

Zeit..... (26.12.2011)

Land: irgendwo Ã¼ber den Wolken

```
<!--[if gte mso 9]><xml>
  <o:OfficeDocumentSettings>
    <o:AllowPNG/>
  </o:OfficeDocumentSettings>
</xml><![endif]--><!--[if gte mso 9]><xml>
  <w:WordDocument>
    <w:View>Normal</w:View>
    <w:Zoom>0</w:Zoom>
    <w:TrackMoves/>
    <w:TrackFormatting/>
    <w:HyphenationZone>21</w:HyphenationZone>
    <w:PunctuationKerning/>
    <w:ValidateAgainstSchemas/>
    <w:SaveIfXMLInvalid>>false</w:SaveIfXMLInvalid>
    <w:IgnoreMixedContent>>false</w:IgnoreMixedContent>
    <w:AlwaysShowPlaceholderText>>false</w:AlwaysShowPlaceholderText>
    <w:DoNotPromoteQF/>
    <w:LidThemeOther>DE-CH</w:LidThemeOther>
    <w:LidThemeAsian>X-NONE</w:LidThemeAsian>
    <w:LidThemeComplexScript>X-NONE</w:LidThemeComplexScript>
    <w:Compatibility>
      <w:BreakWrappedTables/>
      <w:SnapToGridInCell/>
      <w:WrapTextWithPunct/>
      <w:UseAsianBreakRules/>
      <w:DontGrowAutofit/>
      <w:SplitPgBreakAndParaMark/>
      <w:EnableOpenTypeKerning/>
      <w:DontFlipMirrorIndents/>
      <w:OverrideTableStyleHps/>
    </w:Compatibility>
    <m:mathPr>
      <m:mathFont m:val="Cambria Math"/>
      <m:brkBin m:val="before"/>
      <m:brkBinSub m:val="--"/>
      <m:smallFrac m:val="off"/>
      <m:dispDef/>
      <m:IMargin m:val="0"/>
```

Zeit..... (26.12.2011)

```
<m:rMargin m:val="0"/>
<m:defJc m:val="centerGroup"/>
<m:wrapIndent m:val="1440"/>
<m:intLim m:val="subSup"/>
<m:naryLim m:val="undOvr"/>
</m:mathPr></w:WordDocument>
</xml><![endif]--><!--[if gte mso 9]><xml>
<w:LatentStyles DefLockedState="false" DefUnhideWhenUsed="true"
DefSemiHidden="true" DefQFormat="false" DefPriority="99"
LatentStyleCount="267">
<w:LsdException Locked="false" Priority="0" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" QFormat="true" Name="Normal"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="9" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" QFormat="true" Name="heading 1"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="9" QFormat="true" Name="heading 2"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="9" QFormat="true" Name="heading 3"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="9" QFormat="true" Name="heading 4"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="9" QFormat="true" Name="heading 5"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="9" QFormat="true" Name="heading 6"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="9" QFormat="true" Name="heading 7"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="9" QFormat="true" Name="heading 8"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="9" QFormat="true" Name="heading 9"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="39" Name="toc 1"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="39" Name="toc 2"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="39" Name="toc 3"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="39" Name="toc 4"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="39" Name="toc 5"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="39" Name="toc 6"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="39" Name="toc 7"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="39" Name="toc 8"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="39" Name="toc 9"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="35" QFormat="true" Name="caption"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="10" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" QFormat="true" Name="Title"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="1" Name="Default Paragraph Font"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="11" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" QFormat="true" Name="Subtitle"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="22" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" QFormat="true" Name="Strong"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="20" SemiHidden="false"
```

Zeit..... (26.12.2011)

```
UnhideWhenUsed="false" QFormat="true" Name="Emphasis"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="59" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Table Grid"/>
<w:LsdException Locked="false" UnhideWhenUsed="false" Name="Placeholder Text"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="1" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" QFormat="true" Name="No Spacing"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="60" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Light Shading"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="61" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Light List"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="62" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Light Grid"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="63" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Medium Shading 1"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="64" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Medium Shading 2"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="65" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Medium List 1"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="66" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Medium List 2"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="67" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Medium Grid 1"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="68" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Medium Grid 2"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="69" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Medium Grid 3"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="70" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Dark List"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="71" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Colorful Shading"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="72" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Colorful List"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="73" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Colorful Grid"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="60" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Light Shading Accent 1"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="61" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Light List Accent 1"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="62" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Light Grid Accent 1"/>
```

Zeit..... (26.12.2011)

```
<w:LsdException Locked="false" Priority="63" SemiHidden="false"
  UnhideWhenUsed="false" Name="Medium Shading 1 Accent 1"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="64" SemiHidden="false"
  UnhideWhenUsed="false" Name="Medium Shading 2 Accent 1"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="65" SemiHidden="false"
  UnhideWhenUsed="false" Name="Medium List 1 Accent 1"/>
<w:LsdException Locked="false" UnhideWhenUsed="false" Name="Revision"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="34" SemiHidden="false"
  UnhideWhenUsed="false" QFormat="true" Name="List Paragraph"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="29" SemiHidden="false"
  UnhideWhenUsed="false" QFormat="true" Name="Quote"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="30" SemiHidden="false"
  UnhideWhenUsed="false" QFormat="true" Name="Intense Quote"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="66" SemiHidden="false"
  UnhideWhenUsed="false" Name="Medium List 2 Accent 1"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="67" SemiHidden="false"
  UnhideWhenUsed="false" Name="Medium Grid 1 Accent 1"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="68" SemiHidden="false"
  UnhideWhenUsed="false" Name="Medium Grid 2 Accent 1"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="69" SemiHidden="false"
  UnhideWhenUsed="false" Name="Medium Grid 3 Accent 1"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="70" SemiHidden="false"
  UnhideWhenUsed="false" Name="Dark List Accent 1"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="71" SemiHidden="false"
  UnhideWhenUsed="false" Name="Colorful Shading Accent 1"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="72" SemiHidden="false"
  UnhideWhenUsed="false" Name="Colorful List Accent 1"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="73" SemiHidden="false"
  UnhideWhenUsed="false" Name="Colorful Grid Accent 1"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="60" SemiHidden="false"
  UnhideWhenUsed="false" Name="Light Shading Accent 2"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="61" SemiHidden="false"
  UnhideWhenUsed="false" Name="Light List Accent 2"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="62" SemiHidden="false"
  UnhideWhenUsed="false" Name="Light Grid Accent 2"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="63" SemiHidden="false"
  UnhideWhenUsed="false" Name="Medium Shading 1 Accent 2"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="64" SemiHidden="false"
  UnhideWhenUsed="false" Name="Medium Shading 2 Accent 2"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="65" SemiHidden="false"
```

Zeit..... (26.12.2011)

```
UnhideWhenUsed="false" Name="Medium List 1 Accent 2"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="66" SemiHidden="false"
  UnhideWhenUsed="false" Name="Medium List 2 Accent 2"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="67" SemiHidden="false"
  UnhideWhenUsed="false" Name="Medium Grid 1 Accent 2"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="68" SemiHidden="false"
  UnhideWhenUsed="false" Name="Medium Grid 2 Accent 2"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="69" SemiHidden="false"
  UnhideWhenUsed="false" Name="Medium Grid 3 Accent 2"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="70" SemiHidden="false"
  UnhideWhenUsed="false" Name="Dark List Accent 2"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="71" SemiHidden="false"
  UnhideWhenUsed="false" Name="Colorful Shading Accent 2"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="72" SemiHidden="false"
  UnhideWhenUsed="false" Name="Colorful List Accent 2"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="73" SemiHidden="false"
  UnhideWhenUsed="false" Name="Colorful Grid Accent 2"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="60" SemiHidden="false"
  UnhideWhenUsed="false" Name="Light Shading Accent 3"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="61" SemiHidden="false"
  UnhideWhenUsed="false" Name="Light List Accent 3"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="62" SemiHidden="false"
  UnhideWhenUsed="false" Name="Light Grid Accent 3"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="63" SemiHidden="false"
  UnhideWhenUsed="false" Name="Medium Shading 1 Accent 3"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="64" SemiHidden="false"
  UnhideWhenUsed="false" Name="Medium Shading 2 Accent 3"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="65" SemiHidden="false"
  UnhideWhenUsed="false" Name="Medium List 1 Accent 3"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="66" SemiHidden="false"
  UnhideWhenUsed="false" Name="Medium List 2 Accent 3"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="67" SemiHidden="false"
  UnhideWhenUsed="false" Name="Medium Grid 1 Accent 3"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="68" SemiHidden="false"
  UnhideWhenUsed="false" Name="Medium Grid 2 Accent 3"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="69" SemiHidden="false"
  UnhideWhenUsed="false" Name="Medium Grid 3 Accent 3"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="70" SemiHidden="false"
  UnhideWhenUsed="false" Name="Dark List Accent 3"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="71" SemiHidden="false"
```

Zeit..... (26.12.2011)

```
UnhideWhenUsed="false" Name="Colorful Shading Accent 3"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="72" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Colorful List Accent 3"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="73" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Colorful Grid Accent 3"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="60" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Light Shading Accent 4"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="61" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Light List Accent 4"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="62" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Light Grid Accent 4"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="63" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Medium Shading 1 Accent 4"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="64" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Medium Shading 2 Accent 4"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="65" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Medium List 1 Accent 4"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="66" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Medium List 2 Accent 4"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="67" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Medium Grid 1 Accent 4"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="68" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Medium Grid 2 Accent 4"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="69" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Medium Grid 3 Accent 4"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="70" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Dark List Accent 4"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="71" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Colorful Shading Accent 4"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="72" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Colorful List Accent 4"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="73" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Colorful Grid Accent 4"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="60" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Light Shading Accent 5"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="61" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Light List Accent 5"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="62" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Light Grid Accent 5"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="63" SemiHidden="false"
```

Zeit..... (26.12.2011)

UnhideWhenUsed="false" Name="Medium Shading 1 Accent 5"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="64" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Medium Shading 2 Accent 5"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="65" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Medium List 1 Accent 5"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="66" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Medium List 2 Accent 5"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="67" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Medium Grid 1 Accent 5"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="68" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Medium Grid 2 Accent 5"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="69" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Medium Grid 3 Accent 5"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="70" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Dark List Accent 5"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="71" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Colorful Shading Accent 5"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="72" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Colorful List Accent 5"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="73" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Colorful Grid Accent 5"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="60" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Light Shading Accent 6"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="61" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Light List Accent 6"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="62" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Light Grid Accent 6"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="63" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Medium Shading 1 Accent 6"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="64" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Medium Shading 2 Accent 6"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="65" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Medium List 1 Accent 6"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="66" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Medium List 2 Accent 6"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="67" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Medium Grid 1 Accent 6"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="68" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Medium Grid 2 Accent 6"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="69" SemiHidden="false"

Zeit..... (26.12.2011)

```
UnhideWhenUsed="false" Name="Medium Grid 3 Accent 6"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="70" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Dark List Accent 6"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="71" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Colorful Shading Accent 6"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="72" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Colorful List Accent 6"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="73" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" Name="Colorful Grid Accent 6"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="19" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" QFormat="true" Name="Subtle Emphasis"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="21" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" QFormat="true" Name="Intense Emphasis"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="31" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" QFormat="true" Name="Subtle Reference"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="32" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" QFormat="true" Name="Intense Reference"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="33" SemiHidden="false"
UnhideWhenUsed="false" QFormat="true" Name="Book Title"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="37" Name="Bibliography"/>
<w:LsdException Locked="false" Priority="39" QFormat="true" Name="TOC Heading"/>
</w:LatentStyles>
</xml><![endif]--><!--[if gte mso 10]>
<style>
/* Style Definitions */
table.MsoNormalTable
{mso-style-name:"Normale Tabelle";
mso-tstyle-rowband-size:0;
mso-tstyle-colband-size:0;
mso-style-noshow:yes;
mso-style-priority:99;
mso-style-parent:"";
mso-padding-alt:0cm 5.4pt 0cm 5.4pt;
mso-para-margin:0cm;
mso-para-margin-bottom:.0001pt;
mso-pagination:widow-orphan;
font-size:11.0pt;
font-family:"Calibri","sans-serif";
mso-ascii-font-family:Calibri;
mso-ascii-theme-font:minor-latin;
```


Zeit..... (26.12.2011)

mso-hansi-font-family:Calibri;
mso-hansi-theme-font:minor-latin;
mso-bidi-font-family:"Times New Roman";
mso-bidi-theme-font:minor-bidi;
mso-fareast-language:EN-US;}

</style>
<![endif]-->

<p class="MsoNormal"><b style="mso-bidi-font-weight:normal">Irgendwo Ã¼ber den Wolkenâ€¦!..

<p class="MsoNormal"><b style="mso-bidi-font-weight:normal">Zeitâ€¦!â€¦! nun sitzen wir, eng eingeklemmt zwischen den Sitzreihen. JÃ¼rg nimmt mit seiner riesigen Tageszeitung viel Platz ein und schuppst mich ab und dann mit einem liebevollen LÃ¼cheln auf meine Seite. Ich kann mich derzeit nicht entschliessen etwas zu lesen, zu schlafen oder aus dem Fenster zu gucken, eine innere Unruhe wÃ¼hlt alle meine Gedanken auf. Auch der Bildschirm vor meiner Nase ist uninteressant, der laufende Film zu utopisch fÃ¼r einen Geschmack, Ã¼berhaupt finde ich Fernsehen doof. Ich lasse Gedanken kommen und gehen, versuche die letzten Tage zu ordnen, eine Ãœbersicht im meinem Kopf und Herzen zu kriegen.

<p class="MsoNormal">Wir sitzen im Flugzeug und steuern den europÃ¤ischen Kontinent an.

<p class="MsoNormal">In Phuket/Thailand bekamen wir vor 3 Tagen von Claudia, meiner SchwÃ¤gerin die Nachricht, dass JÃ¼rgs Vater sich in einem sichtlich schlechteren Zustand befindet und die Stunden die ihm noch blieben, gezÃ¼hlt seien. Er verbrachte die vergangenen Monate im Spital und Pflegeheim in Oberdorf/Solothurn, dort hatte er seine Zeit still mit Warten auf eine ErlÃ¼sung des Schmerzes verbracht. Als wir ihn, vor unserer Abreise im Juli `10 besuchten waren seine Reaktionen schon ganz seltsam und seine Worte blieben zeitweise ganz aus. Wir haben damals von ihm Abschied genommen ohne zu wissen dass dies ein Abschied fÃ¼r immer war, doch im Herzen spÃ¼rten wir, dass die Zeit gekommen war. Am nÃ¤chsten Morgen durfte mein Schwiegervater im Alter von bald 79 Jahren einschlafen, seine Zeit von dieser Welt zu gehen war gekommen.

<p class="MsoNormal">Unsere Ideen und PlÃ¤ne schieben wir erstmals auf die Seite, und gehen auf einen langen Spaziergang am Meer der Nai Yang Beach. Die frische Meeresluft, das zarte Morgenlicht und die Weite auf die Andaman-Sea leert unsere KÃ¼pfe und Emotionen nehmen sich freien Lauf. FÃ¼r JÃ¼rg wird klar dass er in die Schweiz fliegen und zusammen mit seinen Geschwister Claudia und Stefan Abschied vom Vater nehmen will. Ich mÃ¼chte ihn dabei begleiten und unterstÃ¼tzen deshalb sitzen wir jetzt im Flugzeug nach ZÃ¼rich. Dort werden

Zeit..... (26.12.2011)

unsere Lieben auf uns warten und uns herzlich empfangen.

Die **Zeit** ist so unfassbar, von einer Sekunde auf die andere kann sich alles ändern, zwischen 'jetzt' und 'jetzt' liegen Welten und enorme Veränderungen sind möglich. Nichts kann einem so schnell Umstimmen als die **Zeit**, sie ist das Metrum von Tag und Nacht, Freud und Leid, Ebbe und Flut, Wärme und Kälte, Gesundheit und Krankheit, Geburt und Tod!

Zeit!

Vor bald 6 Jahren sind wir losgezogen mit unseren Velos, wollten nur mal unseren Kopf ausfüllen, frei machen von Gedanken an Alltagsorgen und danach überlegen wie es denn mit uns weiter gehen könnte. Welche Arbeit würde mich interessieren, welche Aufgabe könnte mich erfüllen und was für einen Job möchte ich in Zukunft machen. Wir hatten ein ganz 'normales' Leben, zweimal im Jahr Ferien irgendwo unter Palmen, keine existentiellen Probleme und anfallende materielle Wünsche konnten wir uns erfüllen. Hatten einen grossen Bekanntenkreis und gute Freunde mit denen wir an den Wochenenden sehr gerne **Zeit** verbracht haben. Unser Leben in der Schweiz war aber vor allem geprägt von einem überfüllten Terminkalender. Mit einer normalen Arbeitsanstellung sind die Stunden der Freizeit ja schon ziemlich rar und wenn man einen Job ausübt wie es Jörg getan hat dann geht man auch am Samstagmorgen in die 'Bude'. Sein damaliger Chef hat mich mal an einem Betriebsanlass gefragt, ob es denn Jörg in der Firma gefalle? Unangenehme Frage, denn wenn jemand sooooo viel **Zeit** in einem Büro verbringt muss es einem doch gefallen, oder?

Aber die Verantwortung, sein Pflichtbewusstsein und der immer wachsende Druck machten ihm mit der **Zeit** krank, er war oft erschöpft, schlaflos und grabelnd in der Nacht. Im Sommer wechselte seine Gesichtsfarbe statt in sonnengebräuntes Braun in grau. Speziell im Sommer, wenn die Stahlseil-Produktion auf Hochtouren lief, war er täglich 11 oder mehr Stunden im Betrieb und auch der Samstagmorgen ging drauf.

Meine Arbeit hingegen war nicht so stressig, ich fand es sehr interessant meinen Beruf als Bewegungspädagogin auszuüben und Menschen ab und zu für mehr oder ergonomische Bewegung zu motivieren. In der Prävention sowie im Therapeutischen Bereich bekam ich mehr und mehr Einblick in die Zusammenhänge von Umfeld und Gesundheitszustand meiner Klienten. Die feine Beobachtung von Emotionszustand- und Körperhaltung, die Anamnese des seelischen Zustandes und Analyse der Bewegungsabläufe verschafften mir Klarheit über den wahren Grund des anliegenden

Zeit..... (26.12.2011)

Problems. Der Mensch ist so genial gebaut, es gibt keine Maschine und keinen Computer der so perfekt funktioniert. Unser eigener Körper kommuniziert mit uns, drückt sich in Form von Schweissausbruch, Hauterkrankungen, Unwohlsein, Müdigkeit, Fieber und oder Schmerz aus und wir unterdrücken diese Alarmzeichen mit Pillen und Tabletten. Sich selber keine **Zeit zu gewinnen um auszuruhen und gesunden und fortlaufend nur mechanisch zu Funktionieren wirkt sich negativ auf den zukünftigen Gesundheitszustand aus. Keine Zeit zu haben macht meiner Meinung nach krank und ist Ursache vieler Krankheiten, Fehlbelastungen und Disbalancen! So auch bei meinem Mann der mir am nächsten steht und dessen Gesundheitszustand mir damals ernsthafte Sorgen bereitete. Eines Abends, in unserem trauten Heim in Romanshorn habe ich ihm dann einen Spiegel vor die Nase gesetzt und er erschrak selbst ab seinem Spiegelbild. Wir wussten beide, dass es so nicht weitergehen kann, wir wussten dass wir unser Alltagsleben ändern mussten, doch wie und wo und was war uns natürlich nicht klar. Zu sehr waren wir beide beladen mit all dem was MAN halt so macht, tut und muss, zu viele Dinge zählten zu denen die MAN braucht, normal sind und zu viele Ängste verwarfen immer wieder neue Ideen.**

Wie wir uns dann von den Ängsten, Strukturen und Materialien gelöst haben kann man bis auf weiteres noch auf www.affenbrunner.ch/ unter 'Archiv' nach lesen.

Die schwierigste Zeit vor der Reise war, in der wir die Aufgabe hatten, uns zu verabschieden von unseren Lieben, Freunden, Kollegen und Bekannten. Auf die Frage; 'wann kommst du wieder, wann sehen wir uns wieder?' mit den Schultern zucken; 'I weiss nid?!'

Ä

Doch schon vom ersten Tag unterwegs wussten wir, dass dies die richtige Entscheidung war. Ich erinnere mich noch gut, wie ein befreiendes Gefühl in mir aufkam in der ersten Nacht im Zelt ausserhalb von Vancouver. Wie vorzüglich gut nach 130Km strampeln im Yukon Spaghetti a la Jorge geschmeckt hat, ein Schluck kühles Wasser in Mexiko wie prickelnder Champagner meine Kehle erfrischt hat, wie ein einfaches Badezimmer mit Dusche/WC zum Wellness-Spa wird, ein Baumstrunk den Komfort eines Sofas annimmt und wie wohltuend und entspannend ein warmer Tee im Tibet war. Nun sind fast 6 Jahre vergangen!..wir durften innehalten und pausieren vom Alltagsleben in unserer Heimat und waren mit unserem reduzierten Haushalt in je 4 Taschen rundum glücklich und zufrieden.

Unsere Zeit auf dem Velo hat einfache Dinge, 'Sachen die MAN halt braucht zum Leben' im Wert enorm gesteigert,

Zeit..... (26.12.2011)

selbstveränderliche Dinge werden auf einmal als Luxusartikel geschätzt und kleine, herzliche Gefallen werden zu grosszügigen und kostbaren Geschenken. Anders herum sehen wir materielle Dinge die uns vorher wertvoll vorkamen jetzt als unnützig und belastend.

Die **Zeit** hat uns gelehrt mit nur wenigen Sachen zufrieden zu sein und wachsam über unserem Konsumverhalten zu stehen, kostbares Wasser nicht zu vergeuden, Essensreste nicht wegwerfen, nachsichtig mit der Umwelt umzugehen und für die eigene Gesundheit dankbar sein.

Die **Zeit** auf dem Velo hat uns gelehrt die Langsamkeit zu erfahren und zu schätzen, wir durften uns **Zeit** nehmen, wir hatten ja **Zeit** genug, **Zeit** um die schönen Dinge im Leben wahrzunehmen, **Zeit** um die Natur zu beobachten, **Zeit** um innehalten und sich fragen 'wie geht es mir heute'. **Zeit** um im Zelt zu bleiben wenn einer von uns nicht fit genug war um weiter zu strampeln, **Zeit** um gesund zu werden, zum Regenerieren, **Zeit** um zu bleiben wenn es gemächlich war, **Zeit** um auch auf Umwegen zum **Ziel** zu kommen und die 'Nebensächlichkeiten' zu sehen. **Zeit** um ehrliche Einladungen anzunehmen, **Zeit** zum Zuhören, **Zeit** zum Hinschauen, **Zeit** zum Nachdenken, **Zeit** um uns Gedanken zu machen was denn unsere weitere Aufgabe auf dieser Welt ist.

Was auch immer die Zukunft uns bringt, wohin auch immer unser Weg führt und wie auch immer wir unsere **Zeit** in Zukunft ausfüllen, wir wünschen uns die Erinnerung an die grenzenlose Freiheit wie ein Schatz hüten zu können und die erlangte Gelassenheit mitsamt dem gesunden Verstand wahren zu können.

In wenigen Minuten werden wir landen und Ankommen im Land das eigentlich unsere Heimat ist, ob wir uns da noch so heimisch fühlen wird sich zeigen.

Mit Sicherheit aber warten da unten viele Aufgaben auf uns und Entscheidungen die wir treffen müssen, Wiedersehen und Abschied, Tränen und viele andere Emotionen!

Zeit..... (26.12.2011)

&

Viel zu spät begreifen viele, ihre versäumten Lebensziele;

Gesundheit, Freude, Mensch und Kultur, Reisen, Schönheit der Natur.

Darum Mensch sei zeitig weise,
 die höchste Zeit ist's! Reise, reise, reise!

Ein glückliches, erfülltes
neues Jahr mit viel Zeit für dich und deine Träume
und andere Interessen.