

Ein sanfter Psychothriller, der Hartes in sich verbirgt

Ein Roman, in dem alle Personen frei erfunden sind - und doch fühlt sich die Lektüre des Buchs so real und nahbar an, als wolle und müsse man die Hauptfigur zum Trost gleich umarmen. Es beginnt in der frühen Kindheit mit der Trennung der Eltern, dem lieblosen Vater und schließlich der komplette Abbruch des Kontakts. Eine - sicherlich ebenfalls traumatisierte - Mutter, die anstatt Unterstützung zu sein, ihrer Tochter nur noch mehr seelische Narben zufügt.

Ein "sanfter" Psychothriller? Tatsächlich ist körperliche Gewalt kaum ein Thema in diesem Buch. Dennoch wird auf eindrucksvolle Art und Weise gezeigt, wie auch ohne die Hand gegen jemanden zu erheben, der Schaden an der Psyche immens und im schlimmsten Fall irreversibel sein kann. Das auch die Psychotherapie nicht immer das Allheilmittel ist, blitzt zwischendurch immer wieder in kleinen "Flash Forwards" hervor.

Zunächst ist das Buch nicht gerade ein Mutmacher, erzählt es doch von Ängsten, Depressionen und Scheitern: Die Berufswelt, die in der Realität nur allzu oft eher einem Schulhof gleicht, auf dem man tyrannisiert und schikaniert wird, als einem professionellem Umfeld. Die Beziehungen, die teils absurde und doch leider so realistische Auswüchse annehmen, und nach deren Ende man nicht mehr als dieselbe herausgeht. Das Vertrauen wird immer weniger, in Andere und vor allem auch in sich selbst.

Schließlich macht das Buch am Ende doch noch Mut: Die Jahre vergehen, die Zeit heilt so manche Wunde - und mit einem kleinen bisschen Hilfe von außen gelingt es, die Geister der Vergangenheit zu besänftigen. Doch nicht lange, da wird der Mut und der Glaube an sich selbst erneut auf die Probe gestellt, was den Titel des Buchs zur zweideutigen Metapher werden lässt ...

"Keep on running - Lauf weiter" erzählt von einer Frau, der es bisher immer noch gelungen ist, immer einmal mehr aufzustehen als hinzufallen. Ihre Geschichte schärft dabei intensiv das Bewusstsein dafür, was seelische Gewalt anrichten kann, auch wenn sie scheinbar beiläufig und harmloser als körperliche daherkommt.

Gerrit Koehler 09.01.2023

Quelle: [www.literaturmarkt.info](http://www.literaturmarkt.info)