



Alexandra Leonhartsberger

Ausschnitt aus *Das Störwort*

Mentorin: Dorothee Elmiger

Bevor es weiter geht, noch etwas. Zs Körper. Sie besteht schliesslich aus mehr als ihren Gedanken. Und die Gedanken bestehen nicht nur aus Sprache. Und ihr Körper wird nicht nur aus ihren Brüsten und ihrer Vulva geformt. Und für letztere braucht sie noch einen Namen, Vorschläge gerne willkommen. Es sei aber schon gesagt, auf Vorschläge wie Fleischtunnel, Steckdose oder Garage kann sie verzichten.

Körpereigenheiten, das sind zum Beispiel: Narben, Muttermale, Fingernägel, Tätowierungen, Haarlängen, Haltung, Schmerzen. Letztere sind für Aussenstehende zwar nicht sichtbar, doch Z ist überzeugt: Jeder Schmerz ist einzigartig. Schliesslich ist er auch nur teilweise mit Sprache beschreibbar. Und wenn sie es sich recht überlegt, ist Schmerz von aussen schon sichtbar. Mensch muss ihn nur sehen wollen. Schulter Syndrom hat sie irgendwo gelesen, und Z vermutet, es ist da, seitdem sie den Kühlschrank von Haus drei zu Haus vier gezügelt haben und er ihnen fast aus den Händen gerutscht ist. Dann noch der Stress an der Uni, und nun verhockt sich dieser Schmerz gerne links neben dem Nacken in der Schulter, macht es sich dort mit Vergnügen bequem wie ein Couchpotato vor dem Fernseher. Selten bekommt sie ihn da raus, also hat sie sich gedacht, sie muss ihn besser kennenlernen. Wie sie das genau anstellen soll, weiss sie nicht.

Irgendwo in der Handinnen- und unter der Hautoberfläche verläuft ein Strich schwarzer Tusche, ein Kunstunfall in der Schule, mit der spitzen Feder ausgerutscht. Seitdem ist es ihre einzige, doch dafür selbstgemachte Tätowierung. Fast ist sie nicht mehr sichtbar, verblasst immer mehr. Ob sie sich tätowieren lassen soll, so richtig? Und wenn ja, wohin und was und von wem? Soll sie?



Das Nagelbett ist eingerissen und die Haut ist zu trocken, um sich jeden Tag geschmeidig zu verhalten oder es kümmert Z mal mehr, mal weniger. Vor kurzem hat eine gemeint, das erste, was man an einem Menschen wahrnimmt, sind die (nicht) gepflegten Hände. Okay.

Und dann?

Während sie über ihr Nagelbett nachdenkt, spielen andere mit dem Gedanken, sich die Brüste entfernen zu lassen. Zum Beispiel. In solchen Momenten ist sie manchmal verwirrt über die eigenen Prioritäten, die Auffälligkeiten der Eigenwahrnehmung, die sie ablenken wollen von Wichtigerem, die Frage der Angemessenheit, überhaupt über das eigene Nagelbett nur eine Sekunde lang einen Gedanken zu verlieren, in dieser verrückten Welt.

Was noch?

Die Achselhaare sind normalerweise rasiert, dann hält der Deogeruch länger, die Beine meist epiliiert, sie mag es nicht, die Härchen im Wind zu spüren, aber es gibt solche und solche Phasen. Sie hat schon oft gedacht, wie absurd ist das denn: Eine lässt ihre Haare lang genug wachsen, um sie dann besser ausreißen zu können. Das macht keinen Sinn. Zuerst extra lang, um sie dann ganz loszuwerden. Ist aber so.

Was noch?

Die Augenbrauen hat sie aufgehört zu zupfen, das nimmt wirklich zu viel Zeit in Anspruch, und bringt sie jedes Mal zum Niesen. Hin und wieder Intimrasur, doch das braucht viel Motivation. Oder noch besser einen handfesten Grund, wie zum Beispiel einen guten Lover oder Freund oder Ähnliches. Dann ist sie gerne rasiert. Z merkt schon, diese Wörter kommen ihr nicht leicht über die Lippen. Wenn es um das Feuchtgebiet geht, hat sie Schwierigkeiten, keine Frage.



Gründe für Narben können sein: Sehnsucht, Rausch, Leere, Polizeirepression. Es sollen nicht alle aufgezählt werden. Was sich jedoch empfiehlt: Bei offizieller Gewahrsamsunfähigkeit darauf bestehen, den Arzt oder die Ärztin zu sehen, auch wenn die Wahrscheinlichkeit hoch ist, dass sich die Beamt\_\*innen einen Scheiss darum kümmern. Eine offene Wunde sollte innerhalb von sechs Stunden genäht werden, ansonsten steigt das Infektionsrisiko. Auf einem Aktionscamp mit Zelten, Matsch und Plumpsklos ist es nicht so angenehm, mit einer offenen Wunde herum zu laufen. Dafür sind die Leute dort meist besser organisiert als auf einer Polizeistation, und Unbekannte begleiten eine ins Krankenhaus und halten die Hand, wenn das Unverständnis auf die Tränendrüsen drückt. Die Tatsache, dass irgendein ambitionierter Jungpolizist verantwortlich dafür ist, die eigene Verwundbarkeit so klar und deutlich zu spüren, wird gewürzt mit dem Geruch von Desinfektionsmittel. Auch sollte dann nicht vergessen werden, ein Gedankenprotokoll zu schreiben, so rasch wie möglich.

Wo war sie gewesen? Ach ja.

Sonstige Auffälligkeiten: Zs Hand wandert nachts oft zu ihrer Vulva, spielt mit ihr, meist ohne sie mit einem Höhepunkt zu beglücken. Die Bewegung scheint so automatisiert zu sein wie das Zähneputzen, und Z fragt sich, woher das kommt. Viel interessanter und sinnvoller als ihre Merkwürdigkeiten zu analysieren, scheint ihr jedoch der Versuch, das Masturbieren zu trainieren. Doch es fällt ihr schwer. Mehr Leidenschaft zu wollen, etwas wollen zu wollen, wie seltsam ist das denn. Laut der Fachlektüre allerdings angeblich keine Seltenheit.

Auf jeden Fall: Es steht auf ihrer imaginären Liste an Dingen, die es stets zu versuchen gilt und die nicht abgehakt werden können wie ein Einkauf im Baugeschäft. Sie bleiben dort stehen und sind mal mehr und mal weniger wichtig.

Also aber auf jeden Fall, sowieso und überhaupt: Immer wieder mal masturbieren! Und wenn möglich: Ein konkretes Ziel vor Augen zu haben, sprich einen Orgasmus!



Dann – was noch?

Der Rücken ist seit jeher krumm wie eine Banane und schon die Grossmutter, die Mutter, die Sportlehrerin und die Freundinnen wussten Z zu sagen, wie es sich besser stehen und gehen lässt. Z hat aber ihre eigenen Strategien gefunden und es fällt ihr jetzt zunehmend leichter, sich mehr wie eine Gurke zu bewegen. Eine galante, gerade, gemeine Gartengurke. Es leben der Körper und seine Lernfähigkeit. Saftig und frisch.

Wäre ein tolles Kapitel-Ende. So positiv. Doch was ist mit dem Vergessenen, nicht Erwähnten? Zs Körper ist schlank, gesund, sportlich. Sorgt vielleicht intern für Selbstbewusstsein, extern für Bewunderung. Und Z verspürt häufig einen übertriebenen Drang sich zu bewegen. Sie wird beginnen sich zu fragen, ob dies ein dem Körper innewohnender Antrieb ist oder ob es viel mehr die Gedanken sind, die ihr zurufen, sie soll gefälligst hinaus gehen, bei schönem als auch bei schlechtem Wetter und sich bewegen. Bewegen, damit sich kein Fett ablagert hier und dort.

Sie wird sich fragen, was das soll. Ob die Vorstellungen, die ihr zwanghaft im Kopf herum- und um ihren Körper wirbeln, denn notwendig sind. Und wer diesen Bildern Namen gegeben hat: Flacher Bauch, schön geformte Arme und Oberschenkel. Starke Muskeln, die sichtbar sein sollen, sich abheben von der eigenen oberflächigen Landschaft, nicht zu viel bei einer Frau, aber schon, ein bisschen, genug eben. Und natürlich: reine Haut, geschminkt, aber dezent, um das Schöne schöner zu machen. Widersprüche findet sie in den Anforderungen an sich selbst, die zugleich fremde Meinungen sind. Die Haare: Offen, lässig, wild, verführerisch oder aber: sorgfältig frisiert, streng zusammengebunden, vielleicht zu einem Zopf.



Sie weiss, wessen Wünsche es waren, die sich irgendwo in Beschreibungen und Aufforderungen verstecken und die ihren Körper schon sehr früh, vielleicht zuallererst beurteilen und ihm eine Richtung geben wollen. Doch es gibt eben so Schlüsselmomente. Augenblicke, in denen alles etwas klarer wird, als würde eine am Objektiv einer Kamera drehen, um das Bild scharf zu stellen, welches man schon vorher längere Zeit vor Augen hatte.

Es ist eigentlich egal, wieviel du isst, Hauptsache, du bewegst dich. Das meint ihr Vater zum Beispiel, irgendwo, während einer Pause auf einer Raststätte, auf dem Weg von West nach Ost, den fünften Kaffee und die vierte Banane verzehrend, damit er die lange Fahrt durchhält. Sonst lässt er niemanden ans Steuer. Ob das gesund sein soll, wenn er so lange fährt, ohne richtige Pause und mit nur einer Banane im Bauch, ist eine andere Frage.

Z versucht, darüber hinweg zu sehen, genauso wie über die Eitelkeit. Sie ist überzeugt, die hat sie von ihm. Dass er sie nicht fahren lässt, regt sie natürlich auf. Aber sie weiss mittlerweile, es bringt nicht viel, darüber zu streiten oder zu lange nachzudenken, also schiebt sie den Kommentar zur Seite, wie später die Scheibenwischer den Regen auf den Scheiben, während ihnen ununterbrochen Scheinwerfer rumänischer Lastwagen ins Auto strahlen.

Das ist so ein Schlüsselmoment, in dem Z etwas hört und plötzlich weiss, sie hat das schon oft gehört, aber nun hört sie es endlich als eine Stimme von aussen, etwas also, das nicht wirklich mit ihr selbst zu tun hat oder nur so sehr, wie sie es eben gerne hätte.

Auf jeden Fall. Eitelkeit hin oder her. Bei einem will Z ihrem Vater zustimmen, weil sie weiss, dass es ihr guttut. Stets in Bewegung bleiben, und das mit allen Haaren und Poren und, auch wenn sie dabei neue riskiert, mit allen Narben.



Stets in Bewegung bleiben, das wird sie in manchen Momenten aber auch vergessen. Manchmal vergisst eine, was einer guttut. Oder es scheint keine Zeit dafür zu geben. Auch kann an dieser Stelle gefragt werden: Ist überhaupt Zeit da, diese Zeilen hier zu lesen? Gibt es nichts Dringlicheres, Bedeutsameres zu tun und zu leisten? Gibt es Zeit für die Kapitel, die jetzt folgen? Denn dies ist erst der Anfang, und es sei schon gewarnt: Am Ende weiss eine vielleicht gleich viel wie zu Beginn. Am Ende passiert nicht viel. Am Ende hat es sich vielleicht nicht gelohnt.

Z weiss nicht, wo es angefangen hat und wo es enden wird. Es, dann kann heissen: das Leben als Ganzes, eh klar. Oder die Beziehung zu sich selbst. Oder die Traurigkeit. Oder die mit dieser stets in Verbindung stehenden Hoffnung. Oder das was dazwischen liegt: das Schreiben, die Geschichten, die Anekdoten und Witze. Wo hat es angefangen und wo wird es enden. Z weiss das nicht, wenn von ihr selbst die Rede ist, und am allerwenigsten weiss sie das über andere Dinge.

Andere Dinge, also das können zum Beispiel sein: gesellschaftliche Verdrängungsprozesse oder Immobilienspekulation.



Alle Rechte vorbehalten.

Dieser Text entstand im Rahmen der Mentorats- und Coachingplattform Double des Migros-Kulturprozent.

[www.double-mentoring.ch](http://www.double-mentoring.ch)