

Das Werk der englischen Schriftstellerin Virginia Woolf . . .

. . ist hierzulande der breiten Öffentlichkeit nicht so bekannt. Ein Unding, denn niemand konnte die Schönheit der Seele besser in Worte fassen als diese wunderbare Frau. Danke, Virginia!

Auszug aus ihrem Roman „To the Lighthouse“:



e replaced the receiver and saw her at the end of the line - greek, straightnosed, blueeyed. The graces seemed to have joined their hands on meadows of asphodels to compose her face . . .

Versuch einer Übersetzung: „. . . Er legte den Hörer auf, und sah sie am Ende der Leitung - griechisch, klassisches Profil, blaue Augen. Die Grazien schienen sich — um ihr Gesicht zu formen — auf Auen voller Paradiesblumen die Hände gereicht zu haben . . .“



Schrieb sie von ihrem eigenen Gesicht?

Tagesschule, Lektion 11



as heißt das, **entspannt durch den Tag zu gehen?**

Da sitz' ich wieder vor dem Monitor, und brüte über einem Code, der für mich (noch) nicht zu durchschauen ist - den ich aber dringend benötige. Unaufhaltsam verkrampfen sich Sehnen und Bänder, angespannt blickt man auf den Bildschirm, der die Entschlüsselung augenscheinlich nicht preiszugeben bereit ist; Stunde um Stunde zerrinnt zwischen den Fingern, die mechanisch kryptische Befehle eintippen; ein Ziehen und Stechen im Brustbereich beschleunigt den Atem, das Rotieren und Kreisen der Gedanken nimmt seinen zerstörerischen Lauf... Die Zeit läuft davon, der Frust steigt, man möchte die Zeit wieder einholen, indem man im „roten Drehzahlbereich fährt“.

Gesund ist das nicht. Ich merke Stunde um Stunde, wie ich „sauer“ werde. Es bilden sich Säureschlacken, die schmerzhaft wieder ausgeschieden werden müssen.

Viel besser ist es, sie zu vermeiden. Doch dazu bin ich wohl noch zu stur. Alle 30 Minuten abbrechen, 5 Minuten Entspannungsgymnastik, einseitige Fehlhaltungen (wie das Sitzen vor einem Monitor) über längere Zeit vermeiden, so könnt' es besser werden. Momentan bin ich abends ganz schön zerschlagen, wenn's 'mal wieder nicht so lief, wie man's gerne hätte. Selbstdisziplin! Ab Montag, versprochen! Wird schon werden.

Der menschliche Körper ist einfach nicht für's dauerhafte Sitzen konstruiert. Hut ab vor dem Ingenieur!

[Geschenk des Tages, Lektion 3](#)



urra! Die Sache ist geritzt. Ende August ruft die Zugspitze, Partnachklamm, Wettersteingebirge, Berge ahoi! Eine Einladung mach's möglich, für zwei Wochen - auftanken, auftanken, auftanken... Rettung in letzter Minute. Jetzt heißt's nur noch durchhalten bis dahin, schön hübsch rechtzeitig schlafen gehen, keine größeren Dummheiten anstellen. 10 Wochen Vorfreude! Das gibt Kraft.

[Tagesschule, Lektion 10](#)



estern nach dem Mittagessen: blauer Himmel, strahlender Sonnenschein, ich gönne mir ein Viertelstündchen auf der Terrasse - ein ruhiges, erholsames Nickerchen - so dachte ich. Kaum habe ich mich auf der Liege ausgestreckt, ertönt vom Nachbarbalkon Musik, und was für welche! Unruhig, nervös, aggressiv - so empfinde ich sie zumindest - ein anderer hätte vielleicht gesagt: antriebsstark, motorisch, aktivierend - nun gut, von wegen Mittagsruhe! Als ich mich wieder genervt an die Arbeit mache, verstummt die Musik - wie von Zauberhand. Manchmal ist es doch wie verhext! Heute morgen kam die Antwort: ich hatte am Vorabend die Nacht zum Tag gemacht, bis in die Puppen gearbeitet, und, damit ich länger schlafen kann, die Rollläden heruntergelassen. Zu diesem Zeitpunkt war es schon sehr spät, und die Rollläden machen einen gehörigen Lärm, den man im ganzen Haus hören kann. Von wegen ungestörte Nachtruhe! Spieglein, Spieglein, sage mir, wer war nun rücksichtslos zu dir?

Tagesschule, Lektion 9



eit über einer Woche bin ich mit meiner Arbeit im Verzug - nach meiner Planung, die augenscheinlich noch nicht in der Realität angekommen ist. Schwierigkeiten und Tücken im Detail, die man nicht voraussehen kann, oder doch? Werde realistisch: Zeitrahmen setzen, wenn alles ideal laufen würde (was es niemals tut), und dann den gesetzten Zeitrahmen verdoppeln. Das ist reell (Schreibt man das wirklich so?). Also, Beispiel: Männer werden durchschnittlich 77 Jahre alt, dann den Zeitrahmen verdoppeln, macht ungefähr 150 Jahre...Das ist reell. Aber dann musst du deine Effektivität ebenfalls verdoppeln, denn dann kannst du mit der Hälfte der Arbeitszeit auskommen, und die tägliche Entspannungs- und Regenerationsphase ebenfalls verdoppeln. Das ist ein hehres Ziel.

Der
Weg
(dorthin)
ist
das
Ziel,

wie man so schön sagt. Momentan bin ich noch weit davon entfernt, doch gärt in mir der Wunsch, stark und mächtig. Wachse und gedeihe, und mir dann verzeihe, wenn ich fehlte oft dem Schwur -

zeige mir die rechte Spur!
