

Liebe Zeit auf dem Leisberg,

heute muss ich von Dir Abschied nehmen, nicht nur in der Großgruppe, wovon ich ganz schön Bammel habe, sondern auch überhaupt.

Mitte April bin ich hier angekommen. Bislang wusste ich gar nicht, wo Baden-Baden überhaupt liegt; google-maps hatte mir eine Route immer Richtung Süden und schräg nach rechts (Fahrtrichtung) vorgeschlagen, und so saß ich plötzlich an einem Mittwochmorgen in meinem Auto und fuhr gen Süden.

Unterwegs dachte ich noch: eigentlich könnte ich doch auf der Straße einfach immer weiter fahren, endlich mal wieder nach Italien. Abgemeldet bin ich ja, kein Schwein würde mich vermissen. Aber vernünftig wie ich bin, nahm ich dann doch die richtige Ausfahrt, fand dank „Blutspendezentrum“-Hinweisschildern den Weg durch den Tunnel zur Klinik, und dann war ich da.

Beim Betreten des Hauses brach ich erst mal in Tränen aus. Erschrocken, dass ich den Schritt hierher gewagt hatte; erleichtert, dass ich da war; erbangt, was mich erwarten würde. Die Damen am Empfang kamen mit offenen Armen hinter dem Tresen hervorgestürzt, und die erste von vielen liebevollen Leisbergumarmungen ereilte mich. Soviel Herzlichkeit! Noch mehr Tränen.

Die erste Mutprobe kam gleich darauf, nämlich im Speisesaal zu Mittag zu essen. Doch auch hier wurde ich gelassen-freundlich von meinen sogenannten „Mitpatienten“ begrüßt. M. strahlte mich schräg über den Tisch an und sagte: „Willkommen! Schön, dass Du da bist.“ Mein Zimmer nahm ich nach dem Essen in Augenschein. Klein, recht dunkel, und ausgerechnet gegenüber dem Fahrstuhl, war mein erster Eindruck. Doch wie ich mit der Zeit herausfand, war es das beste aller Zimmer. Gemütlich, kühl, kein Durchgangsverkehr, nur nette Frauen auf dem Flur. So ist das mit den ersten Eindrücken. In den nächsten Wochen hatte ich immer wieder Gelegenheit, erste Eindrücke mit Bedacht aufzunehmen und nicht vorschnell zu urteilen.

Es folgten Wochen und Wochen mit Therapie, Therapie, Therapie. Mein Plan war sehr voll, vom Frühsport bis zum Abendessen mit wenigen Pausen, und eine Freundin witzelte, pass bloß auf, dass Du kein Therapie-burn-out bekommst. Aber die Mischung und Intensität war für mich genau richtig.

Was für ein Luxus übrigens, den Tag mit Frühsport zu beginnen! Normalerweise war ich um diese Zeit schon unterwegs zur Schule. Die Runden um die Klosterwiese habe ich täglich aufs Neue genossen. Zunächst als Spaziergängerin, bald auch als Joggerin. Anfangs waren die Lindenbäume noch ganz zart belaubt, ein frisches Grün gegen fast schwarze Stämme, und die Sonne war noch nicht hinter den Bergen emporgestiegen. Mittlerweile sind die Tulpen lange verblüht, und die Sonne begrüßt mich hoch am Himmel. Über der Klosterwiese heute zum letzten Mal.

Der Luxus setzte sich fort beim Frühstück. Frisches Obst, schon geschnitten!! Abgegessene Teller verschwanden wie durch Zauberhand! Ein herzliches Dankeschön an das Küchenteam, das mich so rührend umsorgt und beköstigt hat. Ich werde es schmerzlich vermissen. Genau wie die Heinzelmännchen, die klammheimlich und täglich mein Zimmer sauber hielten, Bettwäsche und Handtücher wechselten. Um nichts Alltägliches musste ich mich kümmern. Das war zunächst fast etwas unangenehm, nicht nur ungewohnt. Gewöhnt habe ich mich zum Glück nie daran, sondern mich jeden Tag auf Neue darüber gefreut.

Eine weitere Personengruppe umwehte mich wie eine Horde von Engeln, die Schwestern. Offene Arme und Ohren, professionelle Kirschkernkissenerwärmung, lecker fein Baldriantee, Autowerkstattvermittlerin, Gitarrenverleiherin, Fremdenführerin, Lebensberaterin, gesunder Menschenverstand, Trost, Unterstützung, Machtwort, angenommen sein, rotes Sofa, Ehrlichkeit und immer wieder ein liebes Lächeln. Ich danke ihnen von Herzen.

Und – last but not least – die Menschen, die mich auf den Weg gebracht haben. Auf den Weg zu mir, die Therapeuten. Das mag etwas pathetisch klingen, aber ihnen und vor allem auch Dir, liebe Zeit, verdanke ich etwas ganz, ganz Wertvolles.

*Der Prozess hier war mühevoll, weil ich unbedingt etwas erreichen wollte, und erst lernen musste, geduldig mit mir zu sein und loszulassen. Der Prozess hier war schmerzhaft, weil ich Seiten an mir und meinen Eltern entdeckt habe, die ich absolut nicht liebenswert finde. **Am Ende des Leisberg-Prozesses bin ich hier einer wundervollen Person begegnet, die ich mit all ihren Makeln und Fehlern einfach umwerfend finde: mir selbst.** Und das ist glaube ich das Wertvollste, was ich hier entdecken konnte: die Liebe zu mir selbst.*

Mein Prozess ist noch lange nicht abgeschlossen. Ich mache mich jetzt mit meinem berühmten „inneren Kind“ an der Hand auf den Weg und entdecke die Welt. Ich weiß, woran ich noch arbeiten muss, und

wahrscheinlich werden sich wieder neue Baustellen auftun. Den blöden inneren Kritiker aber lasse ich hier, und dann kann es gar nicht mehr so schwer werden.

Liebe Zeit, es war wunderschön in Baden-Baden.

Ich habe so viele nette Leute kennen gelernt. Nicht nur nette, sondern auch Menschen, an denen ich wachsen konnte, solche, die für bestimmte Entwicklungsprozesse richtig und wichtig waren. Ich durfte noch einmal jung sein. Ich durfte mich an Rosengärten und Taschentücherbäumen erfreuen. Durch die Oos und an der Oos entlang waten, spirituelle Erlebnisse in der Lutherkirche und auf dem Merkur, Danke vor allem auch dafür, dass Du endlich da warst, Zeit.

Ich habe die Konzerte im Festspielhaus genossen, im Casino Geld gewonnen, Straßburg kennen gelernt, mich in Freiburg verliebt, ich wurde in diversen Cabrios durch den Schwarzwald gefahren, ich habe soviel gelacht wie in meinem ganzen Leben noch nicht, ich habe kaum mehr Fernsehen geguckt oder Süßigkeiten gegessen und tatsächlich 12 Wochen keinen Alkohol getrunken, dafür aber die Freude am Sport entdeckt und am Tango: Danke.

Ich habe ein Lied vor Publikum gesungen. Ich habe auf meiner Lieblingsbank am Waldrand den Wolken zugesehen und dem Kuckuck zugehört.

Ich habe mich nie gelangweilt!

Liebe Zeit, ich verdanke Dir, dass ich jetzt mehr auf meine Bedürfnisse achte. Noch lerne ich, sie zu äußern; in angemessener Form und nicht mehr wie Rumpelstilzchen.

Ich scheiße darauf, was andere denken. – Jedenfalls schon viel öfter als vorher.

Ich bin es mir wert, mich mit Menschen zu umgeben, die mir gut tun und die von sich aus zu mir kommen, denen ich nicht hinterher laufen muss.

Ich bin okay, Du bist okay. Der andere ist nicht dazu da, meine Bedürfnisse zu erfüllen.

Ich treffe Entscheidungen. Ich habe eine sehr tiefgreifende Entscheidung hier getroffen, die mir eine neue Welt eröffnet.

It is my mind that creates my world.

Von Dir verabschiede ich mich jetzt, liebe Leisbergzeit. Danke, dass Du für mich da warst. Vieles ist jetzt an seinem Platz. Danke.

.....und Tschüss!