



*Sören  
und die Macht der Erinnerung*

## **Rot. Alles rot.**

Der ganze Teppichboden – ein furchtbares Rot.

Es hielt ihn in seinem Bann, dieses Rot.  
Immer war der Boden hier rot.  
Doch heute starrt er ihn fassungslos an.  
Wie kann es so viel Rot geben?

Rot, Rot, Rot, hämmert es in Sörens Kopf  
und in seinem Herzen.

Er sitzt da auf dem kühlen Bürostuhl.  
Eigentlich sitzt er nicht. Seine Beine hängen schlaff vom Sitz  
herab.

Seine Schultern hängen herab, das Gesäß berührt nur zur  
Hälfte die Sitzfläche.  
Der Unterleib drückt sich nach vorn, die Rückenlehne gibt ein  
wenig Halt –  
Halt, aber keine Sicherheit.

Und immer wieder:  
Rot, Rot, Rot ...

Was ist geschehen?  
Noch immer ist sein ganzer Gefühlszustand schrilles, lautes  
Rot.

Sören sitzt allein hier in diesem Raum und hört draußen  
aufgeregte Stimmen. Überhaupt klingt alles auf dem Gang laut  
und hektisch.

Nur hier drinnen herrscht Totenstille.  
Er, der Stuhl – und dieses Rot.

Nur mühsam beginnt sich etwas in ihm zu erinnern.  
Was war geschehen – hier, in diesem Raum,  
mit dem mächtigen Schreibtischstuhl aus schwarzem Leder?

Wie ein Thron wirkte er.  
Und auf diesem Thron saß er –der, der jetzt vermutlich draußen  
von irgendwem versorgt wird.

Und er selbst?  
Wie kam er sich vor, als er auf der anderen Seite vor diesem  
Thron saß, auf seinem schlichten Stuhl?

Nicht wie sonst.  
Er kennt den Raum. Er kennt ihn. Er kennt solche Gespräche.

Aber dieses Mal war alles anders.

Schon lange fühlt er sich vereinsamt, verhöhnt in diesem Büro.  
Alle meiden ihn. Das Augenverdrehen, die Grimassen hinter  
seinem Rücken – sie sind ihm nicht entgangen.  
Nicht an einem einzigen Tag in den letzten Monaten.

Sören ist sensibel. Er hat Antennen überall.  
Er spürt, wenn etwas nicht stimmt. Er spürt: Sie wollen mich  
nicht.

Manchmal kommt er sich vor wie in einem Käfig voller Nattern.  
Und er hat es erduldet. Jeden Tag.

Wie immer ging er heute Morgen an der Magnettafel im  
Eingangsbereich vorbei, hinter der Rezeption.

Magneten mit den Gesichtern der Kolleginnen und Kollegen –  
ein Organigramm.  
Doch heute war es anders.

Fassungslos starrte er auf die Tafel. Sein Foto war auf den Kopf  
gestellt. Ganz unten in der Ecke angebracht.

Das war kein Zufall.  
Das war Absicht. Boshafte Absicht.

Er hatte es ihm gesagt – dem mit dem großen Lederstuhl.

Und dieser hatte, so schien es, nichts Böses gewollt:  
„Dann bekommen Sie jetzt ein Einzelzimmer zum Arbeiten.  
Unter dem Dach sind noch welche frei.  
Das kleine mit den Schrägen und eingebauten  
Bücherschränken könnte Ihres werden.“

Plötzlich überkam ihn eine Enge in der Brust,  
ein panisch klopfendes Herz und zerrissene Bildfetzen:

Ein Dachboden.  
Dunkel und klein.  
Ein Spalt in der Holzverkleidung – offen.  
Ein Mann, der ihn packte.

Wer war das?

Wieder Bilder.  
Wieder Hände.  
Sie greifen nach seinem Körper.

Er strampelt.  
Er schreit:  
„Nein! Nein! Nein!“

Dann kommt der Schweiß.  
Kalter Schweiß – überall.

Er schreit den Mann im schwarzen Sessel an.  
Er weiß nicht, was er schreit.  
Er schreit.  
Schreit.  
Schreit.

Und immer wieder diese Bilder.  
Die kräftigen Hände, die ihn hinter die Holzverkleidung stecken  
wollen.

Die Stimme, die sagt: „Da bleibst du, bis du vernünftig wirst.“

Er will nicht.  
Er will nicht – aber was will er eigentlich nicht?

Dann sieht er den Aschenbecher aus Glas.  
Es tut gut, ihn zu ergreifen.

Mit beiden Händen nimmt er ihn –und schlägt zu.

Auf den Kopf.

Endlich spürt er etwas: Erleichterung. Wohltuende Ruhe.

Was hat er getan? Er sieht die weit aufgerissenen Augen des anderen. Das Blut, wie es langsam auf der Stirn seine Bahnen zieht.

Das hat er nicht getan. Nein – doch nicht er!

Er sieht, wie der andere flieht. Wie er den Raum verlässt, die Tür hinter sich schließt.

Unten auf der Straße hört er jetzt die Sirenen. Blaulicht. Vor seiner Tür haben sich viele aufgeregte Menschen versammelt. Er aber wird immer ruhiger. Und schwerer.

Endlich hat er abgerechnet mit dem übermächtigen Vater und dem Einsperren in der dunklen Dachkammer.

Wir alle haben Trauma – kleine oder vielleicht auch große, bewusste oder verdrängte. Selten jedoch sind die Folgen so dramatisch wie das, was Sören erlebt.

Ein Kindheitstrauma entsteht, wenn ein Kind über längere Zeit oder plötzlich Situationen erfährt, die es emotional oder körperlich nicht bewältigen kann – und dabei keine sichere Unterstützung erhält.

Die Langzeitfolgen im Erwachsenenalter können Flashbacks, Trigger oder Kontrollverlust sein.

Wenn wir spüren, dass in uns etwas schlummert – eine starke innere Alarmbereitschaft, emotionale Überreaktionen, ist es hilfreich, sich Unterstützung auf dem Weg zur Heilung zu suchen.

*Heilung bedeutet nicht, alles erinnern zu müssen, sondern: nicht mehr davon gesteuert zu werden.*

*Denn ein Trauma ist nicht das, was passiert ist - sondern das, was im Inneren Schutz braucht.*