

*Wer mit dem Strom schwimmt,
landet irgendwann im Meer.
Wer sich gegen den Strom bewegt,
gelangt sicher zur Quelle.*

Autor unbekannt

Kapitel 1: Wer bin ich? Was bin ich?

Eva und die Genesis

Eva musste von Zeit zu Zeit immer wieder einmal an die Genesis denken, die biblische Schöpfungsgeschichte. Zum einen natürlich wegen ihres Namens, und dann war da noch die Sache mit dem Baum der Erkenntnis: ... *von den Früchten des Baumes, der mitten im Garten steht ... dürft ihr nicht essen ... sonst müsst ihr sterben. ... Gott weiß gar wohl: sobald ihr davon esst, da werden euch die Augen aufgetan, dass ihr werdet, wie Gott, erkennend ...* (1)

Eva war nicht religiös, zumindest nicht im üblichen Sinne, aber persönliche Erlebnisse ließen diese Zeilen immer wieder einmal in ihr aufsteigen. Seit frühester Kindheit hatte sie manchmal urplötzlich ein nebulöses, nicht näher beschreibbares Gefühl, irgendetwas in ihrem Leben bliebe vor ihr verborgen, mehr noch, würde vor ihr verborgen gehalten. Sie hatte die düstere Ahnung, Opfer einer tiefgreifenden, unerklärlichen Fremdbestimmung zu sein, zugleich nahm sie eine bedrohliche, dunkle Präsenz wahr, welche ihr entsetzliche Furcht einflößte. Sie verstand dies als

Warnung, auf keinen Fall nachzuforschen, was sie dann auch lange Zeit nicht tat.

Jetzt aber, in der zweiten Hälfte ihres Lebens, beschloss sie alles zu versuchen, um dieses Mysterium endlich zu lüften, selbst wenn sie dabei gegen ein Verbot verstieße und mit Vergeltung rechnen müsste. Sie hatte sich mittlerweile mit dem Gedanken vertraut gemacht, sowieso einmal sterben zu müssen, dann sollte das doch lieber früher und mit erkennenden Augen als später und in Unwissenheit geschehen. Und sie beschloss, in dieser Zeit ein Tagebuch zu führen, Familie und Freunde wären so im schlimmsten Falle informiert und zugleich gewarnt.

Eva, der Körper

Wer war sie? Was war sie? Welches dunkle Geheimnis umgab ihre Person? Eine Freundin hielt ihr einen Spiegel, eine andere den Personalausweis vor Augen, beide sagten: *Sieh, und deine Fragen sind beantwortet!* Eva sah ihr Bild, Vor- und Nachname, Geburtsdatum, Geburtsort, Nationalität, aktuellen Wohnsitz und einige körperliche Merkmale, augenscheinlich war sie dieser Körper. Der Gedanke war keineswegs unangenehm, sie war stolz auf ihren Körper und ihr Aussehen, hatte viel dafür getan und damit zeitweise als Bikini-Model ihr Studium finanziert.

Sie wusste aber auch aus der Zeit nach dem Studium, der Phase der Bewerbungen und der Suche nach einem interessanten und gut bezahlten Job, dass, ein angemessenes Äußeres vorausgesetzt, emotionale und mentale Fähigkeiten ausschlag-

gebender waren. War die Person teamfähig? Verfügte sie über emotionale Intelligenz? Konnte sie ihren eigenen Gefühlszustand und den anderer Menschen erkennen, den natürlichen Ablauf von Gefühlen verstehen, die eigenen Gefühle und die anderer Menschen richtig deuten, beurteilen sowie angemessen damit umgehen?

Welche Ausbildung hatte die Person? Hauptschule, Abitur, abgeschlossenes Studium, vielleicht promoviert oder gar habilitiert? Welche Berufserfahrung? Konnte sie analytisch denken, komplexe Zusammenhänge erfassen, neue und kreative Lösungen entwickeln, vorausschauend denken, verfügte sie über Beharrlichkeit und Ausdauer?

Wichtiger als die rein körperliche Beschaffenheit war offensichtlich, wie ein Mensch emotional und mental agierte, seine Eigenarten und Fähigkeiten im Umgang mit entsprechenden Herausforderungen. Das aber hatte wenig damit zu tun, ob der Körper hinsichtlich Muskulatur durchtrainiert und bezüglich Aussehens perfekt gestylt war oder ob er eher schlaff und ungepflegt, schön oder nur mittelmäßig wirkte, korpulent oder eher schlank. Man sprach von äußeren und inneren Werten, per medizinischer und psychologischer Auffassung handelte es sich im emotionalen Bereich um Auswirkungen des limbischen oder emotionalen Gehirns und im mentalen Bereich um Aktivitäten des Neocortex oder des rationalen Gehirns. Es handelte sich somit um Körperorgane, Spiegel und Personalausweis hatten offensichtlich doch recht: Eva war dieser Körper.

Eva, das Team

Sie hatte mittlerweile einen abwechslungsreichen und sehr gut bezahlten Beruf, der sie erfüllte und ihrem Tun und Leben einen Sinn gab. Allerdings erwies er sich auch als anstrengend und fordernd, der permanente Ansturm teils belastender Gedanken und Gedankenbilder wühlte die Emotionen auf und zog den Körper in Mitleidenschaft. Eva wusste, manche Kolleginnen und Kollegen griffen als Abhilfe zu Medikamenten, Alkohol, Psychopharmaka oder gar Drogen. Die Hausärztin hatte gewarnt, sie würde damit zwar die Wahrnehmung ihrer Beschwerden, zugleich aber auch die Wahrnehmung ihrer selbst unterdrücken, weshalb sie regelmäßige Yoga- und Entspannungskurse bevorzugte.

Wie andere Kursteilnehmerinnen war auch sie der Ansicht, in diesen Treffen durch ein geistiges Loslassen wieder mehr zu sich selbst zu kommen, sich selbst wieder mehr zu spüren. Lange Zeit fand sie diese Beschreibung zutreffend, nun aber, auf der Suche nach jenem düsteren Geheimnis, das ihre Person umrankte, fiel ihr plötzlich auf: Wenn sie dieser Körper war, damit auch dessen Emotionen und Gedankengänge war, wenn sie jetzt so vieles loswerden musste, was sie letztlich ausmachte, einen Teil ihrer selbst loswerden musste, um wieder mehr sie selbst zu sein ... das war widersprüchlich, das konnte nicht funktionieren! Warum aber erlebte und verspürte sie dennoch genau das in ihren Yoga- und Entspannungsstunden? Wie war das möglich? Was war da los?

Sie hatte schon oft beobachten müssen, wie unzureichend geprüfte Annahmen in der Folge zu falschen Sichtweisen führten, war das möglicherweise auch hier der Fall? Ohne Zweifel hatte sie etwas mit ihrem Körper, ihren Emotionen, Gedanken und Gedankenbildern zu tun, wieso aber war sie auf die Idee gekommen, damit identisch zu sein? Sie hatte auch etwas mit ihrer Wohnung und ihrem Sportwagen zu tun, aber war sie deswegen damit identisch? Woher stammte diese seltsame Sichtweise? Aus dem Bild im Spiegel? Aus den Daten des Personalausweises? Eva erkannte, sie hatte diese Betrachtung bereits in frühester Kindheit von Eltern und Verwandten einfach übernommen, später mit medizinisch-wissenschaftlichen Argumenten weiter untermauert und einfach als Tatsache akzeptiert. Selbst hinterfragt hatte sie das niemals, bis heute!

Sie dachte an ihre Arbeit, an ihre Kolleginnen und Kollegen, an den Freundeskreis, gab es da nicht Parallelen? Sie mochte sie alle sehr und verbrachte den Tag gerne mit ihnen, aber abends wollte sie dann doch einmal ihre Ruhe haben, wollte sie einfach einmal mit sich alleine sein. Wie, wenn das mit ihrem Körper, den Emotionen, den Gedanken und Gedankenbildern auch so war? Konnte es sein, dass sie nicht mit ihnen identisch war, sondern mit ihnen eine Art Gemeinschaft bildete, eine Art Partnerschaft, eine Art Familie? Ein Team, in dem jeder den anderen brauchte, in dem einer ohne den anderen nicht überleben konnte? Würde sich dann der Widerspruch auflösen?

Der Körper wäre gewissermaßen das Instrument der Ausführung, das Werkzeug, womit sie ihre Absichten und Ziele

sichtbar in der Welt manifestierte. Emotionaler und mentaler Bereich würden sich dabei als zwei Mitstreiter oder Adjutanten erweisen, die sie mal beraten, mal unterstützen und manchmal auch bekämpfen würden. Sie alle pflegten möglicherweise unterschiedliche Verhaltens- und Vorgehensweisen, unterlagen möglicherweise unterschiedlichen Gesetzmäßigkeiten. Eva selbst wäre die Teamleitung, alle vier wären sie bestens miteinander vernetzt, kommunizierten und tauschten sich lebhaft untereinander aus. Und wie in jeder Familie oder jedem Team gäbe es auch einmal Streit, man würde sich hin und wieder mal ordentlich *auf den Wecker gehen*. Es erforderte dann eine Auszeit, besonders für das oft überstrapazierte Werkzeug Körper und auch für die *genervte* Teamleitung. Eine Phase des Rückzugs und der Ruhe, ein paar Stunden Schlaf oder eine Yoga- und Entspannungseinheit, um anschließend frisch und ausgeruht wieder freudvoll aufeinander zugehen zu können, wieder für alle da sein zu können.

Einpflügen

Eva schwirrte der Kopf. Das alles musste erst einmal *verdaut* werden, musste sich erst einmal *setzen*, an diesem Abend ging sie erschöpft schon sehr früh zu Bett. Am nächsten Morgen erwachte sie ausgeruht und erholt, auch das Durcheinander in ihrem Kopf war verschwunden, so als hätte jemand in der Nacht heimlich Ordnung geschaffen, während sie geruht hatte.

Sie kannte entsprechende Phänomene aus ihrem beruflichen Umfeld, das regelmäßig auf Neuerungen reagieren musste.

Zeitweise war dann die Belegschaft nicht oder nur bedingt einsatzfähig, bis alle sich mit den Veränderungen vertraut gemacht und sie sorgsam eingepflegt hatten. Ein solches Einpflegen beinhaltete auch, vermeintliche Unstimmigkeiten aufzuklären, tatsächliche Fehler zu korrigieren und Überholtes auszusortieren. Wenn sie als Gesamtpersönlichkeit wirklich ein Team sein sollte, dann hatte sie dieses Team gestern Abend an seine Leistungsgrenzen geführt. Eine weitere Zusammenarbeit war nicht mehr möglich gewesen, jedes Mitglied des Teams war mit dem Verarbeiten der neuen Informationen vollauf ausgelastet gewesen ...

et cetera ...