst. Und ihrem Mann. Denn auch er arbeitete von zu Hause aus. Genauso eingengt und auf der Suche nach einem neuen System. Einem System, das es erlauben würde, so zu arbeiten, wie sie beide es als individuelle Personen wollten. Und dennoch genug Freiraum ließ für sie beide als Paar. Noch hatten sie es nicht gefunden.

Und trotzdem fühlte sie sich frei. Natürlich nicht ganz frei von Ängsten, Unsicherheiten und Sorgen. Die Pandemie offenbarte die Verwundbarkeit des Gesamtsystems, die ungeahnt komplexen Abhängigkeiten und die absolute Notwendigkeit eines Miteinanders. Doch frei von alten Dämonen. Frei, das Hier und Jetzt annehmen zu können als das, was es war. Außergewöhnlich. Beängstigend. Interessant. Unbequem. Entschleunigt. Beengt. Frei.

Offen dafür, die Tagesabläufe selbst zu gestalten. Bewusst Pausen zu machen. Die Freizeit für das zu nutzen, was zu lange nicht beachtet worden war. Sich wieder öfter ans Fenster zu setzen und dem Geist dorthin zu folgen, wohin er sich entschied zu gehen.

12

Wieder zurück. Zurück im Alltag. Mit all seinen Pflichten, Anstrengungen und Ärgernissen. Die Erschöpfung

war groß. Bereits am ersten Tag zurück im Job. Einem Job, der ihr grundsätzlich Spaß machte. In dem sie ihr eigenes Potenzial nutzen konnte. Doch die jahrelange Überlastung und persönliche Überanstrengung hatten bereits erste Opfer gefordert.

Nie war der Unwille, die wunderbare Zeit fern von Alltag und Stress zu verlassen, größer gewesen. Zu schön das Gefühl, endlich mal wieder sie selbst sein zu dürfen. Ihre Gefühlswelt erleben und zulassen zu können. Ausreichend zu schlafen und den Tag so zu gestalten, wie es ihrer aktuellen körperlichen und geistigen Verfassung entsprach.

Ein Gefühl der Trauer und noch nicht überwundener Anstrengungen überschattete ihre Rückkehr an den Arbeitsplatz. Der erste Tag. Wie im Nebel. Und als Beobachterin ihrer selbst von außen.

Kein angenehmer Zustand. So, als ob ihre Seele sich noch weigerte zu akzeptieren, was ihr Körper schon gezwungen war zu tun. Nahtlos dort weiterzumachen, wo sie vor zwei Wochen aufgehört hatte.

Die unmittelbare Erinnerung an die unvergleichliche Zeit in Japan und die damit verbundene Erholung für alle Sinne, Körper und Geist verblassten rasend schnell. Der Wunsch, dies zu verhindern, war übermächtig. Noch stärker waren die Kräfte, die an ihr zogen. Selbst die im bewusst langsamen Gehen neu entdeckte Kraft zu bewahren, erforderte große Anstrengung.

Der Lärm. Die Kälte. Die gesellschaftlich verankerte Schnelligkeit im Tun und Erleben. Sie alle stürzten auf sie ein, zogen und drückten, bis sie binnen kürzester Zeit nicht mehr wusste, wie ihr geschah und wie sie verhindern sollte,

wieder in den alten Trott zu verfallen. Es schien aussichtslos.

Von Neuem startete das ungeliebte Gedankenkarussell. Wie konnte sie selbst wachsen und gedeihen? Warum dauerte das so lange? Wieso war das, was ihr absolut logisch erschien, nicht das, was ihr Körper und ihre Seele widerspiegelten? Wieso wehrte sich ihr Innerstes gegen das, was sich nach reiflicher Überlegung als unausweichlich und am besten darstellte?

Das Leben erschien als schwierige Bürde. Ein Rätsel, das sich der Lösung widersetzte. Ein Labyrinth, in dem scheinbar kein Weg zum Ziel führte. Obwohl der Wille so groß war. Sie befand sich scheinbar nicht am typischen Scheideweg, sondern in einer Spirale, in der jede Drehung zu einer weiteren Drehung führte. Und das mit scheinbar endloser Fortsetzung.

Wie konnte sie sie selbst werden? Das, was sie bisher als ihr Ich angesehen hatte, stand zunehmend in Konflikt mit dem, was ihr guttat. Doch jeder Schritt in Richtung Verbesserung für ihre Person führte zu einer Konfrontation mit anderen und deren inneren Bestrebungen. Ein Dilemma. Wieder einmal. Schmerzhaft und kräfteraubend. Und zu diesem Zeitpunkt scheinbar aussichtslos.

Der Wunsch nach einem Zustand innerer Ausgeglichenheit und Sicherheit war groß. Übermächtig auch die Vision, keine körperlichen Beschwerden mehr zu haben. Einfach frei zu sein. Im Geist und im Leben.

Ungeklärt die Frage, wie dies zu erreichen war.

Autorinnenfoto: © Karl Schrotter



Barbara Schneeberger (1984) ist Autorin, Prozessbegleiterin und Mediatorin. In ihrer Arbeit begleitet sie Menschen in Phasen der Neuorientierung und persönlichen Entwicklung. Auch in ihrem Schreiben beschäftigt sie sich mit der Frage, wie wir uns selbst begegnen. Dabei gibt sie viel Raum für Zwischentöne, für noch nicht Ausgesprochenes und für ungewohnte Perspektiven. Im Zentrum steht ein genaues Hinsehen und Spüren, Wahrnehmen und Reflektieren, Zulassen und Akzeptieren.

Begegnungen mit Menschen, Reisen – insbesondere nach Japan – sowie Natur- und Klangräume fließen in ihre Texte ein und bilden den Hintergrund für ihre Art der Auseinandersetzung mit Veränderung.

