

## **Für einen Tag nicht zuständig**

Ich habe mir meinen Traum sehr spät erlaubt. Nicht, weil er besonders groß war, sondern weil er unpraktisch war. Ich wollte einmal nicht wissen, was richtig ist. Und ich wollte einmal nicht sofort reagieren.

In meinem Kalender stand an diesem Dienstag nichts Besonderes. Drei Termine, zwei Rückfragen, eine kurze Besprechung. Ein gewöhnlicher Tag, der so unscheinbar war, dass er sich im Rückblick nicht von hundert anderen unterscheiden würde. Gerade deshalb wusste ich, dass er sich eignete.

Mein Traum war nicht, irgendwohin zu reisen. Nicht, ein Buch zu schreiben. Nicht, den Berliner Marathon zu laufen. Kein Date mit Jennifer Lopez. Nicht, noch einmal neu anzufangen.

Ich wollte für einen Tag aufhören, verfügbar zu sein.

Es klingt vielleicht banal, wenn man es ausspricht. Beinahe lächerlich. Als hätte man keinen richtigen Traum, wenn man sich nichts aufbaut, nichts verändert, nichts gewinnt. Aber mein Leben bestand seit Jahren fast ausschließlich aus Reaktionen. Auf Anfragen. Auf Erwartungen. Auf Anforderungen. Auf Dinge, die angeblich dringend waren.

Ich war gut darin geworden.

Zuverlässig.

Strukturiert.

Erreichbar.

Ich war jemand, bei dem man wusste, dass er zurückruft. Dass er nachfragt. Dass er übernimmt und sich kümmert.

Vielleicht ist genau das mein Problem.

Als ich an diesem Morgen mein Diensttelefon in die Tasche steckte, ließ ich mein privates auf dem Küchentisch liegen. Nicht demonstrativ. Nicht als Zeichen. Eher wie man einen Gegenstand liegen lässt, den man nicht mehr braucht, um sich zu vergewissern, dass man ihn wirklich nicht vermisst.

Der Tag begann ruhig. Unerwartet ruhig. Ich arbeitete meine ersten Aufgaben ab. Mein Körper blieb dennoch im Bereitschaftsmodus. Wie ein Bogen mit gespannter Sehne. Ich merkte, wie mein inneres System darauf vorbereitet war, jederzeit loszulassen, den Pfeil von der Sehne zu lassen.

Kurz nach elf Uhr vibrierte das Diensttelefon. Eine unbekannte Nummer. Ein Anruf, den ich sonst sofort angenommen hätte. Ich sah auf das Display. Und ließ es klingeln, auch wenn meine Hand automatisch zum Display wanderte.

Nein, sagte ich mir. Nicht heute.

Es war kein Protest in mir. Kein Aufbegehren. Kein Trotz. Eher Staunen. Darüber, wie wenig Widerstand mein eigener Kopf mir entgegensetzte. Wie leicht es war, eine kleine Regel zu brechen, die ich mir selbst so lange als unverzichtbar erklärt hatte.

Nach dem dritten Klingeln hörte es auf. Mein Herz schlug schneller, als hätte ich etwas Gefährliches getan.

In der nächsten Stunde kamen Nachrichten. Sachlich formuliert. Bitte um Rückmeldung.

Sobald möglich. Ich las sie und wusste, worum es ging. Ich wusste, dass ich die Antwort in wenigen Minuten formulieren könnte. Eine meiner leichtesten Übungen.

Ich tat es nicht. Stattdessen begann in mir eine Frage zu arbeiten, die ich mir selten erlaube. Was passiert eigentlich, wenn ich jetzt nichts tue.

In meinem beruflichen Alltag ist Nicht Handeln kein neutraler Zustand. Es gilt als Risiko. Als Versäumnis. Als potenzielle Gefährdung. Verantwortung bedeutet, Prozesse am Laufen zu halten, Übergänge zu sichern, Entscheidungen vorzubereiten, Unsicherheiten aufzufangen. Ich bin Arzt im öffentlichen Gesundheitswesen. Ich arbeite an Schnittstellen. Zwischen Medizin, Verwaltung, sozialen Hilfen, rechtlichen Vorgaben und organisatorischen Zuständigkeiten. In solchen Strukturen entsteht schnell ein bestimmtes Selbstbild.

Man wird wichtig.

Man wird gebraucht.

Man wird zu einem Knotenpunkt.

Man lernt, dass es bequemer ist, Verantwortung zu übernehmen, als auszuhalten, dass man sie auch einmal nicht tragen muss.

Gegen Mittag saß ich allein in der Kantine. Ich aß langsam und zum ersten Mal seit langer Zeit ohne Hast. Ohne das übliche Mitlesen der E-Mails. Ohne das innere Sortieren von offenen Aufgaben.

Plötzlich kam mir ein Satz in den Sinn. Ich bin gerade nicht zuständig.

Der Satz erschreckte mich. Nicht wegen seines Inhalts. Sondern wegen seiner Vertrautheit.

Ich kannte ihn aus Akten. Aus Protokollen. Aus Systemmeldungen. Aus

Entscheidungsbegründungen. Er war mir vertraut als organisatorische Formel.

Aber ich hatte ihn noch nie auf mich selbst angewendet.

Am frühen Nachmittag klingelte das Telefon erneut. Dieselbe Nummer. Das Gerät vibrierte, als wolle es mich sanft daran erinnern, dass ich die Sehne des Bogens wieder loslassen soll. Ich nahm nicht ab. In mir arbeitete nichts Dramatisches. Keine große innere Krise. Keine moralische Auseinandersetzung. Eher eine leise Verschiebung. Wie wenn ein vertrauter Text plötzlich einen Absatz mehr enthält und man nicht genau sagen kann, warum sich der Rhythmus verändert.

Ich begann zu verstehen, dass mein Traum nicht darin bestand, etwas zu erreichen.

Er bestand darin, etwas zu unterlassen. In unserer Gesellschaft gilt Handeln als moralischer Grundzustand. Wer eingreift, gilt als verantwortlich. Wer sich entzieht, als bequem. Wer nicht reagiert, als problematisch. Wir haben uns daran gewöhnt, dass Engagement, Aktivität und Verfügbarkeit fast automatisch mit Sinn gleichgesetzt werden.

Dabei wird selten gefragt, was diese permanente Reaktionsbereitschaft mit uns macht und wie sie uns verändert.

Ich dachte an all die Situationen, in denen ich überzeugt gewesen war, dass es ohne mein Eingreifen nicht geht. Dass etwas liegen bleibt. Dass jemand übersehen wird. Dass Strukturen versagen, wenn ich nicht zumindest an einer Stelle kompensiere.

Diese Überzeugung entsteht nicht aus Arroganz. Sie entsteht aus Erfahrung. Aus Dankbarkeit. Aus Rückmeldungen. Aus dem beruhigenden Gefühl, gebraucht zu werden.

Nützlichkeit ist ein gefährlicher Ersatz für Sinn.

Am Nachmittag kam eine weitere Mail. Der Ton war knapper. Nicht unfreundlich. Nur sachlicher. Ich kannte den Hintergrund. Ich wusste, dass ich mit wenigen Sätzen Klarheit schaffen könnte. Der Ablauf wäre sauber gewesen. Der Vorgang erledigt. Der Tag geschlossen.

Ich stand stattdessen auf und ging ein paar Schritte durch den Flur. Ich blieb am Fenster stehen. Draußen fuhr ein Auto über den Parkplatz. Eine Person ging mit einer Tasche Richtung Ausgang. Ein völlig gewöhnlicher Moment.

Ich stellte mir vor, wie mein Name in irgendeiner internen Liste auftauchte. Wie jemand kurz irritiert ist. Wie vielleicht jemand anderes zuständig wird. Oder auch nicht.

Der Gedanke war unangenehm und entlastend zugleich.

Ich hatte Verantwortung immer als etwas verstanden, das man trägt. Wie ein Gewicht. Wie eine Last, die man nicht ablegen darf. Aber vielleicht ist Verantwortung manchmal auch etwas, das man zu lange festhält. So lange, bis niemand mehr prüft, ob sie überhaupt noch richtig verteilt ist. Kurz vor Feierabend nahm ich das Telefon in die Hand. Ich sah die verpassten Anrufe. Die ungelesenen Nachrichten. Die stillen Erwartungen, die darin lagen.

Ich hätte reagieren können. Ich hätte den Tag aufräumen können. Ohne Irritation. Ohne Spuren.

Stattdessen schaltete ich das Gerät aus.

Es war kein symbolischer Akt. Kein Protest. Kein Statement. Nur ein technischer Vorgang.

Ein leiser Klick.

Aber in mir breitete sich etwas aus, das ich lange nicht gespürt hatte.

Ruhe.

Nicht die Müdigkeit nach einem vollen Tag, sondern eine andere, ungewohnte Entspannung.

Als hätte jemand für einen Moment den inneren Alarm abgeschaltet, den ich gar nicht mehr als Alarm wahrgenommen hatte.

Auf dem Heimweg dachte ich darüber nach, wie ich meinen Traum später einmal beschreiben würde.

Ich hatte nichts Besonderes erlebt. Ich war nirgendwo gewesen. Ich hatte niemanden gerettet.

Ich hatte nicht Jennifer Lopez geküsst. Schade eigentlich ...

Ich hatte mir nur erlaubt, für ein paar Stunden nicht verfügbar zu sein.

Zu Hause lag mein privates Telefon noch immer auf dem Küchentisch. Keine neuen Nachrichten. Kein verpasster Anruf. Ich lächelte kurz.

Vielleicht würde ich morgen wieder reagieren. Wahrscheinlich sogar. Ich kenne mich gut genug, um zu wissen, dass man ein Leben nicht an einem Nachmittag neu ordnet.

Aber ich hatte mir an diesem Tag etwas erlaubt, das in einer Welt permanenter Zuständigkeit fast schon als Zumutung gilt.

Ich hatte achselzuckend gelebt.

Nicht aus Gleichgültigkeit.

Nicht aus Müdigkeit.

Nicht aus Flucht.

Sondern aus der leisen Einsicht, dass nicht jede Verantwortung größer wird, wenn man sie immer selbst trägt. Und dass es manchmal eine Form von Freiheit ist, für einen Moment nicht zuständig zu sein. Unser Bogen soll doch nicht zerbrechen.