

EVA SICHELSCHMIDT

**DIE
RUHE
WEG**

Roman

KNAUS

Zehnerkarte und legte los.

Bikram Yoga war eine sehr spezielle Form indischer Körperertüchtigung, die den Vornamen ihres äußerst biegsamen und bestimmt steinreichen Erfinders trug, einem Misanthropen, vielleicht sogar einem Sadisten, der sich sechszwanzig Yogaübungen und die Idee, sie in einem vierzig Grad heißen, viel zu kleinen Zimmer zu praktizieren, hatte patentieren lassen. Das karge Studio, in dem Marlies zusammen mit einer Horde Mädchen in Bikinis und vereinzelt auftretender Jungs schwitzte – einfalllos tätowiert die einen, die anderen garantiert schwul –, lag in einer schicken Büroetage in Mitte. Sie besuchte mit Vorliebe die Kurse von Ralf (bestimmt nicht schwul). Der immer

gleiche Ablauf der Positionen im Stehen und Liegen und die immer gleichen Kommandos zur richtigen Atmung und korrekten Haltung erinnerten auf wohlthuende Weise eher an den Drill bei einem amerikanischen Marinecorps als an tiefenentspannende Meditation. Mit spirituellem Ein- und Ausatmen konnte sie ihre kostbare Lebenszeit nicht verträdeln. Das Namasté am Ende ließ sie genauso weg wie den Entspannungsteil, den Ralf immer begann mit: »Now you get all the benefits.« Wenn Ralf den Raum verließ, verschwand Marlies mit ihm, der Gewinn war dann längst eingefahren.

Am liebsten ging sie am Sonntag zum Yoga. Sonntage waren die schwierigsten Tage der Woche, da sich dann bei ihr zu Hause alle auf der Pelle hingen.

Mittwochmorgen gab Ralf den Frühkurs *Silence*, in dem er leider schwieg. In der Zeit, als sie ihn erobern wollte, schaffte sie sogar noch den Spätkurs am Freitag, in dem seine schöne Stimme wieder erklang. Wie verjüngend Yoga doch wirken konnte, mit einem solch durchschlagenden Erfolg hatte Marlies nicht zu rechnen gewagt.

Sonntagnachmittags, wenn sie ausgepowert, befreit und fröhlich auf dem Heimweg vom Yoga durch ihr Viertel spazierte, kehrten auch die jungen Familien aus ihren Wochenenden im Berliner Umland zurück und suchten in ihren Volvos und Passat-Kombis nach den raren Parkplätzen. Dann wurde aus den geöffneten Heckklappen das Gepäck

auf den Gehsteig geladen. Blaue Ikea-Taschen versperrten die Gehwege, und jammernde Kleinkinder wurden eilig in die Wohnungen getragen, während sich die Geschwister im Vorschulalter lauthals auf den Rücksitzen der Familienkutschen stritten. Auch die Eltern wirkten angespannt – keine Rede davon, dass so ein Wochenende auf dem Land Erholung gebracht hätte.

Was für ein Glück, dass uns wenigstens das umgebaute Schulhaus in Luckenwerder, das zugige Stationsvorsteherhäuschen in Biesdorf oder die Bauernkate mit undichtem Reetdach im Spreewald erspart geblieben ist, dachte Marlies. Bei ihren Nachbarn und den Bekannten mit Brandenburger Feriendomizilen war es doch immer auf

das Gleiche hinausgelaufen: Erst hatten sie sich für das Haus mit dem verwilderten Garten, in dem die Kinder spielen sollten, bis über beide Ohren verschuldet, danach bekamen sie schwierige Hände von der Gartenarbeit, und ehe man sich's versah, waren die Kinder auch schon aus dem Matschhosenalter heraus und wollten die Eltern nicht mehr an die Havel begleiten, weil sich dort partout keine Internetverbindung mit vierhundert Megabits herstellen ließ. Ließen die Erziehungsberechtigten ihre halbstarke Brut dann aber am Wochenende allein und unbeaufsichtigt zu Hause, lebten sie in beständiger Angst, die lieben Kleinen könnten womöglich eine dieser SMS-Partys veranstalten, auf denen