



Für alle, die still brennen.

# Inhalt

OK? .....	5
Gossip .....	7
Gehört.....	9
Prokrastination .....	12
Schulstress .....	14
FOMO .....	17
Weißt du noch? .....	21
Erwachsenwerden .....	25
Ich .....	27
Vermissen .....	29
Scheinleben .....	31
Safe space .....	33
Social media killed romance .....	36
Schmerz.....	38
Immer noch.....	39
Fake .....	42
180 Grad .....	45
Stillbrennen.....	48

„Sie lachen.

Ich lache auch.

Hauptsache es sieht so aus.“

Wie sie da steht. Sie steht so da wie alle. Sie sehen aus, als fühlen sie sich wohl. Sie fühlt sich aber nicht wohl. Heißt das, niemand fühlt sich wohl?

Nein. Sie hat sich angepasst. Wie beim Lachen. Sie lacht mit. Die anderen lachen wirklich.

Oder nicht?

Ein Name wird gesagt. Es ist ihr Name. Sie reagiert verspätet, schaut hoch.

„Alles okay?“

„Ja, alles okay.“

Gesagt, gelächelt, gelogen. Ein Automatismus, den sie nicht wagt zu brechen. Obwohl die Frage einen Gedanken verlangt, antwortet sie, ohne zu denken. Wie beim morgendlichen „Hast du gut geschlafen?“, beim täglichen „Wie geht’s?“, beim jährlichen „Wie war dein Geburtstag?“. Eine andere Antwort als die erwartete erfordert zu viel Kraft. Aufrichtig und mutig hat sie es einmal gewagt, diese Frage zu verneinen. Ihre Kollegin nahm sie mit einer plötzlichen Fürsorge in den Arm. Warum hat sie die zuvor nie gespürt? Sie erklärte, wie leer sie sich fühlte, wie sie das Gefühl hatte, alles werde zu viel und dachte dabei, es würde ihr guttun, darüber zu sprechen. Doch während der Konversation fühlte es sich eher an wie eine Rechtfertigung als eine Aussprache. Nicht nur für ihr Befinden, sondern dafür, dass sie „erst“ jetzt darüber sprach. Unbehagen breitete sich in ihr aus, als sie merkte,

nicht gehört aber ausgefragt zu werden. Sie vertraute sich ihrer Kollegin an und doch ... konnte sie ihr vertrauen? Also fügte sie mehrere „aber bitte sags niemandem“ hinzu. Jetzt musste sie weiter ausholen, mehr erklären, mehr erzählen. Eine Umarmung, ein „Ich bin immer für dich da“, und sie sollte sich besser fühlen, aber nun verspürte sie auf einmal Angst. Die Angst, ihr Problem zum Problem *für* jemand anderen gemacht zu haben.

Seit diesem Moment wird sie fast täglich gefragt, ob „alles okay“ ist. Und mit jedem Tag, der vergeht, ist weniger okay.

### OK?

Warum geht es mir besser, wenn ich sie anlüge

Wenn ich lächle, strahle, mich selbst betrüge

Mag ich es nicht, die Wahrheit zu sagen

Oder geht es darum, ihre Fragen zu ertragen

Reden, vertrauen oder still sein, brechen

Meinen sie es, wenn sie mir versprechen

„Ich bin für dich da. Es kann alles sein.“

Aber im Endeffekt bin ich trotzdem allein

Sie setzt sich an den Rand des Tisches. Dem Gespräch kann sie ohnehin nicht entgehen und doch versucht sie, sich so weit wie möglich davon zu entfernen. Es ist diese gemischte Gruppe, in der sie sich nie ganz wohlfühlen wird. Zu viele verschiedene Meinungen, zu viele verschiedene Charaktere, um eine vertraute Atmosphäre bilden zu können. Trotzdem sind sie alle ihre Freundinnen.

„Leute, habt ihr schon gehört?“

Unmerklich schließt sie kurz die Augen, ignoriert ihr inneres Krümmen und blickt interessiert in Richtung der Frage. Eine Aufforderung, den Gossip zu teilen, kommt auch von ihrer Seite. Das Mädchen sagt etwas. Über ein anderes Mädchen. Es ist ein Gerücht, nichts Neues, nur so verpackt, dass es neu wirkt. Erstaunte Ausrufe, irritierte Blicke, Nachfragen. Sie hört zu, dann sagt sie etwas. Es ist ein kleiner Kommentar, nichts wirklich Böses, nur ein Einwurf, wie man ihn eben macht, um dazuzugehören. Doch bereits beim Sprechen bereut sie, diesen gemacht zu haben. Sofort wird er aufgegriffen, eine neue Welle des Erstaunens entsteht. Eine Welle, die sie nicht mehr stoppen kann und für die sie verantwortlich ist. Man fragt sie über die Umstände dieser ihr unbedeutend erschienen Information. Ihr wird heiß, sie lächelt, ist gestresst. Je mehr sie beantwortet, desto einfallsreicher wird sie. Sie lügt nicht, aber wahr ist es auch nicht ganz. Mit jedem weiteren Anspringen auf ihre Antworten, fühlt sie sie noch elender. Warum hat sie das gesagt? Lauter, schneller, aufgeregter reden sie weiter. So wie sie es wenige Sekunden zuvor getan hat. Und ihr fällt auf, dass sie wieder Teil einer Kommunikationsweise geworden ist, die sie eigentlich so sehr verabscheut.

Sie senkt ihren Blick. Fragt sich, wann genau sie begonnen hat, nachzugeben und merkt, sie hat sich nie wirklich gewehrt.

## Gossip

Eigentlich will ich davon nichts wissen  
Denn Beziehungen werden dadurch zerrissen  
Aber genau dieses „eigentlich“ hält mich fest  
Sodass mein gutmütiges Ich mich verlässt

Ich weiß, dass jeder weiß, es tut nicht gut  
Aber trotzdem verlieren wir zu oft den Mut  
Uns zu wehren, aufzuhören und besser zu sein  
Weil besser zu sein, ist heute oft nur Schein

Dabei oder raus, mehr gibt es nicht  
So viel Druck bis dann jeder spricht  
Ich würde dir wirklich so gern sagen  
„Mach nicht mit, du wirst es ertragen“

Doch gelogen wären diese Worte  
Es gibt nämlich keine einsameren Orte  
Als inmitten der Menge sich verkrochen  
Denn danach wird über dich gesprochen

Lächeln, immer nur lächeln, dann merken sie nichts. Sie weiß, sie darf nur nichts gefragt werden, ansonsten bricht es aus. Dieses etwas, von dem sie den Auslöser nicht versteht. Sie atmet tief ein und aus, so tief es geht, ohne dass es jemand merkt. Beim Ausatmen beginnt ihre Luft zu zittern und sie schließt die Augen.

„Nur Weiteratmen, ganz ruhig. Ein und aus“, denkt sie.

Wenige Augenblicke nachdem sie die Augen geöffnet und nach vorne geschaut hat, werden diese glasig und sie wendet ihren Kopf nach rechts. Zum Glück sind ihre Nachbarn zu sehr mit Reden beschäftigt, als dass sie ihre Mühen bemerken würden. Sie hat vor einiger Zeit damit aufgehört, immer mitzureden, wenn die Themen heikel wurden. Sie hat verstanden, was es heißt, ruhig zu sein, dass es oft bedeutet, am meisten am Gespräch teilzuhaben. Je mehr sie zugehört hat, desto klarer wurde ihr, dass weit mehr als die Hälfte von allem Gesagten völlig belanglos ist, dass die Menschen gar nicht zuhören, außer sie sprechen selbst, und dass sie alle nur darauf warten, selbst zu sprechen, wobei sie nicht einmal auf das Gesagte eingehen. Von diesem Tratsch hat sie sich entfernt und fühlt sich gehörter als zuvor.

Das Gespräch von links hellt ihre Stimmung in keiner Weise auf, im Gegenteil. Es hat damit begonnen, was Kinder in Kriegsgebieten durchmachen müssen, und nun sprechen sie über die damit verbundene Vergeudung von Talenten. Genau das macht sie so wütend. Eine Banalisierung von etwas äußerst Tragischem, die alles Bedauern so kausal und nebensächlich erscheinen lässt. Dazu sagen sie es in einer Seriosität, als wären sie Experten, dabei geben sie nur die Informationen von Nachrichtendiensten wieder. Sie wüsste nicht mehr darüber, doch genau deswegen nimmt sie auch nicht an solchen Konversationen teil. Es läutet, die Lehrerin begrüßt die Klasse und auch ihre Kollegen sehen sich gezwungen, nach vorne zu schauen. Niemand scheint ihre

Teilnahmslosigkeit bemerkt zu haben. Langsam haben sie sich an ihre Stille gewöhnt.

### Gehört

Können wir lernen, aktuelle Themen zu behandeln

Ohne uns dabei in Allwissende zu verwandeln?

Meinen Senf habe auch ich lange dazugegeben

Versucht mich wie alle aus der Menge zu heben

Aber die Menge formt ihre Sätze bereits dann

Während ein anderer seine wiedergeben kann

Jetzt weiß ich, nicht alles braucht ein Publikum

Denn mein wahres Ich bleibt in mir, stumm

Zu Hause. Ein Ort und Menschen so vertraut, dass sie es liebt da anzukommen. Zu Hause ist sie sicher vor Meinungen, vor Gerede, vor Leuten, die sie nicht mag, vor Rechtfertigungen, und sie ist sicher vor Unehrllichkeiten. Das denkt sie, wenn sie durch die Türe geht, und sie denkt es so lange, bis ihre Mutter sie fragt, wie ihr Tag war. Am liebsten würde sie schreien, sie kann diese ständigen Fragen nach ihrem Befinden nicht mehr ertragen. Nicht weil es sie stört, dass man sich darum sorgt, im Gegenteil: Weil sie weiß, sie wird sie nicht ehrlich beantworten können. Sie nickt, lächelt und bejaht die Frage mit einem angestregten „mm“. Kurz umarmt sie ihre Mutter, weil sie weiß, dass jene diese Nähe braucht. Doch sie würde es nicht tun, wenn sie die Nähe nicht noch nötiger hätte. Irgendwo in ihrem Innern verspürt sie das Verlangen, sich mit ihrer Mutter auf die Couch zu setzen und mit ihr über den Tag zu sprechen. Aber das Verlangen ist zu fern, um es wahrhaben zu können. Denn das, was sie denkt, wirklich zu wollen und vor allem zu brauchen, ist endlich allein zu sein. Also steuert sie in Richtung Treppe zu ihrem Zimmer und fühlt sich elend, ihre Mutter so stehen zu lassen. Aber sie hat gelernt, dieses Stechen abzuschalten, denn ein anderes Mal wird sie wieder die Energie haben, in Gesellschaft zu sein. Sie lehnt die Tür nur an, denn auch hier hat sie durch Schliessen und den gefolgten Fragen aus ihren Fehlern gelernt. Mit einem tiefen Seufzer legt sie sich auf ihr Bett, starrt an die Decke und ist zum ersten Mal an diesem Tag allein. Doch etwas kommt zurück, so präsent wie nie, macht es ihr unmöglich, auch abschalten zu können: ihre Gedanken. Sie schaut auf ihr Handy. Es ist 17.20 Uhr. Das heißt ihr bleiben genau 25 Minuten bevor sie ins Training muss. Auf morgen muss sie einige Aufgaben lösen, was heißt, sie sollte schon jetzt damit anfangen. Gleichzeitig denkt sie, sie hat eine Pause verdient und geht ans Handy, nur kurz, das nimmt sie sich vor. Sie beantwortet einige Nachrichten, schaut sich die Stories auf Instagram an und will 5 TikToks schauen. Das dritte bringt sie zum Lachen, noch mehr das fünfte. Euphorie steigt in ihr auf, wie sie es den ganzen Tag nicht gespürt hat. Sie hatte das so nötig und erlaubt sich noch ein Video

mehr. Dieses enttäuscht sie ein wenig, denn darin lernt sie mehr als etwas schauen zu können. Also scrollt sie ein weiteres Mal nach unten, muss erneut grinsen und will das nächste ebenfalls sehen. So geht es weiter für 15 Minuten, und als sie die Uhrzeit erblickt, fühlt sie sich augenblicklich schlecht. Die Aufgaben kann sie für den Moment vergessen, denn jetzt muss sie sich fürs Training vorbereiten. Kaum hat sie das Handy weggelegt, kommen die Stressgedanken zurück und besetzen jeden Winkel ihres Gehirns. Nicht nur ist das Glücksgefühl von Sekunden zuvor spurlos verschwunden, es wurde ersetzt durch ein noch größeres Tief als beim Nachhausekommen. Einen Moment denkt sie daran, das Training abzublasen, doch sie hört schon die Stimme ihres Vaters: „Kurz auslüften tut dir gut.“ Außerdem hat sie sich heute bereits enttäuscht, sie braucht nicht noch anderen den Grund dazu zu geben. Sie steht auf und zwingt sich zu dem Lächeln, das nun für eine Stunde anhalten muss. Selbst wenn es danach genauso schnell wieder verschwindet wie zuvor.

## Prokrastination

Papa hat dieses Wort tatsächlich noch nie gehört

Redet davon, dass man es „damals“ nicht brauchte

Offensichtlich, da man sich jetzt erst vom Handy stört

Kann sein, dass es durch meine Generation auftauchte

Ruhen ist vergangen, so gönnen wir uns eine kurze Pause

Aber diese wird jedes Mal viel länger als nur kurz sein

Sodass wir manchmal Stunden im Bett liegen zu Hause

Trotz all der nötigen Arbeit bleiben wir lieber online

Irrationales Verzögern von Beabsichtigtem, so die Definition

Noch dazu der Gedanke, dass ein „ander“ Mal die Zeit reicht

Aber „ander“ Mal ist eine Nacht vor Abgabe voll Frustration

Tutorials und Erklärvideos, „die retten mich vielleicht“

Immer dasselbe

Obwohl man sich vornimmt

„Nächstes Mal fang ich früher damit an“

*Wollen* ist unwichtig, dieses Wort hat schon lange keinen Platz mehr. *Müssen* dagegen der Idealwert. *Sollen*, das klingt sanfter, eigentlich ein Euphemismus des vorherigen. Und *können*? Nun ja, was sie kann und nicht kann, das interessiert niemanden. Sie *muss* einfach.

Sie sitzen auf ihren Stühlen, die Augen halb geöffnet, den Kopf auf die Hände gestützt. Manche haben einen Kaffee in der Hand, um sich durch den Tag zu kämpfen. Andere sind nicht gekommen, die wollen es gar nicht mehr versuchen. Wiederum andere sind in ihre Bildschirme vertieft, haben schon vor längerer Zeit mit Aufpassen aufgehört. Die Lippen des Lehrers formen Worte. Worte, die niemanden wirklich erreichen. Wahrscheinlich haben die wenigen, die ihren Blick nach vorne gerichtet haben, aufgehört zu verstehen und dann zuzuhören. Versuchen führt zu nichts, denn dieses Jahr scheinen die Lehrer nicht das Ziel zu haben, den Stoff der Klasse beizubringen, sondern ihn abzuarbeiten. Ihnen wird eine Aufgabe erteilt. Beim Durchlesen der Sätze stocken sie, sind sich unsicher, ob die Grammatik nicht stimmt, oder die Aufgabe zu schwer ist, um sie zu verstehen. Gestresst schauen sie umher, sind erleichtert, wenn ihr Blick einem anderen verwirrten Gesicht begegnet. Einige machen sich an die Aufgabe, sie auch. Es fällt ihr schwer, doch sie weiss, wenn sie es jetzt nicht kann, so kann sie es zu Hause auch nicht. Sie muss es lösen, sie muss funktionieren, sie muss verstehen. Die Klasse beginnt nervös zu tuscheln, beschäftigt sich mit anderen Dingen, redet durcheinander. Ein paar ihrer Kollegen fragen verzweifelt, was sie täte. Sie versucht, zu erklären, denn der Lehrer ist für solche kleinen Zwischenfälle nicht anwesend. Niedergeschlagen schaut man sie an, sie sieht Überforderung in den Augen der anderen aufsteigen, die viel weiter reicht als nur diese Lektion: Bevorstehende Stunden Arbeit zu Hause, wofür niemand Zeit hat, Prüfungen, an denen solche Aufgaben kommen, Noten, die unbedingt genügend sein müssen, denn die anderen Fächer kompensieren zu wenig. Sie hat weder die Aufgabe ganz beendet, noch konnte sie den anderen auch nur den

Anfang verständlich erklären, doch der Lehrer hielt die Zeit für genügend und fragt nach der Lösung. Jemand hebt die Hand, nennt eine Zahl, der Lehrer schüttelt den Kopf. Stille. Manche bitten um mehr Zeit, doch die „haben wir heute nicht“, also erklärt der Lehrer die Aufgabe selbst. Er notiert die Schritte auf die Wandtafel, die Klasse kopiert. Sie müssen sich so sehr beeilen, alles aufzuschreiben, dass sie am Ende merken, das Notierte nicht verstanden zu haben. Sie blicken ratlos auf ihre Bildschirme, versuchen Zusammenhänge zu schliessen und scheitern. Ein Mädchen fragt nach, weiss nicht ganz, wie sie formulieren soll, dass sie eigentlich nichts verstanden hat. Der Lehrer blickt sie ratlos an, bittet um eine Wiederholung der Frage. Die Wangen des Mädchens färben sich leicht rot, während manche lächeln, obwohl sie es nicht besser wissen. Die Frage wird wiederholt, der Lehrer versteht nicht mehr, erklärt dasselbe wie zuvor. Beinahe gestresst sagt er: „Haben Sie es jetzt verstanden?“. Das Mädchen nickt, und jeder weiss, nein, hat sie nicht. Niemand hat es.

### Schulstress

Ich will es nicht können, ich *muss*

Ich kann es nicht lernen, ich *muss*

Ich sollte nicht müssen, tja, ich *muss*

Denn ich bin schlussendlich freiwillig hier

Schule bringt uns weiter, das sagen sie  
Im Leben bestimmt, doch was ist mit mir?  
Was verloren geht, daran denken sie nie  
Im Sommer draussen, jetzt bin ich hier

Hier im Zimmer, schaue meine Aufgaben an  
Frage mich, wenn ich das brauche, dann wann?  
„Vertrau mir, es wird sich lohnen, irgendwann“  
Also sitzen wir drin und denken daran  
Schon okay, darauf kommt es ja an

Erschöpft geht sie nach Hause und dort will sie bleiben. Sie will sich hinlegen, einen Film anschauen oder einfach nichts machen. Doch diese Optionen kennt ein Freitagabend nicht mehr. Er hat sich verwandelt in eine Zeitschleife mit dem einzigen Unterschied, das Ergebnis abzuwechseln. Wie bei Tic Tac Toe ist die Ausgangslage dieselbe. Ob man am Ende gewinnt oder verliert, das hingegen entscheidet der Zufall. Die meiste Zeit jedoch bleibt es Unentschieden, sie hat weder etwas vom Abend mitgenommen, noch war er verschwendet. Sie rafft sich also doch immer wieder zusammen zu gehen. Denn die kleine Chance des Gewinnens besteht und sie kann es nicht riskieren, diese Möglichkeit ungenutzt zu lassen. Sie hat verstanden, dass nicht dabei zu sein immer bedeuten wird: „Du hast wirklich etwas verpasst.“ Also geht sie, auch wenn sie die Menschen, die Gespräche, die Lieder, den Ort bereits auswendig kennt.

Es sind ungefähr 50 Leute, für sie keine neuen Gesichter. Die Mehrheit ist draußen, redet miteinander und hält ein Getränk in der Hand. Nachdem sie einige von ihnen kurz umarmt hat, geht sie nach drinnen und gratuliert dem Geburtstagskind, dessen eigentlicher Geburtstag vor 2 Monaten war. Ein paar Kolleginnen kommen von der Tanzfläche auf sie zu und erzählen ihr, was bereits passiert ist; Der „crush“ von einer ist gekommen, so wie immer. Sie geht mit einer Freundin ein Glas Wasser holen, denn nach Alkohol fühlt sie sich nicht. Kurz reden sie darüber, mit wem sie hierhergekommen sind, danach gehen auch sie raus; Die Musik ist dieselbe wie immer, Lust zu tanzen haben sie noch nicht.

Sie schaut ihn kurz an, er sie auch und sie weiß, dass wird die einzige Art von Kommunikation an diesem Abend sein. Ein unmerkliches Lächeln, eine Begrüßung, die niemand mitbekommen sollte, doch innerlich fühlt es sich nach etwas anderem an. Wenn sie wollte, könnte sie reden, sie könnte dieses Schweigen, was anfangs spannend war, jetzt aber schmerzt, brechen. Doch sie ist besser darin, ruhig zu sein, niemanden wissen zu lassen, dass eine äußerliche Stärke immer auch

eine innerliche Schwäche hat. Und mit dieser Entscheidung ist der Abend lange nicht gewonnen, unentschieden wegen vereinzelt lustigen Ereignissen? Auch die werden überdeckt durch den Stress des „socialising“, dem sich alle so einfach hinzugeben scheinen. Sich mit Menschen zu unterhalten, die einen nicht gut kennen, erschöpft sie seit einer Weile. Es ist nicht so, als hätte sie keine Lust dazu, sie will einfach nicht jedem eine andere Version ihrer selbst präsentieren müssen, nur um ein gutes Gespräch führen zu können. Tatsächlich hat auch in diesem Aspekt „wollen“ an Kraft verloren und sie landet in dieser Position, die sie verhindern wollte. Ihr unsichtbarer Gegner hat sein Kreuz diagonal ihres Kreises gesetzt. Sie hat verloren.

## FOMO

„Bis später“ anstelle von „schönes Wochenende“

Es ist wichtig, dass ich jung sein nicht verschwende

Von zu Hause geh ich weg, wo ich bleiben wollte

Dorthin, wo ich laut anderer zu sein haben sollte

Laut derer, die unendlich viele Gesichter haben

Manchmal vergessen, das alte für mich zu begraben

Es dann merken und das Gespräch so unecht wird

Sodass es noch Tage später in meinem Kopf schwirrt

Also frage ich mich jedes Mal, warum war ich dort

Sind diese Freitagabende wirklich mein Ort

Wo ich sein will, wenn ich doch eine Pause brauche

Nein, doch es ist unerträglicher, wenn ich nicht auftauche

Es tut ihr leid, dass sie eine Pause braucht. Es tut ihr leid, dass sie auftanken muss. Es tut ihr leid, dass niemandem etwas vormachen bedeutet, die versteckten Gefühle zu zeigen. Es tut ihr nicht leid für sich selbst, sondern für ihre Familie. Für die Menschen, mit denen sie immer glücklich ist, die es jedoch nicht immer sehen können. Es liegt an ihr. Selten, nur wenn sie merkt, die Stimmung hält es nicht anders aus, muss sie auch an diesem Ort ihre Prioritäten beiseiteschieben. Doch meistens wird sie gelassen. Sie wird gelassen und sie machen sich Sorgen. So gerne würde sie sprechen, über all das, was sonst vergessen wird zu bereden: Darüber, wie sie von einem Vogel geweckt wurde und es sich wirklich anfühlte wie Sommer. Darüber, wie süß die Erdbeeren beim Frühstück schmeckten. Darüber, wie der Wald beim Joggen grün funkelte. Und darüber, wie die Sonne am Abend ein Haus auf der anderen Seeseite schimmern ließ, und sie sich fragte, wer dort wohl wohnte. Kleine Dinge, die niemand für wichtig genug hält, um sie anzusprechen. Und doch geben sie ihr Platz, täglich ein wenig Kind zu bleiben. Nicht nach außen, nur für sich selbst. Ein Kind, das neben ihr auch von den Eltern vermisst wird, denen „es“ am liebsten zurufen würde: „Es gibt mich noch, ich bin hier drinnen.“ Doch eine Tür wurde unerwartet zugestoßen und der Schlüssel dazu lässt sich nicht finden. Selten klopft „es“ genug stark, dass seine Rufe nach außen gelangen und ihr Benehmen beeinflussen. Dann kann „es“ wieder für eine Weile ruhen, so lange, bis es sich selbst vermisst.

Es war nicht ihre Entscheidung, erwachsen zu werden. In dem Moment, als sie dachte, ihre Kindheit fest im Griff zu haben, wurde sie ihr aus der Hand gerissen. Es geschah so schnell und unerwartet, dass sie sich ihres Verlustes lange nicht bewusst war. Mit der Zeit merkte sie jedoch, dass ihre Freiheit ersetzt worden war durch etwas, dass sie nie mehr loslassen würde: Erwartungen. Erwartungen, die von außen kamen und sie in ihren Möglichkeiten so weit einschränkten, dass ihr Leben nicht mehr nur ihres war. Zeitweise hatte sie das Gefühl, in ihnen zu ersticken, so sehr war sie eingeschlossen worden. Allmählich hat sie jedoch gelernt,

mit ihnen zu leben, durch die kleinen Löcher zu atmen, die ihr noch geblieben waren und nicht in Tränen auszubrechen bei dem Gedanken daran, was alles von ihr erwartet wurde:

Gute Noten haben für eine hochwertige Bildung. Währenddessen ihre Studienrichtung wählen, wenn sie an manchen Tagen nicht einmal entscheiden kann, was sie essen will. Dabei nicht den Ausblick für die Sicherstellung eines Traumjobs vergessen, den sie doch nie definieren durfte. Sie sollte erfolgreich werden, doch in einer ethisch korrekten Weise. Aber halt, so weit ist sie noch nicht. Zuerst gilt, den Klimawandel zu lösen, denn sie ist doch Teil der Generation, die all das „ausbaden“ muss, was die vorherige falsch gemacht hat. Auf den Sozialen Medien sollte sie präsent sein, wie ihre Kollegen. Dabei sieht sie, sie muss fit bleiben, gesund essen, Zeit für Sport finden, wenn die Schule kaum Möglichkeit dazu lässt. Um Erfahrung zu sammeln, sollte sie Menschen daten und kennenlernen, die genau so wenig wissen, wer sie sind, wie sie. An jedem Ereignis muss sie teilhaben, denn sie darf nichts verpassen. Die Welt sehen, doch ihr nie Schaden zufügen. Nur einmal jung, also alles ausprobieren. Sich nicht dafür interessieren, was andere dabei denken. Sie soll zu allem ja sagen, doch lernen, nein sagen zu können. Im Moment leben, aber die Zukunft dabei nie aus den Augen verlieren. Zeit für Freunde haben, jedoch die Familie an erster Stelle behalten. Sie darf nie vergessen, bei allem ihre Eltern stolz zu machen, die doch „egal was“ stolz auf sie sind. Und neben all dem muss sie noch Zeit für sich selbst finden. Zeit, die nur für sie bestimmt ist, die ihrer Seele guttun soll. Zeit, die sie nicht hat.

So liegt sie im Bett und trauert dem nach, was längst nicht mehr existiert: Ihr früheres „Ich“. Abschied hat schon immer weh getan, aber dem liebsten Teil von sich selbst „tshüss“ sagen zu müssen, konnte sie nicht vorhersehen.

## Weißt du noch?

Weißt du noch, der Mittagstisch jeden Dienstag

Die Fischstäbchen, die es immer nur bei dir gab

Weißt du noch, wie wir aus Decken Verstecke bauten

Uns im Kindergartenschuppen Geheimnisse anvertrauten

Weißt du noch, auf dem Heimweg die Schneeballschlacht

Wie wir bei Übernachtungen kicherten die ganze Nacht

Weißt du noch, der schöne Junge aus der Oberstufe

Das Festnetztelefon zum Abmachen für Anrufe

Weißt du noch, nach der Schule nichts zu tun zu haben

Die Kästchen für Kreuze zum „mit mir gehen“ fragen

Weißt du noch, als wir vom Floss einen „Köpfler“ machten

Uns für den Fall eine eigene Geheimsprache ausdachten

Weißt du noch, wie wir mit sieben unsere Reise planten

Deine Eltern nichts von den Süßigkeiten im Zimmer ahnten

Weißt du noch, der erste Kuss auf dem Klassenausflug

Und ich dachte, mit diesem sei für immer genug

Ich weiss es noch

Ich hoffe, du auch

Eine neue Woche beginnt, oder die Woche beginnt von neuem. Denn irgendwie fühlt sich das Zurückkehren in die Schule immer gleich an. Langsam könnte sie eine Veränderung ertragen: Mehr Freiheit in ihrer Alltagsgestaltung, weniger Dinge lernen, die nicht für sie bestimmt sind, nicht mit Menschen zusammen sein, in dessen Umgebung sie hineingezwungen wurde. Mittlerweile wünscht sich jeder diese Veränderung herbei, die irgendwo in der Zukunft liegt und sie glücklicher machen soll. Eigentlich ist dieser Wunsch nicht mehr als eine Illusion, denn einmal in Erfüllung gegangen, gibt es kein Zurück mehr und alles, was jetzt ist, wird Geschichte sein. Sie sieht sich um: Fünf ihrer Kolleginnen beugen sich über ein Handy und diskutieren heiter über einen Chatverlauf. Hinter ihnen jonglieren zwei Jungs mit einem Radiergummi, wobei ein anderer die Male des Auftreffens auf den Schuhen zählt. Währenddessen hört sie Konversationen über das vergangene Wochenende und muss lächeln, als sie von ihrem Nachbar gefragt wird, ob sie noch anwesend sei. Sie ist da, aber nicht anwesend. Sie denkt an die Veränderung, die sie kaum erwarten kann, und die dennoch all das mit sich reißen wird, was gerade um sie geschieht. Das und noch viel mehr.

Plötzlich sieht sie von oben auf einen mit leckerem Essen bedeckten Tisch herab. Um ihn herum sitzen vier Personen, ihre Familie. Sie lachen, ihr Vater erzählt eine Geschichte und sie erkennt dieses Szenario wieder, denn vor 3 Tagen war es Wirklichkeit. Das Bild verschwindet und sie sieht sich auf einem Bett liegen, was das Bett ihres Bruders sein muss. Ja, denn er sitzt auf seinem Stuhl und erklärt ihr schmunzelnd eine Rechenaufgabe, doch so ernst kann es nicht sein, weil die beiden immer wieder lachen. Da hat sie für eine Physikprüfung lernen müssen und hat zur Hilfe, wobei es doch eher Ablenkung war, an der Zimmertür ihres Bruders angeklopft. Nun erkennt sie ihre Familie in einem Auto, auf dem Weg zu den letzten gemeinsamen Ferien, bevor ihr Bruder ins Militär gehen wird. Ein weiteres Mal erscheint ihr eine neue Szene, sie sieht so einfach, so banal aus, doch jetzt erst spürt sie ihre Bedeutung:

Sie sitzt an ihrem Schreibtisch, hört entfernt wie ihre Eltern über ein kommendes Fest sprechen und wie in der Küche der Radio läuft. Radio, so vertraut, und den sie doch nie allein anschalten würde.

Allein, da bleibt sie hängen: Die Bilder verschwinden, die Geräusche, die Stimmen, sogar ihr Zimmer und all die Möbel und Bilder, die sie seit so langer Zeit hat. Sie sieht sich in einer Wohnung stehen, leer, verlassen, kalt. All die Liebe, Wärme und Geborgenheit, die sie eben noch wahrgenommen hat, sind auf einmal verschwunden und sie fühlt sich überfordert mit dieser plötzlichen Einsamkeit in etwas, was wohl ihr zu Hause sein soll. Ein zu Hause, in dessen Küche sie etwas kochen muss, was ihr so schmecken sollte wie damals, wie gestern eigentlich noch. Ein zu Hause, wo im Zimmer nebenan zu keiner Uhrzeit ein Geschwister mehr sie herzlich aufnehmen wird. Ein zu Hause, von dem sie weiß, sie wird es nie so warm und richtig einrichten können, wie ihre Mama es getan hat. Ein zu Hause, in dem morgens der Wecker klingeln wird, anstelle der Eltern, die sie sanft wach küssen würden. Ein zu Hause, das nie mehr von derart vertrauten Stimmen erfüllt werden wird, wie sie sie zuvor täglich hörte. Ein zu Hause, in dem nur sie wohnen wird. Ein zu Hause, in dem sie sich schlichtweg nie zu Hause fühlen wird.

Die Veränderung war da, doch zu schnell ist sie eingetroffen. Sie versteht nicht, wie es Momente gab, an dem sie das wollte, denn jetzt ist alles verschwunden, was ihr einmal Halt gab. Sie wünschte sich all das zurück, was einmal war und weiß, dass es nie mehr sein wird.

Das ist ihre größte Angst.

## Erwachsenwerden

Mama, Papa, wie habt ihr ihn überlebt?

Den Moment, wenn einem das Leben entschwebt

Das Leben, von dem ich dachte, es sei für immer mein

Und jetzt sehe ich, dieses wird nie mehr sein

Angst habe ich nicht vor Spinnen, nicht vor dem Sterben

Ich habe nur Angst davor, Erwachsenzuwerden

Davor zu verlieren, was ihr mir immer gezeigt habt

Plötzlich ohne das zu sein, was ihr mir täglich gabt

„Schatz, Ziit zum Ufstah“ wird mal ein Echo sein

„Mama, chasch schnell cho?“, wäre ich nicht allein

„Bis am Mäntig“, bis es irgendwann der letzte Montag ist

„Esse isch parat“, ein Satz, der bleibt, auch wenn längst vermisst

Sie mag Stereotypen nicht, doch irgendwo durch sind sie einfach wahr. Die Tante, die man drei Mal im Jahr sieht, an einem Familienfest, die fragt, wie viele Jahre Schule noch vor einem liegen und auf die Antwort mit: „Und weißt du schon, was du danach machen willst?“ weiterfährt. Nein, sie weiß es nicht. Sie wusste es, dachte sie, doch je näher die Entscheidung gerückt ist, desto weniger hat sie es gewusst. „Irgendeine Richtung?“. Auch das nicht, aber um nicht zu enttäuschen, nennt sie „irgendeine“ Richtung.

Ihr kommt es so vor, als wäre ihrem ganzen Umfeld bereits bekannt, was sie mal machen wollen. Das stresst sie nicht, sondern, dass es sie nicht stresst. Sie hat einmal gelesen, dass das Leben aus Destinationen bestehe, die unaufhörlich durch Wege verbunden sind. Dass ein Abkommen vom Weg bedeuten würde, nie mehr eine Destination zu erreichen. Und die sind schlussendlich das, wofür alle leben. Ohne Weg keine Destination, ohne Destination kein Leben. Also ist sie einfach immer weitergelaufen, dem Weg folgend, den ihr die Gesellschaft gezeigt hatte, den sie nie für sich ausgesucht hatte. Wie also, sollte sie wissen, was sie, nur sie wirklich machen will, wenn es dieses „sie“ nicht einmal gibt?

„Wer bin ich?“. Die Antwort dazu ist so entfernt, wie ein Stern, den sie noch nie gesehen hat. Den sie nie sehen konnte, weil er außerhalb ihres Blickfeldes, außerhalb ihres Weges leuchtet. Sie wartet darauf, dass er näher rückt, eines Tages am Himmel erscheint, es ihr möglich macht, die Fragen ihrer Verwandten ehrlich zu beantworten. Ihr Großvater sitzt neben ihr. Sie schaut ihn an und fragt sich, ob er seinen jemals gefunden hat.

## Ich

Ein Wort, und man weiß sofort, wer gemeint ist  
Du, also ich, denn einen Unterschied gibt es nicht  
Wir sehen wahrscheinlich nicht gleich aus  
Wir haben uns vielleicht noch nie gesehen

Doch etwas verbindet uns, macht uns eins  
Du bist das, was ich nie sein werde  
Und was ich zugleich täglich wünsche zu sein  
Du bist das, was in mir schlummert  
Und nie herauskommen wird

Denn dir wird nie eine Tür offenstehen  
Du wirst immer nur ein Teil von mir sein  
Ein Teil, den ich nie kennenlernen werde  
Und ohne den ich trotzdem nicht ich bin

Du bist ich, nur, dass es dich nicht gibt

Dass sich Menschen in ihrem Umfeld verändern, ist normal. Doch niemand scheint den Punkt zu bemerken, wenn die Veränderung einer Verwandlung weicht. Wenn ihre Kolleginnen nicht mehr nur abnehmen, ohne es nötig gehabt zu haben. Sondern wenn tief in ihnen ein Licht erlischt. Man kann es in ihren Augen sehen, in ihrem Lachen hören, in ihrer Nähe spüren. Es fühlt sich an, als hätte man das, was sie ausmachte, aus ihnen herausgesogen. Wie die Dementoren in Harry Potter. Nur dass die Dementoren in dieser Welt keine magischen Wesen sind, sondern wir selbst.

Unüberlegte Aussagen von Bekannten. Kalorienbeschriftungen auf Produkten. Tipps zum Abnehmen in den sozialen Medien. Kleidergrößen. Diätpläne. Bilder. Gym. Das andere Geschlecht. Wie schlussendlich alles zu dem Gefühl führt, nicht genug zu sein, nicht genug perfekt. Es war ihr schon lange an den anderen aufgefallen, aber nie hat es jemand angesprochen. Doch vor ein paar Tagen kam eine Kollegin zu ihr, die es scheinbar ebenso besorgte wie sie. Je länger sie darüber sprachen, desto mehr Namen fielen, desto mehr Gründe wurden aufgezeigt, desto mehr wurde ihnen bewusst, dass die Lichter nacheinander erloschen. Sie erinnert sich daran, wie ihre Kollegin am Ende sagte: „Es ist so wichtig, dass wir darüber reden, so kann es uns nicht passieren.“

Doch so ein Gespräch hat sie bereits einmal geführt. Mit einer, dessen Namen nun gefallen ist.

## Vermissen

Ich vermiss, wie sie war, bevor sie dachte, sie sei nicht genug

Als sie strahlte, lachte, nicht auf die Rückseite vom Joghurt schaute

Als sie von Lieblingsgebäck erzählte, während sie ihr Brötchen kaute

Ich vermiss, wie sie war, bevor sie ihren Körper nicht mehr ertrug

Ich vermiss, wie sie mit mir im Coop immer ein Dessert holen kam

Mit mir eine Packung Kekse verschlang, bevor sie den Apfel wählte

Wie sie so viel aß, wie sie wollte und dabei nie die Kalorien zählte

Ich vermiss, wie sie nicht von Zahlen lebte, egal wie viel sie nahm

Ich vermiss, wie diese Einstellung an ihr vorbeiglitt, sie sogar aufregte

Wie ihr Feed auf Instagram und TikTok von Rezepten überfüllt war

Jetzt ist etwas anderes als Workouts und low-carb Essen nicht denkbar

Ich vermiss, wie sie sich auch hinlegte, nicht übertrieben viel bewegte

Ich vermiss alles an ihr, nicht weil sie sich veränderte

Sondern weil ich sehe, dass sie sich selbst vermisst

Doch wenn du es dir selbst nicht sagen kannst,

so sage ich es dir:

Ich vermisse DICH

„Sie ist so hübsch.“

„Wer?“

Das Handy wird umgedreht. Ein Mädchen, am Strand, enganliegendes Kleid, Markentasche, an ihrer Seite ein Junge.

„Wow. Ist das die Kollegin, von der du mal erzählt hast?“

„Ja, genau.“

„Wie alt ist sie? Sie sieht viel älter aus.“

„Keine Ahnung, aber schaut euch mal dieses Bild an.“

So viel zu Kollegin. Das Handy nun permanent zu den anderen gedreht. Dasselbe Mädchen, auf einem Tennisplatz, dabei oben nur einen Sport-BH tragend.

„Sie hat einen krassen Körper.“

„Wer?“

Die Mädchen müssen kichern, zeigen ihm das Bild. Er hebt die Augenbrauen.

Sie sitzt mittendrin, betrachtet aber irgendwie alles von außen. In dieser Zeit lebt sie also.

Eine Kollegin tut ihr besonders leid, denn sie fragt nach dem Profilnamen des Mädchens, um ihr selbst folgen zu können. Noch nie mit ihr gesprochen, sie noch nicht einmal gesehen, doch ihr Leben ist faszinierend. Nicht nur das, es scheint perfekt, während man die weiteren Bilder anschaut. Es sind nicht viele, denn wer zu viel von sich preisgibt, ist auch nicht mehr spannend. Doch die wenigen, die man findet, sind wie aus dem Magazin.

„Wow, zeig das nochmal.“

Ihre Worte. Sofort wird sie aus ihrer Betrachterrolle nun ganz nach mittendrin gezogen. Ja, auch sie lebt in dieser Zeit.

### Scheinleben

Ich betrachte sie

Ich habe sie schon einmal betrachtet

Doch sie sah anders aus, glücklicher

Das waren Bilder, Momente, die sie zeigen wollte

Momente, die ein Scheinleben kreieren

Von dem nur sie weiß, dass es eines ist

Von dem alle andern denken, es sei sie

Alle, die sie noch nie betrachtet haben

Doch das hat niemand, das lässt sie nicht zu

Ich weiß das, denn ich betrachte sie

Und sie betrachtet mich

Bis ich mich vom Spiegel abwende

Die Wellen des Schiffes schlagen gegen das Ufer. Regelmäßig, beruhigend. Sie sitzen in einem Kreis auf der Wiese, genießen die Wärme der Sonne. Das bisschen, was geredet wurde, war kein Gespräch. Ein paar Einwürfe, Bejahungen, Stille, nichts Besonderes. Es ist nicht offensichtlich unangenehm, und doch merkt sie, wie es allen schwer fällt, mit der Stille umzugehen. Damit umzugehen, dass sie unfähig sind, ein Thema aufzubringen, welches nicht innert zwei Sätzen wieder abbricht. Automatisch greifen die ersten zum Handy, vertiefen sich in der Welt, in der Stille immer angebracht ist. Typische Sounds sind zu hören, Musik, Stimmen, die jeder kennt. Sie spürt, wie die verkniffene Anspannung verfliegt, wie sich alle auf einmal wohl fühlen. Ein Junge muss laut auflachen, zeigt seinem Kollegen, was ihn soeben dazu gebracht hat, jener bricht kurz darauf ebenfalls in Gelächter aus. Einer gerade daneben sagt, er möchte es auch sehen.

„Ja warte, ich schicke es in den Chat“, und auf einmal lachen alle Jungs. All die Emotionen, Kommentare, die sie zum Ausdruck bringen wollen, verpacken sie in Nachrichten, Emojis, „Memes“. Dabei lachen sie nur noch mehr, gratulieren einander, wie passend das Geschickte ist und werden allmählich wieder ruhiger. Ihr wird bewusst, wie die jetzige Stille eine ganz andere ist als die zuvor. Es ist die Stille, die von Zufriedenheit gefüllt ist, die nie unangenehm ist, und die sie bei ihren Eltern spürt, wenn sie mit Freunden sind: Spontan, ehrlich, unerzwungen. Einfach gesagt; es ist die Stille, die Nähe erzeugt. Ihr Blick wandert vom blauen Himmel, auf die Wiese, wo ihre Kollegen sitzen. Wo sie zusammen sind, nebeneinander, aber nicht beieinander.

„Das ist die Nähe von heute“, denkt sie.

## Safe space

Wir haben Nähe neu definiert  
Einen Weg gefunden, sie zu umgehen  
Aus Angst, dass sie unangenehm wird  
Dass sie weh tut

Wir schicken Herzen, ohne zu fühlen  
Schreiben „haha“, ohne zu lachen  
Verfassen Texte, ohne sie abzusenden

Wir nennen es Verbindung,  
aber wir meinen Distanz  
Sind die vernetzteste Generation überhaupt,  
und die einsamste zugleich

Unendliche Kontakte,  
doch wie viele bleiben am Ende?  
Unendliche Worte,  
doch wie viele würden wir wirklich sprechen?

Wir wissen, wie man schreibt,

aber nicht, wie man schweigt

Wir wissen, wie man teilt,

aber nicht, wie man zeigt

Wir haben einen safe space kreiert, der uns schützt -

vor dem, was wir am nötigsten hätten

Ihr Bildschirm leuchtet auf. Er, einer hat geschrieben. Einer, den sie am Wochenende an einer Party kennengelernt hat. Einer, der doch einmal ein neues Gesicht war. Sie haben nur ein paar Sätze getauscht, wobei er sagte, dass sie gut aussehe. Sie hat gelächelt, er hat sie nach ihrem Snap gefragt, sie hat ihn ihm gegeben. Jetzt hat er sie nach ihrem „hi“ nur zwei Minuten auf „delivered“ gelassen; das ist wenig, sehr wenig. Sie wird nicht so schnell antworten, ihm womöglich das Gefühl geben, sie sei interessiert, warte auf eine Nachricht oder hätte nichts Besseres zu tun. Neugierig ist sie trotzdem, also „halfswiped“ sie seinen Chat.

„Wie alt bist du eigentlich?“

Sie legt das Handy wieder hin, mindestens 10 Minuten wird er auf eine Antwort warten müssen. Sie schaut an die Decke und ruft sich das Gespräch von letztem Freitag in Erinnerung. Wenn sie sich recht erinnert, hat er sie nicht gefragt, wie sie heißt. Jetzt ist diese Frage nicht mehr nötig, und doch, die nächste Frage, die er wählte, war, wie alt sie ist. Was ist passiert mit „War schön, dich kennenzulernen“, „Bist du gestern gut nach Hause gekommen?“, „Wie geht’s“? Diese Fragen scheinen heute nicht mehr zu existieren. Warum um den heißen Brei herumschreiben, wenn die Intention von Anfang an klar ist? Hätten sie sich nicht in Person kennengelernt, hätte er sicherlich als erstes nach ihrem Äusseren gefragt. Und dann hätte sie ihn gleich wieder geblockt. Also kann sie ihn auch jetzt blocken. Sie nimmt das Handy wieder in die Hand und will es soeben tun, doch er sah echt gut aus, das wär schade. Und passiert ja nichts, nur ein bisschen Ablenkung. Ablenkung von dem, was in Wirklichkeit heißt, sich zu fokussieren. Auf jemanden, auf eine Person, wobei man doch heute zu viele Möglichkeiten hat, um es dabei zu belassen. Sie will nicht „comitten“, er will es nicht, niemand will es. Es ist diese Angst, zurückgewiesen, verletzt zu werden, die sie alle davon abhält, es zu versuchen. Es ist der Fakt, dass man sich nicht verwundbar zeigen soll, doch das kann man nur, wenn man sich gar

nicht zeigt. Also zeigt sie sich nicht. Nicht ihm, nicht jemand anderem,  
nie mehr, seit sie es einmal getan hat.

### Social media killed romance

„Social media killed romance“, das hab ich gehört

Ein Überbegriff für all das, was Liebe zerstört

Eine Liebe, die mit uns nicht mehr zu existieren scheint

Eine Liebe, die nicht mehr als „ich muss mich schützen“ meint

Ghosting, situationship, three-month rule, hotspot

Red flags, body count, hot girl summer, for the plot

“Was ist das?“ fragt meine Mutter, wenn ich ihr das sage

Ja, Mama, das ist, was ich mich auch immer frage

Nicht so wie du, sondern weil ich den Grund nicht verstehe

Warum die alle bedeuten, dass man Versuchen umgehe

Weil wir denken, umgehen bedeutet keinen Schmerz zu spüren

Dass Psychospiele und toxisch sein uns weniger berühren

Doch die Wahrheit ist, wir spüren am meisten Schmerz

Weil wir nie jemanden ranlassen an unser Herz

Unser Herz so fest geschlossen haben

Dass wir es jetzt allein tragen

„Sie rennt. Der Sand unter ihren Füßen erschwert ihr das Laufen. Sie dreht ihren Kopf nach hinten und sieht, wie er immer näher kommt. Sie ist schnell, doch er ist schneller. Als sie bemerkt, dass er nur noch wenige Meter von ihr entfernt und es aussichtslos ist, vor ihm anzukommen, verlangsamt sie ihre Schritte. Da packt er sie, schwingt sie umher und sie fallen zu Boden. Sie zuerst und er auf sie.“

Das hat sie zweimal erlebt, nur weiss sie nicht, wann sie angefangen hat, die beiden Erinnerungen miteinander zu vermischen und wann sie angefangen hat, die Angst durch Wärme zu ersetzen. Vielleicht dann, als sie entschied, dass die Sonne schöner leuchtet als der Mond. Vielleicht, als sie seine Hand nur noch in ihrer spüren wollte, anstelle um ihr Handgelenk. Vielleicht, als das Lachen in ihrem Kopf lauter blieb als ihr Keuchen. Dann, als sie verstand, dass manche Dinge nicht hätten passieren dürfen. Dass es sich einfacher lebt, wenn man verdrängt, was weh tut. Auch wenn dies bedeutete, dass nur die schönen Momente mit ihm blieben, und sie vergass, was sie nicht vergessen sollte.

Heute erinnert sie sich an den blauen Himmel, an seinen Duft, an ihn. Nicht an das Gewicht, das sie damals zu Boden drückte.

### Schmerz

„Geht es dir gut“, hat er mal gefragt

Und nur wegen ihm hab ich „ja“ gesagt

Jetzt fragen andere: „Geht es dir gut“

Weil das, was bleibt, immer wehtut

Der Ping-Pong Ball spickt davon, ihre Kollegin hat ihn nicht richtig getroffen. Sie geht in die Richtung, wo der Ball hingesprungen ist. Die dunkle Beleuchtung und die vielen Menschen machen es ihr nicht leicht, ihn zu finden. Doch da sieht sie, wie er nicht weit von ihr auf dem Boden liegt. Sie läuft auf ihn zu und in dem Moment bückt sich jemand nach ihm. Nicht jemand, sondern eine Person, die sie kennt und die sie sogar einmal besser kannte als sich selbst. Er streckt seine Hand nach ihr aus, um ihr den Ball zu geben. Sie greift danach, berührt beinahe unmerklich seine Fingerspitzen und schaut ihm dabei unentwegt in die Augen. Er tut es ihr gleich und dieser Moment, der in Wirklichkeit nur wenige Sekunden dauerte, fühlte sich später an wie eine halbe Ewigkeit. Vielleicht weil sie wollte, dass es eine halbe Ewigkeit andauert. Eine halbe Ewigkeit, in der es nur sie zwei zu geben schien, in der die Welt um sie herum still stand, und in der sie einander wieder einmal etwas sagen konnten, so wie damals. Sie haben gelernt, ihre Worte durch Blicke zu ersetzen und in dieser halben Ewigkeit vielen tausende davon. Tausend Worte, die eine halbe Ewigkeit füllen und tausend Worte, die doch nicht genug sind. Nicht genug für sie, nicht genug für ihn und erst recht nicht genug für all das, was sie sich seit damals sagen wollen und nicht können. Doch sie ist dankbar für diese halbe Ewigkeit. Denn es waren wenigstens tausend Worte. Tausend Worte, die beiden ein altes Gefühl zurückgaben, von dem sie wissen, dass es nie verloren ging.

### Immer noch

Es gibt Worte, die wären nur an dich gerichtet

Doch sie bleiben dort, wo sie entstanden sind

Zwischen Herz und Hals, wo ich Schweigen find

Das und trennt - und uns zugleich verpflichtet

Dir zu sagen, was ich könnte, riskiere ich nicht  
Denn ob es Liebe war, frag ich mich dann doch  
Für dich bleibt mir nämlich kein „immer noch“  
Für dich bleibt mir nur das, was seit dir sticht

Wenig mag sie weniger, wie Leute, die fake sind. Und noch weniger von den Sachen, die sie so wenig mag, findet sie so amüsant wie diese Menschen. Sie betrachtet ihre Kollegin, wie sie ein Mädchen umarmt, das gerade angekommen ist. Das Mädchen, von dem sie ihr zuvor gesagt hat:

„O mein Gott, die kommt auch wieder. Hate her.“

Und das Mädchen, dem sie jetzt sagt:

„O mein Gott, wie geht's? Du siehst amazing aus.“

Während sie mit ein paar anderen Leuten redet, hört sie den beiden passiv dabei zu, wie sie sich über all das austauschen, was die andere jeweils interessieren könnte. „Ja, das hab ich auch gehört.“, „No way, als ob.“, „Was? Er mit ihr?“ und „Queen, du musst mir nachher unbedingt noch mehr erzählen.“. Das der letzte Satz ihrer Kollegin, bevor sie wieder zu ihr zurück kommt. Sie tippt sie an die Schulter und flüstert ihr ins Ohr:

„Es hat mich gerade so nicht gejuckt.“

Als sie das hört, muss sie lachen. So sehr, dass ihre Kollegin sich für besonders lustig hält, doch eigentlich liegt es daran, wie genial die Szene ist. Keine fünf Sekunden zuvor wollte sie später noch mehr davon wissen und jetzt hat sie das alles nicht interessiert. Sie lacht immer noch, doch dann verleidet ihr das Lachen. Sie ruft sich das Bild zurück in den Kopf, wie ihre Kollegin mit dem Mädchen gesprochen hat. Sie haben sich leicht an den Händen gehalten, um die Neuigkeiten in voller Aufregung übertragen zu können. Sie haben einander aufmerksam zugehört und sie haben genauso aufgeregt geantwortet, wie es die andere erzählt hat. Das Bild sah so echt und aufrichtig aus. Doch am Ende ist alles fake. Wahrscheinlich vom anderen Mädchen genauso wie von ihrer Kollegin. Davon muss man wohl ausgehen, obwohl alles dagegen spricht.

Sie wird aus ihren Gedanken gerissen, als jemand ihren Namen sagt. Sie schaut hoch, erkennt die Kollegin einer Kollegin, die sie einmal gesehen hat.

„Omg hii. So lange nicht mehr gesehen, wie geht’s?“

„No way, hi. Super, danke, wie gehts dir?“

„Auch gut, danke. Omg, erzähl, wie läufsts mit ihm?“

Sie fassen sich an den Händen, erzählen und antworten einander strahlend. Sie strahlt nach aussen hin, doch innerlich könnte sie sich fast übergeben. Sie würde am liebsten davon rennen und so allen Konversationen entgehen, die sie heute Abend noch erwarten und sich in keiner Weise von der jetzigen unterscheiden werden. Sie betrachtet das Gesicht des Mädchens: Ihr Lachen sieht so ehrlich aus, ihre Augen leuchten förmlich vor Wachsamkeit und ihre Worte klingen so aufrichtig. Und doch weiss sie, dass es alles eine Lüge ist, dass nichts so gemeint ist, wie es aussieht. Denn sie sieht genau gleich aus, und sie meint es nicht.

## Fake

Zu dem werden, was man nie sein wollte

Ist das werden, was man nie sein sollte

Ich bleibe ich mit den richtigen Leuten

Doch wie kann ich ihre Echtheit deuten

Wenn fake sein genauso echt scheint  
Es aber genau das Gegenteil meint  
Ich wurde es auch, als Schutz sozusagen  
Müsste aber mit jedem eine Maske tragen

So dass ich mich frage, wer bleibt dann noch?

Wenn selbst ich mich vor mir verkroch

Sie ist gefangen.

Doch sie ist nicht hinter Gittern.

Hier erreicht sie jeder.

Sie hat nicht gewusst, dass es möglich ist, sich so gefangen zu fühlen, wenn man doch eigentlich frei ist. Frei in einer Gesellschaft und gefangen durch dieselbe. Man sperrte sie nicht ein, und doch fühlt sie sich eingegrenzter, als wenn sie nur einen bestimmten Raum zur Verfügung hätte. Denn auch wenn ihr die Welt offen steht, ist sie eingegrenzt im täglichen Leben; in einer Region, auf einer Seite, in einer Bubble. In einer Bubble, die immer schon ihre Welt war - und die es nicht für immer bleiben darf.

Diese Bubble steht für all das, was sie tat, ohne es zu wollen und für all das, was sie nie tun wird, auch wenn sie es wollte. Sie ist geprägt von Namen, von Gerüchten und Urteilen, von Marken, von Gesichtern und von Zugehörigkeit, ohne dass man sie je ganz erlangen könnte. Um sich nicht selbst zu verlieren, müsste sie gehen, doch zu viel hält sie fest, hält sie zurück. Und so fliehen nur ihre Gedanken. In eine Welt ohne Namen, die ihr weh tun, ohne Gesichter, die sie nicht sehen will, ohne Gespräche, die sie nicht mehr loslassen. In eine Welt ohne Bubble, die es vielleicht nicht gibt. Vielleicht gibt es kein Frei ohne Gefangensein. Vielleicht ist jeder Mensch drinnen, obwohl er draussen zu sein scheint. Vielleicht spricht man überall voneinander, auch wenn man sich nicht kennt. Und vielleicht beginnt alles immer gleich, mit einem Namen. Vielleicht.

Noch zu gut erinnert sie sich an den Moment, als sie ihren drei besten Kolleginnen von einem Jungen erzählte. Seit Langem spürte sie wieder diese leichte, innere Aufregung, dieses vorsichtige Strahlen. Anfangs freuten sie sich mit ihr. Bis man sie fragte, wie er hiess. Dann wurde sein Name eine Geschichte, ihre Kolleginnen eine Warnung und ihr Leuchten

eine Erinnerung. Eine Erinnerung, zerstört von Versionen, die sie nie hatte hören wollen.

Sie sitzt in ihrem Zimmer und hört sich die Sprachnachricht einer Kollegin an. Am Wochenende war etwas passiert. Heute hatte sie in der Schule eine Gruppe darüber reden gehört, über dieselbe Situation – nur um 180 Grad gedreht. Sie hatte eine Vermutung, wer das Gerücht gestartet haben könnte, doch sie wollte es nicht wahrhaben. Jetzt spricht die Kollegin den Namen aus. Tränen schiessen ihr in die Augen. Es ist eine ihrer „besten“ Kolleginnen. Einer, der sie damals seinen Namen anvertraut und die einzige, die ihn nicht in eine Geschichte verwandelt hatte. Eine Kollegin, die nun seinen Namen dazu verwendete, um ihre eigene Geschichte zu verändern. Für die Bubble.

Vielleicht, denkt sie, kennt hier jeder jeden nur deswegen: Weil die Bubble von Namen lebt, die ihr nie hätten gehören sollen. Vielleicht.

Sie ist gefangen.

Doch sie wäre lieber hinter Gittern.

Dort würde sie niemand erreichen.

### 180 Grad

Warum fühle ich mich so festgesetzt

Wenn ich nie etwas anderes kannte

Als die Bubble, die uns alle vernetzt

In der ich ohne Schmerzen brannte?

Weil es mal einen Feuerlöscher gab,  
Der mich aus den Flammen befreite  
Bevor ich mich wieder hinein begab  
Und sich dadurch meine Welt entzweite

Für mich warst du immer mein Feuerlöscher  
Für die Bubble nichts anderes als das Feuer selbst  
Um 180 Grad drehten sie dich  
So dass auch ich von dir wich

Es ist dunkel und sie steigt hinauf. Hinauf, wo sie hingeht, wenn es zu viel wird. Hinauf, wo sie Ruhe sucht, und das Gegenteil findet. Doch das Gegenteil ist dort oben so ehrlich und echt, dass sie allmählich Ruhe findet. Ruhe findet im Gegenteil.

Sie steigt hinauf. Sie will die Sterne erreichen, will sie besser sehen. Sie ist auf der Suche nach ihrem Stern. Auf der Suche mit dem Wissen, sie wird ihn nicht finden, denn ihren Stern gibt es nicht.

Doch sie steigt hinauf. Immer höher, immer weiter weg von allem, was unter ihr liegt: Von allen Gesichtern, die hinter Masken stecken. Von allen vergessenen Erinnerungen, die sie nie vergessen wird. Von allen Nachrichten, die auf eine Antwort warten. Von allen Tic Tac Toe Partien, die sie verloren hat. Von allen Bränden, für die es keinen Feuerlöscher mehr gibt. Von allen Bildern, die sie anlügen. Von allen Worten, die nichts mehr bedeuten. Von der Liebe, die keine mehr ist.

Sie steigt hinauf. Immer weiter weg von all dem, wovon sie Teil ist. Weiter weg von all dem, was kein Teil von ihr ist.

Es ist dunkel und sie kommt an. Wo, weiss sie nicht, doch so weit oben, dass sie nichts mehr hört ausser Stille. Unendliche, weite, ohrenbetäubende Stille. Und da kommt das Gegenteil. So ehrlich und echt wie nie zuvor. Ein dumpfer Lärm, der gegen ihre Rippen pocht, von innen kommt, und der sich nicht greifen lässt. Sie sinkt zu Boden, schliesst die Augen und lässt es zu, dass es weh tut. Lässt zu, dass sie vom Lärm geleitet wird, nach innen, dort wo alles ist und gleichzeitig nichts. Alles, was sie weiss und nichts, was sie wissen will. Alles, was sie mit dem Jetzt verbindet und nichts, was sie festhält. Alles, was sie fühlt und nichts, was sie versteht. Alles, was vergangen ist und nichts, was sie nochmal will. Alles, was noch wartet und nichts, worauf sie wartet. In ihr ist so viel und gleichzeitig ist da nichts. Eine Leere, die sie nicht füllen will, da es kein womit gibt. Eine Leere, die es nicht zu füllen braucht, da sie bereits voll ist. Nur ist sie voll mit nichts.

Das muss niemand verstehen ausser sie. Und das würde auch niemand verstehen ausser sie. Doch es wäre schön, wenn es jemand verstehen könnte.

### Stillbrennen

Ich brenne, doch sehen kannst du es nicht  
Denn ich brenne in meiner inneren Schicht  
Dort, wo ich nicht mehr von aussen finde  
Als Leiden, die ich davon empfinde

Doch ich bleibe still, ich brenne still  
Weil ich es weiss – nicht, weil ich will  
Es ist besser, allein im Feuer zu stehen  
Als meine Welt in Flammen zu sehen



