

## Post-Winter Tag

---

„Man braucht nur Gott und Geld“ hat N.M. an die Betonwand der Unterführung gesprüht. Dieses vergleichsweise intellektuelle Kunstwerk entdecke ich, weil ich an dem Samstag etwas weniger spät unterwegs zum Lauftreff bin und mir die Zeit nehme, anzuhalten und meine AirPods aus der Tasche zu kramen, um mir die Anfahrt mit dem Rad etwas vergnüglicher zu gestalten. Mit meiner Musik in den Ohren radele ich gut gelaunt weiter.

Heute ist der erste Post-Winter Tag. Post-Winter Tag deshalb, weil die sanften Übergänge von einer zur nächsten Jahreszeit bekanntlich seit dem Klimawandel der Vergangenheit angehören. Übergangsjacken kennen wir nicht mehr und die Jahreszeiten werden förmlich an- und ausgeknipst. Gestern war Winter, heute ist Frühling. So radele ich ohne Mütze und Schal zum Laufen.

Beim Start angekommen, wird die Zeit dann aber doch knapp. Ein kurzes Halli-Hallo mit den Freunden, ein Blick zur Uhr, hinten an der Startlinie einreihen, peng, los. Fünf Kilometer sind zu bewältigen, wie immer, mit dem Ziel die bestmögliche Zeit zu erreichen.

Da heute Post-Winter Tag ist, muss ich nicht mehr ausschließlich auf mein Atmen und meine Konstitution achten, um die Strecke zu überleben. Bei plus statt minus sieben Grad läuft es sich eben doch leichter und ich habe nicht mehr das Gefühl, nach den fünf Kilometern augenblicklich in ein Sauerstoffzelt transportiert werden zu müssen. Der Start läuft gut, die erste lange Gerade ist bewältigt und meine Gedanken fangen an zu wandern.

Es kommt mir in den Sinn, wie ich vor Jahren diese Strecke mal mit sogenannten Energy-Patches gelaufen bin. Das waren zwei Quadratzentimeter große Aufkleber in orange und türkis, die da an meinem Oberarm hefteten. Meine Freundin hatte sie von ihrem Physiotherapeuten bekommen. Kostenlos, zum Ausprobieren. Sie sollten die Leistung ausschließlich durch eine drauf kopierte Software steigern. Außerdem völlig unproblematisch für die Haut sein und keine chemischen Substanzen enthalten. Da meine Freundin durch einen Unfall gehandicapt war, wurde ich zum Versuchskaninchen. Ich weiß noch genau, wie wir uns über den bedauernswerten Physiotherapeuten lustig gemacht haben, esoterischer Quatsch haben wir gesagt und uns totgelacht. Am Ende jedoch verbesserte ich meine persönliche Bestzeit um fast eine Minute. Im Ziel startete ich die Patches an und war fassungslos. Diese Dinger, dachte ich. Sie schienen frech zurück zu grinsen.

Mein Lauftrainer hingegen sagte einfach nur: „Alles Quatsch, du hast eben deine Reserven noch nicht ausgeschöpft.“ So wollte ich es in der darauf folgenden Woche noch einmal wissen. Ohne die beiden bunten Schelme am Arm ging es erneut auf die Strecke. Es lief gut und ich konnte meine Bestzeit tatsächlich noch einmal verbessern. Nur um ein paar Sekunden, aber eben noch mal schneller.

Meine Gedanken wandern jetzt weiter. Wie habe ich das zu dem Zeitpunkt nur geschafft? frage ich mich. Seitdem hat es nie wieder geklappt. Okay, zwischenzeitlich hatte ich Trainingsrückstand. Aber auch, als ich wieder bei guter Fitness war, habe ich diese Zeiten nicht wieder erreicht und dümpelte bei achtundzwanzig Minuten herum. Das sind immerhin ungefähr zwei Minuten mehr und es ist nicht so, dass ich nach der Strecke putzmunter wäre.

Was um alles in der Welt bringt mich überhaupt dazu, schneller zu laufen? Besser zu werden? Ziele zu erreichen und mich weiter zu entwickeln? Ist es einzig ein starker Wille? Wenn nur der vonnöten wär, dann frage ich mich doch, warum Dinge gegebenenfalls gerne auch mal nicht klappen? Trotz des starken Willens.

N.M. kommt mir wieder in den Sinn. Man braucht nur Gott und Geld. Er - oder sie muss es ernst gemeint haben, sonst hätte er - oder eben sie diesen Spruch, wenn überhaupt, höchstens zu Hause auf einen Zettel gekritzelt und nicht an eine Betonwand gesprüht. Geld allein macht nicht glücklich, aber reich. Ich beschließe in Gedanken, dass N.M. ein Herr ist und nenne ihn Norbert. Ob Norbert genug Geld hat? Vermutlich nicht, sonst hätte er nicht so ein großes Verlangen danach. Soll er doch arbeiten, statt Sprüche an Betonwänden zu verewigen, denke ich abfällig. Augenblicklich entschuldige ich mich gedanklich bei Norbert. Bestimmt hat er es nicht so leicht. Und Gott? Ich werde innerlich philosophisch und denke an Ludwig Wittgenstein: Nicht alles Wahre ist sagbar. Nicht alles Wirkliche ist begrifflich erfassbar. Denken muss lernen, an seinen eigenen Grenzen stehen zu bleiben. Habe ich ein Bild von Gott? Kann ich Gott denken? Eher nicht. „Du sollst dir kein Bildnis noch irgendein Gleichnis machen...“ sagt das alte Testament. Das, was ich nicht denken und nur glauben kann, ist doch das, was mich vorantreibt. Ich kann nicht wirklich an Gott glauben. Ich wünschte, ich könnte. So wie Norbert. Er ist bestimmt ein spiritueller Mensch. Aber bin ich das nicht auch? Ich zucke innerlich mit den Achseln, versuche, mir meinen Glauben vorzustellen und das zum wiederholten Mal. An die Liebe, an meine eigene Kraft, an die Mitmenschlichkeit, an das Verlangen nach Frieden. Ich glaube an irgendwas, aber es fällt mir schwer, das in Worte zu fassen.

Vielleicht sollte ich es Norbert gleichtun und auch an seine Betonwand sprühen. „Ich glaube an den Glauben. Und Geld ist auch gut.“ M.P.

Und während ich noch so in mich hinein philosophiere, überkommt mich ein kleines Glücksgefühl. Ich biege um die letzte Ecke und sehe das Ziel. Gleich geschafft, denke ich und freue mich an diesem Post-Winter Tag auf den Cappuccino mit den Freunden im nahe gelegenen Café.

Meine Bestzeit auf fünf Kilometer habe ich nie wieder erreicht. Aber nächste Woche stehe ich trotzdem wieder am Start und versuche ich es erneut.