

Ein Tag wie jeder andere

Es beginnt mit dem Wecker.

Ein schriller Ton, hart, ohne Gnade. Kein sanftes Erwachen, kein langsames Hineintauchen in den Tag – nur ein Ruck, als hätte jemand einen Schalter umgelegt. Der Mann im Bett zuckt zusammen, als sei er ertappt worden. Seine Hand tastet blind über das Nachtschränkchen, trifft den Wecker, schlägt zu. Stille. Doch die Stille ist nicht friedlich. Sie ist dumpf. Geschlossen. Wie ein Raum, in dem lange nicht gelüftet wurde.

Er bleibt liegen. Nicht, weil er müde ist – er ist es, aber das ist nicht der Grund. Er bleibt liegen, weil er **nicht will**. Nicht will, dass dieser Tag beginnt. Nicht will, was kommt. Nicht will, was er tun muss. Nicht will, wer er sein soll.

Ich stehe im Raum. Nicht sichtbar. Nicht laut. Aber da.

Ich sehe, wie seine Schultern sich heben, wie der Atem stockt – nicht aus Trauer, nicht aus Schmerz, sondern aus etwas Tieferem: **Resignation**.

Er weiß noch nicht, dass er heute wieder scheitern wird.

Aber ich sehe es schon.

Es ist nicht das erste Mal.

Er setzt sich auf. Langsam. Als müsste er sich selbst überreden. Seine Füße berühren den Boden – kalt, wie immer. Keine Decke, kein Teppich. Nur Holz. Er zögert, als wäre der Boden eine Grenze. Wenn er ihn betritt, ist der Tag real. Noch ist er in der Schweben – im Zwischenraum zwischen Schlaf und Wachsein, zwischen Nicht-Tun und Tun-Müssen. Doch er tritt hinüber. Weil er muss. Weil es keine Alternative gibt, die er sich vorstellen kann.

Ich sehe, wie er sich anzieht. Mechanisch. Hose, Shirt, Socken. Keine Wahl. Kein Genuss. Kein Gedanke daran, wie etwas sitzt, wie es aussieht. Die Kleidung ist Werkzeug. Schutz. Uniform. Er zieht sie an, als würde er sich für eine Arbeit vorbereiten, die er nicht versteht. Und doch tut er sie jeden Tag.

Ich sehe, was er nicht sieht:

Wie seine Hände zittern, wenn er den Reißverschluss hochzieht.

Nicht stark. Kaum merklich.

Aber da.

Ein Zeichen, dass etwas in ihm **ständig unter Spannung steht** – nicht dramatisch, nicht laut – aber dauernd.

Er geht in die Küche. Kaffee. Automatisch. Die Maschine zischt. Der Geruch breitet sich aus – scharf, bitter. Er atmet ein. Nicht, weil es ihm guttut. Sondern, weil es **eine Veränderung ist**. Etwas, das ihn aus der Starre reißt. Doch der Kaffee ist kein Heilmittel. Er ist nur ein Übergang. Ein chemischer Schub, um den Motor anzulassen.

Er steht am Fenster. Blickt hinaus.

Die Straße ist noch still. Ein paar Blätter liegen auf dem Asphalt, vom Wind zusammengeschoben

wie alte Geheimnisse. Ein Nachbar geht mit dem Hund. Langsam. Ohne Eile. Der Mann am Fenster sieht ihn, aber er sieht ihn nicht wirklich. Sein Blick geht durch ihn hindurch, als wäre er Teil der Kulisse. Kein Gruß. Kein Nicken. Nicht einmal ein Gedanke. Der Nachbar ist kein Mensch – er ist ein Bewegungselement in einem Bild, das der Mann nicht betreten will.

Ich sehe, was er nicht sieht:

Wie seine Augen **nicht fokussieren**.

Wie sie **nicht verbinden**.

Wie sie **abtasten, statt wahrnehmen**.

Er sucht nicht nach Schönheit. Nicht nach Leben.

Er sucht nach **Bestätigung**:

„Ja, die Welt ist so, wie ich dachte. Kalt. Leer. Ohne Sinn.“

Und jedes Detail, das er sieht, wird so gebogen, dass es passt.

Er trinkt den Kaffee. Heiß. Zu heiß. Er verbrennt sich die Zunge – leicht, nur ein kurzes Zucken.

Aber er merkt es kaum. Er trinkt weiter. Nicht, weil er Durst hat. Sondern, weil es **dazugehört**. Weil es **im Rhythmus liegt**. Der Morgen ist ein Ablaufplan, kein Erleben. Jede Handlung ist ein Schritt auf einem Weg, den er nicht gewählt hat – aber den er kennt. Und das ist das Einzige, was zählt: **Er kennt ihn**.

Ich sehe, was er nicht sieht:

Wie er **Angst vor dem Unbekannten** hat – nicht vor Gefahr, nicht vor Schmerz, sondern vor **einem Moment, der nicht passt**.

Ein Lächeln, das nicht erwartet war.

Ein Wort, das zu tief geht.

Ein Sonnenstrahl, der plötzlich warm ist.

Solche Momente **erschrecken ihn**, weil sie die Ordnung stören.

Weil sie **hoffen lassen könnten**.

Und Hoffnung – das weiß er nicht, aber ich sehe es –
ist das, wovor er am meisten Angst hat.

Er packt die Tasche. Laptop, Notizbuch, Stift, Headset. Alles ordentlich. Alles an seinem Platz. Kein Raum für Zufall. Kein Raum für Spontaneität. Die Tasche ist ein Panzer. Sie schützt ihn nicht vor Angriffen – sie schützt ihn vor **Überraschungen**. Vor dem, was kommen könnte, wenn er nicht vorbereitet ist. Wenn er nicht kontrolliert.

Ich sehe, was er nicht sieht:

Wie seine Hand, als sie den Reißverschluss zuzieht,
für einen Moment **zögert**.

Als wäre da eine Stimme – leise, fast erstickt –
die flüstert:

„Was wäre, wenn du heute einfach...

...nicht gehst?

...etwas anderes tust?

...jemandem sagst, wie es dir geht?“

Aber er hört nicht hin.

Er zieht den Reißverschluss zu.

Laut. Endgültig.
Und die Stimme verstummt.
Für heute.

Er verlässt die Wohnung. Schließt die Tür. Zweimal prüft er, ob sie zu ist. Ein Ritual. Nicht aus Vorsicht – aus **Angst vor dem, was passieren könnte, wenn er es nicht tut**. Die Angst ist nicht rational. Sie ist auch nicht eine vor Dieben. Sie ist eine vor **dem Bruch der Ordnung**. Vor dem einen Mal, bei dem etwas schiefgeht – und alles zusammenbricht.

Ich sehe, was er nicht sieht:
Wie er **die Tür ansieht, als wäre sie eine Grenze**,
nicht zwischen Innen und Außen –
sondern zwischen **dem, was er kontrolliert**,
und **dem, was er nicht kontrollieren kann**.

Und er weiß: Draußen wartet das Unkontrollierbare.
Die Gespräche, die er nicht vorhersehen kann.
Die Blicke, die ihn treffen.
Die Fragen, auf die er keine Antwort hat.
Die Stille, in der er plötzlich stehen bleibt – nicht, weil er nachdenkt, sondern weil er **verloren ist**.

Er geht die Treppe hinunter. Stufe für Stufe. Langsam. Nicht, weil er müde ist – sondern, weil jede Bewegung **eine Entscheidung kostet**. Jeder Schritt ist ein Ja zu etwas, das er nicht will. Aber er geht. Weil Stillstehen auch eine Entscheidung ist – und die fällt ihm noch schwerer.

Ich sehe, was er nicht sieht:
Wie seine **Füße schwerer werden**, je näher er der Tür kommt.
Nicht physisch – niemand würde es bemerken.
Aber in der **Energie**, im **Rhythmus**, im **Puls der Bewegung**.
Es ist, als würde er sich selbst **aus dem Raum ziehen**,
anstatt hinauszugehen.

Draußen. Die Luft ist kühl. Frühherbst. Ein Hauch von Feuchtigkeit, von abgestorbenen Blättern, von Rauch aus einem fernen Kamin. Er atmet ein. Nicht tief. Nicht bewusst. Nur genug, um weiterzumachen. Der Himmel ist grau – nicht dramatisch, nicht bedrohlich. Einfach da. Wie eine Decke, die nie ganz abgenommen wird.

Er geht zur Bushaltestelle. Kennt den Fahrplan auswendig. Aber er schaut trotzdem aufs Handy. Nicht, um die Zeit zu prüfen – sondern, um **beschäftigt zu sein**. Um nicht allein mit dem zu sein, was in ihm ist. Das Handy ist ein Schild. Ein unsichtbarer Schutzschild gegen Blicke, gegen Fragen, gegen die Leere zwischen den Menschen.

Ich sehe, was er nicht sieht:
Wie er **die Schultern hebt**, kaum merklich,
als würde er eine Last tragen, die niemand sieht.
Nicht die Tasche – die ist leicht.
Sondern **die Summe aller Tage**, die so waren wie dieser.
Die Summe aller Worte, die er nicht gesagt hat.
Der Blicke, die er gemieden hat.
Der Momente, in denen er **nicht der war, der er sein könnte**.

Und doch:

In diesem Moment – ganz kurz –
flackert etwas.

Ein Kind läuft vorbei. Lacht. Hält einen bunten Drachen in der Hand. Der Vater hinter ihm ruft:
„Warte! Nicht zu weit!“ Das Kind lacht lauter. Dreht sich um. Lächelt. Der Mann am Rand der Haltestelle sieht es. Für eine Sekunde.

Sein Gesicht bleibt starr.

Aber in der Tiefe seiner Augen –
für einen Atemzug –

ist ein **Zucken**.

Kein Lächeln.

Keine Träne.

Nur ein **Riss** in der Starre.

Ich sehe, was er nicht sieht:

Dass dieser Riss **nichts Schlechtes ist**.

Dass er **lebendig** ist.

Dass er zeigt:

Etwas in ihm **will nicht sterben**.

Aber der Moment geht vorbei.

Der Bus kommt.

Die Tür öffnet sich.

Er steigt ein.

Setzt sich ans Fenster.

Starrt hinaus.

Das Handy in der Hand.

Eingeschaltet.

Stumm.

Im Bus ist es warm. Zu warm. Die Heizung läuft schon, obwohl der Herbst erst beginnt. Die Luft ist abgestanden. Ein paar Fahrgäste. Niemand spricht. Niemand sieht sich an. Jeder in seiner Blase. Der Mann atmet flach. Nicht, weil es ihm schwerfällt – sondern, weil **tiefes Atmen zu fühlen bedeutet**.

Und er will nicht fühlen. Er will nur **durchhalten**.

Ich sehe, was er nicht sieht:

Wie sein **rechter Daumen** über das Handy gleitet –

nicht, um eine App zu öffnen,

nicht, um eine Nachricht zu lesen –

sondern, um **den Rhythmus zu spüren**.

Den leisen, mechanischen Widerstand des Bildschirms,

das leichte Vibrieren bei jedem Wisch.

Ein Takt. Ein Puls.

Nicht sein eigener – aber einer, den er sich borgen kann.

Ein Ersatz für das, was in ihm still ist.

Ein Surrogat für Leben.

Ich sehe, was er nicht sieht:
Dass er **nach Berührung sucht** –
aber nicht nach menschlicher.
Nach einer, die **keine Antwort erwartet**.
Nach einer, die **nicht enttäuscht**.
Das Handy gibt ihm das:
Es reagiert – aber es fragt nicht zurück.
Es zeigt Bilder – aber es sieht ihn nicht an.
Es ist der perfekte Begleiter für jemanden,
der **Angst vor Gegenwart hat**.

Der Bus hält. Neue Fahrgäste steigen ein. Ein Paar. Laut. Nicht unhöflich – aber lebendig. Sie reden über einen Film, den sie gesehen haben. Lachen. Der Mann am Fenster zieht sich zurück. Nicht körperlich – er rückt nicht weg. Aber innerlich. Er macht sich kleiner. Unsichtbarer. Sein Blick bleibt am Fenster – aber er sieht nichts mehr. Die Welt draußen verschwimmt. Die Farben verblassen. Es ist, als würde er **die Verbindung kappen** – nicht zu ihnen, sondern zu allem.

Ich sehe, was er nicht sieht:
Wie er **die Luft anhält**,
nur für einen Moment,
als das Paar sich setzt –
nicht neben ihn,
aber nahe genug,
dass ihre Stimmen in seinen Raum eindringen.
Ein kurzes, fast unbewusstes **Abwehrreflex**.
Als wäre Nähe eine Gefahr.
Als wäre **Leben ansteckend** –
und er müsste sich davor schützen.

Die Fahrt geht weiter. Straßen, Ampeln, Häuser, Bäume. Alles gleitet vorbei. Der Mann starrt hinaus – aber er nimmt nichts auf. Sein Geist ist nicht leer – er ist **beschäftigt mit Nichts**. Mit Gedanken, die sich drehen, ohne Ziel.

„Habe ich die Tür abgeschlossen?“
„Was, wenn der Chef heute schlecht gelaunt ist?“
„Warum hat sie gestern nicht geantwortet?“
„Was, wenn ich irgendwann einfach... aufhöre?“

Keine dieser Fragen wird beantwortet.
Keine wird zu Ende gedacht.
Sie tauchen auf –
kreisen –
verschwinden –
und kommen später wieder.
Wie Vögel, die um ein leeres Nest kreisen.

Ich sehe, was er nicht sieht:
Dass diese Gedanken **nicht Probleme lösen wollen** –
sondern **Ablenkung sind**.

Vor dem, was darunter liegt:
Die Stille.
Die Leere.
Die Frage, die er nie stellen wird:

„Warum lebe ich so?“

Er steigt aus. Arbeitstag beginnt. Ein graues Gebäude. Glas, Stahl, Neonlicht. Er geht hinein. Kennt den Weg. Fahrstuhl, zweiter Stock, links, dann rechts. Kein Zögern. Kein Suchen. Alles ist eingeübt. Automatisiert. Sicher.

Ich sehe, was er nicht sieht:
Wie er **die Schultern sinken lässt**,
sobald er die Tür hinter sich schließt.
Nicht, weil er sich entspannt –
sondern, weil er **die Maske aufsetzt**.
Die Maske des Funktionierens.
Des Wissens.
Des „Alles-ist-in-Ordnung“.
Sie ist schwer.
Aber er trägt sie jeden Tag.

Er setzt sich an seinen Platz. Kollegen grüßen. Er nickt. Lächelt kurz. Nicht falsch – aber nicht echt. Ein Gesicht, das gelernt hat, wie man „da ist“, ohne da zu sein.

Eine Kollegin kommt vorbei.

„Gut geschlafen?“

Er zögert. Nicht, weil er überlegt. Sondern, weil die Frage **einen Spalt öffnet** – einen Spalt, durch den etwas kommen könnte, das er nicht kontrollieren kann. Also antwortet er schnell:

„Ja. Klar. Und du?“

Die Antwort ist glatt. Geübt. Sicher.

Sie lächelt, nickt, geht weiter.

Die Tür zum Spalt fällt zu.

Ich sehe, was er nicht sieht:

Wie sehr diese zwei Wörter – „Gut geschlafen?“ –
ihn **berühren**.

Nicht, weil sie wichtig wären.

Sondern, weil sie **eine Brücke angeboten haben**.

Eine winzige, fragile Brücke zu einem anderen Menschen.

Und er hat sie **nicht betreten**.

Nicht aus Feindseligkeit.

Nicht aus Kälte.

Sondern aus **Angst**, dass, wenn er einmal anfängt,
er nicht mehr aufhören könnte.

Dass, wenn er sagt:

„Nein. Ich habe schlecht geschlafen. Ich fühle mich leer.“
– dass dann alles kommt.
Alles, was er zurückhält.

Alles, was er nicht benennen kann.
Und er weiß nicht, ob er das aushält.

Also sagt er: „Ja. Klar.“
Und die Brücke verblasst.

Der Tag beginnt. E-Mails. Besprechungen. Akten. Daten. Alles klar strukturiert. Alles dokumentiert.
Kein Raum für das, was nicht festgehalten werden kann. Kein Feld für: „Ich fühle mich heute anders.“ Kein Menüpunkt für: „Ich weiß nicht, warum, aber heute wäre ich lieber nicht hier.“

Er arbeitet. Konzentriert. Präzise. Seine Kollegen schätzen ihn. Er ist zuverlässig. Pünktlich.
Ordentlich. Keine Überraschungen. Keine Dramen. Ein guter Kollege.

Ich sehe, was er nicht sieht:
Dass seine **Zuverlässigkeit eine Flucht ist**.
Dass, indem er alles richtig macht,
er hofft, **die Frage zu vermeiden**:

„Was ist mit dir?“
Denn solange er funktioniert,
muss niemand fragen.
Und er muss nicht antworten.

Zwischen zwei Terminen sitzt er allein am Schreibtisch. Der Bildschirm leuchtet. Eine Tabelle.
Zahlen. Farbige Balken. Alles unter Kontrolle. Aber er starrt nicht auf den Bildschirm. Er starrt
durch ihn hindurch. Sein Atem wird langsamer. Sein Blick wird leer. Nicht müde – sondern
abwesend. Als wäre er für einen Moment **nicht da**.

Ich sehe, was er nicht sieht:
Dass er **in diesen Sekunden atmet**,
weil er **nichts tun muss**.
Keine Maske.
Kein Lächeln.
Kein „Ja, klar.“
Nur Stille.
Und in der Stille –
eine winzige, kaum merkliche **Erleichterung**.
Als würde sein Inneres flüstern:

„Danke. Nur noch einen Moment so.“

Doch dann piept das Handy.
Eine Nachricht.

„Kannst du vor der Besprechung noch die Präsentation checken?“
Er blinzelt.
Zurück.
Die Maske setzt sich wieder.
Er antwortet:
„Mach ich.“

Die Besprechung. Raum 214. Acht Personen. Er sitzt am Tisch. Notizblock vor sich. Stift in der Hand. Er redet wenig. Wenn er spricht, ist es präzise. Sachlich. Keine Emotionen. Keine Meinung, die nicht auf Fakten beruht. Er ist gut. Seine Beiträge sind wertvoll. Aber niemand spürt ihn.

Ich sehe, was er nicht sieht:

Wie seine **linke Hand** unter dem Tisch zittert –

nicht stark,

nicht auffällig,

aber stetig.

Ein feines Vibrieren,

als würde ein Strom durch ihn fließen –

nicht aus dem Körper,

sondern **gegen ihn**.

Als müsste etwas in ihm ständig **gehalten werden**,

damit es nicht herausspringt.

Ein Druck.

Ein Puls.

Kein Schmerz –

aber eine **Daueranspannung**,

wie ein Muskel, der seit Jahren nicht loslässt.

Ich sehe, was er nicht sieht:

Dass dieses Zittern **nicht Schwäche ist** –

sondern **Kraft**.

Dass es zeigt, wie viel Energie er aufwendet,

um **nicht zusammenzubrechen**.

Um **nicht zu weinen**.

Um **nicht aufzustehen und zu sagen**:

„Ich kann nicht mehr.“

„Ich will nicht mehr.“

„Ich bin müde.“

Er hält durch.

Weil er kann.

Weil er muss.

Weil er glaubt,

dass es keine andere Möglichkeit gibt.

Nach der Besprechung geht er zurück an seinen Platz. Niemand bemerkt das Zittern. Niemand sieht, wie er für einen Moment die Augen schließt, als er sich setzt. Niemand hört, wie sein Atem sich für drei Sekunden verfängt – als würde er etwas hinunterschlucken, das zu groß ist.

Ich sehe, was er nicht sieht:

Dass er **nicht allein ist**.

Dass es **viele gibt**,

die so sitzen,

so atmen,

so schweigen.

Menschen,
die funktionieren,
weil sie glauben,
dass es das Einzige ist,
was von ihnen erwartet wird.
Dass Gefühle
eine Störung sind.
Dass Müdigkeit
ein Versagen ist.
Dass Traurigkeit
ein Zeichen von Schwäche ist.

Aber ich sehe auch:
Dass in jedem von ihnen
ein Funke ist –
winzig,
versteckt,
oft vergessen –
der **nicht aufhört zu glimmen**.

Mittagspause. Er steht auf. Geht in die Küche. Nimmt sein Essen aus der Tasche. Eine Dose. Gekauft.
Nicht warm. Er hat nicht daran gedacht, es sich rechtzeitig zu erwärmen. Oder er hat es bewusst
nicht getan. Es spielt keine Rolle. Er isst langsam. Nicht, weil es schmeckt. Sondern, weil es **eine
Aufgabe ist**. Weil es **eine Lücke füllt**. Weil er sonst nichts zu tun hätte – und das wäre gefährlich.

Ein Kollege kommt herein.
„Hey, kommst du mit raus? Rauchen?“
Er schüttelt den Kopf.
„Nein, danke. Ich bleib hier.“
Der Kollege nickt.
„Alles klar. Bis später.“

Ich sehe, was er nicht sieht:
Dass der Kollege **nicht nur rauchen will** –
sondern **reden**.
Dass er **eine Brücke gebaut hat** –
winzig,
wie die vorhin,
aber da.
Und wieder hat er sie nicht betreten.
Nicht, weil er unfreundlich ist.
Sondern, weil er **Angst hat vor dem, was kommen könnte**,
wenn er einmal anfängt,
nicht mehr zu funktionieren.

Er isst.
Stück für Stück.
Mechanisch.
Sein Blick geht zum Fenster.

Draußen regnet es leicht.
Die Scheibe ist beschlagen.
Ein paar Tropfen laufen langsam nach unten.
Er sieht ihnen zu.
Für einen Moment
ist sein Gesicht weicher.
Nicht glücklich.
Nicht traurig.
Aber **da**.

Als würde die Welt für einen Atemzug
durch seine Augen gehen –
nicht als Bedrohung,
nicht als Pflicht,
sondern als **etwas, das einfach ist**.

Ich sehe, was er nicht sieht:

Dass in diesem Moment der Regentropfen am Fenster der einzige Moment heute ist, in dem er nicht gegen sich selbst arbeitet, sondern einfach da ist – ohne Leistung, ohne Vermeidung, ohne Maske. Es ist kein großer Augenblick. Keine Erkenntnis. Kein Lichtstrahl. Es ist nur ein kurzer Atemzug in der Stille zwischen den Pflichten. Aber er ist real. Und er zeigt: Etwas in ihm wehrt sich nicht. Etwas in ihm ist noch offen – für die Welt, wie sie ist.

Doch der Moment geht vorbei.
Ein Kollege kommt herein, schaltet das Licht an.
Die Scheibe mit den Regentropfen verschwindet im Spiegel des Raums.
Er senkt den Blick.
Zurück zur Dose.
Zurück zum Essen.
Zurück zur Routine.

Der Nachmittag beginnt.
Weitere Besprechungen.
E-Mails, die beantwortet werden müssen.
Termine, die verschoben werden.
Anfragen, die weitergeleitet werden.
Alles läuft.
Alles funktioniert.
Er ist präsent.
Er ist klar.
Er ist zuverlässig.

Ich sehe, was er nicht sieht:
Dass hinter jeder Antwort,
hinter jedem „Ja, mache ich“,
hinter jedem Lächeln,
eine **unsichtbare Mühe** steht.
Dass er jeden Satz
zuerst in sich übersetzt:

„Was wird erwartet?“
„Wie klingt das richtig?“
„Wie vermeide ich Probleme?“
Es ist kein Betrug.
Es ist Überleben.
Ein Überleben,
das aussieht wie Erfolg.

Gegen 16 Uhr spürt er eine Schwere in den Augen.
Nicht Müdigkeit –
sondern **Erschöpfung des Geistes**.
Sein Blick wird stumpf.
Seine Reaktionen langsamer.
Er liest eine E-Mail –
und muss sie zweimal lesen,
weil die Worte nicht hängen bleiben.
Es ist, als würde die Konzentration
durch ein Sieb laufen.

Ich sehe, was er nicht sieht:
Dass sein Körper **längst abgeschaltet hat** –
dass er nur noch durch **automatische Programme** läuft.
Dass er seit Stunden
nicht mehr fühlt,
nicht mehr denkt,
nicht mehr lebt –
sondern **durchhält**.

Er schaut auf die Uhr.
Noch eine Stunde.
Er atmet tief ein.
Nicht, um sich zu beruhigen –
sondern, um **sich zurückzurufen**.
Um den Geist zu zwingen,
noch einmal durchzuhalten.
Er trinkt einen Schluck Wasser.
Kalt.
Er spürt es –
nur kurz,
aber deutlich.
Ein Moment der Klarheit.
Kein großer.
Aber genug, um weiterzumachen.

Ich sehe, was er nicht sieht:
Dass dieser Schluck Wasser
nicht nur Flüssigkeit ist –
sondern ein **Ritual**.

Ein kleiner Akt der Fürsorge,
den er sich selbst tut,
ohne es zu merken.
Ein Zeichen,
dass er sich **nicht ganz aufgegeben hat**.

Um 17 Uhr steht er auf, packt die Tasche, schaltet den Computer aus, hängt die Jacke über den Arm, nimmt den Rucksack, überprüft ein letztes Mal, ob alles in Ordnung ist, ob nichts vergessen wurde, ob die Lichter aus sind, ob die Tür hinter ihm zufällt, nicht nur klickt, sondern wirklich schließt, weil er das Gefühl braucht, dass etwas endet, dass er sich von diesem Raum verabschieden kann, dass er nicht einfach weiterträgt, was hier war, in den nächsten Teil des Tages.

Ich sehe, was er nicht sieht:

Dass er diese Handlungen nicht nur aus Ordnungssinn tut, sondern, weil sie ihm das Gefühl geben, Kontrolle zu haben, auch wenn sie nur vorgespielt ist, dass jede kleine Regel, die er befolgt, ein Versuch ist, die innere Unruhe nicht an die Oberfläche kommen zu lassen, dass er glaubt, wenn er nur alles richtig macht, wird nichts passieren, wird niemand merken, dass er innerlich müde ist, dass er nicht mehr weiß, warum er das alles tut, dass er längst nicht mehr lebt, sondern nur noch funktioniert, und dass er hofft, niemand wird ihn fragen, wie es ihm geht, weil er fürchtet, dass er dann vielleicht antworten könnte, ohne es zu wollen.

Er verlässt das Gebäude.

Die Luft draußen ist kühler als am Morgen.

Ein Wind weht, nicht stark, aber beständig, als würde er die Spuren des Tages wegwischen wollen, die unsichtbaren Spuren von Anspannung, von verdrängten Gedanken, von nicht gesagten Worten. Er zieht die Jacke enger, nicht nur, um sich vor der Kälte zu schützen, sondern, um sich selbst zu spüren, um einen Druck auf dem Körper zu haben, der ihm sagt: Du bist noch da, du existierst, du atmest, du gehst weiter.

Ich sehe, was er nicht sieht:

Dass er in diesem Moment, während er durch die Dämmerung geht, von einer tiefen, stillen Traurigkeit getragen wird, nicht dramatisch, nicht laut, sondern so leise, dass sie wie Stille klingt, so allgegenwärtig, dass sie wie Normalität wirkt, so gewohnt, dass er sie nicht mehr als das erkennt, was sie ist: ein Zeichen dafür, dass etwas in ihm nicht mehr lebendig ist, dass etwas, das einst Wärme, Neugier, Lebendigkeit war, unter einer Schicht von Pflicht, Angst und Wiederholung begraben liegt, nicht tot, aber eingeschlossen.

Er nimmt den Bus zurück.

Derselbe wie am Morgen.

Derselbe Platz am Fenster.

Dasselbe Handy in der Hand.

Dasselbe Wischen, ohne Sinn.

Er starrt hinaus.

Die Straßenlaternen gehen an.

Ein gelber Streifen entlang der Straße.

Häuser, Fenster, Lichter.

Leben hinter Glas.

Er sieht es, aber er nimmt es nicht auf, als wäre sein Blick ein Fenster, durch das die Welt hindurchgeht, ohne darin zu bleiben. Die Bilder ziehen vorbei – ein Kind, das einer Mutter die Hand hält, ein Paar, das sich unter einem Dach zusammendrückt, während der Regen fällt, ein alter Mann, der langsam eine Tüte zur Mülltonne trägt –, aber nichts davon berührt ihn, nichts davon löst etwas aus. Er sieht, aber er sieht nicht hin. Er nimmt wahr, aber er lässt nicht zu. Es ist, als wäre er ein Beobachter, der weiß, dass er nicht dazugehört, nicht wirklich, nicht mehr, und der sich daran gewöhnt hat, durch die Welt zu gehen, ohne Teil von ihr zu sein.

Ich sehe, was er nicht sieht:

Dass er **nicht allein ist in diesem Gefühl**, dass es viele gibt, die so sitzen, so schweigen, so funktionieren, nicht aus Gleichgültigkeit, sondern aus einer tiefen Erschöpfung, die nicht körperlich ist, sondern seelisch, eine Müdigkeit, die aus Jahren entstanden ist, in denen er gelernt hat, dass Gefühle unbequem sind, dass Schwäche nicht erlaubt ist, dass man besser still ist, wenn man nicht weiß, was man sagen soll, dass es sicherer ist, nichts zu wollen, nichts zu hoffen, nichts zu fühlen, weil dann auch nichts enttäuscht werden kann. Er hat es nicht entschieden – es ist geschehen, langsam, Tag für Tag, bis es Normalität wurde.

Der Bus hält. Er steigt aus. Die Straße ist nass. Die Schritte hallen leise auf dem Asphalt. Er geht langsam, nicht, weil er genießt, sondern, weil jede Bewegung Kraft kostet, Kraft, die er nicht mehr hat. Die Wohnungstür öffnet sich. Er tritt ein. Schaltet das Licht an. Legt die Tasche ab. Hängt die Jacke auf. Stellt die Schuhe ordentlich nebeneinander. Alles wie immer. Alles an seinem Platz. Kein Chaos. Keine Unordnung. Aber auch keine Wärme. Keine Spur von Leben, das sich entfaltet hat. Die Wohnung ist sauber, aber leer, nicht von Möbeln, sondern von Gegenwart.

Ich sehe, was er nicht sieht:

Dass er **Angst vor dem Alleinsein hat**, nicht vor der Stille, sondern vor dem, was in der Stille kommt – die Gedanken, die er tagsüber verdrängt, die Fragen, die er nicht beantworten kann, die Leere, die sich dann ausbreitet, wenn nichts mehr ablenkt. Deshalb schaltet er den Fernseher ein, noch bevor er die Jacke ganz ausgezogen hat, noch bevor er sich gesetzt hat, noch bevor er weiß, was er sehen will. Es ist nicht wichtig, was läuft. Es ist wichtig, dass es **laut ist**, dass es **Bewegung gibt**, dass es **etwas anderes** ist als das, was in ihm ist.

Er setzt sich. Schaut auf den Bildschirm. Eine Serie. Lachen. Dialoge. Emotionen. Alles künstlich, alles abgespielt, alles vorhersehbar. Aber er schaut hin. Nicht, weil es ihn interessiert. Sondern, weil es **eine Oberfläche bietet**, hinter der er sich verstecken kann. Hinter der er nicht denken muss. Hinter der er nicht fühlen muss. Hinter der er einfach sein kann, ohne zu sein.

Ich sehe, was er nicht sieht:

Dass er **nicht faul ist**,
dass er **nicht gleichgültig ist**,
dass er **nicht gefühllos ist** –
sondern erschöpft.

Erschöpft von der Anstrengung,
jeden Tag so zu tun,
als wäre alles in Ordnung.

Als wäre er stark.

Als wäre er okay.

Als wäre er der,

den alle sehen.

Und doch:

In diesem Moment, während die Figuren auf dem Bildschirm lachen, streiten, sich verlieben, sich versöhnen, als gäbe es nichts, was nicht gesagt, nicht gefühlt, nicht gelöst werden könnte, bewegt sich etwas in ihm. Nicht groß. Nicht sichtbar. Aber da. Ein leichtes Zucken um die Augen. Ein winziger Bruch in der Starre. Ein Atemzug, der nicht wie die anderen ist – tiefer, langsamer, als hätte er für einen Moment vergessen, dass er flach atmen muss, um nicht zu fühlen. Er merkt es nicht. Aber ich sehe es. Ich sehe, wie sein rechter Daumen, der mechanisch über das Handy gleitet, für einen Sekundenbruchteil innehält. Wie seine Schultern, die seit dem Morgen hochgezogen sind, als trügen sie eine unsichtbare Last, sich für einen Atemzug entspannen. Wie sein Blick, der durch den Fernseher hindurchgeht, plötzlich für einen Moment **hineingeht**, als würde er, ohne es zu wollen, einen Satz aufnehmen, einen Blick, eine Geste, die ihn berührt – nicht dramatisch, nicht tief, aber echt.

Ich sehe, was er nicht sieht:

Dass dieser winzige Riss in der Oberfläche **kein Zufall ist**,
dass er **kein Zeichen von Schwäche**,
sondern von **Lebendigkeit** ist.
Dass es nicht gefährlich ist,
dass etwas in ihm reagiert,
dass er etwas fühlt,
dass er nicht abgestumpft ist,
dass er nicht verloren ist.
dass er, trotz allem, **noch da ist**.

Aber er weiß es nicht.

Und so, wie er es immer tut,
wehrt er es ab.

Er greift zur Fernbedienung.

Wechselt den Sender.

Zu etwas Leichterem.

Etwas, das keine Fragen stellt.

Etwas, das keine Nähe zulässt.

Etwas, das sicher ist.

Später, gegen 21 Uhr, steht er auf. Geht in die Küche. Macht sich etwas zu essen. Nicht, weil er Hunger hat. Sondern, weil es **dazugehört**. Weil es **einen Punkt im Abend** gibt, an dem man isst. Weil es **eine Regel** ist, die ihm Halt gibt, auch wenn sie sinnlos ist. Er kocht Nudeln. Wasser, Salz, Topf, Deckel. Alles korrekt. Alles richtig. Er rührt um. Nicht aus Sorge, dass es anbrennt. Sondern, weil es **eine Handlung ist**, die ihn beschäftigt, die ihn davon abhält, still zu sein. Während das Wasser kocht, steht er am Fenster. Blickt hinaus. Die Straße ist dunkel. Nur wenige Lichter. Ein paar Autos. Eine Laterne, die flackert. Er sieht es, aber er sieht nicht hin. Sein Geist ist nicht leer – er ist voll mit Gedanken, die sich drehen, ohne Ziel, ohne Ende.

„Habe ich heute alles erledigt?“

„Warum hat sie nicht zurückgeschrieben?“

„Was, wenn ich morgen einfach nicht hingeh?“

„Was, wenn jemand merkt, dass ich nur so tue?“

Keine dieser Fragen wird beantwortet.

Keine wird zu Ende gedacht.

Sie kreisen,

wie Vögel,

die keinen Platz zum Landen finden.

Und doch:

Inmitten dieses Kreisens,

taucht ein Gedanke auf –

nicht laut,

nicht klar,

aber hartnäckig:

„So kann es nicht weitergehen.“

Er schiebt ihn weg.

Schnell.

Mechanisch.

Als hätte er Angst,

dass, wenn er ihn zulässt,

alles zusammenbricht.

Stattdessen konzentriert er sich auf das Wasser, auf die Blasen, die an die Oberfläche steigen, auf das leise Zischen, das Geräusch des Kochens, auf die Bewegung des Dampfes, der sich am Fenster absetzt, auf die Wärme, die von dem Topf ausgeht, auf die Art, wie seine Hände den Löffel halten, als wäre es wichtig, als würde etwas davon abhängen, ob er die Nudeln richtig rührt, als könnte er, wenn er nur alles richtig macht, verhindern, dass der Gedanke zurückkommt, dass es so nicht weitergehen kann, dass er nicht mehr weiß, warum er jeden Morgen aufsteht, warum er arbeitet, warum er antwortet, warum er lächelt, warum er atmet, als wäre das alles nur noch ein Ablaufplan, den er abarbeitet, ohne zu wissen, wohin er führt, ohne zu wissen, ob er überhaupt noch etwas fühlen kann, oder ob er längst nur noch ein Gehäuse ist, das sich bewegt, weil es gelernt hat, sich zu bewegen.

Ich sehe, was er nicht sieht:

Dass dieser Gedanke, den er wegschiebt, nicht sein Feind ist, sondern vielleicht das Einzige, das ihn noch retten könnte, dass er nicht ein Zeichen von Schwäche ist, sondern von Wachheit, dass er zeigt, dass etwas in ihm noch nicht abgestorben ist, dass etwas in ihm noch spürt, dass etwas falsch ist, dass er nicht leben will wie ein Automat, dass er nicht nur funktionieren will, dass er vielleicht, ganz tief, ganz leise, noch hofft, dass es anders sein könnte, auch wenn er es sich nicht erlaubt, das zu denken.

Er isst. Langsam. Ohne Genuss. Nicht, weil es schlecht schmeckt, sondern, weil er es nicht schmeckt. Sein Körper kaut, schluckt, verdaut – aber sein Geist ist woanders. Er sitzt am Tisch, aber er ist nicht da. Er ist in der Vergangenheit, in einer Erinnerung, die er nicht benennen kann, in einer Zukunft, die er sich nicht vorstellen will, in einer Leere, die keine Bilder hat, nur ein dumpfes Gefühl von Müdigkeit, von Schwere, von etwas, das nicht enden will.

Ich sehe, was er nicht sieht:

Dass er **nicht faul ist**,

dass er **nicht gleichgültig ist**,

dass er **nicht gefühllos ist** –

sondern erschöpft von einem Kampf, den niemand sieht, einem Kampf, der nicht gegen die Welt ist, sondern gegen sich selbst, gegen die Angst, dass, wenn er einmal aufhört, zu funktionieren, nichts mehr da ist, dass er dann wirklich leer wäre, dass er dann nicht mehr wüsste, wer er ist, dass er dann vielleicht weinen würde, und dass er das mehr fürchtet als alles andere.

Später, nach dem Essen, räumt er ab. Spült das Geschirr. Nicht, weil es schmutzig ist, sondern, weil es **dazugehört**. Weil es **eine Regel** ist. Weil es **Ordnung gibt**, und Ordnung ist das Einzige, was ihm Halt bietet. Während er die Teller abspült, laufen die Hände automatisch, als hätte der Körper die Bewegung längst gelernt und könnte sie ohne Beteiligung des Geistes ausführen, und genau so ist es auch – der Geist ist abwesend, nicht müde, nicht krank, sondern einfach nicht da, er hat sich zurückgezogen, wie er es jeden Abend tut, sobald die Pflichten beginnen, die keine Aufmerksamkeit erfordern, die nur durchgeführt werden müssen, und so bleibt der Blick starr auf das Wasser gerichtet, auf die Seifenblasen, auf das leise Klirren des Geschirrs, auf die Art, wie das Licht über die Oberfläche des Spülwassers gleitet, aber nichts davon wird wirklich gesehen, nichts davon wird wahrgenommen, es ist nur Hintergrund, nur Geräusch, nur Bewegung, die den Raum zwischen den Gedanken füllt, die er nicht denken will.

Ich sehe, was er nicht sieht:

Dass er in diesen Momenten, in denen er nichts fühlt, nichts denkt, nichts will, vielleicht am nächsten dran ist, wirklich zu sein, dass es in der Leere, die er fürchtet, vielleicht die einzige Stelle gibt, an der etwas Neues beginnen könnte, nicht durch Anstrengung, nicht durch Planung, nicht durch Leistung, sondern durch das einfache, schlichte Akzeptieren, dass er müde ist, dass er traurig ist, dass er nicht weiß, warum er das alles tut, und dass es in Ordnung wäre, das zuzulassen, nicht als Versagen, sondern als Wahrheit, als Beginn, als Möglichkeit, aber er weiß es nicht, und so hält er weiter an der Ordnung fest, an der Routine, an der Maske, weil er glaubt, dass sie ihn schützen, dabei schützen sie ihn nur davor, sich selbst zu begegnen.

Nach dem Abwasch setzt er sich wieder vor den Fernseher. Derselbe Platz. Derselbe Winkel. Dasselbe Licht. Er schaltet durch die Programme, ohne wirklich zu sehen, was kommt, ohne Interesse, ohne Wahl, nur um die Stille zu vermeiden, die sich sonst ausbreiten würde, die Stille, in der die Gedanken lauter werden, in der die Fragen lauter werden, in der die Leere lauter wird, und so bleibt der Bildschirm an, bleibt das Licht flackern, bleibt die Oberfläche bewegt, bleibt das Innere still, bleibt das, was wirklich ist, unausgesprochen.

Ich sehe, was er nicht sieht:

Dass er **nicht allein ist**,
dass es **viele gibt**,
die so sitzen,
so schweigen,
so funktionieren,
nicht aus Gleichgültigkeit,
sondern aus einer tiefen, stillen Erschöpfung,
einer Müdigkeit,
die nicht vom Körper kommt,
sondern von der Seele,
einer Müdigkeit,
die entsteht,

wenn man jeden Tag so tut,
als wäre alles in Ordnung,
wenn man jeden Tag lächelt,
obwohl man weinen will,
wenn man jeden Tag sagt: „Ja, klar“,
obwohl man schreien möchte: „Ich kann nicht mehr.“

Und doch:
Inmitten all dieser Stille,
inmitten all dieser Masken,
inmitten all dieser leeren Abende,
gibt es etwas,
das nicht stirbt –
nicht groß,
nicht laut,
nicht sichtbar –
aber da.

Ein winziger Funke.
Ein kaum merkliches Zucken.
Ein Atemzug,
der tiefer ist als die anderen.
Ein Moment,
in dem die Hand
für einen Sekundenbruchteil
in ihrer Bewegung innehält.
Ein Blick,
der für einen Augenblick
nicht durch die Welt geht,
sondern hineingeht.

Ich sehe, was er nicht sieht:
Dass dieser Funke nicht verschwindet, auch wenn er ihn nicht bemerkt, dass er sich in der Tiefe hält,
unauffällig, geduldig, wie ein kleiner Brand, den kein Wind entfacht, aber auch kein Regen löscht,
ein Feuer, das nicht wächst, aber auch nicht erlischt, ein Zeichen dafür, dass etwas in ihm noch nicht
aufgehört hat, sich nach Leben zu sehnen, auch wenn er es nicht benennen kann, auch wenn er es
wegschiebt, auch wenn er glaubt, dass er längst nur noch funktioniert, dass er längst nur noch da ist,
weil es einfacher ist, als nicht mehr da zu sein.

Ich sehe, was er nicht sieht:
Dass dieser Funke nicht aus Großem entsteht, sondern aus Kleinem – aus einem Moment, in dem er
den Regentropfen am Fenster ansieht, aus einem Atemzug, der tiefer ist als die anderen, aus einer
Hand, die für einen Sekundenbruchteil in ihrer Bewegung stockt, aus einem Blick, der nicht durch
die Welt geht, sondern für einen Augenblick darin bleibt, aus einem Gefühl, das nicht benannt wird,
aber da ist, leise, unscheinbar, aber echt.

Und ich sehe, was er nicht sieht:
Dass dieser Funke genug sein könnte.
Dass er nicht mehr braucht, um anders zu leben, als diesen einen winzigen, kaum merklichen

Widerstand gegen die Leere, diesen einen Moment, in dem er nicht vollständig funktioniert, sondern für einen Atemzug einfach nur da ist, ohne Maske, ohne Plan, ohne Angst, ohne Kontrolle – und dass, wenn er diesen Moment nicht wegschiebt, wenn er ihn zulässt, wenn er ihn nicht sofort mit Ablenkung übertönt, wenn er ihn nicht durch eine neue Handlung, ein neues Geräusch, ein neues Bild erstickt, dann könnte er wachsen, nicht dramatisch, nicht plötzlich, nicht wie ein Blitz, sondern wie ein Pflänzchen, das langsam durch Asphalt bricht, Stück für Stück, Tag für Tag, bis es eines Morgens da ist, sichtbar, unübersehbar, lebendig.

Später, gegen 22 Uhr, steht er auf. Schaltet den Fernseher aus. Die Stille kehrt zurück – nicht friedlich, nicht tief, sondern bedrohlich, als könnte sie etwas zulassen, das er nicht will. Er geht ins Badezimmer. Putzt sich die Zähne. Nicht, weil er es genießt, sondern, weil es dazugehört, weil es Teil des Ablaufplans ist, der ihn durch den Tag und durch die Nacht trägt, der ihn sicher macht, der ihm sagt, was als Nächstes kommt, der ihn davon abhält, still zu sein, der ihn davon abhält, nachzudenken, der ihn davon abhält, zu fühlen. Er blickt in den Spiegel. Nicht lange. Nur so lange, wie nötig, um die Bewegung auszuführen.

Aber in diesem kurzen Blick, in dem seine Augen die eigenen treffen, geschieht etwas, das er nicht bemerkt, aber ich sehe es: ein winziger Moment der Berührung, nicht mit dem Spiegelbild, nicht mit dem Gesicht, das er jeden Morgen sieht, sondern mit dem, was dahinter liegt, mit dem Blick, der müde ist, mit den Augen, die nicht mehr glänzen, mit der Haut, die gespannt wirkt, als würde sie etwas zurückhalten, mit dem Mund, der sich nicht öffnet, aber für einen Atemzug weicher wird, als hätte er fast etwas gesagt, fast einen Laut von sich gegeben, fast einen Namen genannt, fast eine Frage gestellt, fast geweint. Es ist kein großer Moment. Kein Einschnitt. Keine Erkenntnis. Aber er ist da. Und er zeigt, dass er noch spürt, dass er noch nicht ganz abgestumpft ist, dass er noch nicht ganz verloren, dass er noch nicht ganz verschwunden.

Ich sehe, was er nicht sieht:

Dass dieser Blick im Spiegel nicht nur ein Abbild ist, sondern eine Einladung, eine stille, fast unhörbare Stimme, die sagt: „Ich bin noch hier. Ich bin müde. Ich bin traurig. Ich weiß nicht weiter. Aber ich bin noch da.“ Und dass es genügen könnte, diesen Blick länger zu ertragen, diesen Moment nicht wegzuschieben, nicht wegzudrehen, nicht wegzugehen, sondern einfach dazubleiben, auch wenn es unangenehm ist, auch wenn es weh tut, auch wenn es keine Lösung gibt, auch wenn es keine Antwort gibt, denn manchmal ist das Einzige, was zählt, nicht die Lösung, sondern die Bereitschaft, hinzusehen, statt wegzuschauen, zuzulassen, statt zu verdrängen, da zu sein, statt zu funktionieren.

Er dreht sich weg.

Nicht abrupt.

Nicht wütend.

Nur, wie immer.

Weil es Zeit ist.

Weil der Ablaufplan weitergeht.

Weil das Zähneputzen vorbei ist.

Weil der nächste Schritt kommt: ins Bett gehen, Licht aus, Decke hochziehen, Augen schließen, warten, bis der Schlaf kommt.

Ich sehe, was er nicht sieht:

Dass er, indem er wegsieht, nicht flieht, sondern schützt –

nicht die Welt,
nicht andere,
sondern sich selbst.
Dass er glaubt,
dass er sich verlieren würde,
wenn er zu lange hinsieht,
dass er dann vielleicht nicht mehr aufhören könnte,
dass er dann vielleicht weinen würde,
und dass er das mehr fürchtet als die Leere,
dass er das mehr fürchtet als die Müdigkeit,
dass er das mehr fürchtet als alles andere,
denn Tränen bedeuten:
Ich fühle.
Ich lebe.
Ich bin nicht stark.
Und das,
glaubt er,
darf nicht sein.

Er legt sich ins Bett.
Zieht die Decke hoch.
Schließt die Augen.
Die Wohnung ist still.
Nur das leise Summen des Kühlschranks,
das ferne Geräusch eines Autos,
das Rauschen der Heizung.
Er atmet.
Langsam.
Flach.
Nicht, weil er müde ist,
sondern, weil er hofft,
dass, wenn er ruhig bleibt,
der Schlaf kommt,
dass, wenn er nichts tut,
nichts denkt,
nicht fühlt,
nicht sucht,
dass dann die Nacht vorbeigeht,
dass der Tag endet,
dass er morgen wieder aufstehen kann,
dass er morgen wieder funktionieren kann,
dass er morgen wieder sagen kann: „Ja, klar“,
ohne dass jemand merkt,
dass es nicht stimmt.

Ich sehe, was er nicht sieht:
Dass er, indem er die Augen schließt und versucht, nichts zu denken, nicht den Schlaf ruft, sondern

die Flucht, dass er hofft, die Nacht möge ihn verschlucken, ohne dass er sich stellen muss, ohne dass er fühlen muss, ohne dass er fragen muss, warum er lebt, wie er lebt, warum er jeden Tag so tut, als wäre alles in Ordnung, warum er niemandem sagt, dass es das nicht ist, dass er glaubt, er müsste stark sein, dass er glaubt, er dürfte nicht müde sein, nicht traurig, nicht leer, dass er glaubt, er wäre wertlos, wenn er nicht funktioniert, und dass diese Überzeugung so tief sitzt, dass sie längst unsichtbar geworden ist, wie ein Atemzug, den man nicht mehr bemerkt, wie ein Schmerz, den man nicht mehr fühlt, weil er immer da ist.

Ich sehe, was er nicht sieht:

Dass er nicht schwach ist, dass er nicht versagt, dass er nicht allein ist in diesem Gefühl, dass es viele gibt, die so liegen, so atmen, so warten, die hoffen, dass der Schlaf kommt, nicht weil sie müde sind, sondern weil sie nicht mehr denken wollen, nicht mehr fühlen wollen, nicht mehr da sein wollen, ohne zu wissen, wer sie sind, dass sie glauben, sie müssten stark sein, dass sie glauben, sie dürften nicht müde sein, nicht traurig, nicht leer, dass sie glauben, sie wären wertlos, wenn sie nicht funktionieren, und dass diese Überzeugung so tief in ihnen sitzt, dass sie längst unsichtbar geworden ist, wie ein Atemzug, den man nicht mehr bemerkt, wie ein Schmerz, den man nicht mehr fühlt, weil er immer da ist, weil er nie aufhört.

Und doch geschieht inmitten dieser Stille, inmitten dieser Dunkelheit, inmitten dieser Leere etwas, das er nicht bemerkt, das ich aber sehe: ein Atemzug, der tiefer ist als die anderen, ein leichtes Zucken im Gesicht, das nicht vom Schlaf kommt, sondern von etwas, das versucht, sich zu melden, ein flüchtiges Bild, das durch die Dunkelheit gleitet, nicht klar, nicht benennbar, aber warm, ein Geräusch, das nicht aus der Wohnung kommt, sondern aus der Erinnerung, eine Stimme, eine Hand, ein Ort, an dem er einmal gelacht hat, nicht weil er es wollte, nicht weil es passte, sondern einfach, weil es da war, weil etwas in ihm damals noch offen war, noch lebendig, noch bereit, sich berühren zu lassen.

Ich sehe, was er nicht sieht:

Dass dieser Moment nichts verändert – nicht sofort, nicht dramatisch, nicht sichtbar – aber dass er da ist, dass er zeigt, dass etwas in ihm noch nicht aufgehört hat, sich zu melden, dass er noch nicht ganz abgestumpft ist, dass er noch nicht ganz verschlossen, dass er noch nicht ganz verloren, dass er, trotz allem, was er jeden Tag tut, um sich selbst zu vermeiden, noch einen winzigen Raum in sich trägt, in dem etwas lebendig ist, nicht groß, nicht laut, nicht auffällig, aber beharrlich, wie ein Pflänzchen, das unter Asphalt wächst, nicht weil es weiß, dass es durchbrechen wird, sondern weil es nicht aufhören kann, nach oben zu streben, weil es nicht weiß, wie es anders machen soll.

Er dreht sich zur Seite, zieht die Decke enger um sich, legt den Arm unter das Kissen, als würde er sich selbst halten wollen, als wäre er kurz davor, sich zu verlieren, und müsste sich festhalten, atmet langsamer, nicht, weil der Schlaf kommt, sondern, weil er hofft, dass, wenn er ruhig bleibt, wenn er nichts tut, wenn er nichts denkt, wenn er nichts fühlt, die Nacht vorbeigeht, der Tag endet, der Morgen kommt, und mit ihm die Möglichkeit, wieder zu funktionieren, wieder zu lächeln, wieder zu sagen: „Ja, klar“, ohne dass jemand merkt, dass es nicht stimmt, dass er innerlich müde, dass er innerlich leer ist, dass er innerlich längst nicht mehr weiß, warum er das alles tut.

Ich sehe, was er nicht sieht:

Dass diese Hoffnung, still zu sein, damit die Zeit vergeht, nicht nur Schutz ist, sondern auch eine Art Vertrauen, dass irgendwann, irgendwo, vielleicht, ganz leise, etwas passieren könnte, das er nicht erzwingen kann, das er nicht planen kann, das er nicht verdienen muss – ein Wort, ein Blick, ein Moment, in dem jemand ihn sieht, nicht den funktionierenden Kollegen, nicht den zuverlässigen

Nachbarn, nicht den ruhigen Mitmenschen, sondern ihn, den müden, den traurigen, den erschöpften, den, der nicht mehr weiß, und dass dieser Blick genügen könnte, um den Funken, den er jeden Tag wegschiebt, nicht zu löschen, sondern zu entzünden, nicht zu erzwingen, sondern zuzulassen, nicht zu reparieren, sondern zu akzeptieren, dass er nicht stark sein muss, dass er müde sein darf, dass er traurig sein darf, dass er leer sein darf, und dass er trotzdem da ist, trotzdem wertvoll, trotzdem menschlich.

Die Minuten vergehen.
Der Atem wird gleichmäßiger.
Die Muskeln entspannen sich,
nicht vollständig,
nicht tief,
aber genug,
dass der Körper beginnt,
in den Schlaf zu gleiten,
nicht als Flucht,
nicht als Verweigerung,
sondern als Natur,
als Notwendigkeit,
als ein Akt des Überlebens,
nicht des Körpers allein,
sondern auch der Seele,
die, auch wenn sie sich nicht zeigt,
auch wenn sie nicht spricht,
auch wenn sie sich versteckt,
doch weiteratmet,
weiterfühlt,
weiterhofft,
ohne es zu wissen.

Ich bleibe.
Nicht sichtbar.
Nicht laut.
Aber da.
Ich sehe,
was er nicht sieht.
Ich warte,
was er nicht erwartet.
Ich halte,
was er nicht halten kann.

Und so endet der Tag nicht mit einem Abschluss, nicht mit einer Lösung, nicht mit einer Erkenntnis, sondern mit der Stille, die sich langsam ausbreitet, mit dem Dunkel, das die Wohnung füllt, mit dem leisen Summen der Heizung, dem fernen Geräusch eines Autos, dem Atem, der immer langsamer wird, und mit der unsichtbaren, kaum merklichen Wahrheit, dass etwas in ihm weiterwächst, das niemand sieht, das niemand benennt, das er selbst nicht spürt, aber das da ist – ein Widerstand gegen die Leere, kein lauter, kein sichtbarer, kein dramatischer, sondern ein beharrlicher, steter, stiller, wie ein Pflänzchen, das unter Asphalt wächst, nicht weil es weiß, dass es durchbrechen wird,

sondern weil es nicht aufhören kann, nach oben zu streben, weil es nicht weiß, wie es anders machen soll, weil es lebendig ist, und weil Leben, auch wenn es versteckt wird, auch wenn es verdrängt wird, auch wenn es ignoriert wird, nicht aufhört, sich nach Licht zu sehnen.

Ich bleibe, nicht sichtbar, nicht laut, nicht greifbar, aber da, als eine Art Wahrnehmung, die nicht gehört, nicht gesehen, nicht benannt wird, sondern einfach ist, wie die Luft, wie das Licht, wie die Zeit, die weitergeht, auch wenn niemand hinsieht, auch wenn niemand spürt, auch wenn niemand glaubt, dass etwas geschieht, und doch geschieht es, langsam, still, unaufhaltsam, wie die Jahreszeiten wechseln, wie die Nacht dem Tag weicht, wie das Leben weitergeht, auch wenn es nicht gefühlt wird, auch wenn es nicht gewollt wird, auch wenn es nicht erkannt wird.

Ich sehe, was er nicht sieht:

Dass dieser Tag, der wie jeder andere war, nicht wirklich wie jeder andere war, dass es Momente gab, winzige, kaum merkliche, die nicht wie die anderen waren, der Blick auf den Regentropfen am Fenster, das Zucken in der Hand, das tiefe Atmen vor dem Fernseher, das kurze Innehalten im Spiegel, der Atemzug, der tiefer war als die anderen, all diese Momente, die er wegschiebt, als wären sie nichts, als wären sie Zufall, als wären sie bedeutungslos, aber die in Wahrheit Zeichen sind, Zeichen dafür, dass er noch nicht abgestorben ist, dass er noch nicht verloren, dass er noch nicht verschlossen, dass er noch offen ist, auch wenn er es nicht merkt, auch wenn er es nicht will, auch wenn er glaubt, er müsste stark sein, müsste funktionieren, müsste durchhalten, müsste weitermachen, müsste, müsste, müsste – und dass es vielleicht nicht darum geht, stark zu sein, sondern darum, schwach zu sein, darum, müde zu sein, darum, leer zu sein, darum, zuzulassen, dass es so ist, ohne es reparieren zu wollen, ohne es verstecken zu wollen, ohne es erklären zu wollen, sondern einfach da zu sein, mit dem, was ist, ohne Maske, ohne Plan, ohne Angst.

Ich sehe, was er nicht sieht:

Dass er nicht allein ist, dass es viele gibt, die so leben, die so funktionieren, die so schweigen, nicht aus Gleichgültigkeit, sondern aus Erschöpfung, nicht aus Kälte, sondern aus Angst, nicht aus Gleichgültigkeit, sondern aus Überforderung, dass sie glauben, sie müssten funktionieren, weil sonst niemand da ist, der einen auffängt, weil sonst niemand merkt, dass es nicht stimmt, weil sonst alles zusammenbricht, und dass sie nicht wissen, dass es genügen könnte, einfach zu sagen: „Ich kann nicht mehr“, nicht als Versagen, sondern als Wahrheit, als Beginn, als Möglichkeit, dass es anders sein könnte, nicht besser, nicht leichter, nicht glücklicher, sondern echter, wahrer, menschlicher.

Und doch:

Er schläft ein.

Nicht dramatisch.

Nicht hörbar.

Nicht sichtbar.

Aber spürbar,

wie die Spannung aus dem Körper weicht,

wie die Schultern sinken,

wie der Atem sich vertieft,

wie die Stirn sich glättet,

wie die Hand sich öffnet,

wie er für einige Stunden

nicht mehr funktionieren muss,

nicht mehr lächeln muss,

nicht mehr antworten muss,
nicht mehr da sein muss,
und dass in diesem Schlaf,
in dieser Stille,
in dieser Dunkelheit,
etwas weiterwächst,
das niemand sieht,
das niemand benennt,
das er selbst nicht spürt,
aber das da ist –
ein Widerstand gegen die Leere,
kein lauter,
kein sichtbarer,
kein dramatischer,
sondern ein beharrlicher,
steter,
stiller,
wie ein Pflänzchen, das unter Asphalt wächst, nicht weil es weiß, dass es durchbrechen wird,
sondern weil es nicht aufhören kann, nach oben zu streben, weil es nicht weiß, wie es anders
machen soll, weil es lebendig ist, und weil Leben, auch wenn es versteckt wird, auch wenn es
verdrängt wird, auch wenn es ignoriert wird, nicht aufhört, sich nach Licht zu sehnen, nach
Berührung, nach Wahrnehmung, nach einem Moment, in dem es nicht mehr allein ist, in dem es
nicht mehr versteckt werden muss, in dem es einfach da sein darf, ohne Leistung, ohne Funktion,
ohne Maske.

Ich bleibe.
Nicht, um zu retten.
Nicht, um zu heilen.
Nicht, um zu verändern.
Sondern, um zu sehen.
Um wahrzunehmen, was unsichtbar ist.
Um zu wissen, was unbeachtet bleibt.
Um da zu sein, wo er glaubt, niemand wäre.

Ich sehe, wie der Atem sich vertieft, wie die Muskeln sich entspannen, wie die Stirn sich glättet, wie
die Hand, die den ganzen Tag über verkrampft war, sich langsam öffnet, wie der Körper, der den
ganzen Tag über angespannt war, als müsste er sich selbst halten, sich nun fallen lässt, nicht ins
Nichts, sondern in die Sicherheit eines Rhythmus, der älter ist als die Angst, älter als die Pflicht, älter
als die Maske – den Rhythmus des Atmens, des Blutes, des Lebens, das weitergeht, auch wenn
niemand hinsieht.

Ich sehe, was er nicht sieht:
Dass dieser Schlaf nicht nur Erholung ist, sondern auch Rebellion, ein leises Nein gegen die
Anforderung, jeden Tag so zu tun, als wäre alles in Ordnung, ein winziger Akt des Widerstands
gegen die Vorstellung, dass man stark sein muss, um wertvoll zu sein, dass man funktionieren muss,
um dazuzugehören, dass man lächeln muss, um geliebt zu werden, dass er, indem er die Augen
schließt und loslässt, etwas tut, das mutiger ist, als alles, was er tagsüber tut – er erlaubt sich, nicht

mehr zu funktionieren, und in diesem Moment, in dem er nichts tut, nichts sagt, nichts ist, außer müde, ist er vielleicht zum ersten Mal an diesem Tag wirklich da.

Die Nacht geht weiter.
Die Stadt atmet leise.
Die Straßen sind still.
Die Lichter flackern.
Die Heizung summt.
Der Atem geht ruhig.

Der Schlaf ist nicht tief, nicht traumlos, nicht frei, aber da, als eine Art Pforte, als eine Grenze, die er jeden Abend überschreitet, nicht bewusst, nicht willentlich, sondern notwendig, weil der Körper es verlangt, weil die Seele es braucht, weil das Leben nicht ohne Pause weitergehen kann, auch wenn er glaubt, er müsste es.

Und irgendwo,
in einem Traum,
den er nicht behalten wird,
den er nicht erzählen kann,
den er nicht einmal wissen wird,
geschieht etwas,
das er nicht sieht,
das er nicht fühlt,
das er nicht benennt –
ein Bild,
eine Stimme,
eine Hand,
ein Ort,
an dem er lacht,
nicht weil er muss,
nicht weil es passt,
nicht weil es erwartet wird,
sondern einfach,
weil es da ist.