

Langweilig. Ja, das traf es am besten, ihm war ziemlich langweilig. Janus saß in seinem Lehnstuhl, der recht bequem war, in seiner Praxis. Ihm gegenüber saß Frau Julia Albrecht, eine Klientin, die seit zirka drei Monaten jede Woche zur Therapie kam. Nicht, dass Sie so völlig unattraktiv gewesen wäre, das war es nicht. Sie war zweiundvierzig Jahre alt, groß und schlank, mit einer blonden Kurzhaarfrisur. Ihr Gesichtsausdruck war geprägt von einer gewissen Müdigkeit und Lethargie und ihre Augen wirkten trüb. Ihre Ehe war seit drei Jahren geschieden, keine Kinder. Und sie war förmlich eingehüllt in eine Wolke von Langweiligkeit, wie Janus bemerkte.

Er hatte sich nun diese drei Monate wirklich bemüht, um Frau Albrecht Verständnis, Empathie und Anteilnahme an ihrem Leben zu vermitteln und trotzdem – sie fühlte sich einfach nur langweilig an.

Allmählich keimte Ärger in ihm auf. „Kein Wunder, dass sie kaum Freunde hatte, wer tut sich das denn freiwillig an?“ dachte er. Als er sich bei diesem Gedanken ertappte, setzte er reflexartig sein bestes Therapeutengesicht auf, das so in der Kurzform beschrieben werden konnte: „Sie können mir alles sagen, ich verstehe Sie, ich nehme ganz und gar Anteil an dem, was Sie sagen,“ als fürchtete er, sie könnte seine Gedanken gelesen haben.

Ach ja, was auch noch zu erwähnen wäre: Frau Albrecht hatte Krebs. Brustkrebs mit einigen Knochen – und Lungenmetastasen. Diagnostiziert wurde der Krebs vor drei Jahren wenige Monate nach ihrer Scheidung. Der Primärtumor wurde operativ entfernt. Anschließend folgten Bestrahlung und Chemotherapie. Frau Albrecht sprach recht gut auf die Strahlen- und Chemotherapie an, die Metastasen bildeten sich weitgehend zurück.

Man sollte also meinen, die gute Frau hatte schwere und bewegte Zeiten hinter sich und wüsste viel zu erzählen, aber – weit gefehlt. Sie saß nur da und sah Janus mit ihren großen trüben Augen an – und schwieg.

„Frau Albrecht“ begann Janus erneut einen Dialogversuch mit seiner sonoren Basstimme,

„Sie kommen jetzt zirka drei Monate jede Woche zu unseren Sitzungen und doch kann ich immer noch nicht ganz erkennen, was ihr Ziel ist, das Sie erreichen möchten.“

Im Grunde war das glatt gelogen, denn Janus hatte echt keine Ahnung.

Frau Albrecht sah verlegen zu Boden und flüsterte: „Ich weiß es nicht, meine Schwester und meine Mutter meinten, dass es gut für mich sei.“

Wieder spürte Janus eine Welle des Zorns in sich aufsteigen. Doch war er professionell genug um zu erkennen, dass durch das Verhalten seiner Klientin beim ihm etwas angerührt wurde, dass ziemlich starke Emotionen hervorrief. „Oha“ dachte er bei sich, „Übertragung und Gegenübertragung lassen grüßen! Ich sollte mir doch wieder einen Supervisor suchen.“

„Wenn Sie heute Nacht Besuch von einem Engel bekommen der Ihnen mitteilt, dass Sie noch fünf Jahre zu leben haben, in guter Gesundheit, wie würden Sie diese fünf Jahre gestalten?“ fragte Janus.

Sie wiegte Ihren Kopf ein wenig hin und her und sagte nach einer Weile: „Nun ja, ich könnte ein wenig basteln und hin und wieder spazieren gehen.“

Wieder stieg Groll in ihm auf. „Noch fünf Jahre leben und basteln und spazieren gehen, da kann man doch auch gleich den Löffel abgeben“ dachte Janus.

Er vereinbarte mit der Klientin für die nächste Woche einen neuen Termin und entließ sie mit fühlbarer Erleichterung. „Nächste Stufe Fußpilz aus Langeweile“ murmelte er, als Frau Albrecht die Praxis verlassen hatte.

Janus kannte diesen Persönlichkeitstyp, wie ihn Frau Albrecht verkörperte, recht gut aus der Zeit, als er noch in der Klinik mit onkologischen Patienten arbeitete.

Immer nett, immer freundlich, angepasst, aber nur sehr wenig Eigeninitiative. Man konnte von diesem Menschenschlag das letzte Hemd haben, aber wenn es darum ging, eigene Lebensvorstellungen zu formulieren blieben sie oft sehr vage.

Oder, eine andere Variation war, dass diese onkologischen Patienten groß verkündeten, ihr ganzes Leben neu aufzustellen, wenn sie nur den Krebs überleben würden.

Nicht wenige wurden geheilt oder kamen zumindest in eine Langzeitremission, wirklich ernst gemacht mit ihren Ankündigungen haben aber nur die Wenigsten.

Janus kam ins Grübeln.

Wenn man den Krebs einmal aus einer anderen Perspektive betrachtete, so konnte man eigentlich sagen, dass Menschen mit Krebs an exzessivem, entgrenztem Leben erkrankten und oft starben. Der Krebs wächst und vermehrt sich ohne Rücksicht auf Organgrenzen, bildet oft die genialsten Umgehungskreisläufe, als wäre sein Motto: Leben und Wachstum- koste es was es wolle!

Wenn man dieses Modell dann manchmal mit der Art und Weise verglich, wie seine „Wirtin“ oder sein „Wirt“ ihr oder sein Leben lebten, konnte man sich öfters doch des Eindrucks nicht erwehren, dass diese beiden „Lebensmodelle“ nicht konträrer sein konnten.

Freilich spielen bei der Entstehung von Krebs die verschiedensten Faktoren eine Rolle, rauchen, Ernährung, Mangel an Bewegung usw. Doch konnte man sich bei so manchen „Onko- Hasen“, wie Janus sie oft liebevoll nannte, des Eindrucks nicht erwehren, dass es auch so etwas wie eine „Krebspersönlichkeit“ gab, und Frau Albrecht ein recht anschauliches Beispiel darstellte.

Janus blickte auf die Uhr, die dezent verborgen nur für ihn aus seinem Lehnstuhl sichtbar war, schließlich sollten seine Klienten ja nicht den Eindruck bekommen er würde sich langweilen, wenn er zu offensichtlich auf die Uhr blickte. Eine weitere wichtige Therapieregeln, wenn auch nicht immer recht wahrhaftig.

„Donnerwetter, schon Viertel nach fünf!“ murmelte Janus. Er saß immer noch in seinem Lehnstuhl, seit ihn Frau Albrecht, seine letzte Klientin für heute, vor geraumer Zeit verlassen hatte. Wenn Janus ins Grübeln kam, verlor er oft völlig das Zeitgefühl.

Er erhob sich und packte seine Unterlagen in den versperrbaren Aktenschrank und schloss diesen ab. Es war ein liebgewordenes Ritual für Janus geworden, dass er am Freitagnachmittag mit dem

Abschließen des Aktenschranks auch all die Leidensgeschichten, die er im Laufe der Woche erzählt bekam, wegspernte. Nun, und heute war Freitag.

„Klappe zu, Affe tot, jetzt ist endlich Ruh!“ brummte Janus vor sich hin.

Er atmete tief durch und schüttelte sich. Anschließend wusch er sich die Hände, was schon fast etwas Zeremonielles an sich hatte. Aber das brauchte Janus, er fühlte sich dann irgendwie befreiter von dem ganzen Seelenmüll, den man bei ihm abgeladen hatte.

Als er sich umwandte um Jacke und Schuhe anzuziehen, stolperte er über seine eigenen Füße. „He, Alter, jetzt komm mal wieder runter von deinem Wolkenkuckucksheim und spür dich mal wieder“ schimpfte er sich selbst.

Nun, dazu war seine heutige Verabredung genau das Richtige. Er schlüpfte in Schuhe und Jacke, schloss die Praxis ab und ging.

Als Janus aus dem Haus trat, spürte er die warmen Sonnenstrahlen, die von der Spätnachmittagssonne auf sein Gesicht fielen. Er blieb stehen und drehte sich ganz der Sonne zu, als wollte er ihre Strahlen förmlich aufsaugen. Die irritieren Blicke vorbeigehender Passanten auf der anderen Straßenseite registrierte er zwar, aber es war ihm gerade völlig gleichgültig, was diese Leute wohl von ihm denken mochten.

Schließlich setzte er sich wieder in Bewegung und trabte zu seinem Auto, das er unweit seiner Praxis abgestellt hatte. Dort angekommen, sperrte er seinen silbergrauen Opel Astra auf und ließ sich hinters Steuer sinken. „Sodala, Wochenende“ murmelte er und als er dann an sein bevorstehendes Treffen mit Tim dachte, fielen ihm die Zeilen eines Liedes von Reinhard Mey, einem deutschen Liedermacher ein: „Dies soll heut ein Besäufnis sein, so schwarz, dass unsere Kinderlein einst noch davon erzählen sollen.“

Janus lächelte und fuhr los in Richtung Innenstadt. Vor seinem Treffen mit Tim besorgte er noch den Einkauf für das Wochenende. Freitagabend, da war natürlich in den Geschäften der Bär los und Janus stand ewig in der Warteschlange vor der Kasse an.

Eine ältere Pensionistin, mit dem Gesichtsausdruck eines Orks aus Herr der Ringe maulte immer lauter: „Da geht ja gar nichts weiter, eine zweite Kasse!“

Janus, der unmittelbar hinter der Frau stand, empfand unmittelbar ein heftiges Gefühl von Ärger dieser „Orkfrau“ gegenüber, behielt ihn aber für sich.

Als er schließlich an der Reihe war und die völlig gestresste Kassiererin betrachtete, sagte er zu dieser: „Freitagabend, harte Zeit für Sie, hm?“ Bei der Kassiererin blitzte so etwas wie Dankbarkeit in ihren Augen auf, als sie die unerwartete Anteilnahme vernahm und nickte.

„Selbst im Supermarkt am Freitagabend bist du noch der einfühlsame Verstärker vom Dienst“ dachte Janus.

Er verließ den Supermarkt und verstaute seinen Einkauf im Auto.

Vom Parkplatz des Supermarktes fuhr Janus noch eine Weile weiter in Richtung Innenstadt und stellte seinen Wagen nach einer zwanzigminütigen Parkplatzsuche in einer Seitenstraße ab. Janus genoss es, abends manchmal durch die Einkaufsstraßen zu schlendern und in den Schaufenstern all die Dinge zu betrachten, die er nicht brauchte. Was materielle Dinge anging, war Janus ziemlich anspruchslos. Er hatte sich vor Jahren einmal eine Liste gemacht von den materiellen Dingen, die er sich noch wünschen könnte, wie einen Laptop, ein Tablett, extravagante Armbanduhr und anderes mehr. Als er diese Dinge schließlich gekauft hatte, stellte er fest, dass sich dadurch sein Wohlbefinden nur sehr kurz etwas gesteigert hatte und er diese Dinge bald nur mehr sporadisch benutzte.

„Beim Kaufen von verschiedensten Dingen verwechseln wir Menschen häufig Objekt und Subjekt“ pflegte Janus den Klienten, die ihn wegen Lebens- und Sinnkrisen aufsuchten häufig zu sagen.

Er erzählte dabei gerne das Beispiel einer Frau die „Frustr - shoppen“ geht. Sie sieht im Schaufenster einen Mantel der ihr sehr gefällt. Sie geht in das Geschäft, probiert den Mantel und betrachtet sich mit einem Wohlgefühl im Spiegel des Ladens. Sie kauft den Mantel, trägt ihn nach Hause und hängt ihn in den Kleiderschrank zu all den anderen Sachen, bei denen noch das Preisschild dranhängt, weil sie

sie nach dem Kauf nie mehr getragen hat. Ein seltsames Verhalten, könnte man meinen, dumm nur, dass wir Alle in den verschiedensten Lebensbereichen so oder ähnlich handeln.

Wir setzen das Gefühl, das wir gerade empfinden mit dem Ding gleich, das es hervorruft, oder häufig auch dem Menschen. Wenn das Gefühl dann allmählich verfliegt, wenden wir uns von diesen Dingen oder Menschen ab und suchen weiter, nach neuen Dingen und Menschen die uns „good Vibrations“ hervorrufen. Was für ein Kasperltheater!

Janus bog um die Ecke und erreichte das Lokal, in dem er sich mit Tim treffen wollte. Es war eine Kellerbar, mit schummrigen Licht und gedämpfter Musik. Obwohl erst neunzehn Uhr war das Lokal schon ziemlich gut besucht. In einer Seitennische, von wo man das Lokal aber sehr gut überblicken konnte, saß Tim mit einem Glas Bier in der Hand. Er starrte mit seinen dunklen Augen in sein Glas Bier, das er mit seiner rechten Hand umfasst hielt. Tim wirkte ein wenig schwermütig, doch als er Janus kommen sah, hellten sich seine Gesichtszüge auf. Er erhob sich und die beiden Männer umarmten einander herzlich.

„Cordanzug und Rollkragenpullover, das klassische Berufsoutfit des Analytikers. Es vermittelt einem gleich: Ich bin seriös, gleichmäßig ruhig und – langweilig“ ätzte Tim zur Begrüßung. „Vielen Dank, Du mich auch“ gab Janus mit einem säuerlichen Lächeln zurück. Obwohl Janus insgeheim etwas unangenehm von dieser Anrede berührt war, musste er sich, während er seine Jacke an der Garderobe aufhängte und sich im Spiegel betrachtete doch eingestehen, dass Tim doch wieder einmal irgendwie Recht hatte. Vernünftig und langweilig.

Das schmeckte Janus gar nicht. Er beschloss, dieser offensichtlichen Tatsache etwas entgegenzusetzen und bestellte statt des üblichen Biers einen doppelten Whisky. „Oho, haben wir noch was vor heute?“ witzelte Tim.

„Back to the roots“ brummte Janus als Antwort.

Tim und Janus kannten sich schon seit Jugendtagen. Sie waren in etwa gleich alt, also Anfang fünfzig, in der gleichen Stadt

aufgewachsen und hatten im selben Fußballverein gespielt. In der jugendlichen Sturm- und Drangphase ließen die Beiden keine Festivität aus und vernichteten dabei Unmengen an Alkohol, wobei Janus schon damals ein Faible für Whisky hatte. Im Laufe der Jahre verloren sich die Beiden allmählich aus den Augen, bis sie sich vor ein paar Jahren zufällig wieder über den Weg liefen.

Tim war mittlerweile Journalist und Schriftsteller. Obwohl er sich als Leitmotto den Rebellen auf die Fahnen geheftet hatte, war auch bei ihm davon nicht mehr viel übriggeblieben.

Als Ehemann und Vater von drei Kindern hielten sich die Möglichkeiten für das Rebellentum schon recht in Grenzen, auch wenn er von Zeit zu Zeit immer wieder einmal versuchte, die Biege zu machen.

Janus nahm Tim gegenüber Platz. Sie blickten einander eine Weile mit müden Augen an.

„Scheiße Janus, werden wir schon alt? War`s das schon? Nächste Haltestelle: Opa werden und Enkel hüten? Brr- grässlicher Gedanke!“ sinnierte Tim.

„Wie passend, dass ich für diesen Fall meinen Therapeuten habe. Der muss mir ja wohl sagen können, was in so einem Fall zu tun ist.“

„Du klingst ja schon wie der Mann von der Straße. Der hat auch so dieses Verständnis. Ist mein Auto kaputt geh ich zum Autospezialisten, zu Mechaniker, der macht mein Auto wieder heil. Ist mein Leben kaputt, dann geh ich zum Psycho, der macht mein Leben wieder gut, hat`s ja schließlich auch studiert“ lamentierte Janus.

„Du hast recht“ nuschelte Tim mit gespielt treuherzigem Blick, „so in etwa habe ich mir das vorgestellt.“ „Weißt du, dass in den USA nach den Anästhesisten und den Zahnärzten die Psychiater und Therapeuten die dritthöchste Selbstmordrate haben? Dass bereits am Ende Ihrer Ausbildung mehr als fünfzig Prozent aller Therapeuten und Therapeutinnen geschieden oder getrennt sind? Dass die Lebenserwartung dieser Berufsgruppe deutlich niedriger ist?“

Janus hatte sich, wenn auch etwas gekünstelt, ziemlich in Rage geredet und sah Tim, nicht ohne eine gewisse Theatralik, mit traurigem Blick an. „Mir kommen gleich die Tränen“, haucht Tim.

Wenn sich dann unsere Dramaqueen wieder beruhigt hat, dann hätte ich gerne eine Antwort auf meine Frage!“

„Die da wäre?“ fragte Janus unschuldig. „Was wir jetzt mit unserem restlichem, huh – wie das klingt – Leben anfangen. Unsere Kinder sind erwachsen, unsere Frauen üben sich in Selbstverwirklichung, und wir? Sollen wir hier sitzen, Bier und Whiskey trinken und warten bis wir wirklich alt sind? Wenn ich noch zwei Bücher geschrieben habe und du noch zwanzig Klienten geheilt hast, glaubst du, dann ist es anders – anders als jetzt?“

„Was gefällt dir denn nicht an dem, wie es jetzt ist? fragte Janus. „Echt jetzt, das ist wohl nicht dein Ernst!“ rief Tim, „ganz einfach, es ist zum Sterben langweilig! Ich sehe schon meinen Grabstein: Hier liegt Tim, gestorben aus Langeweile!“ „Hi hi hi“, kicherte Janus, „wer ist jetzt hier die Dramaqueen?“ „Nicht lustig, nicht lustig!“ schimpfte Tim, „ich will noch was erleben, nein- mein Leben neu erfinden, bevor ich abtrete!“

„Dann musst du dich hinsetzen und deine Lebens- und Persönlichkeitsvision formulieren.

Später gleichst du sie mit deinem Verhalten und deiner Lebensart ab, ob, so wie du lebst, deine Vision auch Realität werden kann.“

„Hm“ brummte Tim und dachte nach. „Und du? Du bist mit deinem Leben zufrieden, so wie du es jetzt lebst? Die Klassikerfrage bei den Krebspatienten: Wenn sie noch fünf Jahre zu leben haben, blablabla ... was würdest du tun?“ insistierte Tim.

Janus musste unwillkürlich an Frau Albrecht von heute Nachmittag und an sein Gefühl von Langeweile und Zorn denken.

„Tja, wenn ich sagen würde, es soll so bleiben wie es ist, so wäre das glatt gelogen“ sagte Janus halblaut zu sich selbst.

„Das beruhigt mich für` s Erste schon mal ungemein“ rief Tim, „ich dachte schon, nur ich bin schief gewickelt.“

„Nun, wie es aussieht, haben wir beide da eine Aufgabe, mit unseren Visionen, hmm ...“ sinnierte Janus.

Eine Kellnerin fragte die Beiden, als sie sah, dass ihre Gläser leer waren, ob sie noch einen Wunsch hätten. Tim und Janus sahen sich



vielsagend an. Die Kellnerin beugte sich nach vorne um die leeren Gläser mitzunehmen und gewährte den Beiden dabei einen tiefen Einblick in ihr Dekolleté. Als sie außer Hörweite war, meinte Tim grinsend: „Na, die hat jetzt gleich mal den Vogel abgeschossen, von wegen was wir so wünschen, was? Die würde sich schon mal ganz gut machen, auf meinem Wunschzettel- ha! Oder ist das dem Herrn Analytiker zu trivial?“

„Trivial hin oder her, bei diesen Einblicken kommt jedenfalls schon mal Freude auf“ stellte Janus fest.

„Schön, dass wir in diesem Punkt schon mal einer Meinung sind“ bemerkte Tim nun mit zunehmend besserer Laune. „Was Körbchengröße C gleich mit deiner Laune anstellt ist ja bemerkenswert“ lachte Janus.

„Das haben sie sehr gut wahrgenommen und interpretiert – Herr Analytiker!“ spottete Tim zurück.

„Möchte wissen, wie viel Trinkgeld die gute Frau mit so einem Ausschnitt an einem Abend verdient.“

Als schließlich die Kellnerin die Bestellung gebracht hatte und wieder ging, sahen ihr die Beiden zufrieden nach.

„Ok, du hast recht“ meinte Janus, „ich werde mir auch mal wieder einen Kopf darübermachen, wie mein Leben bestmöglich aussehen könnte. Ich hab nur das Gefühl, dass könnte etwas dauern.“

„Selbst der weiteste Weg beginnt mit dem ersten Schritt- Herr Analytiker – und darauf- Prost!“ rief Tim.

Sie leerten noch einige Gläser bis Janus sich anschickte nach Hause zu fahren. „Ich werde mir wohl ein Taxi rufen, denn als braver Bürger fährt man nicht mit sechs Whisky ein Automobil“ gluckste Janus schon mit einem leichten Zungenschlag.

„Ich bin ganz ergriffen über so viel Ehrenhaftigkeit“ spottete Tim erneut.

„Da fällt mir ein, ich hab mich entschlossen, mal wieder einen Supervisor aufzusuchen“ meinte Janus fragend, „du kennst nicht zufällig einen guten?“

„Doch schon“ antwortete Tim, „allerdings nur vom Hören sagen. Er soll ein ziemlicher Fuchs sein, manche die bei ihm waren, nennen ihn sogar ehrfürchtig den Meister.

Was man so hört, soll er dabei ein ziemlich schräger Vogel sein, aber auf seine Art sehr gut.“

„Hast du einen Namen und eine Adresse?“ wollte Janus wissen.

„Stanislaus Jonus Salzburgerstraße 3“ antwortete Tim, „vielleicht kann er dich oder uns ja bei unseren Visionen voranbringen.“

„Na, mal sehen“ brummte Janus.

Sie umarmten einander und verließen das Lokal in entgegengesetzten Richtungen.

Als Janus schließlich im Taxi auf dem Heimweg war, fielen ihm die Lebensmittel ein, die er für das Wochenende eingekauft hatte und die noch im Auto lagen.

„Egal“ dachte er „dann eben morgen.“

„Natürlich Herr Doktor Horner, selbstverständlich, ja, ich werde mich gleich darum kümmern und mich dann bei Ihnen melden.“

Janus hatte gerade den elektrischen Türöffner in seiner Praxis gedrückt und hörte seinen nächsten Klienten, Adolf Gärtner, eilig die Stiege in den ersten Stock herauf hasten.

Wie auch die vorigen Male war er zehn Minuten zu spät und auch heute telefonierte er, als er in die Praxisräumlichkeiten eintrat.

„Nein, sollte es Ungenauigkeiten bei Ihrer Abrechnung gegeben haben, so wird das selbstverständlich korrigiert. Ja, ja natürlich, alles kein Problem, ... ja, - ja, natürlich, ich melde mich – bis später.“

Adolf stellte sein Handy auf „vibrieren“ und steckte es ein.

„Entschuldigen Sie die Verspätung“ sagte er zu Janus und streckte ihm die Hand zum Gruß entgegen.

Der Griff seiner Hand glich dem eines Schraubstocks. Bei ihrer ersten Begegnung wäre Janus, der an sich auch kräftige Hände hatte, beinahe in die Knie gegangen, als Adolf seine Hand ergriff.

Es war Montag Mittag, und für Adolf so ziemlich das einzig mögliche Zeitfenster, wo er sich ein wenig von seinen vielfachen

arbeitstechnischen Verpflichtungen freispielen konnte, wie er es ausdrückte.

Adolf hatte Janus vor vier Wochen um einen Gesprächstermin ersucht. „Ich würde mich selbst als psychisch stabil und gesund betrachten.“ So hatte Adolf damals das Erstgespräch eröffnet. „Der Grund warum ich zu Ihnen komme ist, weil ich auf Ihrer Homepage gelesen habe, dass Sie auf psychosomatische Beschwerden spezialisiert sind.

Ich leide seit mehreren Monaten an rezitivierenden Schwindelattacken, wo mir auch schon zweimal schwarz vor den Augen wurde. Da trotz verschiedenster medizinischer Untersuchungen und Therapiemaßnahmen keine Verbesserung erreicht werden konnte, meinte der behandelnde Neurologe, dass meine Beschwerden psychosomatisch bedingt sein könnten.“

Im Verlauf der Gespräche mit Janus erwähnte Adolf, dass er schon viele Jahre einen erhöhten Blutdruck habe, der seiner Meinung nach familiär bedingt sei, schließlich habe auch sein Vater schon viele Jahre einen hohen Blutdruck gehabt. Weiters bestehe ein dreifacher Bandscheibenvorfall und seit zwei Jahren Tinnitus. Schließlich hatte Adolf in der letzten Zeit auch vermehrt Atembeschwerden bei körperlicher Anstrengung wahrgenommen.

Diese Beschwerden deutete Adolf als Alterserscheinungen.

„Wie geht es ihnen“ eröffnet Janus das Gespräch nach dem sie beide Platz genommen hatten. „So wie die Anderen es wollen“ witzelte Adolf, wobei sich Janus des Eindrucks nicht erwehren konnte, dass diese Aussage der Wahrheit ziemlich nahekam.

„Was macht der Schwindel?“ fragte Janus weiter. „Da hat sich nicht wirklich etwas verändert bis jetzt“ gab Adolf zur Antwort. „Gerade jetzt wo ich mich hingesezt habe, war kurz ein kapitaler Drehschwindel in meinem Kopf spürbar.“

„Ist ihnen schon einmal in den Sinn gekommen darauf zu achten, ob dieser Schwindel etwas mit ihrer unmittelbaren Lebenssituation zu tun haben könnte?“ insistierte Janus weiter.

Adolf hob eine Augenbraue und dachte kurz nach. „Sie haben Recht Doc, als ich gerade beim Geldautomaten war und ihr Honorar abhob,

dachte ich bei mir- da kann einem ja schon schwindlig werden, was das kostet – ha!“

Adolf amüsierte sich königlich über die Pointe, die er auf Kosten von Janus hatte anbringen können. Janus lächelte gequält. „Und abgesehen davon, dass sie meinetwegen bald Konkurs anmelden müssen, gibt es sonst noch Ideen oder Wahrnehmungen in dieser Richtung?“ „Nun, natürlich ist es gerade mal wieder ziemlich stressig in der Firma- aber, seien wir uns doch ehrlich, den haben wir doch alle gelegentlich- bis auf sie Doc natürlich!“

Da war es wieder bei Janus. Plötzlich spürte er einen kurzen Impuls, aufzustehen und seinem Gegenüber eine rein zu hauen. Natürlich behielt Janus die Contenance, und doch fragte sich Janus insgeheim, woher diese Wut- und Zornimpulse, die in letzter Zeit immer häufiger bei ihm auftauchten, wohl kommen mochten. Es war wirklich hoch an der Zeit, dem von Tim empfohlenen Supervisor, seine Aufwartung zu machen.

„Wenn es Ihnen Recht ist, würde ich gerne den Blutdruck bei Ihnen messen“.

„Nur zu, tun sie sich keinen Zwang an“ antwortete Adolf. Janus nahm das elektrische Blutdruckmessgerät vom Regal und legte es seinem Klienten an. Er drückte den Startknopf und sogleich gab das Gerät einen gleichmäßigen Brummtönen von sich. Janus wartete bis das Gerät einen Signalton von sich gab und las den Wert ab. „!95/115, und das trotz Blutdruckmedikamente, hm“, stellte Janus trocken fest. Adolf ließ sich seine Betroffenheit, sofern er überhaupt betroffen war, nicht anmerken. „Vielleicht muss ich mal wieder meinen Hausarzt aufsuchen, damit der mir bessere Pillen verschreibt“ grummelte er. „Wer war das, wenn ich fragen darf, mit dem sie zuletzt telefoniert haben? fragte Janus. „Ach, einer meiner Lieblingskunden“ gab Adolf nicht ohne einer gewissen Theatralik zur Antwort. „Was im Klartext heißt, dieser Mann ist ein – wie sag ich es am besten, ein ultrageiziges, gieriges arschloch, dem man am besten einmal einen Goldeinlauf verpassen sollte!“ rief Adolf nun doch plötzlich ziemlich verärgert aus.

„Der Mann stinkt vor Geld, fährt bei unserer Filiale mit seinem neuen Porsche vor und feilscht dann um ein paar Cent, als ob sein Leben davon abhinge. Kein Wunder, dass keines seiner Kinder mehr etwas mit ihm zu tun haben will und seine Frau es mit dem Nachbarn treibt, wenn der Herr auf dem Golfplatz Kügelchen versenkt. Aber davon hat der Herr nicht die geringste Ahnung, dieser geldgeile Schwachkopf! Seine Frau ist schon in Ordnung, dass die noch immer bei diesem Kotzbrocken lebt, versteh ich nur nicht. Na ja, offenbar sind alle Menschen käuflich, es muss nur der Preis stimmen.“ Adolf hatte sich richtig in Rage geredet. „Sie erscheinen mir heute ziemlich wütend“, merkte Janus an.

„Na sie sind ja ein ganz ein heller Kopf!“ funkelte Adolf nun Janus an. „Ich nehme nun einmal an“ fuhr Janus ungerührt fort, dass dieser Kunde wohl nicht die einzige Ausnahme ist, an unangenehmen Kundschaften?“ „Ha, der Einzige“ grollte Adolf, „der Mann ist gerade einmal das Sahnehäubchen von einem immer größer werdenden Haufen von Scheißkerlen! Immer mehr Leute leben nach dem Motto: Ich will Alles und das sofort!“ Adolf hielt inne. „Aber es macht keinen Sinn sich großartig darüber aufzuregen, man muss da einfach darüberstehen. Ich sage mir dann: Du musst die Sache nüchtern und sachlich und ohne Emotionen betrachten. Meine Mitarbeiter fragen immer wieder, wie ich so ruhig, freundlich und gelassen mit solchen Menschen umgehen kann.“

„Ist ihnen eigentlich schon einmal der Gedanke gekommen, dass solche Situationen etwas mit ihren Beschwerden zu tun haben könnten?“ wollte Janus nun wissen. „Nein, eigentlich nicht. Schauen sie Doc, ich mache diesen Job nun schon über fünfzehn Jahren, vor zehn Jahren zum Beispiel hatte ich diese Schwindelattacken ja auch nicht. Na, und der Bluthochdruck, der ist sicher vererbt.“ antwortete Adolf.

„Hm“ brummte Janus und wiegte dabei den Kopf hin und her, „ich sehe das ein wenig anders.“ Janus suchte nach Worten. „Soso“ feixte Adolf, „und hätten sie die Güte mich an ihren Gedanken und Sichtweisen teilhaben zu lassen?“

„Ja, ja, Geduld!“ gab Janus nun schon sichtlich etwas genervt zurück.

„Also, ich möchte jetzt einmal ein wenig resümieren, wie ich sie in unseren Gesprächen wahrnehme. Ich erlebe sie als einen Mann, der sehr stark Problem- und lösungsorientiert unterwegs ist. Wenn sie vor eine Aufgabe oder ein Problem gestellt sind, ist es ihnen häufig ein Leichtes ihre Emotionen Beiseite zu schieben. Dies ist in vielen Situationen auch sehr nützlich und notwendig. Problematisch wird die Sache dann, wenn diese Haltung immer mehr zu einer automatisierten Gewohnheit wird. Da es in ihrem Leben sicherlich viele Aufgaben und auch Probleme gibt, sammelt sich mit der Zeit eine immer größere Wolke an Emotionen in ihnen an, insbesondere was Zorn und Wut angeht.“ Janus hatte sich nun richtig in Fahrt geredet. „Ich denke, sie sind sehr oft in Situationen, wo es gerade unpassend ist, seinen Emotionen Ausdruck zu geben. Dummerweise führt das in ihnen zu einem immer größer werdenden Maß an Spannung.“ Herr Gärtner hob an zu antworten, doch Janus ließ ihn nun gar nicht zu Wort kommen, so aufgekratzt wie er plötzlich selber war.

„Wie sie selbst erwähnten, konnte für ihren Bluthochdruck keine organische Ursache gefunden werden und wenn ich sie auf mich wirken lasse, wie sie sich für mich anfühlen, dann halte ich ihre Annahme, ihr Hochdruck sei ausschließlich erblich bedingt, gelinde gesagt für eine Schnapsidee.“ Adolf machte große Augen. „Hallo Doc, so kenne ich sie ja gar nicht, aber gut, nur weiter, ich bin ganz Ohr!“

„Danke, zu gütig“ gab Janus zurück. „Sehen sie, sie sollten nicht den Fehler machen, Emotionen als unbedeutende Nebenprodukte des menschlichen Geistes zu betrachten. Emotionen sind Energie in Bewegung, das können sie schon aus dem englischen Wort „emotion“ erkennen. Nun bleibt aber bei ihnen nun viel dieser „bewegten Energie“ im Sinne von Emotion im Körper stecken, sie verhärtet sich im Körper, vor Allem deshalb, weil sie kein Ventil bekommt, wo sie sie sich ausdrücken kann. Mangels Ausdruck bleibt diese Energie also im Körper, wo sie sich als Spannung und Druck zeigt. Seien sie mir nicht böse, wenn ich ihnen das jetzt so klar sage, aber ihr Händedruck ist wie von einem Schraubstock, ihre

Bandscheiben spielen vor lauter Druck schon das Lied vom Tod und in ihren Ohren pfeift es, als würde der Dampfkessel einer alten Lokomotive in Kürze hochgehen.“ Adolf schien nun doch ziemlich konsterniert.

„Bei so viel Druck und Spannung hätte ich auch Atemschwierigkeiten, wissen sie?“ setzte Janus nun noch eins drauf. „... und das Argument, sie hätten diese Beschwerden vor zehn Jahren auch nicht gehabt, ist auch wenig geistreich.“ Janus sprühte nun förmlich vor Energie, auch wenn er doch einige Zweifel hatte, ob er noch so ganz auf dem Pfad der Empathie und Wertschätzung war.

Na Doc, sie gehen ja heute richtig aus sich heraus“ spottete Adolf, dem sichtlich anzusehen war, dass er über die Aussagen von Janus überrascht war. Es war nur schwer zu erkennen, ob es der Inhalt der Ausführungen von Janus war, oder dessen emotionale Erregtheit, was Adolf verunsicherte.

„Sehen sie“ versuchte es Janus erneut, „wenn sie sich heute ein Paar Schuhe kaufen und der Absatz des linken Schuhs um vier Zentimeter höher ist als der rechte Schuh, sie es aber beim Gehen nicht bemerken, so werden sie eine gewisse Zeit lang wahrscheinlich ziemlich problemlos in diesen Schuhen laufen können. Ihr Körper muss nun allerdings diese Schiefelage, in die sie durch diese Schuhe geraten sind, permanent durch eine Haltungsänderung ausgleichen. Mit der Zeit werden sie wahrscheinlich ziemliche Verspannungen in Becken und Rücken bis hin zu Spannungskopfschmerzen bekommen. Möglicherweise versuchen sie nun diese Schmerzen mit Muskelrelaxantien und Tabletten gegen Kopfschmerz zu behandeln. Sie machen eine Symptombehandlung, aber ihre Schuhe tragen sie weiter, denn schließlich können die ja nicht die Ursache für ihre Beschwerden sein, da sie ja in der ersten Zeit, als sie die Schuhe trugen, auch keine Beschwerden hatten.“

Adolf sah zu Boden und dachte nach. „Und diese Schuhe stehen bei mir für?“ wollte Adolf nun wissen. „Für ihre sehr einseitige und übertriebene Leistungs- und Kontrollhaltung. Ihr Körper hat zu funktionieren, Emotionen werden weg vernünftelt und körperliche Warnsignale ignoriert, oder durch Vererbung und genetische

Disposition erklärt“ antwortete nun Janus lakonisch. „Wollen sie vererbare und genetische Krankheiten in Abrede stellen?“ fragte Adolf zweifelnd. „Natürlich nicht“ sagte Janus, „ganz im Gegenteil. Ich vermute, dass sie diese Leistungs- und Kontrollhaltung von ihrem Vater quasi geerbt haben. So wie sie mir ihren Vater geschildert haben, passt das doch wie die Faust aufs Auge.“

„Hm“ brummte Adolf, „nehmen wir mal an, dass sie Recht haben, was sollte ich denn ihrer Meinung nach tun?“ „Ein guter Anfang denke ich wäre, wenn sie ihren Emotionen und Gefühlen mehr Raum geben könnten, Ventile einbauen in ihr Leben, sozusagen“ gab Janus zurück. „Gut, das nächste Mal wenn mich diese Bazille von vorhin nervt, vermittele ich ihm einfach emotional ganz authentisch, dass er sich zum Teufel scheren soll. Dann fühle ich mich sicher im Moment emotional gleich besser, nur finanziell deutlich schlechter, weil ich mir am Montag dann einen neuen Job suchen kann! Im Ernst jetzt, das kann ja wohl nicht ihr Ernst sein!“ meckerte Adolf.

„Klar, da haben sie recht“ meinte Janus, „das wäre nicht sonderlich geistreich, ab jetzt jedem Gegenüber ihre gerade aktuelle Stimmung um die Ohren zu hauen. Aber genauso wenig geistreich ist es, ihren Emotionen permanent ein „rationales Hütchen“ überzustülpen.

Sie würden ja auch nicht jedes Mal, wenn sie Hunger empfinden, ein Buch lesen.“

„Was aber des Öfteren wohl gar kein Fehler wäre“ klagte nun Adolf künstlich und strich sich dabei über seinen Bauch. „Gut, aber Klartext jetzt, wie sollten denn solche Ventile aussehen? Nennen sie mir ein paar!“ bat Adolf. „Nun, manche Menschen drücken ihre Emotionen im Schreiben aus, andere im Tanz, in der Musik, im Sport, beim leidenschaftlichen Sex“ antwortete Janus.

„Oje, dann muss ich mir eine Freundin zulegen, weil Sex und dann auch noch leidenschaftlich, sind für meine Frau zwei Fremdwörter. Sie ist so eine Schnarchnase, was das angeht. Manchmal denke ich mir, ich bekomme noch mal Fußpilz vor lauter Langeweile mit ihr im Bett!“ klagte Adolf. „Ist Ihrer Frau mit Ihnen so langweilig?“ hakte Janus nach.



„Offensichtlich, obwohl ich mir auch da alle Mühe gebe. Es sei für sie einfach nicht wichtig, sagt sie immer wieder. Können sie sich vorstellen, wie einen Mann das frustriert?“ Adolf wirkte geknickt. „Wenn Sie Ihr Sexualleben mit dem aus früheren Beziehungen vergleichen, war es da auch so?“ fragte Janus. „Wo denken Sie hin! Ich hatte einmal eine Beziehung, wenn man sie als Solche bezeichnen konnte, die war wie ein Tiger!“

Adolfs Augen glänzten. „Ich hab's ihr einmal an einem Tag fünfmal besorgt! Ach, war das gut.“ „Hm“, sinnierte Janus, „ich kann zwar gut nachvollziehen, dass Sie das als sehr lustvoll erlebt haben, aber ehrlich gesagt klingt mir Ihre Schilderung schon fast ein wenig wie „Sex als Leistungssport“. Sie bezweifelten in Ihren Ausführungen, ob dieses Verhältnis, das Sie dahatten, wirklich die Bezeichnung „Beziehung“ verdient hätte. Wie meinen Sie das?“ „Finden Sie nicht, dass wir vom Thema abschweifen“ versuchte Adolf der Frage auszuweichen, „schließlich komme ich zu Ihnen wegen meiner psychosomatischen Probleme, sofern es wirklich welche sind, und nicht zur Sexualtherapie.“

„Ha“ lachte Janus auf, „Sie sind witzig!“ Sie gehören offenbar auch zu der Sorte Mensch, die ihren Körper und ihr Leben wie einen Wecker betrachten. Wenn es wo ein Problem gibt, dann wechseln wir ein Rädchen aus und das Ganze soll wieder gefälligt laufen. Aber da irren Sie sich, in unserem Leben spielen alle möglichen Faktoren hinein und beeinflussen sich gegenseitig. Also, wie war das mit dieser Beziehung, die vielleicht keine war?“

„Mann, sind Sie hartnäckig“ regte sich Adolf nun künstlich auf. „Sie würden einen prima Verkäufer in unserer Firma abgeben, ich sollte Sie unserem Personalchef empfehlen!“

Adolf zögerte. „Na gut“ knurrte er, „im Grunde war das Ganze damals eine Sexbeziehung. Außer Sex, der verdammt gut war, gab's da kaum was. Wir haben es getrieben wie die Feldhasen und anschließend ging jeder wieder seiner Wege. Oh, das war gut!“

„Was war gut?“ Janus ließ nicht locker. „Ach Gott, so eine Frage kann auch nur von einem Psychologen kommen“ giftete Adolf, „einfach weil wir wie die Tiere übereinander hergefallen sind, es nicht um große

Gefühle ging und es sich nicht in ewig langen Gesprächen und Diskussionen totlief. Einfach nur Spaß und Trieb, ich werd heut noch ganz rollig, wenn ich daran denke!“ „Wo Sie einfach dem Tier im Mann, den Wolf, wenn Sie so wollen, Raum gegeben haben“ resümierte Janus. Adolf wirkte verblüfft. „Nun, ich hätte es vielleicht nicht so poetisch formuliert, aber ja- das trifft es eigentlich recht gut.“

„Ich nehme einmal an,“ fuhr Janus fort, „dass Sie sich in der damaligen Zeit recht gut gefühlt haben und wenig bis Keine dieser Beschwerden, die Sie jetzt plagen, ein Thema waren, oder irre ich mich?“ Adolf fühlte sich zunehmend unbehaglich. „Nein, Sie irren sich nicht“ gab er schließlich widerwillig zurück. Schweigen.

„Worauf wollen Sie hinaus!“ platze es schließlich aus Adolf heraus, „soll ich mir wieder eine Gespielin für heißen Sex suchen und meine Ehe geht dann Flöten?“

„Keineswegs“ erwiderte Janus, das würde viel zu kurz greifen und wäre, wie Sie richtig sagen, wenig geistreich. Aber wenn ich noch einmal auf das Bild vom „Tier im Mann“ oder dem Wolf zurückkommen darf: Welches Tier würde der Art, wie Sie zurzeit leben, am Ehesten entsprechen?“ Herr Gärtner dachte eine Weile nach. „Wenn Sie mich so fragen, würde ich Ihnen spontan antworten: Ein Lastenesel. Ich muss zugeben, dass mir dieses Bild absolut gar nicht gefällt, aber es entspricht gefühlsmäßig wirklich am besten dem, wie ich mein Leben lebe und erlebe. Sei es in der Arbeit oder auch zu Hause, jeder glaubt er kann diesem Esel noch etwas aufladen, weil sie es ja so gewohnt sind. Der Herr Gärtner, der Adi, der macht das, der kann das. Und so vernünftig und rücksichtsvoll wie der Herr Gärtner Adi nun mal ist, macht er das. Egal ob in der Arbeit, wo jeder glaubt seinen Müll auf mir abladen zu können, oder zu Hause, wo auf alle Befindlichkeiten und Bedürfnisse Rücksicht genommen werden soll, es ist immer das Gleiche! Fragt mich mal wer, was ich will? Hat sich dies Dörrpflaume von Ehefrau mal gefragt, was ihrem ach so praktischer Eselmann wohl guttun würde? Wenn ja, gemerkt habe ich davon nichts! Oh, wie mich das alles ankotzt!“

Adolf hatte Tränen in den Augen. „Na bravo“ rief er, „jetzt sehen Sie mal was sie mit mir gemacht haben! Jetzt werde ich auch noch zur Heulsuse!“

Janus sah ihm in die Augen und schwieg. Insgeheim war er gerade recht zufrieden damit, wie sich diese Therapiestunde entwickelte. „Sie machen mir den Eindruck, als ob Sie ziemlich unglücklich sind über Ihr Leben, oder täusche ich mich?“ fragte Janus schließlich nach einer Weile. „Sie täuschen sich keineswegs“ gab Adolf zurück und presste seine Lippen aufeinander, offenbar noch immer mit sich ringend, um nicht völlig die Fassung zu verlieren. „Aber was soll ich denn machen“ stieß er nach einer weiteren Schweigephase schließlich hervor. „Ich kann nicht einfach meinen Job an den Nagel hängen, meine Frau in die Wüste schicken, mein Haus verkaufen und dann frisch fröhlich in den Tag hineinleben. Zwei meiner Kinder studieren noch und das kostet Geld, viel Geld. Außerdem, so schlecht ist meine Ehe nicht, es gibt auch manches Gute in unserer Beziehung. Ich seh`s doch rundherum bei Bekannten und Freunden die sich getrennt haben, die neuen Beziehungen werden auch sehr bald alltäglich und bald schon erlebt man, dass man alte Probleme gegen Neue eingetauscht hat. Ich war immer der Meinung, dass eine Beziehung ganz gut funktioniert, wenn man sich gegenseitig auf die jeweiligen Bedürfnisse zumindest teilweise einlässt und zu bewegt.“

Aber wir leben in einer Zeit des Egoismus, Hauptsache mir geht`s gut. Natürlich nehme ich gerne alle Annehmlichkeiten des Anderen an, aber umgekehrt? Nein weißt du, das ist für mich nicht stimmig, es passt für mich jetzt nicht, blablabla!“ öffte Herr Gärtner seine Frau jetzt nach. „Fragt mich jemand, ob es für mich immer passt, zu schufteln wie ein Esel und umgeben von einer Bande geldgeiler Egomane? Nun Herr Therapeut, nun sagen Sie mir, was ich machen soll?“ rief Adolf zornig. Janus schwieg eine Weile. „Tja, ich kann Ihnen nicht sagen, wie Sie die, von Ihnen geschilderten Schwierigkeiten beseitigen können.“

Ich meine aber, dass es ein guter Anfang sein könnte, wenn wir eine Ihrer Grundlebenshaltungen etwas genauer betrachten und hinterfragen würden. Ich habe bei Ihnen den Eindruck, dass Sie Ihr

Leben sehr stark unter das Motto gestellt haben: Geben und Nehmen. Dagegen ist natürlich grundsätzlich gar nichts einzuwenden. Diese Haltung impliziert, dass Sie für Ihre Anstrengungen für Andere auch belohnt werden, in Form von Geld, Prämien, Wertschätzung, Sex und so weiter. Werden nun diese Belohnungen immer weniger, so sind Sie im zunehmenden Maß frustriert.“ „Das können Sie laut sagen“ unterbrach ihn Adolf. „Wissen Sie“ fuhr Janus ungerührt fort, „wenn wir Menschen ein Problem haben, reagieren wir häufig in der Form, dass wir noch mehr von der Haltung oder Qualität anwenden, die es eigentlich zum Problem gemacht hat.“ „Worauf wollen Sie hinaus?“ unterbrach ihn Adolf nun erneut. „Geduld, Geduld!“ rief Janus. „Wenn ich mir Ihr Bild vom Lastenesel kurz ausborgen dürfte: Wenn dem Lastenesel noch mehr aufgeladen wird, er geschlagen wird oder sein Futter immer mehr reduziert wird, was macht unser Esel dann? Er strengt sich noch mehr an, ist noch freundlicher, in der Hoffnung, dann besser behandelt zu werden. Er behält all den Frust für sich und kommt gar nicht auf die Idee, er könnte ein Wildhengst sein. Er sieht immer wieder neu in die Welt durch seine Lasteneselaugen, aber so gut wie nie durch die Augen eines Wildhengstes.“ „Hm, das Bild vom Hengst gefällt mir, haben Sie schon mal das Gemächt eines Hengstes gesehen?“ witzelte Adolf. „Was ich Ihnen sagen will,“ fuhr Janus ungerührt fort, „Sie können durch Ihre Lasteneselaugen keine alternativen Lebensinhalte finden. Mein Ratschlag daher an Sie: Werden Sie mehr ein Hengst!“ „Und wie stellen Sie sich das vor, wie soll das gehen?“ hakte Adolf nun doch mit zunehmendem Interesse nach. „Ein Lastenesel ist ein Nutztier, dass sich im Großen und Ganzen an seine Herren angepasst hat, ein Wildhengst sucht sich das was ihm guttut und was er braucht selbst. Wissen Sie, Sie machen mir nicht gerade den Eindruck, als würden Sie allzu viel Zeit, Energie und Aufmerksamkeit darauf verwenden, herauszufinden welche Lebensart Ihnen gut tut und das auch noch in die Tat umzusetzen“ führte Janus seine Ausführungen fort. „Oder könnten Sie allen Ernstes zu sich und Ihrem Körper sagen, dass Sie sein bester Freund sind?“ Adolf schien verblüfft. „Ich mein bester Freund,

ha- nein wirklich nicht!“ „Dann ändern Sie das!“ sagte Janus nun eindringlich. „Aber wie? Bin ich dann nicht auch eine Ego-Sau wie die Anderen?“

„Wie gesagt, ich habe keine fertigen Rezepte dafür, ich kann ihnen nur Samen anbieten, aufziehen und pflegen müssen Sie dieses Pflänzchen schon selbst.“

„So, so, jetzt soll ich auch noch zum Gärtner werden“ meckerte Adolf, doch es war ihm anzusehen, dass ihn die Ausführungen von Janus doch nachdenklich gestimmt hatten. „Ich möchte Ihnen, wenn es Ihnen recht ist, zum Abschluss unserer heutigen Sitzung noch einmal den Blutdruck messen, ist das ok für Sie?“ fragte Janus.

„Natürlich, tun Sie sich keinen Zwang an“ antwortete Adolf.

Janus legte die Blutdruckmansche an, schaltete ein und wartete auf den Wert. „130/85“ murmelte Janus, „was so ein Bisschen Ausdruck gleich ausmacht. Ihre Gene dürften wohl doch etwas beweglicher sein als Sie dachten“ spottete nun Janus.

„Hm, nicht schlecht, so einen schönen Wert hatte ich schon ewig nicht mehr. Möglicherweise ist an der Psychomasche doch mehr dran, als ich dachte“ brummte Adolf doch etwas kleinlaut, schüttelte Janus zum Abschied die Hand und ging.

Die warmen Strahlen der Frühlingssonne wärmten und streichelten das Gesicht von Janus, der eben auf dem Rückweg war, von seinem alltäglichen Mittagessen in der Innenstadt. Janus hatte vor einigen Jahren ein hübsches Lokal gefunden, mit einer sagenhaft guten Küche, das er seither fast täglich aufsuchte. Davon abgesehen war Janus auch nicht gerade der Experimentierfreudigste, wenn es um Neues oder um Veränderungen ging. Essen und Trinken waren mittlerweile der Schwerpunkt seines sinnlichen Lebens geworden. Erstaunlicherweise hatte dennoch kaum Gewicht zugelegt, obwohl Sport und Bewegung nicht gerade zu seinen Favoriten zählten. Er war an sich auch ein recht passabler Tänzer, aber seit seine Frau immer mehr auf der Selbstverwirklichungsschiene unterwegs war, war diesbezüglich nicht mehr viel los, geschweige denn, was sonstige

gemeinsame sinnliche Aktivitäten anging. Eine Zeit lang hatte er noch versucht, der zunehmenden Austrocknung seiner Beziehung entgegen zu wirken, aber mit nur wenig Erfolg, wohl auch ein wenig auf Grund des Mangels an Nachdruck und Entschlossenheit. So hatte er sich zusehends auf die Rolle des Familienvaters zurückgezogen. „Tim hat schon irgendwie recht“ dachte Janus, als er stehen blieb und ein paar Kinder beobachtete, die gerade unerlaubterweise Tauben fütterten. „Wenn wir so weitermachen, sind wir wirklich schon vor der Zeit alte Männer. Fehlt dann nur noch, dass jetzt eins meiner Kinder mich zum Opa macht. Schrecklicher Gedanke!“ Ihm hing die Rolle des allzeit bereiten und alles verstehenden Papas schon richtig zum Halse heraus. Denn, diese Rolle war es ja oft auch, wofür seine Klienten ihn so schätzten und liebten. Der sichere Fels in der Brandung, den nichts aus der Ruhe bringen konnte.

Oft erinnerte er sich an eine Aussage einer Kollegin, als er noch in der Klinik gearbeitet hatte.

„Ich bitte Dich Janus“ sagte sie, „wenn Du einmal wütend wirst oder die Fassung verlierst und wenn es um drei Uhr morgens ist- ruf mich an- ich werde kommen, denn das möchte ich sehen!“ Damals hatte er es sogar noch als Kompliment aufgefasst, mittlerweile – nicht mehr.

Janus sah auf die Uhr und lenkte seine Schritte in Richtung seiner Praxis. Dort angekommen, bereitete er sich eine Tasse Tee zu. Er setzte sich in seinen Lehnstuhl und hörte, während er seinen Tee trank, den Anrufbeantworter ab. „Sie haben eine neue Nachricht“ tönte die weibliche Stimme des Anrufbeantworters, „heute, um 12 Uhr.“

Es folgte eine kurze Pause, ehe die Nachricht abgespielt wurde: „Guten Tag, mein Name ist Sandra Berg, ich würde gerne einen Termin für ein Therapiegespräch bei Ihnen ausmachen.

Bitte rufen Sie mich unter der angezeigten Nummer zwecks Terminvereinbarung zurück.“

Die Stimme klang angenehm weich mit einem ein wenig rauen Unterton.

Janus trank bedächtig seinen Tee und schickte sich anschließend an, die angezeigte Nummer zu wählen. Nach kurzem Läuten meldete

sich eine Stimme: „Hallo?“ „Guten Tag, mein Name ist Grün. Sie haben mich heute Mittag wegen eines Gesprächstermins angerufen“ antwortete Janus. „Ah, ja, fein, dass Sie so rasch zurückrufen,“ antwortete Frau Berg, „ich bräuchte ehest möglich einen Termin bei Ihnen, es ist wirklich sehr dringend!“ „Hm, lassen Sie mich nachsehen.“ Janus blätterte in seinem Terminkalender. „Wie würde es denn bei Ihnen am Freitag in zwei Wochen aussehen?“ „Oje, so spät erst, ginge es nicht schon früher?

Es ist, wie schon gesagt wirklich ziemlich dringend!“ bettelte Frau Berg. „Hm, nun ja, wenn Sie ganz spontan sind, dann könnten Sie heute Abend um 17 Uhr noch kommen. Einen anderen Termin habe ich leider nicht anzubieten“ brummte Janus. Insgeheim ärgerte er sich über sich selbst, dass er sich gerade wieder breitschlagen ließ mit diesem Extra Terminangebot. „Klasse, natürlich nehme ich den Termin! Danke, dass Sie sich so schnell Zeit nehmen für mich! Ich bin dann also um 17 Uhr in Ihrer Praxis“ sagte Frau Berg erfreut.

„Gut, dann bis später“ gab Janus zurück und legte auf.

Janus sah in die Ferne und spürte, wie er es sehr oft tat, dem eben geführten Gespräch nach.

Obwohl er mit den Jahren vorsichtig geworden war, was diese dringenden Gesprächstermine anging, hatte in diesem Fall das sehr angenehme Gefühl überwogen, dass Janus in diesem Gespräch verspürt hatte. Oft hatte er die Erfahrung gemacht, dass sich die Dringlichkeit, die viele Menschen beim ersten Anruf beteuerten offenbar sehr schnell in Luft auflöste und diese Leute zum vereinbarten Termin dann gar nicht erschienen. „Mal sehen“, dachte Janus bei sich, „ob in diesem Fall die Dringlichkeit am Abend noch vorhanden ist“

Der Nachmittag gestaltete sich ziemlich mühsam für Janus. Die zentralen Inhalte der Gespräche die Janus führte waren geprägt von jammern und klagen über die Schlechtigkeit und Boshaftigkeit der Welt und ihrer Mitmenschen. Auch hier verspürte er den immer wieder aufkeimenden Zorn und das Bedürfnis, einfach aufzustehen und den Raum zu verlassen.

Aber- natürlich tat Janus sein Bestes, um sich seinen Unmut nicht anmerken zu lassen.

Um Punkt 17 Uhr schließlich läutete es und Janus drückte den Türöffner.

Wenige Augenblicke später trat Frau Berg ein. Sie musste förmlich die Treppe herauf geflogen sein, so rasch wie sie vom Hauseingang zur Praxistür gelangt war.

„Guten Tag, vielen Dank nochmals, dass Sie so schnell einen Termin für mich ermöglicht haben“ begrüßte Frau Berg Janus indem sie ihm die Hand schüttelte, „es ist wirklich sehr dringend!“ „Na kommen Sie erst einmal rein“ antwortete Janus in gewohnt väterlichem Basston, und dann schauen wir einmal, was ich für Sie tun kann.“ Janus führte Frau Berg vom Empfangsraum in sein Gesprächszimmer und ließ Frau Koch im Drehstuhl, der schräg gegenüber zu seinem Lehnstuhl stand, Platz nehmen. Janus schätzte die Frau auf Anfang Dreißig. Sie trug enganliegende Jeans und eine weiße Bluse die bis zum letzten Knopf zugeknöpft war. Sie war auffällig stark geschminkt, was schon irgendwie etwas maskenhaft wirkte. Ihre stahlblauen Augen blickten Janus fast ein wenig kindlich an und doch hatten dies Augen etwas von einer Raubkatze. Sie seufzte und lehnte sich zurück, die Beine weit auseinanderziehend. „Ich weiß echt nicht mehr was ich machen soll“, eröffnete Frau Berg das Gespräch. „Ich leide nun schon seit Monaten an extremsten Schlafstörungen, die durch einen immer wiederkehrenden Albtraum verursacht werden. Ich hab schon so tierisch Schiss vor dem Schlafen gehen, dass ich kaum noch vor drei Uhr früh einschlafe. Wenn ich dann einschlafe, dann taucht immer wieder dieser Albtraum auf und ich wache schweißgebadet auf.“

Ich hab schon richtig Angst verrückt zu werden, durch diesen Schlafentzug!“

„Ja, das glaube ich Ihnen, dass Sie das richtig fertigmacht. Schlafentzug ist auch oft in autoritären Systemen ein angewandtes Mittel um Menschen mürbe zu machen“ bestätigte Janus. „Sie müssen ja schon am Ende Ihrer Kräfte sein, wenn das schon mehrere Monate so geht.“ „Ja, ich weiß oft gar nicht mehr wie ich meine Arbeit erledigen soll, weil ich so fertig und unkonzentriert bin“



bestätigte Frau Berg. „Selbst die ganzen Schlafmittel, die mir die Ärzte verschrieben haben, helfen einen Scheiß! Ich komme mir dann am Morgen vor, als ob ich in Watte gepackt wäre, richtig schwindlig ist mir, wenn ich aufstehe. Wie ein Zombie komme ich mir dann vor, wenn ich aus dem Haus gehe. Und das Schlimmste an diesen Pillen ist, ich dämmere dann zwar so vor mich hin in der Nacht, aber der Albtraum kommt trotzdem und ich kann dann nicht einmal aufwachen! Es ist die Hölle!“

„Waren Sie schon mal in einer Psychotherapie?“ fragte Janus. „Na ja, ich war schon das Eine oder das Andere mal bei einem Therapeuten, aber die haben echt nichts getaugt.“

Sie waren zwar alle recht nett und mitfühlend, aber geändert hat sich dadurch nichts.“

„Heißt das, wenn Ihre Alpträume durch diese Therapiesprache verschwinden würden und Sie wieder einigermaßen gut schlafen könnten, dann wäre Ihr Leben wieder soweit in Ordnung?“ „Es wäre auf jeden Fall bedeutend besser! Sie sind echt meine letzte Hoffnung! Ich bin völlig verzweifelt!“

Janus klemmte ein Blatt Papier in sein Clipboard. Bitte schildern Sie mir einmal diesen Albtraum, so detailliert wie möglich.“ „Ah, das gefällt mir, ein Mann der Tat. Endlich einer, der gleich zur Sache kommt und nicht so ewig drum herumredet. Also: Ich liege im Bett, in meinem früheren Kinderzimmer, nur dass ich jetzt erwachsen bin im Traum. Die Tür geht langsam auf und ein schwarzer Schatten schwebt herein und kriecht unter meine Bettdecke. Ich kriege tierische Angst, bin aber völlig gelähmt. Ich will nach meiner Mutter rufen, bringe aber keinen Laut heraus. Ich bin sehr erregt und mir wird gewaltig übel. Ich habe das Gefühl, dass dieser Zustand eine ganze Ewigkeit anhält und ich nichts dagegen tun kann.“

Tja, und dann erwache ich schließlich schweißgebadet.“

Janus schwieg eine Weile und ließ den Traum auf sich wirken. Er war ein alter Hase, was Traumdeutung und Traumarbeit anging und auch weithin dafür bekannt. Er ahnte schon, aus welchem Hintergrund dieser Albtraum erwachsen war, ließ sich aber nichts anmerken, da

es völlig unprofessionell gewesen wäre, quasi mit der Tür ins Haus zu fallen.

„Frau Berg, haben Sie sich schon des Öfteren mit Ihren Träumen beschäftigt, abgesehen von diesen Albträumen?“ fragte Janus „Würde es Ihnen etwas ausmachen, wenn wir nicht so förmlich zueinander wären?“ gab Frau Berg zurück, „sprechen wir uns doch mit dem Vornamen an, ja? Ist das ok für Sie?“ Janus fühlte sich zwar nicht ganz wohl dabei, gleich zu Beginn auf diesen Vorschlag einzugehen, doch er wollte seine Klientin andererseits auch nicht vor den Kopf stoßen und zurückweisen. „Also gut, nennen Sie mich Janus.“

„Fein, Danke, also – Sandra“ lächelte sie.

„Und – nein, habe ich nicht, bis vor Kurzem lebte ich noch nach der Devise „Träume sind Schäume“, nur das mittlerweile diese Schäume zu einer quälenden Angelegenheit für mich geworden sind! Können Sie mir helfen?“

„Das kann ich Ihnen zum jetzigen Zeitpunkt noch nicht sagen, ich werde jedenfalls mein Möglichstes versuchen“ antwortete Janus. In Sandras Augen blitzte es hoffnungsvoll und auch ein wenig lustvoll auf, was Janus nicht entging, der ein recht guter Beobachter war.

„Wissen Sie, oft haben Träume ihre Wurzeln in der Vergangenheit, auch wenn diese schon sehr lange her ist“ fuhr Janus fort. „Schon Freud bezeichnete den Traum als „Via regia“ als „Königsweg zur Seele.“ „Wenn das meine Seele ist, was sich in diesen Albträumen abspielt, dann möchte ich am besten aber wirklich nichts damit zu tun haben, das können Sie mir glauben Janus!“ unterbrach Sandra ihn.

„Das kann ich nur zu gut verstehen, so geht es ganz vielen Menschen. Auch sie möchten nichts von ihren dunklen Anteilen ihres Unbewussten wissen, wir Alle verdrängen Diese nur zu gern“ „Sie auch?“ unterbrach ihn Sandra erneut.

Janus lachte. „Aber natürlich! Wissen Sie, viele Menschen haben ein viel zu überhöhtes Bild von einem Therapeuten. Nur weil man eine jahrelange Selbsterfahrung und Ausbildung über die Psyche des Menschen absolviert hat, heißt das noch lange nicht, dass man quasi über den Dingen stehen würde im Leben. Zugegeben, es gibt schon

hin und wieder Kolleginnen und Kollegen in meiner Zunft, die gerne diesen Anschein erwecken wollen, doch wenn man dann manchmal hinter die Berufsfassade blickt: Sie kochen auch nur mit Wasser. Janus genoss zusehends das Gespräch mit seiner neuen Klientin. „Aber zurück zu Ihnen und Ihren Träumen. Man kann die Sprache der Träume als eine Art Symbol- und Bildersprache verstehen. Die Kunst der Traumdeutung und Traumarbeit liegt unter anderem darin, diese Symbole und Bilder verstehen zu lernen und deren Inhalte ins Bewusstsein zu integrieren.“

„Ich möchte aber von diesem Scheiß am besten gar nichts integrieren, sie sollen einfach nur aufhören und zum Teufel gehen!“ rief Sandra erregt. „Glauben Sie mir, ich verstehe nur zu gut, wie Sie sich fühlen, aber wenn man etwas verteufelt, wie Sie sagen, bleibt es für immer dämonisch und bedrohlich“ versuchte Janus Sandra zu beruhigen. „Ich werde versuchen, Ihnen bei diesem Unterfangen beizustehen.“ Sandra kramte ein Taschentuch aus ihrer Designerhandtasche und tupfte sich die Tränen von ihren Wangen, wohl auch, damit ihre Schminke sich nicht verwischte. Janus ließ ihr Zeit und schwieg eine Weile.

„Möchten Sie ein Glas Wasser oder eine Tasse Tee?“ hob Janus schließlich erneut an.

„Nein danke“ schniefte Sandra. Ihre Hände zitterten. „Wie würden Sie denn rückblickend Ihre Kindheit beschreiben?“ fragte Janus sanft. „Wie kommen Sie denn nun gerade darauf?“ erwiderte Sandra in zunehmend gequältem Tonfall. „Müssen wir denn wirklich in so alten Geschichten herumkramen? Wie ich hörte haben Sie den Ruf lösungsorientiert zu arbeiten, also – Problem – Therapie – Lösung.“ Janus tat so, als habe er den Schluss von Sandras Schmeichelei überhört. „Nun, der Raum in dem Ihr Traum stattfindet ist Ihr früheres Kinderzimmer, wie Sie erzählten. Es könnte also naheliegend sein, dass Ihre Alpträume auch mit Erfahrungen aus Ihrer Kindheit zu tun haben.“ „Ach“ antwortete Sandra nun schon deutlich genervt, „was gibt es da groß zu erzählen, Vater Arbeiter, Mutter Hausfrau, keine Geschwister. Volksschule, Hauptschule, Lehre, mit sechzehn Jahren ausgezogen, zufrieden?“

„Gab es einen besonderen Grund, warum Sie bereits so früh von zu Hause ausgezogen sind?“

hakte Janus ungerührt nach. Sandra sah Janus nun mit zorngefüllten Augen an. „Ich wollte so früh wie möglich mein eigenes Leben führen und nicht wie meine Mutter als Mauerblümchen dahinvegetieren. Können Sie mich nicht einfach hypnotisieren und diese Alpträume weg pendeln, oder so ähnlich?“ versuchte Sandra das Thema zu wechseln. „Nein, das kann ich nicht“ gab Janus lakonisch zur Antwort. Wie fühlen Sie sich jetzt? Wissen Sie, ich habe den Eindruck, dass, seit wir über Ihre Familie sprechen, ein zunehmendes Maß an Zorn auftaucht, oder irre ich mich?“ „Ja, es nervt!“ Sandra schmollte förmlich wie ein kleines Kind. „Sandra,“ sagte Janus, indem er auf die Uhr blickte, unsere Zeit neigt sich für heute dem Ende zu und ich will Sie auch nicht überfordern. So sehr ich Ihren Wunsch verstehen kann, diese Alpträume loszuwerden, so komme ich auch nicht umhin, meine Einschätzung mitzuteilen, wenn ich wahrhaftig sein soll, und das möchte ich. Ich kann Ihnen diese Träume nicht wie ein Chirurg herauschneiden, das kann niemand. Was ich Ihnen anbieten kann ist, Sie bei der Bearbeitung der Hintergründe, aus denen diese Träume höchstwahrscheinlich herrühren zu unterstützen und zu begleiten.“ Der Gesichtsausdruck von Sandra wechselte von zornig zu ängstlich. Sie presste die Lippen zusammen, sodass nur noch ein schmaler Strich sichtbar war. „Das muss ich mir erst noch überlegen“ stieß sie schließlich hervor. Janus zögerte. „Ich schlage vor, wir vereinbaren einen neuen Termin. Dann können wir in Ruhe noch einmal darüber reden. Ich werde auf Sie warten, in jeder Hinsicht.“

Sandra blickte traurig zu Boden. „Ok, danke“ flüsterte sie.

Stanislaus Janos, Salzburgerstraße 3. Janus saß vor seinem Laptop und klickte den Eintrag auf der Suchmaschine an. Es öffnete sich ein neues Fenster mit den Kontaktdaten und einer Kurzbeschreibung. Daraus war zu entnehmen, dass Stanislaus Janos Supervisor und Theologe war. Janus notierte sich die Telefonnummer und griff zum

Telefon. Eigentlich hatte er seit Jahren keine Supervision in Anspruch genommen, weil er es als mühsam empfand, auch noch in seiner Freizeit über seine Arbeit zu sprechen. Früher hatte er regelmäßig verschiedene Fälle gemeinsam mit diversen Supervisoren reflektiert. Er hatte jedoch zunehmend das Gefühl bekommen, dass die Inputs und Sichtweisen die er bekam, ganz interessant und manchmal auch irgendwie nützlich waren, aber doch nicht in dem Ausmaß, dass er diese wirklich als große Bereicherung in seinen Therapiealltag integrieren konnte. Der Grund, warum er sich nun doch wieder an einen Kollegen wandte war für ihn aber weniger, dass er mit seinen Klienten nicht vorankam, oder gröbere Schwierigkeiten hatte, diesmal ging es vielmehr um ihn selbst, um seine Person. In letzter Zeit verspürte er immer öfter in Gesprächen mit verschiedenen Klienten ein emotionelles Unwohlsein, das er sich nicht erklären konnte.

Janus griff zum Telefon und wählte die notierte Nummer. Nach kurzem Läuten meldete sich eine Stimme: „Janos?“ „Guten Tag, mein Name ist Grün, ich wollte bei Ihnen anfragen, ob ich sie bezüglich einiger Supervisionseinheiten konsultieren dürfte?“ Schweigen am anderen Ende der Leitung. „Hallo?“ versuchte es Janus erneut. „Ja ja, ich bin noch da“ antwortete Janos, „ich habe mir nur mal kurz den Terminkalender gekrallt, um zu sehen was ich Ihnen anbieten kann. Wenn Sie gerade nichts vorhaben, können Sie heute Abend noch auf ein Stündchen vorbeikommen.“ Janus war irritiert. Das war mit Abstand die seltsamste Terminvereinbarung die er je erlebt hatte in diesem Metje. „Äh, jetzt haben Sie mich fast ein wenig überrumpelt“ antwortete Janus schließlich, „aber, ja, warum nicht. Welche Uhrzeit?“

„Na ja, passt es Ihnen um Sieben?“ „Ja, wenn Sie mich so spät noch empfangen wollen, gerne!“ „Och, ich hab nichts mehr vor heute, also nur her mit Ihnen!“ „Das wird ja immer wunderlicher“, dachte sich Janus. „Ok, dann also bis Sieben, Danke für so viel Spontaneität!“

„Danken Sie mir nicht zu früh“ kicherte Janos und legte auf.

Janus war verwirrt. „Was war das denn“ sagte er zu sich selbst. Er war sich nun nicht mehr ganz sicher, ob er hier einen Termin bei einem erfahrenen Supervisor gebucht hatte, oder aber bei einem

schrägen und skurrilen alten Tatterkreis, der nicht mehr alle Tassen im Schrank hatte, schließlich war der Herr doch einiges über Siebzig. Es gewann jedoch sehr schnell die Neugier bei Janus die Oberhand, schließlich hatte Tim ihn ja auch darauf hingewiesen, dass dieser Janos so etwas wie ein Unikat war, aber doch sehr gut sein sollte. „Na, dann schauen wir mal, wie viel Meister in diesem alten Herrn steckt“ dachte Janus. Nachdem sein letzter Termin heute krankheitsbedingt abgesagt hatte, blieb Janus noch Zeit bis zu seinem abendlichen Termin. Er verließ seine Praxis und schlenderte zu Fuß in die Innenstadt. Von dort war es nur ein Katzensprung bis in die Salzburgerstraße.

Bei einer Kebabbude kaufte Janus einen Dürüm mit viel Zwiebel und Chili und setzte sich damit auf eine Parkbank. Während er aß, beobachtete er die Menschen, die vorbeiströmten.

„Fehlt jetzt nur noch, dass ich mit dem Tauben füttern anfangen, dann bin ich wirklich alt“ ging es ihm durch den Kopf. Die letzten Bissen kauend erhob er sich und schlenderte wieder weiter in Richtung Innenstadt. Als er am Schaufenster eines Waffengeschäfts vorbei kam, hielt er inne und betrachtete die ausgestellten Gewehre, Pistolen und Messer. Auch eine Armbrust mit Zielfernrohr lag da vor ihm. Janus war in früheren Jahren ein leidenschaftlicher Schütze gewesen. Allein, als der Pulverdampf in seine Nase geströmt war, wenn er abdrückte, hatte in ihm ein Wohlgefühl verursacht, vom Büchsenknall ganz zu schweigen. Aber, all das war lange her. Er hatte bald nach der Heirat und als die Kinder auf die Welt kamen, damit aufgehört und seine Winchester und seine Glock verkauft.