

Felicia Zeller

Einsam lehnen am Bekannten

Kurze Prosa

**- Informationsfassung -**

(c) Lilienfeld Verlag, Düsseldorf 2008.

Als unverkäufliches Manuskript vervielfältigt. Alle Rechte am Text, auch einzelner Abschnitte, vorbehalten, insbesondere die der Aufführung durch Berufs- und Laienbühnen, des öffentlichen Vortrags, der Buchpublikation und Übersetzung, der Übertragung, Verfilmung oder Aufzeichnung durch Rundfunk, Fernsehen oder andere audiovisuelle Medien. Werknutzungsrechte können vertraglich erworben werden von:

Aufführungsrechte sind zu erwerben über:

henschel SCHAUSPIEL Theaterverlag Berlin GmbH  
Marienburger Str. 28  
10405 Berlin  
verlag@henschel-schauspiel.de  
Tel.: 030 - 4431 8888



LILIENFELDIANA  
BAND 4

FELICIA ZELLER

# Einsam lehnen am Bekannten

Kurze Prosa

LILIENFELD VERLAG



## INHALT

- 7 Zunixkommen 1
- 11 Älterwerden in Neukölln
- 19 Geschichten aus der Produktion
- 31 Einige Gedanken über  
Arthur Schnitzlers Traumnovelle
- 43 Zunixkommen 2
- 55 Sammelband Amerikanische Rätsel,  
192 Seiten, Nummer 5
- 61 Ausgewechselt
- 67 Keiner und Niemand
- 75 Und es war Sommer
- 99 Wie ich versuchte eine Kleidermotte mit  
den Wellen von Virginia Woolf zu erschlagen
- 103 Schaf
- 105 Das unbrauchbare Kammerl
- 107 Wie ich einmal nicht überfahren worden bin
- 109 Die große Freiheit zum kleinen Preis
- 113 Wir gratulieren zum Kauf
- 115 Gabi
- 117 Bevor der Euro eingeführt wurde
- 121 Ein weiterer freier Abend
- 127 Gehen nicht gehen
- 143 Neues aus der Rasenheide
- 149 Sommer in Berlin
- 153 Gespräche mit Laubhaufen  
über die Lethargie
- 157 Kampftrinken in der  
Neudefinition nach Zeller



## ZUNIXKOMMEN 1

Wenn ich Kinder hätte, könnte ich so aussehen wie die, die Kinder haben. Mit dunklen Augenringen und dünnen, ausgelaugten Gesichtern sitzen sie auf den Sofas ihrer Wohnzimmer, aus deren Ritzen sie beständig kleine Autos, kleine Soldaten, Legobausteine und Popel popeln. Ihre Augen, unter denen große Säcke hängen, durchstreifen in steter Aufmerksamkeit das Zimmer, um möglichen Gefahren zuvorzukommen. Wenn ich Kinder hätte, könnte ich auch so ein edles, angeschwollenes Aufgabengesicht in meinem Gesicht / Fresse / Antlitz tragen, und ich würde dann nicht nur genau so aussehen wie die, die Kinder haben, sondern mich auch genau so bewegen. Denn Leute, die Kinder haben, bewegen sich nicht nur, wenn sie sich bewegen, sondern auch dann, wenn sie sitzen. Zwar bemühen sie sich, und sie bemühen sich wirklich immer wieder mit aller Kraft, entspannt und irgendwie interessiert neben dir auf dem Sofa zu sitzen, aber egal in welcher Unterhaltung man sich befindet, stets denkt man, in jedem Moment kann es passieren, in jedem Moment passiert es, gleich springen sie auf, um eine mögliche Katastrophe zu verhindern oder um irgendwas warm zu machen. Meistens handelt es sich dann um Milch oder Karotten oder Blumenkohl im Fläschchen mit ohne Salz. Wenn man mit Menschen mit Kindern spricht, dann immer nur in einem Zeitraum, der zwischen dem



Schnell-noch-Warmmachen- oder Gleich-Abholen-Bereich liegt. Sie sind also ständig sprungbereit, nicht schwarz und edel wie der Panther, sondern eher wie kleinere, gehetzte Tiere, die selbst beim einfachen Verzehr einer Nuss in panischer Alarmbereitschaft zu stehen scheinen. Nur nie zur Ruhe kommen. Du kommst einfach zu nichts mehr, sagen sie und seufzen irgendwie glücklich, aber auch irgendwie anstrengend. Du kommst zu nichts, und wenn du zwei hast, und sie tragen das eine weg und holen das andre her, dann kommst du zu gar nichts mehr. Du kommst einfach zu nichts mehr, die ganze Zeit, und sie stehen auf, um schnell noch was warm zu machen, stehen auf, ohne sich zu entschuldigen, und kehren nach einer Weile mit einem Fläschchen zurück oder mit einer Karotte oder einem Stück Blumenkohl auf dem Kopf. Nur Menschen, die Kinder haben, können so kommentarlos aufstehen, denn in einer Familie ist alles normal. In einer Familie gibt es nicht viel zu diskutieren und nichts zu entschuldigen. Oder man hat einfach keine Zeit mehr, und vor allem keine Zeit mehr dazu, jetzt noch groß rumzudiskutieren. JETZT WIRD HIER NICHT GROSS RUMDISKUTIERT gehört zu den meistgebrauchten Sätzen, die Menschen, die Kinder haben, anwenden oder anwenden müssen, damit alles seinen Lauf geht. Mit diesen Worten stoppen sie JETZT WIRD HIER NICHT GROSS RUMDISKUTIERT den Blumenkohl in die Kinder hinein, mit dieser magischen Formel zerren sie die Kinder HIER WIRD GAR NICHT GROSS RUMDISKUTIERT zurück ins Kinderzimmer, zurück ins Bett oder durch die

endlosen Gänge des DA WIRD JETZT GAR NICHT  
GROSS RUMDISKUTIERT Deutschen Historischen  
Museums.

Wenn ich Kinder hätte, dann käme ich auch zu nichts.  
Ich komme zwar auch so zu nichts, aber wenn ich Kin-  
der hätte, dann käme ich so auch zu auch nichts und  
könnte dabei gar nichts für das Nichts. Das Entschei-  
dende wäre, das wäre normal. Normalzustand, guter  
Zustand, unabänderlicher Zustand. Abgang.



## ÄLTERWERDEN IN NEUKÖLLN

Seit fast sieben Monaten wohne ich jetzt in Berlin-Neukölln. Warum tragen die Leute hier eigentlich alle Jogginganzüge, fragte ich mich, als ich herkam, bis ich merkte, man muss sportlich sein, um hier zu überleben. Nirgendwo sonst in Berlin muss man so flink und wendig sein wie am Hermannplatz, wo man den allzeit schnell fliegenden Spuckebatzen ausweichen muss, die jederzeit von jedermann, ob vor, neben oder hinter dir, in überraschend großen Bögen ausgerotzt werden können. Neukölln ist ein besonderes Pflaster, es ist übersät von frischgerotzter Spucke. Doch jetzt ist Mai, die Bäume blühen auf, und die Menschen scheinen weniger zu spucken. Sie stehen nicht mehr verranzt und gebückt in den Ecken zum U-Bahn-Eingang, sondern lehnen dort in kleinen Grüppchen in der Sonne. Sie starren nicht mehr missmutig vor sich hin und rempeln dich an, sondern stupfen dich fröhlich in die Seite und plaudern auf dich ein: „Willst was, brauchst was?“ oder einfach nur „Gras“. Gras. Der Frühling ist ausgebrochen. Das Gras der Hasenheide färbt sich von braun nach bisschen grün. Kleine, hellgelbe Trampelpfade führen zur Hasenschänke, wo sich die Bevölkerung trifft, um dort die dunkelgelben Getränke in die von der Sonne beschienenen Körper zu führen. Die Hasenschänke sieht aus wie eine Tankstelle. Vielleicht war dort früher auch eine Tankstelle, die Hasen-

tanke, bevor der Park drumrum gepflanzt wurde. Anstelle der Zapfsäulen stehen da nun Tische und Stühle, die im Laufe des Tages mit der Sonne und den Trinkenden immer weiter vom Zahlhäuschen wegrücken. Es ist eben ein bewegtes Café. Am Morgen befindet es sich noch direkt an der pilzartig überdachten Ausschänke, am Abend meilenweit davon entfernt.

Ich weiß das, denn ich gehe jeden Tag in die Hasenschänke. In meinem Hasenkostüm sitze ich dort unter den anderen Hasen und nehme eine Art Kaffee und gegen später das beliebte dunkelgelbe Hasengeränk zu mir. Besonders Hopfen ist beim Hasen fast so beliebt wie Gras. Manche der Hasen tragen auch Jogginganzüge. Die Sonne scheint uns auf die langen Löffel, wir sind friedlich, trinken und verrücken unsere Tischchen in einer regelmäßigen Bewegung, die alle Hasen ergreift. So vergeht der Tag in einem Hasentempo.

Die neue Wohnung, in der ich mit meinem neuen Jogginganzug wohne, liegt aber nicht nur in Neukölln, sondern an einem ganz besonderen Ort. An der Schnittstelle von Alter und Neuer Welt.

Die Alte Welt ist mir vertraut. Sie ist ein Biergarten. Seit siebzehn Jahren trinke ich Bier. Das hält jung, trotzdem wird man älter. Wenn man nur für sich selber älter wird, merkt man das daran, dass man sich verbiegt, dabei mit dem Kopf aber die Zehen nicht mehr berührt. Oder man muss sich setzen und bleibt stehen, weil die Knie nicht mehr knickbar sind. Der

wahre Alterungsprozess aber zeigt sich im Gespräch mit der Jugend.

Gestern zum Beispiel trug ich Altglas die Treppe hinunter. Wenn man über dreißig ist, stolpert man nicht mehr gerne über Flaschen, wenn man versucht mit seinem Kopf die Zehen zu berühren. Klassisch mit Jogginganzug und Flaschen bog ich am Treppenansatz um die Ecke. Zwischen Wand und Kellertür klemmten vier Jugendliche. Zwei Jungs und zwei Mädels, zwischen vierzehn und sechzehn, vielleicht fünfzehn, auf jeden Fall zu groß, um sich gänzlich un bemerkt als Haufen in die Ecke zu klemmen.

Was macht ihr hier, frug ich und fummelte an der Tür zum Hof, Verstecken spielen, oder was?

Kann ich Ihnen helfen, bot mir einer der Jungs an, er hatte mich gesiezt. Ich bin dreißig. Bitte helfen Sie mir über die Straße.

Ich bückte mich nach dem Altglas. Nein, danke, geht schon. Ich dachte an den kleinen, stolzen Vater aus „Schwarze Katze, weißer Kater“, der in einem kleinen Holzboot stehend von einem riesigen Dampfer aus eine Waschmaschine zugeworfen bekommt. Sein Sohn will ihm helfen, aber er ruft: Danke, kann ich allein.

Auf dem Hof keilte ich die Flaschen in die Tonne. Es dauerte eine Weile, bis ich die Spuren vom Vorabend beseitigt hatte. Die Jugendlichen klemmten noch immer vor der Kellertür. Der Junge lächelte mich an: Dürfen wir noch weiter hierbleiben? Ich alterte um weitere zehn Jahre. Dürfen wir hier spielen? Dürfen wir noch ein bisschen knutschen? Mama, dürfen wir

hier kiffen? Wir wollen nur ein bisschen was wegtragen, aber nur, wenn wir dürfen. Nur ganz kleine, bunte Sachen. Ach bitte! Ich dachte mir, die Jugend muss an die frische Luft, sie verblödet.

Geht doch raus, sagte ich. Aber sie wollten nicht. Draußen ist's so kalt, jammerte eines der Mädchen. Ich ließ sie stehen. In der Hasenschänke tankte ich erst einmal ordentlich Flüssigkeit, frische Luft und Sonne. Ich kehrte in ein völlig vernebeltes Treppenhaus zurück. Man hatte heimlich geraucht. Was die zerfetzten Reklamezettel und die kleinen, durchsichtigen Pfützen anging, kam ich nicht drauf, welche Spiele die Jugend dort getrieben hatte.

Generation Fragezeichen. Abschied vom Jugendbonus. Mit meinem Kopf berühre ich meinen Halsansatz. Zeit, in die Alte Welt zu gehen. Alle Nachbarn, die sich alt genug fühlen, gehen dorthin. Karen, die Dänin, schenkt Bier aus. Wir trinken das Bier und werden dabei immer älter. Es ist schnell ein Ort von Tradition geworden. Jeden Abend pflegt man dort Biere zu sich zu nehmen. Ein Brauchtum, das viele junge Menschen gar nicht mehr zu schätzen wissen. Für sie wurde die Neue Welt erbaut.

Von meinem Balkon aus kann ich auch in die Neue Welt hinüberblicken. Neue Welt, das ist das Einkaufszentrum mit Bowlingbahn, Fitnesscenter und Baumarkt. Für das Fitnesscenter bin ich zu alt, ich kann nur noch die Supermärkte besuchen. Mehrmals am Tag besuche ich dort die Supermärkte, um mich von meiner Arbeit abzulenken. Jetzt könnte ich doch eine Flasche Milch kaufen, denke ich, und kann vorher

noch hintenrum durch den Park gehen und einen Schlenker über die Hasenschänke machen. So strukturiert sich für mich der Tag.

Einmal trug ich eine Packung Kaugummis zum Supermarkt hinaus, als eine Neuköllnerin folgenden Satz sagte, mit dem es ihr gelang, die Stimmung in Neukölln ganz gut zusammenzufassen. Sie trug einen sehr langen grauen Anorak (womöglich über einem Jogginganzug) und in den Händen große Tüten. MAN KÖNNTE SO VIEL, WENN MAN WOLLTE sagte sie ABER MAN WILL NICHT, NICHT WEGEN KEINE LUST, SONDERN ES GEHT UMS GELD.

Geld hat hier niemand. An den Bankomaten bilden sich lange Schlangen. Der Mann vor mir kriegt aber auch dort keins raus. Er trägt einen beigefarbenen Anorak über seinem Jogginganzug. Aus der Anoraktasche sehe ich ein kleines Büchlein ragen. Es trägt den Titel: MACH WAS! Der Mann ist traurig und dreht beigefarben ab. So kann er nicht einmal in die Hasenschänke gehen.

Mach was! Ist das eine Broschüre, die das Arbeitsamt verteilt?

MAN KÖNNTE SO VIEL, WENN MAN WOLLTE, ABER MAN WILL NICHT, NICHT WEGEN KEINE LUST, SONDERN ES GEHT UMS GELD.

Täglich geben wir 50 Euro aus, sage ich zum Bankomat. Ich sage „wir“, dann bin ich nicht alleine schuld.



HASENSCHÄNKE, 12. 4. / GEGEN 15 UHR

Ich werde Zeuge folgenden Gesprächs, welches die Stimmung in Neukölln auf andere Weise ebenfalls ausdrucksvoll zusammenfasst.

Man muss es halt einfach mal machen. / Ja, wir haben auch gesagt, dass wir es mal machen. / Man muss sich halt einfach mal die Zeit dazu nehmen. / Sollte man auch mal machen. / Ja. Sollte man.

*(steht auf, holt eine neue Runde Bier)*

Eigentlich wäre es toll, wenn man. / Weißt du, was wir machen können. Wir könnten auch regelmäßig, aber das wäre dir dann auch zuviel dann! / Man könnte ja zuerst mal so ein Probedings machen. / Das könnte man echt mal machen. / Könnte man halt mal ausprobieren. / Vielleicht, wenn ihr, obwohl /

*(steht auf, holt eine neue Runde Bier)*

HASENSCHÄNKE, 3. 5. / 12 UHR 10

Am Nebentisch feiert eine ganze Familie den sonnigen Tag mit Weizenbier. Dünn aus dem Stahlstuhl aufwachsend: der Vater oder Freund. Die Mutter in weißem Jogginganzug mit silbernen Applikationen. Neben der Mutter im Partnerlook: die Tochter. Sie ist vielleicht zwölf. Dazu Freunde mit Pferdeschwänzen, Bekannte am Weizenglas, Gelächter. Jetzt geh ich ne Runde Schnaps holen. Die Mutter. Sie steht im Rücken ihrer Tochter. Du auch einen! Nee, lass mal, danke, Mutti. Los, komm! Nee, danke, Mutti. Du auch einen! Nee, lass mal, danke, Mutti. Los, komm! Nee, danke, Mutti. Du auch einen! Nee, lass mal, danke,

Mutti. Los, komm! Nee, danke, Mutti. Du auch einen! Nee, lass mal, danke, Mutti. Los, komm! Nee, danke, Mutti. Du auch einen! Nee, lass mal, danke, Mutti. Los, komm! Nee, danke, Mutti. Du auch einen! Nee, lass mal, danke, Mutti. Los, komm! Nee, danke, Mutti. Du auch einen! Nee, lass mal, danke, Mutti. Es ist nicht so, dass ich auf die Copy-Taste meines Computers gekommen wäre. Es ist zwölf Uhr mittags. Die Rufe der Mutter stören mich bei der Arbeit. Ich gehe nach Hause.



## GESCHICHTEN AUS DER PRODUKTION

Jetzt schaue ich auf das Papier.

Jetzt lese ich die erste Zeile.

Jetzt lese ich die zweite Zeile.

Jetzt lese ich die dritte Zeile.

Jetzt lese ich die vierte Zeile.

In der fünften Zeile steht: Die Technik DENKEN IN KLEINEN SCHRITTEN steht in unmittelbarer Beziehung zur Jetzt-Formel, so steht es in dem Buch „Selbstdisziplin: Handeln statt aufschieben“ von Marc Stollreiter und Johannes Völgyfy.

Dieses Buch zweier mir unbekannter Autoren lieh ich mir aus an einem Tag, an dem ich eigentlich nur kurz einige andere Bücher abgeben wollte, um dann rasch wieder zurück zur Arbeit, meinem Arbeitsplatz, zu kehren, mich aber irgendwie zwischen den Regalen der Stadtbücherei verlor. Gerne nehme ich ein Buch, blättere ein wenig darin und schaue durch die so entstandene Ritze im Regal auf die vielen ruhigen, bedächtigen Menschen, die, Bücher blätternd, Bücher auf- und abnehmend, ihrerseits durch die Ritzen in den Regalen spähen. Stunden später verließ ich mit einem großen Sack Bücher die Bücherei, auf dem Weg zurück zur Arbeit, meinem Arbeitsplatz, verlor mich aber dann auf dem Parkdeck VIER, denn die Stadtbücherei Neukölln befindet sich ganz oben im Forum Neukölln, einem Einkaufspalast aus Glas, Stahl und

Teppich, und hier oben auf dem Parkdeck wehte frische Luft, es war wie auf einem Turm, und ich versuchte hinter Britz, hinter den Neubauvierteln von Gropiusstadt und Buckow, das Stadtende zu entdecken, denn auch Berlin hört irgendwann einfach auf. Das ist beruhigend. Auf einmal fährt man an einem durchgestrichenen Stadtankündigungsschild vorbei, in die dort angezeigte falsche Richtung, durch die braunen Felder, vorbei an leerstehenden Baracken, einst Orte der Produktion, durch die sogenannten Rieselfelder, und auf einmal kann man wieder geradeaus blicken, und es baut sich kein Haus vor dir auf, ein Haus, in das sich unzählige Menschen hineingequetscht haben, sogenannte Mietparteien. Manchmal will ich keine Mietpartei mehr sein. Doch ich schweife ab. In meinem Büchersack befanden sich auch Bücher von Robert Walser, und ich begab mich auf dem Weg zur Arbeit, meinem Arbeitsplatz, durch die munter vor sich hinsägende öffentliche Riesenbaustelle, die das Forum zur Zeit ist. JETZT BAU-SPAREN scherzen die Geschäfte und bieten unter Folien und Staub liegende Waren an. Die Handwerker lieben es, in der Öffentlichkeit DER VERKAUF GEHT WEITER zu arbeiten. Ein Mann, ein Blaumann, stand auf einer hölzernen Klappleiter und gipste mit einer Kelle an der Decke herum. Dann, wie auf Stelzen bewegte er sich mit der Leiter fort, es war wie im Zirkus, andere wiederum warfen sich Starkstromkabel zu und lachten. Ein Geschäft verschenkte Kleider aus einer stark frequentierten Kiste, und ich drängelte mich durch die Menschen und legte ein wenig meine

Hand hinein, ohne zu wühlen. In diesem Moment, an diesem Tag, vor vier Wochen, während meine Hand warm und träge in den wöllernen Miniröcken lag, hatte ich das auf billig-klebrigem Ratgeberpapier gedruckte Buch „Selbstdisziplin: Handeln statt aufschieben“ bereits in meinem Büchersack, denn ich dachte mir, jetzt ist aber mal Schluss mit dem Lotterleben, mit einem solchen Lotterleben wirst du es zu nichts bringen, und mit großer Kraft riss ich das Buch aus dem Bücherregal.

Zuhause nahm ich es aus dem Sack und legte es auf den Tisch. Eine Weile lagerte ich es auch im Klo, in der Annahme, ich würde es dort lesen, doch stets sah ich es und dachte, na ja, eigentlich hab ich auch noch andere Bücher, dieses klebt, ich könnte ja auch noch rasch in die Bücherei gehen und mir dort noch Bücher ausleihen oder ganz was anderes machen. Das könnte ich aber vielleicht auch nachher noch.

Am Ende des Tages erinnere ich mich meist nicht mehr daran, was ich währenddessen gemacht habe. Ist das dann ein guter Tag gewesen, oder bin ich schon wieder betrunken. Ist das ein guter Tag mit einem Tagewerk, frage ich mich, rasch war er schon wieder vorbei. Ich habe ihn nicht unangenehm in Erinnerung, eigentlich kann ich mich an nichts mehr erinnern. Ich glaube, ich bin ein wenig verträumt.

Doch dann war es soweit. Selbstdisziplin. Handeln statt aufschieben. Pünktlich am Abgabetag studierte ich mich durch Marc Stollreiters und Johannes Völ-

gyfys Ratgeber, rasch leider, denn ich musste ja rasch in die Bücherei, um es wieder zurückzubringen und mir vielleicht auch noch andere Bücher.

Jetzt lese ich die vierundneunzigste Zeile, die eigentlich bereits die fünfundneunzigste ist. Oder ist es die sechsundneunzigste?

Jetzt zähle ich die Zeilen noch einmal durch.

Mit der „Jetzt-Formel“, so behaupten Marc Stollreiter und Johannes Völgyfy in „Selbstdisziplin: Handeln statt aufschieben“, habe man folgende Vorteile:

Vorteile der Jetzt-Formel:

Mehr Genuss.

Dämpfen von Furcht und Angst.

Aufgehen in der Aufgabe.

Ergebnis: Die Zeit vergeht rascher.

Wie spät haben wir es jetzt?

Jetzt schaue ich auf die Uhr.

Jetzt schaue ich zum Fenster hinaus.

Jetzt nehme ich meinen Stift zur Hand.

Jetzt bemerke ich, der Stift ist gar nicht da.

Jetzt suche ich meinen Spezialstift.

Jetzt fluche ich, weil Stift schon wieder weg.

Jetzt beschimpfe ich mich wegen Schlamperei.

Ich rufe mich „Schlampe“.

Jetzt rauche ich eine Zigarette zur Beruhigung.

Jetzt erwäge ich, zum Stiftladen zu fahren, einen erneuten Spezialstift zu kaufen.

Oder soll ich doch nochmal suchen.  
Jetzt bin ich mir unschlüssig.

Marc Stollreiter und Johannes Völgyfy schreiben gerne tabellarisch. Ich glaube, sie glauben, Selbstdisziplin ist Verwaltung in Tabellen.

Das „Taten-Programm“:

Vorteile:

Stift kaufen.

Stift haben.

Beenden der Suche.

Nachteile:

Stift kaufen.

Verlassen des Schreibtisches.

Zum Spezialladen mit den Spezialstiften fahren müssen.

Auf dem Weg eventuell an einem Café vorbeikommen.

Die Tageszeitung durchlesen.

Stunden später erst wieder nach Hause kommen.

Aber so einfach ist das auch wieder nicht. Das wissen auch Marc und Johannes. Zur Vor- und Nachteiletabelle legen wir deshalb noch jeweils eine Untertabelle an, mit der Überschrift DUALES DENKEN.

Stift kaufen. Vorteile:

Fahrrad fahren (Bewegung).

Kaffee trinken (Entspannung).



Tageszeitung durchlesen (Information).  
Den Schreibtisch verlassen (Abwechslung).

Aber auch:

Zum Laden fahren (Zeit verlieren).

Stift kaufen (Geld ausgeben).

Kaffee trinken (Geld ausgeben plus Gesundheitsschädigung).

Zusatz:

Falls Stift eins wieder auftaucht, zwei Stifte haben.

Wie ist das?

Jetzt grübele ich wirklich.

Jetzt weiß ich wirklich nicht mehr, was ist die richtige Entscheidung.

Ziel: Ich will täglich im Fitness-Studio trainieren.

Bewusster Gedanke: Aber ich habe nach der Arbeit überhaupt keine Lust mehr.

Verhalten: Ich gehe heute nicht trainieren.

Es gibt unzählige Geschichten von Schriftstellern und ihrem Kampf, überhaupt zu arbeiten, die meisten sind von den Schriftstellern selbst geschrieben worden, während sie also im Schreiben behaupteten, sie würden nicht schreiben, sie schrübten nicht, schrieben sie.

ICH STAND DA UND SCHAUTE DURCH DIE TÜR AUF DEN SCHREIBTISCH UND FRAGTE MICH, WANN DER MOMENT DA SEI, AN DEN SCHREIBTISCH ZU