

...denn
es ist
dein **Leben**



Ein Kubaner in Bayern

7 INSPIRIERENDE
KURZGESCHICHTEN

Denis Molina Domínguez

#MOTIVATIONDAILY

- EXTRA TANKEN -

INSPIRATION



3
5
7
9
11
15
20

DIE MACHT...

WAHRE HELDEN

SUPERWOWAN

INKOMPATIBEL

ER IST SCHULD

KURZE EWIGKEIT

INSTAGRAMMED

Sag mal Inspirationsjäger,

- Hast du dich jemals gefragt,
wie lange deine Ewigkeit sein
wird?

- Hast du dich bevor es zu spät
ist, bei der richtigen
Person schon bedankt?

- Kennst du Superhelden?

Die Macht der Dankbarkeit



**"Freude
ist die einfachste Form
der Dankbarkeit"**

Karl Barth

Februar 2006, in Freilassing. Der Regionalzug hatte Verspätung und ich einen wichtigen Termin in München, der zu platzen drohte, wenn der Schnee nicht bald aufhörte zu fallen. Eine rätselhafte Warnung verließ den alten Lautsprecher am Gleis und ich starrte die alten Boxen an, als ob die unverständlichen Sätze gleich mit Untertiteln ausgestrahlt worden wären.

»...Vorsicht bei der Einfahrt« konnte ich am Ende des letzten Satzes gerade noch heraushören. Alle betroffenen Passagiere bereiteten sich vor, die Bahn kam.



Schon im Zug, nahm ich einen Platz in der zweiten Klasse am Fenster, senkte meinen müden Kopf an die Scheibe und schaute mir den immer ferner werdenden weißen Bahnsteig an: Abgabedatum, Projekte, Unterlagen, Anforderungen, (...). Wie in einem Karussell drehten sich diese Gedanken pausenlos in meinem Kopf.

Der ganze Stress und dieser verdammte Termin... Minuten vergingen. Endlich Ruhe.

»Ihre Papiere, bitte...!«, hörte ich plötzlich.

Oh, einen Augenblick nicht aufgepasst. Kurz eingeschlafen? Zwei uniformierte Polizisten standen vor mir. Der Mann wiederholte seine Aufforderung. Seine Partnerin - eine schöne, junge, blonde Dame - sagte nichts. Sie blieb ruhig und beobachtete mich. Die Polizisten spürten im Nacken die anschuldigenden Blicke der Passagiere, in dem zur Hälfte besetzten Waggon. Die Gesetzeshüter waren ohne Zweifel direkt zu mir gekommen. Scheinbar wurde noch keine andere Person kontrolliert. Nur ich. Langsam fixierten meine Augen sein Gesicht. Dann zog ich sachte aus meiner linken Tasche einen nagelneuen deutschen Ausweis heraus. Er nahm ihn und machte einen Schritt zurück zu seiner weiblichen Kollegin.

Jetzt wäre der günstigste Moment gewesen um die »Sie-kontrollieren-mich-nur-weil-ich-ein-Ausländer-bin« Karte zu spielen. Vielleicht lag es dran, dass ich müde war oder, dass ich vor ein paar Monaten ein vollständiges Mitglied dieser Gesellschaft geworden war. Aber mir kam nur ein Wort über die Lippen: »Danke«.

Der Polizist verstand meine Worte nicht. Seine Körpersprache offenbarte seine Überforderung. Sein Gesicht fand keine definitive Mimik um die Unsicherheit schnell genug zu verbergen. Erstaunlich, welche Kettenreaktion von widersprüchlichen Emotionen so ein winziges Wort in einer heiklen Situation auslösen kann.

»Wieso danke?« wollte er unbedingt erfahren ohne mich anzuschauen.

»Stellen Sie sich vor, ich wäre ein gesuchter Verbrecher. Sie hätten mich ertappt. Ich wäre jetzt verhaftet...« erklärte ich.

»Ok...« sagte er noch verwirrter. Seine Verzweiflung hatte ihn noch im Griff. Scheinbar ist Lob Mangelware in diesem schwierigen Beruf .

»Im Grunde genommen, ...« fuhr ich fort »... beschützen Sie mich auch und dafür danke ich Ihnen.« So beendete ich mein Statement.

Er hob seinen Blick, und grinste zu seiner Kollegin. Schloss meinen Pass und gab ihn mir lächelnd zurück. Beide verabschiedeten sich höflich und wünschten mir einen schönen Tag.

»Ihre Papiere, bitte...!«, hörte ich es noch einmal weiter hinten im Wagen.

Später in München hatte ich ein erfolgreiches Meeting. Das Projekt war gerettet. Sein Wunsch ging in Erfüllung: Ich hatte einen schönen Tag in dem herrlichen München - der Hauptstadt Bayerns.

Unter wahren Helden



Midlife-crisis?

**Bist schon
begraben oder
nur kurz
#verstorben?**

**"Deine Taten
schmieden
deinen Charakter"**

Denis Molina Domínguez



Die Gäste

sind wie in Trance. Der DJ begleitet die Nacht seit Stunden. Eine Platte nach der anderen. Non-stop. Schließlich wird man nur einmal 40 im Leben. Diese Beats... die wollen nicht aufhören... donnern in die Wände, wie die letzten vier Tequilas in deinem Kopf. Eine Junggesellenabschiedsparty der Ekstase. Dein Körper ist nicht mehr der Jüngste und dein Herz rast wie verrückt. Du musst raus. Sofort frische Luft schnappen. Tür aufgemacht. An dem schrankbreiten Türsteher vorbei. Zu spät. Dein Gesicht liegt schon am Boden. Alles wird schwarz.

Der Wecker klingelt. Es ist nur ein Traum gewesen. Besser gesagt ein Alptraum, dein ständiger Begleiter seit genau einem Jahr. Der dir immer folgt, als sei er ein Bestandteil deines Kopfkissens geworden. Zeit zum Aufstehen und in die Arbeit zu gehen. Schon wieder. Danach am Abend mit einem Bier vor dem Fernseher einschlafen oder in der Kneipe bei den Kumpels sitzen um dein miserables Leben zu bemitleiden. Tag für Tag. Dasselbe Spiel. Bis eines Tages dein Name auf der Liste des Sensenmannes erscheint und er unangekündigt bei dir auftritt. Kennst du das Gefühl? Mit 40 gestorben zu sein und irgendwann mit 80 begraben zu werden. Zustände, die nur mit außergewöhnlichen Fähigkeiten zu überwinden sind.

Helden der heutigen Zeit. Wenn wir über sie sprechen, muss ich sagen, dass ich die Ehre hatte in dieser Woche gleich drei davon kennen zu lernen.

Persönlichkeiten, die dem offenen Gefängnis der Routine aus eigener Kraft entkommen sind. Personen, die die innere Irrenanstalt von aufgestapelten und verschobenen Ideen überwunden haben. Macher, die keine Angst mehr hatten ihre Komfortzone zu verlassen. Helden wie Robert Gortana, der ITler, der nach 13 Jahren Lastenheft und Aufnahme von Kundenanforderungen seinen Schreibtisch gegen eine Spiegelreflexkamera austauschte um Photograph zu werden. Oder Markus, der frühere Metallbauer, Roberts treuester Mitarbeiter, der jetzt mit seiner Ausbildung ganz von vorne anfängt. Oder Romana, unsere Visagistin mit den magischen Händen, die früher eine ganz andere Tätigkeit ausgeübt hat.

Ja, an diesem Tag war ich unter Machern, ohne es zu ahnen, unter wahren Helden.



Ich kenne eine Superwoman



**"Stärke wächst nicht
aus körperlicher Kraft - vielmehr aus
unbeugsamen Willen."**

Mahatma Gandhi

Am 5. April

nahm ich an einer merkwürdigen Veranstaltung teil, in Gurten, Österreich, teil. Mein verwöhntes Prologehirn verlangt immer majestätische Unterhaltung: viel Action, Modenschauen oder pyrotechnische Kunststücke. Ist mindestens eine dieser drei Komponenten nicht dabei, stuften meine Synapsen diese Zeit als Verschwendung ein. Trotzdem entschloss ich mich, der Darbietung eine Chance zu geben. Nach einem spektakulären musikalischen Vorspann, gingen zwei maskierte Moderatoren auf die Bühne. Sie bedankten sich bei anderen Helfern für die Zusammenarbeit bei vorherigen Engagements und sorgten für viel Freude und Applaus. Ich verstand. Es handelte sich um eine tolle Vorstellung der Worte; ein Superlativ der Dankbarkeit. Meine Synapsen hatten sich beruhigt. Endlich zufrieden. Minuten später wurde die Hauptpräsentation eingeleitet, und die Moderatoren verließen das Podest. Ein neuer Redner kam herein. Dr. Phil Martin A. Schoiswohl (<http://www.kommhaus.com/>), ein renommierter Unternehmer und Buchautor. Er sprach über neue spannende Themen wie Mitarbeiter-Beziehungsmanagement, Leben 5.0 und den Kampf zwischen Superfrauen und Supermännern in der heutigen Gesellschaft. Am Anfang kam mir alles wie Hokuspokus vor. Aber je mehr ich hinhörte, desto neugieriger wurde ich. Seine Statements inspirierten mich. Am nächsten Tag verstand ich endgültig verstanden, was Herr Schoiswohl mit seinem Vortrag uns mitteilen wollte.



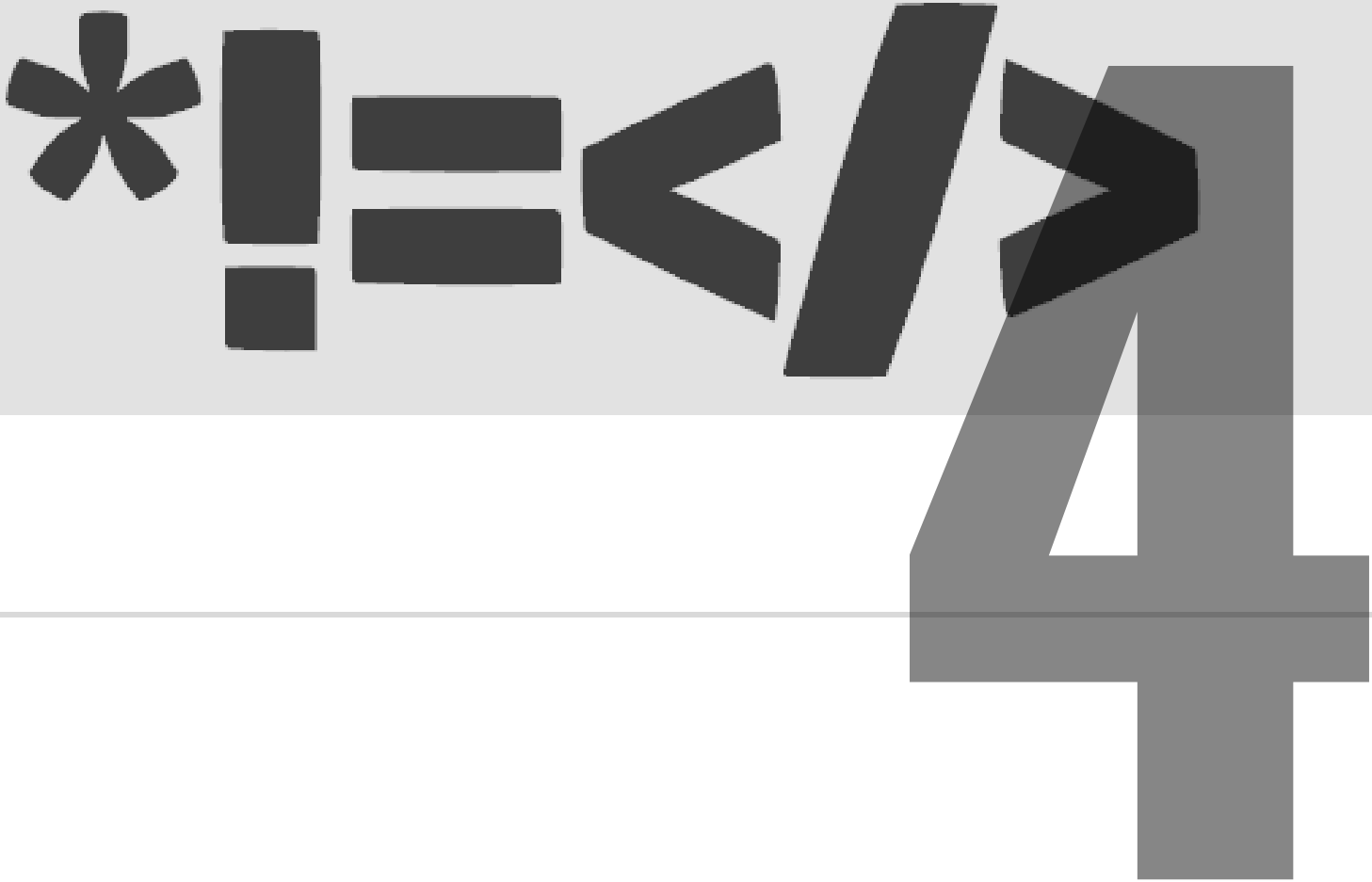
Michaela Keim. Jung, attraktiv und ehrgeizig. Ein intergalaktisches Raumschiff, einen Röntgenblick oder einen roten Umhang braucht diese Superheldin nicht. Sie hat bereits ein verdammt gutes Team an ihrer Seite. Helden aus Fleisch und Blut. Helden aus Leidenschaft. Zwei Tage durfte ich sie alle bei ihren titanischen Aufgaben begleiten und es war großartig. Vom Vorstand bis zum Reinigungsdienst. Jeder kannte seine Aufgabe um die anstehenden Herausforderungen zu meistern: um effektiv unser Ziel zu erreichen.



Ja, ein Team von Superhelden, das sich jeder Anführer nur wünschen kann. Und wenn du mir nicht glaubst, lade ich dich ein zu der FILL Location in Gurten, Österreich. In die Fillstrasse 1 zu gehen und an einer der Veranstaltungen teilzunehmen. Und wer weiß, vielleicht kannst du bei einer netten Bekanntschaft, einem tollen Büffet und einem Glas Sekt neue Inspirationen, Ideen und Impulse tanken.



Mein Freund der Inkompatibler



**"Der schlimmste aller Fehler ist,
sich keines solchen bewusst zu sein."**

Thomas Carlyle

Ich habe einen guten Freund, den ich leider nicht mehr so oft sehen kann. Nennen wir ihn... Lucionardo. Genau wie ich, hatte er einen oder viele gute Gründe unsere schöne kubanische Insel zu verlassen. Womöglich weil er mit der gesamten Situation unzufrieden war: Die Schnauze voll hatte, nur 15 Euro im Monat zu verdienen, vielleicht aber auch, weil eine Frau ihm das Herz in tausend Stücke gebrochen hatte. Warum auch immer, jedenfalls hatte er genug Anlass seine Heimat zurück zu lassen und in ein fremdes Land zu emigrieren: Pullistania.

Jahre sind vergangen und obwohl Lucionardo in Pullistania Gelegenheitsjobs, eine attraktive Pullistanierin und zwei Kinder hatte, konnte er sein Glück nicht finden. Pullistania habe ihn nie akzeptiert... klagte er immer wieder. Jedes Mal wenn wir uns unterhielten fand er zahlreiche Worte um mir die Pullistanier "herzergreifend" zu beschreiben:

»Hallo Lucionardo!«

»Ja, hallo Denis! Mein Bruder... schon lange nicht mehr gesehen... Alles klar?«

»Bestens und bei dir?«

»Ja, ja... alles in Ordnung.«

»Was macht die Familie?«, wollte ich wissen.

»Alles super. Und wie geht's deiner?«

»Uns geht's allen gut. Kann nicht klagen. Sag mal, was macht deine Arbeit... in Pullistania?«

»Ach, hör auf... Scheiß Pullistanier, Mann!«

»Wieso?«

»Diese Leute mögen keine Ausländer.«

»Wie meinst du das?«, fragte ich. [Ich habe bis heute nicht verstanden wie jemand der selbst mit einer Pullistanierin verheiratet ist und zwei Kinder mit ihr hat, so etwas sagen kann].

»Mann, egal wie oft ich mich bewerbe, ich finde keine normalen Jobs. Diese verdammten Pullistanier! Die haben keine guten Zuwanderungsgesetze wie bei Euch. Die sind weit davon entfernt. Alles Analphabeten. Nur Bauern so weit das Auge reicht.«

»Aber vielleicht liegt es an dir...«, rückte ich vor.

»Ne, ne... an mir liegt es gewiss nicht!«, verteidigte er sich blitzschnell. »Diese Rassisten wollen einfach keine Migranten. Ich habe die Qualifikationen gesehen, die sie für diese Bürotätigkeiten haben wollen. Ich erfülle sie alle!«

»Aha...«, sagte ich leise. »Ich verstehe... Wie gut ist dein Pullistanisch?«

»Pullistanisch? Ganz wenig, so etwas brauche ich nicht. Ich kann nur Spanisch und Englisch.«

»Also... du sprichst Englisch mit den Pullistaniern in Pullistania?«

»Ja, Digga, logisch oder? Du... ich muss kurz weg. Ich muss meine Tochter von der Schule abholen« - wegen dieser dringenden Angelegenheit verabschiedete er sich rasch.

Ich, ebenfalls. Eine gewisse Logik konnte ich nicht erkennen. Aber wahrscheinlich lag es dran, dass ich nicht in Pullistania lebe. Mit noch mehr Fragen als vorher, blieb ich zurück:

- Wie kann Pullistania meinen Lucionardo jemals akzeptieren, wenn er selbst Pullistania ablehnt?
 - Wieso müssen die Pullistanier in ihrem eigenen Land in einer Fremdsprache mit einem Fremden kommunizieren?
 - Warum müssen immer die anderen die Verantwortung für unser Versagen tragen?
- Nein, mein Lucionardo hatte sein Glück noch nicht gefunden. Die Jahre vergehen und Pullistania schreibt mit der Zeit seine eigenen Gesetze. Beide werden sich nie treffen und in die Arme nehmen, um sich gegenseitig zu verzeihen. Denn sie laufen auf unterschiedlichen Spuren. Sie sind einfach nicht kompatibel.

Dieser Mann ist schuld



5

**"Um die Angst zu besiegen,
müssen wir die Kunst der Täuschung
beherrschen."**

Denis Molina Domínguez

Ich habe einen zweiten Freund... nennen wir ihn Markuslus. Er wollte immer ein neues Geschäft in unserer Nähe eröffnen: Von irgendetwas über Selbstverteidigung hatte er immer gepredigt. Keiner hatte ihm geglaubt - und ich muss zugeben - nicht einmal ich. Vielleicht lag es an seinem Migrationshintergrund, schwerer Kindheit oder wenig Selbstbewusstsein. Monate vergingen und das Thema geriet in Vergessenheit. Bis eines Tages...

Den ganzen Tag war ich bereits mit dem Gedanken beschäftigt, ein Ticket für eine wichtige Fahrt nach Österreich in der kommenden Woche zu kaufen. Richtung Freilassing Bahnhof waren auf der Straße wenige Autos unterwegs. Das ist der Vorteil, wenn solche Aufgaben unter der Woche erledigt werden. Man kann in Ruhe durch die Stadt cruisen und nebenbei die Umgebung beobachten.

"Krav Maga" stand auf einem großen Plakat in roten Buchstaben mit einem schwarzen Hintergrund, schön sichtbar über einem Getränkemarkt auf der rechten Seite der Bad Reichenhaller Straße. »Endlich!« habe ich mir gedacht, »Markuslus hat seinen Traum verwirklichen können«. Lange hatte ich auf diesen Moment gewartet - glaube ich. Also änderte ich meine Prioritäten: Rechts ran. Beim Geschäft geparkt, schnell aus dem Auto, um die Ecke gerannt und voller Freude an der Tür geklingelt.

Keine Antwort.

»Markuslus, Markuslus!« rief ich zweimal den Namen meines Freundes in der Hoffnung, seine Aufmerksamkeit zu wecken. Sekunden später ging die Glastür auf. Ein glatzköpfiger, blauäugiger, muskulöser Kerl stand vor mir. Meine Gefahr-Antennen wurden leicht angeregt. Ich hatte zu viele Geschichten über Leute seines Aussehens gelesen.

»Ja, bitte?« fragte er höflich.

»Hmm... « dachte ich mir.



»Mein dunkelhäutiger Freund hat sich aber in letzter Zeit verändert«. Spaß bei Seite, Denis... »Konzentration ist angesagt. Fokussieren...«

»Ja, hallo...« antwortete ich überrascht, aber genauso höflich. »Ich suche meinen Freund Markuslus«.

»Markuslus? Hier ist kein Markuslus. Das ist mein Studio,« fügte der Fremde hinzu. Nach ein paar misstrauischen, gegenseitigen Blicken und Begrüßungsritualen fragte ich den Fremden, ob ich mir sein Studio näher anschauen dürfe. Mit einem skeptischen Kopfnicken bejahte er meine Bitte. Treppe hoch, an einer kleinen Bar vorbei und rein ins Hauptzimmer.

Der Trainingsraum war liebevoll eingerichtet. Es war leicht zu merken, dass viel Zuneigung in dessen Aufbau hineingeflossen war. Rechts, ein kleinerer Raum für die Trainingsartikel. Links, neben der Wendeltreppe, die zur zweiten Etage führte, stand eine Musikanlage samt Schrank, wohlgenährt mit Trophäen. An der Wand hingen mehrere Zertifikate und Auszeichnungen, die die Qualität der Kampfkunst des Fremden bestätigen sollten.

»Wow, Krav Maga...! Ich wollte immer so etwas trainieren, schön das alles hier...«, sagte ich voller Begeisterung.

»Ich kenne dich...«, fing der Fremde unseren Dialog an.

»Was...? Wie...?«, ich war verwirrt. Was meinte er damit? »Nein, wir kennen uns nicht...«, fuhr ich fort.

»Doch, doch... ich kenne dich«, sein skeptischer Blick mutierte zu einer ernsthaften Grimasse.

»Ok...?« dachte ich mir. Alzheimer ist bei mir noch nicht so fortgeschritten. Hin und wieder vergesse ich etwas, aber diesen Typ hätte ich mir sicher gemerkt. Schließlich ist er jemand, den du bestimmt nicht zu deiner Feindesliste hinzufügen möchtest. Außerdem hat meine Freundesliste beim Facebook noch Platz, also... wozu die Eile sich Feinde zu machen. Aber was hat gerade dieser Fremde mit »Ich kenne dich« gemeint...?

»Ich kenne dich aus der Fußgängerzone.« Letztes Wochenende warst du dort und hast Werbung gemacht... Du hast Flyer für dein neues Geschäft verteilt.

»Fußgängerzone, Flyer, Werbung?«, bin ich im falschen Film? Ist es so schlimm mit meinem Morbus-Alzheimer, dass ich nicht einmal etwas über mein neues Geschäft weiß?

»Nein, nein...«, sagte ich erneut. »Ich bin mir sicher... wir kennen uns nicht«. Dann merkte ich plötzlich, worauf er hinaus wollte: <Der Feind ist bei mir Zuhause>. Sein Kopfkino - ein gefährlicher Verdacht, wofür ich keine Fernbedienung zur Hand hatte, um mit einem einfachen Klick auszuschalten.

Er verschränkte seine Arme und hörte auf zu sprechen. Abwehrhaltung.

Meine Antennen hatten Recht. War jetzt der Moment gekommen, wovon all diese schrecklichen Geschichten im Internet berichten? Die Erfüllung einer immer wiederkehrenden Prophezeiung?

»Du glaubst, dass ich ebenfalls hier ein Freilassing ein Geschäft eröffnen will...?«, wollte ich wissen, »... und jetzt respektlos dein Dojo betrete, um meine Konkurrenz - dich - aus zu spionieren?

»Ja, genau...«, meinte er, ohne zu zögern. »Genau das glaube ich«, wiederholte er direkt in mein Gesicht.

Das ist der Nachteil, wenn alle dunkelhäutigen Menschen im Auge des weißen Mannes gleich aussehen. Verdammt! Wo ist Markuslus, wenn man ihn braucht?

»Dann haben wir ein Problem«, entgegnete ich ihm.

»Ja, das haben wir«, bestätigte er. Ich machte einen Schritt zurück.



Seine Körperhaltung, die schweißgebadete Stirn und die Zertifikate an der Wand erinnerten mich dran, dass ich mir meine nächsten Worte sehr gut überlegen sollte.

Verstehe mich nicht falsch. Ich bin ein friedlicher Mensch und möchte keinen Unbekannten verprügeln.

Vielleicht war es meine tiefe Intuition oder dieser Schmerz im rechten Ellenbogen oder seine Trophäen in der Vitrine, aber etwas sagte mir, dass ein Kampf nicht zu meinem Vorteil gewesen wäre.

Ich hatte da so eine Vorahnung... »Wann findet wieder Krav Maga statt?«, schaltete ich einen Gang runter.

»Dienstags und donnerstags ...«, antwortete er ohne den Sinn meiner Frage verstanden zu haben.

Dann machte ich ihm ein Angebot, das er nicht ablehnen konnte: »Ich komme am Donnerstag zum Schnuppern wieder. Gib mir bitte deine Kontaktdaten. Ich werde dir gleich eine Email senden.«

Ich fuhr nach Hause ohne das Ticket für den wichtigen Termin im Ausland abgeholt zu haben. Ich war auf einer wichtigeren Mission: Meinen Ruf rein zu waschen.

»Wie teuer war das Ticket?«, wollte meine Frau wissen, als sie merkte, dass ich wieder zu Hause war. Aufgrund der Aufregung gab ich ihr keine Antwort und weckte meinen Computer aus seinem tiefen Standby-Schlaf.

Schnell checkte ich diese merkwürdige Quelle des Fremden: "mein neues Geschäft". Meine Vermutung hatte sich bestätigt: Es war Markuslus. Schnell verletzte ich das heilige Datenschutzgesetz, kopierte ein paar Bilder meines Freundes und schickte diese per Email an den Fremden: um mein Gesicht zu wahren. Denn ich hatte den Beweis gefunden, dass ich kein Hochstapler war.

Freilassing, 2014. Eine große Entschuldigung seinerseits, drei gratis

Kulanz-Schnupperstunden und zwei Wochen später war ich Mitglied einer tollen

SELBSTVERTEIDIGUNGSTRUPPE



... und habe einen weiteren guten Freund gewonnen: Andreas Leppertinger.

Der Mann, der Krav Maga nach Freilassing gebracht hat.

Der Mann, der mit Disziplin dafür sorgt, dass ich fit bleibe.

Der Mann, der dran schuld ist, dass meine Motivation nie erlöscht und ich täglich etwas Gutes für meinen Körper tue.

Eine kurze Ewigkeit



**"Die Zeit mag Wunden heilen,
aber sie ist
eine miserable Kosmetikerin."**

Mark Twain

Seit sie denken kann, hat sie nur ein Ziel: Alles muss perfekt sein.

Gut vorbereitet für dieses Leben, 26 Jahre alt und wahnsinnig sympathisch. Sie heißt Laura und ist der ganze Stolz ihrer Eltern, weil sie ihr Studium mit einem Dokortitel abgeschlossen hat. Die sieben, langen, anstrengenden Jahre an der Uni haben sich gelohnt. Einer ihrer Kommilitonen - Lorenzo - hat ein Auge auf sie geworfen; die Beziehung hält seit Jahren. Sie glaubt, das könnte etwas Ernstes werden, schließlich ist er intelligent, charmant und sieht besonders gut aus. Ihre Eltern glauben, die Glocken schon läuten zu hören. Drei Monate später, in der größten Kirche der Stadt, heiraten beide. Er in einem Designeranzug, sie in weiß: Zum Neid all ihrer Freunde. Nicht einmal Zoe - ihre beste Freundin - kann ihre Eifersucht verbergen. Das Ja-Wort wird nach dem Bis-der-Tod-uns-scheidet-Versprechen vor 300 Gästen abgegeben. Und das alles an einem atemberaubenden Ort unter einer märchenhaften Dekoration. Die Zeit wartet auf niemanden und Laura ist keine Ausnahme dieser Regel. Nachdem sie sich nach einem Jahr entschieden hat, ihre viel versprechende Karriere in dem 12.000 Mitarbeiter Unternehmen aufzugeben, schenkt sie ihrem Lorenzo zwei wunderschöne Kinder. Gemeinsam wollen sie einen großen Familientraum verwirklichen: Ein eigenes Zuhause mit Garten, viele Kinder und eine makellose Ehe.



Die pubertierenden Nachkommen gedeihen prächtig in dem erträumten Haus. Das selbe Haus, das beide jeden Tag mit einem gewaltigen Schuldenberg erdrückt. Lorenzo arbeitet pausenlos, um die märchenhafte Utopie aufrecht zu erhalten. Zoe - ihre beste Freundin - ruft selten an. In der Spirale des schnellen Lebens haben ihre virtuellen Freunde keine Zeit mehr für sie. Laura fühlt sich allein gelassen, kraftlos, irgendwie erschöpft. Ihr Vater, der langjährige, treue Begleiter, ist vor einem Jahr gestorben. Er starb ohne seine Enkelkinder groß werden zu sehen. Ein unerwartetes Ereignis, das ihrer Mutter den Rest gegeben hat. Die Entscheidung, sie in das entfernte Altersheim abzuliefern, ist Laura nicht leicht gefallen.

Aber das Leben geht weiter und Laura muss mitziehen. Aus Minuten werden Stunden, aus Stunden, Tage, Monate, Jahre. Eine unbemerkte Routine schleicht sich langsam, aber sicher an die Beziehung heran. Ironie des Schicksals: Jetzt sich so allein zu fühlen. Vielleicht die Strafe, weil sie zwar Zeit, aber keine Nerven für die Pflege ihrer demenzerkrankten Mutter hatte? Laut Gesetz der Reziprozität sind wir für die Pflege unserer Eltern verantwortlich, wenn sie allein nicht mehr zurecht kommen, oder? »Augen zu und durch«, wiederholt sie jeden Tag vor dem verdammten Spiegel, um ihr leeres Leben mit einem fiktiven Sinn zu füllen.



Jahre vergehen... die Kinder sind schon aus dem Haus, aber die Langeweile verschleiert die Einsamkeit nicht. Ihr Mann ist selten zu Hause: »Noch ein paar Jahre harte Arbeit und dann habe ich mehr Zeit für dich«, verspricht er immer wieder. Hängt diese Tatsache damit zusammen, dass ihre Schönheit langsam aber sicher verblüht?

Diese oberflächliche Überzeugungskraft, die sie früher als Visitenkarte gern präsentierte. Sie findet keinen Anschluss in ihrem Beruf. Zwanzig Jahre ohne Praxis, hinterlassen sichtbare Spuren... auf dem Körper, dem Selbstbewusstsein und auf der Seele: Ein Messerstich, den sie nach jedem gescheiterten Vorstellungsgespräch tief im Inneren spürt.

»Wir müssen reden«, sagt ihr Mann eines Tages zu ihr. Ein ernsthaftes Gespräch soll daraus werden, betont er.

Laura lässt die Kochutensilien in Ruhe, trocknet ihre Hände, nimmt einen Stuhl und schenkt ihrem Mann ihre volle Aufmerksamkeit. Noch nie hat sie ihn so ernst genommen.

»Ich muss etwas los werden. Ich muss mich neu finden. Ich... brauche vielleicht eine Auszeit.« sagt er plötzlich.

»Ich habe jemanden kennengelernt...«, fährt er fort. Eine stille Pause füllt den großen Küchenraum, der Laura auf einmal ganz winzig und dunkel erscheint. Wie ein Schleier der Verzweiflung, den wir ungern vor anderen hochziehen, aus reiner Angst vor der blanken Wahrheit.

Ich..., ich... nur ich... dieses egoistische Wort brennt in ihrem Gehirn, wie das Feuer, das ihre Beziehung eins aufrecht hielt.

»Unsere Ehe ist nicht mehr zu retten...«, spricht er weiter. »Ich verlasse dich...«

»Was...?« Der Moment, vor dem sie immer Panik hatte, ist gekommen: Die unvermeidliche Trennung. Der Höhepunkt einer Krise, die immer nur "die Anderen" trifft.

»Ich ziehe mit... Zoe zusammen.«

Sie versteht die Welt nicht mehr. Tausende Fragen sorgen für einen Tumult in ihrem Kopf: Meine beste Freundin? Er hat aber jetzt nicht Zoe gesagt oder?

Will er mit ihr abhauen?«

Was wird aus dem Haus? Aus unserem gemeinsamen Traum?

Was werden die anderen denken? Allein kann ich das Haus nicht bezahlen.

Wie sich neu finden... Soll ich unser Traumhaus verkaufen?

Wo werden wir dann alle wohnen...?

»Laura!«, unterbricht Lorenzo ihren Gedankenfluss.

»Sprich, sag 'was ... Willst du nichts dazu sagen...? Laura..., Laura?! ... Mama!!!«

Laura wacht auf. Es war nur ein Traum. Kein luzides Träumen. Ihre dreijährige Tochter rennt schreiend in das Schlafzimmer, gefolgt von ihrem älteren Bruder:

»Mama... Mama... Robert will meiner Puppe etwas antun ...!«

Sie versteht rasch: Die Kinder streiten sich... schon wieder wegen irgend etwas Banalem.

»Mama, Mama... Steh jetzt auf! Wir wollen schnell in den Zoo.«

Im Hintergrund hört sie die laute Stimme ihres Mannes: »Hast du meine Krawatte gesehen?

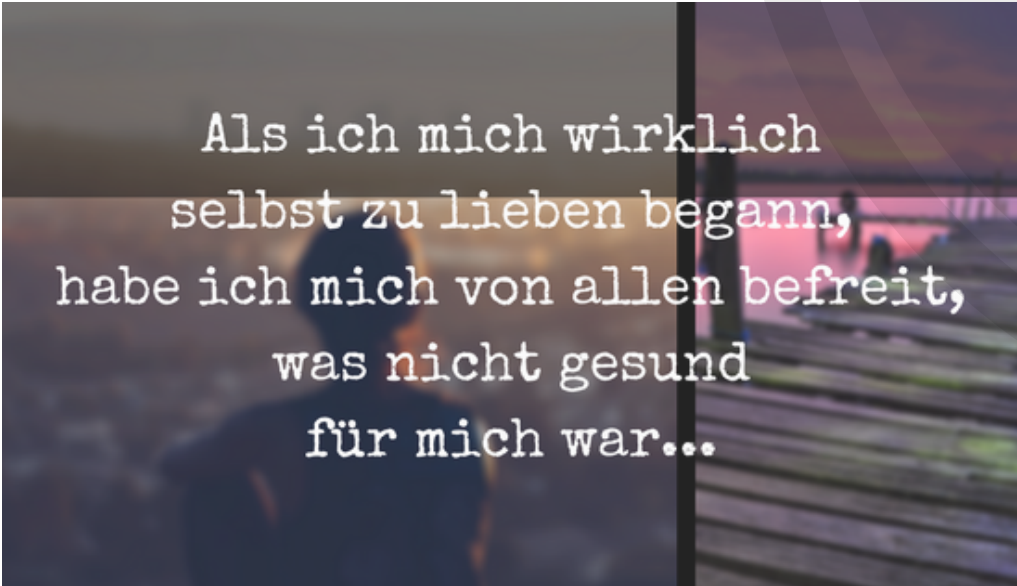
Wo ist das Ding schon wieder...? Laura...? Hilf mir!«

Keine Bitte, kein Dankeschön, keine Wärme in seinen Worten. Nur eine harte und stumpfe Aufforderung. Sie nimmt einen tiefen Atemzug und legt sich sanft zurück in ihr Bett; blendet ihre Umgebung für ein paar Sekunden aus. Ruhe kehrt erneut ein.

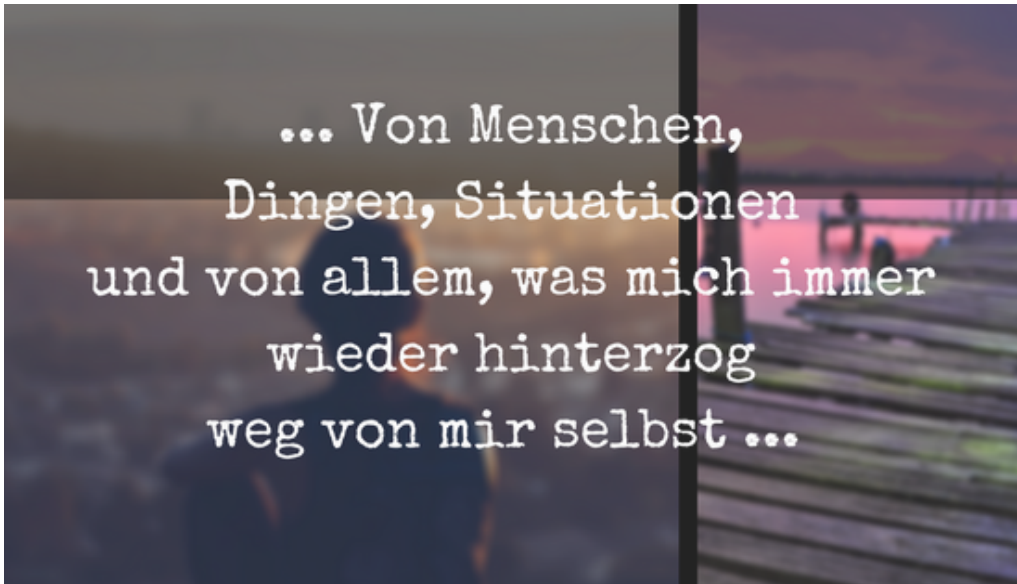
Die Kinder verstehen nichts mehr. »Was ist los...? Wenn wir schreien, springt Mama immer auf und ist andauernd bereit, unsere Befehle zu befolgen«, denken sie bestimmt. Ja, Mama springt stets ohne das »Warum« zu hinterfragen, um nur das »Wie hoch« zu tätigen. Aber nicht jetzt, nicht an diesem Morgen. Laura liegt in ihrem Bett und starrt die alte marode Decke ihres Schlafzimmers mit einem festgefahrenen Blick voller Schwermut an:

- Ist unsere geopfert Zeit für die Menschen, die wir lieben, irgendwann nichts mehr wert?
- Verliert ein starkes Versprechen für die Unendlichkeit seinen Glanz im Laufe der Zeit?
- Kann eine Ewigkeit von so kurzer Dauer sein?

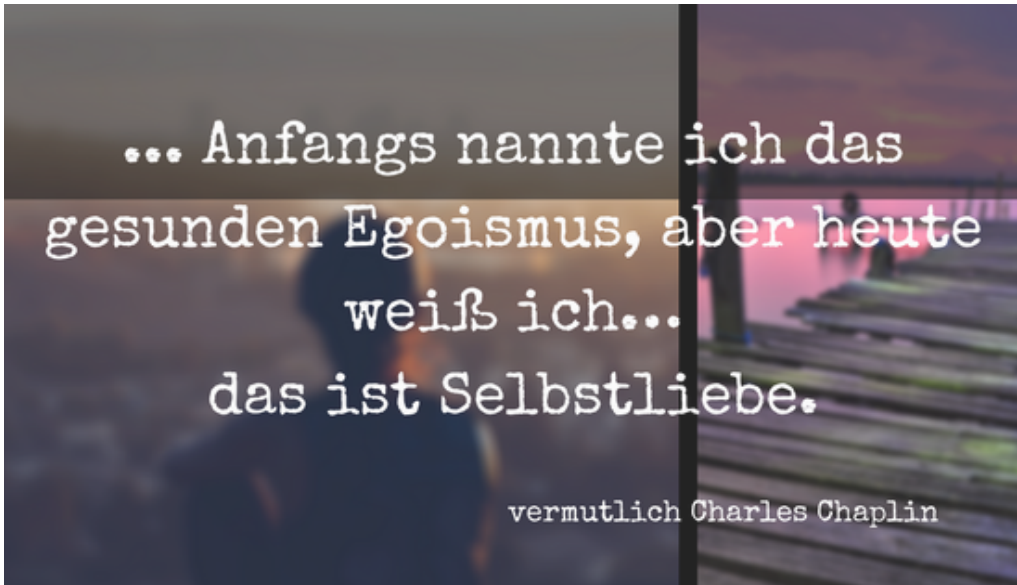




Als ich mich wirklich
selbst zu lieben begann,
habe ich mich von allen befreit,
was nicht gesund
für mich war...



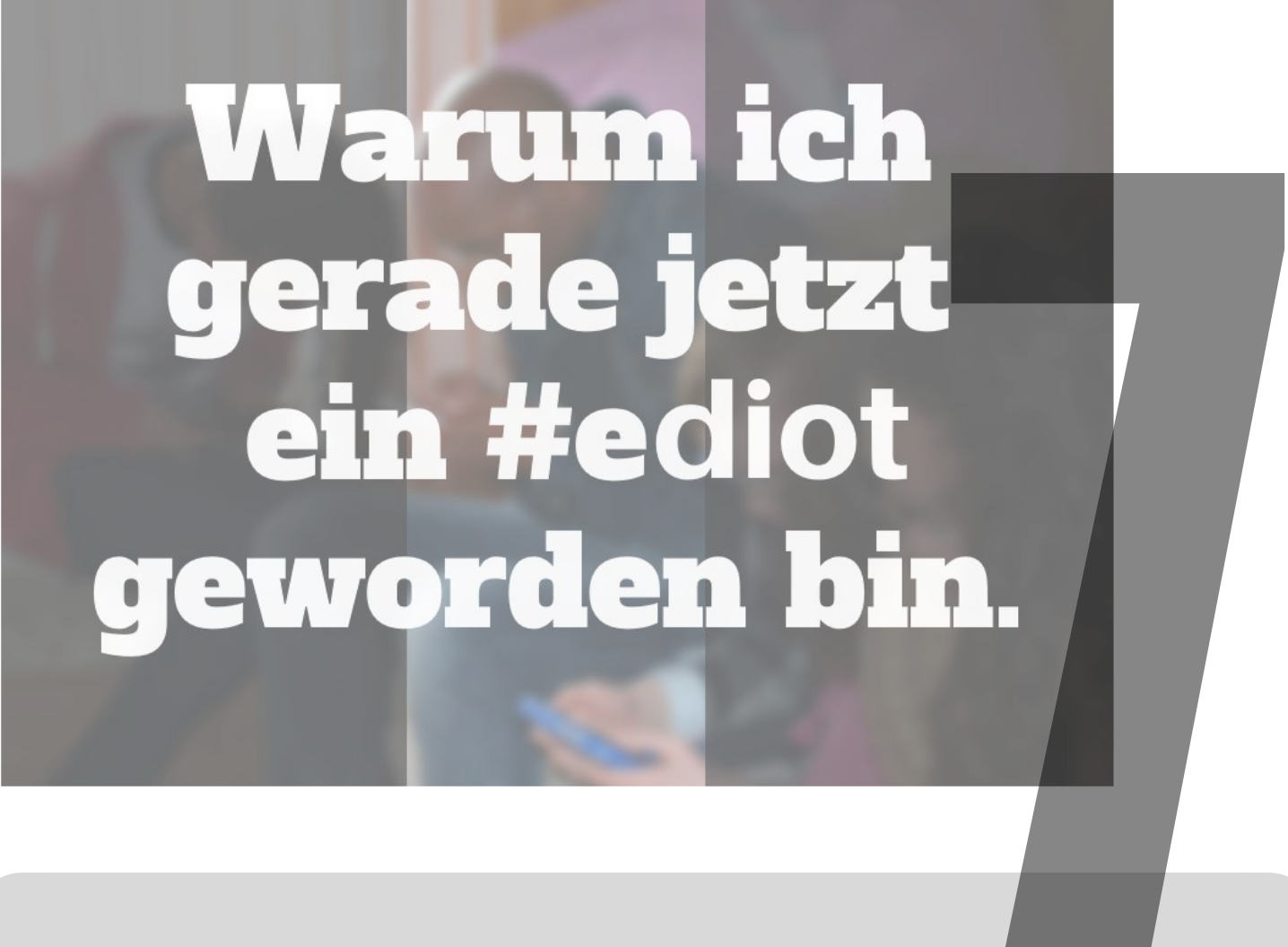
... Von Menschen,
Dingen, Situationen
und von allem, was mich immer
wieder hinterzog
weg von mir selbst ...



... Anfangs nannte ich das
gesunden Egoismus, aber heute
weiß ich...
das ist Selbstliebe.

vermutlich Charles Chaplin

Instagrammed



**Warum ich
gerade jetzt
ein #ediot
geworden bin.**

**"Seine Komfortzone zu verlassen bedeutet:
sich an seinen Schweinehund vorbei zu schleichen,
ihn kräftig in den Hintern zu treten,
und endlich sein eigenes Ding durchzuziehen."**

Denis Molina Domínguez

Zugegeben, mich hat es auch erwischt! Wahrscheinlich war es ein verstecktes Verlangen nach Anerkennung, das über die Jahre tief in mir lauerte. Dieser Antrieb meine eigene Weltbühne zu bekommen, um mit einem Entertainment-Paket ein für alle Mal die Weltherrschaft an mich zu reißen, die gesamte Menschheit zu versklaven und dann...

»Wir kommunizieren heutzutage anders«, formulierte die schöne Rothaarige mit dem bezaubernden Lächeln, das gerade meinen Tagtraum unterbrach.



Davor unterhielten wir uns über die Rolle der Information und deren Nutzung für die moderne Gesellschaft. Ha, ... eine gute Gelegenheit, die ich nicht verpassen wollte, um der jungen Dame meine radikale Meinung über den Umgang der Jugend mit dieser kostbaren Ressource namens Information zu verdeutlichen. Der Anlass endlich jemandem meine Ablehnung zu diesem Nachrichten-Dschungel, dessen Gewicht uns derzeit erdrosselt, offen ins Gesicht zu sagen. »Wir ertrinken in Meldungen, Berichten und unbrauchbaren Informationen. «, sagte ich ohne ihre Worte wahrnehmen zu wollen. »Heute sprechen wir mit Bildern. «, lächelte sie mich an.

»Wos hosd g'sogt? Sich mit Hilfe von Bildern unterhalten?«, staunte ich.

Langsam weckte sie das neugierige Kind mit dem unstillbaren Wissenshunger in mir...

»Kommunizieren ohne Worte, ohne den Mund zu bewegen, ohne einen Gesprächspartner gegenüber zu haben, irgendwie virtuell? Wie soll das funktionieren?«, fragte ich wie ein Schulkind, das immer vorne in der ersten Reihe im Unterricht sitzt, um nichts zu verpassen.

»Ein Bild sagt mehr als tausend Worte«, ließ sie diese klischeehafte, tausend-Mal-schon-von-mir-gehörte Antwort los.

»Ja, aber welche Worte?«, lästere ich wieder, um mir den Rest ihrer Verachtung endlich zu verdienen.

Sie blieb trotzdem gelassen - die Jugend nennt das heute »swag« glaube ich - und lächelte erneut: »Du solltest es dir selbst anschauen«.

Und wieder tauchte diese Verzweiflung in meinem Kopf auf, ob ich zu schnell zu antik für diese neue digitalisierte Welt geworden bin...

Zu konservativ, um diese neue Dimension des Miteinanders zu akzeptieren?

Zu traditionell, um der rasanten Mutation unserer Sprache standzuhalten?

Zu müde, um einer millionenjährigen Entwicklung der Kommunikation, die in ein paar Jährchen der Digitalisierung eine völlig andere Bedeutung gewonnen hat, zu folgen? Bekommen unsere junge Leute so wenig reale Liebe, dass sie ständig im Netz danach suchen müssen?

Ist das Aushändigen eines Likes der moderne Ersatz eines Streichelns oder einer festen, ehrlichen Umarmung?

Wo war ich die ganze Zeit? Zu beschäftigt? Im Ausland? Betrunknen? Nee, ich war die ganze Zeit hier. In der Nähe. Aber so nah, dass ich diesen Wandel nicht bemerkt habe. Diese Welt war die ganze Zeit da draußen, wie eine parallele Gesellschaft, wo andere leben ohne sich deren Virtualität bewusst zu sein.

Sie, Anfang zwanzig; ich ebenfalls Anfang zwanzig, plus Pi mal die Wurzel von 25, hoch -2, minus 4. Mein Alter ist nicht so wichtig aber falls du mit meinem vorherigen, mathematischen Ansatz nicht so gut zurecht kommst, ich bin 41. Aus einer Generation, die das Internet in Zeitlupe erlebt hat.

»Und wo kann man das finden?«, fragte ich mit meiner Dinosaurier-Mentalität.

»Instagram«, sagte sie. Und fuhr fort mit »Snapchat, « und anderen Technologien, von denen ich vorher noch nie gehört hatte.

»Insta... was? Noch nie davon gehört«, sagte ich... fast mit Tränen in den Augen.

Nicht weil es so traurig war. Sondern weil ich seit Jahren behauptete Informatiker zu sein. Shame on me!

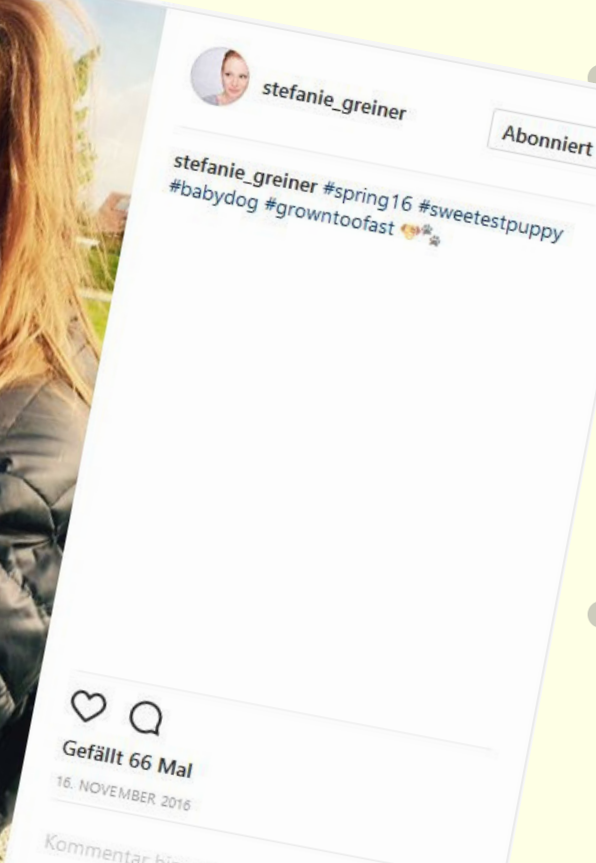
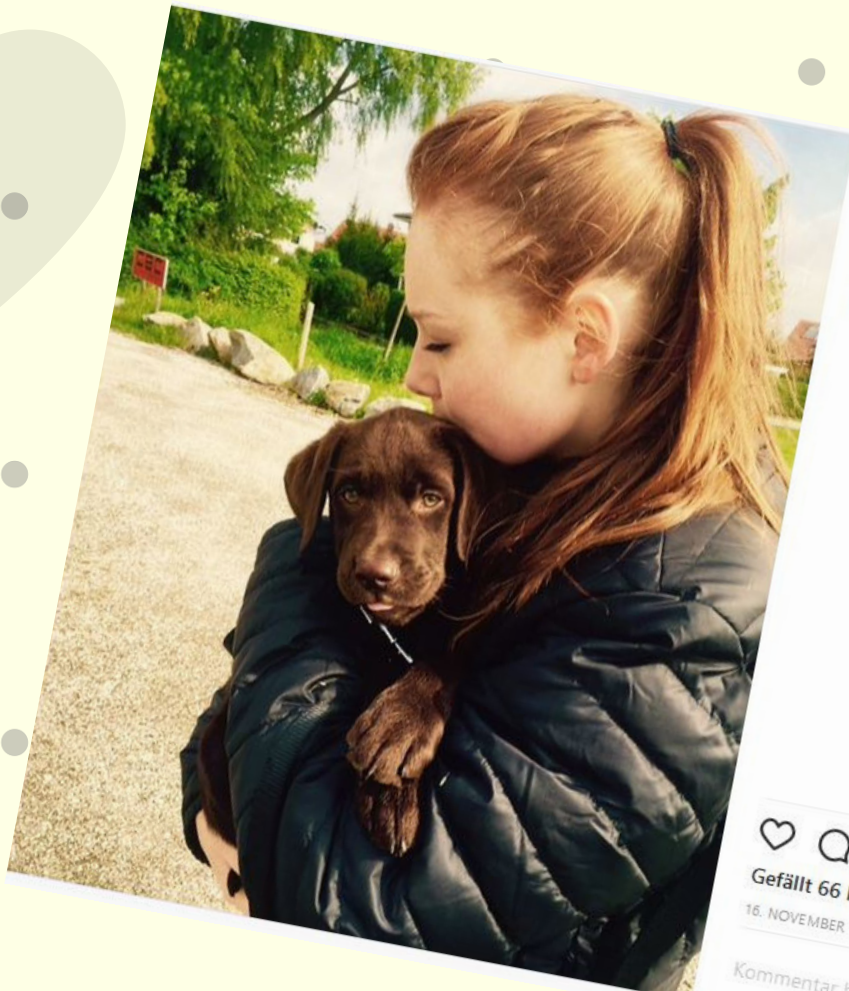
Mitten in meinem technologischen Analphabetismus fragte ich mich: Welchen Sinn hat es, jemanden ein Video zu schicken, das sich nach zehn Sekunden zerstört? Was ist, wenn ich nicht online bin? Oder - warum auch immer - mir das Video gerade nicht anschauen will... ?

Die Antwort auf ALLE diese Frage wollte ich selbst herausfinden. Ich bin zu Instagram dann "gegangen" und trat in ihre Welt hinein. Sie hatte Recht. Es ist ein Gebiet voller Bildern und wenig Texten, Illustrationen mit...

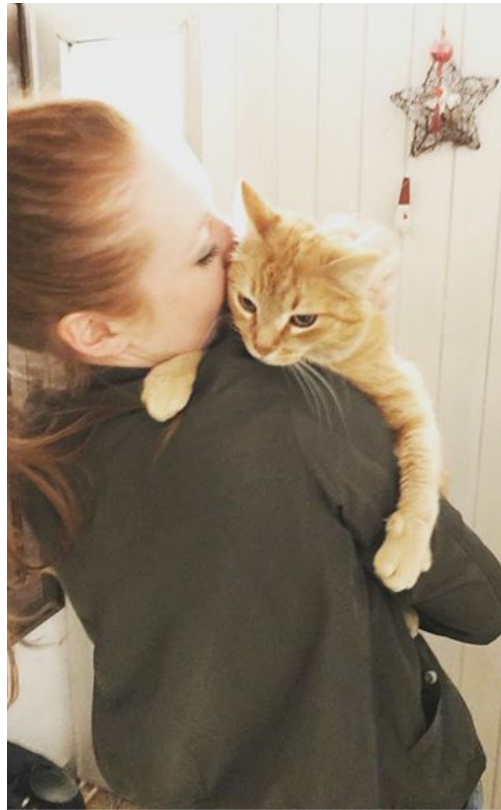
Kulinarische Empfehlungen



Geborgenheit



Erzieherische Maßnahme



Betriebliches Engagement



Weibliches Selbstbewusstsein



„Frauen, die nichts fordern
werden beim Wort genommen -
sie bekommen nichts.“



stefanie_greiner

Abon...

stefanie_greiner #startyourdayright
#smilelifeisbeautiful 🌟

denis.m.dominguez Hallo Stefanie!

denis.m.dominguez Hier ist Denis!!!!

denis.m.dominguez Vielen Dank für
deinen Tipp...

denis.m.dominguez Ich würde jetzt
INSTAGRAMMED ;-)

denis.m.dominguez Ich stolke gerade al
deine Bilde... ;-)

denis.m.dominguez ALLE deine Bilder si
der HAMMER!!!!!! 🤩🤩🤩🤩

denis.m.dominguez Ich stalke
weiteeeeeer!

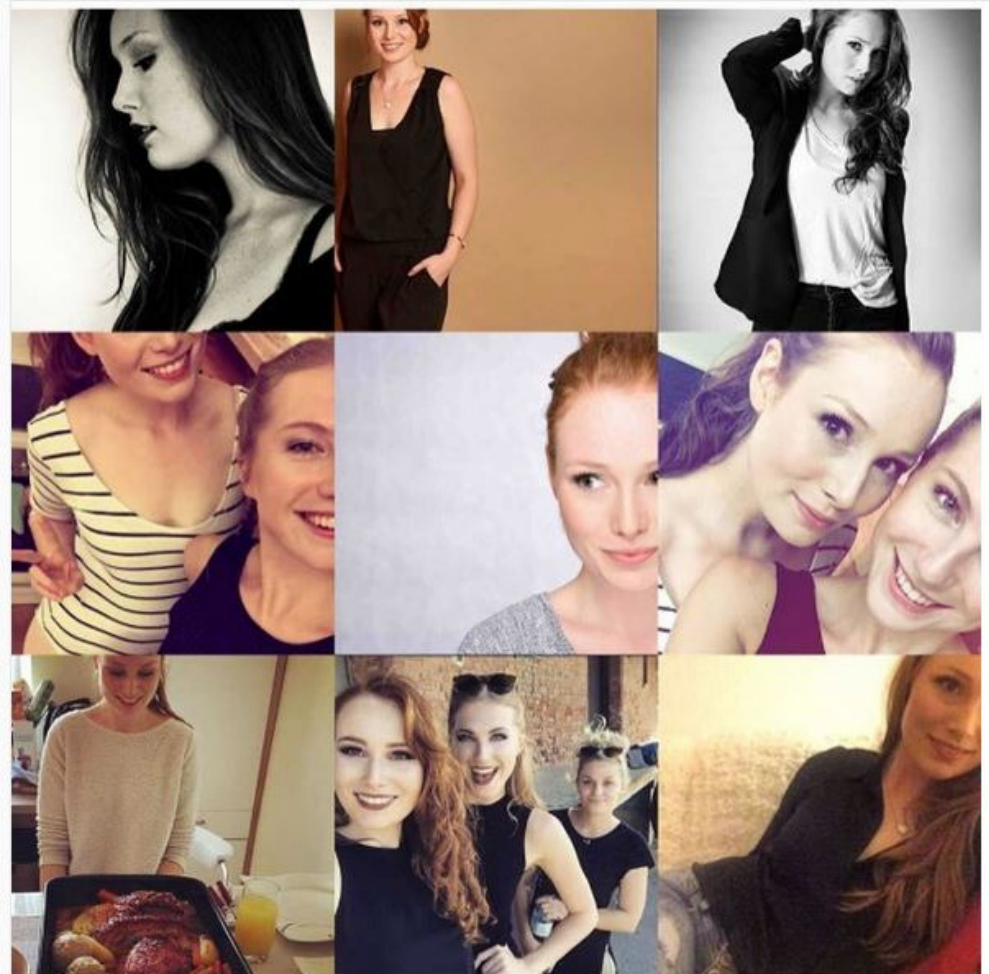
stefanie_greiner Haha wie cool ist das d
Willkommen bei Instagram 🤩🤩🤩



Gefällt 56 Mal

23. NOVEMBER 2016

Kommentar hinzufügen ...



Großartige Tipps gegen den BurnOut



Chill out!

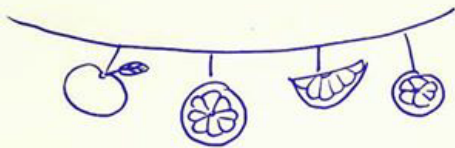


Familienfeier

Wegweiser für das Leben



stefanie_greiner



KOMM, WIR MACHEN MAL DAS FENSTER AUF
UND DAS RADIO LAUT,
LASSEN FRISCHEN WIND HEREIN
UND ALLE ALTEN SORGEN HERAUS.
UND WENN DU FEST DARAN GLAUBST,
WIRST DU GLÜCKLICH,
UND HEUTE GIBT ES GRAPEFRUIT ZUM FRÜHSTÜCK.
JULIA ENGELMANN

Remember that words only hurt when you allow yourself to believe them.

INSTAGRAM • @GVOQUOTES

Motivationstrainer

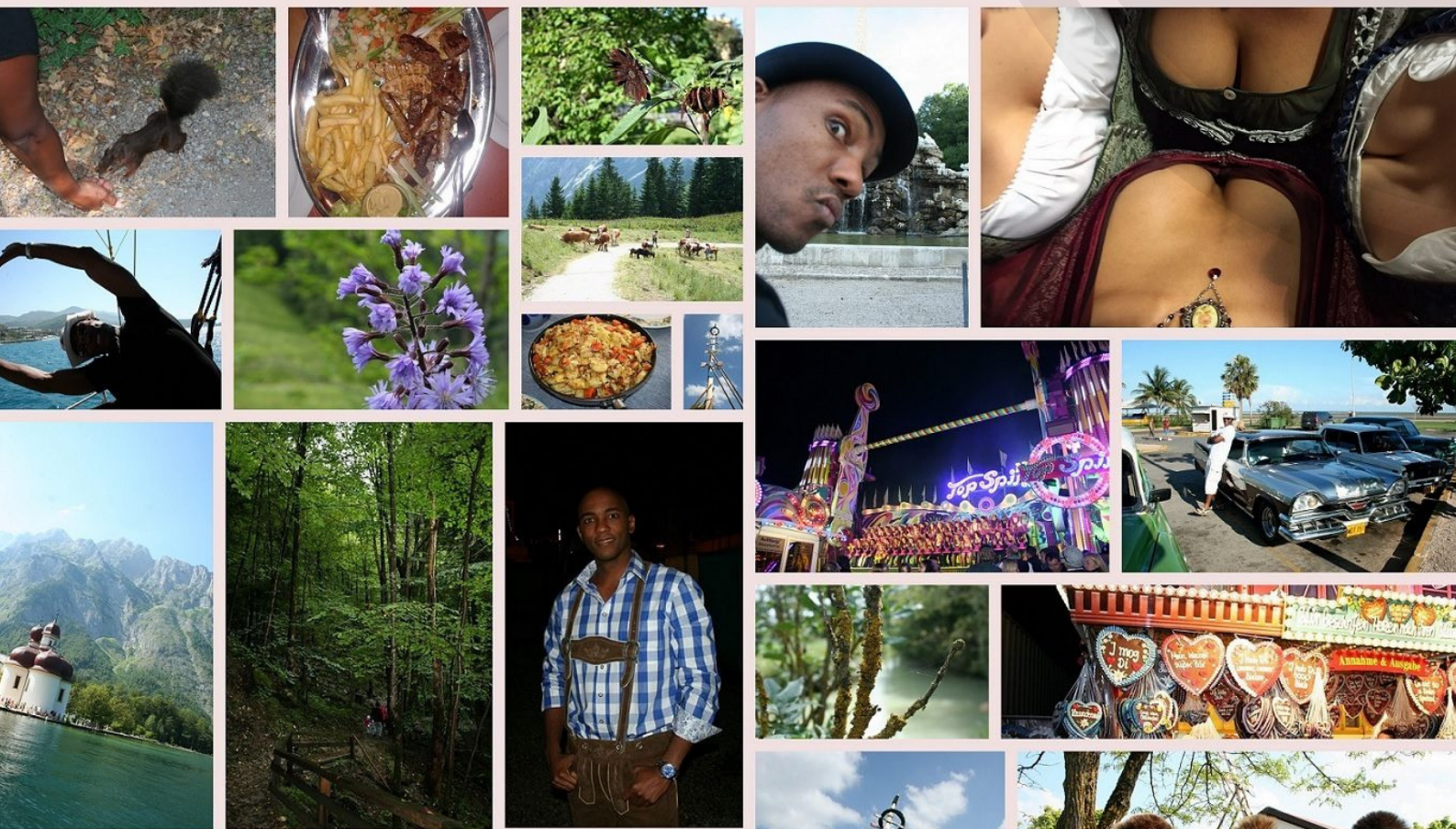
3000

Und sie hat es geschafft: Meine Begeisterung für etwas Neues zu entfachen; mich aus meiner Komfortzone zu locken.

Nun bin ich auch einer dieser elektronischen Idioten (ediot) geworden, die ständig mit dem Smartphone beschäftigt sind, sich mit Bildern unterhalten und virtuell leben, geworden. Und ich stehe dazu, denn ich wurde offiziell ...

Instagrammed.





Mehr inspirierende Kurzgeschichten
findest du unter
www.EinKubaInBa.de.

Vielen Dank für deinen Besuch
und vergessen Sie nicht:

**LEBEN IST DAS WAS PASSIERT,
WÄHREND DU FLEISSIG DABEI BIST,
ANDERE PLÄNE ZU SCHMIEDEN.**

John Lenon

