

SCORPIO
We Change the World

Janice Jakait

FREUT EUCH NICHT ZU SPÄT

Warum das zweite Leben beginnt,
wenn man begreift,
dass man nur eines hat



Vollständige Taschenbuchausgabe 2022
© 2016 der Originalausgabe Europa Verlag,
ein Imprint der Europa Verlage GmbH, München
Logoentwurf: Hauptmann und Kompanie, Zürich
Umschlaggestaltung: Danai Afrati, München,
unter Verwendung eines Fotos von © Janice Jakait
Gestaltung der Karte auf Seite 238-239:
Markus Weber, Guter Punkt, München
Satz: Margarita Maiseyeva, Donaueschingen
Druck & Bindung: Pustet, Regensburg
ISBN 978-3-95803-444-0
Alle Rechte vorbehalten.
www.scorpio-verlag.de

*Für
Sophia,
Helena & Emina*

INHALT

EINLEITUNG

Willkommen im Augenblick! 9

ERSTES KAPITEL

Der Aufbruch ins zweite Leben 15

ZWEITES KAPITEL

Die Entdeckung des Unterwegs 53

DRITTES KAPITEL

So viele Umwege ins Hier und Jetzt! 89

VIERTES KAPITEL

Mit Mut ins Vertrauen 113

FÜNFTES KAPITEL

Der Weg vom Kopf ins Herz 135

SECHSTES KAPITEL

Die Vertagung der eigenen Vergänglichkeit 177

SIEBTES KAPITEL

Von Ziel zu Ziel 201

ACHTES KAPITEL

Hinter dem Horizont 225

Dank 236

Anmerkungen 237

Über die Autorin 240

EINLEITUNG

Willkommen im Augenblick!

*»Habe den Mut, dich deiner eigenen Freiheit
zu bedienen.«*

WIR LEBEN GERN am schnellen Puls der Zeit, spüren dabei aber oft kaum noch unseren eigenen Pulsschlag. Wir können heute fast alles erreichen, doch was genügt und erfüllt uns noch wirklich? Auch ich kam überall hin im Leben – hatte so viele Möglichkeiten und Chancen! –, doch ich kam nirgends richtig an. Ich fand einfach keine dauerhafte Zufriedenheit – und auch keinen rechten Lebensinn.

Ich steckte in einem Hamsterrad fest. Ständig hingen mir neue Ziele und Hoffnungen wie Karotten vor der Nase, und ich hoffte, das Hamsterrad würde zum Karussell werden, wenn ich nur noch mehr Schwung holen und noch schneller laufen würde. Im Versuch, ständig alle Umstände und mich selbst zu verändern, brannte ich jedoch regelmäßig aus. Ich fand keine Stabilität, keine

Harmonie oder Balance, mein Leben war ein ständiges Auf und Ab. Ich hing wie an einem Gummiband, nach jedem Schritt vorwärts zog es mich zwei zurück. Die einzige Konstante im Leben war die Sehnsucht nach Veränderung – die Hoffnung darauf, in der Zukunft endlich in der Gegenwart ankommen zu können und dann zufrieden zu sein mit dem, was ich habe, und dem, was ich bin. Ein Widerspruch, der mich zerriss.

Wo es einfach nicht gelang, »anzukommen«, wollte ich vor mir selbst und vor meiner Verzweiflung davonlaufen, flüchtete um die halbe Welt, ruderte über einen Ozean, hoffte, in der Ferne Frieden zu finden, doch ich begriff zunehmend, dass jede weitere Bemühung darum mich nur in weiteren Unfrieden stürzte. Das Problem waren meine alten Überzeugungen, und die hatte ich immer im Gepäck.

Erst in der totalen Erschöpfung und Hoffnungslosigkeit offenbarte sich mir ein wirklich anderer Weg – ein Weg in ein anderes, ein zweites Leben mit neuen Überzeugungen. Ein Weg zurück zu mir selbst – heraus aus dem Kopf und zurück in die Wirklichkeit des Seins.

Ich hatte mich zu lange von anderen Menschen davon überzeugen lassen, wer ich sein sollte und was ich zu tun hatte, um Erfüllung zu finden. Ich lebte das Leben der anderen, die jedoch auch nicht ihr eigenes Leben lebten. Dabei hatte ich nur mein eigenes Leben. Und was für eines! Das zweite Leben beginnt, wenn man begreift, dass man nur eines hat. Wenn man den Mut findet, sich

seiner eigenen Freiheit zu bedienen, und es wagt, dieses Leben endlich auch zu leben!

Inzwischen bin ich seit mehr als vier Jahren unterwegs auf diesem zweiten Lebensweg zurück zu mir – auf dieser Reise vom Kopf zurück ins Herz. Und ich gehe den Weg zusammen mit wundervollen Menschen. Ich bin davon überzeugt, dass dieser Weg uns nicht an ein Ziel führen wird, sondern dass er selbst das Ziel ist. Es ist der bewusste Weg in die unermessliche Tiefe der Schöpfung, zurück in die Wirklichkeit, die erlebt und erfahren werden will. Grenzen setzten uns nur unsere beschränkten Vorstellungen.

Das zweite Leben ist ein Leben der Selbstermächtigung, in dem man die Verantwortung für das eigene Denken und Handeln wieder übernimmt und zu seinen wahren Bedürfnissen und den Bedürfnissen anderer Menschen zurückfindet. Man erkennt, dass Zufriedenheit und Erfüllung eine Frage der Einstellung und nicht der Umstände ist.

Der erste Schritt auf dem Weg ins zweite Leben ist die Ehrlichkeit zu sich selbst. In den folgenden Kapiteln möchte ich daher auch immer wieder ehrlich und ungefiltert von meinem Lebensweg berichten, möchte authentisch bleiben und nicht um jeden Preis gefallen. Und da dieses Buch ohnehin kein Gesetzbuch oder Ratgeber werden soll, erhebe ich auch nicht den Anspruch, immer und mit allem recht zu haben und überall zu absoluter Klarheit

gelangt zu sein. Ich bin davon überzeugt, dass es im Leben nicht nur um absolute Wahrheiten geht, sondern auch um Fantasie und vielfältige Meinungen, die inspirieren und andere Perspektiven eröffnen.

Mein größtes Abenteuer war es, wieder hier im Leben und im Miteinander anzukommen, nicht mehr weglau-
fen und kämpfen zu müssen, und davon handelt dieses Buch. Weglaufen ist einfacher als leben – kämpfen ist einfacher, als sich hinzugeben! Wir leben im Alltag oft, als wäre unsere Zeit auf diesem Planeten bloß eine Fingerübung, das Vorspiel, und das eigentliche, richtige Leben käme irgendwann später. So viele Möglichkeiten stehen uns offen, so vieles will erreicht werden, doch für Geduld und Hingabe bleibt nur noch selten Zeit. Unsere Gedanken kreisen so oft nur um die Vergangenheit und Zukunft, dass wir dabei völlig das Wunder und Privileg aus dem Auge verlieren, dass wir jetzt hier sind! Wir sind überall, aber nur noch selten dort, wo das Leben tatsächlich stattfindet: im Augenblick und in der Wirklichkeit.

Dieses Buch möchte ermutigen, wieder mehr zu vertrauen, sich hinzugeben, loszulassen, um das Ankommen in der Gegenwart selbst erfahren zu können – hier und jetzt, auch einmal ohne Ziele und Erwartungen. Ich werde von meiner Reise zu neuen Einsichten berichten und von den »Sehenswürdigkeiten« und Ausflugszielen auf meinem Lebensweg erzählen – und mich hin und wieder im Meer meiner Gedanken treiben lassen.

Nur eines ist wirklich ganz sicher im Leben, nämlich, dass du gerade diesen Satz liest. Willkommen im Augenblick, willkommen in der Wirklichkeit! Wenn du Lust darauf hast, können wir einige Kapitel lang gemeinsam von Augenblick zu Augenblick reisen. Ich würde mich freuen!

** Janice **

ERSTES KAPITEL

Der Aufbruch ins zweite Leben

*»Alles braucht seine Zeit, auch das Begreifen,
dass es irgendwann zu spät ist.«*

»DAS ZWEITE LEBEN beginnt, wenn man begreift, dass man nur eines hat.« Dieser Satz ging meiner Freundin Emina durch den Kopf, als ihre Partnerin vor siebzehn Jahren in ihren Armen starb. Krebs. Ein Menschenleib, verstrahlt und vergiftet von den verzweifelten Versuchen, ihn weiter am Leben zu erhalten. Vergebens.

Heute sagt Emina, wer niemals einen Menschen so sehr lieben durfte, könne niemals begreifen, wie kostbar das Leben und die Liebe sind und was Dankbarkeit bedeutet.

Da gab es diesen einen Tag im gemeinsamen Leben der beiden, an dem sie aufgaben und nicht mehr weiterkämpften. Sie brachen die Behandlungen in der Klinik ab und schlossen sich in ihrem Londoner Apartment ein, verschanzten sich im Doppelbett und redeten nur noch

von all den Dingen, die sie so gerne noch miteinander erleben wollten, jetzt aber nicht mehr miteinander erleben durften. Ganz triviale Dinge – die aber tatsächlich Möglichkeiten tiefster Erfüllung hätten sein können, kostbare Möglichkeiten, die sonst allzu oft als Selbstverständlichkeiten an uns vorüberziehen. Was kümmert den, der noch eine Ewigkeit vor sich wähnt, die Erfüllung, die es bedeutet, jetzt überhaupt am Leben sein zu dürfen?

Tenzin Gyatso, der 14. Dalai Lama, brachte es einmal trefflich auf den Punkt:

*Wir leben, als würden wir nie sterben,
und dann sterben wir, ohne wirklich gelebt
zu haben.*

Am Morgen nach der Beerdigung stand Emina in der Küche, der Tisch war gedeckt für zwei. Während für sie die Zeit stillstand und sie auf eine leere Tasse starrte, saßen sich in London in diesem Moment sicher Tausende Menschen schweigend an Frühstückstischen mit vollen Kaffeetassen gegenüber und hatten sich nichts zu erzählen.

Wenn ich heute mit Emina spreche, sitzt mir eine charismatische, selbstbewusste Frau gegenüber. Ein Leuchtturm an Zuversicht und Lebensfreude. Erst durch diese Erfahrung hatte sie begriffen, dass auch ihr Leben endlich ist und sie schon morgen keine Zeit mehr haben könnte, es auch zu leben. Und dass ein Leben ohne Gefühle und

ohne wahre Liebe kein Leben ist, sondern eine sicher dramatische, aber recht theoretische Abhandlung.

Heute ist sie sich bewusst, dass sie immer die Wahl hat, sich *für* etwas vollumfänglich zu entscheiden – und nicht nur *gegen* unzählige Dinge, die ihr nicht genügen könnten, vielleicht auch nur, weil sie anderen auch nicht genügen würden. Und das bedeutet eben auch, die Haltung und den Blickwinkel zu verändern, den eigenen Standpunkt auszuloten. Wir haben die Wahl, zu entscheiden, wem wir genügen wollen, uns selbst und den Menschen, die uns genauso lieben, wie wir sind, oder einer Masse, der alles gleichgültig ist, was nicht ihren hohen Erwartungen entspricht, die sie selbst kaum erfüllen kann.

**Was kümmert den, der noch eine Ewigkeit
vor sich wähnt, die Erfüllung, die es bedeutet,
jetzt überhaupt am Leben sein zu dürfen?**

Nichts konfrontiert uns stärker mit der Tatsache, dass alles vergänglich und deshalb so kostbar ist, als der Tod – oder eine schwere Lebenskrise, die auch eine Form von Tod darstellt, den Tod unserer Wünsche, Pläne und Ziele, die wir für unser Leben hatten. Wir wachen auf und fassen möglicherweise den Beschluss, ein neues Leben zu beginnen, damit wir keine weiteren Augenblicke mit Nichtigkeiten vergeuden. Um Gewissheit zu erhalten, was wir aus unserem alten Leben loslassen

oder festhalten wollen, sollten wir es uns erst einmal vergegenwärtigen. Nur wenn wir die Vergangenheit durchleuchten, wird sie keine Schatten mehr in die Zukunft werfen. Und wo Licht in der Vergangenheit und in der Zukunft scheint, stolpern wir auch in der Gegenwart nicht mehr durch die Dunkelheit.

Was wir sehen, tut oft weh, doch gerade in diesem Schmerz – in der Enttäuschung und Verzweiflung – offenbart sich die Möglichkeit, alte, festgefahrene Denkmuster und Vorstellungen, die sich nicht bewährt haben und mit denen wir gegen die Wand gefahren sind, loszulassen und zu neuen Überzeugungen zu gelangen, die uns erst andere Wege eröffnen.

Der Mensch findet sich und seine Mitte nur, wenn er alle Seiten in sich erkennt und erfährt. Und nur dadurch wird die Mitte zur Fülle, und das Sein kann zur Erfüllung werden. Was wir meiden und was wir nicht sehen wollen, wiegt umso schwerer, je weiter wir uns davon entfernen und wegwünschen; gleich einem Hebel, der immer länger wird, bringt es uns doch ins Wanken und irgendwann ganz aus der Balance. Was wir unterdrücken und nicht sehen wollen, machen wir stärker. Was wir nicht beherrschen, beherrscht uns. Nur wer seine vermeintlichen Schwächen und verdrängten Bedürfnisse erkennt und sich ihnen stellt, entdeckt seine ganze Fülle – und kann Erfüllung finden.

Um ein anderes Leben zu leben – mein eigenes, mit allen meinen Seiten und Facetten! –, musste auch ich erst

einmal hinschauen, welches Leben ich bisher gelebt hatte, und warum das Glück immer in der Zukunft und in der Ferne zu warten schien, aber nie da, wo ich jetzt gerade ungeduldig verweilte. Ich musste mich selbst fragen, wer ich heute wirklich bin, wie es dazu kam und wer ich gern werden möchte.

Zurück zu den Sternen

Angeblich begann das ganze Theater schon in einem Kreißsaal an einem Donnerstagmorgen im Juli 1977 – ich wollte einfach nicht raus in diese Welt. Ich drehte mich lieber noch einmal auf die Seite, denn ich kam ohnehin schon viel zu spät zum geplanten Geburtstermin. Und daran, dass ich morgens zu spät komme, würde sich auch in den nächsten dreißig Jahren nicht mehr viel ändern.

Den ersten Moment, an den ich mich selbst erinnern kann, erlebte ich fünf Jahre später auf der Treppe vor der Schulsporthalle, neben der wir wohnten. In meiner Vorstellung öffnet sich der Vorhang, die Sonne scheint, eine Brise Abenteuerluft weht mir durch die blonden Haare, und ich sitze auf den massiven Steinstufen neben meinem besten Freund. Wir beide blicken in den blauen Sommerhimmel und erinnern uns gegenseitig daran, dass wir bloß nicht zu lange in den gefährlichen Feuerball da oben starren dürfen. Weil die Augen dann ganz

bestimmt platzen, meint er. »Nein, weil sie dann natürlich verkohlen!«, verbessere ich ihn. Und da bin ich auch schon, die Heldin meines Theaterstücks: ein kleiner, blonder Neunmalklug, immer zu spät, immer das letzte Wort – und dann auch noch ein Lehrerkind.

Einig sind mein Freund und ich uns aber wenigstens darin, dass jeder, der zu lange in die Sonne schaut, qualvoll sterben würde. Und da sage ich zu ihm: »Du, ich glaube, uns gibt es überhaupt nicht. Das ist alles nur ein Traum, den ich träume. Und irgendwann wache ich auf, wirst sehn!, dann war ich auch du, und dann war ich die Sonne, und dann werde ich wieder unsterblich sein!«

In den Jahren danach allerdings muss ich wohl wieder vergessen haben, dass ich nur träume, denn das Wunder der Wirklichkeit zog mich nun doch zunehmend in seinen Bann. Jetzt wollte ich einfach unbedingt wissen und verstehen, mit Logik und Lupe herausfinden, wie diese wirkliche Welt begann, welche Kräfte sie im Innersten zusammenhalten und wann sie wieder auseinanderfliegen wird. Und am meisten faszinierte mich das Ende aller Dinge – die Vergänglichkeit, das Unergründliche hinter dem Schein und Sein von Normalität und Selbstverständlichkeit.

Diese unsichtbaren Kräfte, die alles zusammenhalten, ich wollte sie schon immer durchdringen, so lange ich denken kann. Noch bevor ich überhaupt lesen konnte, stöberte ich in einem Buch über die Geheimnisse des Universums und baute mir nach einer bebilderten An-

leitung darin aus Nägeln und Kupferdraht meinen ersten funktionstüchtigen Elektromagneten. Dass für meine Nagelspule Papas Kofferradio herhalten musste, ist eine andere Geschichte. Ich schraubte wirklich alles auseinander – ob es da nun Schrauben hatte oder nicht! –, und nur äußerst selten schraubte ich davon auch wieder etwas zusammen. Und so verschwanden nach und nach Papas Uhren, Radios und alle seine Schraubendreher. Nichts reichte mir so, wie es war – da musste doch einfach mehr sein! Ein tieferer Sinn, ein Grund, ein großes Geheimnis, irgendwas!

**Wir haben die Wahl, zu entscheiden,
wem wir genügen wollen: uns selbst
und den Menschen, die uns lieben, wie wir sind,
oder einer Masse, der alles gleichgültig ist,
was nicht ihren hohen Erwartungen entspricht,
welche sie selbst kaum erfüllen kann.**

Ich machte alles kaputt, um zu verstehen, wie es überhaupt vorher funktionieren konnte. Und die Schöpfung bewies reichlich Humor und ließ mich mit diesen recht zweifelhaften »Tugenden« und mit meinem Zerstörungswahn nun auch noch auf die Gesellschaft los.

Mit sieben Jahren wurde ich eingeschult. Mit sieben-einhalb konnte ich wenigstens schon einmal die Unterschrift meiner Mutter fälschen und die ganzen Tadel

auch gleich selbst unterschreiben. Mit acht saß sie dann neben mir auf der Bettkante, nachdem ich zum ersten Mal dabei erwischt wurde, und fragte ausgerechnet mich, was sie nur falsch gemacht habe mit ihrer Erziehung. Ich wollte eigentlich nie wie die anderen sein, und doch war ich ein Klassenclown und Störenfried, der über alle Maßen die Anerkennung und Bestätigung seiner Mitschüler suchte. Ein Widerspruch zwischen Sein, Seinwollen und Seinsollen, der mich noch mein ganzes Leben zerreißen sollte und mich letztlich fast selbst »kaputt« gemacht hätte.

Ich konnte noch nicht einmal richtig rechnen, aber um mir Teleskope aus dem Optik-Baukasten meiner großen Schwester zu bauen und damit in den Nachthimmel zu schauen, dafür reichte es. Ich träumte von Abenteuern auf anderen Planeten, von anderen Welten und natürlich von Zeitreisen in die Zukunft, wo man mir die Welt und das Wunder des Lebens endlich erklären würde. Mein Freund und ich arbeiteten bereits an einem Fluchtplan, um diesen Planeten mit einer aufblasbaren Rakete zu verlassen, ganz so, wie in »Adolars phantastischen Abenteuern«, die damals regelmäßig als Zeichentrickserie im ostdeutschen Fernsehen ausgestrahlt wurden. Natürlich durften unsere Geschwister und unsere Eltern nichts von unseren Plänen erfahren, hätten sie doch darauf bestanden, dass wir unsere Reise zu den Sternen jeden Sonntag unterbrechen, umkehren und zurückfliegen, damit wir Punkt zwölf wieder am Mittagstisch sitzen und den wi-

derlichen Rosenkohl aufessen. Wir wollten wirklich weg, und zwar ganz weit und für ganz lange – und wir würden nicht eher heimkehren, bis wir dieses Universum vollständig ausgekundschaftet und verstanden hätten ... bis wir allwissende Helden wären.

Zwischen meinem Zimmer und dem Kinderzimmer meines Freundes in der Nachbarwohnung gab es sogar eine geheime Standleitung, über die wir uns zum Aufbruch zu den Sternen verabreden wollten, wenn ich nur endlich die letzten technischen Schwierigkeiten mit unserer Rakete aus der Welt geschafft hätte. Irgendwann allerdings verding sich Mama im Hausflur mit dem Kehrbesen in den gut versteckten Kupferdrähten und sabotierte unsere Sprechverbindung – und damit ein für alle Mal unser Himmelfahrtsprojekt. Unser Fluchtplan war gescheitert, wir mussten hierbleiben und weiterhin beim Geschirrspülen helfen, Altpapier sammeln und in dieser langweiligen Schule sitzen.

Als die Welt ihren Zauber verlor

Den einzigen Weg in den Kosmos fand ich fortan in Büchern und Geschichten, mit denen ich mich in schwarze Löcher und fernste Galaxien davonträumen konnte. Als ich älter wurde, bereicherten wenigstens die recht praktischen naturwissenschaftlichen Fächer meinen Schulalltag – Biologie, Chemie und vor allem Astronomie und

Physik, die mir doch ziemlich Spaß machten. Aber je länger ich in der Schule saß, je mehr Wissen ich in meinem Kopf ansammelte, umso weniger Lust hatte ich noch auf das Universum in meinem Teleskop. Je mehr ich es verstand, umso weniger wollte ich es erleben und erfahren. 1990 hatte ich mir zudem meinen ersten eigenen Computer zusammengespart, und mein Herz schlug ab dem Zeitpunkt nur noch mit mindestens sechzehn Megahertz. Diese Maschine eröffnete mir eine weitere virtuelle Parallelwelt, faszinierend wie die in meinem Kopf. Und so war es auch kein Wunder, dass ich 1995 beruflich in der Informations- und Kommunikationstechnik landete. Irgendetwas musste ich ja beruflich machen, und meinen Plan, ein Zirkusclown zu werden, fanden meine Eltern nicht wirklich lustig. Auf alles Neue, auf verrückte Abenteuer hatte ich immer Lust – doch viel zu schnell entzauberte sich alles und ödete mich an. Wie ein heißer Strom aus Lava floss ich auf das Meer der Möglichkeiten zu, nichts konnte mich auf dem Weg dahin aufhalten. Angekommen in diesem Meer, kühlte ich jedoch schlagartig ab und erstarrte, denn auch das, was möglich ist, bedeutet irgendwann Normalität und Routine. Und so machte mir der berufliche Umgang mit Menschen und Technik zu Beginn großen Spaß, doch ich verlor erwartungsgemäß auch hier nach einigen Monaten komplett die Motivation. Aus Leidenschaft wurde Pflicht, bald erschien mir jeder Tag gleich stumpfsinnig. Es erging mir schon nach achtzig Arbeitstagen wie

achtzig Prozent der Bevölkerung, die nach einer aktuellen Studie an einer Art »Montagsmorgen-Melancholie« leiden. Es gelang mir nicht, mich damit abzufinden.

Meine Realität sah in etwa so aus: Morgens wälzte ich mich für gewöhnlich wie ein Klumpen warmes Blei von der Matratze und hoffte, dass die Beine mich wenigstens bis unter die kalte Dusche tragen würden. Meine Kollegen waren derweil längst auf dem Weg zur Arbeit. Die Verkehrsschlagader auf der anderen Seite meiner Fensterscheibe im Bad pulsierte, draußen war alles im Fluss. Aber ich funktionierte einfach nicht wie die anderen, bei mir floss gar nichts.

Tief in mir spürte ich, dass hier etwas ganz grundsätzlich nicht stimmte, und noch hoffte und rebellierte etwas in mir, also kam ich lieber gleich überall und immer zu spät. Nur die Hoffnung auf einen überraschenden Endspurt – endlich mit einem klaren, beständigen Ziel vor Augen – feuerte mich weiter an in diesem Marathon der ständigen Verspätung. Ich sehnte mich nach Veränderung, nach Leichtfüßigkeit, nach einem Lebenssinn, dem ich mich hingeben wollte.