1053 **Stress!**

Wenn ich etwas hasse, dann ist das Stress! Dabei weiss ich seit mehr als acht Jahren gar nicht mehr was das ist, Stress. Bin ja schlussendlich pensioniert. Ich muss aber auch präzisieren, dass es zwei Arten von Stress gibt: Stress von aussen und Stress den ich selber verursache.

Stress von aussen habe ich teilweise als schöpferisch und wichtig empfunden. Ein leichter Druck der den inneren Schweinehund anregt speditiv vorwärts zu machen ist im Berufsleben wichtig, scheint sich aber heutzutage eher in sinn -losen Dauerdruck und Leerlauf umzuwandeln.

Überhaupt nicht umgehen kann ich hingegen mit selbsterzeugtem Stress durch Mangel an Disziplin und Planlosigkeit.

Am Morgen, ich bin Frühaufsteher, sehe ich durch unseren Erker direkt auf die Bushaltestelle, ob ich will oder nicht. Es entgeht mir nicht, dass der Bus fast jeden Morgen von der Haltestelle abfährt und nach ein paar Metern mitten in der Kurve wieder anhalten muss, um noch einen verspäteten, heranrennenden Passagier aufzunehmen. Sie können mir glauben, im Dunkel des frühen Mor -gens scheint es sich immer um dieselbe, kleine Personengruppe zu handeln, die wieder einmal die Uhr nicht richtig abgelesen hat. Es fehlt nur noch, dass diese eine Dame beim Rennen in der einen Hand noch den Spiegel hält und in der anderen den Pinsel mit dem Eyeliner an ihre Augenlider führt. Oder dass der junge Herr im schwarzen Bankerlook mit einer Hand verzweifelt noch versucht, seine Krawatte fertig zu binden, derweil er mit der anderen den Aktenkoffer, seinen Kittel und den Becher mit einem Latte Macchiato hält und sich damit als Jongleur outet.

Mein Bruder möge mir verzeihen, aber er war in jungen Jahren ein Spezialist in Sachen Zuspätkommen. Obwohl es ihm meistens gelang, dank Entgegenkom- men des Busfahrers, rechtzeitig noch auf den Bus aufspringen zu können, so kann ich die täglichen Szenerien der damaligen Zeit nicht vergessen:

Wir sassen jeweils zusammen am Frühstückstisch. Ich hatte meinen Teller bereits geleert (ob ich heute wohl deshalb viel mehr auf die Waage bringe als er?), fasste meine Jacke und sagte zu meiner Mutter: „Ich geh dann auf den Bus. Auf Wiedersehen bis zum Mittag.“

„Dir eilt es wohl wieder“ hörte ich von der Tischecke tönen, an der mein Bruder noch in aller Ruhe an einem Brot herum kaute.

„Der Bus wartet schon bis du kommst“ lachte ich dann jeweils.

An der Bushaltestelle war ich, wie meist bei allen meinen Terminen im ganzen Leben, etwas zu früh dran. Fünf Minuten warten, das war für mich normal.

Der Bus kam, die Leute stiegen ein, von meinem Bruder noch weit und breit keine Spur. Erst als der Bus anrollte, schon in den zweiten Gang schaltete, riefen die Fahrgäste meistens: „Der jung Hodel chunnt noch!“

Diese Prozedere ging so weit, bis der Busfahrer sich angewöhnte vor der Abfahrt zu fragen: „Ist der Hodel schon hier?“ Hin und wieder tönte es dann: „Ja, ich bin hier!“ was zu einem befreienden Gelächter führte. Ob er es heute immer noch so hält? Ich weiss es nicht. Er wird die Vorteile der Pünktlichkeit inzwischen wohl aus Gründen der Berufsraison auch erfasst haben.

Ich gehe, oft mit meiner Frau zusammen, bereits um sieben Uhr am Morgen ins Hallenbad, um dort eine halbe Stunde zu schwimmen. Wir sind beide keine Langschläfer, stehen oft schon um fünf Uhr auf um einen Kaffee zu schlürfen und einen ersten Blick in die Zeitung zu wagen.

Um Sieben fahren wir dann mit dem Auto ins Hallenbad. Also genau genom- men, meine Frau fährt bei einigermassen akzeptablem Wetter mit dem Velo dorthin, ich fahre meist alleine mit dem Auto. Ich könnte jetzt sagen, dass wir nicht das gleiche Schwimmprogramm absolvieren und damit etwas unab -hängiger sind voneinander. Aber das ist eine andere Geschichte und passt nicht zum Thema, Punkt, Schluss!

Aber wir beide erleben, ob mit Auto oder Velo, trotzdem immer wieder das gleiche Verhalten:

Die Fussgänger rennen am dunklen, frühen Morgen ohne Rücksicht auf das eigene Leben, eiligst ab dem Trottoir Richtung Bahnhof. Ihre Blicke sind auf ihre Handys gerichtet, sie knipsen auf der Tastatur herum, haben noch die Knöpfe der Lautsprecher im Ohr und sind natürlich schwarz gekleidet. Sie sind meistens zu spät dran und haben keine Zeit, im Interesse ihres Lebens beim Verlassen der sicheren Trottoirs einen Blick nach hinten zu werfen. Wenn man mit ihnen auf gleicher Höhe ist, bleibt bei unberechenbaren Schritten vor deine Motor -haube wenig Zeit für einen Vollstopp. Wenn du dann meinst, sie seien er -schrocken wegen ihrer Unvorsichtigkeit, dann täuschst du dich gewaltig. Sie verwerfen die Hände, nenne dich ein Arschloch und rennen weiter. Du glaubst das nicht? Dann frage mal einen Tramführer in Zürich. Oder schau dir mal das ziemlich bekannte Video an, das immer wieder im Fernsehen zur Prävention für bessere Aufmerksamkeit im Stadtverkehr gesendet wird.

Meine Enkel scheinen diesbezüglich auch nicht auf meiner Linie zu stehen. Wenn wir sie gelegentlich betreuen und ihnen das Mittagessen richten, dann dürfen sie nach dem Essen spielen oder sich etwas auf dem Kindersender “KIKA“ ansehen, bis sie wieder in die Schule verschwinden müssen.

Ich weiss nicht, wie oft wir sie mahnen müssen, sich jetzt für den Schulgang bereit zu machen. „Das längt no lang!!!“ hören wir sie dann reklamieren und lachen dabei. Dann geht es aber Ruck-Zuck: In die Schuhe, Jacke anziehen, die Trottinette gefasst und weg sind sie. Kommen sie rechtzeitig an? Wir wissen es nicht, oder die Eltern sehen es dann, wenn sie Strafaufgaben schreiben müssen. Das kann uns dann ja egal sein. Wir haben unsere Pflicht getan und sie jedenfalls rechtzeitig zum Aufbruch gemahnt um ohne Stress im Schulhaus anzukommen.