

DER INNERE ZWINGLI

Ute Scheub

Ach Gott, so gut wie du möchtest wir es auch mal haben! Sechs Tage lang schaffen und machen und probieren und kreieren. Und sich dann am siebten Tag sich hochzufrieden mit dem eigenen Werk in die Hängematte legen. Faulenzen. Sich selbst feiern und grossartig finden.

Den idealen Sonntag stelle ich mir genau so vor: Glücklich wie Gott auf das im Laufe der Woche Geschaffene schauen. Mit der Familie oder Freundinnen eine Runde durch die Landschaft drehen. An einem See einen Milchkaffee trinken, den wallenden Wellen und blurrenden Blässhühnern zuhören. Sich in Musse von der Muse küssen lassen.

Aber das war einmal, wenn es überhaupt je war. Für die meisten Menschen, auch für mich, ist der Sonntag zur Restekiste verkommen, wo das entsorgt, aufgeräumt und erledigt werden will, was das hochkomplizierte moderne Leben in der Woche an Unerledigtem hinterlassen hat. Mails beantworten. Websites auf den neusten Stand bringen. Bürokratischen Mist beiseite schaufeln, den ganzen Ärger mit dem Finanzamt, der Telefongesellschaft, den Handwerkern. Offiziell ist unsere Arbeitszeit kürzer denn je, inoffiziell wühlt sie sich immer tiefer in unsere Privatangelegenheiten.

Dabei bin ich eine Zeitprivilegierte. Unter der Woche hocken die Festangestellten festgeschraubt auf ihren Arbeitsplätzen, während ich als freie Autorin tun und lassen kann, was ich will. Kein Chef redet mir rein. Niemand.

Niemand? Gestern zum Beispiel leuchtete der Himmel so wunderschön, und ich hätte mich den ganzen Tag von der Sonne kitzeln lassen können. Hab mich nicht getraut. Das geht doch nicht. Wenn die anderen arbeiten, kann ich mich doch nicht vergnügungssüchtig in der Landschaft suhlen. An einem Werktag muss man doch werken.

Wer ist denn dieser miese kleine Spielverderber, der mir das ins Ohr flüstert und mir nix gönnt? Der tief in uns allen hockt und uns ständig zur Arbeit scheucht? Max Weber nannte ihn das protestantische Arbeitsethos, ich nenne ihn den verinnerlichten Luther oder Calvin oder Zwingli. Diese Zwangsarbeitsverwalter predigen so laut wie eh und je, dass wir nicht auf der Welt sind, um zu geniessen, sondern um hart, härter, am härtesten zu arbeiten.

Zwingli, hör auf, mich zu zwingen. Das nächste Mal geh ich an den See und schmeiss dich den Blässhühnern zum Frass vor.

—
Offiziell ist unsere Arbeitszeit kürzer denn je, inoffiziell wühlt sie sich immer tiefer in unsere Privatangelegenheiten.

«DEN SONNTAG KÖNNTE MAN AUCH DIENSTAG NENNEN»

Daniel Hulliger

Am Sonntag schlafe ich aus, im Winter meistens bis 10 Uhr. Im Sommer stehe ich früher auf; meistens ist es so heiss, dass ich gar nicht so lange schlafen kann. Am Sonntag sind die Leute unterwegs. Sie sind im Strandbad oder gehen wandern. Es ist ein lebendiger Tag. Die Menschen sind da, wo Vergnügen ist. Es kann auch nerven, weil es so viele sind. Zum Beispiel im Strandbad: Unter der Woche sind es nicht so viele, dann gehen nur die, die eben nicht nur am Sonntag können. Ich gehe sonntags manchmal fischen. Aber auch da sind es viel mehr. Es hat auch solche, die mit dem Hund spazieren gehen. Da muss man schauen, dass man aneinander vorbei kommt. Ich habe eine kleine Glocke am Velo. Wo der Weg meist holprig ist, hören die Leute das Bimmeln schon von weitem. Ich glaube, das beruhigt sie ein bisschen – auch die Hunde. Man muss doch schauen, dass man mit den Menschen auskommt. Einmal hat mich eine ältere Frau angefahren, aber sie hat sich dann schnell wieder beruhigt.

Als Kind, als die Familie noch intakt war, sind wir am Sonntag zu Grossmueti und Grosspapi gegangen. Sie hatten eine Nuschischublade mit Metallteilen und Chlämmerli. Wenn uns etwas gefiel, konnten wir es behalten. Als Familie aus der Stadt mochten wir auch die Natur. Wir gingen gern in den Wald bräteln und picknicken. Dann konnten wir Tiere beobachten. Einmal hat sich meine Schwester in einen Ameisenhaufen gesetzt.

Am Sonntag versammeln sich alle. Es ist ein besinnlicher Tag. Eigentlich wäre der Sonntag da, Gott zu gedenken und dem Schöpfer Merci zu sagen, dass es uns einigermaßen gut geht. Heute macht jeder was er will. Alle wollen sich erholen.

Mir fehlt nichts am Sonntag. Er ist vielseitig. Ich glaube schon, dass es ihn braucht. Vom Namen her nicht unbedingt – man könnte ihn auch Dienstag nennen. Hier in der Gassenküche ist es wie in einer Familie. Es gibt einen Sonntagsbrunch. Wir von der alten Garde kommen immer, ich schon über Jahre. Wir haben es gerne lustig. Man freut sich zu diskutieren. Wie andere in die Kirche gehen, kommen wir hierher.

Aufgezeichnet von Ondine Riesen

Daniel Hulliger, 56, regelmässiger Gast in der Gassenküche Biel, ehemaliger Lastwagenchauffeur, IV-Rentner.

KINDERSEHENSONNENTAGE

Heinzpeter Studer

Ich war noch ein kinderloser junger Mann; es klingelte mein Telefon im Büro der LeserZeitung. Ein Leser beschwerte sich darüber, dass wir nie über die Probleme der Scheidungsväter schreiben: Meine Kinder darf ich fast nie sehen, aber zahlen muss ich. Vielen Männern geht es so. Schreibt endlich über diese Ungerechtigkeit!

Mein Bild von geschiedenen Vätern war damals ziemlich holzschnittartig: Leiden tun die Kinder, die Plackerei hat die alleinerziehende Mutter, nachdem der Vater abgehauen ist und sich nun voll auf Beruf und Freizeit konzentrieren kann, ausgenommen die zwei Sonntage im Monat, die er mit den Kindern verbringen muss. Mit dieser Kehrseite seiner Situation versuchte ich ihn auf den Boden zu holen. Zu meinem Erstaunen brachte ihn das noch mehr auf, worauf ich Dringendes vorschob und auflegte.

Sollte der Betroffene diese Zeilen lesen, bitte ich ihn um Verzeihung. Denn inzwischen kann ich aus Erfahrung nachvollziehen, was ihn damals in Rage brachte. Ich bin auch einer, der gegangen ist; aber jetzt weiss ich, es ist kein Abhauen. Ich kenne keinen Vater, der seine Kinder einfach so verlassen hat.

Über das Zahlen hab ich nie geklagt; aber ich litt darunter, mich selber fern meiner Kinder weiterentwickeln zu müssen. Der Alltag mit den Kleinen war zu einem Teil von mir geworden – und dann plötzlich nur noch tageweise zu Besuch, tageweise irgendwohin mit ihnen reisen. Sonntage manchmal, aber nicht zwangsläufig, solange sie noch nicht zur Schule gingen. Ich hatte mir meinen Alltag schon längst unabhängig von Normalarbeitszeiten eingerichtet. Und es gab keine fix vereinbarten Tage.

Als sie mit ihrer Mutter ins Ausland zogen, wurden die freien Tage mit den Kindern zu freien langen Wochenenden, eines oder zwei in zwei Monaten, mit den Sonntagen als schulfreie Inseln. Mit einem Normaljob hätte ich das nie auf die Reihe gebracht. Es war schon schwierig genug, die Termine unter einen Hut mit meiner Partnerin zu bringen, die dann von meiner freien Zeit nichts hatte, mir aber in strengen Arbeitswochen fraglos «shelter from the storm» bot. Doch von den Partnerinnen eines entkinderten Elternteils spricht eh niemand. Vielleicht ruft jetzt eine beim Zeitpunkt an?

EIN TAG DER ABSICHTSLOSIGKEIT

Hansjörg Weyermann

Als Pensionierter habe ich gewissermassen sieben Tage lang Sonntag. Und trotzdem hat dieser Tag eine ganz eigene Farbe – wie jeder andere übrigens auch. Der Montag ist dem Mond zugeordnet, der Dienstag dem Mars und der Mittwoch dem Merkur. Der Jupiter regiert den Donnerstag, die Venus den Freitag, der Saturn den Samstag, und der Sonntag ist der Tag der Sonne. Für die Christen ist es der Tag des Herrn, für mich der Tag der Absichtslosigkeit.

Als ich noch meine Buchhandlung führte, war der Sonntag ideal für Buchhaltung und Aufräumen. Er war mir in diesem Sinn nicht heilig, aber es war immer ein Tag der Ordnung und des Friedens. Er war auf jeden Fall heiliger, als wenn ich z'Predig gegangen wäre.

Für den Sonntag mache ich grundsätzlich keine Pläne und gehe nicht

weg. Ich stehe wie sonst früh auf, spätestens um sechs und lasse den Tag fließen. Ich höre vielleicht ein bisschen Radio, lese – aber keine esoterischen Bücher –, male oder koche, aber eigentlich mache ich nichts. Natürlich komme auch ich nicht ganz ohne Verpflichtungen aus. Ich habe eine grosse Familie, wenn auch keine eigene. Punkt neun Uhr morgens rufe ich zum Beispiel einen alten Freund aus Deutschland an und hin und wieder lädt mich spontan jemand zu einem Spaziergang an der Aare ein. Die ist ja ganz in der Nähe. Aber Wanderungen und Ausflüge mache ich prinzipiell nur unter der Woche.



—
Je älter der Mensch wird und je mehr Ego er überwindet, desto mehr nähert sich etwas von einer anderen Seite – der Sonntag des Lebens und der Beginn eines neuen Zyklus.

Am Sonntag komme ich mit sehr wenig Weyermann aus. Das ist überhaupt ein wichtiges Thema in meinem Alter. Als Buchhändler, als Referent zu spirituellen Themen und als Mitgründer des Begegnungszentrum Quelle Bern war ich gezwungenermassen immer jemand, eben der Hansjörg Weyermann. Aber man ist ja nicht das, was sich manifestiert. Deshalb versuche ich, ohne diese Manifestation auszukommen. Der Sonntag ist dafür ideal; es ist der Tag, an dem ich mir am nächsten bin. Wie an keinem anderen Tag kann ich mich am Sonntag vom freien Willen befreien. Als Kleinkind sind wir völlig auf uns bezogen. Erst der erwachte, der erwachsene Mensch kann den Schritt zum Unbekannten, zum Göttlichen wagen. Je älter er wird und je mehr Ego er überwindet, desto mehr nähert sich etwas von einer anderen Seite – der Sonntag des Lebens und der Beginn eines neuen Zyklus.

Aufgezeichnet von Christoph Pfluger

Hansjörg We

«DER EINZIGE TAG AN DEM ALLE MEINE FREUNDE FREI HABEN»

Lluvia Mosquera

Der beste Ausgang passiert, wenn man in die Apéro-Falle tappt. Wenn man ungewollt immer weiter zieht. Luzern ist gut dafür, weil alles zu Fuss erreichbar ist und es eine hohe Bar-Dichte hat. Anders als in Zürich bezahlt man hier recht wenig für Eintritte. Es gibt viele Orte, an denen man sogar gratis rein kann. Wir gehen selten mit einem Ziel aus, ausser bei Konzerten. Wenn es danach noch eine Disco gibt, bleiben wir. Oder man denkt: «Das Konzert ist blöd, komm wir gehen weiter.» Clubs besuchen wir eher spät. Früher waren wir ganz aufgeregt, in einen Club zu gehen und den ganzen Abend da zu bleiben. Das ist heute nicht mehr so.

Im Anschluss an eine gute Party gehe ich auch mal an eine Afterhour. Diesen Freitag machen wir selbst eine — illegal, in einem Italo Beizli. Dort haben sie sonst gekochte Eier auf den Tischen. Wir gehen dort manchmal jassen und haben Conny, die Büffettochter gefragt, ob wir das Beizli für eine Party haben dürften. Weil die Party klein wird, machen wir die Promo mit SMS und Whatsapp. Facebook geht natürlich nicht, das wäre zu öffentlich.

Ich arbeite samstags selber oft an einer Bar. Nach der Schicht kann ich nicht nach Hause und schlafen; das geht gar nicht. Dann ist es gut, gehen die Sausen in manchen Clubs bis sechs Uhr morgens. So kann ich auch noch das Tanzbein schwingen.

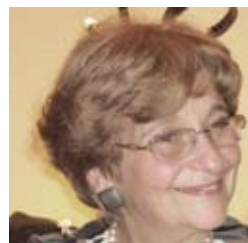
Meistens stehe ich am Sonntag dennoch schon am Mittag auf. Ich habe senile Bettflucht. Das hat sich seit den Teenagetagen und den Zwanzigern schon geändert. Ich will etwas vom Tag haben. Ich unternehme viel mit Freunden. Wir gehen zusammen spazieren oder brunchen. Manchmal brunchen wir auch bei mir. Jeder bringt etwas mit. Ich muss schon sehr kaputt oder krank sein, dass ich den Sonntag im Bett verbringe. Es ist der einzige Tag, an dem alle meine Freunde auch frei haben. Es gibt schon solche, die den Tag verpennen. Aber ich muss raus, an die frische Luft, an die Sonne. Die Menschen sind anders am Sonntag. Der Tag ist ambivalent. Die grosse Euphorie des Wochenendes weicht einer Depression, weil die Menschen wissen, dass der nächste Tag der Montag ist. *Aufgezeichnet von Ondine Riesen*

Lluvia Mosquera, 33, lebt in Luzern und ist aktive Nachtschwärmerin.



SOGAR EIN GLÄSCHEN SCHNAPS

Maryse Rom



Bei uns geht am Sabbat viel über den Magen. Er beginnt am Freitag Abend; da kommt die Familie zusammen. Ich koche etwas besonderes und wir essen zusammen. Ich zünde die Sabbatlichter an und sage den Segensspruch dazu. Wenn wir zu Tisch gehen, gibt es nochmals einen Segensspruch für den Wein und das Brot. Wir essen und reden, besprechen die Probleme. Danach sagen wir das Tischgebet, aber nicht immer. Manchmal sind wir auch schon zu müde dazu. Am Samstag ist der Gottesdienst in der Synagoge. Nach dem Gottesdienst versammeln wir uns in einem kleinen Saal, wo der Rabbiner den Kiddusch spricht, das ist ein Segensspruch. Der Kiddusch bedeutet aber auch gleichzeitig das darauf folgende Apéro. Wir stehen zusammen und trinken etwas, gerne ein Glas Wein oder sogar ein Gläschen Schnaps. Wir trinken mit Verstand, ein Trinkgelage gibt es nie.

Meistens habe ich das Mittagessen schon vorbereitet. Danach ist Ruhe. Wenn man den Sabbat so nimmt wie er gedacht ist, ist er wohl sehr ähnlich wie der christliche Sonntag.

Sabbat bedeutet für mich Ruhe und Beschaulichkeit. Reflektieren über die Woche, Besprechen mit dem Partner. Wir laden jemanden ein, der alleine ist oder wir gehen auf Besuch. Vielleicht lesen wir aus einem religiösen Buch. Das wäre der Sinn des Sabbats. Ich lese auch im jüdischen Wochenmagazin «Tachles». Oder ich lese all die Sachen, für die ich unter der Woche keine Zeit hatte.

Für mich ist absolut nicht störend, dass der Sabbat nicht an einem Ruhetag ist. Ich kann mich dem Rummel der Stadt entziehen. Wenn ich doch für eine Besorgung in die Stadt muss, kann ich trotzdem schnell in einen Laden gehen. Ich bin da nicht stur. Ich mache auch Licht und schaue Fernsehen, ich würde auch kochen wenn es denn notwendig wäre. Als Kind haben wir den Sabbat schon ähnlich gelebt. Strenger, aber auch da war es schon recht tolerant. Da ich am Sabbat nichts Handwerkliches mache, verschiebe ich das Malen und künstlerische Dinge auf einen regnerischen Sonntag. Für mich ist nicht langweilig, dass nach dem Sabbat der ruhige Sonntag kommt, im Gegenteil. Wir machen am Sonntag einen kleinen Ausflug, treffen Leute zum Mittagessen, sind einfach zu Hause und faulenzten. Da verhalten wir uns ganz ähnlich wie alle Leute rund um uns herum. Aber ich respektiere Dinge, die am Sonntag störend wären. Staub saugen oder Wäsche waschen. Das mache ich nicht. *Aufgezeichnet Ondine Riesen*

Maryse Rom, 68, ist praktizierende Jüdin und lebt in Bern.