

Dienstag, 25. Oktober 2011

Sensibles Thema

Wie sensibel bin ich eigentlich? Wie misst man Sensibilität überhaupt? Wann ist man genügend sensibel für die eigenen Ansprüche und die seiner Umwelt? Wann ist man womöglich zu sensibel? Sensibilisiert zu sein, was bedeutet eigentlich das? Oder unsensibel, meint das: keine Sensibilität zu besitzen? Dir fehlt es an Sensibilität! Mein Gott, bist du aber sensibel! Sensibelchen, wo fangen die an und wo hören sie wieder auf? Mit dem Begriff und dem zugehörigen Gefühl verbinde ich eine ausgeprägte Verunsicherung. Hat es davon doch immer entweder zu viel oder zu wenig. So wie es einem unter diesen alten Schwimmbadduschen geht, unter denen man sich entweder verbrüht oder verkühlt. Man schafft es einfach nicht, die richtige Mischung einzustellen. Millimeter liegen zwischen heiss und kalt, und der Punkt wandert hin und her. Was die jeweils gebotene Sensibilität ist, das lässt sich schlimmstenfalls nicht einmal erlernen. Erklären kann das soundso niemand. Geschweige denn, dass es irgendwo geschrieben steht. Wann nimmt man sein Gegenüber in den Arm, und wann lässt man das besser bleiben? Wann gilt es zu schweigen? Wann ist es zuviel davon? Und wann bleibt es zu wenig? Vorwürfe. Wenn ich an Sensibilität denke, spüre ich Vorwürfe und Blicke. Bohrende Blicke in meinem Rücken. Blicke, die sich abwenden. Lässt sich Sensibilität gedanklich ergründen? Es lässt. Mit der Kraft der Gedanken alleine? Oder sollten wir besser nachempfinden, hineinspüren, fühlend ertasten? Nur, warum eigentlich. Ist das Gefühlte denn weniger wert als das Gedachte? Glaub' ich nicht, ganz im Gegenteil. Aber man spürt das so und man sagt es so. Obwohl einem klar ist, dass es wohl nicht stimmt. Die Grenzen verschwimmen. Es gibt keine Übergänge. Sensibilität ist so flach und tief wie die stille Wasseroberfläche eines ruhenden Sees. Wie gerne würde ich von mir behaupten, sensibel genug zu sein. Sensibel genug um zu spüren, wann es soweit ist. Und wann noch nicht. Aber beim Thema der Sensibilität fühle ich wachsweiche Unsicherheit in mir. Ich bin durchweg unschlüssig. Es melden sich andauernd Zweifel über die richtige Einordnung der Gefühlslage. Ist das, was gerade ist, der Sensibilität, der Empathie, dem Mitleid, Mitgefühl, der Furcht oder der Lust zuzuordnen? Es gibt doch so viele Gefühle, die einem den lieben langen Tag begegnen. Die kommen und gehen, überlagern sich, bekämpfen sich. Man kann deren Herkunft und Bestimmung nicht eindeutig festlegen. Jedenfalls kann ich das nicht. Manchmal geraten meine Gefühl sogar ziemlich durcheinander: Ich sollte leiden, empfinde aber Lust. Ich sollte trauern, empfinde aber Lebendigkeit. Oder anders herum. Ist das noch normal? Ist das sensibel? Oder ist das krank zu nennen? Gefühle sind nicht wie Worte, die sich auseinanderdividieren lassen. Wie Blumen, die man identifizieren kann. Das Gefühle verschwimmt in einem ganzen Gefühls-Ozean. Sind sensible Menschen sich klarer über ihre Gefühle als unsensible? Oder unklarer? Jedenfalls sind Fingerkuppen sensibel. Und die Haut ist es auch. Vielleicht ist Sensibilität der Blick durch den Frühnebel, der nur erahnen lässt, was da ist, auf uns zu kommt oder hinter den Schwaden verborgen sein mag. Eventuell können sensible Menschen mehr sehen, besser hören, feiner fühlen. Weil sie die Fähigkeit besitzen, den Nebel unserer Wahrnehmung geschickter zu durchdringen. Sensible Menschen ahnen vorher, was nachher sein wird. Ich glaube, ich wäre gerne sensibel. Für jetzt kann ich das nicht von mir behaupten. Allein deshalb, weil ich nicht weiß, woran das zu erkennen oder wie es zu messen ist. Schade eigentlich.

Geschrieben von Christof Hintze in blue notes um 22:30