

Pascal Stäuber · Hier und jetzt ist alles gut

HIER

Roman

UND

JETZT

IST

Pascal
Stäuber

ALLES

GUT

BUCHER

1. Auflage 2023

BUCHER Verlag

Hohenems – Vaduz – München – Zürich

www.bucherverlag.com

© 2023 Pascal Stäuber

Alle Rechte vorbehalten

Gestaltung: Lisa Gamper

Herstellung: Jelgavas Tipogrāfija, Lettland

ISBN 978-3-99018-683-1

1

»Hier und jetzt ist alles gut, hier und jetzt ist alles gut ...«
Immer schneller wiederholte Ben die Worte in seinem Kopf. Fast wie ein Rosenkranzgebet. Aber auch ohne Kranz machte er sich nur etwas vor. Für Verhandlungen war es bereits zu spät.

Die Gedanken im Gehirn. Von da aus überall hin. Sie hörten nicht auf.

Wehren war zwecklos geworden. Es war so weit. Die Vernunft wurde verdrängt.

Alles wurde schwarz. Und still. Zeit verkümmerte zu einem Wort. Das Notebook auf seinem Schoß. Die Augen geschlossen. Er atmete nicht mehr. Dann ein kräftiger Herzschlag. Ben riss die Augen auf und rang nach Luft. Atmen. Schnell und oberflächlich.

Entsetzt blickte er auf seine Hände. Sie zitterten. Wie sein Körper.

Er hatte panische Angst. Die Gedanken fluteten seinen Kopf. Ben war übel.

Wieder wurde alles schwarz. Dieses Mal aber verdrängte sein Schrei die Stille.

Der Schrei ging in einen Weinkrampf über. Zitternd führte er die Hände an sein Gesicht. Es war kalt. Feucht. Er drückte seine Handballen gegen die Augen. Doch die Gedankenflut ließ sich so nicht aufhalten.

Bekannte und unbekannte Stimmen. Alle gleichzeitig.
Sein Herz raste.

So konnte er nicht weitermachen.

Die eine oder andere Flasche Wein würde helfen. Be-
tablocker – irgendwo müssten noch welche sein. Den
Kopf lange genug gegen die Wand hämmern. Ein Mes-
ser. Der Schmerz würde für eine Weile ablenken. Sein
Herz raste noch schneller.

Ben schoss vom Sofa hoch. Sein Notebook krachte
zu Boden. Das Blut in Bens Körper folgte der Bewegung
nicht. Er stürzte zurück aufs Sofa. Schwarz. Seine rechte
Hand tastete zitternd nach der Lehne. Ben stützte sich
ab und richtete sich langsam wieder auf. Dann torkelte
er in die Küche. Mit der linken Hand hielt er sich an
der Ablage fest. Die rechte holte aus einer Schublade das
heilversprechende Utensil.

Der Verstand geflutet, die Seele verzweifelt, die Sinne
stumpf. So rammte Ben sich ein Messer in den Unterarm.

Es verfehlte seine Wirkung nicht. Von einer Sekunde
auf die andere wurde sein Verstand wieder scharf.

Er riss es heraus. Das Blut lief über die Ablage und
tropfte auf den Boden. Schwarz. Ben ließ das Messer fal-
len, stürzte ans andere Ende der Küche und kramte aus
einem der oberen Schränke die Erste-Hilfe-Box heraus.
Der Verband, den er hastig um die Wunde wickelte,
wurde vom Blut durchtränkt. Er nahm ihn wieder ab,

suchte nach einer Kompresse. Sie stillte die Blutung fürs Erste. Ben lief zur Garderobe, nahm den Autoschlüssel und rannte zu seinem Wagen. Das nächste Spital war nur wenige Fahrminuten entfernt. Die tiefe, klaffende Wunde bedurfte einer Naht.

»Ich brauche Hilfe!«, stammelte Ben am Telefon.

Die Worte kamen nur zaghaft aus seinem Mund. Eruptionsartig. Der scharfe Verstand war wieder weg. Das Zittern zurück.

Schwarz.

Ben stand zu Hause im Garten. Ohne Erinnerung an die Fahrt ins Spital und zurück. Wieso er im Garten stand, wusste er nicht.

»Was ist los?«, wollte Sarah, Bens Frau, wissen. »Bist du zu Hause?«

»Ja.« Mehr brachte Ben nicht heraus. Außer Schluchzen.

»Bist du verletzt?«

»Ja. Nein. Sarah, ich kann nicht mehr!«

»Ich rufe Marc an. Bleib, wo du bist. Ich komme dich holen!«

Ben konnte nicht warten. Zu groß war die Unruhe in ihm. Das Gehirn wollte keine Pause machen. Es war zermürend. Hinzu kamen die Sorgen. Sorgen darüber, wie es weitergehen sollte. Mit ihm, mit der Arbeit, mit der Familie. Noch mehr Gedanken.

Schwarz.

Ben stürmte aus dem Haus. Fay, seine Hündin, hinterher. Er wusste nicht, wohin. Egal. Nur nicht stillsitzen. Fay, die aussah wie ein Bär, zog Ben planlos durchs Quartier. Sein Handy klingelte.

»Wo bist du?« Sarah klang hörbar besorgt.

Schwarz.

Ben blickte sich um. »Ich weiß nicht. Im Quartier.«

»Kannst du nach Hause kommen?«

»Ich weiß es nicht.«

»Was siehst du gerade?«

»Eine Bushaltestelle. Einen Kreisel.«

»Ich bin unterwegs! Geh nicht weg!«

Ben saß gegenüber der Bushaltestelle unweit von ihrem Zuhause am Boden und lehnte sich gegen eine Straßenlaterne. Fay kauerte neben ihm. Die schwarze Schnauze hatte sie in seinem Schoß vergraben. Ben hörte, wie sich ein Auto näherte. Mit zugekniffenen Augen blinzelte er in dessen Richtung. Die Sonne blendete. Es war Sarah. Sie stoppte, ließ den Wagen mit offener Tür auf der Straße stehen und rannte zu Ben.

»Was ist passiert?«

»Ich kann nicht mehr, Sarah.« Ben weinte.

Sie half ihm ins Auto. Fay auf den Rücksitz. Sarah legte die eine Hand auf Bens Bein, die andere ans Steuer. Zusammen fuhren sie zu Marc, Bens Hausarzt und Freund.

2

Marc's Praxis lag in einem Jugendstilhaus mit Blick auf einen kleinen Stadtpark in Luzern. Sein Praxiszimmer zierten mehrere kleine Bronzen, die meisten davon Nachbildungen von Giacometti.

Die Wände strahlten weiß. Zwei Bilder schmückten die Wand gegenüber vom Eingang. Es waren nicht die üblichen Rothkos oder Bergpanoramen, die man sonst in Arztpraxen antraf. Das eine war mit gelben und roten Klecksen auf blauem Hintergrund versehen, das andere hatte zusätzlich einen großen grünen Tupfer in der unteren Ecke. Bens Augen blieben kurz an ihnen haften. Die Bilder strahlten Freundlichkeit und Zuversicht aus.

Ben und Sarah saßen auf zwei dunkelgrauen Schaalenstühlen. Hinter ihnen befand sich eine schwarze Liege, die mit weißem Papier bedeckt war. Darüber hing eine Kinderzeichnung mit drei Kopffüßlern, die vor einem Haus mit rauchendem Kamin standen und farblich zu den zwei anderen Bildern passten.

Ein großer schwarzer Schreibtisch stand zwischen ihnen und Marc, dessen Rücken von unzähligen medizinischen Büchern und Zeitschriften gestärkt wurde.

Ben blickte auf eine kleine Figur vor ihm. Ein dünner Mann ohne Gesicht. Gebückt schritt er vorwärts. Seinem Schicksal entgegen. Ben kannte das Original. Er moch-

te Giacometti. Aber jetzt fürchtete er den zerbrechlichen Mann. Er wirkte, als würde das Leben in ihm allmählich ausgeblendet.

Marc trug blaue Jeans, einen schlichten schwarzen Pullover und italienische Schnürer aus braunem Leder. Seine dunklen Haare hatte er bis auf ein paar Millimeter kurz geschnitten. Zusammen mit seinem Dreitagebart, der hier und da schon graue Stellen aufwies, den grünen Augen und den dezenten Denkfalten im Gesicht gab er ein stattliches Bild von einem Mann ab, der auch auf dem Cover eines Modemagazins hätte erscheinen können, wäre da nicht die etwas birnenförmige Figur mit dem Bauch eines Feinschmeckers gewesen.

»Wie lange schon?«, fragte Marc.

Sarah erklärte das meiste, so gut sie konnte. Beobachtungen von außen. Wie es in Ben drinnen aussah, konnte sie nicht wissen. Aber sprechen war für Ben noch immer schwierig. Das Weinen steckte ihm im Hals und ließ keinen Wortfluss zu. Er zitterte am ganzen Körper.

Marc überreichte ihm eine Lutschtablette. Temesta.

»Hier, nimm das. Es wird dich beruhigen.«

Ben steckte die Tablette, ohne zu zögern, in den Mund. Sie war geschmacksneutral.

»Wir machen noch eine Blutuntersuchung, um somatische Ursachen ausschließen zu können.«

Ben begab sich zur Liege und beobachtete, wie Marc eine dicke Nadel in die Ader seiner Armbeuge stach. Er spürte nichts. Das Röhrchen füllte sich langsam mit Blut.

»Darf ich deine Schnittwunde noch sehen?«, fragte Marc, als er die Blutprobe entnommen hatte.

Vorsichtig entfernte Marc den Verband und begutachtete die genähte Wunde auf dem Unterarm. Der etwa drei Zentimeter lange Schnitt war mit blauen Fäden versehen, die an den Enden bereits schwarze Krusten bildeten. Die umliegende Haut war veilchenblau.

»Das hätte böse enden können. Aber schön genäht haben sie. Hast du Schmerzen?«

Ben schüttelte den Kopf. Die Wunde war für ihn das kleinste Problem. Alles hier erschien ihm surreal. Als befände er sich in einem Bild von Dalí.

Sowie der Verband wieder saß, stand Ben von der Liege auf, torkelte zu Sarah zurück und ließ sich in den Stuhl fallen.

»Ich lasse euch kurz allein.« Marc verschwand aus dem Zimmer.

Sarah drückte Bens Hand. Sein Kopf war gesenkt, der Blick fiel in ihren Schoß.

»Wie geht es dir?«

Ben zuckte mit den Achseln. Dann hob er langsam seinen Kopf und schaute Sarah an. Sie tupfte mit dem Rand eines Taschentuchs vorsichtig über ihrem makellosen

Make-up eine Träne weg und setzte ein Lächeln auf. Ihr Lächeln. Ben liebte es. Normalerweise würde er zurücklächeln. Dann würde er Sarah in den Arm nehmen und sie küssen. Stattdessen senkte er wieder kraftlos seinen Kopf.

Nach einer Weile kam Marc zurück.

»Das Blutbild sieht normal aus. Ich hatte auch nichts anderes erwartet.«

Er ließ sich wieder in seinem Ledersessel vor dem Bücherregal nieder und nahm einen tiefen Atemzug. Dann blickte er Ben direkt in die Augen.

»Ben, du hast eine Erschöpfungsdepression.«

Ben schluckte. »Was?« Er sah Marc fragend an.

»Burnout«, fuhr Marc fort. »Medizinisch gesehen spricht man von einer Depression. Depressionen können unterschiedliche Ursachen haben. Erschöpfung – emotional oder durch Stress bedingt – ist eine davon.«

Burnout. Das Wort blieb hängen. Den Rest hatte Ben gehört, aber noch nicht verstanden.

»Bist du dir sicher?«

Ben versank in seinem Stuhl. Sein Mund war trocken. Er fuhr mit der Zunge über seine Lippen. Sarah wischte sich erneut eine Träne aus dem Gesicht. Dieses Mal schnell und unauffällig, so als wollte sie nicht, dass Ben es sah.

»Nach allem, was ich gesehen und gehört habe, ja«, antwortete Marc.

»Gibt es keine ... anderen Erklärungen? Für meinen ... Zusammenbruch, meine ich?«

Ben musste zwischen seinen Worten leer schlucken. Der Kloß im Hals wurde größer, die Augen feuchter, bis er nur noch verschwommen sah.

»Das heute war eine schwere Panikattacke. Es ist ein deutliches Symptom.«

Ben konnte Marcs Blick nicht mehr standhalten und schaute stattdessen auf die Giacometti-Figur.

Sarah rückte näher an Ben heran und nahm ihn in die Arme.

»Und ... jetzt?« Ben rappelte sich auf seinem Stuhl wieder auf.

»Hör zu, Burnout ist heutzutage weit verbreitet. Es ist nichts, wofür du dich schämen musst. Es ist auch nicht deine Schuld. Die unterschiedlichsten Menschen sind davon betroffen.«

Marc hatte seine beiden Hände gebetsartig vor sich verschränkt und schaute Ben ernst, aber verständnisvoll an. Dann lehnte er sich in den Sessel zurück. »Die gute Nachricht ist, ein Burnout ist therapierbar. Du kannst allerdings vorübergehend nicht arbeiten.«

Marc machte eine kurze Pause, schaute abwechselnd zunächst Ben, dann Sarah an und beugte sich schließlich wieder nach vorn über den Tisch.

»Es ist wichtig, dass du dich von der Arbeit und allem, was damit zu tun hat, fernhältst. Ich werde dich bis auf Weiteres krankschreiben. Außerdem verschreibe ich dir Antidepressiva. Die werden dir helfen, wieder zu deiner Energie zurückzufinden. Gleichzeitig solltest du eine Therapie beginnen.«

Während Sarah zustimmend nickte, fanden Marcs Worte nur langsam den Weg in Bens Kopf.

»Antidepressiva?«

»Serotonin-Wiederaufnahmehemmer. Serotonin ist ein Hormon im Gehirn. Es ist mitverantwortlich für deinen Gemütszustand. Bei depressiven Menschen kommt es zu einer verminderten Aktivität jener Nervenzellen, die Serotonin übertragen. Das Antidepressivum soll deine Konzentration erhöhen, für deine Balance sorgen. Leider kann es ein paar Tage dauern, bis es seine volle Wirkung entfaltet«, führte Marc aus.

»Und ... eine Therapie?« Ben war nicht erfreut über Marcs Vorschlag. Er stammelte etwas von Freud und Birkenstock.

Marc grinste. »Keine Sorge, wir werden dir jemanden mit einem pragmatischen Ansatz suchen.«

Marc besprach mit Sarah noch das weitere Vorgehen. Sie sollte sich um die Anrufe kümmern. Dem Arbeitgeber Bescheid sagen.

»Eine Frage hätte ich noch.« Sarah strich sich mit einer Hand ihre blonden Haare hinters Ohr. »Was ist mit Bens Arm? Ich meine, was ist mit seiner Selbstverletzung?«, fragte sie.

Ben starrte beschämt auf den Fußboden.

»Das ist in der Tat etwas ungewöhnlich bei Burnout-Patienten. Ich werde das mit dem Therapeuten besprechen. Vermutlich hängt es mit der Panikattacke zusammen.«

Dann begleitete Marc die beiden zur Tür. Mit der Türklinke in der einen Hand, deutete er mit der anderen den beiden den Vortritt. Vor dem Verabschieden wandte er sich nochmals Ben zu.

»Du kannst mich jederzeit anrufen, wenn etwas ist. Das wird schon wieder, glaub mir!«

Ben lächelte zum ersten Mal. Er bemerkte, dass er nicht mehr so angespannt war und sich allmählich eine gewisse Leichtigkeit in seinem Körper ausbreitete. Als hätte man am Kopf ein Ventil geöffnet und Druck abgelassen. Das Temesta entfaltete offenbar seine Wirkung.

Als Sarah und Ben ins Auto stiegen, streckte Fay sich und wedelte kurz mit ihrem buschigen Schwanz, um sich dann nach zwei Umdrehungen wieder auf den Rücksitz fallen zu lassen.

»Fay, dich hatte ich ja völlig vergessen! Mein armes Mädchen!« Ben kraulte Fay hinter dem Ohr. Dann drehte er sich wieder nach vorn und sah Sarah an, die hinter dem Steuer saß.

»Es tut mir leid, dass du das heute mitansehen musstest. Nicht gerade dein Ritter in glänzender Rüstung«, murmelte Ben. Die Worte kamen wieder flüssiger über seine Lippen.

Sarah wusste nicht recht, was sie antworten sollte. Sie lächelte Ben sanft zu und legte wieder ihre Hand auf sein Bein. »Du musst dich nicht entschuldigen. Lass uns zu Hause etwas essen. Es war ein langer Tag. Danach schauen wir weiter.«

Ben versuchte, in ihrem Gesicht zu lesen. Er sah es nur von der Seite. Für einen winzigen Augenblick glaubte er, einen Ausdruck von Resignation erkannt zu haben. Er wandte seinen Kopf ab und starrte aus dem Fenster zu seiner Seite. Es war Feierabendzeit. Die Straßen waren voll, die Gehwege ebenso. Ben konnte wenige lachende Gesichter in den Straßen ausmachen. Viele schienen gereizt zu sein. Sie erweckten den Eindruck, als flüchteten sie von einem Ort, an dem sie nicht sein wollten, zu einem Ort, wo sie nicht hingehörten. Ben schloss die Augen. Wortlos fuhren sie nach Hause. Dort war das Blut in der Küche inzwischen eingetrocknet. Die Kinder waren zum Glück noch nicht da.

Beim Abendessen blieb Ben still. Sarah sprach mit den Kindern über die Schule. Sie waren zu jung, um zu verstehen, was heute passiert war. Ben konnte es noch immer kaum glauben. Er mochte nicht viel essen. Stumm verfolgte er das Gespräch zwischen Sarah und den Kindern. Sie sprachen ihn nicht an. Ob die Kinder etwas ahnten, fragte er sich. Während Sarah und die Kinder aßen, trank er fast eine Flasche Wein. Er wollte vergessen. Er wollte weg von Heute.

Nach dem Abendessen setzte sich Ben mit dem letzten Glas Wein aufs Sofa. Dasselbe Sofa, auf dem er heute Morgen noch wie von Brandungswellen durchgeschüttelt worden war, um anschließend auf einen harten, kalten Felsen geklatscht zu werden. Er verspürte keine Panik mehr, dafür Angst vor dem Ungewissen.

3

Sarah war schon in der Kanzlei und die Kinder in der Schule, als Ben sich am nächsten Morgen aus dem Bett hievte. Er hatte schlecht geschlafen. Immer wieder war er nachts aufgewacht. Zu heftig war der gestrige Tag gewesen, um in der Ruhe der Nacht versinken zu können.

Er zog sich eine Jogginghose über die Boxershorts und schlurfte in die Küche. Bei der Kaffeemaschine fand er eine Karte mit einem Bild von Yoda. Ben drehte die Karte um.

»Was soll ich mit einem Ritter, wenn ich einen Jedi habe?«

Ben schob eine braune Strähne aus der Stirn und wischte sich mit dem Handrücken eine Träne aus dem Gesicht. Er war froh um Sarah. Sie war die Starke. Die Selbstständige.

Ben war Mitte vierzig. Meist wurde er einige Jahre jünger geschätzt, was vor allem Sarah ärgerte, war sie doch die Jüngere der beiden. Heute sah er jedoch um Jahrzehnte gealtert aus.

Mit einem Kaffee in der Hand setzte er sich an den weißen Küchentisch aus Kieferholz. Sarah hatte ihm die Medikamente bereitgelegt. Er spülte die Antidepressiva gemäß Rezept hinunter. Dann saß er einfach da. Sein Blick hing am Kühlschrank mit den vielen Postkarten und Magneten, fand aber nur Leere.

Ein Jedi, dachte er. Ich und ein Jedi ... Was wird wohl Tim von mir denken?

Bens Söhne waren sechs und zehn. Tim war der ältere. Mit ihm hatte er schon sämtliche *Star-Wars*-Filme gesehen. Tim war stolz auf seinen Papa. Er fand, er sehe aus wie Obi-Wan Kenobi und sei sicher auch so stark.

Die Gedanken kamen zurück. Mit ihnen der Brechreiz. Wie ein Tsunami breitete sich eine Unruhe von seinem Kopf über den Nacken und die Schultern bis in die Hände aus. Er richtete sich auf, schüttete seinen Kaffee in die Spüle und fummelte eine der weißen geschmacksneutralen Tabletten aus der anderen Packung von Marc. Sie würden die zermürenden Gedanken chemisch wegreaktionieren.

Fay, die die ganze Zeit unter dem Tisch auf dem schwarz-weiß gefliesten Boden lag, sprang auf und tänzelte um Ben herum.

»Nicht jetzt, Fay.«

Ben zog sich wieder ins Schlafzimmer zurück. Auf Sarahs Nachttisch lag eine Zeitschrift. Eine hübsche Frau mit einem künstlich weißen Lächeln erhaschte seine Aufmerksamkeit. Er blieb kurz stehen und starrte in das grinsende Gesicht. Sie war jung und strahlte ungezügelter Abenteuerlust und Selbstvertrauen aus. »Wer wagt, gewinnt!«, stand in dicken weißen Lettern unter dem Bild. Rechts von der Frau konnte Ben noch einen anderen

Titel ausmachen: »Partnerschaft: Hilfe, mein Mann ist depressiv.« Ohne Ausrufezeichen.

Ben setzte sich mit der Zeitschrift aufs Bett, blätterte die Seiten um, bis er auf die Reportage über depressive Ehemänner traf, und begann zu lesen. Es war eine fiktive Geschichte, die den Alltag einer erfolgreichen Geschäftsfrau mit ihrem depressiven Mann beschrieb. Eine Paartherapeutin gab dazwischen in fetten Buchstaben Ratschläge. »Übernehmen Sie für ihn nichts, was er nicht selbst leisten kann.« Er mochte nicht weiterlesen. Das Leben dieses Paares hatte nichts mit ihm und Sarah zu tun. Er war erschöpft, nicht depressiv, redete er sich ein und legte die Zeitschrift wieder weg. Dabei fiel sein Blick auf ein Magazin auf seinem Nachttisch. *Chemistry Today*. Ihn schauderte. Als würde er auf einen geschlossenen Sarg schauen, der eine ihm bekannte Leiche enthielt.

In diesem Moment tippelte Fay ins Zimmer und setzte sich vor Ben hin. Mit ihrer rechten Pfote stupste sie ihn immer wieder an und gab ihm unmissverständlich zu verstehen, dass sie rauswollte. Sie hatte Glück. Auch dieses Mal verfehlte das Temesta seine Wirkung nicht und Ben fühlte sich wieder leichter.

Als er mit Fay zurückkam, starrte er verdutzt die römischen Ziffern auf der Wanduhr in der Diele an. Es war schon nach Mittag. Der Spaziergang war ihm nicht so

lange vorgekommen. Ben scheiterte beim Versuch, sich zu erinnern, was er so lange gemacht hatte.

»Papa! Du bist schon daheim?« Sebastian, Bens jüngerer Sohn, war überrascht.

»Ja, ich habe mir ein paar Tage freigenommen. Hat dir Mama nichts gesagt?«

»Nein«, antwortete Sarah, die auch gerade zur Tür hineinkam. Sie lächelte und gab Ben einen Kuss.

»Ich habe früher Feierabend gemacht und Sebastian von der Schule abgeholt.«

Ben war erleichtert zu hören, dass Sebastian von nichts eine Ahnung hatte.

»Willst du es ihnen sagen?«, fragte Sarah, als sie und Ben abends im Bett lagen.

»Nein«, war Bens knappe und klare Antwort.

Er drehte sich von Sarah weg. Sein Chemiejournal lag nicht mehr auf dem Nachttisch.

Nach ein paar Tagen rief Marc an. Es war Zeit, die Fäden aus dem Arm zu ziehen. Noch am selben Tag fuhr Ben in die Praxis.

Marc begutachtete zufrieden Bens Unterarm. »Das sieht gut aus. Schön verheilt. Das wird keine große Nar-

be hinterlassen«, meinte er und klopfte Ben brüderlich auf die Schultern.

Ben blickte auf den Arm. Der Körper heilt schneller als der Geist, dachte er und antwortete: »Da bin ich froh.«

»Ich habe übrigens eine Therapeutin für dich gefunden«, fuhr Marc fort. »Ich kenne sie von einer Weiterbildung. Sie ist gut. Nicht so schräg wie manche Psychiater. Sie steht mit beiden Beinen auf dem Boden, wenn du weißt, was ich meine.«

Ben wusste es nicht, nickte aber anerkennend.

»Sie geht das Ganze pragmatisch an. Ohne langes Drumherum. Sie war mal Internistin. Und: Sie ist hier in der Stadt.«

Marc überreichte Ben eine Visitenkarte.

Dr. med. Elisabeth Lenz, FMH, Psychiatrie & Psychotherapie, stand auf der cremeweißen Karte. In der oberen Ecke prangte eine stilisierte Blume in Türkis und Blau. Wahrscheinlich eine Anspielung auf ihren Namen, dachte Ben.

»Ich werde sie nachher anrufen und ihr Bescheid sagen, okay?«, fragte Marc.

Ben nickte wieder.

»Sie wird sich dann bei dir melden. Du kannst sie aber auch selbst anrufen, um einen Termin zu vereinbaren.«

»Wie war es heute bei Marc?«, fragte Sarah nach dem Abendessen. Sie trocknete gerade eine Teflonpfanne ab. Die Kinder spielten in ihren Zimmern.

Ben deutete mit den Mundwinkeln und den Augenbrauen ein »Geht so« an.

Er hatte heute noch kein Wort mit Sarah gewechselt und schaute ihr dabei zu, wie sie die Pfanne in den Schrank unter dem Gasherd verstaute. Dann erzählte sie von ihrem Arbeitstag in der Kanzlei. Er hörte sie zwar sprechen, verstand sie aber nicht. Ihre Worte waren nicht mehr als bloße Schallwellen, die er mit unterschiedlichen Frequenzen und Lautstärken wahrnahm. Überhaupt schienen alle Signale, die um ihn herum ausgesandt wurden, wie durch einen unsichtbaren Schild abgefangen und nur gedämpft und ohne Inhalt an ihn weitergeleitet zu werden.

»Ich muss noch schnell einen Anruf machen«, meinte Sarah schließlich und verschwand in ihrem Schlafzimmer.

Ben wischte den massiven Holztisch im Esszimmer ab und ging danach hoch zur Toilette. Als er an der Schlafzimmertür vorbeikam, vernahm er ein Geräusch. Er hielt vor dem Zimmer inne und lauschte. Ein leises Schluchzen war zu hören. Ben erschrak. Nicht so sehr, weil Sarah weinte, sondern weil er kein Mitleid für sie empfand.

Sarahs Wecker klingelte am nächsten Morgen. Sie streckte sich und drehte sich zu Ben rüber, der schon lange wach neben ihr lag.

»Konntest du besser schlafen?«, fragte sie.

Ben schüttelte den Kopf.

»Möchtest du noch liegen bleiben? Ich muss heute erst später in die Kanzlei und kann mich um die Jungs kümmern.«

Ben zuckte mit den Achseln und Sarah küsste ihn auf die Stirn.

Als Sarah und die Kinder aus dem Haus waren, kroch er aus dem Bett. Fay stürzte sich sofort auf ihn. Ben ließ sie zuerst in den Garten, bevor er sich zur Küche schleppte.

Mit einem frisch gebrühten Kaffee setzte er sich auf das Sofa und griff zur Fernbedienung. Er zappte zunächst durch die vielen Morgensendungen in Deutschland und blieb schließlich in Texas hängen, wo ein Handwerker gerade ein terracottafarbenes Einfamilienhaus renovierte.

»Bevor es besser wird, wird es schlimmer!«, meinte der Rothaarige mit dem Vorschlaghammer in der Hand.

Mit exakt denselben Worten hatte ihn Marc vor der Wirkung der Antidepressiva gewarnt.

Ben nahm den letzten Schluck aus seiner Kaffeetasche und machte den Fernseher wieder aus. Er lehnte sich zurück.

Wie es wohl in der Therapie sein würde? Müsste er auf einem schwarzen Diwan liegen und über seine Kindheit sprechen, fragte er sich. Er hatte keine Erfahrung mit Psychiatern. Obwohl, in der zweiten Klasse hatte er einmal auf Anweisung seiner Lehrerin zu einem Schulpsychologen gemusst.

Es war nach der Scheidung seiner Eltern gewesen. Er und seine beiden Brüder waren damals mit der Mutter in ein anderes Dorf gezogen. Ein Vorort von Luzern. Er kam in eine neue Klasse, zu Fräulein Steiner. In seiner Erinnerung war sie damals schon über fünfzig Jahre alt. Sie hatte keine Kinder, war unverheiratet, wurde deshalb noch mit Fräulein angesprochen und war wahrscheinlich um einiges jünger als fünfzig.

In seiner ersten Stunde in der neuen Klasse wurde er neben Tommy platziert. Tommy war ein schüchterner, aber kräftiger und gut aussehender junger Bursche, der nicht viel redete. Im Unterricht schon gar nicht. Dann waren nämlich alle auffällig still. Stillter als während einer Gedenkminute auf einer Beerdigung, wo man noch das eine oder andere Schniefen oder Schnäuzen hören konnte.

Fräulein Steiner hatte schmale, verbitterte Lippen und einen Gang, der dem Stechschritt eines Soldaten auf dem Kasernenhof ähnelte. Sie wirkte immer so angespannt, dass man die Bewegung ihrer Kaumuskeln auch in der hintersten Reihe beobachten konnte. Wenn

sie allerdings disziplinierte, war sie ruhig und schien ihren Moment zu genießen. Mit festem, durchdringendem Blick und einer Stimme, deren Kälte man bis in die Knochen spürte, liebte sie es, zu bestrafen. Erniedrigung war ihre Lieblingsstrafe.

Einmal hatte sie vor der ganzen Klasse zu Ben gesagt, dass aus Kindern von geschiedenen Eltern nie etwas werden würde. In der Klasse gab es außer ihm nur noch den Sohn des Architekten, Peter, dessen Eltern ebenfalls geschieden waren. Peters Vater hatte aufgrund seines Berufes und seines Vermögens einen gewissen Einfluss im Ort. Ben fand es damals seltsam, dass das tiefgläubige Fräulein Peter eine andere Zukunft prophezeite.

Regelmäßig musste Ben sich morgens übergeben, wenn ein neuer Schultag anstand. Manchmal schon zu Hause, meistens aber auf dem Schulweg. Nachts plagten ihn Alpträume. Bens Mutter suchte das Gespräch mit Fräulein Steiner. Das sei nicht ihr Metier, hatte die Lehrerin festgestellt und Ben beim Schulpsychologen angemeldet. Dieser hatte nach einem Gespräch und ein paar Klecksereien jedoch befunden, dass Ben nichts fehlte.

So leicht käme er dieses Mal wohl nicht davon, dachte Ben und griff zur Kaffeetasse. Er richtete sich auf und ging zur Küche.

Ben blickte auf die Narbe an seinem Arm, die immer noch in blaue Haut eingebettet war. Dann sah er für den

Bruchteil einer Sekunde wieder das Bild vor sich, wie er sich das Messer in den Arm gerammt hatte. Wie das Blut zunächst langsam um die Klinge herum herausquoll und dann, als er das Messer herauszog, hochschoss, über den Arm auf die Unterlage lief und schließlich auf den Boden tropfte. Es war seltsam. Er hatte damals keinen Schmerz gespürt. Bis heute nicht. Nicht am Arm.

Er holte sich eine Tablette Temesta und griff anschließend zum Telefon.

»Frau Dr. Lenz?«

Sarah war Bens große Liebe. Sie hatten früh geheiratet, noch während des Studiums. Sarah hatte damals zur selben Zeit wie Ben in Zürich Rechtswissenschaften studiert und nach der Heirat in Luzern ihr Anwaltspatent erlangt. Seit ein paar Jahren schon führte sie eine eigene Kanzlei mit rund einem Dutzend Angestellten.

Als sie heute Morgen etwas später als üblich im Büro ankam, wurde sie bereits vermisst.

»Sarah, das Sekretariat von Schindler hat angerufen. Du möchtest bitte Dr. Dubach von der Geschäftsleitung anrufen.« Sarahs Assistentin stürzte mit einem blauen Ordner ins Büro, auf dessen Rückenschild »Emmi« stand. »Und hier sind noch die Verträge von Emmi.« Sie legte den Ordner auf Sarahs Schreibtisch neben einen großen Stapel Papier, der darauf wartete, abgearbeitet zu werden.

»Danke, Tanja«, antwortete Sarah. Ihre Stimme klang dünn.

Tanja bewegte sich zur Tür, blieb auf halbem Wege stehen und drehte sich zu Sarah um. Wortlos stand sie da.

»Ist noch was?«, fragte Sarah.

»Ist bei dir alles in Ordnung? Ich meine, bei dir zu Hause?«, fragte Tanja zögerlich.

»Ja, wieso meinst du?«, antwortete Sarah knapp, lehnte sich in ihren Bürostuhl und fixierte Tanja.

»Nur so. Du siehst etwas müde aus. In den letzten Tagen bist du immer später ins Büro gekommen. Ich dachte, vielleicht ist etwas mit einem der Kinder.«

»Alles gut, danke.« Sarah nahm den Hörer zur Hand und gab Tanja mit einer freundlichen, aber bestimmten Geste zu verstehen, dass sie jetzt ungestört sein wollte.

Als Ben am späten Nachmittag von seiner Runde mit Fay nach Hause kam, war Sarah schon daheim. Er roch ihr Parfum beim Betreten der Diele, und für einen kurzen Augenblick fühlte er sich nicht nur physisch zu Hause.

»Hallo, Schatz!«, rief sie ihm zu. Sie kam gerade aus der Küche mit einer Tasse Tee in der Hand. Fay schwänzelte und tänzelte um sie herum.

»Sind die Jungs noch nicht da?«, fragte Ben dumpf.

»Nein, sie sind noch zur Bibliothek gegangen. Ihre Bücher mussten retourniert werden. Komm, trink eine

Tasse mit mir!« Sarah zog Ben an der Hand in die Küche und platzierte ihn an den Kieftisch. Sie holte aus dem Küchenschrank über der Spüle einen Teebeutel heraus, gab ihn in eine blaue Tasse, die schon vor Ben bereitstand, und setzte frisches Wasser zum Kochen auf.

Dann setzte sie sich zu ihm und umschloss mit beiden Händen seine Finger. Mit dem Daumen strich sie ihm über sein Handgelenk.

»Wie geht es dir?«, fragte sie, und ohne die Antwort abzuwarten, fügte sie hinzu: »Du sprichst nicht viel.«

Ben nickte und senkte seinen Blick verlegen an Sarah vorbei auf den Boden.

»Lass mich dir helfen.« Sarah folgte mit ihrem Blick Bens Augen.

»Du kannst mir nicht helfen. Die Antidepressiva reißen mich in ein schwarzes Loch. Alles entfernt sich von mir. Sinneswahrnehmungen, Gefühle, Mut.« Das waren die meisten Worte, die Ben seit Tagen mit Sarah gewechselt hatte.

»Marc meinte, es würde nach ein paar Tagen besser. Wir müssen geduldig sein!«

»Wir?«, fragte Ben spöttisch.

»Ja, wir!« Sarahs Ton wurde nun deutlich schärfer. Sie ließ Bens Hand los. »Es tut mir leid, dass es dir nicht gut geht. Aber der Haushalt, die Kinder, meine Kanzlei.«

Sarah atmete, um sich zu fassen. »Es bleibt momentan sehr viel mehr an mir hängen, als mir lieb ist.«

»Du Arme.« Ben starrte auf die blaue Tasse.

Sarah wollte antworten, überlegte es sich anders, stand auf und holte indes das kochende Wasser, um Bens Tee aufzubrühen.

Danke

Kati, Emily, Lily und Gabi

Ihr seid großartig! Vielen Dank für eure Unterstützung!

Bruno, Toby, Peter

Auf Irland, England und Schottland!

Christian Bauer und Alexandra Gentara

Vielen Dank für die Tipps und das Lektorat!

Ich hole den Füllfederhalter von Dir, Christian, und schreibe.



Trauer. Plötzliches Sterben. Tief in unserem Innern erahnen wir vielleicht, was das bedeuten kann, schwenken aber gleich wieder zurück ins gewohnte Leben. Und dann passiert das Unvorstellbare – das Jetzt ist Leere.

Doris Beck

Gespräche mit Dir

Aufzeichnungen aus einem unfassbaren Jahr

Im Februar 2020 wird Doris durch den plötzlichen Tod ihres Lebenspartners zum Stillstand gezwungen, an ihre Grenzen gebracht. Auf der Suche nach ihrer Kraft findet sie Zuflucht im Schreiben – ihr Weg, das Unfassbare für sich fassbar zu machen. Sie bewegt sich im Labyrinth der Trauer und Hoffnungslosigkeit langsam Schritt für Schritt – bleibt stehen, verirrt sich, geht mutig weiter. In *Gespräche mit Dir* teilt sie berührende, schmerzliche und letztlich hoffnungsvolle Einblicke und Erkenntnisse aus diesem unfassbaren Jahr.

1. Auflage • Hardcover • 224 Seiten • 13 x 21 cm ISBN 978-3-99018-649-7



BUCHER Verlag Hohenems – Vaduz – München – Zürich www.bucherverlag.com

Plötzlich war sie in Lebensgefahr ...



An der Schwelle zum Jenseits ging die Odyssee ihrer Befreiung unerwarteterweise einen Schritt weiter und öffnete die Tür von der intellektuell schon lange vorhandenen Vision eines eigenständigen und von Angst befreiten Lebens zu gelebter Realität ...

Lilien Caprez

NachtMeerFahrt

Ein Weg in die Nähe des Todes und in die Fülle des Lebens

In der Intensivstation kämpft sie nicht nur um ihr Überleben, sondern auch darum, sich aus über Generationen weitergegebenen Lebensentwürfen loszureißen. Die Autorin zeichnet ihren Kampf an der Grenze zum Tod und ihren Aufbruch in ein weibliches Selbstverständnis nach, in dem Männer nicht mehr unentbehrlicher Dreh- und Angelpunkt, sondern Begleiter und Gefährten sind. Ein Buch über den Prozess des Auflösens tief verborgener lebensfeindlicher Überzeugungen und ein Wegbegleiter in die Nähe des Todes genauso wie in die Fülle des Lebens, das Frauen und auch Männern Mut für ihren ganz eigenen Weg der inneren Befreiung macht.

1. Auflage • Hardcover • 368 Seiten • 13 x 21 cm ISBN 978-3-99018-666-4



BUCHER Verlag Hohenems – Vaduz – München – Zürich www.bucherverlag.com