626 **Alt? Na und!**

Meine verdammte grosse Zehe links ist es wieder! Sie schmerzt. Gicht, so zirka alle halben Jahre, für ein paar Tage. Der Harnsäurespiegel wird wieder bis zu meinem Bauchnabel reichen. Bin selber schuld!

Gestern: Zum Apéro Weisswein, dann zum Hauptgang 275 Gramm Rinds-Hohrücken (meine Liebste hat mich gerügt!) bei 80°C im Backofen gegart, dazu einen wunderbaren roten Spanier. Ein Genuss, für den ich nun die nächsten Tage büssen werde. So what! Es hat sich trotzdem gelohnt! Muss ja nicht arbeiten gehen, bin pensioniert. Freue mich über solche Pausen im täglichen Körpertraining, auch wenn es etwas schmerzhaft sein wird. Dafür gibt es

\*Xefo 8mg\*, von meinem Hausarzt verschrieben.

Es schien mir damals vor einem Jahr, beim letzten Jahres-Check, als sei “Hoch- würden“ Herr Doktor sichtlich froh, dass er mir endlich ein Medikament ver- schreiben durfte. Dass bei meinem Gewicht (darüber sei hier der Mantel des Schweigens ausgebreitet) noch keine Langzeitschäden entstanden sind, hat bei ihm schon vor Jahren ungläubiges Kopfschütteln erzeugt.

Auch die letztes Jahr angeordnete intensive Herzuntersuchung beim Spezia- listen ergab keinen Befund; für mich Glück, für ihn Umsatzeinbusse! Und ziemlich fit sei ich auch, meinte der Dr. med. Herz nach dem berüchtigten “Velo-Test bis zum Umfallen“.

Dafür bin ich meiner Gattin dankbar, die mit gegen 10`000 Velokilometer im Jahr und täglichen Mahnungen dafür Sorge trägt, dass ich mich ebenfalls jeden Tag so eine Stunde intensiv bewege.

„Beim Geschichtenschreiben sind nur deine Finger in Bewegung“ motzt sie jeweils, was so einfach nicht stimmt, denn die grauen Hirnzellen tragen sicher auch ihren Teil dazu bei.

Allein schon die Angst, ihr nach ihrer 3-stündigen Velo-Tour die gezielte Ant -wort nach meinem heutigen Training schuldig bleiben zu müssen („Warst du heute auf dem Velo, oder warst du zu Fuss auf unserem Hausberg?“), drängt mich täglich für eine Stunde auf das Rad, oder zum Griff nach den Nordisch-Walking-Stöcken.

Eine Plage? Keinesfalls! Nach der stündigen Bewegungsübung verschwitzt nach Hause zurück zu kommen setzt jeweils Glückshormone frei. Ich bin ihr für die scheinbar blöde, aber berechtigte Frage dankbar, denn grundsätzlich bin ich das, was man eine faule Sau nennt! Ich such innerlich immer nach Ausreden, warum ich ausgerechnet heute nicht auf die Tour (oder ist es die \*Tortour\*?) gehen könne. Aber eben, dann kommt immer die unausweichliche Frage nach dem “Wie und Wo?“ und ob es auch so schön gewesen wäre, wie bei ihr auf der Velotour.

Also Du siehst, trotz des gegenwärtigen, kleinen Gichtanfalls in der grossen Zehe, es geht mir richtig gut mit 72 Jahren. Sicher, ich weiss, das kann sich von einem Tag auf den anderen plötzlich ändern. Das würde aber für diese momen- tane Analyse keinesfalls eine Anpassung bedingen. Und sollte sich das uner- wartet ändern, dann ist das einfach Schicksal.

Ich geniesse das Hier und Jetzt. Ich geniesse es, meine Einfälle zu Papier (oder in den Computer) zu bringen, wenn sie in meinem Kopf auftauchen (und ich nicht gezwungenermassen auf Trainingstour bin!).

Ich stelle mit Freude fest, dass ich viel klüger werde, von Tag zu Tag. Du staunst? Du meinst, der alte Hodel sei ein Bluffer? Er leide unter Einbildung?

Nein, es ist Tatsache!

Vor Jahren noch hatte ich infolge der Belastung durch Beruf und Familie wenig Zeit für philosophische Gedanken über unser Sein, unsere Gefühle, unsere Entwicklung, Beziehung zwischen Mann und Frau und vieles mehr.

Ich hatte keine Zeit, dem morgendlichen Gesang der Vögel zuzuhören und seiner Bedeutung nachzuhängen.

Ich hatte keine Zeit, Konflikte in aller Welt eingehend zu studieren und deren zukünftige Bedeutung für uns selig im Wohlstand schlafende Schweizer voraus zu deuten. Ich stelle fest, vor allem beim Geschichten schreiben, dass sich mir völlig neue Perspektiven öffnen.

Ich rekapituliere Vorkommnisse in meinem früheren Leben, die erst jetzt in Ursache und Wirkung für mich verständlich werden. Schreibe ich einen Kurz- roman (z.B. \*Lass die Schmetterlinge fliegen\*), dessen Ablauf mich zwingt, oft auch ziemlich erotische Sequenzen einzustreuen (wo ist da heute eigentlich die Grenze der Schicklichkeit?), so ist das nicht altersfremde Geilheit (die hält sich schon aus biologischen Gründen in Grenzen), sondern da brechen Erinnerun- gen in die Fantasie hinein. Und wenn ich dann schreibe, so merke ich, wie meine Finger auf der Tastatur wie ein Fluss nach starken Regenfällen unauf -haltsam vorwärts drängen und nicht mehr aufzuhalten sind. Ich bin überzeugt, dass sich so Kapitel um Kapitel fast selbstständig entwickelt. Dass sich die Geschichte fast ohne mein Zutun aus diesen Erinnerungen und Gefühlen einfach so zusammenfügen muss. Da schreibe ich wie in Trance. Ich kann plötzlich wieder nachvollziehen, was zwischen meiner Liebsten und mir vor Jahren abgelaufen ist. Und dann kannst du die Schreibweise nicht mehr ändern. Sonst musst du das Angefangene weglegen und endgültig beenden, weil es nicht mehr zusammen passt.

Nur hatten wir früher keine Zeit, diese Geschehnisse eingehend zu analysieren und zu diskutieren. Heute habe ich Zeit und kann beim Schreiben vieles nachholen, sozusagen als Nebenprodukt Erkenntnisse gewinnen, die damals äusserst nützlich gewesen wären. Glück gehabt, dass meine Frau den Grossmut hatte, trotz dieser gefühlsmässigen Mängel und fehlender Aufmerksamkeit den Weg mit mir weiter zu gehen, bis heute!

Meine Sensibilität hat gewaltig zugenommen in diesen gut 7 Jahren der Freiheit (sprich “Pension“). Ich kann jederzeit eine schöpferische Pause einlegen, die mir dazu dient, über alles und jedes nachzudenken, zu analysieren zu spe- kulieren. Ich kann Ideen kreieren, die manchmal meiner Liebsten zu Gute kommen, manchmal meinen Enkeln oder deren Familie, meinen Nachbarn, meinen Kollegen und Freunden. Eine Genugtuung höchster Klasse für mein eigenes Gemüt! Ich bin völlig zufrieden mit dem was ich jetzt erlebe. Wie lange es so weiter dauert, wer weiss? Ist doch egal. Ich hab`s jedenfalls erleben dürfen. Und das ist wunderbar!

Gichtanfall in der linken, grossen Zehe, du darfst ruhig noch ein paar Tage bleiben! Auch du gehörst in diesem schönen Altersabschnitt dazu!