

ina marie schmidt **einfachheit**

Zur Einfachheit zurück, um die Komplexität des Seins zu verstehen

Im alltäglichen Leben sind unsere Sinne so stark abgelenkt, dass wir die Schreie in uns nicht hören und ihnen zu wenig Beachtung schenken. Wir werden überschüttet von Bildern und Gedanken, die wenig mit unseren eigenen Gefühlen zu tun haben. Um sich in diesem Durcheinander zu recht zu finden, müssen wir zur Einfachheit zurückkehren. Zu uns selbst finden und unser selbst definieren. Selbstbetrachtung.

Wandern. Alles was man zum Leben braucht in einem kleinen Rucksack verstaut. Man braucht sich morgens keine Gedanken über seine Kleidung machen, da man nur ein Outfit zur Auswahl hat. Und dann geht es schon weiter. Der Weg ist gut gekennzeichnet, also kann man sich auf das wesentliche konzentrieren. Gelegentlich wird man durch einen schmerzenden Fuß oder das Verlangen nach Nahrung aus seinen Gedanken in die Realität katapultiert. Doch im Wesentlichen ist man ganz bei sich. Dadurch, dass man nicht von äußeren Einflüssen abgelenkt wird, kann man sich voll und ganz auf sein Inneres konzentrieren. Jeder Schritt bringt einen Gedanken hervor, es ist egal wo man sich gerade befindet, alles löst sich auf. Die Umgebung, die Menschen und die Witterung, alles spielt sich nur in unseren Gedanken ab. Jede Erinnerung weckt ein Gefühl. Hass, Angst, Schmerz, Hunger aber auch positive Empfindungen wechseln sich ab. Unbeständigkeit, und immer wieder diese Bilder, die in einem ruhen und hin und wieder ausbrechen, und dann doch wieder schweigend ruhen. Antworten, man sucht meist verzweifelt nach ihnen, aber die Momente der Erleuchtung sind kurz und teilweise schmerzvoll.

Menschen ziehen an einem vorbei. Alles sortiert sich neu. Erinnerungen die ein unklares Bild hinterlassen haben, erhellen sich, sie gewinnen an Deutlichkeit. Aber auch friedliche Bilder werden zu ungelösten Rätseln, werfen Fragen auf und ihre vermutete Verlässlichkeit wird brüchig. Doch dann verschwinden sie, um irgendwann wieder hervorzukommen und einen zu Verzweiflung zu bringen. Manche Dinge, die wir so fest in uns geglaubt, an denen wir festgehalten und gehangen haben, lösen sich auf, nehmen eine andere Dimension an. Wir lassen los, ohne Qual verabschieden wir uns und schließen Frieden mit den Menschen und natürlich mit uns selbst.

Aber was wäre das Leben ohne diese Sehnsucht, dieses Verlangen, welches ewig in Unerfüllung wiegt.



Der Weg

Heute habe ich einen Maikäfer gefunden. Er lag zertreten auf dem Rücken. Wahrscheinlich werde ich noch vielen Maikäfern begegnen. Dabei ist es schon August.

Warum wanderst du überhaupt? Bist du katholisch? Nein. Wie ein Spanier siehst du auch nicht aus. Schwerverbrecher? Nein, kann ich mir auch nicht vorstellen.

Gute Frage, ich glaube so genau habe ich da gar nicht drüber nachgedacht.

Kämpfen. Wie im richtigen Leben. Gelassenheit. Selbstfindung. Wahrscheinlich ein paar Dinge neu sortieren und hinter sich lassen. Endlich erwachsen werden. Selbstständig werden.

In Pamplona stehen einige Menschen, und ich haue endlich ab und lasse sie hinter mir. Der Weg ist hart und steinig, mein Körper schmerzt. Mein Verstand setzt aus. Noch einmal drehe ich mich um und erblicke sie alle. Einige haben Tränen in den Augen, andere blicken voller Zuversicht. Schweren Herzens verabschiede ich mich. Aber natürlich gehe ich nicht ganz, ich lasse einen Teil von mir zurück.

11.08.04

Was soll das überhaupt? Na ja, schon wieder so viele nichts sagende Blicke. Die Füße, ja die Füße schmerzen, warum eigentlich? Der materielle Ballast ist abgeworfen, aber der andere hängt noch in fetten Stücken an meinem Körper. Die Frage ist, werde ich es schaffen, mich von all diesen Strukturen lösen zu können und was erwartet mich wenn ich ankomme, an meinem Ziel? Einsamkeit? Oder völlige Zufriedenheit? Wahrscheinlich von allem



etwas. Es ist, wie es ist. Was will ich eigentlich? Will ich meinen Körper an Grenzen führen oder vielleicht auch meinen Geist und meine Seele? Geht das überhaupt?

Ich möchte endlich wissen wer ich bin, welche Leute mir wichtig sind, warum ich wie fühle. Wen brauche ich und was kann ich geben?

14.08.04

Dieser Weg ist nicht mein Weg. Camino de Santiago. Dieser Weg ist ein Weg derer, die auf der Suche sind. Was suche ich? Warum bin ich unglücklich, was macht mich glücklich?

Suchende und Verlorene. Einsamkeit, aber doch Zufriedenheit in dieser Einsamkeit.

Trauer und Freude. Glück und Unglück. Umwege werde ich noch gehen. Noch 530 Km und dann? Wie sieht meine Zukunft aus, nein, ich meine was geschieht in der Gegenwart? Oder muss ich erst diese Hürden überwinden, um in der Gegenwart zu existieren. Oder besser endlich zu leben.

Menschen begegnen mir. Kleine, große, arme, reiche, schöne und langweilige. Wie kann ich jemanden finden. Ich schaue in leere Gesichter. Ich fühle mich selbst leer. Liebe. Ich brauche Liebe, ich bin geboren, um geliebt zu werden, ohne Liebe bin ich nichts. Meine Mutter und mein Vater lieben mich, aber ich brauche andere Liebe. Ich bin auf der Suche. Nach dir. Wo du bist, weiß ich nicht. Ich weiß nichts. Ich weiß wo ich wohne, wie ich heiße, wie ich laufe, wie ich singe, ich kann es fühlen. Aber ich habe keine

Der Schuh

Irgendwie merkt man etwas. Man kann es nicht genau beschreiben, aber irgendwo sitzt es und drückt. Genau wie ein zu enger Schuh. Ein paar Socken ausziehen, die aufgeschürften Füße mit Pflaster umkleben und wieder rein in den Schuh. Man könnte auch barfuß gehen, aber die Schmerzen würden physiologischer. Noch verletzlicher. Oder einfach doch hinsetzen und die Füße hoch legen und den Weg in seinen Gedanken durchwandern. Aber es drückt noch stets. Jetzt weiter oben. Also Schuh wieder an, der einem eigentlich nicht passt.

Ahnung wo ich herkomme, ich kann es nur erahnen. Hass, Neid, Verachtung, Intoleranz und Eifersucht sind mir nicht fremd. Warum? Wo ist meine Erlösung, wann setzt sie ein? Wo ist der, der mich erlöst? Wahrscheinlich schon da, aber er begreift nicht wer er ist. Er schlummert in mir. Ich muss mich nur noch finden in diesem Chaos, dann bin ich frei. Ich muss mehr geben als ich nehme, aber doch wandere ich alleine. Ein Einzelgänger, der sich alleine nicht wohl fühlt? Eine Konträre. Ich bestehe aus Kontrasten, dunkle und helle Seiten. Schwarz und Weiß. Ich muss mich entscheiden. Leben oder vegetieren. Hoffentlich laufe ich mir selbst bald über den Weg.

Träume

Wir laufen und laufen, wandern und wandern.. Mein Gehirn setzt aus, meine Füße schmerzen. Manche klagen über Blasen an ihren Füßen, abends im Nachtlager werden Salben und Verbände ausgetauscht.

Die Nacht war schlecht, zu wenig Schlaf. Beim erneuten Aufsatteln des Rucksacks schmerzt jeder Muskel, die Füße brennen. Doch nach einigen Schritten sind die Schmerzen vergessen und man erfreut sich am Sonnenaufgang. Gedanken schwirren in meinem Kopf, und ganz beiläufig, ohne lange darüber nachgedacht zu haben, schießt mir eine Idee in den Kopf. Ich möchte Professorin werden, ich möchte Kunst lehren. Ich möchte meine, derweilen etwas mageren Erkenntnisse teilen. Ist das nicht das Ziel des Lebens, Erkenntnisse weiter zu geben, zu teilen? Liebe zu geben. Vielleicht sind wir alle nur geboren, um uns gegenseitig zu unterstützen, alleine sind wir ein Nichts.



Leben
Denken
Reden
Ebenen
Eden
Nennen
Kennen
Traum

Elin sitzt im Auto. Es regnet. Sie sagt, die haben doch überhaupt keine Attitüde. Omas Haus in der Hochstrasse. Bin ausgezogen.....

Jesus. Wer war Jesus, was will er noch stets?

19.08.04

Regen. Wie war das noch mit dem Regen? Regenhose, Regenjacke, Mütze und ein dicker Pullover. Wie jetzt eine lange Hose? Ach Quatsch brauch ich nicht. Blöd, das es jetzt regnet.

Also den Menschen, denen man begegnet, da sind schon einige skurrile Typen dabei. Aber wahrscheinlich wirke ich auch nicht gerade normal. Vielleicht sind das hier meine Lehrer. Also sauge ich alle Informationen auf, die ich erhalten kann. Rache Traum, heute Nacht habe ich mich gerächt an allen die mich verletzt haben, ich fühle mich super. Warum tut Rache so gut? Ich denke häufig an Rache. Ich will verletzen. Mich über alles stellen, aber nur für einen kurzen Augenblick und dann bin ich auch schon befriedigt. Wahrscheinlich muss ich heute noch Strafrunden lau-

Aufschreiben

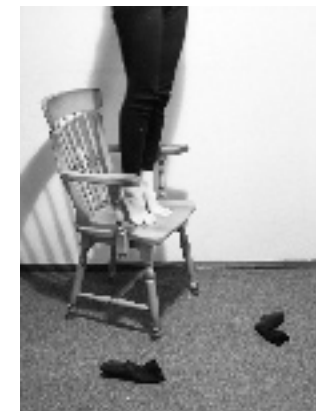
Gedanken entstehen. Sie fallen, purzeln und fliegen. Sie drehen sich, pochen und verstummen, vergraben sich und tauchen wieder auf. Manche ordnen sich und verschwinden wieder, meist verliert man sie, aber sie kommen wieder und scheinen jungfräulich. Doch so bald ich versuche den Stift aufs Blatt zu drücken und aus den aneinander gereihten Buchstaben Sinne entstehen, verlieren sie ihre Authentizität. Für einen kurzen Moment scheinen sie echt, doch um so länger sie bestehen, desto unwirklicher werden sie.

fen, um diese lästigen Aggressionen abzubauen.

Eine Uhr. Eine schicke Armbanduhr. Ja das macht was her. Am besten eine, die teuer aussieht. Eine silberne. Ticken sollte sie, auffällig sollte sie sein. Wie ein Mann. Doch meistens ist auch hier die Batterie nach ein paar Jahren leer. Leichte Schminke. Ordentliche Kleidung. Ich möchte endlich wie 25 aussehen. Na ja, vielleicht sollte ich mich erst auf mein Inneres konzentrieren, bevor ich schon wie 25 aussehe, sollte ich erst einmal wie 25 denken. Eine Haltung. Also eine Haltung ist eigentlich am wichtigsten, ein feste Meinung. Natürlich sollte sie auch austauschbar sein. Man muss ja schließlich auf verschiedene Bedürfnisse eingehen können. Meine Armbanduhr ist stehen geblieben, vielleicht ist das ein Zeichen.

Sport ist auch ganz wichtig. Auch hier scheine ich von meinen Wanderkumpanen zu lernen, manche quälen sich ganz schön. Die Männer mit leichtem Bauchansatz hecheln nur so an mir vorbei. Frau möchte fit bleiben, attraktiv aussehen und natürlich einen physischen und psychischen Ausgleich schaffen.

Handy. Was ist ein Handy? Welche Vorteile bringt es mir? Wie fühle ich mich? Was macht das Handy? Ich fühle mich belästigt, eingespannt und immer erreichbar. Auch wenn ich nicht erreichbar sein möchte, die Nachricht erscheint und mein Gehirn denkt nach. Ich kann nicht ausweichen. Sms ist die schlimmste Form. Eine kurze Nachricht, die nicht sehr persönlich ist, aber doch anwesend. Ruft jemand an, kann ich abwägen. Kommt eine Nachricht, lese ich sie. Wie ein eingeworfener Brief, man kann sie nicht rückgängig machen. Telefonzellen sind auch schön.



Aber was nützen all die schlaunen Gedanken, wenn man wie ein kleines Mädchen daher kommt.

Pia hat heute Geburtstag. Das Wetter ist schlechter geworden, schon seit drei Tagen regnet es. Kalt und Regen. Irgendwie drehen sich meine Gedanken im Kreis. Wo bleiben die Erkenntnisse?

Freunde. Ein stabiler, fester Freundeskreis ist wichtig. Leute die einen unterstützen und Kraft geben.

Ist das nicht das, worum es geht?

21.08.04

Schokocroissant kämpft mit Trinkjoghurt, Trinkjoghurt versucht Kekse zu ertränken. Ein Stich in die Magengegend. Ein kurzer Aufschrei. Süßigkeiten. Und wieder eine Ladung Snacks. Ein kurzer Stoß von der Rechten und die Linke gibt nach. Übergibt sich. Zum Glück ist kein Blut geflossen. Ernährung. Ganz wichtiger Punkt. Mein Körper will nicht mehr. Erst quäle ich ihn 32 Km durch die Wüste und zur Belohnung haue ich ihm den ungesündesten Mist rein, den der Laden zu geben hat. Irgendwie unlogisch. Fast wie Regelschmerzen, und eigentlich reicht das einmal im Monat völlig aus. Also, was tun? Sicher Baguette mit Käse ist auf Dauer öde, aber es geht hier auch nicht um Delikatessen. Hier geht es um den Kreislauf des Lebens, und das er richtig in Gang gesetzt wird. Wir könnten einfach mal ein paar Nudeln in der nächsten Bar essen. Ich muss zugeben, wenn man von den Männern in der Bar angelechzt wird, und sich wie ein Stück Fleisch in der Auslage fühlt, ist Frau nicht dazu geneigt, sich einen Teller Nudeln zu bestellen. Aber deshalb muss ich ja

Kunst

Manchmal frage ich mich, was ich da eigentlich tue. Ich sitze auf der Kunstakademie und studiere. Als ob das so einfach zu erklären wäre. Was ist Kunst überhaupt? Andere beschäftigen sich mit Kalkulationen und quälen sich durch Klausuren und ich beschäftige mich hauptberuflich mit mir selbst. Hört sich ziemlich egoistisch an. Hin und wieder packt mich das Verlangen, wieder die Schulbank zu drücken und Informationen aufzusaugen. Nicht immer dieses ewige Suchen, sondern vorhandene Informationen verarbeiten bzw. einfach nur in meinem Hirn aufbewahren. Ein Freund fragte mich kürzlich was machst du da eigentlich die ganze Zeit? Und ich konnte ihm keine befriedigende Antwort vorlegen. Ich denke über meine Arbeit nach. Ja, so könnte man es ausdrücken, aber eigentlich versuche ich, über alles nachzudenken. Warum können manche Leute nicht über Gefühle reden, warum träume ich seit zwei Wochen von der selben Person, warum springen Hunde immer die Leute an, die eigentlich überhaupt keine Lust darauf haben und warum steckt die Verkäuferin ausgerechnet an der Kasse

nicht meinen Magen dafür bestrafen. Was kann der dafür. Scheiß Männer. Aber vielleicht ist das auch einfach so eine Sache, die ich lernen muss. Männer sind einfach so, und vielleicht meinen sie es gar nicht böse (die meisten zumindest nicht), es liegt halt so in der Natur. Der Mann ist halt immer auf der Jagd, ob er will oder nicht. Der kultivierte Mann macht so etwas natürlich nicht, aber vielleicht unterdrückt er auch nur seinen Trieb. Wer weiß, was in seinem Kopf abgeht. Gegen Triebe handeln ist auch recht unnatürlich. Vielleicht sollte ich meine Einstellung ändern, denn es wird immer irgendwelche Männer geben, die blöd gucken. Blicken ausweichen und dadurch meine Gesundheit aufs Spiel setzen ist auch total unintelligent. Sollen sie doch gaffen, ich will leben und zwar gesund.

Nach diesem anstrengenden Tag haben wir uns ein Einzelzimmer verdient. Erstmal die Beine hoch und entspannen. Da summen auf einmal einige Fliegen an der Zimmerdecke. Da sind sie wieder die Männer, jetzt haben sie sich schon als Fliegen verkleidet. Frau fühlt sich wie die Auslage an der Fleischtheke. Obwohl doch die Frauen die Auswahl treffen?

Morgen gibt es Brot mit Käse und Tomaten, hm lecker. Abends Pasta und keine Süßigkeiten. Punkt.

Menschen wandern aus verschiedenen Motiven. Der eine hat seine ganze Familie verloren, der andere will seinen Glauben festigen, wieder ein anderer denkt zu wissen, warum er läuft, handelt aber gegensätzlich. Einer will auf seine Toilette nicht verzichten,

ihre Zigarette an? Es gibt dann so Leute, die mir Weißmachen wollen, dass ich mir zu viele Gedanken mache und das ich einfach mal leben soll. Wäre ich nicht tot, wenn ich nicht nachdenken würde? Wir leben doch im sozialen Miteinander, unserer höchster Trieb ist der, der Weiterentwicklung, dafür ist es zum Vorteil untereinander zu kommunizieren, oder etwa nicht? Und bevor ich jemandem etwas sagen möchte, sollte ich vielleicht erst einmal gründlich darüber nachgedacht haben, ansonsten hat der Gesprächspartner nicht sehr viel davon. Und der andere weiß gar nicht, was er da gesagt hat. Was wäre, wenn niemand mehr denken würde?

Ob die Verkäuferin an der Kasse wohl nachgedacht hat, als sie sich die Zigarette angezündet hat? Natürlich hat sie gedacht. Das Zusammenspiel von Qualität und Quantität spielt natürlich auch eine Rolle. Einer der seit drei Jahren darüber nachdenkt, wie er seine Frau am besten umbringen kann, bevor er sie dann entgeltig enthauptet, der hat zwar lange drüber nachgedacht, aber ob seine Entscheidung des morden an sich so gut war ist fraglich. Wenn ich aber aus Affekt heraus, dem

während der andere mit nichts unterwegs ist. Der Eine erreicht schnell sein Ziel, der Andere langsamer, während noch ein Anderer es nie erreicht. Leute, die zusammen los gelaufen sind, trennen sich, jeder läuft in seinem eigenen Rhythmus weiter. Freundschaften entstehen, oder trennen sich, Beziehungen werden auf die Probe gestellt.

Blasen. Die meisten quälen sich mit Blasen herum, auch alte Gelenkprobleme tauchen wieder auf. Ein Sturz, eine Infektion, das ganze Bein schmerzt. An Auftreten ist nicht zu denken. Einer läuft auf einem Bein, der andere sitzt im Rollstuhl. Doch keiner gibt auf, alle gehen weiter und wollen an ihrem individuellen Ziel ankommen. Jeder hat mit seinen speziellen Problemen zu kämpfen.

Der Unterschied zwischen Pilgern und Wandern hat sich schnell gezeigt. Die Etappen erweisen sich als sehr unterschiedlich. Einen Tag an der Autobahn. Der Asphalt brennt unter den Füßen, während die Ohren vom Geräusch-Pegel der Lastwagen gelähmt werden. Die Luft nimmt einem den Atem. Dann wieder eine 19 Km lange Strecke geradeaus. Kein Baum zu erblicken, nur abgewirtschaftetes Land. Die Sonne brennt, kein Brunnen in Sicht. Nach einigen Tagen der Dürre kommt es wieder zu einem Vegetationswechsel. Bäume säumen den Weg. Endlich Schatten. Dann sammeln sich Wolken am Himmel. Es zieht sich zu. Ein Wolkenbruch. Wer nicht rechtzeitig seinen Poncho übergezogen hat, wird wohl oder übel ein Problem haben. Denn es bleibt einige Tage kalt und die nassen Klamotten werden wohl in den kühlen Herbergen nicht so schnell trocknen. Natürlich bin ich einer von

Mann meiner Alpträume eine Zweite Chance gebe und nach ein paar Wochen feststellen muss, dass das nicht so eine gut bedachte Entscheidung war, dann weiß ich ganz sicher, das ich diesen Fehler nicht noch einmal machen werde. Und wenn ich ihn noch mal machen sollte, vielleicht werde ich dann daraus wieder eine neue Erkenntnis erlangen, oder auch nicht. Aber es heißt ja so schön aus Fehlern lernt man. Deshalb ist es gut, hin und wieder nicht alles genau zu bedenken, denn die Intuition und Gefühle haben schließlich auch ihre Aufgabe. Man könnte ja einfach auf seine Gefühle hören und sie kurz bedenken und dann sofort handeln? Fraglich ob das eine Lösung zum Gedanken Problem ist. Die Frage ob ich jemanden, der mich enttäuscht hat, eine zweite Chance geben soll, ist somit aufgehoben. Jeder denkt mal nicht sorgfältig nach bzw. jeder denkt anders, manchmal kommt es einem so vor als ob manche Leute gar nicht nachdenken würden, aber vielleicht denken sie in einer anderen Dimension, die für andere nicht begreiflich ist. Nachdenken garantiert leider auch nichts. Ob jemand, der sein Leben lang vor dem Fernseher verbringt und die anderen denken lässt, ein

den Versagern, die ihren Poncho nicht zeitig rausgeholt haben. Mir ist der ganze Regen den Rücken runter gelaufen, und mein trockenes T-Shirt ist klitsch nass, und das letzte paar Socken, und und und. Zum Glück besitzt mein Schlafsack noch einige trockene Stellen, sodass ich mich in der Nacht etwas aufwärmen kann. Die Glücksmomente lassen noch auf sich warten. Die Nacht wird laut und kalt. Zirka 30 Betten befinden sich im Schlafsaal, die Hälfte der Leute schnarcht und das Dach scheint nicht richtig dicht, der Wind bläst an allen Seiten. Der Vorteil von solchen schlechten Nächten ist eigentlich nur, dass man morgens früh loskommt und den Sonnenaufgang und die Stille noch bewusster genießt. Man friert noch etwas, doch um so höher die Sonne steigt, desto stärker fühlt man die wärmende Hülle, die einem im Laufe der Zeit umschmeichelt. Gedanken von Aufbruch und Erneuerung machen sich breit. Komischerweise ist man viel produktiver nach einer schlechten Nacht. Der Drang nach Veränderung und auch die Kampfeslust steigen zum Höhepunkt an.

Frische Gedanken durchfluten meinen Geist. Ich fühle mich. Ich lebe.

23.08.04

Das Leben ist scheiße, denn Klaus ist ein Schwein...

Nur noch 320 Km. Ich warte auf die Erleuchtung. Mein Hauptproblem, die Ungeduld, macht sich breit. Ich wünschte, ich würde nicht immer so ungeduldig sein und mal einfach die Zeit verstreichen lassen, anstatt immer etwas vom Leben zu verlangen und zu fordern. Gelassenheit ist was mir fehlt. Vielleicht, viel-

besserer oder ein schlechterer Mensch ist, ist fraglich. Der kann wenigstens nichts falsch machen und irgendwen verletzen, während ein anderer durch sein Gegrübel anderen oft im Weg steht.

Aber was hat das dann alles mit meiner Arbeit zu tun? Muss ich also tatsächlich der Gedankenhelfer sein? Nein, natürlich nicht, aber ich könnte es probieren die Menschen, die zu meiner Ausstellung kommen zum denken zu animieren. Ich bin sozusagen ein Unterhaltungskünstler? Falsches Wort. Unterhaltung hat sehr wenig mit selber denken zu tun, auch wenn es ursprünglich mit dem Wort Kommunikation verwandt ist. Ein Unterhaltungskünstler ist eher jemand, der für die anderen denkt und die konsumieren das nur. Also versuche ich meine Sichtweise bildlich auszulegen und hoffe darauf, dass jemand sich gefühlsmäßig einbezogen fühlt und daraufhin darüber nachdenkt. Ich hoffe, dass das nicht so kompliziert ist. Sonst landen die doch nachher alle vor dem Fernseher, aber da können sie ja bekanntlich keine Fehler machen, außer wenn sie dann fertig sind und durch die ihnen vorgegaukelten Erkenntnisse meinen Schlau-

leicht aber auch nicht. Ich will zu viel. Eins nach dem anderen, wenn ich jetzt schon alles kann und weiß, was soll ich dann die nächsten fünfzig Jahre machen?

23.08.04

Na endlich, die Krise. Ich könnte heulen wie ein kleines Kind. Mama, Mama ich will wieder in deinen schützenden Armen liegen, und deine Wärme spüren. Sind heute nur 19 Km gelaufen, direkt nach Leon. Wenn mein rechter Fuß nicht so schmerzen würde, wäre ich wahrscheinlich alleine weiter gelaufen. Dieser Stillstand gibt mir den Rest. Wenn ich irgendetwas Ernsthaftes am Fuß habe. Was dann? Aufgeben? No way. Das wäre eine ganz neue Erfahrung. Aufgeben habe ich in meinem Wortschatz noch nie benutzt. Außer, wenn es um andere geht. Ich, aufgeben? Ich wäre einer von den Verrückten, die mit nur einem Bein weiter laufen würden. Habe ich etwa Angst vorm Versagen. Wovor habe ich Angst? Warum kann ich mir selbst keine Schwäche eingestehen? Alle denken immer, ich wäre super hart und konsequent, dabei habe ich auch meine schwachen Momente und zweifle an meinen Fähigkeiten.

Also woher kommen diese Ängste? Wovor habe ich Angst?

Früher hatte ich Angst vorm Nikolaus, und jetzt? Also wenn er mir heute begegnen würde, hätte ich eher Erfurcht und Respekt vor ihm. Allein sein, versagen, vor Verletzungen, eigentlich vor Stillstand, das sind die Hauptpunkte. Was wäre, wenn ich auf einmal krank würde? Und ich müsste diese Wanderung beenden? Wenn ich mir etwas in den Kopf gesetzt habe, bringe ich es

heit erlangt zu haben. Vielleicht sollten sie erst abschalten, dann nachdenken, und dann erst in die Welt spazieren. Also muss doch alles erst gründlich bedacht sein, bevor es positive Wirkung zeigt.

auch zu Ende. Wenn ich mir ein Buch kaufe, und ich merke nach ein paar Seiten, das es schrecklich ist und mich kein bisschen anspricht, ich lese es trotzdem zu ende, auch wenn es unendlich lang und langweilig ist. Erst einmal muss ich herausfinden, woher diese Ängste kommen. Die Last der Eltern. Meine Eltern haben nie etwas von mir verlangt. Sie gaben mir den Freiraum zur freien Entfaltung. Wahrscheinlich hatten sie diesen Freiraum nicht. Ich verlange es von mir, dieses durchhalten. Auch wenn es mir dabei schlecht geht. Lob? Erfolg was ist das überhaupt? Vielleicht spielt das alles gar keine Rolle. Ich möchte einfach nur mich selbst begreifen und dann könnte ich auch einfacher durchs Leben wandern. Ich möchte die Welt verstehen und mich in ihr zurechtfinden. Alleine zurechtkommen, aber auch in der Gemeinschaft wohl fühlen und meinen persönlichen Beitrag leisten. Warum schwanken meine Gedanken, meine Gefühle? Ich bin stark und zum Aufbruch bereit, und im nächsten Moment bin ich wieder schwach und verstecke mich. Dann fühle ich mich hässlich und habe Angst mich auszudrücken. Und dann wiederum sprühe ich vor Selbstbewusstsein, und verletze andere. Ich möchte nicht immer gleich sein, aber gerecht und fair. Hier bin ich wohl noch meilenweit entfernt. Ich muss lernen mich zu lieben, so wie ich bin. Aber wie soll das funktionieren, ich kann doch nichts lieben was ich nicht kenne. Was sind meine Stärken? Was meine Schwächen? Ich bin aufgeschlossen und habe kein Problem mich in Gruppen aufzuhalten, aber trotzdem fühle ich mich nicht wohl in ihnen. Manchmal bin ich komplett intolerant, merke es aber erst viel zu spät. Ich kann zwischen den Welten jonglieren, will



das aber nicht unbedingt. Was ist mir wichtig? Harmonie, Liebe geben und natürlich möchte ich auch Liebe empfangen. Streit stört mein Harmoniefeld. Negative Schwingungen, Ungerechtigkeit und Härte, kann ich am wenigsten ertragen. Ich besitze eine runde Form und möchte auf gar keinen Fall angeeckt werden. Doch in meinem Wahn der Gerechtigkeit, merke ich oft gar nicht, dass ich anecke und völlig ungerecht bin. An manchen Tagen stoßen diese negativen Eigenschaften schlimm auf und ich verhalte mich wie ein Elefant im Porzellanladen. Ich will Freunden helfen und bin so ungeduldig, dass ich sie verletze. Meine Lehrer sind mit mir. Die Schwächen der anderen, die mir am meisten missfallen, sind die, die ich in mir wieder erkenne. Ich kann niemandem etwas vorwerfen. Wir sind alle gleich. Vielleicht kann ich heute Abend mein Spiegelbild betrachten.

25.08.04

Wo komme ich her? Meine Eltern sind liebevoll, tolerant und geduldig, besonders geduldig mit mir. Sie haben mir nie versucht reinzureden, immer auf Distanz, aber auch gleich zur Stelle, wenn ich sie gebraucht habe. Sie haben mir alles auf die sanfte Weise beigebracht. Eigentlich haben sie mir alles kommentarlos vorgelebt. Eine harmonie- und liebevolle Erziehung. Und dann bin ich in die Welt gegangen. Löse mich von meiner mir vertrauten Welt.

(Enttäuschungen. Die vielen Enttäuschungen machen es nicht leicht.)

Werde auf den harten Boden der Realität geschleudert. Ich muss alleine gehen, anders werde ich mich nicht zurechtfinden kön-

Die Gehhilfe

Nach ca. 300 Km körperlichen wie auch seelischen Torturen, setzten die wirklichen Schmerzen ein. Diesmal waren sie echt, ich meine physiologisch. Jede Gewichtsverlagerung auf den rechten Fuß, gab meinem Nervensystem den Befehl zum Terror. Erst wollte ich den Schmerz nicht eingestehen, ihn verdrängen, aber er brach so barbarisch aus, dass ich ihn nicht mehr leugnen konnte. Da war sie die Schwäche. Endlich hatte sie mich erledigt. In meiner Verzweiflung, den Tränen nahe, kamen wir in diese Stadt mit der riesigen Kathedrale, obwohl eigentlich jede winzige Stadt, jedes Dorf über eine Art Kathedrale verfügt. Na ja diese war aber eine ganz besonders besondere und auch noch so schön. Im gotischen Stil, schöne große Seitenfenster mit bunten Scheiben, die das Licht in leuchtende Flecken verwandelte. Doch die Faszination meiner Wanderfreunde konnte ich nicht wirklich teilen. Mein Höhepunkt war anders zu finden, als ich ihn durch das Schaufenster im Kassenbereich erblickte. Da stand er, völlig ahnungslos und unbeteiligt. Er hatte keine Ahnung welche Freude und Lie-

nen. Ich nehme die beobachtende Position ein. Bin zurückhaltend und höre geduldig zu. Doch für manche Menschen scheint diese Distanz eher kalt und arrogant zu sein. Somit musste ich viele Arten der Verletzungen durchwandern.

Bin kurz vorm Zusammenbruch. Finde keine Hilfe. Kehre zu meinen Wurzeln zurück und stelle konkrete Fragen. Die Familie ist der schwerste Anker. Sie verzeihen und lassen dich immer wieder zu ihnen zurückkehren. Manchmal muss man länger wegbleiben, und manchmal kehrt man früher zurück als erwartet. Habe ich die Phase der Abnabelung überhaupt schon erreicht? Ich denke schon, jetzt ist es Zeit, zu ihnen zurück zu kehren. Die Wurzel stirbt zum Schluss.

26.08.04

Die Birke blüht, es grünt es grünt. In meinem Kopf lassen die Sprossen noch auf sich warten. Warum schwirrt dieser Typ noch in meinem Kopf rum, irgendetwas muss mich an ihm so sehr berührt haben, das er einfach nicht weichen will. Warum träume ich so unsagbar konfus? Ich muss meine Eltern befragen, es tun sich einige Unklarheiten auf.

Grundschultraum

26.08.04

Eine Geschichte aus der Grundschule. Der Lehrer lacht mich aus. Wie gering muss des Lehrers Selbstbewusstsein sein, wenn er sich über einen Schüler lustig macht? Diese armselige Kreatur, perverse Sau. Scheiße, als Kind hat man keine Wahl. Lehrer waren immer die schlimmsten, obwohl sie als ausgebildete Pädagogen, auf die Schwächsten der Schwachen losgelassen werden.

be er geben konnte. Ein Stück tote Materie, aber nicht für mich. Für mich symbolisierte er Leben und Hoffnung, erfüllte Sehnsucht und gab Zuneigung. Nie berührte mich jemand mit solcher Hingabe, nie erfüllte mich jemand mit soviel Glück. Es war Liebe auf den ersten Blick. Nun wusste ich das Liebe nicht nur geben war, sondern auch nehmen. Man hatte jemanden auf den man sich verlassen konnte, der einen unterstützt, besonders in schlechten Zeiten. Aber auch die Abhängigkeiten wurden mir wieder bewusst.

Er war mir ein guter Freund. Auch wenn er mich viel zu früh verließ, aber er hatte seinen Zweck erfüllt. Mit Schmerzen anderer Art denke ich noch an den Tag, da er nicht mehr zu mir zurück kehrte. Vergeblich wartete ich am Gepäckband auf meinen Wanderstock, doch er würde nie mehr wiederkehren, für immer verschollen

Ich habe die Geschichte nie meinen Eltern erzählt, habe mich wahrscheinlich geschämt. Obwohl ich genau wusste, dass sie den Lehrer zur Rechenschaft gezogen hätten. Schule hat mich nie interessiert. Dieses Auswendiglernen, ohne einen Zusammenhang zu erkennen, war eine Qual. Mir fällt ein, dass ich schon damals immer das Gefühl hatte, anders zu sein. Warum war ich anders? Meine Mutter meint, ich wäre früher oft traurig gewesen und hätte Dinge schwerer genommen als meine Altersgenossen.

Kind leiden – heute schwächer, diese Gefühle

Wahrscheinlich sind das die ersten Auswüchse von den heutigen kleinen Depressionen, die hin und wieder auftreten. Es heißt doch so schön, dass man die Last seiner Familie weiter mit sich trägt. Aber da der Rucksack schon so schwer ist, ist es endlich Zeit, die Last der Eltern über Bord zu werfen. Ich muss alleine sein. Mit mir alleine klarkommen. Ich war schon immer eine Art Einzelgänger. Anhängen geht gar nicht. Ich mochte noch nie Ohringe tragen.

Man muss sich abgrenzen und seine eigene Individualität bewahren, dann kann man wahrscheinlich auch besser in der Gruppe bestehen. Wie soll ich tolerant sein und andere lieben, wenn ich mich selbst nicht begreife und lieben kann?

27.08.04

Der spirituelle Weg. So haben wir uns das vorgestellt. In Manjarin haben wir den einzigen Tempel-Ritter kennen gelernt. Ein komischer Typ. Der hat sich vor zehn Jahren in diesem Dorf, welches eigentlich nur aus seinen drei Hütten besteht, oben in den



Bergen niedergelassen. Er bietet Übernachtungsmöglichkeiten an und segnet in einer kleinen Messe jeden Morgen die Pilger, die vorbeieilen. Die Tempel-Ritter hatten damals eine bedeutende Rolle auf dem Camino. Sie beschützten die Pilger vor Dieben und Mördern, damit diese gut am Ziel ankamen. Eine Art heilige Ritter. Doch trotz alledem wurden die Templer verfolgt und getötet. Es gibt überall auf der Welt noch vereinzelte Orden.

Oben am Berg haben wir den Theologen, Buchhändler, Yogalehrer, Schriftsteller und eigentlich kann er alles, Pedro wieder getroffen. Er hat uns in die Lehre der Meditation eingeführt. Ein faszinierender Mann, der völlig in seinem Ideal als Gottesdiener aufgeht. Wir haben viel von ihm gelernt.

Kraft Bäume Wind...

28.08.04

Nach 500 KM, die Erleuchtung. Was mache ich mit den negativen Energien, die mich hin und wieder angreifen? Loslassen und verzeihen, in positive umwandeln. Als ich heute in den Spiegel gesehen habe, erkannte ich einige Konturen.

29.08.04

Die Erleuchtung Teil 2. Es liegt alles genau vor mir, und zwar schon länger. Ich habe es nur nicht richtig wahrgenommen. Mein Weg ist der richtige, ich habe mich nicht verlaufen. Der Camino ist mein Weg. Ich muss mehr Selbstvertrauen schenken. Die Richtung stimmt. Sollte ich irgendwelche Zeichen am Wegrand missachten oder gar übersehen, dann ist das Ziel trotzdem dasselbe. Ich brauche mich nicht immer zu rechtfertigen. Ich bin wie ich bin und arbeite stets an mir. Aber ich bin auf gar keinen Fall die

Hermann Hesse

Die ersten Schuljahre gingen hin, ohne mich sehr zu verändern. Ich machte die Erfahrung, dass Aufrichtigkeit uns zu Schaden bringen kann. Ich lernte unter einigen gleichgültigen Lehrern das Notwendigste im sich verstellen und lügen; von da an kam ich durch. Langsam aber welkte auch mir die erste Blüte hin, langsam lernte auch ich, ohne es zu ahnen, jenes falsche Lied des Lebens, jenes sich beugen unter die „Wirklichkeit“, unter die Gesetze der Erwachsenen, jene Anpassung an die Welt, „wie sie nun einmal ist“. Ich weiß heute, weiß seit langem, warum in den Liederbüchern der Erwachsenen solche Verse stehen wie der „o selig ein Kind noch zu sein“, und auch für mich gab es viele Stunden, in denen ich die beneidete, die noch Kinder sind.

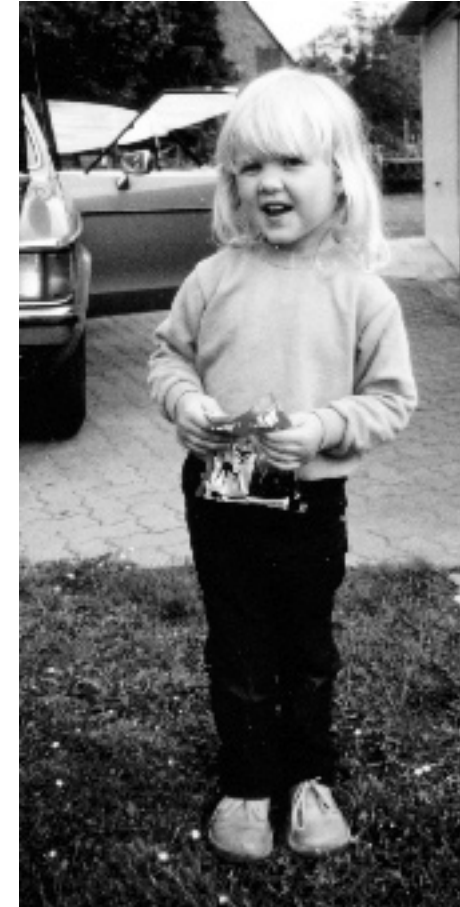
Person, die manche aus mir machen wollen. Ich bin weder verrückt, noch brauche ich einen Psychologen. Die Energien, die ich so oft in Rechtfertigungen und Gefälligkeit investiert habe, könnte ich besser nutzen, um schneller zu mir selbst und zu anderen zu gelangen. Angriff der Killernervensägen. Meinen Rhythmus habe ich schon längst gefunden. Ruhe und Stille, daraus schöpfe ich meine Kraft. Mein Harmoniebedürfnis ist groß. Vorsicht vor Situationen, die dieses Harmoniefeld stören. Ich muss meine Grenzen ganz klar definieren. Wenn man etwas nicht abgrenzt, wird es öffentlich und man verliert die Kontrolle. Ich habe zu oft die Kontrolle verloren und mich selbst darin verloren, und dann wieder verzweifelt gesucht. In der Ruhe liegt die Kraft und an Lebenswille mangelt es nicht.

31.08.04

Ein langer Tag. 40 KM Lauf. Am Vormittag wieder eine Erleuchtung. Die Ängste. Es ist alles so logisch und einfach. Wenn man fast jemanden, den man liebt, verliert, dann ist es ganz natürlich, das man diese Angst immer mit sich trägt und auf andere Situationen und Personen überträgt.

Bin heute schon gegen Mittag am Ziel angekommen. Nach kurzem zögern, schnell wieder den Rucksack aufgezogen und weiter. Am liebsten wandere ich um die Mittagszeit. Man ist völlig alleine unterwegs. Selten trifft man andere Pilger, die meisten liegen unter irgendwelchen Bäumen und dösen im Schatten.

Doch diese idyllische Einsamkeit hat auch ihre Tücken, zumindest wenn man als weibliches Wesen alleine unterwegs ist. Kaum



aus der Stadt heraus, Strassen werden zu Staubwegen, Bäume säumen den Wegrand, da taucht ein Mann auf. Er scheint aus dem Nichts gekommen zu sein, oder es mag mir so erscheinen, da ich völlige in Gedanken versunken wanderte. Ich schaue auf, grüße freundlich und gehe weiter. Da ruft er etwas hinter mir her. Die üblichen Fragen, wie lange ich schon laufe, wo ich herkomme. Ich will nicht unfreundlich sein und lasse mich auf ein Gespräch ein. Auch wenn mir die Situation etwas merkwürdig vorkommt. Nach ein paar Floskeln, wird der Mann aufdringlich und fragt, ob ich nicht bei ihm übernachten möchte. Ich, immer noch sehr geduldig, begreife gar nicht was er sagt. Er lässt nicht nach. Mein Herz rutscht in die Hose. Mein Pulsschlag wird spürbar heftiger. Was, wenn er mich ins Gebüsch zieht, hier ist niemand der mich hören könnte. Gefühle von Hass und Angst wechseln sich ab. Ich umfasse meinen Wanderstock mit festem Griff und stampfe weiter. Er redet immer noch und ich fliehe. Die nächsten Kilometer sind die Hölle. Voller Angst und Hass renne ich förmlich durch die Wälder. Ich habe mich noch nie so gefreut, einem bekannten Gesicht zu begegnen. Der Camino hat mir wieder eine Lektion erteilt.

03.09.04

Das Ziel erreicht. Sind in die Stadt eingeflogen. Haben die Messe leider verpasst.

05.09.04

Heute regnet es. Und die Erde wird nass. I am running running, as fast as I can, do you think we make it, keep fooling myself, so we dont get separated, I am not losing it anymore...

Ein T-Shirt

Über mein T-Shirt muss ich noch berichten. Ich habe mir für meine Wanderung ein gelbes T-Shirt gekauft. Nichts besonderes eine Billigproduktion aus Asien, wahrscheinlich von unterbezahlten Schneiderinnen genäht. Es ist gelb und aus Baumwolle. Es war mein liebstes Shirt unter den Zweien. Oft habe ich es nicht zum waschen ablegen wollen und länger getragen als meinen Wanderfreunden lieb war. Es bildeten sich kleine Salzringe am Bauch, der Gurt meines Rucksackes hat es an den Schultern abgerieben und die Sonne ihm die Farbe geraubt. Wenn ich es endlich übers Herz gebracht hatte es im Waschbottich einzuweichen und zum trocknen aufgehängt hatte, konnte ich kaum den nächsten Morgen abwarten, um wieder in mein schönstes zu klettern. Ja es war mir wie eine zweite Haut geworden. Es hielt mich warm an kühlen Abenden und schützte mich vor der Hitze der Sonne. Es gab mir Kraft und Mut, hätte ich es verloren, wäre ein Teil von mir mit ihm gegangen.

Ich habe sie verloren. Sie erschien und verschwand nach kurzer Zeit wieder. The American. When will I meet it again. Eine Art Vorbild, um mir zu zeigen, worauf es ankommt. Was das Leben gibt, und was ich geben kann. Ich brauche nicht viel, aber echt sollte es sein. Ich gehe mir nicht mehr selbst aus dem Weg. Ich trage dich in mir, mich in mir. Ich muss den roten Faden richtig vernähen. Den Blickwinkel verändern. Ein Sinn?

I peed on the toiletseat.

Sie dachten, das kleine Mädchen hätte sich in einer Muschel versteckt, aber die Muschel war leer. Eines Tages, begegnete ich dem Mann, nicht irgendein Mann. Es war der Kreuzträger. Sie nannten ihn Jesus.

Eigentlich ist alles, was ich je geschrieben habe, ein einziger Gedankenstrich.

