

JESSICA SOFIE SCHWARZ

Ist TickTack nur TakTik?
Höchste Zeit, selbst & bewusst zu sein

Buch

Das Leben ist voller Überraschungen und planen lässt sich sowieso nicht wirklich etwas. Wichtig ist mir nur, dass ich die Kontrolle über mein eigenes Leben habe. Ich heiße Marie, bin 29 Jahre alt und kämpfe mich als Teilzeitpazifistin zurück in mein Leben.

Marie versteht es, die Menschen um sich herum in ihren Bann zu ziehen. Für jeden scheint sie den passenden Rat parat zu haben, und besonders bei komplizierten Angelegenheiten, melden sich selbst längst vergessene Bekannte bei ihr. Empathisch versucht sie jedes Problem, gemeinsam mit den Ratsuchenden zu lösen. Doch wer hilft Marie? Wer beantwortet ihre Fragen? Bisher hat sich keiner gefunden, der ihre Gedankenwelt versteht und sich im Stande dazu sieht, ihr auf ihrem Lebensweg behilflich zu sein. So hat Marie ihre ganz eigene Methode gefunden, sich zu helfen – und das mit Erfolg.

Autorin

»Ende 20, Bayerin und Tierliebhaberin. Drei gute Gründe, als schreibende Philosophin, nach der erfolgreich absolvierten Schule nun das Studium des Lebens zu beginnen.« Kein Tag ist wie jeder andere, und genau das hat sich die Jungautorin und Illustratorin aus München zu ihrem Lebensmotto gemacht.

Mehr zum Buch und zur Autorin unter

www.jessicasofieschwarz.de.

Jessica Sofie Schwarz

*Ist TickTack
nur TakTik?*

Höchste Zeit, selbst & bewusst zu sein

Roman

© 2017 Jessica Sofie Schwarz

Umschlaggestaltung/Satz: nicetree.design Julian Schwarz

Verlag: tredition GmbH, Hamburg

Printed in Germany

ISBN:

978-3-7439-4772-6 (Paperback)

978-3-7439-4773-3 (Hardcover)

978-3-7439-4774-0 (e-Book)

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages und des Autors unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Ich widme dieses Buch dem Menschen, der mir Tag für Tag zur Seite steht, mich inspiriert, mich erträgt, mich schätzt und liebt, und mir stets das Gefühl gibt, einzigartig und unersetzbar zu sein. Meine Gedankenwelt wurde auch durch andere Persönlichkeiten, die mir begegneten oder mir verwandt sind, beeinflusst, jedoch ist mir bisher niemand jemals so nah gekommen. Ich danke für dieses Geschenk, DICH gefunden zu haben. In Liebe, Dein LEBEN.

Aus dem Nichts

»Ich weiß noch nicht genau, wo ich hin will, aber ich weiß, dass ich weiter kommen möchte und nicht stehen bleiben kann.

Mein Geist will fliegen.

Körperlich kann es von mir aus auch in dem aktuellen Tempo weitergehen.

Meine Seele jedoch zu entdecken, ist das Spannendste und ich merke, wie ich nicht mehr nur existiere, sondern lerne zu leben.

Mein Ziel ist es, in jeder Sekunde zu SEIN und alle Facetten des Lebens und der Natur kennenzulernen, und dabei Menschen, eben andere Seelen, zu beflügeln und ihnen bei den ersten Versuchen des Fliegens unter die Arme zu greifen.

Ich gebe dabei mein Bestes Tag für Tag und entdecke vielleicht hierin den Sinn meines eigenen Lebens.«

Marie klappt ganz sanft das Buch in ihren Händen zusammen, legt ihren Bleistift zur Seite, und atmet mehrere Male tief ein und aus.

Diese Zeilen hat sie eben noch hinzugefügt. Es ist ihr erstes Buch.

An diesem Tag ist es sehr heiß, jedoch geht ein laues Lüftchen, welches Marie den wundervollen Klang buschig gewachsener Bambusse um die Ohren wehen lässt. Marie blickt entschlossen auf den Buddha, der in einem der Bambustöpfe sitzt. Der Anblick entspannt sie.

Eigentlich ist sie schon eine ganze Weile fertig mit ihrem Buch, jedoch fiel ihr stets etwas Neues ein, und so fügte sie immer wieder weitere Sätze hinzu, um ihre erhofften Leser noch präziser in ihre bunte Gedankenwelt eintauchen zu lassen.

Plötzlich rutscht sie nervös hin und her, wird immer hibbeliger, springt schließlich auf, greift sich ihr Buch und läuft damit nach drinnen in ihr Wohnzimmer.

Dort sitzt ihr Mann. Er lächelt ihr zu, während Marie freudig auf und ab springt und um ihn herum tanzt. Er steht auf, umarmt Marie, hält sanft ihre beiden Schultern fest und blickt sie an.

»Und? Wie fühlt es sich an?«

Marie strahlt über das ganze Gesicht.

»Einfach nur befreiend. Ich hätte nie gedacht, dass ich das Baby jemals zur Welt bringe, aber es ist denke ich, vollbracht. Bist Du schon bereit?«

»Klar! Ich bin schon so gespannt!«

Beide setzen sich auf den Fußboden und machen es sich bequem.

Marie beginnt laut zu lesen ...

Nur ganz kurz

Hätten Sie kurz Zeit? Könnte ich Ihnen ein paar Fragen stellen?

Ich möchte Sie ja nur ungern belästigen, jedoch wäre es mir ein Anliegen, ein paar meiner Gedanken mit Ihnen zu teilen.

Ja, genau mit Ihnen!

Sie lesen sich kurz mein Buch durch und können dann wie gewohnt Ihrem Alltag nachgehen. Oder vielleicht auch nicht?

Ich kann nicht versprechen, dass sich Ihr Leben nicht – zumindest ansatzweise – verändern wird.

Es liegt bei Ihnen, was Sie mit Ihrer Zeit anfangen.

Entscheiden Sie sich.

Einen Versuch ist es allemal wert.

Damit Sie auch verstehen, auf was Sie sich hier einlassen, ein winziger Auszug des Gesprächs zwischen mir und der Person, der ich dieses Buch zu therapeutischen Zwecken geschrieben und anvertraut habe.

»Ich stehe im ständigen Konflikt mit mir selbst und benötige Hilfe, da ich in einem Teufelskreis feststecke, der mir die Luft zum Atmen nimmt. Einen Tag denke ich, dass ich bereit bin, den nächsten Schritt zu wagen, und plötzlich habe ich doch wieder Angst, dass etwas schief gehen könnte, und die meiste Zeit endet das darin, dass ich in Tränen ausbreche. Die Tränen trockne ich zwar immer wieder und ich merke auch, dass nach Regen wieder Sonnenschein folgt, doch leider wiederholt sich dieses Szenario sehr oft. Ich weiß einfach nicht, was ich will, und warum ich so unzufrieden bin. Kannst Du mir hierbei helfen?«

»Mit Sicherheit kann ich Dir das nicht sagen, liebe Marie. Ich werde Dir zuhören und Dir meine Erfahrungen mitteilen. Dies könnte Dich dabei unterstützen, Dir erneut Deine eigenen Gedanken zu machen und viele Dinge hinterher klarer zu sehen. Gehen musst Du den Weg am Ende jedoch stets wieder allein, und ich bin nur einer von vielen Wegbegleitern, der Dich ein Stück des Weges an die Hand nimmt. Einen Versuch ist es wert und Du hast nichts zu verlieren, oder?«

Wie angekündigt, nur ein winziger Auszug.

Ich weiß nicht, wie es Ihnen geht, aber ich empfinde das als typisches *Therapeutengeschwafel*.

Sie fragen sich bestimmt, wie gerade *Sie* mir dabei behilflich sein können, Antworten auf meine Fragen zu finden, da wir uns ja sowieso nicht kennen und sie mir die Antworten nicht direkt geben können, und ich ja sowieso

einen Therapeuten gefunden habe, der sich mit meinen *Problemchen* auseinandersetzt.

Dies gilt es wohl herauszufinden.

Ich bin mir sicher, Sie besitzen die Fähigkeit, sowohl sich, als auch mir, neue Impulse zu geben, mit denen wir dem Sinn des Lebens schrittweise näher kommen.

Aber lesen Sie doch einfach selbst.

Selbstbestimmung oder Selbstbeherrschung – der erste Versuch

Kennen Sie diese Menschen, die um Tische und Stühle gekniet außen herum staubsaugen und wischen, um nur nicht Etwas anheben zu müssen?

Dies könnte ja *zu viel Zeit* in Anspruch nehmen, und es ist ja doch noch nicht so viel Staub, dass es sich *dieses Mal* lohnen würde.

»Das mache ich ganz sicher beim nächsten Mal. Dann putze ich es richtig gründlich und nehme mir mehr Zeit. Sieht ja keiner«, so sagen sie.

Sie ertappen sich jetzt gerade selbst? Ich mich auch, um ehrlich zu sein.

Muss denn auch immer alles so kompliziert sein?

Die Antworten, die ich bisher auf diese Frage erhalten habe, waren stets sehr ähnlich. Sie deuteten lediglich auf zwei Buchstaben hin und zeigten hinterher auf meine *vier* Buchstaben, die ich in Gang bekommen müsse, da Faul-

heit ja bekanntlich eine Todsünde ist, *oder so*.

Um auf den Punkt zu kommen – ich bin ein Mensch, der wie Sie, nicht in Perfektion einsam verkommen möchte und freue mich, gerade mit Ihnen, eine Leserin oder einen Leser hinzugewonnen zu haben, die oder der auch nur *ein Mensch* ist.

Ich sage Ihnen jetzt schon einmal herzlich *danke*, dass Sie so *gnädig* sind, und mir Ihre *kostbare* Zeit widmen.

Um diese wird es sich öfter in diesem Buch drehen, wie der Titel bereits vermuten lässt. *Aber wirklich nur ganz kurz*.

Sind Sie noch da? Erwischt!

Gerade wollten Sie das Buch, *äh ...* Ihr Tablet, oh Verzeihung, Ihren *E-Book Reader* zur Seite legen und sich um *Wichtigeres* kümmern, oder doch noch dies und das im Internet bloß *ansehen*, da Sie ja sonst keine *Zeit* dafür finden.

Jaja, das kenne ich auch zu gut, mal eben ins Internet gehen, um Etwas *kurz* anzusehen – *gar nichts kaufen zu wollen*, um jedoch drei Stunden später festzustellen, dass ich sowohl eine trockene Netzhaut, als auch kaum mehr Speichel im Mund habe, sich die Mundwinkel komisch verzogen haben, und ich hoffe, aus dieser *Gollum-Haltung* wieder herauszufinden.

»Welchen Tag haben wir heute? Habe ich gegessen? Was wollte ich verflixt nochmal eigentlich im Internet *Wichtiges* nachsehen?«, frage ich mich dann.

Bewusst werden wir ständig abgelenkt, durch irgendetwas oder irgendjemanden, und unsere Blicke werden geschickt auf bestimmte Ziele gelenkt – hauptsächlich durch Werbung.

Ich für meinen Teil finde das erschreckend.

Stimmt es wirklich, dass wenn wir durch eine Türe gehen, wir das eben Gedachte sofort wieder vergessen?

Muss ich mir alles in den Sinn gekommene aufschreiben, bevor ich durch irgendwelche *Türen* gehe?

Heutzutage haben wir ja bereits die Möglichkeit, Alles in unsere eckigen *Superhirne* zu sprechen, die sogar das Denken für uns übernehmen.

Liegt nicht genau hier das Problem? *Verlernen wir dadurch, selbstständig zu denken?*

Mir fällt es beispielsweise besonders bei der Nutzung des Smartphones auf. Es korrigiert meine Rechtschreibung, erinnert mich an Termine und Geburtstage und weiß eigentlich sowieso besser als ich, was ich brauche und was nicht. Wenn ich dann eine Postkarte verfassen möchte, bin ich mir bei den einfachsten Wörtern unsicher, ob ich sie richtig geschrieben habe.

Da das Gehirn unser größter Muskel ist – *den wir ebenfalls trainieren sollten* –, kann ich mir nicht vorstellen, dass meine Gehirnleistung in den letzten 15 Jahren dermaßen abgenommen hat, sodass ich bald überhaupt nichts mehr selbständig bewältigen kann. *(In den speziellen Arealen, die für die richtige Schreibweise zuständig sind, hat sie das womöglich doch?)*

Früher, vor allem in der Schule oder während meines Studiums, hatte ich diese Probleme zumindest nicht – so viel steht fest. *Wobei das auch nicht ganz richtig ist, wenn ich länger darüber nachdenke.* Einen Fehler hatte ich eine ganze Zeit lang gemacht. Ich schrieb »vertig« statt »fertig« – wir fangen alle mal klein an.

Um nicht doch Gefahr zu laufen, irgendwann keine Bücher mehr verfassen zu können, habe ich inzwischen die Auto-Korrektur wieder abgeschaltet und übernehme für meine Schreibfehler selbst die Verantwortung.

Weiter fällt mir auf, dass sich tagtäglich meine Vorhaben für den Tag summieren, meine Zeit hingegen weniger wird. Das ist nicht nur der Tatsache geschuldet, dass ich jeden Tag älter werde, sondern, dass ich mir stets vornehme, *noch* mehr Dinge abzuarbeiten, zu unternehmen oder eben *bloß anzusehen*.

Hinzu kommt, dass quasi sekundlich neue Unternehmen aus dem Boden sprießen, die mir mit ihren *glorreichen* Ideen das Leben erleichtern und es noch komfortabler gestalten möchten. Durch die mir angebotenen Annehmlichkeiten dieser Firmen, der ganzen Flut *neuester* technischer Produkte, *aktuellster* Nachrichten, *lesenswerter* Bücher und *atemberaubender* Filme, kann ich mich kaum entscheiden, wo ich beginnen soll, mir *helfen* zu lassen und mein Wissen zu erweitern. Eigentlich möchte ich doch nur etwas über *mich selbst* erfahren und interessiere mich gar nicht für all diese Dinge.

Können wir das eigentlich noch selbst bestimmen, *was*