

Gedanken zum Weg zur Arbeit

Vor ein paar Tagen entdeckte ich zufällig eine Doppel-CD mit unplugged Aufnahmen und zwei Titel sprangen mich an: einmal „Fahrrad fahr'n“ von Max Raabe, einer modernen Komposition im Stil der 20-er Jahre, wo auf durchaus amüsante Weise die Vorzüge des Radeln vertont werden und das Lied mit folgenden Zeilen beginnt „*Manchmal ist das Leben ganz schön leicht, Zwei Räder, ein Lenker und das reicht, Wenn ich mit meinem Fahrrad fahr', Dann ist die Welt ganz einfach*“, und weiters der Klassiker „Parkplatz“ von Herbert Grönemeyer, wo dieser im Refrain „*Ich dreh' jetzt schon seit Stunden, Hier so meine Runden, Es trommeln die Motoren, Es dröhnt in meinen Ohren, Ich finde keinen Parkplatz, Ich komm zu spät zu Dir, mein Schatz, Du sitzt bei Kaffee und Kuchen, Und ich muss weiter suchen*“ die oft unausweichliche Parkplatzzsuche thematisiert. Man wird es vermuten, ich fahre gerne mit dem Fahrrad und das an Arbeitstagen meist täglich. Und ich gestehe es gleich, ich bin auch nicht ganz unplugged unterwegs wie die zitierte Aufnahme der Lieder, denn seit ein paar Jahren nehme ich zum Pendeln das E-Bike, das alle paar Tage einmal an den Stromstecker muss. Und natürlich wartet am Morgen auf mich auch nicht Kaffee und Kuchen, sondern mein Schreibtisch. Sonst finde ich mich aber in den Liedern wider.

Nur warum setze ich mich meist aufs Rad, auch wenn es regnet oder die Temperatur im Winter unter -10°C fällt? Zwei Anforderungen treiben mich dazu an: Zum Ersten müssen zweimal täglich etwas über 12 km zurückgelegt werden, um von meinem Zuhause in die Arbeit und wieder heimzukommen. Zum Zweiten merke ich mit dem älter werden immer mehr, wie wichtig für mich regelmäßige Bewegung ist. Was liegt da näher, als das Notwendige mit dem Nützlichen zu verbinden und den Weg zur Arbeit mit dem Rad zurückzulegen. Sogar diese Strecke, die auch Überland führt, lässt sich mit dem Rad fast gleich schnell zurücklegen wie mit dem Auto und am Abend brauche ich nicht wieder los, um noch etwas Sport zu betreiben, sondern kann daheim die Freizeit genießen und bei meiner Familie sein. Das sind zwei kräftige Argumente und diese schlagen meist die zwischendurch einmal aufkommende Bequemlichkeit oder Sorge vor der Witterung. Und so oft regnet es nicht und ganz so kalt ist es auch selten, und wenn schon, mit der passenden Kleidung sind auch diese Widrigkeiten auch meist kein Problem. Ich kann mich nicht erinnern, einmal vom Radfahren krank geworden zu sein, im Gegenteil, mein Immunsystem scheint es mir zu danken.

Bei schönem Wetter werde ich durch viele Sinneseindrücke belohnt. Gerade jetzt im Frühjahr, wenn man das Erwachen der Natur miterleben darf: die Vögel singen, jeden Tag steht die Sonne ein klein wenig höher und das zarte Grün der Blätter und die bunten Blüten kommen immer mehr zum Vorschein. Beim Radfahren darf ich dieses stille, und dennoch so eindrucksvolle Schauspiel,

quasi aus der ersten Reihe täglich genießen, das ich im Auto nicht einmal registriere.

Das Radeln bietet so einen sanften Einstieg in die Arbeit am Morgen - mir fällt es leicht, die Gedanken für den Tag zu sortieren: was ist zu erledigen, welche Termine stehen an, was wird der Tag nur bringen? Die abendliche Heimfahrt lässt den Arbeitstag dann ebenso sanft wie effizient wieder ausklingen.

Die gleichförmige Bewegung beim Radfahren lässt mich immer wieder auf verschiedenste Gedanken und Einfälle kommen. Wie oft ist mir beispielsweise beim Schreiben eines Artikels eine Wendung oder ein Absatz am Morgen beim Radeln von alleine eingefallen, um den ich am Schreibtisch vergeblich gerungen habe. Und, man wird es erraten, auch diese Gedanken sind teils beim Radeln entstanden.

So ist es für mich unverständlich, warum gerade bei uns zwar so viele von Sport sprechen, aber Radfahrer als Verkehrsteilnehmer immer noch auf Ablehnung, ja teils sogar Aggression anderer Verkehrsteilnehmer stoßen, auch wenn sie sich wie ich an die Verkehrsregeln halten.

Manchmal ist das Auto dann doch alternativlos, da ich im Außendienst weiter weg muss, mehr zu transportieren habe oder doch für mich „Argumente finde“, nicht mit dem Rad zu fahren. Aber bequemer ist das dann nicht und spätestens nach ein paar Tagen freue ich mich, wieder am Rad sitzen zu dürfen. Das tut dann mir und der Umwelt gut.

Dr. Martin Kapferer