

# Ausgeloggt



Naturschutzgebiet, Blick  
auf einen See

Freitag nachmittag! Ich hab mich aus der Woche ausgeloggt. Ganz bewusst, ganz spontan bleibt heute mal die Arbeit liegen. Ich fahre den Computer herunter, ziehe mir meine einfache Hose, ein schlabbriges T-Shirt und die festen Wanderschuhe an. Um die Augen wird noch schnell ein bisschen Kajal drauf geschmiert, aber das wars schon. Die Haare bürsten? Bringt eh nicht viel, kann ich auch später noch machen. Wer soll mich schon sehen? Ich schnappe meine Handtasche mit den Siebensachen und fahre mit dem Auto ins nahegelegende Naturschutzgebiet mit den schönen Seen.

Eine herrliche, frische und freie Luft empfängt mich. Die Last der letzten Woche fällt von mir ab. „Bewusst runterkommen“ wie wichtig das ist. Ich bin die ganze Zeit krank gewesen und hab mir wohl einen Grippe-Virus eingefangen. Dennoch musste ich die ganze Zeit arbeiten, denn als Selbstständige hat man ständig Termin- und Zeitdruck.

Es war mir heute ein Bedürfnis, den Fluss der Zeit mal kurz anzuhalten. „[Gotta get away from me!](#)“

Termine absagen, auf die man sich eigentlich gefreut hatte. Die Freunde reagieren verständnisvoll, daran erkenne ich, dass es gute Freunde sind. Ich will ihnen etwas von mir geben, aber heute hab ich erstmal eine Grenze. Es geht nicht weiter.

Das Projekt wird mittendrin „abgebrochen“, der Computer hat alles gespeichert, ich kann auch am Montag noch weitermachen. Ich bestimme, wann ich aufhöre und ich bestimme, wieviel geht. Diese Freiheit fühlt sich gut an.

Auf dem See sind ein paar Enten. Die Natur ist noch im Wartemodus. Alles ist grau. Grüne Spitzen und Blütenansätze sieht man nur, wenn man genau hinschaut.

Gut Ding will Weile haben, alles braucht seine Zeit.

---

## Das weiße Blatt Papier

Heute habe ich mal wieder Lust zu schreiben. Nicht sehr oft in der letzten Zeit. Die meisten Alltagssachen kommen ins Tagebuch, aber darüberhinaus denke ich mir, dass es wohl niemanden interessiert. Früher hatte das öffentliche Tagebuch schon seinen Reiz. Das war auch die Zeit, als Blogs noch „neu“ waren. Heute sieht das ganz anders aus. Andere Medien dominieren. Die schnelle Information von Facebook oder Twitter, die „status updates“ vom digitalen Ego. Ich sehe das ganze nicht mehr kritisch, verstehe sogar die Leute, die das machen. Aber doch hab ich immer noch keinen Drag, mitzumachen. Es kommt auch nicht von selbst, so wie erhofft. Im Gegenteil: je mehr ich Abstand vom digitalen Leben nehme, desto weniger vermisse ich es. Ich hab keine Leere in mir, die ich irgendwie füllen müsste. Und ich will niemanden belehren oder mich irgendwie aufdrängen.

Vielleicht liegt es daran, weil mich mein restliches Leben auch schon so genug ausfüllt. Früher hab ich oft geschrieben, wenn es mir schlecht ging. Das Schreiben war dann ein Ventil für angestaute Gefühle, für die Dinge, die schief lagen. Vielleicht schreibt man auch mehr, wenn man jünger ist? Weil

man dann gewisse Dinge klären möchte und sich über bestimmte Sachen unklar ist. Robbie Williams sagte mal eins im [Radio-Interview](#), dass er früher, als er Liebeskummer hatte und in seinem Leben einiges schief lief, viel bessere Lieder schrieb. Heute ist er glücklich verheiratet (glaube ich), befindet sich in einem ruhigen Lebensabschnitt und sagt über sich, dass seine Songs immer schlechter werden. Die Kunst braucht also das Extreme! Das Leben zwischen Extremen, das Leben an der Kante! Die jugendlichen Gefühle, die Aufregungen, hochtrabende Emotionen. Nur ein glatter Ozean oder ein See im Inneren des Landes ist langweilig, was man braucht, sind Sturm, Wind und Wellen.

Auch der sturste Geist lässt sich formen, lernt mit der Zeit. Es kann also nicht ewig mit allen Extremen so weitergehen, das würde ja bedeuten, man würde nie etwas dazu lernen. Jedes Schreiben würde wieder auf das „ungebildete und neue Ich“ stoßen. Bei jedem Satz, jeder Idee wäre man wieder baff erstaunt. Wie ein kleines Kind im Spielzeugladen würde man sich über jeden bunten Teddy freuen und jeden Würfel dreimal umdrehen. Zur Natur gehört auch die Gewöhnung. Die Tatsache, dass Gras über die Sache wachsen kann. Dass aufgerissene Wunden wieder zuheilen.

Irgendwann hat man alles gesehen. Auch im Inneren. Kennt die eigenen Gefühle, aber auch die Grenzen. Die Neugierde ist in jede Ecke vorgestoßen, hat alles untersucht, alles ergründet. Die Bereiche, bei denen man enttäuscht wurde oder schlechte Erfahrungen gesammelt hat, werden fortan gemieden. Man muss sich die Nase nicht zweimal anstoßen. Schmerzen haben auch einen guten Charakter.

Die Zeit, die ich mir z.B. jetzt nehme um über alles nachzudenken, ist dann „freie Zeit“. Luxuszeit, die von der anderen Zeit großzügig abgetrennt und mit dem Küchenmesser zur Seite geschoben wird. Man lässt die Gedanken wandern, einfach so, weil man es kann und gerade Lust auf Nachtschicht hat. Das ist das menschliche Schicksal. Das Gehirn muss einfach immer

arbeiten. Dem Gehirn ist es egal, womit es gerade beschäftigt ist, Hauptsache es arbeitet. Nichts ist schlimmer, als nicht genügend Input, nicht genügend Stoff zum verarbeiten und das lohnende Gefühl, das dabei entsteht, wenn man wieder etwas geistig verdaut hat.

Vielleicht liegt es auch an der heutigen Zeit, dass wir immer weniger bei uns selbst ankommen, immer weniger Zeit zum nachdenken und vertiefen haben. Wir sind ständig von außen abgelenkt. Über diverse Medien, hauptsächlich jedoch Bücher, Fernseher und Internet können wir unser Bedürfnis nach Input ständig stillen. Wie ein niemals endend wollender Fluss aus süßer Milch mit Honig werden wir ständig gesättigt, manchmal sogar übersättigt. Wenn uns dann noch langweilig ist, fahren wir irgendwo hin. Laden uns irgendwas herunter. Konsumieren irgendwas.

Zuletzt schrieb ich in mein Tagebuch einen Satz, der dazu passt und der mit jetzt wieder einfällt:

„Der Mensch braucht auch mal Urlaubsphasen. Phasen, in denen das Papier wieder weiß werden kann.“

Wer zuviel „schreibt“, zuviel lebt, und zuvielen Eindrücken ausgesetzt ist, kann das Weiß des Papiers nicht mehr sehen. Die Tinte tränkt das Papier und lässt es an den Rändern verwelken. Der Radiergummi hat die Seiten zerfetzt, der Kugelschreiber hat feine, aber schwer zu entfernende Rillen reingerieben.

Wo bleibt die beruhigende Stille, die über allem liegt? Die Ausgangssituation, die wir letztendlich alle teilen? Unser Geist ist formbar, theoretisch haben wir darin alle die gleichen Anlage. Von Geburt an sprechen wir noch nichtmal eine Sprache. Haben kein Geschlecht. Keine Nationalität. Keine politische Weltanschauung. Keine Erziehung. Keine Werte. Wir starten alle mit einem großen leeren Block aus Papier in diese Welt. Und schreiben dann alle etwas anderes drauf. Lassen auf uns herumschreiben. Lassen an uns reißen, manchmal zerreißen, manchmal wieder mit Klebeband zusammenkleben.

Ab und an braucht man zwischen all den Zeichen ein leeres,

unbeschriebenes und reines Blatt Papier. Ein eigenes Blatt.

Das Blatt, mit dem wir gestartet sind und das frei von Meinungen ist. Als Lesezeichen. Als Löschpapier. Als Zettel des Friedens, der die Dinge voneinander trennt. Ein leerer Zettel, der Platz schafft und uns- die nötige Zeit zum ausruhen.

---

# Die Gedanken sind frei

*oder: Im Mondlicht*



Eine Schreibtischszene in kräftigen Farben

Feierabend, das höchste der Gefühle.

Die Türen klappen, Motoren brummen, es geht nach Hause. Draußen ziehen dröhnende Motorräder noch ihre Runden. Ein Mann gröhlt vor sich hin, zufrieden und schon etwas angetrunken. Der Nachbarshund schweigt und hat sich nach drinnen verzogen. Die Menschen haben ihre Arbeit verrichtet, nun ist es ruhig.

Der erste Schluck Bier der Woche wird über meinen Gaumen gespült, die erste Salzbrezel zwischen den Zähnen zerkaut.

Im Internet-TV kommt die „[Moonlight Sonata](#)“ zum x-ten mal. Ich liebe sie so.

Langsam ziehen die Gedanken aus meinem Kopf, es ist wie ein Film. Auf und ab, wie auf leisen Wellen sitze ich in meinem Sessel, Wärme umströmt meine Arme.

Ich atme langsam und genußvoll, bin völlig zufrieden- so wie es ist.

Der Abend, in dunkles Licht getaucht.

Der Streß- in bunte Farben ausgetauscht.

Die Liebe- in das Herz gelassen.

Das Mondlicht, stumm betrachtet.

Die Nacht, schweigend erwartet.

Dich- so innerlich ersehnt.