

Kann ich mir bitte ein Gefühl ausborgen?

Ich denke wie viele Menschen oft über das Leben nach, mein Leben, aber anders als früher.

Im Jetzt fühle ich mich, als hätte ich schon 100e Leben gelebt, als würde ich in einem der Sub-Leben im Treibsand feststecken, jede Bewegung scheint gefährlich und zieht nach unten. Trotzdem schaffe ich es, jeden Tag einen Schritt nach vorne zu machen. Es gibt auch Tage des Stillstands, aber keine mit einem Rückschritt. Darauf bin ich stolz.

Das Leben #1 ist für mich die Kindheit und Jugend. Vieles ist über die Jahre verblasst, verdrängt oder vergessen. Ich habe sehr früh begonnen, mir einen geheimen Freund zuzulegen, 10-20%ig, aus der Hausbar und am Wochenende im Stammlokal. Zum Rauchen fing ich auch in dieser Zeit an. Meine Jugendzeit war geprägt von Rauschzuständen, vielen wechselnden Partnern, unerfüllten Lieben, Todessehnsucht und Suizidversuchen. Texte aus dieser Zeit lesen sich manchmal wie Horror Stories.

Mein Leben #2 begann mit dem Schritt in die Volljährigkeit, dem Auszug von Daheim und im Alter von 22 Jahren auch meine erste Ehe. Warum wir geheiratet haben, wussten wir beide nicht so richtig, wir hatten viele gemeinsame Erfahrungen aus der Kindheit, Jugend und auch ähnliche Elternhaeuser. Liebe war das nicht wirklich, eher geschwisterlich unsere Beziehung, und letztlich hatten wir auch differente Vorstellungen von der Zukunft.

Das Millenium 2000 hatte dann mein Leben #3 eingeläutet, eine schnelle Scheidung nach 9 Jahren und eine noch viel raschere geschlossene zweite Ehe. Ich hatte mich im Urlaub 2000 so sehr verliebt, dass ich im Ausland geheiratet und meinen damaligen Mann nach Österreich geholt habe. Diese Ehe war Himmel und Hölle zugleich. Leider hatte ich mir damit einen Partner mit dem gleichen Problemlösungsschema ins Leben geholt, er "therapierte" sich nachts draußen in Lokalen und ich daheim. Zu Beginn schien das auch irgendwie zu funktionieren, aber der Schein trugte.

Zwei Kinder, zwei wunderbare Mädchen, hatte ich in diesem Leben mit diesem Mann zur Welt gebracht. Mit der Geburt des ersten Kindes begann bald eine sehr schwierige Zeit, deren Ausmaß ich mir damals so niemals hätte vorstellen können. Ich werde niemals den Moment des ersten betrunkenen Schlages vergessen, hochschwanger, ein heißer Tag im August 2004. Die Grenze wurde überschritten.

Die folgenden Jahre waren geprägt von Trinken, Gewalt, Trinken, Depressionen, Müdigkeit und letztlich nach 26 Jahren dann auch von Arbeitslosigkeit. Alkohol, Schulden, Alkohol, Existenzangst und nochmal Alkohol. Es ist kein Schreibfehler, wenn ich mehrfach das Trinken und Alkohol erwähne. Es war Alkohol der uns vorerst vereint hatte, es war Alkohol, der uns dann später brutal trennte. Ich war in dieser Ehe, diesen 15 langen Jahren, an die Grenzen meiner Selbst gelangt, versuchte, meine beiden Kinder von den schrecklichen Ereignissen in den Nächten, von diesen Alpträumen fernzuhalten.

Mein physischer und psychische Zusammenbruch war nur noch eine Frage der Zeit. Ich musste schnell und verlässlich eine Entscheidung treffen, auch dieser Tag bleibt unvergessen und eingebrannt.

Restalkoholol, ich und meine ältere Tochter in der Suchtambulanz zum Abholen der Entzugsmedikamente. Ich nahm sie mit dem mittlerweile zum Diskonterfusel mutierten Schnaps ein. Das blödeste was man tun kann. Ich konnte nicht mal richtig sitzen, der Arzt murmelte: "Ich lege

Ihnen nahe, sofort hierzubleiben und es gibt ein freies Bett"! Ehrlich gesagt, ich weiß bis heute nicht, was mich geritten hatte, meine 11jaehrige Tochter jeden Tag dorthin mitzunehmen. Ich weiß auch nicht, wo mein zweites Kind war. Innerhalb einer Sekunde hatte ich zugesagt. In der vergangenen Nacht fand mich meine Tochter zum zweiten Mal ohnmächtig in der Küche. Ich wusste, ich musste gesund werden und meinen Kindern die gestohlene Lebenszeit und -qualität zurückzubringen.

Aus der Zeit meines Lebens #3 gibt es keine Texte und keine Malerei. Ich habe keine Bücher gelesen und keine Musik gehört. Ich hatte keine Zeit und war aufgrund meines Konsum auch nicht mehr fähig, mehr als die tägliche Routine zu schaffen.

Der Beginn des Lebens #4 begann mit dem Einzug in die Entzugsstation. Diese Zeit war wichtig und sehr schwer. Hier hatte mir das Universum noch ein besonderes Geschenk gemacht. Einen Menschen, der mein Herz erobert hat, mir ein Leben voller Glück und Liebe versprochen hat. Gekommen ist alles ganz anders. Eine Liebe und Beziehung über 2 Jahre, voller Lügen, Betrug und Enttäuschungen.

Das Leben #5 begann, als ich verlassen wurde, mein Hier und Jetzt.

Gedanken aus jeder Lebensepisode und meinen Weg in ein klares selbstbestimmtes Leben möchte ich in Worten malen.

Leben #2 – Nebel

Der Nebel legt sich nicht. Dieser Nebel, hoch über uns, kalt, nass und voller Misstrauen. Nein, er will sich nicht legen. Er wird dichter, undurchdringlicher. Auch die Brücke wird im Nebel immer unbegebar. Es ist dieselbe Brücke, die uns einst zueinander führte.

Die Geister, die den Neugeborenen als Geschenk ein Päckchen voll von Vertrauen, Liebe und Geborgenheit mitbringen, sterben aus.

Der Nebel wird dichter, über der Stadt wird er schwarz. Die Schreie vieler Menschen ersticken in der bedrohlichen Dunkelheit. Über dem Land, den Wäldern, über den Wiesen, auch dort fehlen schon lange die Engel mit ihren Geschenken. Niemand kann vertrauen, niemand will bedingungslos lieben. Ich sehe das Blut, ich sehe dich, ich liebte dich so sehr vor vielen Nebeljahren.

Du hast mich in dieser Zeit auch gelehrt, wir wären alle alleine, es gäbe kein Vertrauen und keine Liebe in dieser Welt.

Leben #2 - Verlust

Seit ein paar Tagen sitze ich nun hier und verfolge den Flug der Staubkörner, die sich in einem Sonnenstrahl vor meinen Augen winden. Meine Augen sind ausgetrocknet, ich habe sie seit jenem Tag nicht mehr geschlossen. Was ich in den letzten Tagen getan und nicht getan habe, weiß ich nicht mehr so recht. Enorme Blackouts, es fehlen viele Stunden, Tage?

An den Arzt mit der Spritze, die Krankenschwester mit dem gelangweilten Lächeln und das harte sterile Bett, in dem schon so viele unglückliche Menschen schon vor mir lagen, daran kann ich mich düster erinnern.

Er

Im Erwachen wenig später spiegelt sich nur die Leere, diese unendlich große Leere. Ich wollte schon so oft sterben, jetzt war ich tot.

Leben #2 - Rausch

Die Flasche ist nur noch halbvoll, aber meine Seele läuft über. Ich warte ungeduldig darauf, dass mein Hirn so benebelt ist, dass ich meine Gedanken nicht mehr ordnen muss und ich nicht weiter von der Realität gequält werde. Ok, ich trinke schneller, ein paar Schmerztabletten, der Kopf, er denkt nicht mehr, er schmerzt. Unter meinen Medikamenten finde ich meine Lieblingsrasierklinge. Altes verkrustetes Blut klebt an ihr. Ja, ich könnte auch mal wieder Ritzen. Wenn ich betrunken bin, drücke ich die Rasierklinge tiefer in die Haut, und es gibt so eine richtige Sauerei.

Weiter warten auf den Rausch und das Vergessen. Ich könnte noch schnell zum Bahnhof fahren, den leckeren Kirschrum kaufen und zu meinem Fluss, der hier durch die Stadt fließt, gehen. Das Flussbett ist betoniert, um das Wasser in seiner Bahn zu halten. Wie bei uns Menschen, betonierte Seelen und Herzen, vom ersten Atemzug auf dieser Welt.

Niemand ging zu diesen Plätzen, ich habe nie eine andere Menschenseele dort gesehen. Dennoch empfand ich eine gewisse Geborgenheit, sobald ich über die Steigleiter hinab geklettert bin. Vereinzelt haben sich hier die Aasgeier der Stadt, Tauben, ihren Nistplatz eingerichtet. Ich bin sehr oft hier, am Wien Fluss. Auch in der Nacht.

Ich wollte dich so gerne einmal mitnehmen und dir die Blumen zeigen, die das betonierte Flussbett durchbrechen. Dir zeigen, das es vereinzelt noch Lebenskraft gibt. Schönheiten der Dunkelheit.

Leben #3 – Graf Eristoff

Ich hatte eigentlich neben meinem Ehemann eine über viele Jahre eine funktionierende Partnerschaft. Der Kerl war sogar von adeliger Herkunft! Graf Eristoff kam jeden Tag zu Besuch und blieb, bis ich eingeschlafen war. Er war immer gut zu mir, hat mich gewärmt, ließ mich gut fühlen, ich war immer seine kleine Superheldin und der Meinung, niemand ist besser als ich. Wenn auch mal kein seelischer Ausnahmezustand vorherrschte, schlief ich oft schon ein, bevor er ging,

Das Aufstehen am nächsten Tag war grenzwertig und wurde immer anstrengender, je älter ich und meine Kinder wurden. Der Graf war morgens nicht mehr da, frühstücken wollte er nie mit mir.

Die Nächte waren trotzdem lang. Furchtbar lang. Sie zogen sich wie ein Stück Gummi in die Länge. Im Halbschlaf wartete ich darauf, deine Stimme zu hören, auf die schlagende Tür, deinen leisen Gruß im Dunkeln. Deine Lautstärke verrät mir, ob und in welchem Rauschzustand du warst.

Leben #3 - 15 Jahre

Wenn ich trinke, rieche ich noch Tage später nach Fusel, wie er aus allen meinen Poren strömt. Mir ekelt manchmal so sehr davor, dass ich ohne zu denken, wieder Alkohol nachschütte, um ihn zu vergessen und nicht mehr zu riechen. Was für ein sinnloser Kreislauf.

Leben #4 - Ende einer Ehe

Der Mann sitzt mir gegenüber. Er ist ein bisschen nervös. Manchmal zittern seine Hände, er versucht

sie immer wieder zu verbergen und legt sie auf seine Beine unter dem Tisch.

Ich mag ihn noch immer. Aber es ist schon zu lange her. Zu viele Sekunden, Minuten, Stunden, Tage, Wochen, Monate und Jahre sind schmerzhaft an meinem Herz vorbeigezogen. Ich bin dabei, dich mental und emotional zu beerdigen.

Jetzt zittern meine Hände. Ich lege sie auf meine Beine unter dem Tisch.

Leben #5

Du hast nicht viel verloren in dieser Beziehung dein Einsatz hat sich darauf beschränkt, deinen Körper in einen anderen zu schieben und mir dabei eingeredet, es wäre mehr.

Leben #5 - Lug und Trug

Am Ende warst du all das, was mir nicht weitergeholfen hat, du gabst mir Dinge, die ich nicht brauchte und du hast mit mir auf eine Art geschlafen, vor der ich immer Angst hatte. Du hast versucht mir meine Stärke zu nehmen, in dem du mir eine Schwäche eingeredet und übergestülpt hast, die es gar nicht gibt

Leben #5 - Sinnloser Schmerz

Ich sitze mit dem Rücken zur Tür, aber ich spüre, dass du kommst. Ich wünsche mir, dich anzusehen, dich zu berühren, dich zu fühlen, ein wenig zu lachen, aber das einzige, was mir bleibt, ist aufzustehen, zu gehen und zu wissen, dass der Kampf fertig ausgetragen wurde. Ich liebe dich, aber ich brauche dich nicht mehr.

Leben #5 - Wahnsinn?

Irgendwann habe ich laut gelacht.

Niemand hat gefragt "warum?" "Sie habe noch nie gelacht", hieß es, und es war ein Ereignis!

Niemand ahnte zu diesem Zeitpunkt, dass sie endlich wahnsinnig geworden war.

Leben #5 - Aufstehen

Ich werde schon bald fortgehen. Wie lange, das weiß ich noch nicht.

Auch du wirst wahrscheinlich bald gehen. Wie lange, das weißt du auch noch nicht. Du wirst mit anderen Frauen schlafen, sie begehren, glauben, dass du sie liebst und letztlich doch alle irgendwann wieder verlassen. So wie du mich verlassen hast.

Ich werde mit anderen Männern schlafen, sie begehren, ich werde glauben, dass ich sie liebe und dann doch letztlich alle irgendwann wieder verlassen. So wie ich dich verlassen habe.

Eines sei dir gewiss, immer dann, wenn ich mit mir alleine bin, nur mich selbst habe, wenn ich einsam bin, einen Menschen zum Reden brauche oder um sich in sinnlicher Liebe zu vereinen, eben nur diesen einen ganz speziellen Menschen brauche, dann werde ich wohl immer nur an dich denken!

Ich werde schon bald fortgehen. Wie lange, dass weiß ich noch nicht.

Leben #5 - Schlachtfeld

Du hast dein Leben auf blutigem Grund gebaut. Den Weg schmutziger Manipulation gegangen. Ich blute aus vielen tiefen Wunden, die du lachend in mein Herz geschlagen hast.

Wunden werden zu wulstigen Narben, meine Zeitzeugen. Phantomschmerz. Und wenn ich schwach versuche aufzustehen, reichst du mir ein Etwas, Spitzes, Scharfes aus poliertem Edelstahl, nimmst meine Hand und führst sie hin zu meinem Herz, öffnest langsam von neuem meine Wunden, ein déjà vu jagd das andere. Aber gut, lasst uns die Spiele beginnen.

Leben #5 - Was geht ab?

Manchmal überfällt mich ein Lächeln. Von tief drinnen und ohne Vorwarnung. Ich bin erstaunt und verwirrt.

Es schmerzt nicht! Noch ein Versuch vor dem Spiegel. Und nein, auch hier gibts kein gebrochenes Glas.

Manchmal hab ich sogar ein Lied auf den Lippen.

Leben #5 - Dunkelheit und Stille

Ich verharre in der Dunkelheit, Er hat das Licht mit sich genommen. Ich lebe auch in Stille, seit er gegangen und mein Lachen ganz tief in seinen Rucksack stopfte.

Einsamkeit legt sich erdrückend, wie ein schwerer Mantel über mich. Den schwarzen Hund, er hat mich nur kurz angeblickt, mit diesen furchtbar traurigen Augen. Ja, ich musste ihn von seiner Leine nehmen. Die Traurigkeit ist auch da, gemeinsam mit der Einsamkeit richten sie sich schnell in meinem Herzen ein. Das ist ja jetzt sehr groß, leer und dunkel. Ich lebe nun in Stille und mein Lachen? ... das hat er irgendwo auf seinem Weg entsorgt.

Leben #5 - Der verlorene Krieg

Das Leben hat sich entschieden. Ich schau zurück und sehe das blutige Schlachtfeld, gefolterte Träume liegen im Sterben. Ich will nicht weinen, das wäre zu einfach.

Ich hab es satt, Schmerz im Schlaf, Schmerz im Traum und in jeder Sekunde meines Wachzustandes.

Ich bin noch immer im Liebeskummermodus, aber langsam verblasst er und hat keine Macht mehr über mich.

Ich lebe im Hier und Jetzt und habe viel erreicht. Ich bin stolz. Was mir das Leben #5 noch bringen wird, ich weiß es nicht. Aber ich bin bis hierher gekommen und bin klar, mein Kopf und mein Herz atmen wieder, so vieles überlebt. DANKE.

Wien, Jänner 2020