

Die verborgene Einsamkeit

April 2024 / Hans Ulrich Stalder / Visit www.quantophon.com

Eigentlich gibt es nichts Schöneres, als mit sich selbst zufrieden das Leben geniessen zu können. Natürlich kommen gelegentlich Selbstzweifel auf. Die Vergangenheit besteht schliesslich nicht nur aus schönen Erinnerungen. Diese lassen sich weder leugnen noch restlos verdrängen. Hinzu kommen die selbst auferlegten Ansprüche. Nicht weniger banal sind die angenommenen Erwartungen, die die Gesellschaft an einen stellt: Irgendwie muss sich doch jeder von den anderen Millionen Mitmenschen abheben, oder?

Nüchtern betrachtet weiss jedoch jeder, dass die Gesellschaft weder hohe Ansprüche erhebt noch diese tatsächlich einfordert. Mit dieser Erkenntnis lebt man also scheinbar unbeschwert in den Alltag hinein und geniesst das Glück, nicht in irgendeinem Foltergefängnis unerträgliche Schmerzen und Demütigungen erleiden zu müssen.

Vom Frühstück bis zum Zubettgehen sind es lediglich die mittlerweile akzeptierten Gebrechen, die einen begleiten und mit denen man sich geduldig arrangiert hat. Die Schmerzen sind ja – wie gesagt – „nur“ körperlicher Natur, und die Selbstzweifel werden geschickt durch Selbstüberlistung in Schach gehalten. Also alles in Ordnung?

Nun, man lebt ja nicht allein. Die meisten Mitmenschen im näheren Umfeld meinen es doch nur gut, oder? Wohlgemeinte Ratschläge, wie man es besser machen könnte, stehen an der Tagesordnung. Doch meist steckt dahinter ein verstecktes Ziel: besser dazustehen als andere (wobei mit „besser“ nicht etwa „anständiger“ gemeint ist). Die vermeintlich gut gemeinten Ratschläge entpuppen sich oft als heimtückische, subtile Sticheleien.

Mitunter enthalten diese sogenannten Ratschläge fein formulierte Erniedrigungen – oder sie offenbaren sich als hinterlistiges „in den Rücken fallen“. Eine weitere, gut getarnte Angriffstechnik ist das Vorenthalten von Informationen. Daraus ergibt sich, dass Dritte die betroffene Person mit Schweigen und Ignoranz – meist unbewusst – „bestrafen“.

Diese versteckten Attacken lassen sich kaum in Worte fassen. Versucht man es dennoch, wirken die Formulierungen schnell übertrieben oder verzerrt.

Bei einem weiteren Versuch, die Wahrheit ans Licht zu bringen, wird einem bald depressives Verhalten unterstellt. Von dort ist es nicht mehr weit zur Diagnose einer beginnenden Demenz – die sich heutzutage ja angeblich mit einem kleinen Test leicht bestätigen lässt.

Und so findet man sich plötzlich abgedrängt in einer dunklen, einsamen Ecke wieder. Mit gesenktem Blick versucht man vergeblich, einen Hoffnungsschimmer im sternlosen, schwarzen Himmel zu erkennen. Es bleibt einem nichts anderes übrig, als diese Schmerzen – nun auch seelischer Natur – stoisch zu ertragen.

Im besten Fall wird man irgendwann durch ein natürliches Ableben erlöst. Selbst Hand an sich zu legen würde gesellschaftlich verächtlich verurteilt – denn der hinterhältige Seelenfolterer braucht seine Opfer. Traurig, aber wahr: Was einem letztlich bleibt, ist die Hoffnung auf ein baldiges Ende.
