

# Einfach durchatmen, einfach chillen

Als ich vor einer halben Stunde schlaftrunken das Kipfenster über meinem Bett öffnete, ohne vorher hinzuschauen, war „Ice Age“. Eine gefühlte Lawine aus Schnee krachte auf mich und das Bett, was soll ich sagen: Ich war direkt wach. Belanglos natürlich, aber ich erzähle Ihnen das, weil mir (und sicher auch vielen von Ihnen) diese Wochen, ja Monate, die in vielerlei Hinsicht anstrengend und teilweise beängstigend sind, ein Maß an Normalität zurückgebracht haben, das ich durchaus positiv finde.

Nein, es war früher nicht normal, dass ich morgens Schnee über den Kopf bekam, aber dass draußen Schnee lag im Januar absolut. Ich habe eben die letzte Lichterkette vor dem Haus aktiviert und bin dann im dicken Mantel zur Bäckerei gestapft, um Brötchen zu holen. Gleich Frühstück mit der Familie, und ich genieße das. Allein morgens bis 8 Uhr im Bett zu liegen, das gab es in den vergangenen Jahren kaum einen Tag. Keine Termine, keine Veranstaltungen - und wenn, dann im Esszimmer mit einer Tasse Kaffee neben dem PC. Diese Entschleunigung ist für jemanden, der wirklich viel unterwegs ist, ein wahrer Segen. Einfach mal runterkommen, zu Hause sein, einen Film mit den Kindern schauen, kochen, spazierengehen... das ist die Kehrseite einer Medaille, die uns in den vergangenen Monaten vorwiegend die andere, die häßliche Seite gezeigt hat.

Ihnen allen einen schönen Sonntag!