

# Schöner scheitern

**I**ch muss nur noch schnell meine Wäsche machen“, sagt die Nachbarin, bittet mich herein und verschwindet in Richtung Keller. Mit einer Mischung aus Dankbarkeit, Erleichterung und einem Hauch Arroganz lasse ich mir ihren Satz auf der Zunge zergehen. Früher habe ich das auch oft gesagt. Mein Leben verläuft jedoch deutlich entspannter, seit mir diese Wortfolge nicht mehr über die Lippen kommt. Vor ein paar Jahren stellten meine Tochter und ich eine Phrasenbüchse in die Küche, die wir mit einem Euro pro „Ich muss nur noch schnell ...“ fütterten. Sie füllte sich rasch.

## *Ich muss nur noch schnell meine Wäsche machen ...*

Ich **muss nur noch schnell** den Müll rausbringen, eine E-Mail schreiben, den Kühlschrank enteisen, mein Leben in Ordnung bringen, auf einen Anruf warten, den Hund striegeln. Die Liste ist endlos. Es lohnt sich, diese Satzkonstruktion einmal genauer unter die Lupe zu nehmen: Da ist zunächst das Hilfsverb **müssen**. Wie tue ich etwas, wenn ich glaube, es tun zu müssen? Freudvoll? Motiviert? Umsichtig? Oder in der klassischen Sklavenhaltung: lustlos, widerstrebend und gleichgültig? Bin ich dabei einfach im Tun, oder denke ich mehr darüber nach, wie ungern ich gerade tue, was ich tue, dass ich eigentlich lieber etwas anderes täte, oder was ich gleich als nächstes tun werde? Dem **Müssen** folgt **nur noch schnell**. Bereits das Drei-Buchstaben-Wort **nur** weist der Aufgabe einen geringen Stellenwert zu und impliziert, dass es eigentlich viel Wichtigeres zu tun gäbe. Dazu passt dann auch **schnell**. Schließlich will ich den Job

baldmöglichst hinter mich bringen. Wenn ich die Wäsche **schnell mache**, strömt der Duft frisch gewaschener Kleidungsstücke von mir ungewürdigt aus der Maschine. Ich zerre die Handtücher aus dem Trockner heraus, ohne einen Gedanken an dessen edle Spenderin zu verschwenden. Und wie sich Knie und Oberschenkel anfühlen, wenn ich den Wäschekorb aufhebe, spüre ich nicht. Hauptsache diese lästigen Pflichten fressen meine kostbare Lebenszeit nicht weiter auf!

## *... oder doch lieber eine Tasse Tee trinken?*

Schließlich fesselt mich das Possessivpronomen **meine** noch intensiver an die als leidig abgestempelte Tätigkeit. Ich kümmere mich ja nicht um irgendeine, sondern um **meine Wäsche!** Wäre es tatsächlich nur meine Wäsche, denke ich, wäre ich damit schon längst fertig. Und wie so ist Wäschewaschen eigentlich immer weiblich?

Doch egal ob **meine** Wäsche, **meine** Arbeit oder **meine** Zeit – das besitzanzeigende Fürwort suggeriert eine starke Identifikation mit dem, was mir gehört – sei es auch noch so unerwünscht.

Jedes Mal wenn wieder ein Euro in der Phrasenbüchse landete, eröffnete sich plötzlich die Gelegenheit, aus dem angekündigten Gewohnheitstrott auszusteigen: **Muss** ich wirklich noch schnell die Wäsche machen? Oder **will** ich jetzt lieber gemütlich eine Tasse Tee trinken? Und wenn tatsächlich die Wäsche ansteht, wer sagt eigentlich, dass ich den Job **schnell** erledigen muss? Raum und Zeit, das Ganze so präsent wie möglich zu verrichten, sind immer da. Dann freue ich mich über die simple Tatsache, dass es so wunderbare Geräte wie Wasch-

maschinen gibt. Ich erinnere mich in Dankbarkeit und Zuneigung an die verstorbene Großmutter, die mir den Trockner geschenkt hat, oder probiere nur so zum Spaß aus, den Wäschekorb auf dem Kopf zu balancieren und dabei zu schreiten wie eine Königin.

## *Lästige Pflichten und kostbare Lebenszeit*

Irgendwann geriet unsere Phrasenkasse dann in Vergessenheit. Wie schön, geht es mir durch den Kopf, dass ich mich nicht mehr von jedem dahergelaufenen Gedanken tyrannisieren lasse. Da summt plötzlich mein Smart-phone. „Ich muss nur noch schnell meine Kolumne fertig schreiben“, sag ich zur Nachbarin, „dann ruf ich sofort zurück.“



Veronika Schantz (Autorin und MBSR-Lehrerin) lebt in der Nähe von München und versucht im ganz alltäglichen Wahnsinn zwischen Familie, Kursen, Schreiben, Freizeit und Ehrenamt den Humor nicht zu verlieren und immer wieder mal im gegenwärtigen Moment vorbeizuschauen.