

Christina Lenz

Therapeutische Alltagsgeschichte VIII

Es würde nicht leicht werden für ihn.
Gar nicht leicht.
Aber das wusste ich zu diesem Zeitpunkt noch nicht.

Es war einige Jahre her, als mich Herr G in der Karwoche anrief. Er hatte meine Nummer im Internet gefunden und fragte nach einem Erstgespräch. Er hatte bereits Therapieerfahrung und klang im Terminvereinbaren routiniert. Er wollte Systemische Therapie, die er bisher noch nicht kennengelernt hatte, ausprobieren. Bevor wir einen Termin ausmachten, informierte er mich, dass sich die Gespräche um seine Angstproblematik drehen sollten. Etwa zehn Tage später betrat ein untersetzter Herr meine Praxis.

Herr G war Mitte fünfzig. Seit der Trennung von seiner Frau lebte er allein in einer Wohnung am Stadtrand. Die gemeinsame Tochter Lena sah er jeden Mittwoch und alle vierzehn Tage am Wochenende. Sie trafen sich im Kaffeehaus oder einem anderen Lokal nahe seiner Wohnung. Bevor wir mit dem Genogramm fortsetzten, erzählte er, dass er eine mehrjährige Psychoanalyse und einige Stunden Verhaltenstherapie hinter sich hatte. Beides hätte über die Jahre nicht zum gewünschten Erfolg geführt, er wolle es nun mal mit systemischer Therapie versuchen, und da meine Praxis in seiner Nähe sei, habe er mich kontaktiert. Rein zufällig also.

Herr G wirkte selbstbewusst. Die Angstthematik konnte ich an dieser Stelle des Gesprächs noch nicht erkennen. Während er das Gespräch führte, wurde ich unsicher. Was könnte einer mit so langer Therapieerfahrung von mir erwarten? Er erzählte von seinem Beruf als Kunstlehrer am nahen Gymnasium, von seiner Werkstatt in der Schule und von den Tischlerarbeiten, die er in seiner Freizeit durchführte. Herr G bezeichnete sich als angestellten Künstler. Er wirkte sicher, ich wurde ratlos – was könnte mein Auftrag, was seine Erwartung an mich sein? Er erzählte, dass seine Ex-Frau aus dem Lehrerkollegium stammte. Sie unter-

richtete Latein und Deutsch. Sie hatten sich in der Schule kennengelernt. Das Verhältnis sei nach den Trennungsturbulenzen wieder weitgehend normalisiert. Ich versuchte, mich ins Gespräch einzubringen, meine Rolle in dem Setting wahrzunehmen. Ich fragte ihn nach seiner Herkunftsfamilie. Sein Gesicht veränderte sich, der sichere Plauderton stockte. „Niemand“, war seine knappe Antwort, „da gibt es niemand mehr“. Alle waren sie gestorben. Wer alle? Er räusperte sich und fuhr ernst fort: Der Vater, die Mutter und schließlich auch der Bruder. Alle seien sie tot. Er blickte mich verunsichert an. Wie würde ich reagieren? Das Blatt hatte sich gewendet.

NUN SPÜRTE ICH die Notwendigkeit, das Gespräch zu führen, das Thema zu strukturieren. Ich fragte, woran der Vater gestorben war, führte ihn mitten ins Thema hinein. Ich versuchte die Frage mit einer Selbstverständlichkeit und einem ehrlichen Interesse zu stellen, versuchte Herrn G, der bei diesem Themenwechsel seine Souveränität im Gespräch verloren hatte, eine sichere Atmosphäre zu vermitteln. Sein Vater hatte ein Kaffeehaus in Wien geführt. Er hatte tags und nachts gearbeitet. Er hatte sich wenig mit Herr G und seinem älteren Bruder beschäftigt. Viel getrunken hatte der Vater, sehr viel. Herr G hatte immer lieber versucht, ihm aus dem Weg zu gehen. Man konnte ja nicht wissen. Er hätte es gemocht, wenn sein Vater mit den Kaffeehausbesuchern geplaudert oder Karten gespielt hatte. Dann sei er dem Vater gerne näher gewesen, so lange, bis die Mutter ihn in die Wohnung über dem Kaffeehaus ins Bett gescheucht hätte. Als Herr G über zwanzig war, hörte der Vater auf zu arbeiten. Er zog seinen Pyjama an und verließ die Wohnung nie mehr auf eigenen Beinen.

Herr G fand nach Abschluss seines Studiums eine Stelle an dem Gymnasium, an dem er heute noch unterrichtet. Er ließ das Kaffeehaus, die elterliche Wohnung und seine Familie zurück und übersiedelte an das an-

dere Ende der Stadt – Arbeitsstelle, Wohnung, Auto und mit der Zeit auch Freunde. Alles im Grätzel. Wenig Gelegenheit und keine Notwendigkeit, die Stadt zu durchqueren und zu seiner Familie zu fahren. Etwa zwanzig Jahre später, vor sechs Jahren, sei der Vater, der sein Dasein mit Alkohol erträglich getrunken habe, gestolpert und mit einem gebrochenen Schlüsselbein ins Krankenhaus gekommen. Dort habe er einen Gehirnschlag erlitten und sei ein paar Monate darauf gestorben. Auch in dieser Zeit hatte Herr G den Abstand zu seinem Vater gewahrt, den er sich in Kindertagen angeeignet hatte. Die Mutter hätte einen neuen Partner gefunden. Dieser Mann interessierte Herrn G nicht. Er blieb dort, wo er war, in seinem neuen Leben.

Herr G erzählte und bemühte sich, mir ein schlüssiges Bild zu vermitteln. Auf der Suche nach Zusammenhängen ackerte er sich durch seine Geschichte. Bei einem Sturz über die Treppe, drei Jahre nach dem Tod des Vaters, brach sich die Mutter beide Oberschenkelhalse. Nach einem Spitalsaufenthalt war sie in der Wohnung ans Bett gefesselt. Der Bruder und ihr neuer Lebensgefährte pflegten sie. Herr G blieb, wo er war. Die Mutter – eine starke Raucherin, seit Herr G denken konnte – schlief mit einer brennenden Zigarette ein. Diese fiel ihr aus den Fingern, entzündete die Bettdecke und kurze Zeit später stand die Wohnung in Flammen. Noch bevor jemand das Unglück entdecken konnte, war die Mutter in ihrem eigenen Bett verbrannt. Herr G schleppte sich zum Begräbnis. Er war mittlerweile mit Dagmar, der Lateinlehrerin, verheiratet. Die Tochter Lena war zehn Jahre alt. Sie kannte die Großmutter kaum. So rasch es ging, kehrte er wieder in sein neues Leben zurück.

Er sprach von einem Schutzmantel, den er sich zum Schutz vor den mit seiner Herkunftsfamilie verbundenen Emotionen ‚geschneidert‘ hätte. Die Distanz verstärkte den Schutzfaktor. Nach dem Begräbnis telefonierte er selten mit seinem Bruder. In dieser Zeit bemerkte Herr G, dass es ihm sehr schwerfiel, sich weit von seinem neuen Leben zu entfernen. Er fing an, seinen Radius bewusst zu verringern. Er mied die Orte seiner Kindheit und auch das Stadtzentrum, blieb im Umkreis der Schule und seines Wohnhauses. Wenn er den Schutzmantel gelüftet hätte, hätte er erkennen können, dass diese Entscheidung nicht mehr ganz freiwillig war. Der verringerte Radius hatte sich zu einer Notwendigkeit etabliert. Doch er lüftete den Schutzmantel nicht – schon gar nicht vor Anderen. Wenige Monate später starb sein Bruder plötzlich an einem Hirnschlag. Er hinterließ eine Frau und ei-

nen Adoptivsohn. Das Bedürfnis, an seinem neuen sicheren Ort zu bleiben, war zu groß – Herr G fuhr nicht zum Begräbnis. Damit war für ihn die Geschichte erledigt. Er schaute mich an und erwartete meine Reaktion. Ich überlegte. Seine Kompetenzen, seine Unsicherheit. Das, wo er sich sicher fühlte, das, womit er sich lieber nicht beschäftigen mochte. Das, was trotz der langen Jahre seiner Therapien noch im Dunkeln lag. Altes Leben, neues Leben. Das eine nicht ohne das andere.

Sein Ziel für die Therapie sollte es werden, neue Blickwinkel zu beziehen, Aspekte dazuzulernen, sich mit seinem Mustern auseinanderzusetzen. Sprechen. Über sich und seine Situation, seine Gedanken reden. Dafür hatte er niemanden. Und: Er will es selbst schaffen, seinen kleinen Radius, der ihm zu eng geworden ist, wieder erweitern. Aus eigener Kraft.

Ich sprach von seiner Kreativität und von seinem künstlerischen Talent. Ich fragte ihn, ob er, dort wo er jetzt lebe, einen guten Platz für seinen Vater, seine Mutter, seinen Bruder und sich gestalten wolle. Ich versuchte, Sicheres und Unsicheres in Verbindung zu bringen, wollte ihn ermutigen, sich mit unsicheren Inhalten auf sicherem Terrain zu bewegen. Ich forderte ihn auf, seine Kreativität zu nutzen, um einen Platz für sich und seine Familie zu finden. Er schaute mich an. Jetzt wartete ich auf seine Reaktion. Er war verblüfft und erfreut: Das war eine neue Herausforderung. Die alte Familie in seinem neuen Leben, auf seine Art, unter seiner Kontrolle.

ZUM NÄCHSTEN TERMIN kam er mit einer selbstgebauten Holzkiste unter dem Arm, mit vier liebevoll gestalteten Figuren. Es hätte ihm Freude bereitet, es wäre etwas ganz Neues gewesen, die Arbeit hätte ihn innerlich berührt – unter dem Schutzmantel. Die Kiste sollte oben in seinem selbstgebauten Bücherregal ihren Platz finden. Das war ein guter Platz. Die Arbeit an der Kiste hätte den alten Zorn, den er gegenüber seiner Mutter hegte, verändert, verscheucht. Er war froh darüber und bemerkte an sich neue Aktivität: Er hatte wieder begonnen, Linolschnitte zu gestalten – viele Linolschnitte seit dem letzten Gespräch. Ins Linol zu schneiden war verbindlicher, konkreter als mit Bleistift zu zeichnen oder zu skizzieren. Der Schnitt sitze, man könne nicht radieren. Herr G erzählte, wie das im Moment, seit einigen Monaten, mit seinem Radius so ist. Dieser betrug mittlerweile nur noch ungefähr drei Kilometer. Das Zentrum war seine Wohnung. Sie war der Ort des Rückzugs. Dort gab es keine Besuche, keine Eindringlinge, alles unter seiner Kontrolle,



MAG. DR. IN
CHRISTINA LENZ ist
Psychotherapeutin
(SF), Supervisorin,
Coach in freier Praxis;
Lehrtherapeutin an
der Ia:SF und bei AST;
Lehrfähigkeit bei
HOPP an der Univer-
sität Wien.

maximale Sicherheit. Der einzige Gefährte an diesem Ort war sein Graupapagei. Der Käfig stand an dem selbstgebauten Küchentisch. Und dort war er, seit Herr G kurz nach der Trennung in diese Wohnung gezogen war. Keine Veränderungen. Er fand alles, was er zum Arbeiten und zum Leben brauchte, innerhalb dieser drei Kilometer. Den Rest bestellte er übers Internet, sein Holzhändler lieferte direkt an die Schule zu seiner Werkstatt. Herr G sprach von allem, was innerhalb von seinen Möglichkeiten, seinen Kompetenzen lag. Der eloquente Plauderton war wieder zu erkennen. Kaffeehausgespräche. Und wieder wendete sich das Blatt: Ich wollte versuchen zu verstehen, wodurch der Radius so eng begrenzt war. Wo lag das Problem? Es war doch alles drin, was er brauchte ... Herr G schluckte: Die Angst. Die Angst begrenzte, die Angst verhinderte, und er fürchtete, die Angst könnte noch mehr Raum fordern, ihm weniger überlassen. Ich verstand noch nicht ganz. Früher konnte er noch mit seinem Fahrrad fahren, mit dem Zug nach Rom oder nach Südspanien reisen oder auch zu Fuß gehen, mit Hunden spazieren, Ausflüge machen. Doch auf einmal war sie da, die Panik, die seinen Körper und seinen Geist gefangen hatte. Die Gedanken waren machtlos. Panik, sein Leben lassen zu müssen. Hier, dort, auf der Stelle. Wenn er in seinem Radius blieb, fühlte er sich sicherer.

Die Praxis des Analytikers war außerhalb des Radius, innerhalb des Territoriums der Angst. Er konnte den

ßig Jahren in Anbetracht seiner Situation immer wieder stürzen konnte. Die Arbeit mit den Jugendlichen in der Schule war trotzdem möglich. Immer. Krankenstand nur bei Verkühlung!

Er wollte Therapie in seinem Radius. Örtlich und ideologisch. Ein weiterer Ort, an dem er in Sicherheit sein konnte. Ich hörte das und war mir nicht sicher, ob das ein Fortschritt oder ein Rückschritt wäre. In jedem Fall ging es um Bewegung – nach vorne, zurück? Da fielen mir wieder die Linolschnitte ein. Fixe Schnitte, keine Zweifel, Mut zum Standpunkt. Ich bot ihm meine Gedanken an, er war interessiert. Er mochte den neuen Blickwinkel. Konnte Mut bei seiner künstlerischen Tätigkeit auch Mut gegen die Macht der Angst bedeuten? Er nahm den Vorschlag meinerseits an, sein Fahrrad aus dem Keller im Untergeschoß seines Wohnhauses in den ebenerdigen Fahrradraum zu stellen. Er ergänzte, dass er auch noch die Reifen aufpumpen und die Bremsen kontrollieren wollte. Herr G kam in Bewegung.

BIS ZUM NÄCHSTEN TERMIN hatte Herr G Freude daran gehabt, sein Fahrrad auf Vordermann zu bringen. Er hatte es sogar auf die Straße und bis zum Parkplatz seines Autos geschoben und wieder zurück. Die Angst hatte es zugelassen. Er erzählte, dass er oft auf die selbstgebaute Kiste seiner Familie schaute. Er hatte sie vom Bücherregal im Wohnzimmer in den begehbaren Kleiderschrank in Augenhöhe gestellt. Da sah er sie

nicht ganz so oft. Es fielen ihm die elterlichen Streitereien wieder ein. In der Nacht, wenn der Vater betrunken vom Kaffeehaus in die Wohnung getorkelt kam und die Mutter wütend auf ihn war, sehr wütend. Herr G war dann in seinem Bett gelegen und hatte jedes Wort mitangehört, manchmal hatte er auch geweint, ganz leise in seinen Polster. Und eigentlich kannte er sie schon

seit damals: die Angst. Damals war es die Angst, dass sich die Eltern trennen könnten, sich scheiden lassen, sich und ihn verlassen. Die Vorstellung glich einer Angst, in einen tiefen Abgrund zu stürzen. Zu fallen, zu sterben. Und so unternahm er untermals alles, um das zu verhindern. Er versuchte, der wütenden Mutter jeden Wunsch von den Augen abzulesen, sie zufrieden zu stellen, den Vater zu meiden, sie zu verwöhnen. Leider spielten seine Schulnoten im Gymnasium da nicht mit. Nun wurde sie auch auf ihn wütend. Er konnte tun was er wollte, die Noten sprachen gegen ihn. Abseits seiner Schulleistungen versuchte er, seiner Mutter nah und lieb zu bleiben – eine pubertäre Rebellion

Auf einmal war sie da, die Panik, die seinen Körper und seinen Geist gefangen hatte. Die Gedanken waren machtlos. Panik, sein Leben lassen zu müssen. Hier, dort, auf der Stelle. Wenn er in seinem Radius blieb, fühlte er sich sicherer.

Weg nicht mehr bewältigen, nachdem ihn einmal im Zug und einmal sogar in seinem Auto eine Panikattacke zurück nach Hause gezwungen hatte. Die Verhaltenstherapeutin wollte, dass er sich der Angst stelle, sich exponiere, mit der Angst und sich experimentiere, das war im zu riskant. Die Angst war stark und mächtig und hielt ihn schließlich seit mehr als zehn Jahren in Schach. Seit seinem Auszug aus der elterlichen Wohnung kannte er sie. Bis kurz vor dem Tod des Vaters konnte er ihr noch immer wieder Einhalt gebieten. Seit damals war sie stärker, mächtiger als er. Er nahm Medikamente zum Schutz vor der Angst und vor den tiefen depressiven Phasen, in die er seit rund drei-

gegen die familiären Strukturen schloss er zum damaligen Zeitpunkt aus. Er blieb zu Hause und versuchte zu tun, was er konnte, um das familiäre Gleichgewicht zu erhalten, die nächtlichen Streitereien am Tag auszugleichen. Alles lief soweit gut, bis er nach seinem Studium die Stelle am Gymnasium am anderen Ende der Stadt annahm. Die neue Situation und die frühen Beginnzeiten machten einen Umzug und somit einen Auszug aus der elterlichen Wohnung nicht nur plausibel, sondern auch notwendig. Kurz darauf hörte der Vater auf, im Kaffeehaus zu arbeiten und verließ die Wohnung nicht mehr freiwillig.

Herr G wurde nachdenklich und äußerte sich dann bestimmt: „Jetzt sind seit zwei Jahren alle tot, ich will wieder beginnen, mich zu bewegen.“ Doch wie? Wie, wenn die Angst lauert? Als Metapher diente die Unterscheidung zwischen dem Teil, der „untergetaucht“ war, und dem Mann, der sein Leben leben und nicht versäumen wollte. Zwischen den Gesprächen begann Herr G etwas altes Neues. Er führte sein Fahrrad und begann auf den Straßen, die an sein Wohnhaus angrenzten, zu spazieren. Das Fahrrad schien als seelische Stütze zu dienen. Stolz berichtete er, was gelungen war. Er wurde mutig, die Angst verhielt sich ruhig. Der Außenradius blieb noch unverändert.

Die Gespräche drehten sich um sein Lehrer-Leben in der Schule und um die Spaziergänge, die er mit dem Fahrrad an seiner Seite vorsichtig, aber deutlich, weiter und weiter gestaltete. Wenn er nach Hause kam, stellte er Grafiken aus seinen Erinnerungen von den Spaziergängen her. Manche brachte er in die Praxis mit, um sie mir zu zeigen. So hielt er die Eindrücke von seinen Ausflügen ins Leben fest.

Herr G war gut drauf. Seine Gedanken machten sich frei. Er vermochte über die Grenzen seines Radius hinaus zwar nicht die Welt, aber den nächsten großen Ort erobern. Ich blieb noch auf der Seite der Ambivalenz. Der Ort, an den es ihn zog, war gute zehn Kilometer von seiner Wohnung entfernt. Das war weit ... Er stellte sich dem Für und Wider, und wir vereinbarten, dass er immer dann, wenn die unbändige Lust auf das Abenteuer gekommen war, eine Aufstellung der Gründe zu machen, warum der jetzige Zeitpunkt noch nicht der geeignete für dieses Vorhaben sein könne. Und zur gleichen Zeit beschäftigte er sich mit dem Karner, dem Beinhaus, der Kirche, die den Mittelpunkt des ersehnten Ortes darstellte, via Internet.

Und noch etwas Neues tat sich auf. Herr G wollte seiner Mutter in einer Hinsicht unähnlicher werden: Keine Softdrinks und keine Chips mehr. Er stellte seine Ernährung um. Mit dem Rauchen hatte er schon seit einigen Jahren aufgehört. Alkohol trank er strikt nie. Und mit dem bisschen Bewegung, das Herr G in seiner Freizeit unternahm, begannen einige Kilos zu purzeln.

Herr G war stolz und setzte auch selbstständig die Medikamente ab. Er überlegte, wie er seine Gefühle zeigen könnte, ohne grenzenlos zu werden. Bei seinen Eltern hatte er die Extreme kennengelernt. So mochte er nicht sein, das mochte er sich weder im Schuldienst, noch im Privaten leisten. Die Antwort waren für Herrn G Karikaturen. Er begann, zunächst mit Bleistift, Menschen mit ihren Gefühlen darzustellen – und zwar, indem er an unterschiedlichen Menschengruppen zur Zeit der Völkerwanderung arbeitete. Einige der Entwürfe brachte er zu den Gesprächen mit.

NUN KAM DER SOMMER. Die Schule war aus, die Ferien begannen. Der routinierte Lehrer stand dieser Zeit skeptisch gegenüber. Er wusste bereits, dass sich in den ersten Wochen eine große Erschöpfung zeigen würde und dass ihm dann die Strukturlosigkeit der Ferien meistens eher zu schaffen machte. An Urlaube oder Reisen war seit vielen Jahren natürlich nicht zu denken. Doch in diesem Sommer schien es anders zu sein. Er hatte seine Vorhaben: Radius erweitern, Karikaturen zeichnen, und ein Vater eines Schülers hatte bei ihm ein Baumhaus bestellt. Herr G berichtete erfreut: Es war ihm ein Spaziergang von etwa zwei Stunden gelungen. Das Rad hatte er die ganze Zeit geschoben. Das letzte Mal war er vor sechs Jahren an diesem Platz gewesen. Und außerdem war er mit dem Auto an den Ort der Kirche und des Karners gefahren und sogar ausgestiegen. Er war nah am Auto stehengeblieben und von sich beeindruckt gewesen. Durch alles das, was ihm gelang, fühlte er sich stark im erwachsenen Aushalten seiner kindlichen Angst. Das waren die Worte, mit denen er seine Erfolge beschrieb. Er motivierte sich mit dem Satz „Jetzt gibt’s keine Ausreden mehr!“ Er wollte dranbleiben, musste, denn wenn er tatenlos war, meldete sich die mütterliche Bewertung – Nichtsnutz – in seinen Gedanken. Davor galt es sich zu schützen. Mit weiter und mehr ... Mit Spaziergängen an der Seite seines Fahrrads und Ausfahrten mit dem Auto in den nächsten Ort strukturierte er die Ferien.

Als ich ihn nach einer Sommerpause sah, wirkte er fähig, die Freude über seine Erfolge war nicht mehr spürbar. Wir redeten über Zeit und Beruhigung und die Möglichkeit, wieder Medikamente zu nehmen, um in seinen Erfolgen beständig und stark zu bleiben. Im Gespräch konnte er sich beruhigen und ein wenig ordnen. Es gelang ihm inne zu halten und zu reflektieren, was bereits gelungen war. Er fand, das Große wäre schon im Kasten. Es ginge nur noch ums Üben und Erweitern. In den nächsten Gesprächen pendelten die Themen zwischen dem Bedürfnis, im Moment zu verweilen, zu genießen und dem Bedürfnis, seinen Radius zu vergrößern. Ein weiteres Ziel hierfür wäre die Fahrt zum Holzhändler. Die Medikamente, für die er

sich erneut entschieden hatte, halfen ihm unterm Tag ruhiger zu sein und in der Nacht tiefer zu schlafen. Er wirkte wieder kräftiger und geordneter. Seine Ziele waren in realistischer Nähe. Seine angstfreie Zone, wie er sie nannte, hatte sich mehr als verdoppelt. Herr G verbrachte an seinen Nachmittagen viel Zeit im nahen Kaffeehaus und knüpfte neue Kontakte. Wir vergrößerten die Therapieabstände auf ein Gespräch im Monat. Alles lief gut. Er begann, mit Tusche zu zeichnen, die Königsklasse des Positionierens, wie er erklärte. Nach der Völkerwanderung hatte er sich Karikaturen zur Römerzeit zugewendet. Der Wunsch, wieder einmal zu den römischen Funden zu fahren, war am Tisch. Die Ausgrabungsstätte lag aber knapp hundert Kilometer von Herrn Gs Wohnung entfernt...

UNGEFÄHR EIN JAHR nach Therapiebeginn fühlte sich Herr G so sicher in seiner Haut, dass er nach einer Bekanntschaft im Internet suchte. Gesucht, gefunden. Herr G war im Glück. Wunderbare E-Mails wurden geschrieben. Er zeichnete sich, er zeichnete sie und schickte die Bilder. Er öffnete sein Herz und seinen Schutzmantel. Er schrieb von seinen Gefühlen und seiner Angst, seinem Mut und trotzdem von der Unmöglichkeit, die Frau am anderen Ende des Landes zu besuchen. Es blieb wochenlang bei liebevollen Mails. Eines Tages kam er höchst alarmiert in die Praxis. Bei einem Auslandsaufenthalt in Südafrika sei dem zwanzigjährigen Sohn der Frau etwas zugestoßen. Er sei gekidnappt worden. Die Täter forderten von der Mutter Lösegeld, das sie nicht hatte. Er war verzweifelt, wollte ihr helfen. Überwies den Betrag. Doch das Geld reichte nicht. Dem Sohn sei bei der Gefangennahme etwas zugestoßen. Er müsse notoperiert werden. Herr G war durcheinander. Keine wunderbaren E-Mails mehr, nur Not und Verzweiflung. Er versuchte zu helfen, wo er konnte, und überwies weiter. Nachdem er knappe 10.000 Euro übermittelt hatte, wartete, hoffte er auf gute Nachrichten nach der Notoperation. Nichts. Er schrieb, er wartete, er schrieb, er verkürzte die Abstände zwischen den Therapiegesprächen um seiner Hilflosigkeit Luft zu machen. Lange wollte er es nicht wahrhaben, doch dann begann er zu vermuten, dass er einem Internetbetrug zum Opfer gefallen war. Er war enttäuscht. So sehr enttäuscht. Das Geld war ihm egal, sagte er, aber die E-Mails, die Nähe in den elektronischen Briefen, die stimmige Chemie, das sollte alles „fake“ gewesen sein? Er war am Boden zerstört. Jetzt, wo er sich öffnen konnte, wurden seine Gefühle nicht erwidert, im Gegenteil, er wurde ausgenutzt, seine Liebe und sein Konto.

Er war traurig, niedergeschlagen, lustlos, starr. Niemand sollte erfahren, wie naiv er sich verhalten hatte. Langsam, nur ganz langsam erholte er sich von diesem

Schlag. Er ließ die Bilder, die er in Brauntönen auf ockerfarbenem Papier von seiner Liebsten gezeichnet hat, da er sie ja nie sehen konnte, in einer Mappe ganz hinten im Bücherregal verschwinden. Er begann, wieder in Bewegung zu kommen. Herr G nahm sein Fahrrad und spazierte. Herr G startete sein Auto und fuhr so weit es ihm möglich war. Im Zehn-Kilometer-Radius fühlte er sich bereits sicher. Es waren wieder Sommerferien. Sein Motto für dieses Jahr lautete: Immer wieder weitermachen. Nicht aufgeben! Neben dem Autofahren hatte er vor, im Sommer eine Laute zu bauen. Das Holz war geliefert, die Pläne aus dem Internet ausgedruckt.

IM HERBST war die Laute fertig, und er arbeitete an Karikaturen über die Germanen – wieder mit Tusche. Der Mut hatte ihn nicht verlassen. Einige Zeit lief alles gut. Und plötzlich, wie aus dem Nichts, war sie wieder da. Er fuhr in Richtung Karner, der ein beliebtes Ziel von ihm geworden war. Auf halber Strecke packte ihn die Angst. Sein Herz raste, er schwitzte, zitterte, bekam keine Luft, befürchtete zu sterben. Hier im Auto, mitten auf der Straße. Er nützte die nächste Möglichkeit und fuhr so schnell wie möglich zurück – nur nicht aussteigen, so weit von seinem Zuhause entfernt. Erst in seiner Wohnung konnte er wieder zur Ruhe kommen, der Schreck saß ihm in den Gliedern. Aber er war nicht mehr der Alte.

Herr G ließ sich nicht einschüchtern. Noch nicht. Am nächsten Tag fuhr er wieder an die Stelle, an der ihn die Angst überrascht hatte. Es ging. Außer der Erinnerung an den vorherigen Tag war nichts mehr bedrohlich. Er war stolz auf sich, dass er sich nicht unterkriegen ließ, die Dinge selbst in die Hand nahm ... Doch seine Sicherheit, die er in den letzten Monaten gewonnen hatte, war erschüttert. Die Germanen ruhten, die Spaziergänge mit seinem Fahrrad waren nun kürzer. Die Gespräche drehten sich um die Schule, die täglichen Spaziergänge, seine Sehnsucht, ins Stadtzentrum zu fahren einerseits, und seine Sehnsucht nie mehr mit der Angst, der Angst zu sterben in Berührung zu kommen, andererseits.

Bei seinen Spaziergängen bemerkte Herr G immer wieder die Stimme der Mutter in seinem Inneren. „Du musst du jetzt gehen! Professor bist du ja auch schon geworden!“ Er wunderte sich: Knapp bevor er sechzig Jahre alt, wurde hörte er immer noch auf seine Mutter. Das wäre ja gerade noch in Ordnung, wenn da nur die andere Stimme nicht wäre, die die sagte: „Das schaffst du nicht!“ Er war immer wieder hin- und hergerissen. Ein anstrengendes Hin und Her zwischen seinen Gedanken und seinen Gefühlen. Er baute einen Gartentisch für einen Freund.

Eines Mittwochnachmittags wollte Herr G Lena von zu

Hause abholen, wie ausgemacht. Auf dem Weg dorthin, ungefähr acht Kilometer von seinem Zuhause entfernt, in die entgegengesetzte Richtung des Karners, packte sie ihn wieder. Er sprach nicht mehr von Angst, sondern von Panik. Lebensbedrohlicher Panik, einfach so! Er fand lange keine Umkehrmöglichkeit, musste mit der Panik noch ein Stück weiterfahren, weiter weg von zu Hause. Er schwitzte und zitterte und drohte zu ersticken. Gleich, als er zu Hause angekommen war, verschob er das Treffen mit Lena, sie hatte sowieso noch genügend Hausaufgaben zu erledigen ... Den wahren Grund für seine Absage kannte sie nicht. Doch die nächsten Treffen würden im chinesischen Restaurant gleich neben seiner Schule stattfinden. Lena war mobil. Als Herr G beim nächsten Gesprächstermin von dem Vorfall – dem Rückfall? – erzählte, wirkte er erschöpft, niedergeschlagen, kraftlos. Er hatte vor, die Psychiaterin zu wechseln. Eine gab es noch im Radius. Dort wollte er hin. Doch noch bevor er das tun konnte, packte ihn die Angst beim Spazierengehen. Trotz Fahrrad. Er stolperte, hielt sich am Rad fest, rutschte auf den Blättern im Wald aus und bekam kaum noch Luft. Die Panik hatte ihn so lange im Griff, bis er es fast bis nach Hause geschafft hatte. Er war verzweifelt. Wiedermal. Was hatte das zu bedeuten?

Warum? Warum er? Seine depressive Stimmung bewirkte eine Schwere in seiner Erscheinung, die nicht zu übersehen war. Ich versuchte zu stabilisieren, zu trösten, aber dann fiel mir auch schon nichts mehr ein. Herr G war ein sprichwörtliches Häuflein Elend. Er hatte keine Kraft, sich wieder aufzuraffen, keinen Ehrgeiz, einen neuen Versuch zu starten, keine Lust, in einem größeren Radius zu leben. Der Mut hatte ihn verlassen. Über die dunklen Monate des Jahres musste er es in diesem Tief aushalten. Trotz seiner Starre fuhr er in die Schule, ging er in die Werkstatt, fuhr er einkaufen und manchmal ins Kaffeehaus und selten zu den nahen Heurigen, alles, was er darüber hinaus noch brauchte, kaufte er über das Internet: ein neues Auto, das direkt vor seine Tür geliefert wurde, einen neuen Käfig für den Papagei.

KURZ NACH JAHRESWECHSEL stellte sich ihm eine neue Herausforderung. Anlässlich eines Jubiläums wurde er angefragt, ob er ein Holzmodell eines alten Rundtempels bauen könne. Nach dem Jubiläum sollte es dann in ein Museum kommen. Angesichts dieser Aufgabe schienen die Lebensgeister in Herrn G wieder

zu erwachen. Er bestellte sich Bücher über Rundtempel, über Holzmodelle und forschte über den Tempel nach. Etwas in Herrn G kam wieder in Bewegung. Seine Augen begannen wieder öfter zu leuchten. Seine Erzählungen wurden wieder heller. Die Angst bestimmte nicht mehr die Gespräche. Er spazierte wieder kleine, sichere Runden um seine Wohnung herum. Er ging wieder öfter ins Kaffeehaus, wo er sich mit der Literatur zu dem Rundtempelmodell beschäftigte. Und manchmal kam er mit dem neuen Besitzer ins Gespräch. Beide standen vor einer neuen Herausforderung. Das verbindet. Und die neue Kellnerin gefiel Herrn G auch sehr gut. Oft saß er bis zur Sperrstunde, dann, wenn niemand mehr da war und plauderte mit ihr. Sie war zweiundzwanzig Jahre und kam aus Rumänien. Er verliebte sich ein bisschen, bestellte das Holz für das Modell, spürte den Frühling – und entschloss

Und plötzlich, wie aus dem Nichts, war sie wieder da. Er fuhr in Richtung Kärner, der ein beliebtes Ziel von ihm geworden war. Auf halber Strecke packte ihn die Angst. Sein Herz raste, er schwitzte, zitterte, bekam keine Luft, befürchtete zu sterben. Hier im Auto, mitten auf der Straße.

sich, seinen Schutzmantel doch nicht zu weit zu öffnen. Rechtzeitig, bevor die Kellnerin wie vom Erdboden verschwunden war. Gekündigt, sagte der Besitzer. Von einem Tag auf den anderen, telefonisch gekündigt, ohne Angabe von Gründen.

Herr G verlegte seine Arbeit in die Werkstatt und ging wieder mehr mit seinem Fahrrad spazieren. Das Holz war gebogen, das Modell nahm Formen an. Beim Heurigen lernte er Josefine kennen. Josi war eine Bekannte seines Freundes. Sie kamen ins Gespräch und unterhielten sich über Picasso, Fotografie und Geschichte. Und über das Rundtempelmodell. Und immer und immer wieder wollte Josi Herrn G zu sich einladen. Zu sich, mindestens zwanzig Kilometer von seiner Wohnung entfernt. Herr G vertiefte sich in seine Arbeit, das Jubiläum stand kurz bevor. Die Arbeit war ein guter Grund, sich in die Werkstatt, in seinen Radius zurückzuziehen, nichts von all dem preiszugeben, was ihn bewegte, sich nicht außerhalb seiner sicheren Grenzen zu bewegen. Josi verstand und mied den Kontakt zusehends.

Das Jubiläum fand im Festsaal der Schule statt. Herr G hatte nicht nur das Modell, sondern auch ein Podest

für das Modell gebaut. Es stand im Mittelpunkt. Er stand mit seiner Arbeit im Mittelpunkt. Der seit Kindertagen vertraute Kaffeehausplauderton machte sich auch bei dieser Veranstaltung bezahlt. Er war zufrieden. Das Angebot, bei der Enthüllung des Modells in dem Museum, für das es bestimmt war, zweihundert Kilometer weit weg, dabei zu sein, hatte Herr G dankend und bestimmt abgelehnt. No way!

Es war Frühling. Herr G fühlte sich wieder stark. Er hatte Sehnsucht nach Beziehung. Manchmal ergaben sich Themen aus seiner Kindheit, die nicht von den Ängsten des kleinen Jungen, sondern von seinen Freunden handelten. So erzählte Herr G zum Beispiel einmal, wie gerne er mit den Hunden der Kaffeehausbesucher gespielt hatte. Wenn die Herrchen und Frauen länger sitzen geblieben waren, durfte er die Tiere manchmal zum Äußerln führen. Ich hörte Stolz über das, was ihm damals jenseits des elterlichen Misstrau-

fuhr mit seiner Hündin nach Hause. Zuerst noch in den Supermarkt, um Hundefutter zu besorgen. Im Internet bestellte er eine knallrote Leine und was er sonst noch brauchte. Viel war es nicht, denn schlafen konnte sie bei ihm im Bett. Auch bei den folgenden Therapiesitzungen durfte Luci nicht fehlen. Sie schnupperte eine Runde, trank ihr Wasser und begab sich dann nahe Herrn Gs Füßen zur Ruhe.

UND WIEDER NAHTEN die Sommerferien. Diesmal hatte Herr G ein gutes Gefühl. Er ging täglich mehrere mittelgroße Runden mit Luci, las über die Mayas und zeichnet die Hündin, zuerst mit Bleistift und dann mit Buntstift. Sein Leben war bunt. Das war neu! Die Angst ließ ihn in Ruhe. Er vermied jeden Anlass. Er war mit seinen Möglichkeiten zufrieden, er war glücklich über seine neue Gefährtin – und er nahm noch mehr Kilos ab. Nach der Sommerpause wirkte er agil

und leicht gebräunt – ein neues Bild. Er beschrieb einen liebevollen Blick auf sich und seine Fähigkeiten; das was geht und das, was eben nicht geht. Er beschrieb die innere Ruhe, die mit der gefürchteten Leere nichts mehr zu tun hatte. Er berichtete, dass der Druck, „die Welt niederzureißen“, gänzlich seiner „Freude am Dasein“ gewichen sei. Die tägliche Medikamenteneinnahme ließe ihn nicht mehr an sich zweifeln.

Dazu hätte er auch gar keine Zeit mehr: Luci beschäftigte ihn – in seinen Freistunden fuhr er nach Hause und ging mit ihr eine kurze Runde, war ja zum Glück nicht weit. Für die Freizeit hatte er sich Walking-Stöcke bestellt. Ein langer Spaziergang von einer Stunde wurde zur täglichen Routine. Er unterstützte eine ehemalige Schülerin bei den Vorbereitungen für die Aufnahmeprüfung an der Universität für Bildende Künste. Er half seinen Schülern, sich auf die neue Zentralmatura vorzubereiten und entwarf für jedes Themengebiet Anschauungsmaterial. Er begann ein neues Projekt: Ölmalerei auf Holzplatte. Einige der Küchlein aus seinem Kaffeehaus im Großformat. Öl auf Holz hatte es seit Jahren nicht mehr gegeben. Es sollten zirka fünfzehn Werke werden, die in einer Vernissage im Kaffeehaus selbst gezeigt würden. Der Besitzer freute sich über diese Idee, zumal er Herrn G schon einige Male gefragt hatte, was er denn immer so lange im Kaffeehaus mache: skizzieren. Die Abstände zwischen den Therapiegesprächen wurden wieder größer. Zu viel Zeit nahm sein gutes Leben in Anspruch. Und die Biografien von Michelangelo und Leonardo da

Er konnte ihr Einhalt gebieten, ihr Kontrageben, seinen Körper durch das Laufen auf seiner Seite halten. Die Angst zog sich beeindruckt zurück. Er war stolz. So stolz, dass er am nächsten Tag die Strecke noch einmal ablief. Keine Spur von Angst, nur die Erinnerung an den Vortag.

ens zugemutet wurde, und ich hörte Freude über die Begegnung mit den Tieren. Ich bat ihn, bis zum nächsten Termin sich und einen Hund zu zeichnen. Er war beim Überlegen, welcher künstlerischer Tätigkeit er sich als nächstes widmen sollte. Die Dinge nahmen ihren Lauf. Herr G zeichnete, Herr G überlegte. Wem würde er ähnlicher werden, wenn er sich einen Hund ... Der spanischen Tante seiner Mutter. Er hatte sie wenige Male im Kaffeehaus der Eltern und ein letztes Mal auf seiner Südspanienreise gesehen. Sie war eine lebensfrohe Frau und hatte immer mindestens vier Hunde. Die Überlegungen wurden konkret. Er recherchierte im Internet. Er verhandelte mit einer Tierpflegerin aus dem zu weit entfernten Tierschutzhaus, dass sie mit einem Hund zur Ansicht zu seinem gewohnten Spazierweg kommen sollte. Diesmal ließ er das Fahrrad zu Hause, parkte das Auto aber ganz nah, für alle Fälle. Herr G war überpünktlich. Die Tierpflegerin mit einer Beagle-Dame an der provisorischen Leine war pünktlich. Sie gingen ein paar Meter zu dritt spazieren. Aus der Ansicht wurde Liebe auf den ersten Blick. Sie klärten die Formalitäten, er bezahlte und

Vinci. Herr G war wieder in seiner Kraft. Erstmals in seiner Kraft? Auf jeden Fall war er in einer neuen Lebensphase angekommen. Die Akzeptanz von sich und seiner Begrenztheit war neu, jedoch für ihn nicht unangenehm. Er fühlte sich wohl und fühlte sich gebraucht, zu allererst von Luci. Von der Angst war keine Rede mehr.

Und wieder Sommerferien. Alles klar, Herr G war beschäftigt. Die Vernissage würde Anfang Herbst stattfinden. Herr G war bestens vorbereitet. Die Bilder sollten bis kurz vor Weihnachten hängen bleiben, Herr G war in seinem Element. Für Heurigenbesuche mit seinen Freunden blieb kaum noch Zeit. Und mit der Biografie von Francisco de Goya kam er nicht so voran, wie er gerne wollte ... Das Fahrrad stand unbenutzt im Fahrradraum. Er hatte nicht einmal Zeit, es in den Keller zu tragen.

Und da war sie plötzlich wieder. Ganz unerwartet, bei einem Spaziergang im Laufschrift mit Luci. Die Angst packte ihn am Rückweg. Durch das Laufen war sein Puls höher – selbstbestimmt, er lief weiter und bot der Angst so keine allzu große Angriffsfläche. Er konnte ihr Einhalt gebieten, ihr Kontra geben, seinen Körper durch das Laufen auf seiner Seite halten. Die Angst zog sich beeindruckt zurück. Er war stolz. So stolz, dass er am nächsten Tag die Strecke noch einmal ablief. Keine Spur von Angst, nur die Erinnerung an den Vortag. Luci war dicht an seiner Seite. Zuhause zeichnete er sich und die Angst. Mit Buntstift. Das Leben war bunt geblieben. Er zeichnete eine Karikatur von sich und die Angst stellte er als verletzlichen, fast harmlosen Schmetterling, dimensionsgetreu dar. Er brachte mir das Bild und schenkte es mir. Es sollte in der Praxis bleiben.

Die Vernissage begann, er bekam gute Rückmeldungen, einige der Bilder wurden gleich verkauft. Der Kaffeehausbesitzer staunte. Da sprach ihn die Mutter einer ehemaligen Schülerin auf seine Bilder an. Sie kamen ins Gespräch. Die Tochter besuchte nun eine Fachhochschule in einem anderen Teil des Landes. Auch die Mutter hatte einen Hund. Sie vereinbarten einen Spaziergang zu viert. Die Therapiegespräche fanden in sechswöchigem Abstand statt. Sie dienten ihm zur Sicherheit, falls nochmal ... Herr G schenkte mir eines der Kaffeehausbilder zu Weihnachten. Nun wollte er mir etwas geben. Ich bedankte mich. Bernadette, so hieß die Mutter der ehemaligen Schülerin, wurde zu einer angenehmen Spazierpartnerin. Sie erzählte ihm von ihrer Tochter, der Trennung von ihrem desinteressierten Mann, von ihrer selbstständigen Tätigkeit als Fremdenführerin. Er erzählte ihr von den Römern, den Germanen, von Picasso, Michelangelo, da Vinci, Goya und von der Schule. Sie freuten sich über die Hunde. Und schließlich begann er auch über sich

zu sprechen. Über seine Grenzen und Möglichkeiten. Auch bei diesem Thema war Bernadette eine angenehme Weggefährtin. Herr G wurde neugierig auf das, was ihn noch erwarten könnte. Er blieb nach wie vor bei seinen Medikamenten und dem Radius, in dem er sich sicher fühlt. Auf Experimente hatte er keine Lust mehr. Die römische Ausgrabungsstätte musste ohne ihn ihr Auslangen finden. Herr G war neunundfünfzig Jahre. Er war zufrieden mit seinem Leben.

Die Treffen mit Bernadette, im Wald oder im Kaffeehaus, wurden, so wie die Arbeit in der Werkstatt und die Spaziergänge mit Luci, zu einem fixen Bestandteil seiner Freizeit. Herr G war mutig. Er öffnete den Schutzmantel. Aufmerksam wartete er auf kleinste Zeichen der Enttäuschung, doch sie bleiben aus. Er erzählte Lena von Bernadette. Sie stand kurz vor der Matura und war mit anderem beschäftigt. Herr G räumte auf. Er zeigte Bernadette seine Wohnung. Es gefiel ihr dort. Sie blieb über Nacht. Luci gefiel das weniger: Ihr Bett wurde besetzt. Doch sie mochte Bernadette und ihren Hund und sie mochte Herrn G, also schlief sie ausnahmsweise am Fußende. Diese Ausnahmen wurden häufiger. Die Scheidung von Bernadettes Mann war vollzogen. Sie zog aus dem gemeinsamen Haus aus und suchte eine neue Bleibe. Herr G überlegte. Er nützte ein Therapiegespräch für dieses Thema. Die Für und Wider. Die Freude über die Beziehung und die Angst vor Enttäuschung. Doch da spielte das Leben freundlich mit. Die Nachbarwohnung von Herrn G wurde frei. Bernadette kaufte sie mit dem Geld von der Scheidung. Herr G war mehr als zufrieden. Er war glücklich und freute sich über das Leben! Gemeinsam entschieden sie, dass er alle Möbel für Bernadettes Wohnung bauen sollte. Ein Großauftrag! Da Bernadette und er aber mit den Hunden und zu zweit so gerne Zeit verbrachten, kam er kaum in die Werkstatt. Die Arbeit musste warten, doch so lange konnte sie mal bei Herrn G wohnen...

PS: Ungefähr eineinhalb Jahre später habe ich Herrn G zufällig beim Einkaufen im Grätzel getroffen. Es ginge ihm gut und Luci und Bernadette auch. Ihre Küche und ihren Tisch habe er schon fertig gebaut, aber sonst sei noch so viel zu tun ...

**Für Christina Haberlehner, die auch eine Hundefreundin ist.
Danke für deine Ermutigungen immer und immer wieder,
und danke für deine sorgfältigen Korrekturen.**