1054 **Entschleunigt.**

(Ein Morgen zum Entspannen)

Der gestrige Samstag war unterhaltsam, aber auch fordernd. Wir reisten per Bahn in den Kanton Solothurn, wo wir zu einem vergnüglichen Treffen mit Bekannten und Verwandten in einem Landgasthof abgemacht hatten. Einen halben Tag lang essen, schwatzen, lachen kann auch anstrengend sein; Bahn -fahren, wenn fast alle Plätze besetzt sind wie gestern, ebenfalls. Wir hatten am Abend Mühe wieder auf den ruhigen Boden zurück zu finden, wieder herunter- zufahren auf einen ruhigen, altersentsprechenden Alltag. Wir sind ja auch nicht mehr Zwanzig, da macht man diesen Wechsel noch ohne Mühe.

Heute Morgen, beim Erwachen, begann das gestrige Geschehen noch einmal nachzuklingen. Wie ein Film rollten die Gespräche wieder durch meine graue Hirnmasse. Was tun, um sich aus diesem Film auszuklinken? Medizin dafür sind meine Nordic-Walkingstöcke und der Äntschberg in Kloten. Sie bieten Bewe -gung und Ruhe in Einem, Natur pur, nur einen Kilometer neben dem ruhelosen, lärmigen Flughafen.

Der Wind blies mir ins Gesicht, als ich vor unserer Haustüre mit den Händen in die Schlaufen der Stöcke schlüpfte. Ich war mir bewusst, nun werden die ersten Schritte in den Beinen wieder leicht schmerzen. War immer so, bis die Gelenke ihren Widerstand jeweils aufgeben und mit dem Rest des Körpers zu harmo -nieren beginnen. Es dauerte nur 5 Minuten, dann liefen die Bewegungen wie geschmiert. Mein innerer Blick konnte sich von den widerspenstigen Beinen abnabeln und in die Umgebung schwenken.

Kaum ein Mensch war unterwegs. Nur ein Mann mit einem Hund kreuzte meinen Weg Richtung Gerlisberg. Die letzten Häuser liess ich bald hinter mir zurück. Rechts von mir ein Schrebergarten in der Winterruhe. Ein paar verges- sen gegangene Gemüse liessen ihre grossen Blätter hängen, so als ob sie traurig wären, nicht auf einem Teller gelandet zu sein. Eine Amsel riss an ihnen herum und schaute mich empört an, dass ich sie bei ihrem Geschäft störte.

„Du hast doch hier nichts zu suchen!“ schien sie mich mit Ihren Augen lautlos anzuschreien. Ihr Wunsch war mir Befehl. Ich verzog mich, um sie nicht mehr zu stören.

Noch ein paar Schritte und ich erreichte den Bedenseebach, der nun bis zum Jörenhölzli mein Begleiter sein würde. Die Wegkreuzung liess mir hier zwar die Wahl, neben den beiden Bauernhöfen vorbei den steilen Weg nach Gerlisberg zu wählen. Aber es blies ein doch ziemlich kalter Wind, der mich davon überzeugte, mir diese Mühe heute zu ersparen. Der kürzere Weg Richtung Schützenhaus musste genügen. Das Plätschern des fliessenden Wassers entschädigte mich dafür mit unterhaltsamer Musik. Wunderbar, diese Kombination von Ruhe, leichtem Säuseln des Windes und blubbernder Wassermusik!

Auf der anderen Seite des Baches war eine Amsel damit beschäftigt, einen Wurm aus dem Boden zu ziehen. Heute schien ich mich dauernd mit empörten Amseln anzulegen, denn sie äugte angestrengt zu mir herüber. Dann liess sie von der Beute ab, um zornig schreiend davon zu fliegen. Hatte ich jetzt eher einem Wurm das Leben gerettet, oder sie bei ihrem Frühstück gestört? Ihr aufgeregtes Klagen inmitten einer Schar weiterer schwarzer Vögel liess eher auf eine Störung deuten. Denn die ganze Schar schimpfte jetzt vollhals von zwei nahen Bäumen herunter. Ich beschleunigte meine Schritte, nicht ohne noch einmal zurück zu den Schreihälsen zu blicken. Es schien mir, als ob sie ihren Ton geändert hätten, von Wut auf Triumpf, dass der Störenfried das Weite gesucht hatte. Ich mochte ihnen den Sieg gönnen.

Und wieder war ich an einem Scheideweg angelangt. Rechts verschwand der asphaltierte Weg im Jörenhölzli, links führte ein Kiesweg zu den Rebstöcken des Äntschberg hinauf. Die Eiche, die genau im Winkel der Wegabzweigung stand, sie schwenkte im Wind leicht ihre blattlosen Äste auf der rechten Seite, Richtung Jörenhölzli.

„Danke für den Hinweis“ murmelte ich ihr zu und schwenkte meine Schritte Richtung Schützenhaus Bedensee. Der steilere Weg Richtung Äntschberg würde sowieso etwas sumpfiger sein, dachte ich mir. War es nicht eher die Bequem –lichkeit, die mir diese Wahl erleichterte? Feigling!

Mein Blick schweifte durch die Bäume hinaus auf die angrenzende Wiese. Das viele Wasser des geschmolzenen Schnees der letzten Tage hatte sie unter Wasser gesetzt. Der Flurname “Bedensee“ hatte damit seine volle Berechtigung erlangt.

Da fiel mein Blick auf die alte Eiche am Rande des Wassers, die meinen Kinder- geschichten namens “Wurzel“ zu ihrem Namen verholfen hatte. Wo war mein “Wurzel“, der kleine Eichenbaum, der sich bisher so schutzsuchend an seine Mutter, die grosse Eiche, angelehnt hatte? Er war verschwunden! Man hatte ihn diesen Winter umgesägt, der Platz neben seiner Mutter war leer. Schrecklich! Fast floss eine kleine Träne aus meinen Augenwinkeln auf den nassen Waldweg hinunter. Sie wäre wohl langsam von der Strasse durch den Waldboden in den Bedensee geflossen. Wo war mein kleiner Eichenbaum, der “Wurzel“ zur Zeit? War er über den Kamin eines Cheminées bereits als kleine Russpartikel in den Himmel geblasen worden? Ich werde es nie erfahren. Meine Augen verabschiedeten sich von der dicken, alten Eiche, mit etwas Wehmut: „Auf Wiedersehen, lieber Wurzel!“

Am Ausgang des Jörenhölzli, unmittelbar neben dem Schützenhaus, wurde ich wieder vom kalten Wind erfasst. Er riss mich aus den Gedanken über meinen “Wurzel“ heraus, zurück in die Wirklichkeit. Der Wind trocknete die letzten Spuren aufgekommener Traurigkeit aus meinen Augenwinkeln. Vor mir lag der Anstieg über die Hügelkuppe, die zugleich höchster Punkt meiner heutigen Tour sein würde. Wie immer erhöhte ich den ansteigenden Weg hinauf das Schritttempo, um auf Touren zu kommen. Der Rest würde anschliessend ein erholendes Herunterrollen vom Hügel werden, der wieder Kapazität freigeben könnte um Eindrücke zu sammeln aus der schlafenden Umgebung. Da donnerte ein A330-300 in enger Linkskurve über meinen Kopf. Einerseits war er in dieser Morgenstille ein Störenfried, anderseits aber eine imposante Erscheinung am Morgenhimmel, wie er sich da fast über die Flügel abkippend in Richtung West- Nordwest drehte. Wo lag sein Ziel? Amerika? Kanada? Oder drehte er nachher wieder nach Süden Richtung Afrika? Ich würde es nicht erfahren. Aber hinter ihm folgten noch drei davon, Schwanz an Schwanz. Wo kommen auch alle diese Passagiere her, die dauernd in der Luft herumpendeln?

Ich erreichte, dem Waldrand nach, wieder die ersten Häuser von Kloten. Da hatten sich inzwischen offensichtlich mehr Leute auf der Strasse eingefunden, als noch bei meinem Start. Waren es die vielen Hunde, die ihre Besitzer an der Leine ins Freie lockten, oder eher umgekehrt? Vielen Gesichtern war anzuse- hen, dass ersteres wohl der Wirklichkeit entsprach. Die Mundwinkel waren auf Zwanzig nach Acht gerichtet, während ihre Hunde mit dem Schwanz freudig wedelten. Meinem: „Guten Morgen!“ tönte öfters ein: „Wau,Wau Wau!“ entgegen, als ein: „Guten Tag!“ Was soll`s! Ich war ja auch schon länger auf den Beinen als die Hundefreunde.

Nach einer weiteren Viertelstunde kam ich verschwitzt, aber wieder völlig ruhig, geistig erholt und “entschleunigt“ nach Hause zurück. Versuchen Sie`s am Morgen auch einmal, es lohnt sich!