

## Mein Limmattal

**Wo sind die Verladener?**

Kürzlich hat ein Vertreter des Verbands der verladenden Wirtschaft am Fernsehen gesprochen. Da habe ich zuerst Bausteine gestaunt – doch dann fiel es mir wie Schuppen von den Haaren: Klar, das ist eine Vereinigung, die eine Wirtschaft unterstützt, wo man hineingeht, kaum Zeit hat, seine Jacke an den Stuhl zu hängen und – schon ist man verladen wie Nachbars Lumpi. Löblich! Endlich kümmert sich jemand darum, dass, wer in die Beiz geht, möglichst schnell einen auf der Gitarre, einen an der Waffel, Öl am Hut, einen am Sender hat.

Seien wir ehrlich: Wie viele Male haben wir schon Gaststätten besucht, uns möglichst schnell Getränke bestellt, diese runtergeleert und – waren immer noch stocknüchtern. Von verladen keine Spur. Manchmal dauerts ewig, bis man abgefüllt, lattenstramm, bärentrunken, betütert, blindhagelvoll, breit, delirios, granatendicht, hundstrunken, kotzvoll, pudeldick, veilchenblau, hackedicht, abgezapft und voll ist, wie eine Haubitze – oder runde Schuhe anhat, weil die Lampe gefüllt ist. Und schon manch einer oder eine wäre froh gewesen um Unterstützung und detailliertes Wissen, wo sich denn eine Beiz befindet, die Mitglied ist bei der Vereinigung.

Ich war überzeugt, dass die Leute der verladenden Wirtschaft eine Website haben und ich dort die genaue Wegbeschreibung zur nächste Schnelladestation finden würde. In der Nähe wirds doch wohl eine passende Chnelle geben. Irgendein «Hahnen», der einen gleich mit genügend spiritueller Tranksame eindeckt, kaum hat man Hallo gesagt. Eine Spelunke, wo es schnell geht. Schliesslich heisst es ja immer, Zeit sei Geld.

Tatsächlich bin ich auf die Homepage gestossen – und war masslos enttäuscht. Der Verband hilft vor allem Verladern und der Logistikbranche, den Aufwand für den Gütertransport auf der Schiene zu minimieren. Das ist natürlich auch super und ich kann den Besuch der Internetseite nur empfehlen! Aber wer sich genüsslich an etwas Prozentigem laben will, findet dort keine Erlösung. Es bleibt einem nur die profane Suche nach einem normalen Restaurant oder einer herkömmlichen Bar.

Eine Alternative wäre vielleicht der Besuch der Hudi-Party in der Dietiker Stadthalle am kommenden Samstag. Da gibts auch immer ein Bierchen oder zwei – und lustig ist es garantiert!



**Thomas Pfann** ist Musiker und Journalist. Er lebt in Dietikon.

**Mein Ding: Yoga****«Yoga ist eigentlich eine Glücksfrage»**

Michael Meyer unterrichtet Yoga im Yogacorner Schlieren. Ihm ist dabei die spirituelle Komponente wichtig.

**Josefine Zürcher**

«Ich starte meine Yogastunden jeweils mit einer Meditation», sagt Michael Meyer, der seit zwei Jahren im Yogacorner an der Brandstrasse in Schlieren unterrichtet. Der weitläufige Yogaraum leert sich, und so entscheidet sich Meyer kurzerhand, die Meditation zu demonstrieren. Er breitet Matten aus, zündet eine Kerze und Räucherstäbchen an. Dann begleitet er die Journalistin und die Fotografin durch eine kurze Meditation, die er mit ruhiger Stimme leitet.

Nicht nur der Körper wird dabei in die richtige Position gelenkt, sondern auch die Gedanken. Der Reihe nach konzentriert man sich auf die einzelnen Sinne. Was empfindet der Körper? Was höre ich? Was rieche ich? Zum Schluss soll eine Erinnerung an einen glücklichen Moment die Meditierenden mit ihrer persönlichen Ressource verbinden, bevor sie wieder in den Alltag zurückkehren.

«Für mich hat Yoga auf jeden Fall eine spirituelle Komponente. Es geht darum, glücklicher und freier zu werden», sagt Meyer. Yoga gehört seit der Kindheit zu Meyers Leben. Auf Asienreisen habe er damals schon Yoga praktiziert. Mit 23 zog es ihn dann mehrmals nach Indien, dem Ursprungsland des Yoga. «Dann habe ich es leider wieder verloren, weil ich mich auf die Karriere fokussierte», sagt der Ingenieur. Er habe dann viel Kraft- und Ausdauersport gemacht und sei geklettert. «Das hat mich nur noch mehr aufgeputscht, statt mich zu entspannen», sagt er und lacht.

**«Warum bin ich dann nicht glücklich?»**

Mitte 30 habe er dann gemerkt, dass er nicht zufrieden sei. «Ich bin glücklich verheiratet und habe zwei tolle Töchter, warum bin ich dann nicht glücklich?», habe er sich gefragt. Da fing er an, fünf bis sieben Mal die Woche Yoga zu machen. Auch habe er Atemübungen und Meditation entdeckt: «Ich habe gemerkt, dass ich nachhaltig glücklicher werde, dass mein Körper angenehmer ist und sich



Michael Meyer startet seine Yogastunden gerne mit einer Meditation. Bild: Sandra Ardizzone

meine Launen besser verteilen.» Man könne so über den Körper den Geist beruhigen. «Yoga ist eigentlich eine Glücksfrage», sagt der 49-Jährige.

**Den Vorurteilen begegnet er entspannt**

Meyer unterrichtet hauptsächlich Hatha Yoga, das eher statisch sei. Nebst dem Unterricht im Yogacorner in Schlieren und privat in Zürich, wo er wohnt, und in der Firma Hitachi Zosen Inova AG in Zürich besuche er auch ab und zu Stunden anderer Lehrer, um Inspiration zu sammeln.

Als Mann, der leidenschaftlich Yoga macht und unterrichtet, sei er schon vielen Vorurteilen begegnet. Obwohl Yoga eine Frauendomäne sei, sind die meisten berühmten Yogis dann doch Männer. «So ist leider unsere Gesellschaft», sagt Meyer. In seinen Stunden seien die Geschlechterverhältnisse jedoch meist ausgewogen. Yoga eigne sich natürlich auch für Männer. «Die geübtesten Sportler kommen im Yoga an den Anschlag», sagt Meyer und lacht.

Die Sportart mache momentan eine Entwicklung durch. So seien gewisse Yogapraktiken,

die man hier findet, eine westliche Weiterentwicklung der Ursprungsformen aus Indien. Power Yoga oder Hot Yoga beispielsweise. «Der Westen ist sehr kreativ im Sachen-Erfinden und -Entwickeln», sagt Meyer und lacht. «Es gibt aber kein Richtig oder Falsch, denn das würde das Yoga extrem eingrenzen», fügt er an. So besuche auch er gerne eine Hot-Yoga-Stunde. Der Erfindergeist geht gar so weit, dass es auch Bier-Yoga gibt. «Das wiederum passt für mich nicht, es geht schliesslich um einen ruhigen, klaren Geist. Und ein alkoholisiertes Geist ist alles an-

dere als ruhig und klar», sagt Meyer und lacht.

Yoga könne man rein für die körperliche Fitness machen. «Ich bin aber ganz klar ein Verfechter der zusätzlichen Erfahrungen», sagt Meyer. Jemand habe seine Stunden einmal mit einer Erlebnisreise verglichen. «Ich baue immer wieder gerne philosophische Themen ein», sagt er.

**Mein Ding**

In der Rubrik «Mein Ding» stellen Limmattaler ihre Leidenschaft vor. Wollen Sie zeigen, was Ihr Ding ist? Dann schreiben Sie uns ein E-Mail an [liz@chmedia.ch](mailto:liz@chmedia.ch).

**Reppisch-Tüfeli****Rot-Grün ist die Zukunft, aber ...**

Jetzt sind Sie vielleicht gespannt, nach diesem Titel. Aber Sie wissen ja, dass sich das Reppisch-Tüfeli zuweilen nicht ganz ohne Absicht missverständlich ausdrückt und hin und wieder einer Prise Polemik nicht abgeneigt ist. Und wer sagt denn, dass es hier um Politik geht? Eben. Immer schön unvoreingenommen bleiben ist schwierig, aber schon recht wichtig. Und jetzt ist ja sowieso Fasnacht, da

reichen zwei Farben längst nicht aus. Aber verlassen wir die Meta-Ebene – jetzt sind knallharte Fakten gefragt. Zwei hat das Tüfeli ausgesucht. Zwei farbige notabene.

Erstens: Nicht nur an der Fasnacht dieses Wochenende, sondern auch 2025 wird die Stadt Dietikon zur Festhütte. Denn dann, genauer gesagt vom 5. bis 7. September 2025, steht das nächste Dietiker

Stadtfest an. Fürs neue Fest hat die Stadt ein neues Logo kreieren lassen. Es ist rot, und zwar so richtig. «Die Urbanisierung von Dietikon schreitet unaufhörlich voran. Zuerst machen sie ein Gleis 21 und jetzt ein Stadtfest 25. Was da wohl sonst noch kommt? Wir werden es schon noch rechtzeitig erfahren», denkt sich das Tüfeli, das im Geschichtsunterricht eigentlich mal gelernt hat, das die Zwanziger golden seien.

Das Tüfeli schwimmt irgendwie in einem Farbensalat. Aber das ist immer besser als eine Welt in Schwarz und Weiss.

Und jetzt, zweitens, zum Grün; hier geht's nicht um die Stadt. Im September 2023 hat das Tüfeli an dieser Stelle darüber berichtet, dass in der Tiefgarage bei der Migros Limmattal sechs Parkplätze grün angemalt wurden, weil diese künftig nur noch für E-Autos sind (darauf

deutet ein entsprechendes weisses Symbol auf dem grünen Grund hin). Diese Parkplätze sind nach wie vor mit einem rot-weissen Band abgesperrt und die Ladevorrichtung fehlt noch immer. Das zeigt einmal mehr, dass das eine oder andere unter dem Rapidplatz nicht gerade rapide vonstattengeht. Aber Grün ist die Farbe der Hoffnung und diese soll man ruhig etwas auskosten. Sprich: Die Zukunft kann warten. (deg)