

ALVA SOKOPP



MICH SELBST NICHT GESUCHT UND DABEI GEFUNDEN



Eine Geschichte über 13 Umwege zum Glück



INHALT

Vorwort von Melanie Pignitter	4
Sinn, zeige dich!	6
1 Die Reise beginnt.	12
2 Das Orakel spricht	29
3 Hippie yeah, yeah	45
4 Flüche, werdet sichtbar!	50
5 Hirngespinnste professionell erklärt	58
6 Leben ist jetzt.	66
7 Das Universum ist wie ein trotziges Kind.	75
8 Schamanin im Spiegel	84
9 Meister Paramatma	93
10 Das Glück liegt auf der Straße.	103
11 Verlassen im Wald	110
12 Schmerzen sind eitel	127
13 Begegnungen mit mir selbst	134
Danke	139

waren, drang noch ein Seufzer der Erleichterung aus mir heraus und ich fühlte mich tatsächlich besser.

Mein Telefon läutete. »Hallo?«

»Hallo. Hier ist die Assistentin von Meister Paramatma. Er könnte Sie in dreißig Minuten empfangen.«

Wer? Ah ja, das war der Typ, der ausgebucht war. Ich war überrascht, auch von dem kleinen Zeitfenster, das mir vorgegeben wurde.

»In dreißig Minuten?«

»Ja, Sie haben das Glück, dass alle auf der Warteliste vor Ihnen nicht kommen konnten.«

»Okay. Und wo müsste ich hin?«

»In den zweiten Bezirk, Praternähe. Die genaue Adresse würde ich Ihnen jetzt zusenden.«

»Wieso nicht?«, dachte ich und sagte zu.

9

MEISTER PARAMATMA



Gerade noch pünktlich traf ich in der Wohnung im zweiten Bezirk ein. Das Haustor stand offen und ich betrat ein unscheinbares Gebäude, stapfte zwei Stockwerke nach oben und läutete an der mir vorgegebenen Nummer. Eine Frau Mitte dreißig in einem langen, bunten Kleid öffnete mir die Tür. Sie blickte ernst und sprach im Flüsterton: »Sie sind Raphael, nehme ich an. Wir haben telefoniert. Meister Paramatma wartet schon auf Sie.« Sie zeigte auf eine Tür. Ich öffnete sie und betrat einen kleinen, karg eingerichteten Raum. An einem schmucklosen Schreibtisch saß ein kleiner Mann, dessen Gesicht ich im ersten Moment nicht erkennen konnte, da von hinten die Sonne so stark in das Zimmer schien. Meister Paramatma bedeutete mir mit einer Bewegung, mich zu setzen.

Die Sonne verschwand hinter einer Wolke und ich konnte das Gesicht des Mannes sehen. Ich vermutete, er war indischer Herkunft, und auf seiner Glatze war ein Zeichen aufgemalt oder tätowiert. Es war seltsam. Dieser Mann hatte etwas Altersloses, Neutrales, fast Leeres, und ich konnte in keiner Weise sagen, was er dachte.

Er lächelte nicht und sprach kein Wort, was mich immer unbehaglicher fühlen ließ.

»Ähem« – da war es wieder, mein Ähem. »Schön, dass Sie Zeit für mich haben«, begann ich unbeholfen. Meister Paramatma nickte. Also gut, er wollte mir nicht unbedingt helfen, die Vorstellungsrunde gemütlicher zu gestalten.

»Ich bin gekommen, um zu ...« Ich brach ab. Ja, warum war ich eigentlich hier?

»Ja, also. Ich hatte in letzter Zeit eine Menge Probleme in meinem Leben und versuche, diese gerade zu lösen. Ähem. Meine Frau hat mich ver-

lassen. Ähem. Und da war dieses Buch. Und da standen diese Nummern drinnen ...«

Ich merkte selbst, was für unzusammenhängenden Blödsinn ich von mir gab. Aber irgendwie war dieses Schweigen derartig unbehaglich, dass ich das Gefühl hatte, immer weiterreden zu müssen, um die Situation angenehmer zu gestalten. Darum fuhr ich fort: »... und Sie standen auch in diesem Buch. Und jede Person, die ich aufsuchte, half mir, zu verstehen ... mich zu verstehen ... oder das Leben anders zu sehen. So irgendwie. Und ich bekam von jeder Person ein paar hilfreiche Sätze ...« Puh, ich kam nicht gut weiter. »... und so wollte ich Sie bitten, mir vielleicht auch einen Satz mitzugeben, der mir weiterhilft.«

Also, wenn da irgendwas kam, wäre ich schon begeistert, denn mich würde es auch nicht wundern, wenn mich Meister Paramatma vor die Tür setzte, damit ich mich sammeln konnte. Zu meinem Erstaunen öffnete er den Mund und sagte recht nüchtern mit einem angedeuteten Kopfschütteln: »Nicht genug.«

Ich stutzte und konnte vermutlich meine Überraschung kaum verbergen. Ich hatte mit allem gerechnet, auch mit komplettem Schweigen die restliche Stunde, aber nicht mit so einem Sätzchen. Was war denn das? Nicht genug. Was sollte das heißen? Nicht genug was?

»Du«, ergänzte Meister Paramatma, dann schüttelte er den Kopf heftiger.

»Nicht genug.«

Ich verstand immer noch nicht. Was hatte ich nicht genug? War ich nicht genug?

Nun nickte der glatzköpfige Mann. »Du bist nicht genug.« Und um das Ganze zu unterstreichen, nickte er noch einmal ganz fest.

Ich runzelte die Stirn. Was bedeutete dies: Ich war nicht genug? In meinem Inneren fing etwas zu kratzen an. Es war wie ein Schaben an meiner Schädeldecke.

»Ich bin nicht genug?«, wiederholte ich betont ruhig.

Paramatma nickte.

Ich legte den Kopf schief und wartete, ob da noch etwas kam. Aber dem war nicht so. Nichts. Ich war also in den dritten Bezirk gestürmt, um pünktlich zu sein, zahlte vermutlich beim Rausgehen eine Lawine dafür, dass mir dieses glatzköpfige Männchen hier sagte, dass ich nicht genug wäre. Wut kroch in mir hoch. Wer glaubte er eigentlich, dass er war? Dass er mir sagen durfte, dass ich nicht genug war? Und genug wovon überhaupt: Schön? Reich? Klug? Und für wen überhaupt?

Ich schaute ihm direkt in die Augen und stieß wütend hervor: »Wieso bin ich Ihrer Meinung nach nicht genug?«

Er zuckte mit den Schultern.

Ich wurde noch wütender, kochte beinahe über. Konnte der Typ denn nicht anständig reden?

»Sie finden also, ich bin nicht genug?!«, brüllte ich nun.

Paramatma nickte. Und dieses eine Nicken ließ mich explodieren. Es reichte mir.

Ich schrie ihn an: »Ja, sind Sie denn komplett irre? Mir nach einem Blick auf mich zu sagen, dass ich nicht genug bin? Sie kennen mich überhaupt nicht. Sie wissen nichts von mir, gar nichts. Ich habe mein Leben lang versucht, immer allem zu entsprechen. Wer sind Sie überhaupt? Meine Mutter? Die hat mich auch immer verglichen und wissend genickt, wenn einer meiner Schulkollegen bessere Noten hatte als ich. Ich bin, zum Teufel noch mal, genug! Ich finde es eine Frechheit, was Sie hier abziehen.«

Er schaute mich lange an, atmete hörbar ein und aus und wiederholte fast mitleidig: »Nicht genug.«

Ich hätte ihn am liebsten angesprungen und geschlagen, diesen kleinen Wicht. Meine Worte überschlugen sich beinahe, als ich schrie: »Ich bin genug. Und es ist mir völlig egal, was du sagst. Hörst du?« Es fiel mir nicht

einmal auf, dass ich zum »Du« übergegangen war. »*Es ist mir egal*. Du hast mir nicht zu sagen, was ich bin und was nicht. Ich gehe jetzt und für diesen Schwachsinn hier zahle ich sicherlich nichts!!!! Und ich hab' keine Ahnung, welchen Satz ich von dieser Drecksstunde in mein Buch schreiben soll.« Ich stand unfassbar wütend auf und warf dabei fast den Stuhl um, auf dem ich gesessen hatte.

Gerade als ich mich umdrehen und aus dem Raum stürmen wollte, nahm ich eine Veränderung wahr. Meister Paramatmas Gesichtsausdruck wandelte sich, er grinste plötzlich von einem Ohr zum anderen. »Der Satz lautet: Nimm nichts persönlich.«

Ich stutzte und brauchte ewig, um das Gehörte zu verstehen. Ich blickte ihn verstört an.

»Der Satz, für dein Buch. Er lautet: Nimm nichts persönlich.«

Ich war fassungslos. Hatte der mich die ganze Zeit verarscht? Ich brachte kein Wort heraus.

Ich versuchte, den Satz zu verstehen und den Zusammenhang zu seinem Verhalten. Paramatma schien dies zu bemerken und sprach schmunzelnd und sehr ruhig weiter:

»Alle Menschen, denen wir begegnen, sind unsere Spiegel. Sie spiegeln, was wir noch nicht ganz verarbeitet haben. Entweder indem sie uns präsentieren, was wir an uns nicht mögen, oder was wir uns nicht gönnen. Sie spiegeln Zweifel und Angst. Doch höre: Jeder Mensch hat seine wunden Punkte im Inneren. Und das bestimmt oft das Handeln. Darum: Nimm nichts persönlich, jeder Mensch hat seine Geschichte. Bleib immer bei dir. Das ist, was du tun kannst.«

Ich stand mit offenem Mund neben meinem Sessel. Die Erkenntnis über den Satz kam langsam. Wie ein Lichtstrahl, der sich im Finsternen seinen Weg sucht. Und dann verstand ich ihn und musste herzhaft lachen. Und der alte Mann lachte mit. Ich lachte so sehr, dass ich Schluckauf bekam. Der

kleine Mann hatte mich verarscht, hatte mich auflaufen lassen, und das auf eine großartige Art und Weise. Ich verneigte mich ein wenig.

»Danke«, kam es aus mir heraus.

Meister Paramatma nickte. »Gerne.«

Ich hatte noch eine Frage. »Bekommt jeder hier denselben Satz?«

Paramatma schüttelte den Kopf. »Jeder bekommt seinen eigenen Spiegel.«

War ja klar. Aufgewühlt und voll unterschiedlichster Emotionen verließ ich das Zimmer. Im Vorzimmer wurde ich aufgefordert, eine Summe zu bezahlen, die ich für richtig hielt. Und ich zahlte – richtig viel. Denn so schön war ich lange nicht mehr an eine Grenze geführt worden. Ein Satz, und ich schoss komplett hoch. Ein Satz: Nimm nichts persönlich. Jeder Mensch hat seine Geschichte. Hätte ich diesen Satz vor ein paar Stunden gehabt, wer weiß, ob das Gespräch mit Klara nicht ganz anders verlaufen wäre.

Aber dem war nicht so.

Energetisiert und mit einer völlig neuen Sicht trat ich auf die Straße hinaus. Was hatte ich noch alles zu lernen! Wie oft hatten Klara und ich uns gespiegelt, anstatt uns zu sehen. War das dieses »Du siehst mich nicht«, von dem sie so oft geredet hatte? Meine Reaktion war darauf stets ein: »Wieso? Klar seh' ich dich. Du stehst ja vor mir.«

Ich wollte sie jetzt sofort anrufen. Ich wollte Klara einfach jetzt hören, ihr meine Erkenntnisse mitteilen, ihr sagen, dass ich auf dem Weg war und den mit ihr gemeinsam gehen wollte. Von dem Büchlein wollte ich ihr erzählen, von den Gefühlswellen der letzten Zeit und noch vieles mehr.

Ich verließ das Haus und bewegte mich zügig zum Praterstern, dabei atmete ich ein paarmal tief durch, um mich und meine Gedanken zu sammeln. Dann wählte ich Klaras Nummer und konnte dabei auf den Eingang des Wurstelpraters sehen. Sie hob nicht ab. Gerade als ich es noch einmal am Telefon versuchen wollte, sah ich sie – genau mir gegenüber. Sie trug ein blaues Kleid und sah sich suchend um. Ich begann zu winken, doch

sie schien mich nicht zu sehen. Auf einmal löste sich aus einer Menge an Touristen ein Mann und ging schnurstracks auf Klara zu. Er war sehr groß und dunkelhaarig und sie wirkte neben ihm zart und zerbrechlich. Klara und er umarmten sich sehr, sehr lange und gemeinsam gingen sie Arm in Arm in Richtung Riesenrad.

Ich blieb noch minutenlang stehen. Meine Gefühle veränderten sich sekundlich: Ungläubigkeit, Wut, Traurigkeit, Unverständnis. Wer war der Mann, der Klara so liebevoll umarmte? War das ihr Neuer, der Grund, warum sie mich verlassen hatte? Wer sonst könnte das gewesen sein? Klara hatte wenige männliche Bekannte und alle diese kannte ich, soweit ich wusste. O Mann, die Leiche war noch nicht kalt und da war schon ein anderer. Wie konnte sie nur?!

Ein komplett neues Gefühl mischte sich zu den anderen. Und ich konnte es in der Sekunde benennen. Eifersucht!!! Das war immer noch *meine* Frau. Und es war eine Frechheit, dass ihr da so ein Lackel einfach den Hof machte.

Je länger ich darüber nachdachte, desto schlimmer wurde das Gefühl. Rasende Wut und Eifersucht!!

Interessanterweise war es ein mir sehr unbekanntes Gefühl. Ich hatte es immer unnötig gefunden, eifersüchtig zu sein. Klara hatte einmal angesprochen, dass sie glaubte, ich sei deshalb niemals eifersüchtig, weil ich sie mit all ihren wunderbaren Eigenschaften als selbstverständlich für mich hielt. Hatte ich das getan? Na ja, sie war ja auch immer da gewesen. Für mich. Also vermutlich ja. Gedankt hatte ich es ihr auf alle Fälle schon einmal nicht.

Gedankenverloren stieg ich in die U2, und ehe ich mich versah, stand ich am Anfang der Mariahilferstraße. Mein Telefon zeugte von Aktivität, und sowohl SMS-Gebimmel als auch ein Anruf waren zu vernehmen. Aber ich kriegte davon nichts mit, denn ich war viel zu beschäftigt damit, mich in

Rage und Verzweiflung zu denken. Eine Weile irrte ich umher und landete dann in einer Bar, die gerade erst öffnete. Sie nannte sich Felixx. Der Kellner musste meine Gemütslage schnell erkannt haben, denn er stellte mir ungefragt einen Aperitif vor die Nase: »Gruß des Hauses.« Ich kippte den Gruß in einem Zug hinunter. Man musste schließlich höflich bleiben. Ich bestellte noch so einen und versuchte, meine Gedanken zu bändigen. Doch surprise! Der Alkohol half wenig, Klarheit in meine wirren Gedanken zu bringen.

Ich unternahm einen weiteren Versuch. Was, wenn das Schauspiel von vorher eine ganz logische Erklärung hatte? Wenn das ein Mann war, den sie seit ewig kannte? Am besten homosexuell, denn dann wäre meine Eifersucht komplett verkehrt. Der einzige homosexuelle Mann, von dem ich in Klaras Leben wusste, war der Verleger bei der Zeitschrift, für die sie immer wieder Artikel verfasste. Und den hatte ich schon ein paarmal gesehen. Auch wenn ich mich jetzt ad hoc nicht erinnern konnte, wie dieser ausgesehen hat.

Was, wenn es doch ihr neuer Freund war? Jemand, der sie richtig sehen konnte? Mir wurde schlecht. Als Ausgleich trank ich einen alkoholischen Cocktail von der Karte, um die Übelkeit wegzuspülen. Ich wusste, dass ich mich kindisch benahm, und dennoch konnte ich aus meiner Gedanken-spirale nicht aussteigen. Atmen sollte helfen, hab' ich irgendwann gelesen. Ich versuchte es. Aber außer, dass zur Übelkeit noch akuter Schwindel hinzukam, tat sich nicht besonders viel.

Ich wählte Klaras Nummer. Immer noch hob sie nicht ab, was mich noch wütender machte. Ich war ihr nicht mehr wichtig genug.

Jetzt verlor ich die Frau, die ich liebte, an einen anderen, obwohl ich gerade dabei war, ein wenig mehr zu verstehen. Wofür machte ich den ganzen Blödsinn denn, wenn nicht für sie? Für mich? Ja, schon klar.

So eine blöde Kuh. Rennt einfach davon und sucht sich einen Neuen. Und

lässt mich mit meinen Sorgen alleine. Sicher, von einem Teil meiner Sorgen wusste sie noch nichts, aber trotzdem. Das war keine Ehe, wo einer einfach davonlief und sich einen Neuen suchte.

Ich tat mir immer mehr leid und mit der steigenden Opferrolle stieg auch mein Alkoholkonsum. Die Bar füllte sich, aber niemand setzte sich an meinen Tisch, was ich auf die Selbstgespräche zurückführte. Und froh war ich darüber. Ich hatte genug von der Selbstfindung – aus und Schluss, sollen sich doch die anderen finden. Mir reichte es. Ich wollte Klara die Meinung sagen und rief erneut an. Auch dieses Mal hob sie nicht ab und ich beschloss, auf die Box zu quatschen. Was sich als semioptimale Lösung darstellte. Denn so verworren meine Gedanken waren, waren es meine Worte dank des Alkoholpegels noch viel mehr. Und es ergab sich ein Text in folgendem Stil:

»Ähem ... Klara ... du hättest auch warten können, bis die Leiche tot ist. Weil das ist nicht Ehe – Ehe ist miteinander, nicht Davonlaufen. Und überhaupt. Und dein neuer Mann ist auch ein Blödmann. Und ich suche mich nicht mehr. Ähem, und überhaupt.«

Nach diesen Worten wurde mir schwindelig und ich kippte vom Sessel. Als ich zu mir kam, hatte ich ein Glas Wasser vor mir stehen und der Kellner hielt mir einen nassen Fetzen ins Gesicht. Während er mit mir redete, tatschelte er mein Gesicht: »Du, wir schließen jetzt. Du musst zahlen. Soll ich dir danach ein Taxi rufen oder findest du nach Hause?«

Ich sah ihn fragend an. »Nach Hause find' ich«, brachte ich noch heraus, dann hielt ich ihm meine Brieftasche hin und forderte ihn mit einem Nicken auf, sich die Zeche einfach rauszunehmen. Wie viel er tatsächlich nahm, war ich nicht in der Lage zu erkennen. Wankend und von unsäglichem Übelkeit geplagt, verließ ich das Lokal. Es musste sehr spät sein, denn niemand bewegte sich auf der sonst so gefüllten Einkaufsstraße. Auf einmal stolperte ich über ein unsichtbares Etwas und fiel der Länge nach

hin. Gleichzeitig wurde mir so übel, dass ich mich übergeben musste. Ich hatte keine Kraft, aufzustehen. Alles an mir fühlte sich wie Gummi an. Außer meinem Magen, der war ein Vulkan und stieß heftig Zeug nach oben. Mich umzudrehen war ebenfalls keine realistische Option, denn ich konnte meinen Körper mittlerweile gar nicht mehr wahrnehmen. Darum gab ich dem Gefühl der Schwere, das sich mir aufdrängte, nach und blieb einfach in dieser sehr unbequemen Position liegen. Irgendwann schlief ich so ein.

10 DAS GLÜCK LIEGT AUF DER STRASSE



EIN NEUER ANFANG ...

Raphael dachte, sein Leben verlief nach Plan.

Bis ihn eines Tages seine Frau verlässt und sein Geschäftspartner die Firmenkonten leert. Er versteht die Welt nicht mehr und zieht sogar seinen endgültigen Abgang in Erwägung. Auf dem Dachboden.

Doch statt seinem Ende findet Raphael dort einen Anfang: ein geheimnisvolles Büchlein, das Telefonnummern und ein paar kryptische Notizen enthält.

Neugierig wählt er die erste Nummer – und ein skurriles Abenteuer beginnt: 13 Begegnungen mit teils seltsamen, doch inspirierenden Menschen.

Ob Wahrsagerin oder Guru, Waldmensch oder Neurowissenschaftler, jeder von ihnen schenkt ihm eine wertvolle Erkenntnis. Bald ist nichts mehr wie es war und Raphael erkennt: Alles zu verlieren kann dazu führen, sich selbst zu finden.

WG 472 Spiritualität
ISBN 978-3-8338-9849-5



9 783833 898495

€ 16,00 [D]

www.gu.de