

Abschalten von Jérôme Forgeron © Sept. 2012

«Raus! Raus - ich muss raus!» brabble ich halblaut vor mich hin.

Die ganze Zeit dreht es in mir, ich komme nicht los von Fragen, Terminen, von "Was habe ich vergessen?" und "Wen ziehe ich am besten bei?".

Wohl habe ich den Freitagnachmittag frei und mir vorgenommen, mal zweieinhalb Tage abzuschalten, aber es gelingt mir nicht. Der Schlaf nachts will sich nicht einstellen, und wenn ich doch mal "weg bin", dann träume ich wirres, bizarres Zeug.

Ich lese die Zeichen ja schon - bin ja nicht blöd - aber dabei bleibt`s dann auch.

Denn zu entspannen gelingt mir nicht, und ich komme aus der Überreizung nicht raus.

Und ich fühle mich ungeborgen ... jaja, mein altes Problem.

Mein altes und unangenehmes Problem.

Ich müsste da ansetzen - aber wie gelangt man in Geborgenheit rein, wenn die Gefühle sich bereits selbständig gemacht haben?

Eben: "Raus, raus aus den vier Wänden!"

Wohin?

Einkaufen?

Spazieren?

Allein?

Na - toll ...

Aber mit wem?

Wen ruf` ich an?

Oder ans Klavier?

Schon versucht.

Brachte nichts.

Nur die Sorge, dass ich Nachbarn gestört haben könnte.

Etwas schreiben?

Eine Kurzgeschichte?

Okay - wär nicht schlecht.

Nur - was?

Musik hören?

Da habe ich keine Lust zu.

Hauptproblem?

Wie erwähnt: Schon erkannt: Geborgenheit ... oder vielmehr: Ungeborgenheit.

Mich also selber beruhigen ...?

Mir selber Geborgenheit geben ...?

Na - ich weiss nicht -

Klingt etwas paradox.

Gott - ich bringe mich nicht mehr selber zur Ruhe; der Zeitpunkt ist verpasst.

Und ich bin leider auch schon so unter Dampf und innerlich wurzellos, dass ich nicht mehr fähig bin, mich selber "geborgen zu machen".

«Rufe mich an in der Not, so will ich Dich erretten und Du sollst mich preisen.»

Nun, Gott - ich bin grad daran, das zu tun: Dich anrufen.

Gemäss Deinem Versprechen aus Psalm 50:15 muss sie ja eintreffen, die Errettung.

Ich "tigere" in meiner Wohnung rum, vom Studierzimmer in die Küche, eine Wende im Schlafzimmer, rüber zur Stube ...

Okay!

Ich bestätige mir meinen Entschluss:

Ich muss aus meinem gewohnten Umfeld raus.

Anders können sich keine "ändern Gefühle einstellen", kein anderer Zustand.

Ich greife mir was zum Überziehen, schlüpfe in meine Schuhe und verlasse meine Altwohnung im Parterre des backsteinernen Arbeiterhauses.

Nahe liegen Schulhaus und Kirche.

Die Sonne scheint, auf dem Kinderspielplatz vergnügen sich Dreikäsehoche.

Wochenende - deshalb sind auch zwei, drei Väter da.

Ich hocke mich auf eine Bank und schaue den Knirpsen zu.

Den Kleinsten.

Jenen, die noch ganz auf Vater und Mutter konzentriert sind, sich keine vier Meter von Papa in unbekanntes Gebiet vorwagen, sich der väterlichen Sicherheit immer wieder vergewissern.

Ich seufze unhörbar:

"Ist das Leben dieser Kleinsten noch einfach! Papa da, immer in Sichtweite - die Sicherheit und Geborgenheit stets in Reichweite ..."

Bauz - einer fällt hin, bleibt kurz überrascht liegen, rappelt sich hoch - Papa beobachtet, rührt sich jedoch nicht (macht er gut, finde ich) - kehrt die ausgestreckten Handflächen gegen oben, bemerkt die vielen klebenden Kiesel, der Blick wandert zu Papa, das Gesichtchen verzieht sich gleichzeitig zum Weinen ... und das stimmliche Begleitgeräusch folgt sogleich.

Papa erhebt sich, holt sich den Knirps zwischen die Beine, wischt die Steinchen von den Händen, tröstet und herzt seinen Kleinen, worauf der schon wieder wegdrängt, einer neuen Attraktion entgegen.

"Na, mein Vater im Himmel? Das wäre doch was für Dich? Ich fühle mich grad nicht viel anders als der Kleine da ... aber, wenn ich mich zu Dir wende, spüre ich so ... nun, verzeih` mir ... so ... nichts."

Ich seufze abermals leise, stehe auf, nicke dem Papa freundlich lächelnd zu und schlendere meiner Bleibe zu.

Ich beschliesse, etwas zu essen - ich weiss, es ist erst 17h, aber was soll` s? Und wen stört` s?

Upps - ich habe gar nichts mehr Rechtes zu Hause, also Drehung nach links und zu Coop gewandert.

Wie lang hat der offen?

Samstag? Dann also bis 18 Uhr.

Im Laden beherrsche ich mich, nicht zu viel von den verlockenden Angeboten in den Wagen zu packen ... eine Schwäche von mir, wenn ich hungrig bin.

Ein heisses halbes Grillhähnchen muss aber mit!

Ebenso ausnahmsweise ein etwas teurerer Wein.

Zu Hause lasse ich Worshipmusik laufen, öffne den Wein, decke die Tafel schön, tische auf, setze mich her, bete, lade Gott an den Tisch ein ... nun ja, eine doofe Vorstellung, ich weiss ja schon, aber es ist mir halt jetzt drum - vielleicht wegen dem Knirps und seinem Papa vorher.

Immerhin bin ich nicht so weit gegangen, für Gott auch noch ein Gedeck hinstellen ...

habe ich auch schon gemacht.

Die alten Gedanken an Pflichten, zu lösende Fragen, Termine melden sich ... aber es ist, wie wenn Gott in mir sagte. «Schscht - denk nicht dran ... lass uns jetzt diese Augenblicke geniessen ... der Wein ist gut ... das soll auch so sein ...», und meine Gedanken dabei auf die klingenden Harmonien aus den Boxen lenkte, die wohltuend meine Stube füllen.

Friede macht sich in mir breit ...

Geborgenheit strömt ein ... und in der aufkeimenden Erleichterung sickern Tränen aus meinen Augen.

Abba - lieber Vater.