

Gespräche mit der Eisprinzessin Mut und Angst

Die Eisprinzessin mag es gar nicht, wenn ich mich meinen Ängsten stelle und sie überwinde, denn das macht ihr Angst. Sie würde das natürlich nie zugeben, statt dessen versucht sie mich davon abzuhalten, indem sie Tatsachen verdreht oder besonders zickig wird.

„Du willst also tatsächlich an dieser Lesung teilnehmen?“ fragt sie vorwurfsvoll. „Ja“, antworte ich. „Warum denn nur?“ „Ich habe zugesagt“, erkläre ich einfach. „Aber warum hast du zugesagt?“, will die Eisprinzessin wissen. „Warum nicht?“ frage ich zurück. „Weil alles Mögliche schief gehen kann, du könntest rot werden, dich versprechen, dir könnte übel werden, du könntest stolpern, hinfallen, die Leute könnten dich auslachen ganz abgesehen davon, dass deine Texte sowieso Mist sind“ zählt die Eisprinzessin auf. „Und wenn schon, dann werde ich eben rot, verspreche mich, dann wird mir eben übel oder falle hin. Es gibt schlimmeres“, erwidere ich. „Was kann den noch schlimmer sein?“ „Nun, ich könnte auf dich hören und nicht dort hingehen, das wäre schlimmer.“ Die Eisprinzessin ist entrüstet: „Wenn du auf mich hörst kann dir gar nichts schlimmes passieren und nicht dorthin zu gehen ist richtig. Du wirst dich einfach fürchterlich blamieren vor den anderen, wenn du da mitmachst.“ „Möglich“, räume ich ein, „aber wenn ich es nicht tue, blamiere ich mich vor mir selbst und das ist viel schlimmer.“ „So ein Unsinn“, behauptet die Eisprinzessin, „es ist viel schlimmer, wenn du dich vor anderen blamierst. Ich glaube, du traust dich jetzt nur nicht mehr abzusagen, weil du so ein elender Feigling bist.“

„Nein“, erkläre ich, „ich würde mich schon trauen, abzusagen, aber ich will es nicht. Ja, ich habe Angst mich bei der Lesung zu blamieren, aber es gibt nur einen Weg, die Angst zu überwinden und das ist, das was einem Angst macht trotzdem zu tun.“ „Quatsch“, lacht die Eisprinzessin, „die Ängste überwinden, indem man das tut, was einem Angst macht. Den Unsinn haben sie dir sicher in der Psychiatrie erzählt.“ „Das ist kein Unsinn. Ich habe es in den letzten Wochen und Monaten ausprobiert und es funktioniert.“ „Ja“, aber wozu willst du an einer Lesung teilnehmen, das musst du doch gar nicht, was soll das bringen?“ „Wir drehen uns im Kreis“, antworte ich leicht genervt, „ich habe dir doch schon gesagt, warum ich es tun möchte. Überhaupt weiß ich auch nicht, warum du damit so ein Problem hast, du musst ja nicht mitkommen.“ „Natürlich muss ich mitkommen, wer soll dich denn sonst unterstützen?“ „Was du tust, ist keine Unterstützung, sondern Unterdrückung. Wovor hast du eigentlich eine solche Angst?“ „Ich habe vor gar nichts Angst“, antwortet die Eisprinzessin. „Doch du hast Angst, man merkt es dir an. Wenn du Angst hast, fängst du an zu lachen und du wiederholst dich, weil dir die Argumente ausgehen.“

Die Eisprinzessin lacht und wiederholt: „Ich habe vor gar nichts Angst. Wovor sollte ich wohl Angst haben?“ „Vielleicht“, überlege ich, „hast du Angst deinen Job zu verlieren.“ „Ich habe vor gar nichts Angst“, sagt die Eisprinzessin noch einmal. „Ich glaube deine Platte hat einen Sprung“, antworte ich, „vielleicht solltest du doch noch mal über den Urlaub nachdenken, den ich dir vorgeschlagen habe.“

Andrea