

1.

„So!“ Christoph klappt schwungvoll sein Notebook zu und lächelt freudig in die Runde. Ich stelle fest, dass die Sonne ganz wunderbar zwischen den Lamellen hindurch in den Raum scheint. Die Strahlen liegen wie ein Raster auf dem Tisch und dem Boden. Winzige Staubkörner flimmern durch die Luft.

„Da das Meeting ja erfreulich schnell über die Bühne ging, kann uns Lina vielleicht einen Überblick über ihr aktuelles Projekt geben“, ergänzt Christoph erfreut.

Lina.

Das bin ich.

Ich fühle fünfzehn Augenpaare wie Laserschwerter in meine Richtung schießen. Die Sonnenstrahlen scheinen auf mich zuzukommen. Die plötzliche Stille dröhnt in meinen Ohren.

Was soll das? Kann ich jetzt einfach ganz fest die Augen schließen?

Meine Hände werden glitschig. Ich fürchte einen spontanen Verlust der Muttersprache.

„Lina?“ Christoph sieht mich aufmunternd an und lächelt immer noch wie ein Honigkuchenpferd. Dabei trommelt er unrhythmisch mit dem Zeigefinger auf die Tischplatte.

Ich rapple mich auf, halte mich dabei an der Tischkante fest und weiß jetzt schon, dass dort gleich feuchte Stellen sichtbar sein werden.

Ich hasse es, vor größeren Gruppen zu reden. Und größere Gruppen fangen für mich bei mehr als zwei Personen an. Ich räuspere mich und höre selber, dass ich wie ein

Vierzehnjähriger im Stimmbruch klinge.

Ich bin nicht schüchtern oder introvertiert. Gar nicht. Aber ich stehe einfach nicht gerne im Mittelpunkt. Ich hasse es zum Beispiel, wenn an meinem Geburtstag Leute für mich singen und mich dabei die ganze Zeit anschauen. Ich bin irgendwie immer versucht, einfach mitzusingen. Als Kind darf man sich dabei einfach verstecken. Für einen Erwachsenen sieht das ja eher ein bisschen seltsam aus. Es macht mich total verlegen, wenn man mir beim Geschenkeauspacken zusieht. Meist sage ich schon „Toll. Danke“, ehe ich das Papier ganz aufgerissen habe.

Und jetzt soll ich vor allen über mein aktuelles Praktikantinnenprojekt reden.

Mein aktuelles Projekt ist eine Marketingmaßnahme für eine superdünne Slipeinlage. Auch über Slipeinlagen rede ich im Allgemeinen nur ungern öffentlich.

„Ein kurzes Update würde uns schon reichen, damit wir sehen, wo du stehst.“ Christoph hat die Augenbrauen hochgezogen. Er klingt immer noch freundlich, aber auch etwas irritiert. Er ist es einfach nicht gewohnt, dass etwas nicht genau so läuft, wie er es sich wünscht. Er ist halt Chef.

„Also.“ Ich gucke auf einen Punkt oberhalb seiner Augen. „Ich hatte zunächst einen Slogan wie ‚Noch dünner wäre magersüchtig‘ auf dem Schirm.“

Bei dem Wort „magersüchtig“ werden Christophs Augen alarmierend groß. Von seinem freudigen Grinsen ist keine Spur mehr zu sehen. „Aber natürlich habe ich mich dagegen entschieden“, schiebe ich rasch nach. „Mit Magersucht macht man wohl besser kein Marketing.“

Was fäsele ich da? Wieso erzähle ich, was ich verworfen habe? Wieso erkläre ich, was ich *nicht* nehmen will? So

bekomme ich hier niemals einen festen Job. Ich hole tief Luft. Komme aber nur bis zur Höhe des Brustbeins.

„Ich bin dann auf den Slogan ‚Bester Einstand für Ihre Einlage‘ gekommen. Dazu können Frauen in unterschiedlichsten Positionen gezeigt werden. In der Disco, beim Klettern, als Fußballerin, als Fallschirmspringerin, als Prima Ballerina oder auch als Braut.“

Christoph nickt ganz bedächtig. Seine Augen haben wieder die normale Größe angenommen.

„Ich habe aber auch überlegt, wie das Thema witzig im Film rüberkommen könnte. Ich stelle mir eine Bühne mit Lichtspot vor. Aus dem Off kommt dann ‚Wie wäre es mit einer kleinen Einlage?‘ und dann tänzelt die Slipeinlage ins Licht.“ Meine Stimme flattert immer noch etwas.

„Das ist gut. Das ist sehr gut“, erwidert Christoph, jetzt sogar sehr erfreut.

Ich freue mich auch, achte aber darauf, dass ich die Arme ganz nah am Körper behalte, während ich mich wieder hinsetze. Ich spüre schon die riesigen Schweißflecke unter den Achseln. Rechts und links von mir wird mit den Fingerknöcheln zum Applaus lustlos auf die Tischplatte geklopft.

Beim Hinausgehen legt mir mein Chef die Hand auf die Schulter. „Schick mir das Konzept mal zu, dann schaue ich es mir in Ruhe an. Aber der Ansatz ist wirklich klasse.“

Ich schleppe mich in das Büro von Sophie. Sie ist die IT-lerin der Agentur und einfach ein Sonnenschein. Sie war vom ersten Tag an total nett zu mir und hat mir einen groben Überblick über das Who-is-who in der Firma gegeben. Also: Wer kann mit wem gut? Wer drückt sich gerne vor

der Arbeit? Wer ist eher der gesellige Typ? Wer wird nach dem dritten Bier zotig und wer kann die Klobürste nicht richtig benutzen?

Als sie mich sieht, legt sie kurz die Stirn in Falten. „Was ist denn mit dir passiert? Du siehst aus, als hättest du einen kompletten Marathon hinter dir.“ Sie hält mir eine XXL-Dose mit Weingummi hin.

Ich fühle mich tatsächlich richtig erschöpft, lasse mich auf einen Stuhl vor ihrem Schreibtisch fallen und greife dankbar zu. „Ich musste im Wochen-Meeting gerade mal eben mein Konzept präsentieren.“

„Und?“

Ich hebe kurz einen Arm und zeige die Flecken. „Ich war so souverän wie ein Fünfzehnjähriger bei seinem ersten Date. Ich kann wahrscheinlich noch froh sein, dass ich vor lauter Panik keine Pickel bekommen habe.“

Ich schiebe noch ein paar kleine Colaflaschen hinterher. Zucker hilft immer.

„Wovor hast du denn so Panik? Da sitzen ja keine fünfhundert Menschen, vor denen du jetzt a capella ein Lied singen musst. Das sind ungefähr fünfzehn Kollegen. Und von denen spielt währenddessen mindestens die Hälfte auf dem Handy oder checkt Mails.“

„Das sind in dem Moment für mich keine Kollegen. Das sind dann Blicke, die mich ins gleißende Scheinwerferlicht stellen. Dann wird sofort meine Festplatte gelöscht und ich bin froh, wenn ich noch daran denke, ein- und wieder auszuatmen.“

Ich stehe auf und öffne das Fenster. Ich brauche frische Luft. Wahrscheinlich braucht Sophies Büro auch eine frische Brise.

„Aber wie hast du das im Studium gemacht? Da muss man doch auch dauernd Referate halten.“

„Ich habe immer zusammen mit jemand anderem das Referat gemacht. Der Deal ging immer auf: Ich habe alles geschrieben und recherchiert, der andere hat es gehalten.“

„Dann hattest du aber doch viel mehr Arbeit“, gibt Sophie zu bedenken.

„Ja, aber auch viel weniger Panik.“

Sie legt den Kopf etwas schräg. „Du weißt schon, dass das eine Vermeidungsstrategie ist, oder?“

„Klar. Wenn ich an einer roten Ampel stehen bleibe und verhindere, von einem Auto überrollt zu werden, ist das aber auch eine Vermeidungsstrategie, oder?“

Sie grinst.

Auf dem Flur geht jetzt Christoph in Richtung seines Büros vorbei. Als er mich bei Sophie am Fenster stehen sieht, geht er wieder ein paar Schritte zurück. „Lina, könntest du gleich kurz in mein Büro kommen?“

„Klar.“

Sophie runzelt die Stirn. „Fand CC dein Konzept echt so schlecht?“

CC steht für Chef Christoph. Allerdings kennt er den Spitznamen nicht. Somit ist es immer total lustig, wenn er sagt, dass er bei einer Mail in CC gesetzt werden will.

„Er fand das eigentliche Konzept nicht so schlecht“, antworte ich. „Aber mein Auftritt war einfach grotten-schlecht. Meine Stimme hat geflattert wie ein kleiner Vogel beim ersten Start aus dem Nest. Ich habe nicht geatmet, ich habe gehechelt. Andere lernen das im Geburtsvorbereitungskurs. Kann ich schon. Hilft bei der Performance aber gar nicht.“

„Bist du hier für glanzvolle Auftritte eingestellt? Das wusste ich gar nicht“, sagt Sophie lachend. „Wie viel verdient man denn damit so?“

„Auf jeden Fall zu wenig. Aber als Praktikantin ist man ja eh eher ein billiger Sklave“, erwidere ich und falle in ihr Gelächter ein. „Ich gehe dann mal zu ihm.“

2.

Die Tür zu Christoph steht wie fast immer weit offen. Ich soll sie aber hinter mir schließen, meint er. Also ist die Situation doch ernster, als ich dachte. Warum will er wohl sonst ungestört mit mir reden?

Ich setze mich vor den überfüllten Schreibtisch, ihm gegenüber, und achte darauf, den Rücken durchzustrecken und nicht nur vorne auf der Kante zu sitzen.

„Lina, du bist mittlerweile seit zwei Monaten als Praktikantin bei uns“, stellt er mit ganz ruhiger Stimme fest.

Für mich klingt das nach: Und zwei Monate sind auch genug. „Stimmt“, sage ich nur vorsichtig.

„Und du machst einen super Job.“

Das kommentiere ich mal nicht.

„Du hattest top Ideen, bist zuverlässig, sehr produktiv und immer respektvoll zu den Kollegen, bist hilfsbereit und absolut loyal.“

Ich sollte das als Sprachnachricht aufnehmen, um es mir in schwachen Momenten in einer Endlosschleife immer wieder vorzuspielen.

„Aber sobald du etwas präsentieren sollst, flattern bei dir die Nerven, nicht wahr?“

„Stimmt leider auch. Aber ich arbeite daran“, sage ich schnell. „Ich bekomme halt manchmal meine Nerven einfach nicht in den Griff. Vielleicht fehlen mir die Übung und die Routine. Ich muss einfach nur ein bisschen selbstsicherer werden.“

„Siehst du, und genau dabei will ich dir helfen. Ich habe hier einige Leute in der Agentur, die gerne die großen Reden schwingen, aber eigentlich nicht viel zu sagen haben.“

Ich möchte, dass du selbstbewusster und präsenter wirst. Dann könnte ich mir dich gut hier im Team in der Agentur vorstellen.“

„Ich könnte ja mal gucken, ob es da Filme auf YouTube oder so gibt, die einem helfen. Wahrscheinlich gibt es da auch Atemübungen oder Meditationen.“

„YouTube? Vergiss es. Ich kenne aber einen Coach, der Selbstbehauptungstrainings anbietet. Der ist wirklich gut. Zu dem gehst du. Ich zahle das auch.“ Er kramt in einer seiner überquellenden Schubladen und wird offenbar fündig. „Hier ist seine Visitenkarte.“

„Danke. Das ist sehr nett. Ich melde mich mal bei dem.“

„Nee. Nicht *mal*. Ich möchte, dass du den Kurs innerhalb der nächsten drei Monate machst.“

Mist.

Gottfried F. Martin schaut mir direkt in die Augen. Er hat einen Zopf und einen Kinnbart. Den Kopf hält er sehr gerade. Mein zukünftiger Coach sieht freundlich, aber distanziert aus.

Natürlich habe ich ihn sofort gegoogelt.

Nachdem ich ein paar Zeilen gelesen habe, wird mir leicht übel. So schlägt mir Gottfried F. Martin auf seiner Webseite vor, mich vor den Spiegel zu stellen und mir selbst zu sagen, dass ich einmalig und einzigartig sei. Das stimmt natürlich. Aber warum ist das was Gutes? Was, wenn ich einzigartig blöd wäre? Oder einmalig in rasanter Gewichtszunahme? Da fühle ich mich nicht gerade besser oder stärker. So ganz durchdacht wirkt das auf mich nicht. Außerdem soll ich mit wildfremden Menschen reden und zum Beispiel auf der Straße Passanten nach der Uhrzeit fragen. Bitte? Jeder hat doch mittlerweile ein Handy, das



die Uhrzeit zeigt. Die Leute halten mich doch für eine Taschendiebin oder Trickbetrügerin. Ich bin mir nicht sicher, ob mir das Gefühl wirklich weiterhilft, wenn Passanten vor mir ängstlich davonlaufen. Außerdem soll ich eine gerade Körperhaltung einnehmen. „Richte dich auf und denk dir ein drittes Auge auf deine Brust, das nach oben schauen will, und denk dir deine Schultern in die hinteren Hosentaschen.“

Was soll das denn? Ein drittes Auge auf meiner Brust? Wenn ich ein drittes Auge auf meiner Brust habe, das nach oben guckt, was sieht das dann? Bei einem kleinen Busen sieht es nur das Kinn von unten.

Langsam bekomme ich Angst.

Ich scrolle noch mal hoch, muss mir diesen Gottfried F. Martin nochmal genauer ansehen.

„Dein neuer Schwarm? Bisschen alt, oder?“

Ich drehe mich um. Hendrik steht mit verschränkten Armen und abschätzendem Blick hinter mir und wippt auf seinen blitzblanken Schuhen leicht nach vorn und wieder zurück.

Manchmal mag ich diese Großraumbüros echt nicht. Und Hendrik mochte ich sowieso von Anfang an nicht. Dafür hätte ich auch Sophies Warnung überhaupt nicht gebraucht. Er ist so ein Typ „große Reden schwingen, aber nichts zu sagen haben“.

Vor knapp zwei Jahren hat er mal eine Marketing-Aktion gemacht, die sogar bundesweit ausgezeichnet worden ist. Dabei ging es um die billige Mode, die unter menschenunwürdigen Bedingungen in Asien produziert wird. Er hat Fotos von überfüllten Fabriken und von Kindern an Nähmaschinen gezeigt – und darüber nur den Spruch

„Kleider machen heute“ gesetzt. Klar. Genial. Aber eben auch fast zwei Jahre her. Dass *er* hinter dieser Aktion stand, hat mir Hendrik gleich in unserem allerersten Gespräch mitgeteilt. Irgendwie ist es faszinierend, wie er es immer wieder schafft, jedem schon beim ersten Kontakt diese Story zu erzählen. Aber irgendwie auch traurig.

„Nee“, sage ich ganz ruhig. „Ich überlege mir nur, ob ich mir vielleicht auch mal so einen Kinnbart wachsen lasse.“

„An deiner Stelle würde ich mich für einen Vollbart entscheiden. Dann leuchtet es nicht so, wenn du mal wieder rot anläufst.“

Damit geht er und ich spüre, wie ich sofort vor Wut knallrot werde.

Ich vertage die weitere Recherche über meinen neuen Selbstwert-Trainer besser auf heute Abend.

3.

Auf dem Weg in die kleine Küche kommt Sophie später bei mir vorbei. „Und? Was wollte CC?“

„Erzähl ich dir ein anderes Mal. Ich muss mich jetzt echt wieder um meine Slipeinlage kümmern.“

„Um was?“

„Mein aktuelles Projekt. Ich muss ein 1-A-Konzept entwerfen, um winzige Slipeinlagen an die Frau zu bringen.“

„Bei meinen Großeltern auf dem Gäste-WC hing so ein Spruch: Da hilft kein Schütteln und kein Klopfen, in die Hose geht der letzte Tropfen.“ Sie grinst mich frech an.

„Nicht dein Ernst.“

„Hat ein paar Jahre gedauert, bis ich es gerafft habe“, fügt sie kichernd hinzu.

„Und wieso gibt es dann keine Slipeinlagen für Männer? Wenn die tropfen, brauchen die das viel mehr. Warum müssen sich Frauen unten rum immer frisch und proper fühlen? Es gibt Einlagen, die nach Lavendel duften. Wer braucht denn so was? Außerdem soll Lavendel ja beruhigend wirken. Kennst du eine Frau mit einer gestressten Scheide?“

„Stell dir vor, die würden nach Blutwurst duften und du hättest dauernd irgendeinen Hund am Popo kleben“, meint Sophie und lacht laut auf.

Ein paar Kollegen gucken kurz auf, aber Sophie ist für ihre durchdringende Lache bekannt. Aber niemals würde sich von denen einer beschweren. Wenn sie dann nämlich mal wieder Probleme mit dem PC oder dem Drucker haben oder den Code vergessen haben, ist Sophie meistens die letzte Rettung. Ich habe es selbst schon ein paar Mal erlebt.

Wenn irgendwo ein PC abschmiert (und auch Aus- und Einschalten nichts bringt), kommt Sophie, tippt wie wild herum – und schon läuft der wieder. Allein schon deswegen müssen alle nett zu ihr sein.

Um halb sechs ist mir vor lauter tanzenden Slipeinlagen schon ganz schwindlig und ich mache mich auf den Heimweg. Der kurze Zwischenstopp im Supermarkt gehört zur täglichen Routine. Ich wohne im fünften Stock eines Altbaus ohne Aufzug, und da ist es ratsam, immer ein bisschen was zu kaufen, um nicht irgendwann zwei voll bepackte Tüten hochschleppen zu müssen.

Das Appartement ist übersichtlich. Winziges Bad, Kochküche, Wohnschlafraum. Aber: Es ist bezahlbar, es gibt auch einen kleinen Balkon – und es ist in Oberkassel, im besten Stadtteil von Düsseldorf. Nahe am Rhein, ein bisschen hip, ein bisschen anders einfach. Es gibt viele alte Bäume, viele junge Leute. Es gibt viele Cafés, Bistros, Programmkinos und kleine Boutiquen. Es ist einfach bunt.

Als ich vor gut vier Monaten die Zusage für das Praktikum in der Werbeagentur erhielt, war ich froh, überhaupt eine Unterkunft gefunden zu haben. Ich hätte auch ein Appartement ohne Fenster genommen. Und mit meinen wenigen Habseligkeiten wirkte diese Wohnung fast groß.

Nach dem Studium war ich mit meiner Freundin Tammy (eigentlich Tamara, aber den Namen durfte niemand auch nur flüstern) vier Wochen quer durch Frankreich gefahren. Das hatten wir uns nach den ganzen Klausuren, Praktika und dem Abschluss in Regelstudienzeit wirklich verdient. Erst waren wir in Paris und Lyon, anschließend in Genf und in einem wahnsinnig schönen Nationalpark. Wir

schliefen in winzig kleinen Pensionen mit noch winzigeren Zimmern. Wir tranken Unmengen von Kaffee und Cidre und fühlten uns einfach leicht. Besuchten Museen, Kirchen, Märkte, Einkaufszonen. Wir machten ganz viele Picknicks an den lustigsten Orten.

In einem Fischerdorf kurz vor Marseille traf ich auf einem Markt Jules, der Secondhandmöbel und alten Schmuck verkaufte. Ich fiel schier ins Bodenlose, als ich in seine hellgrünen Augen guckte. Und nachdem ich mir gefühlte fünf Stunden jeden Ohrring, jeden Ring, jede Kette an seinem Stand einzeln angesehen hatte, schenkte er mir einen Stein, der genauso tiefbraun war wie meine Augen. Als er ihn mir in die Hand legte, fühlte sich das an wie ein Stromschlag.

Kurz: Tammy fuhr allein wieder nach Hause.

Eigentlich wollte ich nur den Sommer über bleiben und im Herbst mit dem Ernst des Lebens anfangen. Aber es wurde dann ein ganzes Jahr. Es folgten zwei weitere wunderschöne Jahre, die rasend schnell vergingen. Ich half Jules in seiner Werkstatt, beizte alte Möbel ab, schmirgelte, lackierte neu. Ich polierte angelaufenes Silber aus Haushaltsauflösungen, besserte Klamotten aus. Nebenbei übernahm ich immer wieder Übersetzungen für Firmen. Diesen lukrativen Nebenjob hatte ich schon während des Studiums. Meist handelte es sich um Gebrauchsanweisungen oder Firmenpräsentationen. Intellektuell anspruchslos, aber finanziell lohnend. Außerdem war es völlig egal, ob ich gerade in Düsseldorf, Marseille oder Timbuktu war.

Das dritte Jahr bestand nur noch aus Streit. Jules hatte irgendwie die Leidenschaft verloren. Für sein Geschäft – und auch für mich. Abends ging er immer häufiger ohne

mich weg. Und er flirtete mehr denn je mit den Touristinnen auf dem Markt. Mit den ganz jungen Touristinnen. Mich fand er mit meinen dreißig Jahren wohl schon zu abgehangen. Als er schließlich der Meinung war, dass er den Stand besser allein betreuen sollte, um sich noch intensiver um die Kundinnen kümmern zu können, war ich der Meinung, dass es Zeit für einen Neuanfang war.

Tammy holte mich in Köln am Bahnhof ab und hatte vorsorglich auch schon mal eine Familienpackung Tempotaschentücher paratgestellt. Als ich an Tag vier nach meiner Heimkehr eine WhatsApp von Jules bekam, der wissen wollte, ob ich nicht bis Ende des Jahres zumindest die Buchhaltung fürs Geschäft weitermachen könne, war ich schlagartig entliebt.