

**„Die Achtsamkeit auf den Körper ist ein Heilmittel für alles.“**

(der Buddha)

**7:30** ich wache auf bevor der Wecker klingelt. Der war für 8:00 gestellt. Gestellt sein. Sich zur Verfügung stellen. Etwas umstellen. Sich verstellen. Etwas oder jemand vorstellen. „Sie machen sich keine Vorstellung“ (Tanzquartier Wiens neuer Leitspruch) Gegen den ich eine gewisse Abneigung hege, weil er ein Unbehagen hervorrufft, vielleicht auch nur deshalb weil mein Freund P. als er den Satz las die Augen verdrehte und leicht widerwillig durch die Nase schnaubte. Ein kleines kaum hörbares Schnauben. Aber alles das hat nichts mehr mit 7:30 zu tun, sondern ist der unerforschte Gedankenmüll von 13:53

**13:53** hallo lieber fishy, schön, dass Du mir diesen Raum zur Verfügung stellst, damit ich endlich tun kann, was ich schon lange nicht mehr getan habe: auf der Normseite (die mir vor 3 Jahren mein Freund W. für das schreiben der Familientexte eingerichtet hat) zu schreiben.

Also das ist das was ich hier gerade tue, nachdem ich vorher um

**13:00** auf dem Bett gelegen bin um mich zu entspannen. Mein ganzes Leben ist der permanente Versuch einer Annäherung an diesen Moment. Meistens entwischt mir dieser Moment genau in dem Moment, wo ich ihn wahrnehme und sofort wieder vergesse, weil mich meine Gedanken an einen anderen Ort führen. An einen Ort wo ich gewesen bin oder möglicherweise sein werde, was ein Ding der Unmöglichkeit ist, denn dieser Ort der Zukunft mag wohl in der Vorstellung existieren, aber seine Realität wird eine andere sein, als die die ich mir jetzt vorstelle.

**13:59** drauszen vor der Hoteltür Nr. 50 wird geklatscht. Sobald dieser Satz geschrieben ist, ist das Geschehnis bereits seit 1 Minute Vergangenheit. Um 13:59 habe ich an den Tod gedacht, aber jetzt weisz ich nicht mehr warum oder wohin mich dieser Gedanke hätte führen können, weil mir das Klatschen in die Quere gekommen ist und einen neuen Gedanken erzeugt hat.

**14:02** es ist seltsam einen Beruf zu haben, wo das klatschen so eine unglaubliche Rolle spielt. Nicht das eigene, sondern das der anderen. Deshalb geniesze ich diesen Moment hier sehr, bis auf die Sitzhöhe meines Sessels, die im Verhältnis zur Höhe des Tisches im Verhältnis zu der Länge meiner Arme einen Schmerz in den Schultern nach sich zieht.

**14:05** ich sitze hier wie eine beauftragte Sekretärin und tippe das Diktat meiner Gedanken, die wesentlich schneller sind als ich jemals sein werde.

**14:06** alles geht permanent und unwiderruflich verloren, auch wenn wir uns noch so sehr bemühen etwas von Dauer zu errichten. Ich könnte jetzt die Trennungen der letzten 7 Jahre aufzählen, ich könnte aber nicht aufzählen wieviele Haare ich heute früh beim Haarwaschen und abschließendem trockenreiben der Haare verloren habe. Das wäre mal ein Projekt: alle Haare zählen die eine/einer im Lauf von 7 Jahren verliert.

**14:09** um 14:03 hat jemand die Tür geöffnet und ist in der Tür stehen geblieben und hat gepfiffen. Leise. Ich habe diese Person nicht gesehen. Ich glaube es war meine Großmutter der Wolf, der von den Ziegen gefressen wurde.

**14:10** angeblich gibt es ein Volk, in dem Denken keine Vorstellung von Zukunft existiert. Für die Menschen existiert folglich nur die Vergangenheit und die Gegenwart. Das würde die Fülle meiner Gedanken um ein Drittel reduzieren.

**14:13** ich habe Besuch bekommen, dieser Besuch sitzt rechts von mir und hinter mir. Ist es sehr unhöflich, wenn eine ihren Besuch einfach sitzen lässt? Ich kann kaum schreiben, wenn mir jemand dabei zusieht. Das war schon immer so bei mir, sobald mir jemand zusieht, habe ich das Gefühl nichts mehr zu können.

**14:14** „hinterlassen sie keine Spur“ von wem ist das? Ich bin eine schreckliche Gastgeberin. „Wir haben Dir ein Lied mitgebracht“

**14:32** meine Gäste sind gegangen. Was bedeutet Gastfreundschaft? Jemand an sich ranzulassen. Die Scheu zu spüren und die Freundlichkeit des Gegenübers.

**14:34** die offene Tür in meinem Rücken geht doch nicht, weil mich die Geräusche der Stimmen ablenken, weil ich dann sofort lieber dort wäre wo die Stimmen sind und nicht hier an diesem Tisch.

**14:36** F. entschuldigt sich, dass er das Clo benutzt, weil er selber keines hat, „ich hab gar nichts“ und damit meint er, dass es in seinem Zimmer weder eine Toilette noch ein Bad gibt. Mit einem herzlichen Lächeln. Wie schön sein Lächeln ist, ein herzöffnendes Lächeln hat er.

**14:39** J. war da und hat sich kurz auf das ausgezogene Bett gelegt.

**14:40** manchmal wenn sich Menschen unbeobachtet fühlen und einfach so vor sich herschauen, dann kann eine für einen Moment lang den Schmerz dieser Menschen sehen. Den Schmerz den das Leben diesen Menschen zugefügt hat.

**14:42** mein Schmerz hat sich zurückgezogen, weil ich mich beschäftigt halte. Aber er ist bei mir zu Hause und darf sich´s endlich gemütlich machen, darauf wartet er schön länge. Auf eine wirklich liebevolle Umarmung. Schon alleine die Vorstellung, dass ich meinen eigenen Schmerz umarmen könnte, war mir lange Zeit peinlich. Aber wer wenn nicht ich kann das tun. Niemand will einen fremden Schmerz, weil jede und jeder viel zu viel zu hat mit dem eigenen. Aber manchmal finden sich zwei oder auch mehrere und schenken sich ein bisschen

**14:47** habe den Faden verloren. Wahrscheinlich liegt es am Hunger, der sich langsam meldet.

**14:54** das Konzert nebenan hat begonnen. Ich bin sehr müde und hungrig. Es braucht eine gewisse Gnadenlosigkeit, um Kunst zu machen, wollte ich sagen und mit Gnadenlosigkeit meine ich die Tatsache, dass ich hier sitze, obwohl ich zum umfallen müde und wirklich hungrig bin und trotzdem weiterschreibe, aber Gnadenlosigkeit ist wahrscheinlich nicht das richtige Wort.

**14:57** ich mache Mittagspause und geh Bulgogi ins Yello essen.

**16:02** bin wieder zurück und probiere einen anderen Sessel aus.

**16:05** Irma Vep trillert und ich lege mich ins Iglu von fishy und elfriede. Bin unendlich müde und die Müdigkeit macht mich traurig, traurig darüber, dass ich im Moment keine Kraft habe um zu kommunizieren, in dem Wissen, dass ich heute Abend alle Kraft der Welt brauchen werde um den Teufel noch einmal hochzustemmen. „Ich kann nicht mehr kommunizieren, nach 48 Stunden ohne Schlaf. Die Leute reden und ich hör nur mehr so qua qua qua.“ Das erinnert mich an das Buch von Kathrin Röglar „wir schlafen nicht“ Dabei nennt sich dieses Projekt „schlafen in wien“ oder „schlafen im hotel“

**16:11** im Iglu und liegend schreiben macht den Schmerz in den Schultern um nichts besser. Jack und Sabina haben sich einen Plan für 48 Stunden gemacht. Ich habe mir für meine 9 Stunden keinen Plan gemacht, ausser dass ich schreiben möchte und das Schreiben als Prozess begreifen möchte

**16:12** die Tür öffnet sich. Eine weibliche Stimme sagt „hier riechts so lecker.“ Atmet tief durch. „Hier riecht´s so gut.“ Ich sage, weil ich ja im Iglu bin und nicht unfreundlich sein will „hallo“. Mein „hallo“ bleibt ungehört, die Türe schlieszt sich von auszen. Ich bleibe alleine zurück mit meinem rauschenden Laptop, den ich mittlerweile auf den Schosz genommen habe. Gertrude Stein. Das war im Sommer vor 2 Jahren. In diesem Sommer wurde meine Schwester operiert und ich bin in ein tiefes dunkles Loch gefallen, weil ich dieses Buch gelesen habe, dessen Titel ich nicht erinnere, aber an die aussichtslos Lage der beiden Protagonistinnen, das waren amerikanische Schwestern und das Buch war die Beschreibung eines aussichtslos gescheiterten Lebens

**16:20** (in etwa) „Salut Barbara“... „meinst du mit dem Bett, dass auch hin und wieder geschlafen werden muss?“... „Was hast du denn jetzt?“  
„Wann bist Du denn fertig?“ „Ich glaub um 5“...„Da will man eigentlich nicht mehr raus. Hast du noch überhaupt nichts geschlafen? Die Barbara? Die kommt noch?“

**16:21** „na so schnell geht´s im Leben. Ich hab ihn es schon gesucht unseren Bassisten“ Sir Talalla schaut in das Iglu rein und fragt flüsternd „Was machst du?“ ich antworte „Ich schreibe.“

**16:23** die Tür ist offen geblieben. Stimmen am Gang.

**16:24** ich habe die Türe wieder zugemacht

**16:28** seltsame Form des Schreibens, wo sich die Unterbrechungen mit einschreiben, die Momente des „ungestört seins“ ängstlich gefüllt werden müssen mit neuen Zeilen, die dann doch nirgendwo hinführen.

**16:29** jemand hat mir ein sms geschickt, ich möchte wissen wer. Schon wieder eine Unterbrechung. Habe nach der Mittagspause vergessen mein Handy auf lautlos zu stellen.

**16:30** kurze Unterbrechung

**16:31** das sms: „Liebe barbara, ja aloisia macht mich nicht glücklich.“ Lg. Dorli

**16:33** und dafür bin ich jetzt aufgestanden. Dafür habe ich mich unterbrechen lassen. Dafür habe ich die letzten zwei Jahre gearbeitet. Dafür habe ich die letzten drei Monate alles durchgehalten, dass mir dann eine Freundin den lapidaren Satz schicken darf: „ja, aloisia macht mich nicht glücklich.“

16:35 deshalb bin ich froh, dass ich hier alleine in diesem Iglu sitzen kann mit meinem schnurrenden Laptop am Schosz, denn egal wie sehr sich eine auch anstrengt, wieviel Haare dabei auch verloren gehen, immer wird es eine oder einen anderen geben, die oder den man damit wenn schon nicht unglücklich zumindest auch nicht glücklich macht und in diesem Fall hat die nicht beglückte Person, bereits 5 Minuten nach dem die Performance begonnen hatte, das Weite gesucht und jetzt soll die arme Aloisia Schuld an ihrem „Nicht Glück“ sein. Das ist doch lächerlich und überhaupt wie komme ich dazu für das Glück oder Unglück der anderen zuständig zu sein?

**16:38** das wurmt und macht mich wütend. So wütend, dass ich mich einmal mehr frage, wozu ich mir diesen ganzen Wahnsinn eigentlich antue. Wozu das alles? Und damit meine ich jetzt nicht diesen Moment hier mit mir allein.

**16:40** die langen Rückenstrecker beginnen zu schmerzen. Weil die Wände dieses Iglus keinen Halt bieten. Haltlos sind.

**16:41** kurze Pause. Bin gekränkt.

**16:42** jetzt hab ich ins Iglu gefurzt. Wie peinlich. Werde mal kurz lüften. Obwohl zu mir traut sich eh keine/r mehr rein. Die spüren, dass ich die Menschen grad nicht mag (vielleicht spüren sie das, vielleicht bilde ich mir das auch nur ein)

**16:44** muss auf's Clo. F. hat mir mal beim pinkeln zugehört, besser gesagt, das Geräusch meines pinkelns war in seinen Ohren, ohne dass ich etwas davon wusste. Habe keine Lust zu erklären warum.

**16:47** drei Minuten habe ich zum pinkeln gebraucht. Ich habe das Fenster aufgemacht. Draußen wird es gerade dunkel. Die Autos am Gürtel leisten mir Gesellschaft. Auf der Postkarte vor mir steht 07. Dahin will ich nicht zurück. In das Jahr 2007. Das tut noch immer weh, oder immer wieder weh. Das Jahr 2007

**16:50** „Der Zitronenduft kommt irre gut an bei den Leuten ... ich find ihn ja .... und die Texte aufhängen, auflegen, draufsetzen! Du setzt Dich einfach voll auf die Texte drauf.“ (das war fishy, der jetzt neben mir sitzt mit seinem Laptop am Schosz.) Mittlerweile bin ich nicht mehr im Iglu, sondern sitze wieder am Tisch. Er „Ist aber schon schön hier im Hotel.“ Ich „Sehr schön.“ Er „Ich geh mal eine Zigarette rauchen, ins Raucherzimmerl vom Fritz.“

**16:54** Ich habe, wenn ich tatsächlich um 17:00 aufhöre zu schreiben, noch genau 6 Minuten Zeit. Das setzt mich unter Druck und deshalb überlege ich mir, ob es nicht besser wäre mir noch eine halbe Stunde Zeit zu geben, denn eigentlich wäre meine Anwesenheit hier bis 18:00 geplant.

**16:56** ich mache das Fenster zu. Ich komme oft nicht zum arbeiten, weil die Vorbereitung für die Arbeit soviel Zeit in Anspruch nimmt. Ich kann nicht arbeiten ohne:

ein Glas heißes Wasser getrunken zu haben  
am Clo gewesen zu sein  
gefrühstückt zu haben  
mediert zu haben  
laufen

**16:59** jetzt ist es **17:00**