

GENUG

Es gibt da ein gutes Wort, das heute immer mehr in Vergessenheit gerät. Unbemerkt, und trotzdem tragisch verschwindet es, wie die bunte Vergangenheit eines ergrauten Alzheimer-Patienten.

Es ist ein Wort, das vom Aussterben bedroht ist wie so manche Tierart. Bedroht von Arbeitgebern, die uns immer mehr schufteten sehen wollen; von Werbung und Hochglanzmagazinen und Fernsehsendungen, die uns einreden wollen, wir seien nichts wert ohne perfekte Figur. Ohne perfekte Frisur. Ohne perfekte Wohnung. Ohne exotische Reisen (der Slogan „Reise Dich interessant“ ist so eine Frechheit) und ohne diesen gottverdammten neuen Staubsauger-Roboter, der jetzt mit seinen 95 Programmen sogar die Wände hochfahren! und dabei noch das Wetter vorhersagen! kann.

Es ist ein gutes Wort, das wir dringend wiederbeleben müssen, wenn wir freier atmen und leichter leben wollen.

Es ist das Wort:

Genug.

Warum versuchen wir, alles immer besser, schneller, toller zu machen – auch uns selbst? Nur weil es vielleicht möglich ist? Es ist auch möglich, im Kopfstand zu essen, Kamasutra zu praktizieren oder ein Lexikon auswendig zu lernen. Und trotzdem macht das fast keiner. Weil es anstrengend ist, das Leben dadurch aber nicht besser wird.

Genug.

Genug gearbeitet für heute.

Genug Geld auf dem Konto, um heute glücklich zu sein.

Genug erreicht.

Genug PS im Auto, Speicherplatz auf dem Handy und Freunde auf Facebook.

Genug Freizeitaktivitäten und Reisen.

Genug maximiert. Du brauchst nicht alles aus Dir und Deinem Leben herausquetschen wie aus einer Orange.

Genug minimiert. Du brauchst nicht magersüchtig mit Dingen umgehen.

Genug Informationen gesammelt, um Dich zu entscheiden.

Genug von mir, für heute.

Wofür kämpfst Du Dich ab, wo es doch eigentlich längst GENUG ist?