

Schwäche

Du wachst morgens im Bett auf. Eine seltsame Schwäche hat von Dir Besitz ergriffen. Es ist nur so ein Gefühl. Ein Gefühl, als ob jemand ein Ventil geöffnet hätte und dort deine ganze Kraft wie Luft aus einem Luftballon rausfließt. Du greifst mit der linken Hand an deinen rechten Arm und kontrollierst die Unterarm-Muskeln. Sie sind merkbar kleiner und schwächer geworden. Dafür ist die Haut zarter und das Bindegewebe weicher.

Die Schwäche merkst du auch, als Du Dich im Bett nochmal umdrehen möchtest und die Muskeln dafür nicht gleich anspringen. Die Muskeln am Rücken, in den Armen und in den Beinen funktionieren nicht mehr so wie gewollt. Du spannst Deine Hand zu einer Faust und hoffst, dass es bald besser wird, aber es ist unglaublich schwer, die Faust zu schließen. Die Hand fühlt sich saft- und kraftlos an.

In Deinem Kopf dreht sich die Welt wie ein Karussell und der Kreislauf springt nicht gleich an. Das hattest du seit Jahren nicht mehr. Du fühlst dich wie Blei, wie ein nasser Sandsack, der gerade so mit Mühe die Beine über den Bettrand schwingen kann. Der Blutdruck ist im Keller. Deine Laune auch.

Dann schüttelst Du Deinen Kopf heftig hin und her und hoffst, dass dieses Gefühl schnell vorüber geht. Mit Müh und Not suchst Du Dir irgendwelche Klamotten zusammen, die da gerade so rumliegen. Du schleppst dich in die Küche. Mit zitternden Händen und weichen Knien wird der erste Kaffee zubereitet.

Deine zarten Arme und dein chaotischer Kopf versuchen den Frühstückstisch zu decken. Da kommt schon die nächste Schwierigkeit: Ein geschlossenes Marmeladen-Glas. Du stöhnst innerlich auf und verfluchst Deine Entscheidungen. Wie sollst du das Ding nur aufbekommen? Du nimmst es zum Spaß in die Hand und drehst ein bisschen daran. Fühlt sich gut an, ohne Frage..

aber der Deckel bewegt sich keinen Millimeter. Es muss irgendein Hilfsmittel her... du kramst in der Küchenschublade und findest ein altes Taschenmesser. Die Klappen und Hebel sind alle schon etwas fest gerostet und schwergängig. Lange Nägel hast du, das ist kein Problem. Nur jetzt musst du noch Kraft in die Hand, in den Finger, dann in den Nagel bringen und das Ding irgendwie herausbiegen, damit du den – wie gesagt verflucht schwer sitzenden Marmeladenglasdeckel- zum Knacken bekommst.

Am Vormittag geht es zum Einkaufen. Getränke-Kisten. Ein großer Spaß. Verflucht schwere 17 kg Kästen, die zusätzlich noch über die Kante am Kofferraum gehoben werden müssen. Das Leergut bekommst du gerade noch so gewuppt.

Du stehst im Laden vorm Regal mit den Kisten und überlegst, ob du gleich weinen oder um Hilfe bitten sollst. Du reißt dich zusammen, stabilisierst mit dem einen Fuß den Einkaufswagen und wuchtest die Getränkekiste auf das Stahlgestell. Du bist eine starke Frau und wirst es immer sein! Du brauchst keine Hilfe! Du bist unabhängig und frei.

Dann fängst du an zu schwitzen. Irgendjemand hat überlegt, dass du noch eine zweite Kiste brauchst und dann noch eine. Dein Partner grinst dich an und läuft tänzelnd durch den Gang. Er redet gerade irgendwas schlaues und sieht ganz munter aus. Du schiebst mit letzter Kraft den Wagen mit dem Zentner Gewicht um die Ecken (Kraft, Kraftwechsel, Bewegung, Beschleunigung, Abbremsen) und bezahlst... dann hast du genug. Du ergibst dich deinem Schicksal und benutzt deinen hübschen Mund, aus dem in der letzten Zeit nur nette Sachen kommen... „ähm Schatz, kannst du bitte den Wagen nehmen? Der ist mir etwas zu schwer...“ Er guckt dich kurz an, zuckt mit der Schulter und fährt das Ding nach Hause.