

Beschleunigung auf dem Bett

«Kann man in einem Flugzeug entschleunigen?» Eine «Barbara» hat diese Frage am Jubiläumsabend der Askforce auf einen Zettel gekritzelt. Frage und Name, sonst nichts.

Tempo aus dem Alltag herausnehmen; nicht immer erreichbar sein; entsorgen statt anhäufen; Salat statt Schnitzel – Achtsamkeit, Achtsamkeit, Achtsamkeit: gegenüber sich selbst, den Mitgeschöpfen und dem Heimatplaneten. Wer möchte sein Leben nicht ein bisschen entschleunigen?

Ihre Frage gefällt uns, Frau Barbara. Auch wenn wir nicht sicher sind, ob Sie uns bloss testen wollen. Denn wie soll es in einem Flugzeug, dem Inbegriff eines beschleunigten Objekts, möglich sein, zu entschleunigen? Das dachten wir auch. Bis wir eine überraschende Antwort fanden. Komplett entschleunigt sind Sie nämlich erst, wenn Sie keine Kräfte mehr fühlen, die Sie beschleunigen wollen. Es ist der Zustand der Schwerelosigkeit. Sich von einem Sprungbrett fallen lassen oder mit den Ski über eine Bodenwelle fahren: So lässt sich Schwerelosigkeit auf der Erde für kurze Momente erleben.

Falls Sie diese Form der Entschleunigung etwas länger auskosten möchten, Frau Barbara, dann können Sie das: mithilfe eines Flugzeugs, das eine Parabel fliegt. Das ist wie ein Flug über einen Hügel hinweg. Auf der einen Seite hinauf und auf der anderen hinunter. Wie bei der Bodenwelle auf der Skipiste, nur länger. Das Manöver dauert 20 bis 25 Sekunden.

Falls Sie jetzt lächelnd einwenden, Schwerelosigkeit lasse sich auch im Schwimmbad erleben, lächeln wir zurück und sagen: Nein, eben nicht. Denken Sie sich grosse Steine in Ihren Bauch hinein. Diese würden Sie gnadenlos in die Tiefe ziehen – wie den Wolf im Märchen von Rotkäppchen. Schwerelosigkeit ist dann, wenn nichts mehr drückt.

Irgendwie verrückt: Erst wenn man über Entschleunigung nachdenkt, merkt man, wie mächtig die Erdanziehung beziehungsweise die Erdbeschleunigung eigentlich ist. Sie ist so stark, dass alles, was da krecht, fleucht und herumsteht, in einer Sekunde auf Tempo 36 beschleunigt würde, wenn da nicht die Erdoberfläche wäre, die es verhindert. Und doch ist das alles fast nie ein Thema – vermutlich deshalb, weil unsere Füsse und Beine extrem gut darin sind, so zu tun, als wäre die Erdanziehung nichts Besonderes.

Ist sie aber. Legen Sie sich einmal ganz bewusst auf Ihr Bett, Frau Barbara. Spüren Sie die Schwere Ihrer Arme, Ihrer Beine, Ihres Kopfes? Richten Sie nun Ihre geballte Achtsamkeit auf all die kleineren und grösseren Druckstellen, die sich allmählich bemerkbar machen – bis Sie es fühlen: wie viel Kraft Mutter Erde aufwendet, um Sie bei sich zu behalten. Ist das nicht schöner als jede Entschleunigung – Halt finden dank der Erdbeschleunigung?