

The background of the cover is a soft, painterly illustration. On the left, a woman's arm and hand are visible, reaching out towards the center. Her hand is open, palm up. In the upper right quadrant, a small yellow bird with a black head and blue beak is in flight, its wings spread. The overall color palette is muted, with greens, yellows, and soft skin tones. The text is overlaid on this background.

ASTA SCHEIB

Streusand

Erzählungen

| Hoffmann und Campe |

Resonanzbodens. Und immer an den Faden denken, der vom Mittelpunkt des Kopfes, von den beiden Ohren aus gesehen, direkt an die Decke führt. An diesem Faden hängt alles. Der Mensch und wahrscheinlich die Welt. Das hatte Amelie praktisch überall gelernt. Beim Yoga oder beim Qigong. *Schigung* gesprochen. Wer an diesem Faden hängt, kann schon nicht mehr viel falsch machen. Weil der einen mit dem Universum verbindet.

Gut, dass Amelie dreimal mit dem Logopäden gearbeitet hatte. Sie sollte auf Verlangen des Lehrers auch daheim weiterüben, aber dann kam

die Einladung zu einer Lesereise in den Schwarzwald. Als der Intercity in Baden-Württemberg haltmachte, stieg eine Dame ins Abteil, eine Schwäbin, wie sich rasch herausstellte. Sie erklärte ihre sportliche Ausrüstung damit, dass sie auf dem Weg sei zu einer Wanderung über die Alb. Oder Alp? Amelie wusste es nicht. Sie wanderte nicht über die Alb und auch nirgendwo sonst. Niemand von ihrer Familie würde sie begleiten. Und einsam wandern, wie diese alleinstehende Dame, womöglich noch ähnlich praktisch gekleidet, das mochte Amelie sich nicht vorstellen.

Doch sie hatte Wichtigeres zu

bedenken. Heute gegen neunzehn Uhr dreißig begann ihre Lesung, und sie musste schleunigst ihre Atemübungen machen. Vielleicht wurde sie ja abgeholt, möglicherweise ging es vorher zum Essen, und sie wäre atemtechnisch nicht vorbereitet. Amelie konnte auf die Schwäbin in ihrem Abteil leider keine Rücksicht nehmen, denn in einer knappen Stunde wäre sie am Ziel.

Sie brachte sich in die richtige Stellung, mit der Hand auf dem Resonanzboden und dem Faden oben an der Decke des Zugabteils. Jetzt musste sie sich aber zuerst noch ihr gesamtes Knochensystem

vergegenwärtigen. Und das ging los beim Scheitelbein und Hinterhauptbein übers Schlüsselbein. Es gibt sogar ein Darmbein, aber das ist weiter unten. Vorher kommen noch jede Menge Köpfchen und Knochen, man glaubt es nicht. Oberarmkopf, Oberschenkelkopf. Den Hals am Oberschenkel, das wusste Amelie, den brachen sich ältere Damen sofort, wenn sie mal hinstürzten. Bis runter zum Mittelfußknochen musste sie alles sortieren, und vor allem musste sie es sich vergegenwärtigen, um das richtige Körperbewusstsein zu bekommen. Oh, die Beckenschalen

mit den zwei Sitzhöckern – ja nicht vergessen. Also die ganzen Räume des Körpers musste Amelie sich erst einmal erarbeiten. Dann den Atem abfühlen. Der Atem verlässt den Körper auf »f«, und dann wird die Bauchdecke flach. Leider nicht bei Amelie. Jetzt eine Hand auf die Bauchdecke legen. Dazu »*psst – psst – psst*« und »*kscht – kscht – kscht*« und »*hop – hop – hop*« rufen. Das sind Explosivlaute, bei denen sich der Atem austauscht. Quasi von selbst.

In dem Moment meldete sich die Schwäbin, die bisher stumm zugeschaut hatte. »Gell«, sagte sie einsichtig, »gell, des brauchet Se zur