

Zehn Tage alt ist das Neue Jahr bereits:

Das mit den Vorsätzen.

Zehn Tage alt ist das Neue Jahr bereits. Am ersten Morgen des Neuen Jahrs ist man voller Tatendrang. Gut vielleicht muss man zuerst den Kater auskurieren, aber danach, ui! Dann plant man, macht Listen, schwört dies und jenes zu unterlassen und dafür, dass da hier sicher mehr zu machen. Am zweiten Morgen steht man schon nicht mehr so voller Elan und Energie auf. Wie war das? Mehr Sport treiben? Aber doch nicht heute ... Heute bin ich müde und sowieso. Morgen. Ah, eine Zigarette, obwohl man zwölf Stunden vorher mit dem Paffen so richtig aufgehört hat. Ein Glas Rotwein dazu, obwohl man doch im Januar abstinent leben wollte. Absti-was? Darum bleibe ich realistischer, denn ich weiss, dass ich mit dem Rauchen einfach so vor eineinhalb Jahren aufgehört habe. Und auf den Rotwein verzichte ich eben unter der Woche, dafür gönne ich mir ein Glas oder zwei am Weekend. Eine mentale Liste von Vorsätzen habe aber auch ich gemacht.

1 • Mehr für andere tun: Wie wunderbar selbstlos das

klings. Mehr für andere tun. Ich kann es nicht genug oft hören. Die zwei Jungs der Freundin hüften, damit sie mal durchschnaufen kann. Der Nachbarin mit den schwachen Augen vorlesen. Dem Strassenmusikanten ein Kompliment machen. Mit den Frauen aus Syrien gemeinsam kochen.

2 • Auf das Wesentliche konzentrieren: Eine gute Sache vom Älterwerden ist, dass man auch weiser wird. Oder es glaubt, zu werden. Man hat aber definitiv mehr Erfahrungen gemacht und realisiert irgendwann, was wirklich wichtig ist und was nicht. Natürlich ist das eine Frage der Perspektive. Ich für mich weiss nun, was für mich zählt und was zurzeit total nebensächlich ist. Auf das Wesentliche, auf meine Familie, auf meine Freunde, auf mein inneres Ich will ich mich konzentrieren.

3 • Verrückter sein: Es gab eine Phase, da schämte ich mich für alles und alle, die aus der Norm tanzten. Zu laut lachen, zu grell angezogen sein: Shame on me and besonders on them. Schämen tu ich mich schon längst nicht mehr. Jetzt

will ich selber verrückter sein. Unter dem Vollmond nackt baden gehen, die Wellen jagen und wie ein kleines Kind die Welt drumherum vergessen. Sandburgen voller Träume bauen und tatsächlich an einen Traum glauben. In der U-Bahn laut singen. Auf dem Berg das Echo suchen.

Natürlich könnte ich jetzt die Liste mit dem obligatorischen «Mehr-Sport-Machen-Punkt» und dem «Gesünder-Essen-Punkt» ergänzen. Aber ganz ehrlich. Das ist es ja nicht, was wirklich zählt. Was zählt sind zwischenmenschliche Begegnungen. Ein Lächeln eines Fremden. Der Fremde, der das Tragen der Einkaufstaschen der alten Dame übernimmt. Die Grossmutter, die das Enkelkind in den Himmel rauf schaukelt und sicher wieder zurückholt. Nein, diese Liste wird jetzt nicht erweitert. Denn es scheint mir schon viel, wenn ich die oben genannten Punkte nur ansatzweise umsetze.

Oriana Ziegler-Somarriba,
10.1.2016, 115. Jahrgang, Nr. 10.