

## Tag für Tag

Bei genauerer Betrachtung war das Seminar der Ursprung für mein mich plagendes Gewissen auch wenn man ihm nicht die gesamte Schuld aufhalsen konnte. Ein Jahr zuvor hatte ich die Denk-Fit-Akademie besucht und mich seither all morgendlich aus dem Bett gequält, um eine Stunde zu laufen. Das würde aufgrund der erhöhten Sauerstoffmenge in meinem Körper, eine größere Denkleistung ermöglichen, hieß es. Also sah ich zu, dass mein Körper seine tägliche Portion Sport einnahm. Schließlich wollte ich nicht, dass mein Gehirn irgendwann verkümmerte. Es war nicht leicht, sich bei jedem Wetter aus dem Bett zu bewegen, auch wenn die Temperaturen des letzten Winters aufgrund alarmierender klimatischer Veränderungen nicht unter die 15°C-Marke fielen. Was bei vielen Menschen dazu führte, dass sie sich überhaupt nicht mehr bewegten, da sich ihr System dieser seltsamen Rhythmusänderung der Jahreszeiten gänzlich verweigerte. Ich war unter den Glücklichen, die sowieso – von dem untypischerweise geglückten Experiment Laufen abgesehen – ohne Rhythmus lebten oder zumindest mit einem ziemlich unrhythmischen. So war es nur ein paarmal das Wetter, welches mein morgendliches Ritual störte. Aber es kam ja auch darauf an, wie man den vorigen Abend, respektive die Nacht verbracht hatte. Vielleicht hatten die Clubs mit ein paar kühlen Hellen zuviel gelockt oder die helle Madame vom letzten Barbesuch mit einem vielversprechenden Lächeln. Je nachdem wie gut sie lockte, tat dann ein Bett sein Übriges – es war ganz einfach am Morgen, wenn das Laufprogramm rief, Gründe für das Unwohlsein zu finden, das alles ins Wanken brachte. Aber die narzistischen Anlagen siegten. Schließlich wollte man nicht irgendwann als Dummkopf dastehen. Ich lief also. Immer mit der gleichen Liedabfolge, die sich aus meinem iPod in meinen Kopf ergoss. Andere suchten den Schwanzvergleich, ich erfreute mich noch immer daran 4.000 Songs in der Hose zu haben. Früher hätte ich die nicht einmal mit einem Rollkoffer, der das Laufen merklich behindert hätte, transportieren können. Heute war es so, dass die Musik gewissermaßen mich transportierte. Immer wenn meine Lieblingsliste mit dem sinnigen Namen „Runners High“ erklang, versetzte sich mein Körper in die Spannung, die ich ihm das letzte Jahr antrainiert hatte. Wie ein

wohlerzogener Hund machte er einen Schritt nach dem anderen und verfiel bald in den segen- und sauerstoffbringenden Trab. Ich zog die Leibesübung mit einer Beharrlichkeit durch, die mich manchmal in Schrecken versetzte, ob der Disziplin, die ich all die Jahre über vermisst hatte. Aber dank der Monotonie der Startzeit, der Täglichkeit und des gleichbleibenden Tempos, schaffte ich es tatsächlich, mich auf mein Training einzustellen, ja gar zu freuen.

Auch die Strecke war täglich die gleiche. Fast jedenfalls: unter der Woche ging es erst über die Brücke, dann links, samstags und sonntags nach rechts. Die Isar ließ sich in ihrem Lauf nicht stören – genau wie alle Sauerstoffanbeter sich nicht an ihrem laufenden Plätschern störten. Das war das Mindestmaß an gegenseitigem Respekt, das man hier erwarten konnte. Leider galt dieser Respekt nur von Isar zu Läufer und von Läufer zu Isar. Ansonsten ließ man gerne neugierige Blicke schweifen, um die Fitnessgrade sämtlicher Mitläufer zu prüfen, schaute dreist, manchmal gar respektlos. Da konnte nur ein besonders teures und schickes Sportkostüm der Marke Prada helfen, um noch den ein oder anderen bewundernden Blick zu ernten. Ich trug eine zerfetzte Adidas Trainingshose Baujahr 93 und ein neueres aber nicht minder verschlissenes Shirt der Marke H&M. Anfangs lief ich mal an einer circa 6. Klasse des angrenzenden Gymnasiums vorbei. Die 11- bis 13-jährigen machten zwar sicher noch nicht diesen feinen Unterschied zwischen Adidas und Prada, sahen mich aber dennoch mit einer Mischung aus Spott und Mitleid an, bevor sie mich schließlich allesamt überholten. Ich muss gestehen ich hatte vor meinem Wunderseminar jahrelang Tätigkeiten gemieden, welche die Bezeichnung Sport verdient hätten – selbst mein Bett hatte das Quietschen aufgegeben, das es in Studiumszeiten, genauer, in Zeiten, in denen ich in einer Lehranstalt gemeldet war, gerne als Zeichen deutlicher Überbeanspruchung von sich gab.

Das Schöne am menschlichen Körper aber ist, dass er so viele Sünden verzeiht, dass manch einem Ablassprediger der katholischen Kirche dazumal Zweifel hätten kommen müssen, dass überhaupt etwas übrig bleibt, was gebeichtet werden kann. So hat mich auch mein von unkontrolliertem

Alkoholkonsum und Fastfoodgenüssen fettgeplagter, nikotingeschwächter, bewegungsarmer Bewegungsapparat (wie lautet seine Bezeichnung eigentlich im Ruhezustand?) freigesprochen und sich nach qualvoller Disziplin endlich aufgerafft, wieder seiner jugendlichen Form entgegenzustreben. Aus lauter Dankbarkeit konnte ich gar nicht mehr aufhören mit dem regelmäßigen Sportprogramm. Irgendwann wurde ich so fit, dass ich den ganzen Tag zappelte, wenn ich mal nicht auf die Strecke durfte.

Einmal, als ich wieder an dem kleinen Pavillon vorbeisprintete, der kurz vor dem Ende meines Rundkurses den Weg besetzt hielt, sah ich wie immer die Mumie in der Ecke liegen. Streng genommen war es keine Mumie, sondern ein Mensch in einem blauen Mumienschlafsack – vom Wetter ausgebleicht, dreckverschmiert auf einer gammelig grünen Isomatte. Der Schlafsack war bis oben zu, so dass kein einziges Stück Lebewesen zu sehen war. Alleine die Ausbeulung verriet, dass sich jemand darin befinden musste. Und der Gestank, den der Wind ab und an in Richtung Weg wehte. Er erinnerte stark an verwesende Menschlichkeit.

Es war wie gesagt nicht das erste Mal, dass ich die Mumie dort antraf. Aber das erste Mal in der Vorweihnachtszeit. Dieser Zeit spricht man ja bekanntlich die Gabe zu, selbst die härtesten Brocken weich zu kriegen, solche die sonst ausschließlich mit sich selbst, statt mit ihren Mitmenschen beschäftigt sind. Diese lichterverseuchte Zeit der zelebrierten Heuchelei packte mich also mit festem Griff am Gemüt und ich verspürte Mitleid mit dem Häufchen Elend. Bis heute weiß ich nicht, ob es eine Frau oder ein Mann war – aber das ist auch nicht wichtig.

Jedenfalls hatte ich das dringende Bedürfnis, ihm (oder ihr) eine Festtagsfreude zu machen und ihm etwas zu schenken (das „oder ihr“ schenke ich übrigens mir ab hier). Mir als Nichtweihnachtsmann und 1000e Generationen von Gott entferntem Erdenwurm war klar, dass ich ihm weder eine große Hilfe sein konnte, noch sein Leben umkrepeln würde – ich wollte ihm schlicht und einfach einen Moment des Glücks bescheren. Ich beschloss also, am nächsten Morgen einen Geldschein mitzunehmen und ihm heimlich zuzustecken. Gedacht, weitergelaufen und getan – hätte man denken können. Von wegen! Natürlich hatte ich mein Vorhaben Tags

darauf vergessen und prompt spürte ich, wie sich mein Gewissen regte, als ich erneut bei dem menschlichen Paket ankam.

Dann eben morgen, dachte ich – dieses und das nächste und das übernächste Mal – dann aber auf jeden Fall. Klar! Jeden Tag lief ich vorbei – die gesamte Vorweihnachtszeit. Mein schlechtes Gewissen wuchs und meine Ungeduld mit mir selbst. Es wurde Abend, der nächste Tag brach an, ich rannte los, kam beim Häufchen an und – kaum zu glauben – hatte das Geld wieder vergessen. Einmal hatte ich zwar Geld dabei, aber nur ein paar Münzen. Die wollte ich nicht verschenken – war peinlich wenig. Dann lieber wieder vorbeilaufen. Irgendwann, nach Wochen der Vergesslichkeit, fing ich an, mich selbst zu beruhigen – das diesjährige Weihnachten hatte längst das Zeitliche gesegnet, kein Grund also, sich schlecht zu fühlen.

Dann eben im nächsten Jahr. Ich hatte sonst eh keine Vorsätze fürs neue Jahr. Na also. Das brachte wieder etwas Zeit... Zeit, die man, bzw. ich, wunderbar vor mir herschieben konnte. Und das tat ich – das neue Jahr schlich an mir vorbei, wie ich am Pavillon. Schließlich wurde ich wütend auf den Obdachlosen: da wollte man jemandem Gutes tun und dafür hatte man am Ende ein beschissenes Gefühl, das einen den ganzen Weg über begleitete und sein tägliches Ritual madig machte. Ich redete mir ein, dass er es ja gar nicht mitbekommen würde, da er von meinem Vorhaben nichts wusste. Das half nur bedingt. Ich wollte es mir einfach merken und es klappte nicht. Natürlich war ich weder senil, noch war mein Langzeitgedächtnis durch einen genetischen Fehler schadhaft – im Gegenteil, ich trainierte ja laufend das Denken. Es gab einfach immer wieder Wichtigeres und alleine der gute Gedanke in der schmierigen Lametta-Schleißzeit machte noch keinen besseren Menschen aus mir.

So rannte ich weiter und irgendwann hatte ich dem Bündel seinen Einfluss auf mein Gemüt entzogen. Ich konnte wieder ruhig laufen und genießen. Eines Morgens kam ich an der Veranstaltungshalle vorbei, die normalerweise zu dieser frühen Stunde seelenruhig am Fluss lag, ein kleines Stück vor dem Pavillon. An diesem Tag jedoch rummsten musikalische Bässe durch die Luft wie eine Kriegserklärung an die noch schlafende Umwelt, begleitet von einem Cocktail unmelodisch schriller, undefinierbarer Töne.

Ich wollte unbedingt wissen, was es damit auf sich hatte und lief schneller. Meine Strecke führte über einen Waldweg, oberhalb an der Halle vorbei und so hatte ich freien Blick auf den Eingang und den Platz davor. Überall lagen Pappbecher, zerbrochene Flaschen und die letzten Partygäste trotteten kraftlos weg. Ich lief die Treppe von der Anhöhe herunter, vorbei am Eingang und las das Plakat, das die inzwischen fast der Vergangenheit angehörende Veranstaltung angekündigt hatte. Es stand ein Name drauf, den ich mir nicht gemerkt habe (was auch in diesem Fall nicht auf meinen geistigen Zustand schließen ließ, sondern eher auf mein Desinteresse) und darunter „Heavy Metal“, was nicht die Musikrichtung war, die mich von der Bar gelockt hätte. Ich bin zwar kein Menschenfreund, aber das ist mir doch eine Spur zu hart, zu brutal und zu ohne Melodie.

Ich entschied, dass ich nichts verpasst hatte und bog ab Richtung Mumie zum Endspurt. Doch kaum lag der Pavillon in meinem Blickfeld, sah ich, dass der Schlafsack weg war. Stattdessen lagen da Scherben und die Wand war voller roter Flecken. Ich schluckte. Meine Gedanken überschlugen sich. Ich blickte mich kurz um, dann rannte ich los – weg von diesem Ort, nur weg. Rannte schneller und schneller, als könnte ich meinen Gedanken entfliehen. Ich rannte so schnell, dass meine Lungen brannten und ich mich zu Hause erstmal übergab. Ab diesem Tag änderte sich mein Weg.