1 Das unsichtbare Hamsterrad

Der Morgen legte seine Kühle auf die Klinken. Im Personaleingang roch die Luft nach Metall, Desinfektionsmittel und dem letzten Kaffee der Nachtschicht. Die Tür schnappte hinter Clara zu, und das Summen der Neonröhren nahm sie auf wie eine bekannte Melodie. Der Aufzug zeigte träge die Drei, spuckte sie aus, und der Flur begann sein Tagwerk: Rollen quietschten, Schubladen klappten, ein Monitor setzte kurze, gereizte Punkte in die Stille.

Clara hängte den Mantel an den Haken im Arztzimmer, streifte den Kittel über, prüfte unbewusst die Taschen: Stifte, Handy, Mini-Lampe, kleine Schere. Eine Ausrüstung gegen das Unerwartete. Auf der Magnettafel der Plan, in drei Spalten, ordentlich genug, um den Tag wie einen gezähmten Hund aussehen zu lassen:

07:00 Visite

08:15 Aufklärung – Kolektomie

09:30 OP Saal 2 – Laparoskopie

11:40 Akut: Appendektomie

14:00 Angehörigengespräch

15:30 Tumorboard

17:10 Rückruf Chefarzt

Die Reihenfolge versprach Struktur. Erfahrung versprach das Gegenteil.

Zimmer 312. Frau mit sprödem Haar, Wachheit in den Augen, die der Körper nicht mehr hatte. Clara legte das Stethoskop an, hörte Atem über Narben, den langsamen Mut eines Brustkorbs. »Wir ziehen heute die Drainage«, sagte sie, ruhig, ohne Versprechen, die über den Tag reichten. Ein Nicken, der kleinste Sieg. Zwei Felder weiter ein junger Mann mit zu viel Schmerz im Gesicht und zu

viel Witz in den Sätzen. »Schon wieder Sie?«, fragte er, und Clara gestattete sich ein schmales Lächeln. »Schon wieder ich.«

Im Flur wartete Malik, die Stirn eine Karte aus Falten, der Klemmbrettgriff zu fest. »Bauch P., 54. Kaltschweißig, Abwehrspannung, Laktat hoch. CT angefordert, aber …« Er brach ab. Clara nickte. »Sonde. Quick. Kreuzblut. Ich komme sofort.« Der Körper wusste längst Bescheid; die Hände liefen dem Kopf voraus.

Am Bett des Mannes die klassische Stunde der klaren Sätze. Fragen, die dem Schmerz Richtung gaben. Finger, die drückten, hielten, losließen. »OP-Bereitschaft«, sagte sie, noch bevor der Lärm der Entscheidung den Raum füllte. Malik verschwand im Korridor. Eine Pflegekraft legte schon die Manschette an, die Maschine schnappte nach Zahlen. Clara blieb, bis der Blick des Mannes nicht mehr flackerte. »Wir gehen jetzt weiter«, sagte sie nur, und er nickte, als hätte sie ihm eine Brücke gezeigt.

Die Aufklärung vor der Kolektomie war ein stiller Tisch, zwei Stühle, ein Glas Wasser. Eine Frau mit Lack auf den Nägeln, der hielt, obwohl der Rest erkennbar wackelte. Clara malte mit dem Stift die Wege im Bauch, sprach leise über Risiken, Alternativen, Notwendigkeiten. Kein falscher Trost, aber Halt. Die Unterschrift hinterließ einen Ton, der im Holz stecken blieb.

Im OP war die Welt kantig und ehrlich. Stahl, Licht, Stimmen in der Tonlage der Präzision. Clara stand, wie sie seit Jahren stand: stabil, ruhig, sparsam im Wort. Die Kamera tauchte ein, zeigte Landschaften, die nur wenige sehen und von denen viele leben. Clip, Zug, Halt. Zeit dehnte sich, dann schrumpfte sie wieder. Ein sauberer Abschluss. Verband, Blickkontakt, kurzes Nicken ans Team. Niemand applaudierte, niemand brauchte es.

In der Schleuse wusch sie die Müdigkeit von der Haut, soweit Wasser das konnte. Der Spiegel zeigte die Linien um die Augen deutlicher als gestern. Die Haare im Nacken klebten in einer Art, die sagte: weiter. Sie nahm den Kittel, der wieder Gewicht annahm, sobald er auf ihren Schultern lag, und kehrte auf den Flur zurück.

Psenicka429790_c01.indd 20 Trim Size: 140 × 216 mm 27 Apr 2026 01:23:56 PM

Auf Station waren die Geräusche dichter, ein dichter Teppich aus Wichtigkeit. Eine Angehörige hielt sich an der Fensterbank fest, als sei sie eine Reling. »Frau Doktor, nur eine Minute?« – »Natürlich.« Eine Minute, die fünf wurde, dann sieben. Worte, die nicht heilten, aber trugen. Als Clara den Raum verließ, roch der Flur kurz nach nassem Wollmantel und Angst.

Die Mittagspause fand am Treppenhausfenster statt. Das Brötchen war kalt, der Kaffee zu heiß, die Stadt draußen farblos. Ein Sonnenstreifen tastete ihren Unterarm ab, als suche er einen Puls. Das Handy vibrierte dreimal: Labor, OP-Koordination, eine Nachricht ihres Bruders Philipp: »Sonntag? Apfelkuchen. 15 Uhr?« Clara tippte nur »Ja« und steckte das Telefon tiefer in den Kittel, als müsse die Zusage warm bleiben.

Im Tumorboard schob die Radiologie Schwarzweiß über die Wand, und die Onkologie legte Prognosen wie Karten. Clara sprach, wenn nötig, und schwieg, wenn Worte nur Lärm gewesen wären. Ihre Sätze waren kurz, belastbar. Am Ende stand ein Plan, gerahmt von Ungewissheit, wie immer.

Kurz vor fünf der Ruf des Chefarztes: »Kommen Sie nachher rein.« Keine Farbe, nur Gewicht. Clara nickte in die Luft und schrieb es dennoch auf, als bräuchte das Unabwendbare einen Platz auf Papier.

Als sich die Dämmerung durchs Fenster schob, stand sie einen Moment still im Gang. Die Station atmete flacher, die Stimmen tiefer. In der offenen Zimmertür sah sie Frau 312 schlafen, eine Hand außen auf der Decke, als markiere sie das eigene Ufer. Clara hob kaum merklich die Schultern, ließ sie sinken. Dann ging sie weiter. Ein Schritt, noch einer. Die Grammatik eines Tages, der keine Adjektive mochte.

Das Büro des Chefarztes roch nach Leder und zurückgehaltenen Sätzen. Bücher in tadellosen Reihen, ein Fenster mit Stadtblick, der nichts erklärte. Er sah über den Brillenrand, als läge die Welt dort besser im Fokus.

»Gute Zahlen«, sagte er. »Sauber gearbeitet. Halten Sie die Schiene. Und denken Sie über eine Outpatient-Struktur nach. Entwurf bis nächste Woche.« Kein Vorwurf, kein Lob, nur ein weiterer Stein auf dem Stapel.

Clara nickte. »Ich schicke Ihnen eine Skizze.« Ihre Stimme neutral, das Messer der Präzision, nun für Worte.

Im Flur schloss sich die Tür leise. Ein kurzer Moment Stille, als hätte das Gebäude eingeatmet. Dann wieder das bekannte Rauschen. Sie unterschrieb zwei Verordnungen, legte eine Hand auf Maliks Schulter – »gute Einschätzung vorhin« – und ließ den Blick ein letztes Mal über den Stationsgang wandern. Lichter, Türen, die Dämmerung, die aus allen Richtungen kam.

Draußen war die Luft kühl und sauber, eine andere Schicht Sauerstoff. Der Parkplatz lag wie eine Platte unter dem Himmel. Im Auto sanken die Schultern einen Zentimeter. Radio aus. Hände am Lenkrad. Die Stadt glitt vorbei: Backstein, Glas, leere Bushaltestellen, ein Kiosk mit Spätschicht, Menschen mit Tüten und Gedanken. Ampeln gaben Anweisungen, denen man gehorcht, ohne zu fragen.

In der Küche wartete die stille Ordnung. Teller, Besteck, ein Glas, das von der Morgenhektik zeugte. Sie stellte Wasser auf, hörte das Ansteigen der Blasen, das erste Rollen, dann das Kochen. Nudeln, Olivenöl, etwas Salz. Essen als Handlung ohne Begründung. Am Fenster sah sie die Lichter der gegenüberliegenden Wohnungen: eine Frau am Bügelbrett, ein Mann, der in sein Telefon nickte, ein Kind, das am Tisch einschlief und von jemandem sanft geweckt wurde. Die Welt in Quadraten, jedes für sich.

Das Gummiband ihres Notizbuchs hatte seine Spannung verloren. Clara schlug es auf, blätterte über alte Felder aus Terminen, Listen, Zahlen. Auf einer leeren Seite blieb der Stift plötzlich stehen. Kein Plan, kein Programm, nur drei Zeilen, knapp wie Nähte:

- zehn Minuten still sitzen,
- fünf tiefe Atemzüge,
- ein Schritt ins Draußen.

Sie legte den Stift ab. Das war nicht groß. Gerade deshalb stimmte es.

Philipps Nachricht blinkte wieder, diesmal ein Foto: Teigschüssel, hölzerner Löffel, Mehlstaub auf einem dunklen T-Shirt. »Training für Sonntag.« Darunter ein Smiley, der aussah wie früher. Clara fühlte ein leises Ziehen hinter dem Brustbein, kein Schmerz, eher eine Erinnerung an Wärme. »Sieht gut aus«, schrieb sie. Dann stand sie auf, zog die Vorhänge halb zu, ließ einen Streifen Stadt herein.

Im Bad beschlug der Spiegel schnell. Einen Moment lang waren die Konturen weich, als gäbe es Zwischenräume, die atmen durften. Als das Glas wieder klar wurde, sah sie die Spur des Tages: Druckstellen der Maske, rote Ränder an der Nase, die Strenge, die bleibt, wenn man sie zu oft gebraucht. Sie legte die Hand in den Nacken, spürte, wie ein Muskel nachgab, dann noch einer. Der Körper reichte ihr die Hand, sie nahm sie.

Im Schlafzimmer stellte sie den Wecker um zehn Minuten vor. Ein winziger Eingriff. Und doch veränderte die neue Zahl auf dem Display die Topografie des Morgens. Sie legte das Telefon beiseite, ließ es schweigen. Kein Scrollen, keine Bilderflut, nur die Stille, die zuerst fremd ist und dann freundlich.

Die Stadt draußen wechselte in tieferes Blau. Ein Bus zog vorbei, leise, eine späte Lieferung knirschte über den Asphalt. Clara setze sich auf den Boden, Rücken an die Bettkante, Hände auf den Bauch. Atem hinein, Atem hinaus. Nicht zählen, nur folgen. Der Tag löste sich aus den Gelenken. Er blieb, was er war, aber er hörte auf zu klammern.

In der Jackentasche fand sie den kleinen Zettel, den sie sich am Mittag abgerissen hatte: ein Weg, ein grober Strich, zwei Bäume als Markierung – die Skizze eines Pfades am Stadtrand. Morgen, dachte sie. Kein Training. Gehen. Boden unter den Füßen, Bäume über dem Kopf. Ein Faden, den sie aufnehmen konnte, ohne große Worte.

Bevor sie das Licht löschte, warf sie einen Blick auf den Kalender. Die Woche spannte sich wie ein Netz, eng geknüpft. Aber zwischen den Knoten lag jetzt Raum. Klein, aber da. Sie ließ die Hand an der Decke entlanggleiten, bis der Stoff warm wurde. Schlaf kam nicht wie ein Schalter, eher wie ein langsames Zusprechen. Der Körper verstand früher als der Kopf: Es reicht für heute.

Und als die Nacht die Kanten glattstrich, blieb ein Bild: ein heller Fleck im Grün, ein schmaler Pfad. Morgen. Ein Schritt, dann noch einer. Nicht um anzukommen. Um zu sein.

* * *

Die Klinik vibrierte wie ein eigenes Wesen. Neonlicht, das keine Gnade kannte. Schritte auf Linoleum, die nicht endeten. Stimmen, die Kommandos gaben, Zahlen nannten, Entscheidungen einforderten. Für Clara war es Alltag – und gleichzeitig ein Käfig, dessen Gitter sie erst in den letzten Monaten klarer wahrnahm.

Sie stand im OP, die Hände im sterilen Licht. Skalpell. Naht. Routinen, die Sicherheit gaben – und gleichzeitig erschöpften. Ihre Finger bewegten sich präzise, als seien sie nicht mehr Teil ihres Körpers, sondern ein perfekt geöltes Werkzeug. Keiner im Raum ahnte, dass sie manchmal kaum wusste, woher sie die Kraft noch nahm.

Nach außen wirkte sie unerschütterlich. Innen aber nagte etwas. Ein leises, beharrliches Ziehen. Wie ein Faden, der sich langsam aus einem Gewebe löst.

Nach der Operation stand sie am Waschbecken. Das Wasser rann über ihre Haut, heiß, fast brennend. Sie hielt die Hände länger darunter, als nötig war. Vielleicht, weil sie hoffte, etwas von der Schwere abzuspülen. Doch das Wasser nahm nichts mit. Es ließ nur die Haut röten – und die Müdigkeit blieb.

Auf dem Gang begegnete sie dem Chefarzt. »Sehr gute Arbeit, Frau Oberärztin«, sagte er knapp, ohne sie wirklich anzusehen. Lob als Floskel. Erwartung als Dauerzustand. Sie nickte, murmelte ein »Danke« – und fühlte sich doch nur leerer.

Im Aufzug spiegelte sie ihr eigenes Gesicht. Blass. Ernst. Eine Frau, die jeden Tag Leben rettete – und doch das eigene langsam verlor. Sie presste die Lippen aufeinander. Niemand durfte das sehen. Niemand durfte ahnen, dass hinter der Fassade Risse entstanden.

Am Nachmittag saß sie im Arztzimmer, die Akten wie Mauern vor sich aufgestapelt. Jeder Name auf dem Papier bedeutete Verantwortung. Jeder Wert, jede Zahl, jede Unterschrift – eine weitere Last auf ihren Schultern. Sie griff nach dem Stift, doch ihre Hand zögerte. Nur einen Atemzug lang, aber lang genug, um zu spüren: Es konnte so nicht ewig weitergehen.

Der Abend kam und mit ihm das Ritual der Heimfahrt. Draußen die Stadt, Lichter, die flimmerten wie müde Sterne. Drinnen ihr Auto, in dem sie manchmal Minuten saß, bevor sie den Schlüssel drehte. Als müsste sie erst den Mut sammeln, nach Hause zu fahren – zu einer Wohnung, die sie nicht mehr erfüllte, sondern nur Unterschlupf war.

Sie parkte, stieg aus, hörte das Knacken ihrer Schritte im Kies. Kein Begrüßungsruf, kein warmes Licht, das sie erwartete. Nur Stille. Und in dieser Stille die bohrende Frage: War das das Leben, für das sie all die Jahre gekämpft hatte?

Clara ließ sich aufs Sofa fallen, ohne Jacke, ohne Schuhe. Der Stoff nahm sie auf, aber er wärmte sie nicht. Sie starrte an die Decke, lauschte in die Nacht. Alles in ihr schrie nach Veränderung – und gleichzeitig hielt etwas sie zurück.

Sie wusste nicht, dass das Band, das sie hielt, bald reißen würde. Nicht laut. Nicht dramatisch. Sondern durch eine Begegnung, die alles verändern sollte.

* * *

Der Regen hatte aufgehört, als Clara erneut den Wald betrat. Die Erde war noch feucht, der Boden gab unter ihren Schritten leicht nach, und ein süßer Geruch nach Moos und Holz hing in der

Luft. Sie ging tiefer hinein, weiter als beim letzten Mal, fast so, als würde sie etwas suchen, das sie nicht benennen konnte.

Plötzlich hörte sie ein leises Rascheln. Dann das metallische Klingen einer Hundemarke. Clara hob den Blick – und da waren sie wieder: Helena und Luna. Wie aus dem Schatten der Bäume getreten, als hätten sie nur auf sie gewartet.

Luna lief voraus, blieb vor Clara stehen und sah sie direkt an. Ein Blick, ruhig, offen, nicht fordernd. Der Hund schien mehr zu wissen, als ein Tier wissen konnte. Clara kniete sich hin, strich ihr durchs Fell, und für einen kurzen Moment spürte sie, wie die Schwere der letzten Tage nachließ.

»Wir begegnen uns wieder«, sagte Helena. Ihre Stimme war dieselbe wie beim ersten Mal – klar, unaufgeregt und doch mit einer Kraft, die man nicht überhören konnte.

Clara richtete sich auf. »Es sieht so aus.«

Sie gingen nebeneinander her, ohne zu reden. Der Wald übernahm das Gespräch: das Tropfen von Wasser von den Ästen, das leise Knacken der Zweige, das gleichmäßige Atmen von Luna. Erst nach einer Weile sagte Helena:

»Manchmal führt uns der Wald dorthin zurück, wo wir uns selbst verloren haben.«

Clara drehte den Kopf, überrascht von der Schlichtheit dieses Satzes. »Und was, wenn man nicht weiß, wo man sich verloren hat?«

Helena lächelte, sah aber nicht zu ihr, sondern in die Ferne zwischen die Bäume. »Dann beginnt man einfach damit, stehen zu bleiben. Atmen. Hören. Manchmal ist es weniger wichtig, zu wissen, wo man sich verloren hat – als zu spüren, was man wiederfinden will.«

Clara schwieg. Diese Worte bohrten tiefer, als sie wollte.

Helena blieb kurz stehen, legte die Hand auf Lunas Kopf. »Sie tragen viel. Mehr, als ein Mensch allein tragen sollte. Aber wissen

Psenicka429790_c01.indd 26 Trim Size: 140 × 216 mm 27 Apr 2026 01:23:56 PM

Sie … Stärke ist nicht das gleiche wie Schwertragen. Stärke heißt auch: loslassen können.«

Clara wollte etwas erwidern, doch sie brachte nichts heraus. Nur ein Nicken, kaum sichtbar.

Helena setzte sich wieder in Bewegung, langsam, fast bedächtig. »Vielleicht ist es kein Zufall, dass wir uns wiedersehen. Vielleicht ist es Zeit, dass Sie sich erinnern, dass Ihr Leben nicht nur aus Pflichten besteht.«

Als sie den Waldrand erreichten, blieb Helena stehen. »Luna und ich sind oft hier. Wenn Sie wollen, finden Sie uns wieder.« Keine Aufforderung. Kein Druck. Nur ein offenes Tor.

Clara sah ihr nach, wie sie zwischen den Bäumen verschwand. Ein Teil von ihr wollte ihr folgen. Ein anderer wusste: Der richtige Moment war noch nicht da. Aber er würde kommen.

Und zum ersten Mal seit Wochen spürte Clara etwas wie einen leisen Hoffnungsschimmer.

Psenicka429790_c01.indd 27 Trim Size: 140 × 216 mm 27 Apr 2026 01:23:56 PM

Psenicka429790_c01.indd 28 Trim Size: 140 × 216 mm 27 Apr 2026 01:23:56 PM