
32. SCHREIBWETTBEWERB 2021

Krise – überstanden!?



Aus Krisen erwachsen auch immer neue Kräfte.
Rita Süßmuth, Bundestagspräsidentin a.D.



Kreissenorenrat
Böblingen e.V.

Rückblick auf die Preisverleihung 2020

Die Sicherheitsregeln ließen es nicht zu, ein gemeinsames Gruppenbild zu machen. Deshalb zeigen wir Ihnen die Preisträger/innen in drei Fotos während der Feierstunde im Landratsamt Böblingen.



Aufgrund der Corona-Pandemie fand die Abschlussveranstaltung 2020 erstmals nur mit begrenzter Teilnehmerzahl statt. Alle Einsendenden konnten nicht eingeladen werden, doch immerhin 19 von 22 Preisträgerinnen und Preisträger folgten der Einladung ins Landratsamt Böblingen. Die Jüngste, Amelie Faix aus Nufringen, war 8 Jahre, drei Einsendende über 90 Jahre und Johanna Schmid, Maichingen, sogar 94 Jahre.

Peter Renelt zeigte sich beeindruckt: »Wegen Corona wurden viele Geschichten erzählt, die sonst vielleicht nicht erzählt worden wären. Die Qualität der Beiträge war von hoher Qualität, hat bei der Jury ein Wechselbad der Gefühle ausgelöst und die Auswahl der Preisträgerinnen und Preisträger wieder einmal nicht leicht gemacht.

Daniel Wengenroth, Vorstandsmitglied der Kreissparkasse Böblingen, war ebenfalls beeindruckt und zeigte sich erfreut über die Einsendenden unterschiedlichen Alters. Im Kreis der 73 Autorinnen und Autoren mit 79 Beiträgen konnten 22 Preisträger durch die Sponsoren geehrt werden.

Die Veranstaltung wurde musikalisch umrahmt von Senta Eisenbacher am E-Piano.

Die Preisträger/innen 2020

- *Kreissparkasse Böblingen:*
Sandy Eberle, Waltraud Grau, Katarzyna Grudzinska, Silke Hemmer, Rudi Hoffahrt, Dagmar Meyer, Daniela Mieth, Minh Ong, Manuela Sebastian, Horst Sehorsch, Renate Strauss, Ute Wennberg.
- *Kreissenioerenrat Böblingen e.V.:*
Gerti Otero, Selina Brecht, Amelie Faix, Walter Hermann, Frowin Junker, Johanna Schmid.
- *Leonberger Kreiszeitung:*
Beate Huhn.
- *Kreiszeitung Böblingen:*
Michelle Khanh Phan.
- *SZ/BZ:*
Eva Schneider.
- *Gäubote/Herrenberger Zeitung:*
Sevilay Kurtoglu.

Krise – überstanden!?

Leseheft



Mit freundlicher Unterstützung von



LEONBERGER
KREISZEITUNG

KREISZEITUNG
Böblinger Bote



GAUBOTE
Die Herrenberger Zeitung

Der Kreisseniorenrat Böblingen e.V.
bedankt sich bei allen Sponsoren sehr herzlich
für ihre jahrelange Treue.

*Es ist nicht entscheidend, wie oft man hinfällt,
sondern, wie oft man wieder aufsteht.*



Bereits zum 32. Mal findet der beliebte Schreibwettbewerb des Kreissenioresrates statt – ein tolles Jubiläum, das zeigt, wie kreativ der Landkreis Böblingen ist. Mit dem diesjährigen Motto »Krise – überstanden!?!« greift der Kreissenioresrat ein brandaktuelles Thema auf.

Die bereits seit über einem Jahr andauernde Corona-Pandemie ist die größte Krise seit Ende des Zweiten Weltkrieges. Sie hat Auswirkungen auf Menschen jeden Alters – vom Kleinkind über Schülerinnen und Schüler bis hin zu Berufstätigen und Seniorinnen und Senioren. Viele sind in eine existenzielle Notlage geraten, und unser gesellschaftliches Zusammenleben hat sich verändert. Es ist sehr erleichternd, dass es mittlerweile durch die Impfungen Licht am Ende des Tunnels gibt.

Bemerkenswert ist, dass sich in der Krise gezeigt hat, wie die Menschen im Landkreis Böblingen zusammenhalten und einander helfen. So sind viele Nachbarschaftshilfen entstanden und Aktionen wie das ehrenamtliche Engagement des Kreissenioresrats zur Vermittlung von Impfterminen für über 70-Jährige.

Abgesehen von Corona macht jeder Mensch in seinem Leben Krisen durch. Diese können privater, schulischer oder beruflicher Natur sein. Jeder hat andere Strategien, um eine Krise zu bewältigen. So negativ eine Krise beim Durchleben ist, so positiv kann sie werden, wenn sie überstanden ist und man gestärkt aus ihr hervorgeht. Es ist nicht entscheidend, wie oft man hinfällt, sondern, wie oft man wieder aufsteht.

In dieser Broschüre finden Sie die besten Geschichten zum Thema »Krise – überstanden!?!«. Viele interessante Texte von insgesamt 41 Autorinnen und Autoren mit einer Altersspanne von elf bis hin zu knapp 99 Jahren sind eingegangen.

Ich bedanke mich ganz herzlich bei allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern. Herzlich möchte ich auch dieses Jahr den engagierten Organisatoren und Jurymitgliedern danken, die diesen Wettbewerb möglich machen. Die Preisträgerinnen und Preisträger beglückwünsche ich zu ihrem persönlichen Erfolg.

Allen Leserinnen und Lesern wünsche ich nun viel Freude bei der Lektüre

Ihr



Roland Bernhard
Landrat

An Krisen wachsen



»Krise – überstanden!?!« Das Motto des 32. Schreibwettbewerbs des Kreisseniorates trifft für das Jahr 2021 exakt den Nerv der Zeit. 41 Autorinnen und Autoren zeigen mit insgesamt 59 eingesendeten Beiträgen wie sehr uns die aktuelle Krisenzeit bewegt.

Generationenübergreifend haben sich sowohl Kinder als auch Seniorinnen und Senioren dazu entschlossen, eine erfundene Geschichte oder ein persönliches Erlebnis einzureichen. Die Bandbreite der Teilnehmerinnen und Teilnehmer im Alter zwischen elf und 99 Jahren spiegelt das große Mitteilungsbedürfnis von Jung und Alt wider und zeigt das ungebrochene Interesse an diesem besonderen Wettbewerb.

Sicherlich rücken globale Krisen – wie die Corona-Pandemie –, die uns durch ihre Auswirkungen auf das Gesundheitssystem, die Wirtschaft und das Sozialleben in einen Ausnahmezustand versetzen, in den medialen Fokus der Öffentlichkeit. Durch die Omnipräsenz dieses Virus scheinen andere einschneidende Geschehnisse überlagert zu werden. Ob Existenzkrisen, Sinnkrisen oder Schaffenskrisen. Sie, liebe Autorinnen und Autoren, haben den Mut aufgebracht, Sie berührende Krisen öffentlich zu machen und damit auch Wege der Krisenbewältigung für andere aufgezeigt. Ihre Beiträge verdienen es wahrgenommen zu werden. Und nicht zuletzt kann das schriftliche Verarbeiten auch ein Beitrag zur eigenen Krisenbewältigung sein.

Ich bedanke mich bei Ihnen für Ihre fortwährende Schreiblust. Durch die schrittweise Rückkehr zur Normalität gewinnen wir alle wieder ein Stück mehr Lebensqualität zurück und schätzen die Momente der Unbeschwertheit nun noch mehr.

Bleiben Sie gesund!

Herzliche Grüße!



Dr. Detlef Schmidt
Vorstandsvorsitzender der
Kreissparkasse Böblingen

*Zu diesem Leseheft und den
anhaltenden Corona-Auswirkungen*



Liebe Autorinnen, liebe Autoren,

wir freuen uns sehr über die vielfältigen und kreativen Beiträge, die wir auch in diesem Jahr wieder erhielten. Unserer ehrenamtlichen Jury aus Chefredakteuren und Mitgliedern des Kreissenorenrats unterschiedlicher Altersstufen bereitet es jedes Jahr außerordentliches Vergnügen, Ihre Werke zu lesen – das ist immer eine Bereicherung.

Wir verstehen die Enttäuschung, wenn Sie mit viel Herzblut eine Geschichte geschrieben haben, die aber nur gekürzt oder auszugsweise erscheint. Gerne würden wir alle Beiträge komplett abdrucken, um Ihrer geschätzten Arbeit damit in maximalem Maße gerecht zu werden. Aus verschiedenen Gründen ist das leider nicht möglich. Wir erhalten oft mehrseitige Berichte, mancher Einsendende hat mehrere Beiträge. Dies alles in vollem Umfang zu

redigieren, zu setzen und zu drucken sprengt die Kapazität der überwiegend ehrenamtlich geleisteten Arbeit und auch den ohnehin schon nicht geringen Kostenrahmen.

Um in jedem Jahr einheitlich zu verfahren, ist der Kreissenorenrat dazu übergegangen, die Geschichten der Preisträger möglichst ungekürzt abzudrucken. Wir versuchen zugleich, die Arbeiten aller anderen Teilnehmer durch Zitate der prägnantesten Textteile, Betrachtungen und Eindrücke zu würdigen.

Noch ein zweiter Aspekt: Es kommt auch vor, dass mehrere Teilnehmer ähnliche Gedanken äußern, deshalb achten wir bei unserer Zusammenstellung der »Textsplitter« weitgehend darauf, Wiederholungen zu vermeiden. Wir bitten um Verständnis für dieses Vorgehen.

Corona prägt auch den diesjährigen Schreibwettbewerb. So ist es wegen der noch gültigen Einschränkungen und aus hygienetechnischen Gründen in 2021 wieder nicht möglich, alle Teilnehmende und Begleiter zur Preisverleihung einzuladen. Durch die numerische Begrenzung der Anwesenden im Sitzungssaal des Landratsamts konnten wir leider nur die Preisträgerinnen und Preisträger zur Feierstunde bitten. Vielen Dank, dass Sie dafür Verständnis gezeigt haben.

Wir alle hoffen sehr auf eine entspanntere Zeit im nächsten Jahr.

Ihr



Manfred Koebler
Vorsitzender
Kreissenorenrat Böblingen e.V.

Das Leben hat viele Herausforderungen...



... und manche Ereignisse fesseln uns länger als erwartet. Im Angesicht der Corona-Krise, aber mit Blick auf das erwartete, baldige Ende haben wir mit dem Thema »Krise – überstanden!?!« neben ihrem Erleben in der Corona-Zeit natürlich auch an andere, persönliche Krisen gedacht. Jetzt müssen wir feststellen, dass die Pandemie trotz erster Erfolge bei der Eindämmung weiterhin gegenwärtig ist und noch immer unsere volle Aufmerksamkeit fordert.

Sie, liebe Teilnehmende des KSR Schreibwettbewerbs, haben uns mit Ihren Texten als Geschichte, Gedicht oder wortgewordene Gedanken einen eindrucksvollen Einblick in Ihr Erleben der laufenden Krise gewährt.

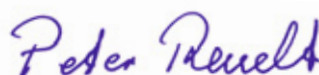
Darüber hinaus erhielten wir Geschichten zu alltäglich möglichen, persönlichen Krisen und deren Bewältigung und konnten erleben, wie die Protagonisten damit umgegangen sind. Es war wieder ein Wechselbad der Gefühle, mit Geschichten aus Gegenwart und Vergangenheit.

Sie haben es uns nicht leicht gemacht, und die Bewertung Ihrer Einsendungen hat der Jury wieder knappe Entscheidungen abverlangt. Die Unterschiede waren oft nur gering und es ist uns nicht immer leicht gefallen den Preis zu vergeben.

Im Hinblick auf die Altersstruktur freuen wir uns, weiterhin Teilnehmende jeden Alters zu finden. Allerdings sind die Seniorinnen und Senioren, zusammen mit den »Middle Agers«, dominierend geblieben. Besonders freue ich mich über einen 99-jährigen Teilnehmer, unseren »Alterspräsidenten«, der erfolgreich am Wettbewerb teilnehmen konnte.

Ungesagt darf nicht bleiben, dass ohne unsere Sponsoren und die unbürokratische Unterstützung durch unser Landratsamt die Ausschreibung und Durchführung dieses Schreibwettbewerbs nicht möglich wäre. Für diese über so viele Jahre andauernde treue Unterstützung bedanke ich mich für und im Namen des Kreissenorenrats ganz herzlich.

Ihr



Peter Renelt
Kreissenorenrat Böblingen e.V.
Projektbeauftragter Schreibwettbewerb

Teilnehmer/innen und Preisträger/innen

	<i>Teilnehmer/in Preisträger/in</i>	<i>Ort</i>	<i>Seite</i>	<i>Preisgeber/Sponsor</i>
A	Amrouch, Inge	Renningen	57	
B	Birg, Leo	Magstadt	48	
C	Clemenz, Peter	Jettingen	54	
	Czeppel, Armin	Holzgerlingen	52	
E	Eberle, Sandy	Jettingen	56	
	Eisenhut, Silvia	Böblingen	55	
F	Feltmann, Elisabeth	Böblingen	42	KREISSPARKASSE BÖBLINGEN
G	Goldbach, Silvana	Schönaich	60	
H	Hemmer, Silke	Weil der Stadt	60	
	Hertkorn-Brandt, Daria	Böblingen	61	
	Huhn, Beate	Weissach	21	KREISSPARKASSE BÖBLINGEN
J	Jens, Uwe	Böblingen	11	KREISZEITUNG BÖBLINGEN
K	Kirst, Ulrike	Renningen	23	KREISSPARKASSE BÖBLINGEN
	Kling, Helga	Böblingen	51	
	Kollmann, Ortrun	Leonberg	36	KREISSPARKASSE BÖBLINGEN
	König, Hans-Dieter	Ehningen	62	
	Krisa, Petra	Renningen	50	
	Kurtoglu, Sevilay	Herrenberg	28	KREISSPARKASSE BÖBLINGEN
L	Lenz, Elena	Deckenpronn	32	GÄUBOTE DIE HERRENBERGER ZEITUNG
M	Märtin, Anita	Gerlingen	53	
	Meder, Horst	Weil der Stadt	57	
	Meyer, Dagmar	Weil der Stadt	8	KREISSPARKASSE BÖBLINGEN
	Michel, Ingrid	Renningen	20	KREISSPARKASSE BÖBLINGEN
	Mieth, Daniela	Leonberg	46 54	KREISSPARKASSE BÖBLINGEN

	<i>Teilnehmer/in Preisträger/in</i>	<i>Ort</i>	<i>Seite</i>	<i>Preisgeber/Sponsor</i>
P	Phan, Michelle Khanh	Holzgerlingen	24	KREISSPARKASSE BÖBLINGEN
	Pich, Alfred	Leonberg	14	* SONDERPREIS KREISSENIORENRAT BB
	Pischel, Erwin	Gärtringen	62	
R	Rabe, Maria	Weil der Stadt	34	KREISSPARKASSE BÖBLINGEN
S	Schmidt, Brigitte	Ehningen	38	SINDELFINGER BÖBLINGER ZEITUNG
	Schnaible, Hans	Grafenau	40	KREISSPARKASSE BÖBLINGEN
	Schneider, Susanne	Bondorf	39	KREISSENIORENRAT BB
	Schraitle, Elizabeth	Nagold	61	
	Schultheiss, Gudrun	Rutesheim	58	
	Smuda, Alena	Rheinfeldern	18	* SONDERPREIS KREISSENIORENRAT BB
	Smuda, Sylvia	Weil am Rhein	50	
	Steinmetz, Brunhilde	Leonberg	63	
	Strauss, Renate	Leonberg	29	LEONBERGER KREISZEITUNG
	Suppanz, Werner	Leonberg	59	
	T	Track, Gertrude	Leonberg-Warmbronn	17
V	Vicente Antunes, Laura	Herrenberg	55	
W	Wendt, Detlef	Recklinghausen	44	KREISSPARKASSE BÖBLINGEN

* Die Sonderpreise wurden aus den Altersgruppen der Schüler/innen und Senior/innen gewählt.

Das Impressum finden Sie auf Seite 64.

Elternabend

von Dagmar Meyer



Der Abend war schwül. Am Horizont ballten sich dunkle Wolken zusammen, ein Gewitter zog auf.

Der Dorfplatz lag verlassen. Ich stand am Fenster meiner Wohnung im ersten Stock des Schulhauses und blickte hinab auf das Pfarrhaus gegenüber, ein niedriges Bauernhaus, das sich hinter hohen Bäumen duckte. Zur Linken lag der behäbige Gasthof, vor dem sich auch nichts rührte. Das einstöckige Schulhaus vervollständigte das Gebäudedreieck am Dorfplatz. Die linke Eingangstür führte zu den beiden Lehrerwohnungen; unten war die des Schulleiters, darüber meine, die ich als Junglehrerin gerade erst bezogen hatte. Hinter der rechten Eingangstür lagen die beiden Klassenräume; im Parterre der für Schülerinnen und Schüler der Klassen eins bis vier, darüber der Raum für die Klassen fünf bis acht. So war das damals, vor über fünfzig Jahren, vier Jahrgänge in einem Klassenzimmer.

Einundzwanzig Jahre war ich alt, als mein erster Elternabend an meiner ersten Dienststelle stattfinden sollte.

Sorgfältig hatte ich mich vorbereitet, wie ich es an der Hochschule während der Lehrerausbildung gelernt hatte. Über die Anforderungen der einzelnen Jahrgangsstufen wollte ich reden, über Termine und Prüfungen für die weiterführenden Schulen in der nächst größeren Stadt, über die Dorffeste, zum Beispiel das Vogelschießen, an denen die Schulkinder mit ihren Lehrern sich traditionsgemäß beteiligten.

Als ich die ersten Väter und Mütter dem Gasthof zustreben sah – denn wie immer würde dort in einem Nebenraum der Elternabend stattfinden –, verließ ich meinen Platz am Fenster, raffte meine bereit gelegten Papiere zusammen und ging die Treppe hinunter. Als mein Kollege und Schulleiter meine Schritte auf den knarrenden Holzstufen hörte, öffnete er seine Wohnungstür und trat heraus. Ich war erleichtert, nicht allein in den Gasthof gehen und mich den neugierigen Blicken der Eltern aussetzen zu müssen. Der Kollege war seit Jahrzehnten Teil der Dorfgemeinschaft und wurde von allen Seiten freundlich begrüßt; unauffällig dirigierte er mich zu meinem Platz.

Die ersten Eltern saßen schon beim Bier, plattdeutsche Gespräche flogen hin und her, unterbrochen von Gelächter hier und da. Die Stimmung war locker und entspannt, doch ich machte mir Sorgen.

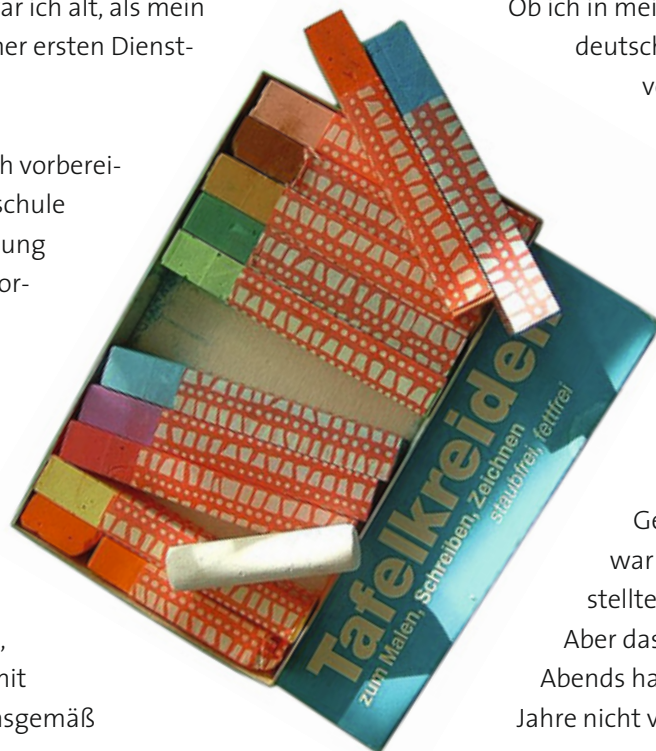
Ob ich in meiner Aufregung das Plattdeutsche überhaupt gut genug verstehen würde? Immer

mehr Leute kamen,

bald war jeder
Stuhl besetzt.

Es war warm im
Raum, jemand
machte alle Fenster
auf, was aber nicht
viel half. Aus der Ferne
konnte man das Grum-
meln des näher rückenden
Gewitters hören. Auch mir
war heiß. Was ich zu trinken be-
stellte, weiß ich heute nicht mehr.

Aber das weitere Geschehen dieses
Abends habe ich über fünfzig lange
Jahre nicht vergessen.



Als die Zeit herangekommen war, stand mein Kollege auf, begrüßte die anwesenden Eltern und stellte mich vor. Dann nickte er mir aufmunternd zu und setzte sich, während ich mich erhob.

Vor mir hatte ich einen Spickzettel, damit ich in meiner Aufregung auch ja nichts Wichtiges vergaß. Väter und Mütter schauten mich neugierig, aber wohlwollend an. Ihre Kinder hatten ihnen sicher schon einiges von der neuen Lehrerin erzählt. Ich arbeitete meinen Zettel ab, ergänzte hier und da, wenn mir noch etwas einfiel, irgendwann war ich fertig und setzte mich erleichtert hin.

Nach einer kurzen Pause, in der noch das eine oder andere Bier bestellt wurde, forderte mein Kollege die Eltern auf, Fragen zu stellen. Bald war ein munteres Gespräch im Gange, netterweise bemühten sich die Einheimischen, Hochdeutsch zu sprechen, und ein bisschen Platt verstand ich ja auch. Sie meinten es gut mit mir.

Und da geschah es. Die junge Mutter eines Erstklässlers sackte zur Seite weg. Bevor sie auf dem Boden aufschlug, hatten schon ihr Mann und andere zugegriffen und fingen sie auf. Rufe flogen hin und her.

»Arzt anrufen!«

»Den Krankenwagen!«

»Tische zusammenschieben!«

Wie vom Donner gerührt saß ich da, war erstarrt, wusste nicht, was ich tun oder lassen sollte, mein Kopf war gelähmt und leer. Über so eine Situation, ja überhaupt die Möglichkeit eines solchen Vorfalls, hatten wir an der Hochschule nichts gelernt. Im Hintergrund grollte das Gewitter immer lauter.

Man hatte die Bewusstlose auf die zusammengeschobenen Tische gehoben. Andere waren hinausgelaufen, um nach Arzt und Krankenwagen Ausschau zu halten. Bald waren Martinshörner zu hören, die schnell näher kamen.

*Nach fünfzig Jahren zurück
am ersten Schulort Hamwarde
in Schleswig-Holstein, hier
mit einer ehemaligen Schülerin.*



Wie ich zurück in meine Wohnung gekommen bin, weiß ich nicht mehr. Ich saß im Dunkeln, das Gewitter tobte über und in mir, Regenschauer klatschten an die Fenster, Donner explodierte über dem Dorfplatz.

Mir war klar: Ich hatte versagt. Ich hatte mich als Lehrerin unfähig erwiesen; denn was hatte ich getan, welche Hilfsmaßnahmen in die Wege geleitet? Nichts von alledem. Am besten wäre, ich würde meinen frisch erworbenen Beruf gleich an den Nagel hängen und etwas anderes machen. Ich könnte Bibliothekarin werden, mit dem Beruf hatte ich auch geliebäugelt. Oder doch Medizin studieren, auch das war in meiner Auswahl gewesen. Ich saß da und weinte, während draußen Regenschauer und Sturm, Blitz und Donner miteinander kämpften. Meine Welt ging unter, drinnen und draußen.

Da klopfte es an meine Wohnungstür. Ein verheultes Häufchen Elend öffnete. Mein Kollege setzte sich zu mir. »Es tut mir sehr leid, was vorhin, ausgerechnet an Ihrem ersten Elternabend, passiert ist. Aber es ist ganz gewiss nicht Ihre Schuld, das dürfen Sie



Historisches Klassenzimmer.

nicht denken. Frau Brücker war schon lange herzkrank, hat mir ihr Mann eben noch erzählt, ich habe das auch nicht gewusst. Dazu die Aufregung, die Schwüle, das Unwetter, da kam heute Abend alles zusammen. Es war nicht Ihre Schuld.«

Er schwieg, ich beruhigte mich allmählich und gewann ein bisschen Zuversicht zurück.

»Ich habe mit Herrn Brücker verabredet, dass er seinen Sohn, Hans-Friedrich, morgen früh zur gewohnten Zeit in die Schule bringt. Er wird ihm sagen, dass die Mama im Krankenhaus ist. Sie machen Ihren normalen Unterricht, Alltag ist für den Jungen das Beste, und dann sehen wir weiter.«

Ich verbrachte die schlechteste Nacht seit langem. Mich quälte die Frage, wie ich dem kleinen, stillen Jungen, er war in der ersten Klasse, gegenüber treten sollte. Ich musste unbedingt das Richtige tun und sagen.

Als ich am nächsten Morgen die Treppe herunterkam, fing mich mein Kollege ab.

»Guten Morgen, Fräulein Vollstedt. Leider muss ich Ihnen sagen, dass Frau Brücker heute Nacht verstorben ist, Herr Brücker war schon bei mir. Hans-Friedrich weiß es noch nicht, wir sollen ihm nichts sagen, das will der Vater heute Mittag tun.«

Dann stand Hans-Friedrich vor mir, blass, mit traurigen, fragenden Augen, an der Hand seines bleichen Vaters. Mir brach das Herz, doch ich musste mich zusammenreißen. Jetzt galt es zu beweisen, dass ich in der Schule doch am richtigen Platz war. Ich lächelte Hans-Friedrich freundlich an, fasste ihn um die Schultern und schob ihn sanft zu den anderen Jungen, während der Vater sich umdrehte und den Schulhof verließ. Der Schulalltag begann.

Dem ersten Elternabend folgten viele, über vierzig Jahre lang, und dem ersten Drama zahlreiche weitere während meines langen Lehrerinnendaseins: sei es die tödliche Krebserkrankung eines Schülers, der Selbstmord aus Liebeskummer eines anderen, die Schwangerschaft eines Mädchens, sexuelle Probleme nicht zu knapp, der Tod von Vater oder Mutter.

Ich habe gelernt, mit den Krisen meiner Schüler umzugehen, jede Tragödie wurde, manchmal mehr, manchmal weniger, auch zu meiner.

Wie sagte doch ein bekannter Fußballtrainer?
»Nach dem Spiel ist vor dem Spiel.« Das stimmt.
Nach der Krise ist vor der Krise. In jedem Leben.

Dagmar Meyer, Weil der Stadt

Eine kriselnde musikalische Chronik

von Uwe Jens



»Wir dürfen in unserem Alten- und Pflegeheim im Augenblick leider keine Veranstaltungen mehr durchführen. Schade, aber wegen Corona müssen wir alles absagen.«

So lautete die traurige Absage vom Leiter eines Böblinger Heimes.

Oha, das war ein unsanfter Schlag in unsere Pläne. Wo wir doch schon viele Stunden an einem wunderbaren Frühlingsprogramm probten. Wer sind wir?

Wir sind das Trio »Die ollen Kamellen«. Seit etlichen Jahren unterhalten wir in Alten- und Pflegeheimen zu vielfältigen Festlichkeiten mit eben jenen »ollen musikalischen Kamellen« aus den Fünfziger- und Sechziger-Jahren die Bewohner der bekannten Einrichtungen. Gefragt ist unsere Musik zu Mai-feiern, Sommer- und Weinfesten, Weihnachtsfeiern und auch zum Fasching.

Also, das wird nicht nur uns fehlen, auch unseren Stammgästen, die uns immer freudestrahlend erwarteten. Dabei ergaben sich für mich viele berührende Begebenheiten, die das Musizieren bei den Oldies zu einem großen Vergnügen machten.

Ich denke da an die zierliche ältere Dame, die mit ihrem Rollator zu uns kam und mit einem bezaubernden Lächeln fragte: »Können Sie heute für mich und meinen Tänzer«, schmunzelnd zeigte sie neben sich auf den rollenden Begleiter, »vielleicht einen gemütlichen langsamen Walzer spielen?« Selbstverständlich spielten wir für sie mit viel Herz »Ich tanze mit dir in den Himmel hinein«. Ich konnte ihrem versunkenen Antlitz deutlich ansehen, dass sie in Gedanken weit, weit weg war. In ihrer Vergangenheit. Vielleicht bei ihrem Hochzeitstanz?

Es hatte für mich stets etwas unglaublich Bewegendes, wenn die älteren Herrschaften mich, den



Uwe Jens mit seiner Gitarre auf Balkonien.

Sänger des Trios, mit strahlenden Augen ansahen, um dann mit voller Begeisterung zusammen mit mir den Text zu singen. Ebenso wie eine anfänglich mürrische Frau, von einer Pflegerin auf einen Platz geführt, plötzlich auftaute und die »Fischerin vom Bodensee« sang. Ton für Ton. Den Text von A bis Z. Und ich wette, den Schlager hatte sie jahrelang nicht mehr gesungen. Von der Heimleitung erfuhr ich später sogar, dass genau diese Dame ungern redete. Wohl ein Beweis, dass weit hinten im »Hirnkastel« doch noch so mancher Schlagertext lauert.

Aufgezeichnet wie vielleicht das kleine Gedicht, das die ehemals allerbeste Freundin in das seinerzeit übliche Poesie-Album schrieb. Oder war es die herzbewegende Tango-Schnulze, zu dem sie beim Abtanzball der heimlich Angebetete aufgefordert hatte.

Dem bejahrteren Herrn im Rollstuhl konnte ich förmlich ansehen, dass er bei dem Vagabundenlied »Ein kleines Lied auf allen Wegen« in Gedanken an einen lauschigen Sommerabend seine Freundin am knisternden Lagerfeuer fest im Arm hielt, ihr vielleicht den ersten Kuss gab...

Unvergessen die betagte Dame im Rollstuhl, die, als wir die Polka »Wir sind die lustigen Holzhackerbuam« spielten, flugs ihre wärmende Wolldecke zur Seite fegte, um dann – wie eben die Holzhackerbuam – im Takt mit den Händen auf ihre Knie zu klatschen. Und das unter dem tosenden Beifall der Nebensitzenden.

Vom Schunkeln und den Gesängen bei den Weinfesten oder beim Fasching gar nicht zu reden. Da blühten unsere Gäste auf wie die Rosen im Frühling. Sie hatten gute Laune und schmetterten die Karneval-Hits, als wären sie Gäste in der »Mänzer Fassenacht«-Sitzung.

Am stärksten ist mir in Erinnerung geblieben, wie ein völlig Unbeteiligter, offensichtlich schon etwas im »Café-Vergissmeinnicht« lebender, grauhaariger Senior urplötzlich seine Augen weit aufriss, mich gebannt anschaute, um mit mir zusammen beim Refrain

des Kufstein-Liedes »Kennst du die Perle Tirols« lautstark zu jodeln. Da fühlte ich wieder die ungewöhnliche Kraft der Musik und wie Fachleute sagen: »Die Musik ist Balsam für die Seele!« Bei mir kommt bei derartigen Gelegenheiten eine beträchtliche innere Dankbarkeit auf.

Ja, das sind nur ein paar nette Episoden aus den Jahren vor der Krise. Doch leider, die Alten- und Pflegeheime sind derzeit immer noch tabu für uns. Die Corona-Krise schlug eben auch hier wirklich gnadenlos zu! Alles auf Null! Es galt nur noch, Regeln und Verordnungen einzuhalten, die schlicht heißen: »A-H-A!« (Abstand – Hygiene – Alltagsmaske).

Wie schon erwähnt, auch uns, »Die ollen Kamellen« trifft es. Obwohl wir drei bis zum zweiten Lockdown sogar noch fleißig probten. »Aus Spaß an der Freud«, wie wir immer sagten. In Erwartung einer Lockerung. Doch ein Auftritt ist bisher nicht gestattet. Nicht einmal ein Treff zu Dritt, nur zum Ü-ü-ü-ben...



Langsam verstehe ich, was der Lockdown nicht nur für uns Hobby-Künstler, sondern für die große Kultur bedeutet. Man ist irgendwie seltsam verhin- dert, eingesperrt, isoliert...

Auch unser aller Leben entwickelte sich mit der Corona-Krise urplötzlich irgendwie erschreckend und ernst. So erschreckend und ernst wie damals. Damals? Wieso damals und wann?

Weit, weit zurück geht meine ganz persönliche Erinnerung. Eine wahrlich fürchterliche Krise traf unsere Familie im und nach dem Zweiten Weltkrieg. Da fällt mir immer wieder meine damals 33-jährige Mutter ein, die nach einer Totalausbombung in Ham- burg (1943) und einer Evakuierung in ein klitzekleines Dorf bei Erlangen im Frankenland mit vier kleinen Buben, die zwischen einem und sieben Jahre alt waren, diese schreckliche, erbarmungslose Notlage meistern musste. Außer einem Zimmer für uns Fünf- fen hatten wir nichts. Keine Möbel, keine Wäsche... Wir hatten nichts, es fehlte an allem. Gern gesehen waren wir auch nicht. Nach Kriegsende hieß es 1946 dann rücksichtslos: »Zurück nach Hamburg!« Nach Hamburg in eine total zerbombte Stadt? Aus der amerikanische Zone (Franken) zurück in die britische. Dort lebten wir die ersten drei Jahre unter erbärmli- chen Verhältnissen in Baracken. Ein großes Glück für uns, dass unser Vater gesund aus der Kriegsgefän- genschaft nach Hause kam.

Von dieser, meiner unglaublich tapferen Mutter, erwarb ich schon als Kind ganz bestimmt eine riesen- große Portion Urvertrauen und die beharrliche Zu- versicht in eigene Fähigkeiten und in das »Packen- wir-es-an!«. Mutter hat uns nie etwas vorgejammert, hat uns nie ihre Ängste, ihre Sorgen und ihren Kum- mer fühlen lassen. Sie hat die Dinge einfach ange- packt oder besser gesagt, anpacken müssen. So wie ihr Leben und das ihrer Kinder eben bewältigt wer- den musste.

Ich bin ganz sicher, so werden wir auch diese Corona-Krise bewältigen und als »Die ollen Kamellen« die alten Herrschaften wieder unterhalten können, ihnen helfen, Kummer und Sorgen gut gelaunt »weg- zu-singen«!

Mit großer Zuversicht den Lockdown-Koller über- winden ...

Also, Freunde, packen wir es an, schnappen wir uns Akkordeon, Bass, Gitarre und spielen die Corona- Krise mit klingenden Harmonien und Erinnerungen an schöne Zeiten, mit unseren altbekannten Schnul- zen und romantischen Kamellen einfach weg, weg, weg...

Wir knipsen die Musik für uns und unsere Gäste wieder an. Nicht so laut und polternd wie heute üblich, eher leise und verträumt, etwas Fern- und Heimweh, mit Liebe natürlich, glücklichen Gedanken und vielleicht sogar mit einem bisschen Prickeln im Bauch ...

Uwe Jens, Böblingen
Jahrgang 1935

Von Krisen nicht umwerfen lassen

von Alfred Pich



Wer fast ein Jahrhundert auf dieser Erde zugebracht und einige sowohl lebensbedrohliche Krisen wie ebenso hoffnungsvolle Epochen überstanden hat, in sehr jungen Jahren einen unseligen Krieg überlebte und trotzdem ein hohes Alter erreichen konnte, kann sich wirklich glücklich schätzen, nicht nur außerordentliches Glück, sondern auch einen Schutzengel an seiner Seite gehabt zu haben. Zudem gleichzeitig eine noch nie dagewesene positive Entwicklung, vor allem im technisch elektronischen Bereich, ebenso miterleben konnte, hat allen Grund, dem Schicksal gegenüber demütig und dankbar zu sein.

Im Jahre 1922 bin ich eingetaucht in die Welt einer dörflichen Gemeinschaft mit den damals sehr bescheidenen Lebensbedingungen, ohne Strom, ohne Wasserleitung, und dadurch erst recht ohne die heute selbstverständlichen Errungenschaften der Technik. Fast alle Wege mussten zu Fuß gemacht werden, auch für uns Schüler in die knapp 7 Kilometer entfernte Bürgerschule. Das Leben hatte den Menschen damals sehr viel abverlangt, es war nicht nur diese Einfachheit der Zeit, ohne die wunderbaren technischen Einrichtungen, die uns das Leben heute erleichtern, angenehmer machen und die man heute als ganz selbstverständlich betrachtet.

Es waren die schrecklichen Ereignisse, denen wir ausgesetzt waren, ein Krieg, der Tausenden junger Menschen das Leben gekostet hat, unser Land in einen wirtschaftlichen Zusammenbruch führte und Millionen Menschen aus der Heimat vertrieb mit der am Schluss bitteren Erkenntnis, dass alles völlig sinnlos war.

Nachdem ich diese erste schwere Krise in meinem jungen Leben überstanden hatte, war jetzt der Neuanfang, als heimatloser Vertriebener, besonders hart und beschwerlich. Nach einer Phase der Hoff-



VW-Produktion in Wolfsburg.

nungslosigkeit erwachte aber wieder Mut, Entschlossenheit zum Handeln und der Wille zur Verbesserung der augenblicklichen trostlosen Lage. Das Leben ist ja trotzdem weiter gegangen, und der Wunsch nach Gemeinsamkeit und Nähe war nach vielen entbehrungsreichen Jahren besonders stark. Ich war inzwischen verheiratet und hatte zwei Kinder.

Ein unbändiger Wille zur Verbesserung der Situation sowie eine allmähliche Erholung der Wirtschaft führte dann schließlich zum erhofften Erfolg, einer Anstellung in meinem erlernten Beruf als Kaufmann. Bedingung beim Einstellungsgespräch einer großen Markenartikel-Firma war jedoch, dahin zu gehen, wo gerade ein Verkaufsgebiet frei wird. Mein Wohnort war damals Göttingen in Niedersachsen. Dass ich Stuttgart übernehmen durfte, empfand ich als ausgesprochenen Glücksfall, und Leonberg ist dadurch für meine Familie zur liebenswerten neuen Heimat geworden. Sehr froh, dankbar, aber auch ein wenig stolz bin ich daher, auch diese, mit am Anfang vielen Entbehrungen verbundene Krise, erfolgreich überstanden zu haben.

Fast sieben Jahrzehnte durften wir eine Zeit des technischen Fortschritts, persönlicher Freiheit und

allgemeinen Wohlbefindens erleben. Von der jüngeren Generation als vollkommen selbstverständlich und normal wahrgenommen, löste diese positive Entwicklung bei uns Älteren jedoch dankbare Zufriedenheit aus. Nach einem erfüllten Berufsleben durften wir jetzt von den Annehmlichkeiten des Rentnerdaseins profitieren, Reisen unternehmen oder uns vielleicht einen schon lange gehegten Wunsch erfüllen. Nach so vielen negativen Erlebnissen im ersten Drittel unseres Leben war es ein beglückendes, beruhigendes Gefühl, mit zunehmenden Alter auch noch diese angenehme Phase unseres Daseins erfahren zu dürfen.



Neuansteckungen immer weiter gestiegen. Mit Hochdruck forschte die Heilmittelindustrie weltweit an der Herstellung eines wirksamen Gegenmittels, war inzwischen sehr erfolgreich, es steht aber noch nicht in ausreichendem Maße zur Verfügung.

Als einzige Möglichkeit, sich vor Ansteckung zu schützen, wird dringend empfohlen, Kontakte zu vermeiden, was für viele Menschen, besonders aber für uns Ältere, noch zu mehr Vereinsamung führt. Gerade Begegnungen mit der Familie, aber doch auch mit Freunden und Bekannten sind Augenblicke, die ein wenig Abwechslung und Freude in unseren oft eintönigen Alltag bringen. Daher ist unsere Generation von den natürlich richtigen Maßnahmen, besonders hart betroffen. Sehr schmerzlich vermisst man die Begegnung mit Enkeln oder Ur-Enkeln gerade an deren Geburtstagen, weil die sich noch richtig freuen, wenn Oma oder Opa zum Gratulieren – natürlich nicht mit leeren Händen – kommen, und wir Alten freuen uns fröhliche Gesichter und glückliche Kinderaugen sehen zu können.

Nun wurde die Welt Anfang des vergangenen Jahres von der Nachricht überrascht, dass in China eine neuartige Krankheit ausgebrochen sei und sich rasch ausbreite. Man nahm diese Meldung, wie so viele Nachrichten aus aller Welt, zur Kenntnis – aber China, so weit weg am anderen Ende der Welt, berührt uns das? Sehr schnell mussten jedoch auch im Gesundheitswesen beschäftigte Ärzte, Virologen, usw. erkennen, dass ein bisher nicht bekannter, winzig kleiner Virus sich über Grenzen hinweg rasend schnell ausbreitete und mangels noch nicht verfügbarem Gegenmittel offenbar nicht zu stoppen war.

Die Ansteckungswelle ist zur Pandemie geworden, die Bevölkerung, besonders aber Wirtschaft und Handel, dadurch sehr stark betroffen und die Auswirkungen verheerend. Unser Leben läuft seitdem auf Sparflamme, nur wenige Geschäfte und Apotheken sind geöffnet, aber trotzdem ist die Zahl der

Dass ich diese schwierige Zeit bisher sehr gut überstanden habe, verdanke ich auch, mit noch einigen anderen älteren Mitbewohnerinnen und Bewohnern hier in Leonberg, der Sozialstation und dem Mittagstisch, an dem ich schon seit einigen Jahren teilnehmen darf und den ich gerade jetzt besonders zu schätzen gelernt habe. Hier werden wir mit einem Mittagessen sehr gut versorgt und können somit wenigstens vorübergehend der Einsamkeit in der eigenen Wohnung entgehen.

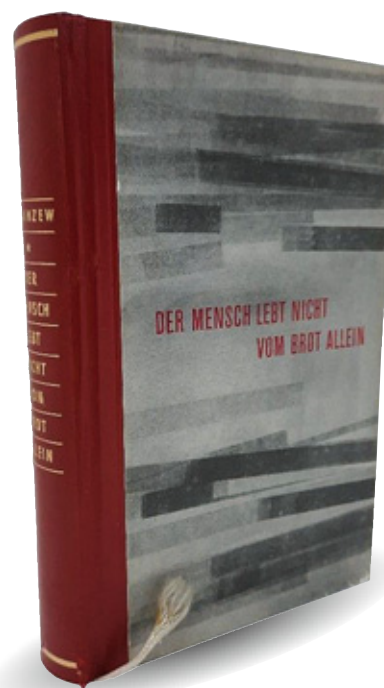
Besonders froh und dankbar sind wir für Abholung und Heimfahrt, da alle schon im fortgeschrittenen Alter und oft körperlich beeinträchtigt sind und sonst dieses Angebot nicht nutzen könnten.

Es ist für uns Teilnehmer aber nicht nur ein Ort, an dem für unser leibliches Wohl gesorgt wird, sondern eine Stätte der Begegnung mit fürsorglicher, freundlicher Betreuung, an den wir doch schon in höherem Alter befindlichen gerne kommen. Man fühlt sich nicht so allein gelassen, und es bedarf auch keiner tiefgreifenden Gespräche, schon das Zusammensein, ein freundlicher Blick, ein fröhliches »Hallo« oder ein kurzer Austausch über lokale Ereignisse genügen. Man ist, wie in einer Familie, froh, dass es allen gut geht und genießt zufrieden das gemeinsame Essen.

Nun musste im Frühjahr vergangenen Jahres, bedingt durch Corona, nach starken Ansteckungszahlen, der Mittagstisch leider für etwa drei Monate geschlossen werden. Wir bekamen jedoch »Essen auf Rädern« nach Hause geliefert, brauchten uns also um unser leibliches Wohl nicht sorgen. Aber Tag für Tag allein nur in den eigenen vier Wänden, auch wenn noch so gemütlich eingerichtet, ist nur schwer zu ertragen. Radio und Fernsehen erklären uns zwar das Weltgeschehen und bringen etwas Unterhaltung, aber Fragen zu stellen an wen auch immer wäre müßig, es gäbe keine Antwort. Bleibt noch das Telefon, aber auch da ist der Gesprächspartner weit entfernt und nur eine Stimme zu hören.

Es ist ganz einfach der persönliche Kontakt, den wir alle in dieser Zeit sehr schmerzlich vermissen. Ein großer Dichter (Dudinzew*) hat in seinem Roman geschrieben: »Der Mensch lebt nicht vom Brot allein«. Wie sehr diese Aussage seine Berechtigung hat, können alle, die jetzt in dieser Zeit der Abschottung und Isolation leben müssen, sicher bestätigen.

Inzwischen durfte der Mittagstisch zu unser aller Freude unter Corona-Bedingungen wieder geöffnet werden, und wir schätzen jetzt um so mehr, diese zwei Stunden am Tag gemeinsam verbringen zu



- * Wladimir Dmitrijewitsch Dudinzew (1918 – 1998) war ein russischer Schriftsteller. Der 1956 erschienene Roman erregte literarisches Aufsehen.

können. Leider dauert die Pandemie trotz aller Anstrengungen der Gesundheitsbehörden immer noch an. Ein Gegenmittel ist gefunden worden, und die Hoffnungen nach dieser erlösenden Nachricht sind weltweit ebenso riesig wie der Bedarf an den rettenden Ampullen. Es ist ein richtiger Schritt zur Eindämmung dieser Krankheit und somit zur Überwindung einer schrecklichen Krise.

Tragen wir alle durch unser eigenes Verhalten dazu bei, die schwere Zeit hinter uns zu lassen, damit wir und vor allem unsere Nachkommen wieder frei und ohne ständige Sorgen um die Gesundheit, das Leben weiterhin unbeschwert und mit Freude genießen können.

**Alfred Pich, Leonberg
Jahrgang 1922 (99 Jahre)**

Ist die Krise überstanden?

von Gertrude Track



Auf diese Frage zum Schreibwettbewerb die richtigen Worte zu finden ist nicht einfach, denn eine Krise kann sehr groß ausfallen, aber auch vernachlässigbar klein wirken. Für einen von einer Krise betroffenen Menschen kann sich daraus allerdings oftmals ein sehr harter Lernprozess entwickeln.

Die Bewältigung einer Krise aus eigener Kraft hilft dem Selbstwertgefühl auf die Beine und gibt uns die Kraft nie aufzugeben.

Ganz anders allerdings wird es, wenn eine Krise auftritt, die zwar von jedem einzelnen Menschen beeinflusst werden kann, aber diese einzelne Person nur ein Blatt ist am Baum der Allgemeinheit.

Nein, wir haben diese weltweite Krise noch lange nicht überstanden und werden im persönlichen Bereich noch Krisen präsentiert bekommen an die wir bis heute noch garnicht denken, dass es diese geben könnte. Nehmen wir nur einmal die Gesundheit ins Auge, denn je älter wir werden, umso anfälliger werden wir für Krisen auf diesem Gebiet.

Der Traum vom Glück

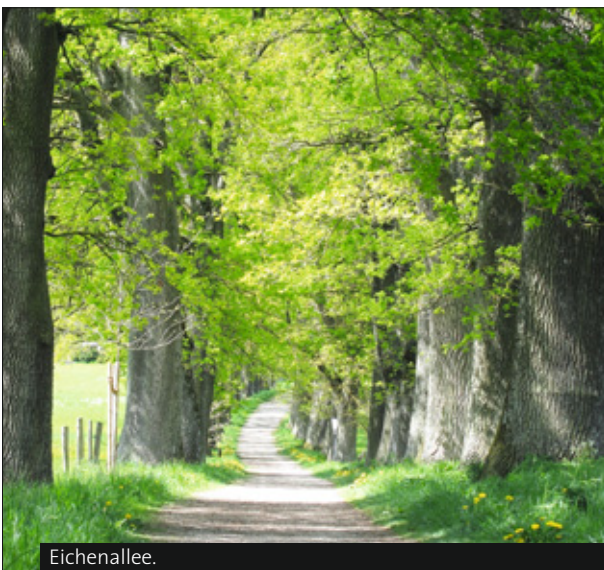
*Ein jeder sucht ein Stück vom Glück
und hofft, es bald zu finden,
beginnt sogar etwas entrückt,
den Weltschmerz zu ergründen.*

*Doch eines lässt er außer Acht,
das ist sein eigen »Ich«,
wenn ruhelos er Sprünge macht,
findet sein Glück er nicht.*

*Das Wichtigste bedenkt er kaum,
das ist Zufriedenheit,
so lang er sucht in Zeit und Raum,
macht sich das Glück nicht breit.*

*In einem selbst liegt es versteckt,
in tiefster Herzenskammer,
dass jeder das zu spät entdeckt,
ist wohl der größte Jammer.*

**Gertrude Track, Leonberg-Warmbronn
Jahrgang 1933 (88 Jahre)**



Eichenallee.

Freundschaft in der Krise?

von Alena Smuda



Die Sonne geht langsam unter. Im Haus der Familie Schuster ist so einiges los. Amelie und ihr kleiner Bruder Max sind am Packen. Sie wollen morgen mit Amelies bester Freundin Nela, deren Bruder Leo und den Eltern ans Meer fahren. Amelie freut sich schon sehr auf das Zelten.

Sie legt sich aufgeregt ins Bett und schickt eine Nachricht per Handy an Nela:

- »Hi Nela!«
- »Hallo Amelie, ich freu mich schon so auf morgen.«
- »Oh, ja, ich mich auch. Bis dann!«
- »Tschau!«

Amelie legt das Handy beiseite und schaut den Sternenhimmel an. Wie der Urlaub wohl werden wird?

Am nächsten Morgen wird Amelie sehr früh von ihren Eltern geweckt. Verschlafen steht sie auf und macht sich fertig. Draußen wartet schon Nela mit ihrer Familie. Schnell werden die Sachen ins Auto gepackt, dann verabschieden sich Amelie und Max von ihren Eltern und steigen ins Auto. Amelie setzt sich neben Nela, während Max sich gleich Leos neues Spiel zeigen lässt. Das Auto fährt aus der Einfahrt, und sie sind auf dem Weg.

Zweieinhalb Stunden fahren sie, vorbei an Feldern und Wäldern. Endlich kommen sie am Meer an. Als Erstes werden die vier Zelte ausgepackt und aufgestellt. Eines ist für Amelie und Nela, das zweite für Max und Leo. Franziska, Nelas Mutter, braucht ein eigenes Zelt, weil sie schwanger ist und unruhig schläft. Nelas Vater schläft im vierten Zelt.

Nachdem die Zelte aufgebaut sind, wird der Grill angezündet. Zwei Stunden später ziehen sich die Mädchen glücklich in ihr Zelt zurück. Nela schaltet ihr Smartphone an und schaut, ob sie Nachrichten bekommen hat. Amelie schläft schnell ein. In der

Nacht träumt sie von Ungeheuern und Monstern.

Früh am nächsten Morgen wacht sie auf. Komisch, Nela liegt nicht im Zelt neben ihr. Schnell steht Amelie auf und zieht sich an. Vor ihrem Zelt schaut sie sich suchend um. Da sieht sie einen Zettel, der am Zelt der Jungs hängt:

»Guten Morgen Amelie! Wir sind zum Bäcker gefahren. Nela ist in meinem Zelt. Wir sind gleich zurück. Franziska«

Aha, dort ist Nela also. Amelie öffnet leise den Reißverschluss von Franziskas Zelt – doch ihre Freundin ist nicht da. Unruhig geht Amelie in ihr Zelt zurück und sucht nach ihrem Handy. Komisch, es liegt nicht mehr neben ihrem Kopfkissen.

Im gleichen Augenblick hört sie das Brummen eines Motors. Sind das Fremde? Sie bekommt Angst so ganz alleine. Vorsichtig schaut sie durch einen Spalt hinaus, doch dann hört sie eine bekannte Stimme: »Amelie! Nela!«

Zum Glück ist es Franziska, die mit den Jungs vom Bäcker zurückkommt. »Schläft Nela noch?«

»Nein, die war nicht mehr in deinem Zelt, als ich geschaut habe.«

»Bestimmt ist sie zum Strand gegangen«, brummt Nelas Vater Ben, der soeben aus seinem Zelt kriecht. Er klingt genervt.

Alle beschließen zum nahen Strand zu laufen, um Nela dort zu suchen. Tatsächlich finden sie Nela sofort.

Ben nimmt sie fest am Oberarm und sagt zornig: »Du hast Mama versprochen, bei Amelie zu bleiben. Und wieso hast du Amelies Handy in der Hand?«

»Amelies Cousin Anton hat heute früh angerufen. Weil Amelie so tief schlief, habe ich das Handy genommen und bin vors Zelt gegangen. Dort habe ich Anton geantwortet. Er ist doch so klein und süß.«

»Das erklärt zwar, warum du das Handy hast. Aber warum bist du dann nicht wieder ins Zelt gegangen, sondern hierher an den Strand?«

Ben klingt richtig wütend.

»Ähm ...«

»Na, prima, mein Fräulein. Wir haben geglaubt, dass wir uns auf dich verlassen können. Damit du in Ruhe über deinen Fehler nachdenken kannst, bekommst du zuhause eine Woche Hausarrest.«

Ben lässt Nela los.

Die läuft an Amelie vorbei und zischt ihr zu:

»Daran bist nur du schuld. Du Angsthase!«

Den Rest des Tages verbringt Nela am Strand.

Amelie spielt mit Leo und Max Karten. Am Abend bittet Nela Leo, mit ihr den Schlafplatz zu tauschen. Vor lauter Enttäuschung bekommt Amelie nachts kein Auge zu.

»Du solltest dich bei Amelie entschuldigen«, fordert Franziska ihre Tochter am nächsten Morgen auf, doch diese weigert sich.

Wenig später erklären Nela's Eltern, dass sie den Ausflug abbrechen, weil sie keine Lust auf dauernde Streitereien haben. Nela bockt und spricht die ganze Heimfahrt über kein Wort mit Amelie.

Zuhause steigen Amelie und ihr Bruder aus. Amelie will sich noch von Nela verabschieden, doch die kurbelt das Fenster runter und spuckt Amelie ins Gesicht. Schnell läuft Amelie ins Haus. Dort weint sie bitterlich.

»Was war denn das?« Ihre Mutter ist ganz erschrocken.

Weinend erzählt Amelie, was geschehen ist.

Als Amelie am darauf folgenden Montag das Klassenzimmer betritt, sieht sie, dass Nela sich von ihr weggesetzt hat. Traurig setzt sich Amelie neben ein anderes Mädchen. Sie mag Emma, doch dann sagt ihr Emma, dass sie demnächst umziehen wird. Na prima, auch das noch.

Bedrückt sitzt sie in der Pause auf einer Bank.



Erleben neu entdeckt
von Ingrid Michel



Plötzlich spürt sie eine Hand auf ihrer Schulter.
Es ist nicht Emma, und auch nicht ihr Bruder Max.
Nein, es ist Nela! Wie kann das sein?

Nela schaut Amelie freundlich an und
flüstert: »Entschuldigung. Ich habe Mist gebaut.
Lass uns wieder Freunde sein.«

Amelie zögert. Soll alles so schnell wieder in
Ordnung sein? Nein! Oder vielleicht doch? Langsam
steht sie auf und schaut Nela lange in die Augen.

Nun wartet Nela nicht länger und legt ihre Arme
um Amelie. Beide weinen. Ein Kreis von Kindern bil-
det sich um sie. Luca aus der 4c tritt vor und schreit:

»Schaut mal, die beiden Heulsusen haben sich
wieder gefunden!« Nela wirft ihm einen giftigen
Blick zu, und er verstummt.

Am Nachmittag geht Amelie mit zu Nela nach
Hause, doch als sie klingeln, macht niemand auf.
Nela holt den Ersatzschlüssel aus dem hohlen Baum-
stamm im Garten und schließt auf. Auf dem Boden
im Eingangsbereich liegt ein Zettel: *Wir sind im
Krankenhaus*. Während sie noch überlegen, was sie
jetzt tun sollen, klingelt Nelas Handy. Es ist Franziska.

»Mama? Was ist los?«

»Mein Schatz, du hast ein Schwesterchen
bekommen.«

»Super! Wie heißt sie?«

»Wir nennen sie Lotta Mara, so wie du vorge-
schlagen hast.«

»Au prima. Ich komme dich gleich mit Amelie
besuchen, ja?«

»Da freue ich mich aber sehr, dass ihr euch
wieder vertragt. Bis später. Tschüss.«

»Tschüss, Mama.

Alena Smuda, Rheinfelden
Jahrgang 2010 (11 Jahre)

Das Wort CORONA, ich könnte schwören,
möchte eigentlich kein Mensch mehr hören.

Wir alle fielen in eine tiefe Krise.
Frage ist nur, wie bewältigen wir diese?

Wie machen wir uns aus diesem tiefen Loch frei?
Parties, Feste, Treffen mit Familie und Freunden,
alles, alles vorbei.

Selbst das Shoppen wird uns verwehrt.
Irgend etwas läuft doch da verkehrt.

Doch um zu jammern und etwas Besseres
zu erwarten, habe ich, wie früher,
Freude am Treiben in unserem Garten.

Hier treffen sich Meisen, Rotkehlchen, Amseln
und eine Spatzenschar.
Sie zu beobachten ist wunderbar.

Da vergisst man zeitweise Corona und Alter.
Heute sah ich sogar den erste Zitronenfalter.
Bienen und Hummeln sind auch schon auf den Blüten.
Und die Vögel fangen an zu brüten.

Die Natur erwacht, man muss es nur sehen.
Zum Glück gibt es keinen Lockdown beim Spazieren-
gehen.

Ich vergesse Corona und die Pandemie.
So sehr genossen habe ich den Frühling noch nie!

Wehmütig denke ich immerzu:
Abstandhalten und Mundschutz ist in der Tierwelt
tabu!

Ingrid Michel, Renningen
Jahrgang 1948

Der Ruhestand

von Beate Huhn



Ölkrise, Klimakrise, Wirtschaftskrise, Flüchtlingskrise, Coronakrise... Unzählige Krisen beschäftigen die Menschheit seit Jahren, Jahrzehnten, ja prägen die Geschichte der Menschheit überhaupt.

Auch der einzelne Mensch sieht sich im Laufe seines Lebens mit verschiedenen Krisen konfrontiert: wenn die Schulleistungen nicht so sind, wie sie sein sollten und die Versetzung gefährdet ist; wenn die erste Liebe die Zuneigung nicht erwidert und sich einem anderem zuwendet; wenn die berufliche Karriere nicht wie geplant verläuft; wenn man sich beim Hausbau finanziell übernommen hat und eisern sparen muss; wenn in der Partnerschaft Routine, Langeweile und Gleichgültigkeit einkehren, wenn die Kinder aus dem Haus gehen usw., usw.

All diese Krisen hat Karl gemeistert und begibt sich nun in den, wie man allgemein hin sagt, wohlverdienten Ruhestand, ohne zu ahnen, dass ihm die vielleicht größte Krise seines Lebens noch bevorsteht.

Der Wecker klingelt. Karl schreckt hoch, ist gleich hell wach und will die Füße aus dem Bett schwingen, als ihm einfällt, dass er ja nicht mehr zur Arbeit muss. Mit einem zufriedenen Seufzer lässt er sich wieder in die Kissen fallen und schließt die Augen. Ein Rütteln an der Schulter lässt ihn erneut wach werden. Vor seinem Bett steht Helga: »Hey, du Schlafmütze, jetzt wird es aber Zeit. Es ist schon mitten am Vormittag.« Sie zieht den Rollladen hoch, und die Sonne scheint Karl mitten ins Gesicht. Langsam steht er auf, zieht sich seinen Bademantel über und schlurft in die Küche, wo der Frühstückstisch noch gedeckt ist. Er gießt sich Kaffee aus der Thermoskanne ein, macht sich ein Käsebrod und greift nach der Zeitung. Helga ist zum Einkaufen gegangen. Als sie zurück kommt ist er immer noch mit der Zeitungslektüre beschäftigt. »Das gibt es nicht«, meckert Helga, »Du bist ja

immer noch nicht angezogen.« Etwas verlegen erhebt sich Karl und verschwindet schnell im Bad. »Wolltest du nicht das Gartenhäuschen streichen?«, fragt Helga bissig beim Mittagessen. »Mmh«, druckst Karl, »heute langt die Zeit nicht mehr. Morgen fange ich dann gleich früh damit an.«

Den Nachmittag vertrödelt Karl, indem er im Garten hie und da ein bisschen Unkraut zupft, dann wieder in seinem Arbeitszimmer nach irgendwelchen Papieren sucht oder sich in der Küche einen Kaffee macht und erneut die Zeitung zur Hand nimmt. Helga ist, wie meistens nachmittags, unterwegs.

In der Nacht kann Karl lange nicht einschlafen, während Helga schon bald, rechtschaffen müde von ihren vielen Aktivitäten, leise vor sich hin schnarcht. Am nächsten Morgen ist Karl wie zerschlagen, dreht sich, als Helga ihn weckt, auf die andere Seite und schläft nochmals ein bis zum späten Vormittag. Der Tag verläuft wie der vorangegangene. »Aber morgen streiche ich dann das Gartenhäuschen«, verspricht Karl beim Abendessen. Und tatsächlich steht er am Morgen beim ersten Wecker klingeln auf und sucht schon vor dem Frühstück die Maler-Utensilien zusammen. Doch beim Blick aus dem Fenster wird sein Elan jäh gebremst: Es regnet in Strömen. »Egal«, denkt Karl, »ich habe ja noch genug andere Dinge zu tun.«

Denn wie alle, die den bevorstehenden Ruhestand planen, hat Karl sich viel vorgenommen. Er will endlich die Garage aufräumen, damit das Auto wieder dort geparkt werden kann, will das ganze Gerümpel, das sich im Keller angesammelt hat, entsorgen und in seinem Arbeitszimmer Papiere, Unterlagen, Fotos sichten, ordnen oder aussortieren. Also wo anfangen? Karl entschließt sich für den Keller und steigt voller Tatendrang die Kellertreppe hinunter.

Aber herrje! Welch chaotischen Anblick bietet der große Kellerraum. All die Dinge, die man im Laufe der Jahre ausrangiert hat, von denen man sich aber noch nicht endgültig trennen wollte, haben sich hier angesammelt. Spielzeug der Kinder, die alten Küchensühle, verstaubte Kartons mit kompletten Jahrgängen verschiedener Zeitschriften, die defekte Kaffeemaschine, angeschlagenes Geschirr, das man für einen Polterabend aufheben wollte, eine Lampe usw. stehen in heilloser Unordnung herum oder stapeln sich in mehreren Regalen. Er hebt einige der herumliegenden Gegenstände auf, stellt sie ins Regal, wo noch Platz ist, und verlässt entmutigt den Kellerraum. In seinem Arbeitszimmer sieht es nicht anders aus. Aktenordner, Fachbücher, Fotoalben stehen ungeordnet in den Regalen. Auf dem Schreibtisch stapeln sich Zeitschriften, Prospekte, Briefe. Karl lässt sich auf seinen Schreibtischstuhl fallen, greift nach einer Schachtel mit noch unsortierten Fotos und verliert sich in Erinnerungen an die letzten Urlaube.

So vergehen die Tage, Wochen und Monate. Täglich kramt und räumt Karl ein wenig im Keller, in seinem Arbeitszimmer und in der Garage herum und langsam kehrt überall Ordnung ein. Auch das Gartenhäuschen ist irgendwann gestrichen. Doch die Freude und Zufriedenheit über das Geleistete, wie Karl es von der Arbeit her kannte, stellt sich nicht ein. Zwar lobt ihn Helga ab und zu (pflichtschuldig), aber das Gefühl, etwas bewirkt zu haben, wichtig zu sein, fehlt ihm. Karl fühlt sich zunehmend nutzlos. Helga ist beschäftigt mit dem Haushalt, ihren zahlreichen Ehrenämtern, ihren Freundinnen, und braucht ihn eigentlich nicht. Die Kinder und Enkel haben ihren Alltag gut organisiert und benötigen auch keine Unterstützung. Karl wird immer trübsinniger. Es fällt ihm immer schwerer, sich zu irgendeiner Tätigkeit

aufzuraffen und manche Tage verbringt er, nur vor sich hin dösend, auf dem Sofa.

Da stößt er eines Morgens in der Zeitung auf die Todesanzeige eines ehemaligen Kollegen, der noch nach ihm in den Ruhestand gegangen war. Natürlich geht Karl zu der Beerdigung, wo er noch einige andere frühere Mitarbeiter trifft. Er stimmt in das allgemeine Bedauern mit ein, dass der so früh Verstorbene nun nicht den lang ersehnten Ruhestand genießen kann. Er selbst gibt sich als der glückliche, zufriedene, vor Unternehmungslust berstende Rentner, der sich über jeden Tag ohne Arbeit freut. Insgeheim aber denkt er, dass der Verstorbene eigentlich nicht so viel verpasst hat. Gleichzeitig schämt er sich für diesen Gedanken. Warum bin ich nur so unzufrieden, fragt sich Karl. Er weiß, er ist zu sehr geprägt von dem Anspruch, etwas leisten und Erfolg haben zu müssen. Ich muss los lassen, mich entspannen, ein Buch lesen, einfach nur, weil es spannend ist, mich freuen, dass die Sonne scheint und ich im Garten sitzen und dem Vogelgezwitscher zuhören kann... »Ja, hättest Du denn noch Kapazitäten frei?«, unterbricht plötzlich die Stimme eines Kollegen seinen Gedankengang. »Ich bräuchte noch jemanden, der zweimal pro Woche für je zwei Stunden in der hiesigen Grundschule die Flüchtlingskinder bei den Hausaufgaben beaufsichtigt.« Karl tut so, als ob er überlegen müsste, stimmt dann aber rasch zu.

Nun hat er auch ein Ehrenamt. Das Zusammensein mit den Kindern aus fremden Kulturen macht ihm viel Spaß und gibt ihm Mut, Kraft und Zuversicht auch die übrigen Tage so zu gestalten, wie er es sich vorgenommen hat – entspannt, ohne den Gedanken etwas leisten oder Erfolg haben zu müssen.

Ob ihm das auf Dauer gelingt?

Beate Huhn, Weissach, Jahrgang 1954

Ach, Sie sind ja doch zuhause

von Ulrike Kirst



Er saß jetzt immer öfter in seinem Lieblingssessel im Wohnzimmer in der Dunkelheit und starrte ins Leere. Nur die Weihnachtsbeleuchtung der Straße erhellte ein wenig das Zimmer. Vor einem halben Jahr war sein Freund Edwin verstorben. Herzinfarkt. Aus, vorbei. Er hatte sich nicht einmal von ihm verabschieden können. Er und Edwin hatten sich wöchentlich auf ein Bier getroffen und zusammen Schach gespielt. Edwin war ein hervorragender Spieler gewesen. Er vermisste ihn sehr. Das Schachbrett hatte er im hintersten Fach seines Wohnzimmerschranks weggeschlossen, zu schmerzlich war die Erinnerung.

Er war 81 Jahre alt und hatte ein langes und erfülltes Leben hinter sich. Die kleine 2-Zimmer-Wohnung im 3. Stock des Wohnblocks hatte einen Balkon mit Blick auf die Hauptstraße. Der Verkehrslärm störte ihn nicht mehr. Der Balkon mit der relativ niedrigen Brüstung war vielleicht ein Fingerzeig von oben, eine Hilfestellung, falls das Leben zu beschwerlich wurde. Nicht, dass er gläubig gewesen wäre. Er war der Überzeugung, dass jeder Mensch das Recht hat, sein Leben zu beenden, wenn er es für richtig erachtet.

Die Tage flossen träge dahin, verschwammen im Rückblick in seiner Erinnerung. Entgegen seiner Gewohnheiten war er nachlässig geworden: Das ungeputzte Geschirr stapelte sich in der Küche, rasiert hatte er sich schon seit Tagen nicht mehr – wozu auch – und sein Jogginganzug, den er täglich trug, hatte auch schon bessere Zeiten gesehen. Es kam selten jemand zu Besuch. Sein einziger Sohn lebte mit Frau und Enkelkind seit vielen Jahren in der Nähe von Vancouver. Das letzte Mal hatten sie sich vor zwei Jahren gesehen. Und Freundschaften waren zu Bruch gegangen, als seine Frau und er sich vor vielen Jahren getrennt hatten. Andere Bekannte waren weggezogen. Es gab noch eine Kusine in Norddeutschland, mit der er ab und zu telefonierte.

Die Vorstandsarbeit im Schachclub machten jetzt jüngere. Seit seiner Gehbehinderung war es ihm nicht mehr möglich, an den monatlichen Treffen teilzunehmen. Ein Auto konnte er sich von seiner Rente nicht leisten und den Weg zur Bushaltestelle machten die vielen Treppen dorthin unmöglich. Manchmal brachte ihm die Nachbarin von gegenüber etwas vom Supermarkt mit. So musste er nur einmal in der Woche aus dem Haus, um das Nötigste im Tante-Emma-Laden um die Ecke einzukaufen.

Plötzlich klingelte es an der Tür. Es war ein hartnäckiges Klingeln. Zunächst hatte er es nicht beachtet, aber es hörte nicht auf. Er fluchte innerlich, quälte sich aus seinem Sessel und ging langsam zur Tür. »Was zum Teufel« »Ach, Sie sind ja doch zu Hause, Herr M.« Ein junges Gesicht lächelte ihn freundlich an. »Wir verteilen in der Woche vor Weihnachten an unsere älteren Mitbürger ein kleines Geschenk, um ein wenig Weihnachtsfreude zu verbreiten.«

Die junge Frau hielt ihm die Papiertüte hin, aus der ein weihnachtlich dekoriertes Tannenzweig hervorlugte. »In der Tüte finden Sie auch unsere Telefonnummer und Ansprechpartner, falls Sie Hilfe brauchen.« »Ich brauche keine Hilfe, junge Frau!« Er nahm das Geschenk widerstrebend entgegen. Sie ließ sich nicht irritieren. »Ab Januar gibt es einmal im Monat ein offenes Treffen für Jung und Alt im Gemeinschaftsraum/Block B mit Kaffee und Kuchen. Sie sind herzlich eingeladen. Wir holen Sie gerne ab. Ach ja, und frohe Weihnachten!« Und weg war sie.

Er schloss die Tür, setzte sich – immer noch im Dunkeln – in seinen Sessel. Er war perplex. Er hielt den Abschnitt mit der Telefonnummer in den Händen. Vielleicht war dies ein Weg langsam ins Leben zurückzufinden?

Ulrike Kirst, Renningen, Jahrgang 1960

Not macht kreativ

von Michelle Khanh Phan



Meine Mutter singt Karaoke. Vielleicht sollte ich das nochmal wiederholen: Meine Mutter singt Karaoke. Jeden Tag. Tag ein, Tag aus.

Eigentlich sollte ich mich nicht beschweren. Es geht uns gut, trotz Corona. Aber: Meine Mutter singt Karaoke. Und das ist der Haken – vor allem, weil es meine Idee gewesen ist.

Naja, erstmal zum Anfang: Wir schreiben das Jahr 2020. Und was verbindet man mit dem Jahr 2020? Richtig – Corona. Das Virus ist in aller Munde. Harter Lockdown, Kontaktbeschränkung, Ausgangssperre.

Es hat auch den Alltag meiner Familie umgestellt: Mein kleiner Bruder erhält Homeschooling (durch meinen Vater, der Lehrer ist), ich habe glücklicherweise ein Semester echtes Uni-Leben genießen können, bevor ich nun mit der digitalen Lehre zurechtkommen muss (und insbesondere mit dem furchtbar laaang-samen Internet!!!).

Und meine Mama? Sie hat es am meisten getroffen, denn als leidenschaftliche Friseurmeisterin nicht mehr Haare schneiden zu dürfen, ist wie, wenn ein Koch nicht mehr kochen darf oder wenn eine Sängerin nicht mehr singen darf.

Welche Haare mussten also als Ersatz her? Unsere. Und so wollte Mama die Haare unserer Familie fast täglich schneiden, fand stets Kleinigkeiten in unseren Frisuren, die sie verbessern wollte, bis unsere Haare so kurz gewesen waren, dass es fast nichts mehr zu schneiden gab.

Da begann es: diese tiefe Depression meiner Mutter, ihr leerer Blick, der sich nach draußen richtete, aber nichts wirklich erkannte, die Lustlosigkeit beim Erledigen des Haushalts, diese Lethargie. Mein Bruder und ich versuchten, alle Komödien, die wir zu Hause



besaßen, mit ihr anzuschauen, doch die Freude währte nur kurz, und die Trauer kam zurück. Mama, unsere Eine-Frau-Show, hatte uns früher, bei jedem Abendessen, eine Menge

witziger Anekdoten aus ihrem

Friseurladen zum Besten gegeben. Papa musste ihr immer den Vortritt gewähren. Jetzt erzählte mein Vater konkurrenzlos von seinen Schülern, und selbst wenn ich diese Geschichten schon tausend Mal gehört hatte, lachte ich diese Male noch lauter, um Mama zumindest zu einem Lächeln zu bewegen. Ich sah, wie sich ihr Mundwinkel leicht an hob und ihre Lachfalte am linken Auge fast zu erkennen war, bevor wieder diese Trauer überhandnahm.

Mama, unsere Lerche, die mich Morgenmuffel stets mit meinem Bruder aus dem Bett zerren musste, wollte an manchen Tagen gar nicht aufstehen. Mein Bruder musste seinen ganzen Niedlichkeits-Bonus einsetzen, um sie aus dem Bett zu kriegen. Mama, die immer Wert auf ihr Aussehen legte und sich nie ungeschminkt blicken ließ, hörte sogar mit dem Schminken auf, sodass mich mein kleiner Bruder einmal ängstlich am Ärmel zupfte und fragte: »Du, ist die Mama eigentlich krank?«, worauf ich antwortete: »Nein, nein, sie ist nur ungeschminkt.« (Und auch ungepflegt, wenn man ganz ehrlich war.)

Papa meinte, man müsse ihr Zeit lassen. Dass alles bald wieder besser werde. Dass sie bald wieder wie früher werde. »Wir werden es schon schaffen«, versicherte er augenzwinkernd. Aber wann war denn dieses »bald«? Wann erhielt ich wieder meine alte Mama zurück?

Es war schwierig, meinem Bruder erklären zu müssen, weshalb Mama unglücklich war. »Warum ist Mama so traurig?«, fragte er mich jeden Morgen, wenn er in mein Bett kroch, um mich aufzuwecken (der zuverlässigste Wecker überhaupt). Und so wirklich verstand er meine Erklärungen nicht, bis ich endlich den richtigen Vergleich fand: »Stell dir vor, jemand würde dir deinen Teddy wegnehmen und dir nicht mehr erlauben, mit ihm zu spielen. Dieser Jemand sagt dir, dass du bald wieder mit ihm spielen darfst, aber er sagt nicht genau, wann.« Mein kleiner Bruder drückte seinen Teddy noch fester an seine Brust und blickte nachdenklich an die Decke. »Aber ... Sie sagt doch immer, dass wir ihr so eine Freude bereiten. Dass sie glücklich ist, einfach wenn sie uns nur... sieht.« Darauf wusste ich nicht sofort eine Antwort. Und ich hatte, ehrlich gesagt, noch gar nicht darüber nachgedacht.

»Weißt du, wir machen sie ja glücklich. Hoffe ich zumindest. Aber momentan nimmt einfach die Trauer darüber überhand, dass sie nicht mehr ihren Beruf ausüben darf. Der Beruf ist auch ein wichtiger Bestandteil des Lebens, verstehst du? Aber natürlich ist der Beruf für Mama nicht so wichtig wie wir und deswegen bin ich mir ganz sicher, dass Mama bald wieder die Alte sein wird.« Ich versuchte, so viel Optimismus in meine Stimme zu legen wie möglich.

Wahrscheinlich war es dieser Gedanke meines Bruders, der mir diese Not zu spüren gab. Der dazu führte, dass mir jedes Mal, wenn ich die traurigen Augen meiner Mutter sah, die Frage in den Sinn kam: »Sind wir dir eigentlich nicht genug?« Ich hasste diesen Gedanken dermaßen, ich wollte ihn nicht mehr denken.

Ich merkte, es musste schnell eine Lösung her. Und wie sagt Papa immer so schön: Not macht kreativ.



Heimische Karaoke-Anlage.

Meine wunderbare Kreativität brachte mich dazu, Mama davon zu überzeugen, Karaoke zu singen. Denn eine Zeit lang, als ich noch klein war, hatte sie Schlager gesungen und ihre Lieder aufgenommen, bis das Aufnahmegerät kaputt gegangen war und mein Bruder auf die Welt kam, sodass bis heute das Mikrofon und der Verstärker im Keller in einem Karton verstaut (und verstaubt) lagen.

Mit viel Überzeugungsarbeit brachte ich meine Mama also dazu, wieder zu singen. Ich lud eine Anwendung herunter, mit der sie ihre Lieder aufnehmen konnte, brachte ihr *YouTube* näher (wo sie die Karaoke-Lieder fand) und baute ihr kleines »Studio« im Wohnzimmer auf. Ich bemerkte, wie ihre Augen langsam wieder zu leuchten begannen und klopfte mir gedanklich eine Million Mal auf die Schulter. Gut gemacht. Gut gemacht. Ich erntete dazu noch anerkennende Blicke von Papa und bekam endlich wieder Geschichten von Mama am Esstisch zu hören (teilweise von früher, teilweise ganz neue vom Einkauf im Supermarkt).

Vor allem schlug ich damit zwei Fliegen mit einer Klappe, denn jetzt hatten wir endlich ein »Gegenmittel« gegen unseren Nachbarn, der jedes Wochenende dröhnende Rockmusik hörte, so laut, dass ich fast schon den Text verstand. Nimm das, Nachbar!

Naja, aber wie die nächsten Tage zeigten, waren unsere Türen im Haus nicht so dicht, wie ich dachte. Bei geschlossener Tür ein Stockwerk höher war es trotz Kopfhörern so, als stünde Mama singend im selben Zimmer.

Und so vermischte sich die Rechnungswesenvorlesung über Forderungen und Verbindlichkeiten mit dem atemlos über sieben Brücken fahrenden Zug nach Nirgendwohin, der sich ein bisschen Frieden wünscht. Auch mein kleiner Bruder, »homegeschoolt« von Papa, konnte im Nebenzimmer nicht wirklich in Ruhe lernen, ebenso wenig wie Papa im Keller in seinem Büro arbeiten oder im Wohnzimmer fernsehen konnte. »Ich höre gar nicht mehr den Film, sondern nur noch immer und überall eure Mutter!«, beklagte er sich bei mir. Jap, diese Stimme, immer und überall. Die mich auch in meinen Schlaf verfolgte und so einen starken Nachhall hinterließ, dass ich bei Totenstille aus dem Schlaf aufschreckte und dachte, meine Mutter würde um vier Uhr morgens singen.



Bild aus »früheren Zeiten«: Karaokebar.

Meine Mutter singt gut. Wirklich. Sie hat eine tolle Stimme. Aber wenn man jeden Tag von früh bis spät diese eine Stimme hört, dann bleibt einem nur noch »diese Stimme!« in Erinnerung.

Sie ließ uns, wann immer wir Zeit hatten, ihre Lieder anhören und wartete auf unser Feedback. Am Anfang hatte ich sie sogar überschwänglich gelobt, um sie noch mehr zum Singen zu motivieren. Aber jetzt ist meine Kritik sachlich und kurz, ganz im Gegensatz zu der von meinem Bruder, wenn wir am Esstisch sitzen: »Boah, das hast du ja total toll gesungen, Mama! Viel besser als Helene Fischer!«

Papa sieht man deutlich an, dass er kurz über seinem Essen erstarrt, bevor nickend zustimmt (eine etwas widerwillige Zustimmung, wenn ich recht sehe).

Leider sind meiner Beine zu kurz, um meinen Bruder unter dem Esstisch leicht zu treten, damit er aufhört, Mama so überschwänglich zu loben. Daher werfe ich ihm einen strengen Blick zu, den er aber nicht versteht. Oh, wenn Blicke kleine Brüder stumm schalten könnten.

Mein Plan, dass meine Mutter nur einige (!) Tage singen würde, um wieder Freude zu empfinden (schließlich macht doch alles irgendwann nicht mehr so viel Spaß und man will eine Pause einlegen, oder?), war also in die Hose gegangen. Wir alle hatten sie unterschätzt.

Das »Studio« musste weg aus dem Wohnzimmer. Es musste also wieder eine Lösung her.

Wie bereits gesagt: Not macht kreativ. Und so gab es nur zwei Lösungsmöglichkeiten: Entweder baute Mama ihr »Studio« im Keller auf, direkt neben dem Büro von Papa, oder im freien Raum neben meinem Zimmer. Einer musste also den Kürzeren ziehen. Und diejenige war leider ich, denn unglücklicherweise gewann Papa bei Schere, Stein, Papier zwei von drei Runden gegen mich und bekam damit auch die Stille,

während ich »diese Stimme!« erhielt. Er streckte seine Hände erleichtert in die Luft, ließ einen Jubelschrei von sich (fast schon so laut, als Mario Götze 2014 das Tor gegen Argentinien schoss) und umarmte stürmisch meinen Bruder, der nicht verstand, worum es hier eigentlich ging, aber sich einfach mit meinem Vater freute, mitjubelte und im Büro von Papa umherhüpfte.

»Was macht ihr drei denn hier?«, fragte Mama, die kurz ihr »Studio« verlassen hatte.

»Wir haben Schere, Stein, Papier gespielt«, berichtete mein Bruder freudig.

»Und darüber freut sich euer Papa so sehr?« Jap, wenn du nur wüsstest, worum es hier geht, Mama. Ich blickte hilfeschend zu Papa, der zum ersten Mal seit langem sprachlos war.

»Ich glaube, Tim hat das neue Lied von gestern noch nicht gehört, Mama«, versuchte ich sie abzulenken (man sieht: Not macht kreativ), »vielleicht kannst du es ihm ja jetzt zeigen.«

»Oh ja, kann ich gerne machen. Ich hole schnell den MP3-Player.«

»Ich komme mit dir, Mama!« War es nur gespielte Freude oder freute sich mein Bruder wirklich über das neue Lied? Sollte es Ersteres gewesen sein, war es eine oscarreife Leistung.

Also zog Mamas »Studio« ein Stockwerk höher. Wir erklärten ihr, dass es im Wohnzimmer etwas zu laut war für meinen Bruder, um zu lernen (nicht mal gelogen, wenn auch leider nur die halbe Wahrheit), und dass es daher besser wäre, wenn sie in einem geschlossenen Zimmer singen würde.

Und so wurden wir zwei Zimmernachbarinnen und ich bekam den ganzen Lärm, äh, Entschuldigung, ich meinte die Musik und den Gesang ab.

Irgendwie findet meine Mama stets einen Makel an ihren aufgenommenen Liedern, um diese noch-

mal singen »zu müssen«: Mal war da ein falsch gesungener Text, dort ein schiefer Ton oder hier ein anderer Takt (und so weiter und sofort), sodass das aufgenommene Lied gelöscht und neu aufgenommen wurde, dann wieder gelöscht und wieder aufgenommen wurde... ein endloser Prozess.

Und so geht es uns in der Krise jeden Tag: Lockdown, Homeschooling, Online-Studium, Home-Office, und Mama singt Karaoke (meine persönliche Krise).

Ich wünsche mir, dass Corona schnell (aber wirklich schnell) bald vorbei ist, dass unser alltägliches Leben wieder wie früher ist und damit ich – aus egoistischer Sichtweise – wieder meine Ruhe beim Lernen habe, wenn Mama wieder arbeiten darf. Aber was, wenn sie nach der Arbeit singt? Oh, Scheibengleister. Was habe ich mir da nur eingebrockt?

Seit Stunden sitze ich schon vor meinem Laptop und warte darauf, dass das Video meines Profs (sogar mit Untertiteln! Als wüsstest meine Profs, dass meine Mama im Nebenzimmer Karaoke singt) vollständig lädt. Wie durch ein Wunder läuft es an, als meine Mutter im Nebenzimmer beginnt zu singen.

Verdammt, ich lieb' dich. Ich lieb' dich nicht... Klasse, davor hatte ich meine Ruhe, aber kein Video, jetzt habe ich das Video, aber keine Ruhe.

Es klopft. Mein Papa betritt mein Zimmer, in der Hand den Gehörschutz aus seinem Bohrmaschinen-Set. »*Verdammt, ich lieb' dich...*«, hallt herüber über die Wand.

Papa setzt mir den Gehörschutz auf meine Ohren und – Stille. Endlich Stille.

»Danke, Papa!« Ich stehe auf und umarme ihn so stark, dass er kaum Luft kriegt. Naja, was soll ich sagen? Not macht kreativ.

**Michelle Khanh Phan, Holzgerlingen
Jahrgang 2000**

Schmerzliches Erwachen

von Sevilay Kurtoglu



Es begann alles mit einer kleinen Notiz, wo mit einer krakeligen Schrift draufstand: »Sorry! Ich kann nicht mehr. Das ist mir alles zu viel!« Diese Notiz fand ich auf dem Esszimmertisch, als ich für unseren fünften Hochzeitstag den Tisch decken wollte. Davor war ich noch ganz glücklich einkaufen und hatte dann meine zweijährige Tochter zu meinen Eltern gebracht, um mit meinem Mann einen ungestörten Abend verbringen zu können. Ich hatte schöne Überraschungen vorbereitet und für ihn seine Lieblingsgerichte gekocht. Ich musste nur noch den Tisch decken und mich umziehen, dann war ich bereit.

Doch als ich die Tageszeitung wegräumen wollte, entdeckte ich den kleinen, weißen Zettel am Rande des Tisches. Der Stift lag oben drauf. »Ach, wie süß!«, dachte ich mir mit der Hoffnung, dass mein Mann mir ein paar romantische Worte hinterlassen hat, bevor er zur Arbeit ging. Doch als ich den Zettel in die Hand nahm und das erste Wort sah, stand ich erst mal wie erstarrt da. Was war denn das? Was hatte das zu bedeuten? Ich verstand es nicht. Ich dachte an die letzten Tage, Wochen und Monate. Hatte ich etwas verpasst? Wir waren doch eine glückliche, kleine Familie. Wir stritten uns nicht, verbrachten die freie Zeit stets mit unserer Tochter und planten sogar eine Weltreise mit unserem Wohnmobil.

»Das muss ein Missverständnis sein!«, redete ich mir ein und griff nach meinem Handy. Mein Mann hatte sein Handy immer für Notfälle bei sich. Warum ging er nicht ran? Ich kontrollierte die Nummer und rief immer wieder an, bis die Mailbox sich meldete. Da merkte ich erst, dass mein ganzer Körper zitterte. Ich ging im Wohnzimmer auf und ab und wusste nicht, was ich tun sollte. Hatte ich die Nachricht richtig verstanden? Hatte mein Mann mich aus dem Nichts verlassen? In meinem Kopf drehten sich tausend Fragen ohne Antworten. Warum? Warum? Als

es dann irgendwann an der Türe klingelte, rannte ich wie mit einer Rakete geschossen an die Tür und riss sie auf, mit der Hoffnung, meinen Mann dort stehen zu sehen. Aber er war es nicht. Meine beste Freundin stand völlig schockiert an der Tür. »Ich weiß Bescheid! Dieser Mistkerl hat es in den sozialen Medien verbreitet!« Sie zeigte mir alles, was sie gesehen hatte. Auf den Bildern sah ich ihn mit einer fremden Frau eng umschlungen, und seine Augen leuchteten vor Freude. Ich wusste nicht mehr, was ich empfinden sollte. Hass? Mitleid? Zorn? Oder sollte ich einfach nur froh darüber sein, so einen egoistischen Nichtsnutz losgeworden zu sein?

Die ganze Nacht durch heulte ich mich bei meiner Freundin aus und überlegte, wie es nun weitergehen sollte. Wie würde ich nun die Schulden des Hauses abbezahlen? Wie könnte ich meiner Tochter die Situation erklären? Meine Freundin stärkte mich in jeder Hinsicht und gab mir Kraft, an mich selbst zu glauben. Ich würde das schaffen!

Als Erstes verkaufte ich das Haus und zog mit meiner Tochter in eine Wohnung. Meine Tochter wunderte sich über die Veränderung und fragte oft nach ihrem Papa, aber dieser meldete sich überhaupt nicht mehr bei uns. So vergaß sie nach einiger Zeit ihren Vater und gewöhnte sich an das neue Leben zu zweit.

Seit drei Jahren bin ich nun eine geschiedene Frau und eine alleinerziehende Mutter. Ich hatte mich nach dieser Nacht schnell wieder gesammelt, denn ich musste nicht nur für mich, sondern vor allem für meine Tochter stark sein. Die Scheidung ging schnell über den Tisch, und ich fing wieder an zu arbeiten.

Ich kehrte langsam, aber sicher in die Normalität zurück – ohne einen Mann an meiner Seite.

**Sevilay Kurtoglu, Herrenberg
Jahrgang 1985**

Ein Jahr danach – Licht am Ende des Tunnels?

von Renate Strauss



Ein Jahr danach und immer noch mittendrin

Es ist Anfang April 2021, über ein Jahr mit Corona, dieser Pandemie, die unser Leben verändert hat. Ein wunderschöner Frühlingstag, der sich fast so anfühlt wie früher. Heute stehen nämlich zwei Außer-Haus-Termine in meinem Kalender! Ein Kontroll-Termin beim Hautarzt, bei dem natürlich die Corona-Bedingungen (Warten mit viel Abstand vor der Praxis, Mundschutz, Hände desinfizieren, einzeln im Wartezimmer) nicht vergessen lassen, in welchen Zeiten wir leben. Und abends eine Veranstaltung im Rathaus mit Leuten, die ich seit Monaten nicht mehr gesehen habe! Zwar wie derzeit üblich als Hybrid-sitzung, bei der die Hälfte nur verzerrt auf dem Bildschirm zu sehen ist und Redebeiträge über das Mikrophon höchste Konzentration verlangen, wenn man sie verstehen will. Aber die andere Hälfte sitzt wie ich nach negativem Antigentest lebendig im Saal, wenn auch mit großem Abstand und mit Mundschutz. Und danach darf ich nach der Sperrstunde nach Hause gehen, ohne mich als Joggerin oder Hundeführerin ausweisen zu müssen!

So ein Tag gilt schon als Highlight im derzeitigen eintönigen Corona-Alltag mit reduziertem Zeitplan: Spät aufstehen, ausführliches Frühstück mit Zeitunglesen, Handychecken und Telefonieren, Spazierengehen und/oder Einkaufen, Kochen und Essen, lesen und abends in TV-Talkshows die neuesten Corona-Erkenntnisse anhören, die von mehr oder weniger den gleichen Leuten in immer neuen Variationen wortreich vorgetragen werden. Die Rollen sind gut verteilt: Neben den Fachleuten aus Virologie, Epidemiologie, Immunologie, Intensivmedizin und ähnlichen Bereichen sitzt jemand aus Politik, dem Ethikrat oder den von den Einschränkungen besonders betroffenen Gruppen oder Berufssparten. Ein breites

Spektrum von Meinungen hilft bei der eigenen Meinungsbildung nur bedingt. Zwar wissen alle nach einem Jahr mehr über das geheimnisvolle Virus, aber über dessen Bekämpfung oder den Umgang damit herrschen nach wie vor unterschiedliche Ansichten. Und die reichen von Alles-dicht-machen über Abstand, Vorsicht und Regeln-einhalten bis hin zu Ignorieren, Leugnen oder gar haarsträubenden Verschwörungsmythen.

Der unglaubliche Beginn

Februar 2020: Alles wie immer: Der Terminkalender ist voll, Gymnastikkurse, Vereinstreffen, Museums- und Galeriebesuche, Vorträge, Konzerte und Theater, Spaziergänge und Besuche füllen die Tage. Manchmal wird mir alles zu viel, und ich nehme mir vor, endlich das eine oder andere Ehrenamt abzugeben und mich auf das zu konzentrieren, was mir wichtig ist. Das Gefühl, in einem Schnellzug zu sitzen und der Zeit davon zu rasen, wird zunehmend lästig. Abbremsen ist angesagt.

Die Vollbremsung, die uns alle im März getroffen hat, lag allerdings völlig außerhalb jeder Vorstellung. Sicher, wir hören und sehen täglich, welche Katastrophen Menschen erleiden müssen. Aber nach 75 Jahren Frieden hielten wir unser gutes Leben hier für selbstverständlich. Unvorstellbar, dieser plötzliche Stillstand. Eine unbekannte Bedrohung, die zu Maßnahmen führte, die sich fast anfühlten wie Krieg ohne Waffen. Leere Straßen, kaum noch Menschen unterwegs, bald sogar leere Regale in den Läden. Statt neuer Terminanfragen gab es nur noch Absagen. Davon betroffen waren nicht nur eigene Veranstaltungen, sondern auch fast alles, an dem ich teilnehmen wollte – meine Gymnastikkurse, das gesamte Freizeit- und Kulturprogramm. Alles abgesagt.

Stattdessen Weiterbildung in Sachen Virus und Diskussionen über Sinn und Unsinn von Maßnahmen. Zum Entrümpeln und Schöner-Wohnen-Aktionen hat die Terminleere bei mir nicht geführt, eher zu einer Lethargie. Immerhin habe ich täglich lange Spaziergänge zu zweit oder allein gemacht und dabei Gegenden in der Umgebung kennengelernt, die ich noch nie gesehen hatte. Und mit den zunehmenden Online-Angeboten habe ich wie viele andere auch die Möglichkeiten (aber auch die Grenzen!) der modernen Medien besser kennen gelernt.

Viele haben's schwerer

Wir Rentner hatten und haben es verhältnismäßig gut, weil wir unser Geld auch ohne zu arbeiten bekommen und daran gewöhnt sind, unsere Zeit selbst einzuteilen. Wir sind nicht so auf soziale Kontakte angewiesen wie die Jungen. Ruhe und Selbstbeschäftigung fallen uns nicht so schwer.

Da gibt's viele, denen es schlechter geht, auch wenn es viele Hilfen gibt. Mir machen die Auswirkungen Angst, die bei aller berechtigten Diskussion um die Gesundheitsgefährdung vor allem anfangs nicht genug bedacht werden: Die wirtschaftliche und soziale Not derer, die wegen Kurzarbeit oder sogar Arbeitsverbot nicht mehr genug zum Leben haben, die im Homeoffice oder in der Isolation seelisch verkümmern, die mit Klein- oder Schulkinderbetreuung in oft engen Wohnverhältnissen überfordert sind. Ich kann die Reaktion mancher Politiker verstehen, die aus lauter Sorge am liebsten alle einsperren würden, bis die Gefahr vorüber ist, ärgere mich aber trotzdem über manche Regelungen, die ich nicht nachvollziehen kann. Beispielsweise die Schließung von Kinderspielplätzen. Wo sollen die Kinder sich denn austoben, wenn sie keinen Garten haben? Oder

die Verbote trotz umfassender Hygienekonzepte und guter Kontrolle: Sport im Freien, Besuche von Kinos, Konzerten oder Restaurants und vieles andere. Es erschließt sich mir auch nicht, weshalb die Besuche Einzelner in kleinen Läden gefährlicher sein sollen als der Einkauf vieler in Supermärkten, die schnell ihr Angebot erweitert haben. Auch Politiker haben ihre Zweifel, was das Hin und Her der Vorschriften zeigt.

Ich habe Angst vor der Zukunft: Wie viele Läden, wie viele kleine Betriebe werden aufgeben? Wie viele Kinder und Jugendliche werden diese für sie endlos lange Zeit nicht ohne Schäden überstehen? Wie viele Menschen kommen in finanzielle Not? Wie viele halten das gefühlte Eingesperrt sein nicht aus und reagieren mit häuslicher Gewalt? Wie viele gehen sich zunehmend auf die Nerven bei so wenig Abwechslung und Anregung von außen?

Anderswo ist es schlimmer

Meine Enkelin Hanna in Australien zeigt, dass es auch in hochzivilisierten Staaten anders als bei uns zugeht: Ihr Freund, der eine gut bezahlte Stelle als Restaurantleiter hatte, ist wie alle KollegInnen von heute auf morgen entlassen worden, ohne einen Cent. Hanna ist in Kurzarbeit mit entsprechender Gehaltskürzung und ohne Kurzarbeitergeld, das es nur für Australier gibt, obwohl die beiden gleiche Verträge und Abgaben wie ihre Kollegen haben. Ihre hohe Miete und alle Lebenshaltungskosten laufen natürlich weiter. Nicht-Australiern wurde empfohlen, in die Heimat zurück zu kehren, was wegen des monatelangen Lockdowns in Victoria gar nicht möglich war. Alles, was die Zeit in Australien so schön gemacht hat – viel Arbeit, aber gutes Geld und schönes Leben mit Freunden, viel Kurzurlaub und Ausgehen etc. war vorbei. Monatelang war nur begrenzter Aufenthalt im Freien zur Arbeit (so vorhanden) und

zum Einkaufen (in nur ganz wenigen Läden) und etwas Bewegung im Freien erlaubt. Nach fast vier Jahren haben die beiden sich zur Rückkehr in die Heimat Ende 2020 entschlossen.

Noch viel schlimmer geht es Menschen in Ländern, in denen viele in Armut leben, in engen Wohnverhältnissen, ohne soziale Absicherung und ohne ein gutes Gesundheitssystem. Wir jammern über die fehlenden kulturellen und sportlichen Angebote, die verbotenen Treffen, den erschwerten Einkauf und den entgangenen Urlaub. Dabei können wir uns doch draußen bewegen, Spaziergänge genießen, uns mit einem lieben Menschen treffen und Kontakte halten. Außer Telefonieren lernen auch wir Älteren den Umgang mit Smartphone und Videokonferenzen. Für mich ist es allerdings ein kläglicher Ersatz für das Treffen mit Menschen von Angesicht zu Angesicht.

Wie immer machen Krisenzeiten Schwachpunkte sichtbar. Was waren wir doch stolz auf unser Organisationstalent, die perfekte Bürokratie, auf unser vielfältiges Schulangebot und unsere vorbildliche Firmenstruktur. Und was stellt sich heraus? Defizite, wohin man schaut: Bei der Digitalisierung haben wir viel Nachholbedarf und der Aufbau von Homeoffice-Plätzen läuft zäh, Online-Unterricht ist auch nach Monaten nur für einen Teil möglich, die Einsparungen im Gesundheitswesen rächen sich, und das gelobte föderalistische Ländersystem erweist sich als Bremsklotz bei der Umsetzung schneller Maßnahmen und sorgt für Verwirrung.



Licht am Ende des Tunnels

Das Pandemie-Jahr hat Vieles ans Licht gebracht, was wir davor zwar gewusst, aber verdrängt haben. Mir kam es so vor, als ob die Erde zurückschlägt und uns dieses riesige Umweltprojekt und Entschleunigungsprogramm aufs Auge drückt, damit wir über unseren Lebensstil nachdenken und etwas ändern. Ich hoffe, dass davon nach der Krise etwas bleibt!

Das erste und hoffentlich letzte V-Jahr haben wir überstanden. So habe ich es genannt, weil die V-Wörter allgegenwärtig waren: V wie Virus, Virologen, Verordnungen, Vorsicht, Veränderungen, Verbote, Verzicht, Verdross, Vermeidung, Verlorenheit, Verunsicherung, Vereinsamung.

Ich wünsche uns allen, dass spätestens zum Sommerende nach Erreichen der erforderlichen Impfquote das Z-Jahr beginnt: mit Zuversicht, Zutrauen, Zuwendung und Zurückerobern von all dem, was wir so vermissen. Vor allem das Zusammenkommen, Zusammenhalt, -treffen, -sitzen und -stehen.

Denn wie sagt Martin Buber: »Alles wirkliche Leben ist Begegnung.«

**Renate Strauss, Leonberg
Jahrgang 1945**

Wende dein Gesicht der Sonne zu

von Elena Lenz



Das tiefe Loch hat mich wieder rein gesaugt. Ich falle runter, tiefer und tiefer. Jeder neue Tag ist eine Qual, die Handlungen immer schwerer und die Spannung unerträglich. Die normale Routine fällt mir schwer, eine ganze Last ist auf meinen Schultern und in meiner Seele.

Aufstehen – die Beine sind wie aus Blei, tragen mich langsam durch die Gegend, bis ich Frühstück vorbereiten muss. In der Küche fällt mir alles schwer: wie viele Teller, Messer, Becher, was kommt auf den Tisch zuerst und in welcher Reihenfolge? Und dann das Abräumen... und Kinder fertig machen für den Kindergarten. Welche Kleider? Und wenn sie zurückkommen, der Matsch auf ihren Kleidern und die Angst, dass das Auto schmutzig wird, und ich es nicht reinigen kann. Gedanken wie ein Karussell, und Handlungen wie in Zeitlupe...

Die Zubereitung des Mittagessens bereitet mir Kummer, da ich alle Zutaten wie Fleisch oder Gemüse säubern muss, und beim Fleisch, vor allem, kommt der Ekel, glitschiges Material, das zwischen meinen Fingern flutscht und geschnitten werden muss. Der Schmutz überhaupt ist ein Leitmotiv in dieser Phase meines Lebens. Mein Körper fühlt sich schmutzig an, die Kleider stören mich, beziehungsweise ihr Material, das zu kratzig oder fusselig ist. Ich wünschte mir, ich könnte den ganzen Tag im Bett liegen oder über dem Boden schweben, so dass ich mit nichts in Berührung kommen muss...

Und dann dieses Haus! Wie ich mir gewünscht hatte, hier einzuziehen! Das Licht des Sonnenuntergangs auf die rote Wand reflektiert, als wir das Haus besichtigt haben, gab mir ein Gefühl der Romantik und führte mich in ein Leben voller Sonnenuntergänge und kuscheliger Momente. Nun, im Winter ist alles kalt und kahl. Das alte Haus hält mich gefangen, sogar in meiner eigenen Realität, und ich komme

nicht mehr raus, obwohl ich mich so sehr danach sehne. Der Kinderwagen könnte draußen schmutzig werden, dann der Boden im Keller, und der weiße Schnee verwandelt sich nur in bräunliche Matsche, die überall Spuren hinterlässt. Also doch drinnen bleiben und die Zeit totschiagen. Noch eine Stunde und dann ist Abendessen, dann kommt mein Mann nach Hause und kann die Kinder übernehmen.

Die vielen Zimmer sind leer, so wie mein Geist und meine Seele. Wir halten uns meistens entweder in der Küche oder im Esszimmer auf, und auch dort heizen wir. Die Kälte durchdringt die anderen Räume und macht sie nicht gerade wohnlich. Eine Freundin sagt, bei uns sieht sie »geschleckt« aus, und ich denke, ich sehe Staubpartikel überall und muss unbedingt etwas dagegen unternehmen.

Da kommt der super Wasserfilter-Staubsauger ins Spiel. Das ist mein neuer Gefährte, und nach dem Staubsaugen fühle ich mich wie neugeboren. Zwar sehe ich immer noch rosarote oder glitzernde Staubpartikel in der Luft, aber die werden weniger...

Mein Alltag in der Depression. Irgendwo in der Filder-Klinik in der Vergangenheit fand ich ein Buch über Krise als Chance. So wie ich mich jetzt erinnere, war die Etymologie des Wortes mit entscheidender Wendung verbunden, und ich verstand nicht richtig, was das mit meiner depressiven Phase zu tun haben sollte.

Heute bin ich meiner Krankheit dankbar. Dankbar dafür, dass sie mir beigebracht hat, dass »it could always be worse«, wie die Iren sagen, dass es immer schlechter sein könnte. Dankbar dafür, dass wir jeden Moment genießen und schätzen sollen. Dankbar dafür, dass ich heute unterscheiden kann, was traurig und was emotionslos bedeutet. In der Depression hat man keine Gefühle. Man ist nicht traurig, wie



viele sagen. Man kann fast nicht mal weinen. Man ist leer. Wie kann man sich denn dabei fühlen, nach langer Zeit Kinderwunsch, gefühllos gegenüber dem eigenen Baby zu sein? Erstarrt, eiskalt, emotionslos... das Baby ist winzig, und alle empfinden es als ein Geschenk Gottes, nur du hältst es in den Armen und spürst nichts. Absolute Leere...

Wenn ein neues Wesen in dein Leben kommt, ändert sich alles. Bei gesunden wie bei ungesunden Menschen. Nur dass bei ungesunden das Baby als Störfaktor gesehen werden kann, das eine weitere Herausforderung ist, zusätzlich zu der Krankheit. Sein Geschrei, ein Zeichen von Nahrungsmangel oder Hygienemangel oder einfach die fehlende liebevolle Zuwendung stört die wenige »Harmonie« der Leere, holt dich zurück in das Jetzt, als ob du plötzlich ins kalte Wasser springen musst und nicht schwimmen kannst. Wie kann es sein, dass ein Wesen, das in dir neun Monate wuchs, dich kalt lässt? Wie kann es sein, dass sein Geschrei nur unerträglich ist, und auch wenn du versuchst, es zu stillen, nichts dabei fühlst, sondern nur denkst, dass das kein Ende haben wird?

Ich stehe jeden Tag früh auf, bereite einwandfrei das Frühstück, räume ab, mache den Tisch fertig für Homeschooling. Denn seit einem Jahr sind wir im Ausnahmezustand, dank Corona. Eine neue Krise, die von außen kommt und unser Leben durchdringt. Jetzt, über zehn Jahre nach meiner inneren Krise, bin ich mit einer äußeren Krise konfrontiert. Das, was Normalität war, ist passé. Eine neue »Normalität«

kriecht herein, mit anderen Herausforderungen. Kontaktreduzierung, Maske tragen, eventuell sich dagegen impfen lassen. Und überall Fragen. Warum passiert das jetzt, und wie soll ich das interpretieren?

Es ist ein Jahr her, dass das Virus kam und unser Leben neue Wege einschlagen ließ. Mir kommt es vor, dass die Zeit stehen geblieben ist und doch rasant vorbeigeht. Jedes Treffen wurde mit mehr Aufmerksamkeit erlebt, jedes Lächeln mit mehr Liebe wahrgenommen und auf meiner Geburtstagsparty während der Lockerungen leidenschaftlicher getanzt und gesungen als je zuvor. Die Familie erlebt man heute enger, reizvoller und herausfordernder als sonst.

Ich bin dankbar, dass wir gesund sind und nicht »positiv«. Seltsam, wie die Bedeutung eines solchen Wortes sich ändern kann. Plötzlich wünscht man sich »negativ« zu sein. Die Menschen jammerten früher und heute immer noch auf hohem Niveau. Von außen betrachtet, fehlt uns nichts. Aber die Freiheit schon! Krise gleicht einer entscheidenden Wendung also.

Das erinnert mich wieder an einen afrikanischen Spruch: »Wende dein Gesicht der Sonne zu, dann fallen die Schatten hinter dich«. Es ist eine Sache der Perspektive, was ich entscheide. Gehe ich mit dem Licht oder bleibe ich in der Dunkelheit?

Meine innere Krise hat mich tatsächlich stärker gemacht, und die aktuelle Krise lässt mich irgendwie stagnieren. Ich habe dennoch Ressourcen um weiterzumachen, entdecke sie jeden Tag neu. Tief in meinem Inneren spüre ich etwas Wundervolles kommen, ein Geschenk von oben, vom Himmel...

Elena Lenz, Deckenfronn
Jahrgang 1980

Ich brauche einen Plan

von Maria Rabe



Waldemar stand früh auf. Es war erst 7:30 Uhr. In den letzten Wochen hatte er es manchmal erst am Nachmittag geschafft, aus dem Bett zu kommen, keinesfalls aber vor 11 Uhr. Er wunderte sich über sich selbst. Wo war die lähmende Unentschlossenheit der letzten Wochen, ja Monate geblieben, die ihn so gequält und aus der er sich einfach nicht befreien konnte? Na egal, jedenfalls schien die Sonne, es würde wohl ein schöner Tag zu werden.

Er gähnte erst mal ausgiebig, reckte und streckte sich und verspürte auf einmal einen mächtigen Appetit auf einen guten, starken Kaffee und ein richtig leckeres Frühstück. Beschwingt tänzelte er ins Bad, stellte sich unter die Dusche und ließ das warme Wasser auf sich runter prasseln. Nach seiner ausgiebigen Morgentoilette begab er sich in die Küche und schüttelte den Kopf über das dort herrschende Chaos. Offenbar hatte er schon seit Wochen kein Geschirr mehr gespült. Keine einzige saubere Tasse war mehr im Schrank und auch nur wenige Teller. Wie es aussah, hatte er sich in den letzten Wochen hauptsächlich von Kaffee und Brötchen ernährt. Die Pfannen und Töpfe standen alle sauber im Schrank. Oh Mann, ich muss wochenlang total weggetreten sein, dachte er bei sich und suchte sich aus dem Sammelsurium der schmutzigen Tassen seine Lieblingstasse mit dem Oldtimer drauf aus, spülte sie gründlich mit viel heißem Wasser und Spüli aus und stellte sie unter seine Nespressomaschine. Dabei fiel ihm auf, dass die Maschine mal gründlich geputzt werden musste. Das war ja richtig eklig. Seine Laune verschlechterte sich zusehends. Meine Güte, jetzt musste er erst die blöde Maschine saubermachen, bevor er sich einen Kaffee machen konnte. Seufzend suchte er ein sauberes Schwammtuch, von denen es einige in seiner Schublade gab (anscheinend hatte er in den letzten Wochen kein einziges benutzt) und machte sich an

die Arbeit. Nach einer halben Stunde war das Gerät endlich wieder schön sauber, und er konnte sich seinen Kaffee machen. Als er sich Milch einschenkte, flockte sie total aus. So ein Schiet. Er schaute aufs Haltbarkeitsdatum. War schon seit einer Woche drüber. Was tun? Ohne Milch konnte er den Kaffee nicht trinken. Also jetzt hieß es systematisch vorgehen. Er musste auf jeden Fall erst mal frische Milch besorgen. Außerdem hatte er Hunger. Im Kühlschrank fand er eine ranzige Butter, ein paar lappige Radieschen, die Kalbsleberwurst warf er auch lieber weg. Einzig der Käse war wohl noch genießbar. Im Brotkasten lag noch ein harter Brotkanten, das wars. Na ja, das hieß ja wohl, erst mal einkaufen gehen. Am liebsten hätte er sich in ein gemütliches Café gesetzt, einen leckeren Cappuccino getrunken und sich ausgiebig am Frühstücksbuffet bedient. Das ging ja nun leider nicht. Dank Corona waren die Cafés geschlossen. Also suchte er sich einen Kugelschreiber und ein Stück Papier und machte erst mal einen Einkaufszettel.

Zum Glück war der Supermarkt nicht weit, und er kaufte leckere frische Brötchen, Milch, Butter, Käse, Hinterschinken, ein paar Tomaten, frische Bioeier, geräuchertes Forellenfilet, wobei ihm schon das Wasser im Mund zusammenlief vor Vorfreude auf sein leckeres Frühstück.

Zu Hause angekommen schüttete er erst mal den kalten Kaffee weg und spülte seine Lieblingstasse nochmal. Zu einem leckeren Frühstück gehört auch ein schön gedeckter Tisch, dachte er sich und holte eine Leinentischdecke, ein Erbstück seiner Mutter, aus dem Schrank. Im Wohnzimmer starrte er entsetzt auf seinen Esstisch. Was hatte sich da bloß für Gerümpel angesammelt. Bücher, Zeitschriften, zu erledigendes Schriftzeugs, ein angebissener Apfel, noch zwei benutzte Kaffeetassen, ein paar Schüssel-



Üppiges Frühstück am Morgen.

chen mit angetrockneten Resten, wahrscheinlich hatte er ein paar Mal Müsli gegessen. Beim Anblick dieses Chaos fiel es ihm wie Schuppen von den Augen. In den letzten Monaten war er offensichtlich in eine veritable Depression gerutscht und hatte es in seiner geistigen Umnachtung gar nicht richtig registriert. Er blickte sich in seiner Wohnung um und sah mit Schrecken, dass er seine Wohnung richtig verwahrlosten hatte lassen. O nein, wie soll ich es bloß schaffen, das wieder in Ordnung zu bekommen. Die Versuchung war groß, sich einfach wieder ins Bett zu legen und die Decke über die Ohren zu ziehen – einfach das Chaos ausblenden. Aber irgendwie ging es nicht. Er fühlte sich zwar bereits erschöpft bei dem Gedanken, wieviel zu tun war, um seine Wohnung wieder in einen Wohlfühlzustand zu bringen, aber dennoch regte sich eine leise Zuversicht, dass es doch wohl zu schaffen sein müsste.

Also holte er erstmal seinen großen Wäschekorb, legte die Bücher, Zeitungen und Schriftstücke unsortiert rein, brachte das schmutzige Geschirr in die Küche, entsorgte den angebissenen Apfel, wischte den Tisch ab, breitete die Tischdecke darauf aus, deckte den Tisch, stellte auch noch den Kerzenleuchter dazu, und ärgerte sich, dass er keine Blumen gekauft hatte, damit es so richtig schön werde. Dann ging er in die Küche, kochte ein Ei, richtete Käse, Lachs, Schinken, Tomaten auf einer Platte an, legte die Brötchen in ein Körbchen an und brachte alles ins Wohnzimmer. Zum Schluss machte er sich noch einen starken Kaffee mit viel Milch, zündete die Kerze an, legte eine CD von Vivaldi ein und setzte sich an den Tisch, um langsam und genussvoll sein Frühstück zu verspeisen.

Offenbar hatten auch seine Geschmacksnerven in den letzten Wochen versagt. Er konnte sich nicht mehr daran erinnern, wann ihm zum letzten Mal etwas so

gut geschmeckt hatte. Aber jetzt freute er sich über seinen schön gedeckten Tisch, den Kaffee, die duftenden Brötchen, das wachsweiche Ei, die knallroten Cocktailtomaten, die Sonne, die ins Zimmer schien, die belebende Musik. Ach, wie war das Leben doch schön. Und das Chaos werde ich schon irgendwie in den Griff kriegen, dachte Waldemar und nahm einen kräftigen Schluck Kaffee. Ich brauch auf jeden Fall einen Plan, oder doch nicht? In der Vergangenheit hatte er immer wieder versucht, mit Hilfe von Soll-Listen und Tagesplänen sein Leben in den Griff zu kriegen. Denn es war nicht seine erste Depression in.

Letztlich hatte die ganze Planerei aber meist dazu geführt, dass die Freude abhanden kam und die Laune in den Keller fiel, sobald er den Plan nicht hundertprozentig erfüllte. Dann brauchte er Menschen um sich rum, und er war eigentlich jeden Tag auf Achse gewesen, mit seinen Kumpels etwas unternommen und sei es bloß auf ein Bierchen in der Kneipe gewesen. Das war ja in den letzten Monaten ganz weggefallen und somit auch das wichtigste Korrektiv für seine latente Depression. Also werde ich jetzt lernen, nicht ganz ohne Plan auszukommen, mich aber nicht mehr davon drangsalieren lassen, sondern vorrangig das tun, was mir Freude macht. Als Rentner kann ich das ja ohne weiteres. Also im Moment würde es mir Freude machen, draußen zu sein und die Sonne zu genießen.

Waldemar räumte schnell den Tisch ab, stellte die Reste in den Kühlschrank, spülte sein benutztes Geschirr, sah über das Chaos einfach hinweg, ging hinaus, ließ sich von der Sonne bescheinen, vom Wind streicheln, sah die Schönheit in der Natur und war einfach glücklich.

**Maria Rabe, Weil der Stadt
Jahrgang 1952**

Ein Brief ist angekommen
von Ortrun Kollmann



Ein Briefkasten im Garten hinter dem Haus? Da kann man doch keine Post erwarten, und noch dazu bei einem Reihenhaushaus. Der Postbote müsste durch das Haus gehen und dazu vorher klingeln. Und doch – man glaubt es kaum – liegen eines Tages zwei kleine bunt bemalte Briefchen darin. Und danach kamen gleich noch weitere hinzu. Welch eine Freude, Post zu bekommen! Ich sehe schon von weitem den kleinen roten Zeiger hochgestellt, »flag« nennt man das bei den amerikanischen Postkästen, der mir wie ein Fähnchen entgegen winkt. Ich ahne es schon, meine Zwillinge – meine beiden kleinen zehnjährigen Enkelkinder – haben mir geschrieben! Der kurze Weg, ein Geheimgang durchs Gebüsch, konnte es leicht ermöglichen, denn sie wohnen auf der Gartenseite mir genau gegenüber.

Was war das früher ein fröhliches Hin- und Herhuschen, oft überraschend, gern der Oma einen Schreck einjagend, oder nur zum Plaudern oder etwas zum Naschen zu erhaschen. Aber jetzt gibt es strenge Abstandsregeln, Begegnungen sogar nur mit Maske, kein Umarmen mehr. Wie freute ich mich, wenn die Kinder an mir hoch sprangen, mir etwas ins Ohr flüsterten und wir miteinander spielten oder gemeinsam die Nase in ein spannendes Buch steckten. Es gibt nun keine Gute-Nacht-Geschichte, kein Tuscheln oder Kuschneln mehr. Ich vermisse meine Zwillinge. Von weitem winken wir uns hin und wieder zu und bringen damit zum Ausdruck, dass es uns gut geht. Jedoch bietet sich auf diese Weise keine Möglichkeit für einen herzlichen Gedankenaustausch. Aber wir könnten uns doch kleine Briefchen schreiben!

Ich erinnere mich, dass meine liebe Patentante früher sehr weit weg wohnte. Aber der Kontakt war eng und herzlich. Während der Kriegs- und Nachkriegszeit versorgte sie mich in Ost-Berlin mit vielen

Päckchen, und meine Mutter achtete darauf, dass ich mich immer mit einem schön geschriebenen, ringsum verzierten Brief bedanke. Alle kleinen und großen Ereignisse teilte ich ihr ausführlich mit, versehen mit Zeichnungen unserer Hühner, Ansicht meines Kinderzimmers mit Puppenstube sowie Aquarium und Kakteensammlung, auch meine neue Frisur oder mein selbst genähtes Kleid waren mir wichtig mitzuteilen, genauso wie alle Zeugnisnoten und Schulfeste nicht fehlen durften. Ich ahnte nicht, dass sie all meine Briefe sammelte, begonnen schon mit meinen ersten Babykritzeleien, die meine Mutter ihr schickte. Erst als ich zu meiner Hochzeit eine dicke Mappe überreicht bekam, konnte ich nur staunen. Jetzt verfüge ich über einen Fundus, nämlich quasi einem Tagebuch meiner Kindheit und Jugendzeit, und erfahre Dinge, die ich längst vergessen habe oder an die ich mich überhaupt nicht mehr erinnern kann, vor allem mit genauem Datum, Ort und Namen.

Auf diese Weise erfuhr ich auch den Titel meines liebsten – mit großem Bedauern mir entfallenen – Klavierstücks eines russischen Komponisten, weil ich davon berichtete, dass ich es auf einem Schulfest auf der Bühne vorgespielt habe. Dadurch war es mir möglich, in den Besitz der Noten zu gelangen.

Welch ein Reichtum bedeuten uns heutzutage die vielen erhaltenen Briefwechsel von Schriftstellern, Poeten, Künstlern oder Wissenschaftlern früherer Generationen. Durch sie und durch den Einblick in ihre Gedankenwelt werden uns verschlüsselte Texte besser verständlich. Auch sind durch manche Streichungen und Überschreibungen ihr Grübeln, Ringen um Wortfindungen und die dadurch erkennbaren Gedankengänge nachvollziehbar und für uns erhalten geblieben.

Schon als Kind habe ich gern Briefe geschrieben, meist versehen mit Verzierungen, Malereien, Zeich-



nungen, Karikaturen oder Kaligraphien. Aus Spaß eignete ich mir im Alter von acht Jahren sogar die alte Sütterlinschrift an, mit der ich auch in diesem Alter eine Zeit lang meine Briefe an meine Patentante schrieb. Und da ich sie noch immer etwas beherrsche, kann ich die inzwischen aufgetauchten Texte, Biografien und Lebensgeschichten meiner Vorfahren in dieser alten Schrift entziffern und »übersetzen«. Das bedeutet für die Geschichte unserer Familie nicht nur Klärung, sondern auch eine interessante Bereicherung. Bewundernswert ist dabei die schöne, akkurate, saubere Handschrift, mit Feder und Tinte, winzig klein und wie gestochen geschrieben.

Kann man so eine Sitte, die Pflege des Briefwechsels, noch erhalten oder gar wiederbeleben? Gedanken aus der Hand fließen zu lassen und auf dem Papier mit der eigenen individuellen Handschrift sichtbar werden zu lassen, hinterlassen Spuren und erlauben Einblick in die Wesenhaftigkeit des Schreibers und machen sie dadurch erlebbar. Dagegen werden Briefe per E-Mail oder SMS-Nachrichten an unsere engsten Freunde oder gar Liebsten, die ja mitunter viel von unserer – zum Teil auch intimen – Erlebniswelt berichten, unweigerlich verloren gehen.

Es ist mir ein Anliegen, bei meinen Enkeln ein Bedürfnis zu wecken, Briefe handschriftlich zu verfassen, vielleicht sogar Freude daran zu finden, mit Muße und Bedacht Verzierungen und Zeichnungen anzubringen, Erlebtes, Gewünschtes und Erträumtes mitteilen zu wollen, und durch darauf folgende Antworten Verständnis und Wohlwollen wiederum zu empfangen. Wie schön wäre dann die Überraschung: Das »rote Fähnlein« winkt, ein Brief ist angekommen. Aber wie kam es nun zu den Briefkästen im Garten?

Zwei alte, lang schon aufbewahrte Holzkästchen, die einmal je eine kleine echte Wiener Sachertorte

als Geschenk beherbergten, eigneten sich, mit Farbe zu überstreichen. Dabei schmückte schon ein kleiner, kunstvoll verzierter, metallener Verschluss die Kästchen. Das eine als Briefkasten für die Zwillinge drüben, das andere für Oma und Opa auf unserem Gartentisch.

Im Schutze der Dunkelheit schlich ich mich abends hinüber durchs Gebüsch unseres zugewachsenen kleinen Gärtchens. Es gelang mir, unbemerkt den gefüllten Briefkasten für die Kinder mit den zwei ersten Grüßen vor die Terrassentür zu stellen und mich wieder leise zu entfernen. Gern hätte ich den Moment am nächsten frühen Morgen miterlebt, Wenn die Kinder die Überraschung vorfänden. Schon am folgenden Abend stand – wie bereits berichtet – an *unserem* Briefkasten das »rote Fähnlein« hoch: Post von meinen Zwillingen! Inzwischen verfüge ich über eine hübsche kleine Sammlung von den beiden.

Ich bin beflügelt von meiner Idee und mit Begeisterung voll beschäftigt, mir für meine Enkel ständig etwas Neues, Interessantes oder Lustiges einfallen zu lassen, bestückt mit Bildern, Texten und Anregungen, natürlich auch mit Fragen und Erkundigungen nach ihrem Wohlergehen, um zum Antworten zu verlocken. Denn es ist mir bewusst, dass ich in dieser Gegenseitigkeit den fleißigeren Anteil übernehmen muss.

Ich selbst krame hin und wieder ich meiner Briefesammlung, in der ich viele berührende und liebevolle Antworten samt künstlerischer Kleinode aufbewahrt habe, und empfinde sie jedes Mal wieder als Freude und Bereicherung. Aber besonders gern schwele ich in den Erinnerungen beim Lesen meiner eigenen unendlich vielen Kinderbriefe.

Ortrun Kollmann, Leonberg
Jahrgang 1939

An Krisen wachsen

von Brigitte Schmidt



»Heute kann ich Dir mit stolzer Brust sagen: Ja, ich will immer noch.«

Das steht auf einem Liebesbrief, den ich im Frühjahr zu unserer goldenen Hochzeit von meinem Mann bekommen habe.

Darüber habe ich mich sehr gefreut, und im Reflektieren unserer gemeinsamen 50 Jahre waren wir uns einig: Ohne die erlebten Krisen hätte es keine Persönlichkeitsentwicklung für jeden von uns und damit auch nicht die Wertschätzung, Achtung und Wärme in unserer Partnerschaft gegeben.

Wir haben sehr jung geheiratet, das war in den 70er-Jahren nichts Ungewöhnliches. Ich war erst 19 Jahre alt und somit noch nicht volljährig, damals wurde man dies mit 21 Jahren, meine Mutter musste als Erziehungsberechtigte mit dieser Ehe einverstanden sein. Wir lebten schon in jungen Jahren selbständig, jeder für sich. Ich hatte ein Zimmer in Böblingen, mein zukünftiger Mann war beim Bund. Es gab kein Hotel Mama, wir waren für uns selbst verantwortlich, und das Leben war kein Ponyhof, wie es heute so schön heißt.

In jeder Ehe gibt es Versuchungen, es heißt ja schon in der Bibel: »Und führe mich nicht in Versuchung.« Bei mir war das bald der Fall – die Krise wurde in vielen qualvollen Gesprächen bewältigt. Es folgte eine sehr gute, glückliche und beständige Zeit mit schönen Reisen, und auch finanziell hat es gepasst. Der einzige Wermutstropfen: Mit Nachwuchs hat es nicht geklappt.

In der Lebensmitte die nächste Krise: Mein Mann war diesmal mit einer ausgewachsenen »midlife crisis« dran. Das Angebot war sehr verlockend: eine erheblich jüngere Frau mit Kindern und genug Gefühl. Wiedermal qualvolle lange Gespräche mit einer Entscheidung von ihm, die dann doch keine war ...

Diese Findungsphase hat Jahre gedauert, Nerven gekostet, persönliche Mängel bzw. sogar Kindheits-traumata freigesetzt, es war Heilungsenergie gefordert. Vordergründig gelang dies, hintergründig waren meine Verletzungen nach zehn Jahren und trotz Therapie noch da. Es war Zeit, mutig zu werden und Neues auszuprobieren. Vor allem die Frage: »Kann ich mich alleine überhaupt aushalten?« wollte geklärt sein. Nun diese dritte, durch mich verursachte Ehekrise hat allerdings, durch richtige Hinterfragungen, Auseinandersetzungen miteinander und Neuordnungen nur ein 3/4 Jahr gedauert. Und jetzt – alles in Butter. Ja, ich liebe Butter und meinen Mann und auch mich mit meinen Bedürfnissen.

Seit der letzten Krise kann ich meine Probleme klar formulieren und lösen, naja, jedenfalls besser lösen. Wir haben verstanden, dass Toleranz, Achtung der Persönlichkeit des Partners und Freiräume wichtig sind, dass uns aber trotz Krisen in unserer Partnerschaft immer Humor als tragendes Element begleitet hat sowie ein tiefes Gefühl füreinander. Heute ist Sicherheit da, dass dies durchs Alter trägt.

Denn eines steht fest. Krisen hören nie auf, ob sie persönlich, wie ich sie beschrieben habe, oder global sind, wie gerade durch die Pandemie aufgezeigt. Solange die Menschheit existiert, solange gibt es schon Krisen. Sie prägen unser Leben und formen uns als Mensch. Den Weg durch sie hindurch schreitet jeder Mensch auf seine ganz individuelle Weise. Der Gedanke jedoch, dass wir nicht allein sind, sondern mit Vertrauen, Geduld und vor allem Liebe, begleitet von lieben Menschen und Gottvertrauen, jede Krise meistern können, ist sehr schön.

Brigitte Schmidt, Ehningen
Jahrgang 1951

Hilfe zur rechten Zeit

von Susanne Schneider



Nach zwei-jähriger Flucht über Schlesien, Bausern, Österreich, zuletzt im Lager Unterjettingen, kam ich mit 9 Jahren 1946 nach Bondorf. Durch die Kriegsverluste gingen mir zwei Schuljahre verloren, somit tat ich mich schwer mit dem Unterrichtsstoff, weinte oft, weil ich nicht mitkam. Mein Lehrer hatte Mitleid mit mir und gab mir Nachhilfe. Wenn ich traurig war, sprach er mir Mut zu, ich würde das schon schaffen. Ich wurde eine gute Schülerin und durfte eine Klasse überspringen. Herrn Ostertag, so hieß mein Lehrer, schenkte mir ein kleines Bildchen mit folgendem Spruch:

Immer wenn du denkst, es geht nicht mehr,
kommt von irgendwo ein Lichtlein her,
daß du es noch einmal wieder zwingst,
und von Sonnenschein und Liebe singst,
Leichter trägst des Alltags schwere Last,
und wieder Kraft und Mut und Freude hast.

Dieser Spruch begleitet mich schon mein ganzes Leben.

Susanne Schneider, Bondorf
Jahrgang 1937

Gesundheitliche Krise trotz Corona gemeistert

von Hans Schnaible



Am 1. Oktober bin ich in Oberkollwangen im Kreis Calw geboren. 1952 zog ich nach Döffingen (heute Grafenau), 44 Jahre lang arbeitete ich als technischer Angestellter bei der Firma Solo Kleinmotoren in Maichingen. Nach meiner Rente im Jahr 2000 arbeitete ich viel im Garten meiner verstorbenen Schwiegereltern. Wie jedes Jahr habe ich dort Ende Februar 2020, bei strahlend blauem Himmel, die Hecken geschnitten. Als ich mich dort zwei Tage lang beschäftigte, begannen sehr bald Rückenschmerzen. Ach, dachte ich, dass war die Jahre zuvor auch so und verging später wieder. Aber dieses Jahr war alles anders, die Schmerzen vergingen nicht mehr, auch nicht nach der Behandlung mit bewährten Hausmitteln.

Nun, dann begann im März auch noch die Corona-Zeit. Man dachte, bei uns wird dies nicht so schlimm werden. Aber das Virus breitete sich sehr schnell aus. Als meine Kinder hörten, dass die über 80-Jährigen besonders gefährdet sind, bekamen sie Angst um mich. Da ich schon 15 Jahre verwitwet bin und alleine im Haus lebe, sagten meine Kinder: »Bleib zuhause, wir kaufen für dich ein und erledigen deine Besorgungen.« Mit der Zeit kam meine Familie inkl. Enkel nicht mehr in mein Haus.

Es kam soweit, dass ich einen Kochlöffel auf den Fenstersims legen musste, damit meine Besucher am Fenster klopfen konnten, um mir wieder frische Lebensmittel zu bringen. Aber in dieser Zeit wurden auch meine Rückenschmerzen immer stärker, das linke Bein wurde nicht mehr richtig durchblutet, und es lahmte. Die Schmerzen blieben auch über Nacht. Lange stehen ging überhaupt nicht mehr. So kam es, dass ich zum Kochen oder Spülmaschine ausräumen einen Stuhl nehmen musste. So konnte es einfach nicht weiter gehen, denn es kamen jetzt auch negative Gedanken auf, auch die Angst vor Corona. Das an meinem Lebensabend noch so eine Zeit auf mich

zukommen wird, hätte ich nie gedacht. Da tauchte auch wieder der Einmarsch der Franzosen, den ich im Schwarzwald mitgemacht hatte, und der Krebsstod meiner Frau auf.

Mit neuem Mut ging ich, ohne meine Kinder zu informieren, zu meiner Hausärztin in Grafenau. Dort stand an der Türe: »Hände desinfizieren, Maske tragen und einzeln eintreten.« Frau Doktor überwies mich an das orthopädische Zentrum in Maichingen. Es dauerte eine lange Zeit, bis ich telefonisch einen Termin erhalten konnte. Nochmal machte ich etwas, das ich nicht hätte tun dürfen. Wieder ohne meine Kinder zu informieren, fuhr ich nach Maichingen. Wieder mussten auch dort strenge Corona Regeln eingehalten werden. Nach der Untersuchung sagte der Arzt: »Sie müssen in die Röhre, um eine genaue Ursache der Schmerzen feststellen zu können.«

Wieder eine lange telefonische Terminsuche. Die Angst vor dem Virus wurde jetzt immer größer, und es gibt auch Gefahrenstellen beim Arztbesuch. Denn jetzt musste ich das Untersuchungsergebnis wieder zur Orthopädie nach Maichingen bringen. Es kam noch schlimmer, denn der Orthopäde überwies mich zu einem Professor im Marienhospital in Stuttgart. Nun wurde es wieder schwierig, in der Corona-Zeit einen Termin bei diesem Professor zu erhalten.

Die Schmerzen wurden immer stärker und die Wartezeiten immer länger. Endlich, am 25. Mai 2020, erhielt ich einen Termin in Stuttgart. Meine Tochter fuhr mich zu dem Termin, aber dort angekommen ging ohne die strengen Corona-Maßnahmen gar nichts. Es durfte immer nur eine Person eintreten, und ich konnte ohne Hilfe schon nicht mehr sicher laufen. Die Frau an der Anmeldung holte dann beim Professor eine Genehmigung ein, sodass meine Tochter eintreten und auch an der Besprechung teilnehmen durfte. Anhand der Bilder aus der Röhre konnte



der Professor sehr schnell eine Diagnose stellen. Er riet mir zu einer dringenden Operation am Spinalkanal und klärte mich über die Risiken auf.

Da habe ich doch Angst bekommen und wollte erst eine zweite Meinung einholen. Aber Corona war ja noch nicht vorbei, also war es schwierig, wieder irgendwo einen Termin zu bekommen; nach mehreren Versuchen bekam ich einen Termin bei einer Orthopädie in Böblingen. Der Orthopäde meinte wiederum: So schnell operiert man nicht. Sie gehen einen Stock tiefer zur Schmerztherapie, und ich verschreibe Ihnen Massagen, dann sind Sie bald wieder der Alte.

Es vergingen wieder drei Wochen mit Massagen unter Corona-Bedingungen. Aber der Schmerz blieb und wurde sogar noch schlimmer. Nun wusste ich, so kann es nicht weiter gehen, und entschied mich trotz der Risiken für die Operation.

Natürlich waren die Krankenhäuser wegen Corona überfüllt und viele Betten belegt. Aber nach weiteren drei Wochen Wartezeit hatte ich Glück und erhielt für den 3. Juli einen OP-Termin. Am 2. Juli um 8.00 Uhr sollte ich erscheinen. Meine Schwiegertochter fuhr mich hin, aber sie durfte nicht weiter als bis zur Pforte, wegen Corona.

So humpelte ich wie ein Betrunkener mit meinem Rollkoffer bis zum Eingang. Nach allen Untersuchungen und einem Corona-Test, der zum Glück negativ war, bekam ich erst gegen 14.00 Uhr ein Zimmer, das ich mit einem netten jungen Mann teilen musste. Da wir beide »Corona negativ« waren, durften wir im Zimmer die Masken abnehmen.

Am nächsten Tag um 11.00 Uhr wurde ich zur Operation abgeholt. Die Angst war vorbei, ich freute mich nur auf eine Besserung. Im Narkoseraum sagte ich noch: »Ich drehe mich auf den Bauch, die OP ist doch am Rücken.« Darauf sagte der Narkosearzt: »Jetzt schlafen Sie ruhig, wir drehen Sie dann schon.«

Als ich nach der OP wieder aufwachte, hatte ich die Maske schon wieder im Gesicht, und die Schmerzen waren erträglich. In Gedanken bin ich alle Telefonnummern, die ich auswendig weiß, durchgegangen und konnte noch alle, ich war sehr erleichtert, dass mein Kopf auch nach der Narkose noch tadellos funktionierte.

Schon am zweiten Tag durfte ich kurz aus dem Bett aufstehen. Als ich dann vor dem Bett stand und plötzlich wieder ohne Schmerzen stehen konnte, musste ich einen Freudenschrei loslassen. Da konnte ich für einen Augenblick Corona vergessen.

Am dritten Tag kam eine Frau vom Sozialdienst und fragte mich, wohin ich gerne zur Reha möchte. Ich antwortete sofort, dass ich nicht zur Reha gehen möchte. Ich bin im Marienhospital ohne Corona-Erkrankung geblieben und möchte mich in der Reha nicht noch anstecken.

So wurde ich am 7. Juli wieder entlassen. Vor der Entlassung erfolgte ein neurochirurgisches Entlassungsgespräch mit dem Rat, die gelernten Übungen weiterhin zuhause durchzuführen.

Auch jetzt, ein 3/4 Jahr nach der Operation, bin ich schmerzfrei und dem Professor mit seinem Team sehr dankbar. Zu Weihnachten habe ich mich nochmal schriftlich bedankt und ein Präsent nach Stuttgart geschickt.

Trotz Corona denke ich positiv, denn ich habe jetzt, wo ich schmerzfrei bin, noch viele Pläne für die Zukunft. Nach jeder Krise geht es wieder bergauf, und es warten noch viele schöne Momente.

Am 1. Februar war meine erste Corona-Impfung und am 25. Februar schon die zweite. Ich denke, danach kann man wieder etwas unbesorgter leben.

Hans Schnaible, Grafenau

Ein steiniger Weg mit gutem Ende

von Elisabeth Feltmann



Mein Name ist Elisabeth Feltmann, und ich wurde 1938 in Oberwischau in Rumänien geboren. Der Machthaber Ceausescu wollte aus meiner kleinen Geburtsstadt eine große Industriestadt machen. 1965 wurde unser Staatsoberhaupt und Politiker Rumäniens, Gheorghe Gheorghiu-Dej, im Kreml auf einer Dienstreise erschossen. Nicolae Ceausescu übernahm die Macht, und wir beschlossen, wieder in die deutsche Heimat zurückzukehren. Heute wohne ich in Böblingen im Heim St. Hildegard und bin sehr zufrieden.

Meine Großeltern kamen aus Deutschland nach Rumänien, um dort zu arbeiten. Meine Mutter arbeitete vor dem Krieg in der Landwirtschaft auf dem Feld. Mein Vater war Waldarbeiter. Sie arbeiteten auf dem Grund, den meine Großeltern vom damaligen König Mihai I. als Lohn erhalten hatten. Auf diesem Grund wurde auch mein Elternhaus gebaut. Aus einem Raum wurde im Laufe der Zeit mehrere. Die Familie wuchs. Nach und nach entstand ein deutsches Viertel. In dieser Zeit wurden auch deutsch-ungarische Ehen geschlossen. Man blieb unter sich und ich besuchte die ungarische Schule.

Als der Krieg 1938 bei uns ausbrach, mussten wir Deutschstämmigen fliehen. Meine Großeltern blieben auf dem Hof. Sie wollten auf ihrem Hof und Grund bleiben und auch dort sterben.

Auf der Flucht vor den Russen flohen wir mit einem Viehtransport nach Polen, das noch nicht von den deutschen Machthabern besetzt war. Untergebracht wurden wir in einer Schule, für die Nacht bekamen wir eine Decke. Ansonsten schliefen wir auf Stroh.

In einer Nacht kam der Lagerführer und sagte: »Alles liegenlassen, es kommt ein Transport, die Russen sind schon ganz nahe!« Mit unserem Leben und der Kleidung auf dem Leib mussten wir weiter flie-



Flüchtlinge auf einem Pferdewagen.

hen. Zum Glück konnten wir noch unser Gurkenglas mit Fett und gebratenen Fleisch mitnehmen. Mein 10-jähriger Bruder trug dieses wertvolle Glas in einem Rucksack weiter auf der Flucht. Diese Flucht endete auf dem Gebiet der ehemaligen DDR, Wildenfels in Plauen. Wir wurden bei einer Familie mit zwei Kindern einquartiert, die gute Leute waren. Dort in Plauen waren wir Flüchtlinge nicht willkommen, da wir nichts hatten. Die Mutter hatte keine Arbeit, und wir Kinder gingen betteln. Die Menschen riefen uns nach: »Vorsicht, die Zigeuner kommen, sperrt alles ab.«

Dort hatte ich ein wunderbares Erlebnis: Mein Bruder und ich gingen auf einen Bauernhof zum Betteln. Die Bäuerin begrüßte uns freundlich und schenkte uns ein Tuch voller Kartoffeln. Dazu mussten wir Milch trinken und bekamen ein Ei. Das Ei trug ich gut beschützt in meinen Händen bis nach Hause. Mit diesem Ei und etwas Mehl backte meine Mutter einen Kuchen für uns Kinder. Auch hatten wir in dieser Zeit noch dieses Gurkenglas. Mit dem Fett und dem gebratenem Fleisch konnten wir in dieser Zeit handeln und so überleben. So sorgte das Gurkenglas und liebe Menschen für uns und für die Familie, bei der wir einquartiert waren.

Die Bäuerin, von der ich das Ei und die Milch bekommen habe, würde ich heute noch gerne treffen und mich bedanken. Doch ich denke, sie lebt nicht mehr... Ich bete jeden Tag für sie.

Ein rumänischer Offizier bot an (wir wissen nicht warum), uns wieder nach Rumänien zu bringen. Wir durften auf dieser weiteren Flucht kein Deutsch sprechen, auch nicht die Kinder. Sie alle sollten an der Grenze »schlafen«. Unterwegs, auf dem Weg ins Elternhaus, stieg eine fremde Frau in den Waggon des Zuges ein. Sie hat nicht gesprochen, darum wussten wir nicht, woher sie kam. Die Russen haben sie gesucht, geschlagen und aus dem Zug geschmissen. Der Zug fuhr weiter. Das war für mich ein grausames Erlebnis... Was passierte weiterhin mit dieser Frau?

Als wir im Herbst zuhause ankamen, herrschte in dem Ort Typhus; alle deutschen Frauen mussten im Krankenhaus helfen, meine Mutter erkrankte auch. So konnte sie nicht im Krankenhaus helfen.

Die Freude war groß, unsere Großmutter anzutreffen, und sie erzählte, was inzwischen auf dem Hof vorgefallen war. Russische Soldaten kamen während unserer Abwesenheit immer wieder auf den Hof. Die alten Leute interessierten die Soldaten nicht, und sie ließen meine Großmutter in Ruhe. So bewirtschafteten meine Großeltern diesen Hof. Sie hatten aus dem Fett des geschlachteten Viehs Seife gekocht. Russische Soldaten kamen wieder auf den Hof und dachten, diese Seife könne man essen. Ein Soldat hatte wohl großen Hunger und verschlang diese Seife. Meine Großmutter wollte ihn daran hindern, doch er drohte ihr mit dem Gewehr und wollte sie mit dem Kolben schlagen. Dann zogen die Soldaten weiter. Wir wissen nicht, was aus ihnen geworden ist.



Wir waren weiterhin hungrig. Es konnte nur das, was die Großmutter im Sommer und Herbst erwirtschaftet hatte, von uns gegessen werden.

Am Heiligabend (kein Baum, kein Kuchen) hat meine Mutter das wenige Gemüse aus dem Garten zubereitet. Es gab einen Topf mit Bohnen, und der Großvater hatte noch getrocknetes Obst. Es wurde eine Art Suppe mit Bohnen und dem Obst zubereitet. Das war unser Weihnachtessen, wir Kinder waren sehr traurig – kein Baum, kein Kuchen, keine Süßigkeiten, keine Geschenke – es gab nichts!

Da klopfte es an der Tür, die Nachbarin brachte uns zu Weihnachten einen Teller mit frischen, süßen Äpfeln. Sie hatte diese Äpfel im Heu versteckt. Das war das schönste Weihnachtsgeschenk, das ich je bekommen habe. Ein Teller voller süßer Äpfel!

Ich habe die Nachbarin bis zu ihrem Tod geliebt, gepflegt und geehrt. Heute bete ich täglich für sie und die anderen Menschen, die uns durch die schlimme Zeit geholfen haben.

Elisabeth Feltmann, Böblingen
Jahrgang 1938

Krisenbewältigung der besonderen Art

von Detlef Wendt



Heiligabend fing es an. Aus heiterem Himmel bekam ich Rückenschmerzen. Meine Frau empfahl mir ihre Wunder wirkende Zaubersalbe. Noch am vierten Advent hätte ich die lindernde Paste selbst aufgetragen. Ähnlich wie Kunstturner oder Zirkusartisten bin ich seit frühester Kindheit nämlich extrem gelenkig. Das geht sogar so weit, dass ich mich ganz alleine, also quasi ich mit mir selbst, umarmen kann, wenn Sie wissen, was ich meine, seit Heiligabend aus unerklärlichen Gründen allerdings nicht mehr. Ich hatte gewichtsmäßig zum Jahresende nicht zugelegt, das konnte es demnach nicht sein. Die einzig plausible Erklärung schien mir das hierzulande noch weitestgehend unbekannte Phänomen der Schrumpfarme zu sein. Ich sagte meiner Frau daher, dass meine Arme in der Adventszeit wohl kürzer geworden sein müssen, und bat sie, meinen Rücken einzucremen.

Respekt, hörte ich sie murmeln, während sie die Salbe verrieb. Tja, sagte ich mit einem Funken Stolz in der Brust, von nichts käme nichts, regelmäßiges Training mache eben doch etwas aus, insbesondere das Hanteltraining mache sich wohl jetzt bemerkbar. Ich müsse nur aufpassen, dass ich nicht zu muskulös werde, das sei in meinem Alter auch nicht mehr so schön. Könne schon sein, sagte sie irritiert, doch das meine sie nicht. Haare, sagte sie, mein ganzer Rücken sei voller Haare, eines länger als das andere; sie hätte den Eindruck, als wenn jedes einzelne Haar von meinem Kopf hinunter auf meinen Rücken gewandert wäre.

Der Eindruck müsse täuschen, sagte ich, denn bis zum Rücken kämen die gar nicht. Auf dem Weg dorthin würden sie nämlich von meinen Ohren aufgehalten, um dort am Tragus, dem Knorpel neben dem Gehörgang, Wurzeln zu schlagen. Ihre einzige Aufgabe bestünde darin, bis zur gegenüberliegenden Seite der Ohrmuschel zu wachsen, sich untereinander

der zu verflechten und auf diese Weise eine unpassierbare Einzäunung zu bilden. Die solle verhindern, dass Fliegen oder anderes Gekräuch in den Gehörgang flögen.

Ihr sei auch schon aufgefallen, dass ich seit geraumer Zeit schlechter hören würde, sagte meine Frau. Allerdings, sprach sie mir Mut zu, hätten es vermutlich dank meiner intensiven Trainingseinheiten ein paar der kräftigsten Haarwurzeln geschafft, sich sogar bis zu meiner Nase durchzukämpfen. Denn auch dort wüchse, und zwar aus beiden Nasenlöchern gleichzeitig, seit kurzem ein respektables Gestrüpp heraus. Sie habe mich schon lange einmal fragen wollen, ob ich trotz dieses Dickichts überhaupt noch sorgenfrei atmen könne.

Dieses Gestrüpp, klärte ich sie auf, habe der Herrgott bei seiner Schöpfung alternder Männer exakt eingeplant, und zwar genau an dieser Stelle. Ich sah ihren fragenden Blick bereits, bevor sie ihn überhaupt hatte, und fuhr nach kurzer Zwischenatmung fort: Wie sie wisse, arbeite mein Gehirn seit jeher auf Hochtouren, gelegentlich laufe es sogar heiß. Das führe nicht selten zu Wasserdampf. Da auch der irgendwo hin müsse, bliebe ihm in meinem äußerst komplexen Kopf nur übrig, zu destillieren und als Wassertropfen auf dem schnellsten Wege in die Freiheit zu fließen. Und da der schnellste Weg vom Hirn nach draußen nun einmal nicht über den Mund, sondern über die Nase gehe, flösse der Tropfen einfach aus meiner Nase heraus, und ein geordnetes Heraustropfen funktioniere eben am besten über heraushängende Haare.

Apropos Mund, was eigentlich die Zahnärztin gesagt hätte, fragte meine Frau mich unvermittelt, ob alles in Ordnung gewesen sei. Eigentlich ja, sagte ich, sie hätte mich nur gefragt, ob ich zu Hause nicht genügend zu essen bekäme. Was, fragte meine Frau

entrüstet, der denn einfiel? Naja, sagte ich, sie hätte den Eindruck, ich würde meine Zähne aufessen, insbesondere die unteren, denn diese kämen ihr von Mal zu Mal kürzer vor. Wenn es so weitergehe, prognostizierte sie, würde ich vermutlich in spätestens fünf Jahren nur noch mit dem Zahnfleisch meines Unterkiefers kauen können.

Meine Frau klatschte mir auf den Rücken. Fertig, sagte sie, und schraubte die Tube zu. Ich dankte ihr, gab ihr einen Kuss und verzog mich still in mein Arbeitszimmer. Ich musste nachdenken, und das kann ich am besten allein. Ich kam zum Ergebnis, dass ich vermutlich mitten in der schlimmsten Krise meines Lebens steckte: Ich wurde alt. Zur Probe zog ich mein rechtes Hosenbein hoch und schaute mir meine Wade an: tatsächlich Krampfadern. Zwei kleine Tränen liefen mir über die Wangen.

Am zweiten Weihnachtsfeiertag saßen wir allein beim Mittagessen. Corona hatte die traditionelle Familienvöllerei verhindert. Meine Frau meinte beim Dessert, dass es in meinem Alter vielleicht an der Zeit sei, weiteren hässlichen Männerkrankheiten vorzubeugen, und empfahl mir, mich bei einer Senioren-Schwimmgruppe anzumelden.

Das Leben hatte mich gelehrt, Empfehlungen der eigenen Ehefrau nicht so einfach mir nichts dir nichts in den Wind zu schlagen. Ich meldete mich sofort im neuen Jahr an.

Der erste Abend begann unverfänglich: Wasser-treten im Nicht-Schwimmerbecken, danach Vorstellungsrunde im Kreis. Der Wasserpegel befand sich bei mir in Brustwarzenhöhe, den Zwergen im Kreis lief das Wasser bereits in Mund und Nase. Neben mir stand ein zwei Meter großer, durchtrainierter Greis, der das Wassertreten im Stehen fortsetzte. Marschieren im Stand, heißt das vermutlich beim Militär.

War der Abend bis zur Vorstellung von irgendeinem untrainierten Paul, 71 Jahre alt und Hobbyangler, ruhig und unspektakulär, nahm er in dem Augenblick Fahrt auf, als ich eine dunkelgelbe Flüssigkeit in den Wellen, die der Marschierer neben mir aufwirbelte, entdeckte. Sie breitete sich enorm schnell aus und floss in Richtung meiner Brustwarzen. Bei näherem Hinsehen stellte ich fest, dass sie aus der Badehose des hyperaktiven Soldaten lief. Angewidert nickte ich in die Richtung des undichten alten Sacks und stammelte »Der pisst ins ...« Weiter kam ich nicht. Der General atmete hörbar ein, tauchte, kam nach kurzer Zeit zurück an die Wasseroberfläche, prustete einen großen Wasserschwall auf uns aus und schluckte den Rest mit soldarischem Pflichtbewusstsein hinunter. Als ich mich unvermittelt in die Kreismitte erbrach, wurde es für alle ein unvergesslicher Abend. Unser Trainer hatte Mühe, Paul und die übrigen davon abzuhalten, mich auf der Stelle zu ertränken. Er empfahl mir, mich schleunigst zu verpissen. Komisch, dachte ich, genau das scheint hier ja extrem beliebt zu sein.

Meiner Frau erzählte ich, ich käme mit dem Drill in der Männergruppe nicht klar, fast alles alte Söldner und Soldaten, selbst ein General sei darunter, das ganze Wasser sei so voller gelbem Testosteron, dass man nicht einmal mehr den Beckenboden sehen könne. Sie hätte, sagte sie, gar nicht gewusst, dass Testosteron gelb sei, aber es sei schön, dass ich wieder zu Hause sei, dann könne sie mit mir jetzt in Ruhe ein Glas Wein trinken, denn das sei – in Maßen genossen – auch eine geeignete Form der Krisenbewältigung und funktioniere noch in jedem Alter gut.

Prosit, sagte sie, auf unser Wohl!

Detlef Wendt, Recklinghausen
Jahrgang 1956

Von was träumst Du?

von Daniela Mieth



»Von was träumen Sie, Fräulein Monika?«, fragt der gut aussehende Fabrikantensohn auf einer Düne in Travemünde die jüngste Tochter der Tanzschule Galant am Kurfürstendamm. Monekind, wie sie noch in der Filmreihe *Kurfürstendamm 56/59* genannt wird, schließt die Augen. Ein kleines sanftes Lächeln, eine Sehnsucht spiegelt sich auf ihrem schönen, jungen Gesicht ab. Man hält automatisch mit ihr den Atem an, fühlt die Sehnsucht und spürt den kühlen Wind der Ostsee auf der Haut.

Die Szene und der ganze Film lässt mich nicht mehr los, und ich stelle mir die Frage: Von was träume ich eigentlich? Ich muss gestehen, mir fällt auf die Schnelle aber auch nach näherer Betrachtung, nichts zu diesem Thema ein. Wann habe ich aufgehört, in meinen Leben zu träumen, und ab welchem Zeitpunkt habe ich festgestellt, dass Träume nur Schäume sind und es sich nicht lohnt daran festzuhalten. Wie sieht es dann mit meinen Wünschen aus? Sind auch hier die vielen Nichterfüllungen schuld daran, dass ich mich in eine Art Glaubensverweigerung geflüchtet habe?

»Wünsche sollen uns schützen, nicht an unerfüllten Träumen zu zerbrechen oder den verlorenen Träumen nachzujagen«, so die Feststellung der Philosophin Birgitte Boothe. Aber letztendlich macht es keinen Unterschied, ob es ein unerfüllter Wunsch oder Traum ist. Beides kann auf Dauer zur Unzufriedenheit und Desillusionierung führen. Alles geht auf Kampfstellung in mir, wenn nur eins der beiden Objekte versucht, sich einzuschleichen, und mir vorgaukelt, in Erfüllung zu gehen. Spätestens jetzt merke ich: Oje, ich stecke voll in einer »Nicht-mehr-träumen-wünschen-können-Krise«.

Ich habe verlernt meine Augen zu schließen, den Wind mein Gesicht streicheln zu lassen und meine Seele in die Welt zu schicken.

Udo Jürgens singt von *Liebe ohne Leiden*. Träumt oder wünscht er sich das? Aber egal, wie du es auch genannt hast, lieber Udo, was wäre denn die Liebe ohne Leiden? Wir müssten viele schöne Liebesballaden missen, bei denen uns schon der erste Takt das Herz zerreißt und wir den Schmerz, ja die Sehnsucht nachempfinden. Wir wissen auch, dass ein Päckchen Taschentücher die Tränenflut nicht trocken kann.

Hermann Hesse hätte nie so wunderbare Liebesgeschichten schreiben können, wenn lieben nicht auch leiden bedeutet.

»I have a dream«. Worte, die bis heute Menschen anspornt, kämpfen und träumen lässt von einer gerechteren und besseren Welt. Ich bin mir sicher, dass Martin Luther King mit einem Lächeln »von oben« herunterschaut und stolz auf die Träumer ist, die seinen Traum weiter träumen. Alexej Nawalny träumt von einem gerechteren und besseren Russland. Ein Kampf gegen eine Übermacht, so scheint es. Aber er kämpft, träumt, und das macht er nicht allein.

Flüchtlinge setzten sich lebensbedrohlichen Gefahren aus für Freiheit, einer lebenswerteren Zukunft und um ihren Traum Wirklichkeit werden zu lassen.

Von was träumst du kleines Mädchen? Geborgenheit, Eltern, die nicht streiten und sich Zeit nehmen, mir die Welt zu erklären, ein Zimmer nur für mich, dass der Weihnachtsmann mich nicht vergisst, meine Lehrerin und die Klassenkameraden mich mögen. Und wenn ich groß bin, eine berühmte Ballerina zu sein.

Ich schließe die Augen und sehe eine Wiese im Frühling voll mit bunten Krokussen, Schneeglöckchen und Acker-Stiefmütterchen. Das leuchtende Gelb des Löwenzahns lächelt mich an, und mein kleines Herz springt vor Glück. Die Bienen summen, fliegen von Blüte zu Blüte. Das frische Gras riecht herrlich. Die warmen Sonnenstrahlen streicheln mein Gesicht.

Das Leben erwacht.



Von was träumst du, junges Mädchen? Vom bestanden Abi, einem Beruf, der mir Freude macht, von der großen Liebe, die alles überdauert, Kindern, Haus mit Garten, von ein wenig Selbstverwirklichung, von einem Leben, dass es gut mit mir meint.

Ich schließe die Augen und sehe eine Wiese im Sommer voll mit wilden, duftenden Blumen. Margeriten, Tausendgüldenkraut, Rittersporn zeigen sich in voller Blüte. Die Pustebumen wiegen sich im Wind, und einzelne Samen mit ihren haarigen Flugschirmen fliegen davon. Im Getreidefeld nebenan strahlen Mohnblumen mit den Kornblumen um die Wette. Es raschelt, summt, brummt, und der heiße Sommerwind erhitzt mein Gesicht. Das Leben tobt in vollen Zügen. Ich rieche den warmen voll Leben erfüllten Duft des Sommers.

Von was träumst du, altes Mädchen? Von einem Leben ohne Schmerzen, dass ich nicht vergessen werde und niemandem zur Last falle, es noch viel mehr Sonnen- als Regentage geben wird. Ich träume, von meiner Jugend, die doch so schnell vorübergezogen ist und von einem Leben ohne Schulden, ohne Schuld.

Ich schließe die Augen und sehe eine Wiese mit blassrosa, lilafarbenen Herbstzeitlosen. Der blühende Herbst-Löwenzahn verbreitet mit seiner gelben Farbe Freude und Optimismus. Dazu gesellt sich der Wiesenklie mit seinem herrlichen Duft. Das Korn ist gedroschen. Alles ist bereit für den Winter. Der Herbstwind weht mir kräftig ins Gesicht, und spüre ich da nicht schon die erste Schneeflocke, die sich behutsam auf meine Wange legt? Der Winter naht und deckt die Wiese mit einer weißen, glitzernden Schicht zu. Sanft und leise wird das Leben in den Schlaf geschickt. Ich träume davon, dass mich die Kraft nicht verlässt, die kühle, klare Luft des Winters mir mein Gesicht streichelt, der Schnee sich über

mein Grab legt und mir jemand zuflüstert: Jetzt ist es gut, altes Mädchen. Du hast es geschafft und kannst nun ausruhen.

Was sind nun meine Träume? Ich stelle fest, ich muss ihn neu suchen, meinen Traum. Einfach wird es nicht sein. Ich bin nicht so mutig wie Nawalny, kann nicht so großartig schreiben wie Hermann Hesse, und zur Starsängerin wird es auch nicht reichen. Aber wenn ich nochmal versuche, mich neu zu spüren, neu zu entdecken, neu wahrzunehmen, ja dann lässt sich womöglich der ein oder andere Traum finden. Auf den ersten Blick vielleicht nichts Weltbewegendes, aber für mein weiteres Leben überlebensnotwendig.

Auf der Suche nach dem Traum, den Träumern dieser Welt, ist mir eines klar geworden: Man sollte nie aufhören zu träumen, zu wünschen und zu hoffen. Auch wenn nicht alles in Erfüllung gehen wird und einige Enttäuschungen, Schmerzen damit verbunden sind. Es ist dennoch besser einen Traum geträumt zu haben als niemals das Gefühl der Sehnsucht gespürt und erfahren zu haben, was es heißt, zu träumen. Träume beflügeln, lassen die Schmetterlinge im Bauch tanzen, und man fühlt sich stark, mutig, unbesiegbar. Alles kann gelingen und alles kann überwunden werden. Ist das nicht das, was dem Leben Antrieb gibt? Uns anspornt, uns motiviert, Unglaubliches zu leisten. Wir Menschen brauchen Träume und Träumer zum Überleben.

Danke, liebes Fräulein Monika, dass du mich daran erinnert hast, Träume wieder zuzulassen, die Augen zu schließen, den Wind zu spüren, der mir ein Lächeln ins Gesicht zaubert und mich hoffen, wünschen und träumen lässt.

Und von was träumst du?

**Daniela Mieth, Leonberg
Jahrgang 1965**

Quintessenzen



*Wir Senioren waren schon
immer die Oberschlauen*

von Leo Birg, Magstadt

Flog eine Fliege in unser Wohnzimmer – war klar, wie man sie los wird. Fenster auf und ab in die Freiheit oder – Fliegenpatsche! Eine dritte Möglichkeit gab's nicht.



Nun befinden sich aber (das Fernsehgerät läuft), noch nie dagewesene 16 Besucher in unserem Wohnzimmer, und jeder erzählt mir seine Methode, wie eine Fliege zu liquidieren sei. Eine Tragikomödie, die auch ein Shakespeare hätte nicht besser beschreiben können. Die Komik dabei: 16 sich widersprechende Meinungen.

Ach ja, nicht die Tragik zu vergessen, ein Nachzügler als Siebzehnter, zudem der Lauteste, der behauptet, im Raum gäbe es keine Fliege. Da zweifelt man natürlich als Senior an seinem Weltbild. Ist die Erde vielleicht doch keine Kugel, sondern eine platonische Scheibe? Glücklicherweise befinden sich keine 16 Ministerpräsidenten plus ein Abkömmling in meinem Wohnzimmer. Da würde ich ansonsten konsequent durchgreifen, die Fliegenpatsche würde ich wählen, basta! Nicht nur für die Fliege!

Ganz neu für uns alle ist die derzeitige Situation, ein Ausnahmezustand, ein Zeitpunkt, zu dem ein Virus geboren wurde. Wir werden den Zeitpunkt lange nach Christi Geburt als Trennlinie zu einer neuen Zeitrechnung betrachten müssen, von »ante Pandemia« zu »post Pandemia«. Momentan sind wir noch an diesem Wendepunkt, der schon lange kein Punkt mehr ist, da er sich gefühlt unendlich lang zieht. Und unser Alltagsleben unerwartet und prägend ändert.

Wer hätte das gedacht? Ein Zeitraum mit einer direkten Einladung zu einem venezianischen Maskenball! Das Mittelalter lässt mehrfach grüssen. Venedig und China immer vorne dabei. Venedig als Importeur von Krankheitskeimen, China als Spender.

Wer diese Einladung zum Maskenball, insbesondere als Senior, verschläft, läuft Gefahr, die »post Pandemia« nicht mehr zu erleben. Rechtzeitiger Rückzug ins eigene Wohnzimmer und Maske auf, denn die deutsche Politik hat diese Einladung anfänglich verpennt. Vernünftige Eigeninitiative ist nun gefragt und rettet zunächst das eigene Leben. Die Hoffnung, dass mir die Politik ab jetzt die Problematik löst, wird eingetrübt. Der nächste Mangel steht an, nicht genügend Impfstoff ist vorhanden!

Ich frage mich als Senior, in welchem Land lebe ich? In einem Land, das Impfstoffe gegen Covid 19 massgeblich mit entwickelt hat, in einem Land, in dem das Geld laut unserem Finanzminister üppig fließen wird oder doch nur so üppig und »sicher« wie für unsere Renten? Eine Zeit der vielen Fragen und aufkommenden Zweifel, spätestens, nachdem wir einsehen müssen, dass wesentlich ärmere Länder mit atemberaubendem Impftempo an uns vorbeiziehen! Warum?

Unsere typisch deutsche Pedanterie, die uns zu einer Wirtschaftsmacht aufsteigen ließ, lässt uns im Krisenfall zu einem lahmen Koloss werden. Durch den sturen Vorsatz, FORM zu wahren, blockieren wir uns selbst. Denn die Form wird gewahrt durch FORMulare und Verordnungen, die teilweise chaotisch in Sackgassen münden. Und hat uns das Coronavirus noch nicht in den Wahnsinn, in eine persönliche Krise getrieben, drohen die Formularberge dies zu erledigen.

So viel zu uns Senioren.



Jetzt wird es komplexer, denn nun kommen wir zu mir, einem »Jungsenior« – der schwäbische Auto- Liebhaber würde mich als »Youngtimer« bezeichnen, der noch nicht in Rente ist. Der sich auch nicht – trotz Gefährdung aufgrund seines Alters – in einem Home- office verschanzen kann. Denn dieser »Ich« arbeitet im Gesundheitswesen.

Hier bekomme ich alle Schattierungen der Pan- demie mit. Die Covid-Ex-Infizierten mit und ohne Folgeschäden, leider auch die Totenanzeigen einiger Patienten – und die vielen individuellen Schicksale, die Sorge der unsicheren wirtschaftlichen Zukunft. In solche, teils verzweifelte oder besorgte Gesichter musste ich so gehäuft das letzte Mal bei Flüchtlingen während des Balkankrieges schauen. Nie hätte ich gedacht, dass keine 30 Jahre später uns Deutsche eine ebenfalls lebensbedrohende Krise ereilen wird.

Noch ist der Ausgang und die Dauer dieser Krise nicht vorhersehbar. Doch gibt es Hoffnung, jedes Chaos ordnet sich irgendwann. Und ist es noch nicht geordnet, so ist die Krise noch nicht vorbei. Dann liegt es an uns, auch dieser Krise etwas Positives abzuge- winnen.

Wann sehnten wir uns das letzte Mal vor der Pan- demie so sehr nach der Natur? Die erst jetzt über- völkerten Wälder geben die Antwort: NIE! Mir reicht es nicht, meine während den Arbeitszeiten gesam- melten Eindrücke nach Feierabend im eigenen Wohn- zimmer zu Hause zu verarbeiten. Ein Sprung aufs Fahrrad, ab in Richtung Wald, der wird' s schon rich- ten. Haste gedacht, denn im Forst geht es momen-

tan zu wie auf der *5th Avenue* zu den besten Zeiten. Slalomfahrten, »stop and go« zu den Wochenenden. Und auch hier im Wald herrscht deutsche Gründlich- keit, lähmende Vorschriften: Es gibt diese verflixte z-m-Wegeregelung für Radfahrer, die es uns verbie- tet, schmale Wege zu benutzen. Verflixt, gerade jetzt während der Pandemie, die Landespolitiker schicken bereits Beamte ins Gehölz.

Als gäbe es momentan keine anderen Sorgen!

Als Senior beschäftigt es mich, man sorgt sich um seine Familie. Doch man denkt dann gerne an alte, sorglosere Zeiten zurück. Das verbindet noch mehr. Und ich erinnere mich an alte Beschäftigungen, die man im digitalen Zeitalter viel zu kurz kommen ließ.

Ich hole meine Schreib- und Zeichenfeder wieder hervor. Man schreibt und zeichnet sich mehr von der Seele, sozusagen das Facebook innerhalb der eigenen vier Wände. Gedanken, die man nicht mehr als Datenlawine ins öffentliche Netz stellt. Höre ich da etwa die junge Generation darüber lachen?

*Dort weit draussen im Eismeere,
im schwachen Mondschein dieser Nacht,
treibt eine alt beplankte Sturmgaleere
und ihr Ruder sticht ins Leere,
ein Grüppchen Schollen schallend lacht.*

Ich habe beschlossen, zu Hause öffne ich das Wohnzimmerfenster und entlasse die Fliege in die Freiheit. Denn das kann mir kein Beamter, keine Ve- rordnung, kein Formular verbieten. Und ich habe etwas Gutes getan und kann meine Fliegenpatsche getrost zur Seite legen. Auch eine Art Stressabbau bis zur Post-Pandemia.

Ich habe meine Krise mit einfachen Mitteln überstanden!



Eine tolle Begegnung öffnet neue Perspektiven

von Petra Krisa, Renningen

Meine Lebenskrise begann schon vor ca. 20 Jahren. Damals war mir allerdings nicht im Entferntesten bewusst, dass ich im Begriff war, aus dem üblichen Raster junger Erwachsener zu fallen.

Nach dem Abitur wollte ich was »Praktisches« tun und begann eine Ausbildung in einem kleinen Zahntechniklabor um die Ecke. Die Tätigkeit gefiel mir und kam meinen Neigungen zum akkuraten Arbeiten entgegen. Ich fertigte Schablonen an, feilte den Zahnersatz in die passenden Formen und bearbeitete flott alle möglichen Terminaufträge. Die Kollegen des kleinen Teams waren freundlich und hilfsbereit, und Freitag abends gingen wir des Öfteren gemeinsam in den Biergarten in der Nähe auf ein oder zwei Feierabendbiere.

Das gute Leben änderte sich schlagartig, als ich ohne Vorwarnung mit 25 Jahren an Lymphdrüsenkrebs erkrankte. Nach monatelanger Strahlen- und Chemotherapie galt ich zwar als geheilt, dennoch hatte sich etwas Grundlegendes geändert: Ich hatte das jugendliche Zutrauen in meine Gesundheit und Leistungsfähigkeit verloren. Ich fühlte mich zutiefst verletztlich und geschwächt. Jedes Halskratzen, jeder Kopfschmerz konnte mich aus der Bahn werfen.

Auch im Job mochte ich nichts Neues ausprobieren. Wenn ein Auftrag reibungslos verlief, war ich zufrieden. Ich wollte nicht mehr. Auch die Feierabendbiere wurden seltener. Neuen Bekanntschaften gegenüber war ich zurückhaltend, da ich genau wusste, dass irgendwann persönliche Fragen nach meinem Leben erfolgen würden, die ich nicht beantworten wollte.

Die Krise dauerte also an, wenn auch nicht mehr so kenntlich für Dritte. Meine Gefühle waren unverändert, meine Erinnerungen an die harte Zeit der Erkrankung voller Intensität. Meine Geschwister meinten, ich sei zu sehr in der Vergangenheit verhaftet. »Das Leben wird nach vorne gelebt«, sagte meine Schwester oft und unternahm vielfältige Anstrengun-

gen, mir einen neuen Freundeskreis zu verschaffen. Das führte aber zu Verkrampfungen meinerseits. Ich fühlte mich hässlich und unvermittelbar. Zu allem Unglück hatte die Chemo mein Haar schütter werden lassen. Ich sah aus wie meine Mutter. Mein Selbstvertrauen sank ins Bodenlose.

Da rollte Paul in mein Leben. Er litt unter einer schnell fortschreitenden Form von Multipler Sklerose und saß im Rollstuhl. Er schien darüber keineswegs deprimiert zu sein, nahm das Leben, wie es kam, und jammerte nicht über verpasste Gelegenheiten. Als ich ihm von meinem schütterten Haar erzählte, lachte er nur und meinte, vom Rollstuhl aus ließe es sich nur schwer auf den Kopf anderer Menschen blicken. Damit war das Thema für ihn ausreichend erörtert.

Paul hasste Selbstmitleid und ließ sich auf keine nutzlosen Diskussionen ein. Auch nicht mit mir, die er doch gerne traf und zu mögen schien. Ich kam mir ausgesprochen dumm und selbstbezogen vor und begann erstmals, Strategien für eine bessere Zukunft in meinem Kopf zu entwerfen. Nur für mich, ganz unbelauscht von der Welt da draußen.

So nach und nach übernahm ich neue Aufgaben im Labor, ging wieder mit den Kollegen weg auf ein Bier und kaufte mir eine wunderschöne blonde Echthaarperücke. Paul nahm die Veränderungen bestimmt wahr, sagte aber nichts dazu.

Ob die Krise jetzt überstanden ist, vermag ich nicht zu sagen, aber ich weiß: Alles fühlt sich freier und positiver an. Dank Paul, der mir auf eine so leichte Weise gezeigt hat, dass das Leben immer vorwärts gelebt wird und Jammern überhaupt nichts bringt.



Unsere Ehe auf dem Prüfstand

von Sylvia Smuda, Weil am Rhein

Wieder einmal durchlebten wir einen schrecklichen »Knatschtag«. Der Schlagabtausch hörte und hörte einfach nicht auf: »Du hattest das Kellerlicht – wieder einmal – über Nacht brennen lassen. Und dabei hatten wir doch schon oft darüber gesprochen!« Wir hatten Zettel an den Lichtschalter geklebt und



Schwere Herausforderungen

von Helga Kling, Böblingen

uns gemeinsam in einer Art Verhaltenstraining vor den Lichtschalter gestellt. Doch es half alles nichts. Es passierte immer wieder.

Ja, es war eine Bagatelle. Aber eine Bagatelle, die nervte. Ganz einfach deshalb, weil es nicht vorwärts ging, weil es keine Änderung gab.

So wie mit den vergessenen Besorgungen, den schmutzigen Socken, der offenen Kellertür ...

Irgendwann hatten wir gemerkt, dass unsere Ehe in Gefahr war. Es handelte sich fast immer nur um Kleinigkeiten, doch die stundenlangen Auseinandersetzungen, die folgten, zermürbten uns.

Weil wir davon überzeugt waren, dass wir uns nach wie vor liebten, beschlossen wir, einen Termin bei einem Eheberater auszumachen.

Ich erinnere mich an den Tag, so als ob er gestern gewesen wäre. Wie gescholtene Kinder kamen wir uns vor, wie Versager, wie dumme Leute, die die Gefahr nicht erkannten.

»Ich will das jetzt mal mit einem Bild darstellen«, begann der Eheberater. »Stellen Sie sich einen Topf mit Deckel vor, der auf der heißen Herdplatte steht. Der Topf steht stellvertretend für Ihre Ehe. Es brodelt und blubbert schon ganz gewaltig in dem Topf. Wenn Sie die Temperatur nicht sofort herunterstellen, wird der Inhalt überkochen.«

Als wir nach einer Stunde entlassen wurden und uns wieder auf der Straße fanden, schauten wir uns wie bedeppt an. Dieses Bild sollte unsere Ehe darstellen? So weit waren wir schon?

Nein, das sahen wir anders. Der Mann hatte sich getäuscht. Wir liebten uns wie eh und je. Diese Kleinigkeiten, dieses Bagatellen! Das war doch nichts! Die würden wir in Zukunft weniger bewerten.

Wir würden einfach versuchen, sie zu ignorieren. Solche Nichtigkeiten konnten unserer Liebe doch nichts anhaben.



Die Krise meines Lebens ereilte mich Mitte 40, in einem Alter, in dem ich mich stark und resilient genug fühlte, auch leidvolle Erfahrungen folgenlos für meine weitere Zukunft zu bewältigen. Es war nicht meine, sondern die Gesundheit meines Ehemanns, die plötzlich und unvorhergesehen in Lebensgefahr geriet. Erst nach dreiwöchigem Koma in der Anästhesie gab es wieder eine Art Hoffnung.

Mein Leben geriet umgehend aus den Fugen. Ein Schlaganfall, ausgelöst durch eine Thrombose, ohne weitere Vorzeichen, katapultierte ihn und unsere kleine Familie in diese existentielle Lebenssituation. Schlaflos – oder, um es mit Eduard Mörike auszudrücken: »Es wühlet mein verstörter Sinn noch zwischen Zweifeln her und hin und schafft Nachtgespenster« – suchte ich nach Lösungen, Therapiemöglichkeiten und vermehrt auch nach meinem Lebenssinn. Das tägliche Gedankenkarussell nahm Fahrt auf. Eine derartige Situation war vorher in meinen kühnsten Gedanken nicht vorstellbar, meine Seele nicht vorbereitet, und doch entwickelte sich im Laufe der darauffolgenden Wochen und Monate etwas Eigenartiges. Die Situation ließ mich zwar oft zweifeln und stundenweise auch verzweifeln, und doch entwickelte mein Geist und meine Seele eine mentale Kraft, die mir früher nicht zu eigen war. Heute denke ich über diese außerordentliche Erfahrung, dass jeder Mensch in einer unter Umständen vernichtenden Lebenskrise eine Art innere, versteckte Reserve besitzt, deren Existenz sich ihm vorher verborgen bleiben.

Die Situation unserer kleinen Familie blieb auch noch nach Monaten angespannt, anstrengend und stets begleitet von unvorhersehbaren Vorkommnissen und kleineren gesundheitlichen Rückschlägen meines Mannes. Auch ein langer Krankenhausaufenthalt und Reha-Maßnahmen beschleunigten nichts, und alles lief auf eine lange Geduldsprobe hinaus. Mitentscheidend, dass sich unser gemeinsames und damit auch mein Leben wieder in positivere, lebensbejahendere Bahnen lenken ließ, war der unbändige

Wille meines Mannes, wieder an Lebensnormalität teilzunehmen.

Somit erlebte ich diese unterstützende Willenskraft meines sehr ernst erkrankten Ehegatten in dieser Reha-Phase als Stärkung meiner eigenen Persönlichkeit. Und sie färbte auch ab auf unseren Sohn, der sich trotz seiner Jugend als gefestigte Persönlichkeit entpuppte und der seinen Vater bei der langsamen Genesung begleitete. Auch diese Entwicklung meines Sohnes verlieh mir in Teilen Flügel. Wir wollten es schaffen und es funktionierte.

Nach ca. einem Jahr Anstrengung – oft schlaflose Nächte, organisatorische Veränderungen im Alltag, Umbaumaßnahmen, verschiedene Hilfsmitteln, Therapien, unterstützt von hervorragenden Ärzten, Pflegern und Krankengymnastinnen – erkannte ich für uns alle das Licht am Ende des Tunnels. Und ich empfand auch in einem reduzierten Alltag, eben bedingt durch die Fürsorge für einen pflegebedürftigen Menschen, so eine Art Frieden mit mir und der Zukunft.

Diese leidvolle Erfahrung, mein Mann verstarb vor einigen Jahren, verstärkt meinen besorgten Blick auf Covid 19. Daran ändert auch eine Impfung nichts, denn sie schützt letztendlich nicht vor Ansteckung. Die verschiedenen Mutationen tun ihr übriges und rücken jetzt in den Fokus. Und doch ist es wichtig, die Schutzmaßnahmen und Regeln einzuhalten, auch wenn sich jetzt die Lage wieder etwas entspannt, und den Blick nach vorne zu richten, um positiv und lebensbejahend zu bleiben.



Wie schnell sich alles ändert...

von Armin Czeppel, Holzgerlingen

War in den letzten Jahren noch mein Ziel, die Hektik und Termine des alltäglichen und meist selbstverschuldeten Wahnsinns zu reduzieren, ist jetzt das »Nahezu-nichts-tun-dürfen« selbst mir zu wenig. Egal ob Lock-, Shut- oder Close Down, ob Ausgangsverbot, -gebot oder -einschränkung, jeder soziale Kontakt steht in automatischem Konflikt mit dem eigenen Gewissen und einer kaum mehr verständ-

lichen Verordnung. Mein Verstand sowie die Sorge um die eigene Gesundheit bzw. die der anderen befinden sich im Dauerstreit mit der Sehnsucht nach Normalität und Nähe zu anderen Menschen, speziell der eigenen Familie.

NEIN, ich habe für viele Fragen auch keine bessere Lösung und trage die Krisenbewältigungsmaßnahmen daher verantwortungsvoll mit; und JA, viele Andere haben mit den Auswirkungen weit mehr zu kämpfen als ich, sei es physisch, psychisch oder materiell. Und dennoch ist es zehrender als erwartet, diesen gefühlten Grauschleier über sich zu ertragen. Ich kann es allmählich kaum mehr einschätzen, ob wir uns in einer akuten Krise befinden oder in einer chronischen oder bereits in einer Form von »neuer Normalität«.

Apropos Normalität: Meine 62 Lenze reichen nicht aus, um mich an eine Zeit zu erinnern, die so ernst, aber auch so randvoll mit Abnormitäten war. Das beruht nicht nur auf dem Virus mit dem großen C, das die Welt aus den Fugen hebt und fast alles Andere in den Hintergrund rückt.

...

Unsicherheit generiert Ängste, und Ängste führen zu teilweise abstrusen, ja surrealen Verhaltensweisen. So kann Querdenken per se ja kreativ sein und neue Lösungen hervorbringen, notorisches Querstänkern aber, gepaart mit sturem Aberglauben und ideologischen Feinbildern, ist definitiv nur destruktiv. Wenn wir nicht aufpassen, wird es bald salonfähig sein, gegen alles Bisherige (auch Gute) ins Feld zu ziehen und dabei vor erwiesenen Falschaussagen, aggressivem Auftreten und sogar vor blankem Hass nicht zurückzuschrecken. Wo bleibt der Aufschrei der mitdenkenden und mitfühlenden Mehrheit der Bevölkerung? Gibt es die nicht mehr oder ist sie selbst zu leise und eingeschüchtert? Wo ist die kultivierte Diskussions- und Streitkultur geblieben?

...

So bleibt mein größter Wunsch, dass ich diese Zeilen zum Beispiel in einem Jahr wieder in die Hand nehmen kann mit dem Gedanken: »Zum Glück ist es nochmal gut gegangen.«



§

Alles zu seiner Zeit

von Anita Martin, Gerlingen

Ohne zu nähen, ohne täglich nicht wenigstens für einige Minuten an der Nähmaschine zu sitzen, ist das Leben unbefriedigend. So war mein Empfinden gegenüber der schöpferischen, zugleich praktisch geprägten und durchaus anspruchsvollen Tätigkeit des Nähens über viele Jahre. Das Nähen war ein wichtiger Teil meines Lebens. Ich war nur zufrieden mit dem Tag und mit mir selbst, wenn ich zumeist abends noch etwas nähen konnte. Oft waren es nur einige Minuten, weil nach einem langen Tag bald die Augen zufielen. So fieberte ich dem Feierabend während des Tages entgegen, um endlich heim zu kommen, und, wenn nach den Stunden mit der Familie, die Kinder im Bett und Ruhe eingekehrt war, ich endlich den Deckel meiner elektrischen Nähmaschine abheben konnte, um die Näharbeit vom Vortag ein Stück



fortzusetzen. Nicht Fernsehen als Entspannung, sondern Nähen. Wie glücklich schätzte ich mich, meine Nähmaschine und gute Ideen für das Nähen zu haben. Andere häkelten, strickten zur Entspannung, ich nähte. Zum Nähen braucht man schöpferische Fähigkeiten, Vorstellungsvermögen, Geduld. Auch eine ausreichend hohe Frustrationsschwelle ist nützlich, etwa, wenn fehlgenähte Strecken mühsam wieder aufgetrennt werden müssen. Versuch, Fehlschlag und Neuanfang, beim Nähen ist es wie im normalen Leben.

Meine Oma Else, Jahrgang 1902, muss mir das Talent und die Freude für das Nähen vererbt haben.

Ich nahm als Enkeltochter schon sehr früh bewusst wahr, dass Oma nähte, und auch, wie sie das machte. Und was sie, bevor sie zu nähen anfang, alles veranstaltete. Es grenzte für mich als Dreikäsehoch mit dicken blonden Zöpfen an ein Wunder, dass sie das alles konnte, ohne lange darüber nachzudenken. Sie legte einfach los an den Nachmittagen.

...

Meine persönliche Nähkrise kündigte sich allmählich an, sie schlich sich quasi wie ein Dieb in der Nacht in mein Leben, und zwar zu einer Zeit, als ich schon lange nicht mehr die nötige Ruhe und Muße hatte, um zu nähen.

...

Das Nähen fiel den Prioritäten zum Opfer. Mit fast 70 ist es anders als mit 45.

....

Vielleicht ist es so, dass die Interessen des fortgeschrittenen Lebensalters sich diesem anpassen müssen, sich sogar anpassen wollen. Dass ich fast zehn Jahre lang nicht mehr genäht hatte, beweist doch, dass es nicht mehr so interessant war, dass es nicht mehr so passte wie früher. Sonst hätte ich die eine oder andere Stunde anstatt am PC zu arbeiten die Nähmaschine hergeholt. Dann hätte ich mir zwar kleine, aber zu verwirklichende Projekte und Auszeiten für das Rendezvous mit der Nähmaschine gesucht und sicher auch gefunden. Das habe ich jedoch nicht getan! Es sieht so aus, als wäre unsere Liaison zu Ende gegangen.

Nach der notgedrungen sozial zurückgezogenen Zeit der letzten 15 Monate sehnt sich das Gemüt unendlich nach Kontakten, nach Freundestreffen, nach dem Miteinander sein, nach gemeinsamem Sport, Schwimmen, nach Wandern in der Gruppe, nach Geselligkeit, nach Nähe schlechthin. Und nach ganz normalem Leben.

Sobald die zweite Impfung und ein paar weitere Tage vorbei sind, wird vieles wieder möglich sein, das uns wichtiger ist, als Beschäftigungen aus früheren Jahren in der stillen Kammer ...



Wir haben es allein geschafft

von Peter Clemenz, Jettingen

Echte Krisen haben unsere Urgroßeltern und unsere Eltern erleben müssen durch Kriege und diktatorisch politische Zeiten. Unsere Nachkriegsgeneration, also wir, die nach 1945 geborenen, glaubten kaum, dass uns wirklich echte Krisen treffen können, weil wir in wirtschaftlich aufstrebenden Zeiten heranwachsen durften und es uns politisch, beruflich und menschlich gut ging.

Jetzt, im Alter von 75 und 71 Jahren, erlebten meine Frau und ich ebenfalls eine Krise, die uns zudem in Corona-Zeiten traf. Wir bekamen 2019 eine Eigenbedarfskündigung und mussten nach 35 Jahren Mietzeit ohne eigene Schuld aus der Wohnung ausziehen, weil das Haus, in dem wir wohnten, verkauft worden ist. Große Ängste waren die Folge: Wo wird man landen, bekommt man eine altersgerechte, bezahlbare Wohnung, wann wird das sein und kann man sich in der neuen Umgebung überhaupt wieder zurecht finden? In unserem Alter war das psychisch recht schwer zu erleben. Corona erschwerte dies ganz besonders, weil wir nicht wussten, ob Umzugsunternehmen im Frühjahr 2020 tätig werden dürfen.

Zum großen Glück (das gehört auch dazu) haben wir im März 2020 eine schöne Wohnung finden können. Die Wohnung und die Umgebung (Infrastruktur) und Landschaft entsprachen genau unseren gemeinsamen Vorstellungen.

Den Umzug mussten wir absolut in Alleinregie bewältigen. Kein Sohn, keine Neffen, kein Schwager oder Schwägerin, kein Bruder oder Freunde konnten helfen, die alte Wohnung zu räumen und die neue zu beziehen. Alle Vorbereitungen, das Organisieren, das Packen und Reinigen in der alten Wohnung sowie das Reinigen, Renovieren und Einräumen der neuen Wohnung war von absoluten Alleingängen geprägt.

Insgesamt benötigten wir für diese Tätigkeiten glatte vier Wochen täglicher Arbeit (einschließlich Wochenenden). Danach war bei beiden Muskelkater angesagt. Die Ab- und Anmeldeaktivitäten (und was so alles noch daran hing) waren Sachen, die uns mehr als enorm beschäftigt haben.



Im Alter können wir uns gut aufeinander verlassen.

Nun aber, da wir das gemeinsam als älteres Ehepaar geschafft haben, sind wir stolz, dass es uns wirklich gelungen ist, alles in stetigen Alleingängen zu bewältigen. Wir können es fast noch nicht richtig glauben, dass wir das trotz großem Stress alles so geschafft haben und wir nun glücklich in die Zukunft sehen können. Wir haben somit eine doppelte Krise bewältigt, die wir, so glauben wir, nur bewältigen konnten, weil wir nach 53-jähriger Ehe gut aufeinander eingestellt waren und sind.



Komm zur Ruh', du ungeduldiger Geist

von Daniela Mieth, Leonberg

»Ein Plädoyer für das Ausklinken«, so die Überschrift eines Berichtes in meiner heutigen Zeitung. Es ist ein Bild von einem Menschen zu sehen dem sein ganzer Kopf zu zersplittert droht, dies unterstreicht das ganze Thema noch. Ich fühle mich sofort angesprochen und denke, wie treffend dies doch in die Pandemiezeit passt. Negatives über Negatives überschattet

die letzten Monate unser Dasein, unser aller Leben. Die einzelnen »positiven« Schlagzeilen fallen irgendwie nicht mehr ins Gewicht, zu stark ist man den negativen Einflüssen ausgesetzt.

...

»Lerne, im Regen zu tanzen«, so meine Motivationsspruch auf meinem Nachttisch. Mein rettender Anker in dieser Zeit des Umbruchs, der Neufindung. Ich will im Regen tanzen und will geduldig sein, aber es kostet mich mehr Kraft als gedacht. Mein verzweifelter Ruf nach dem »Nadelpieks«, der die Lösung aller Probleme sein soll, wird nicht erhört. Die Warteliste beim Arzt scheint endlos.

...

Aber ich bin auch zuversichtlich, die Tage des erzwungenen »Ausklinkens« sind gezählt, und jetzt heißt es »Endspurt und nicht durchdrehen«, sondern voller Zuversicht nach vorne schauen. Das Licht am Ende des Tunnels ist zu sehen. In ein paar Monaten vielleicht schon werde ich, werden wir feststellen, es ist mal wieder Zeit, sich auszuklingen. Also packen wir es gemeinsam an.



Aufgeben – kein Thema!

von Silvia Eisenhut, Böblingen

Der Aussage »Nach der Geburt eines Kindes ist das Leben nicht mehr so, wie es war« kann ich voll und ganz zustimmen. Nur war mir anfangs nicht bewußt, wie gravierend das auf mich zutreffen würde.

Als sich die Geburt des ersten Kindes anbahnte, litt ich hauptsächlich unter Rückenwehen. Bis zu dieser Erfahrung war mir nicht bekannt, dass es das in diesem Ausmaß geben kann. Nach der Geburt hatte ich lange Zeit einen großen blauen Fleck im Lendenwirbelbereich mit entsprechenden Schmerzen. Diese blieben mir auch erhalten, nachdem sich der Bluterguss endlich verzogen hatte. Der Besuch beim Orthopäden war nicht sonderlich hilfreich. Er hat auf mein extremes Hohlkreuz hingewiesen und mir eine Spritze verabreicht. Mit der Aussage, das gibt sich mit der Zeit, war ich wieder entlassen. Die erste Blockade, verbunden mit heftigen Schmerzen, ereignete sich

dann nach wenigen Monaten und die wiederholten sich zwei- bis dreimal im Jahr.

Nach sechs Jahren Familienpause begann ich wieder zu arbeiten, und mir wurde ein neuer Orthopäde empfohlen, der sich innerhalb kurzer Zeit großer Beliebtheit bei seinen Patienten erfreute. Und dieser hat mich dann umgehend in die »Röhre« geschickt. Ohne diesen Befund wollte er keine Diagnose stellen. Tja, und die hat mir dann fast den Boden unter den Füßen weggezogen. Mit Mitte 30 habe ich erfahren, daß sich bei der ersten Geburt ein Lendenwirbel verschoben hat. Bei sofortiger Behandlung hätte mir geholfen werden können, es inzwischen aber leider zu spät wäre. Außerdem wurde mir so nebenbei mitgeteilt, welche Probleme im Laufe der Jahre noch auf mich zukommen können.

...

Trotz der jetzt beinahe 30 Jahre als Schmerzpatientin und immer mit der Angst, eventuell mal auf den Rollstuhl angewiesen zu sein, habe ich niemals aufgegeben. Immer wieder schaffe ich es, die ganzen Probleme wenigstens für kurze Zeit zu verdrängen. Meine Lebensqualität ist zwar ziemlich eingeschränkt, aber ich bin einfach zu neugierig und unternehmenslustig.

Man hat nur zwei Möglichkeiten: entweder aufgeben oder weitermachen. Ersteres kam für mich nie in Frage. Meine Neugier ist einfach zu groß.

Da kommt doch noch was!



Wie ein Mädchen und ein Junge die Pest besiegten

von Laura Vicente Antunes, Herrenberg

In einer Zeit, als die Mönche in Mönchberg noch Wein kultivierten, machte sich an einem Tag im sprießenden Frühjahr ein Mädchen auf den Weg in den Wald. Es trug über seinem Arm ein Körbchen mit schwäbischem Hefezopf und dem fruchtigen Wein dieser Gegend. Das arme Kind hatte seine Eltern früh verloren und wollte nach langer Zeit wieder einmal die gute Großmutter in ihrer Hütte im Buchenwald be-

suchen. Man muss nämlich wissen, zu jener Zeit wütete die Pest in allen Landen, und die Großmutter, eine weise und heilkundige Frau, hatte sich schon lange in den Wald zurückgezogen, um aus Kräutern, Blüten und Beeren Arzneien herzustellen.

...

Als bald traf es am sprudelnden Bach auf den Bäckersburschen, einen kräftigen Jungen von sonnigem Gemüt und immerzu leuchtenden Augen, den sie gern hatte. Der Bäckersbursche hob den Stock, den er zu einer Art Speer geschnitzt hatte, blickte konzentriert ins Wasser, stieß zu, und schon hatte er einen schönen, fetten Fisch gefangen. »Bring den deiner Großmutter. Und bestell ihr recht herzliche Grüße von mir.« Bald darauf erreichte das Mädchen die Hütte seiner Großmutter.

...

Eines Tages erreichte die Pest auch das Dorf des Mädchens. Der Bäckersbursche lag ebenfalls krank darnieder, und so wurde das Mädchen erneut zur Großmutter geschickt, um Medizin zu holen. Sie erzählte von der schlimmen Lage im Dorf. Die Großmutter nickte und begann, einige Fläschchen mit Salben einzupacken: »Ich habe meine Medizin mit Fischöl verfeinert, das verstärkt die Wirksamkeit. Der Bäckersbursche hat uns ein wahres Geschenk gemacht.« Das Mädchen brachte die Medizin zu den Leuten. Sie wachte am Bett des Bäckersburschen und hielt seine Hand, bis schließlich die Beulen auf seiner Stirn zurückgingen und das Fieber sank.

...

Auch die anderen Bewohner des Dorfes wurden geheilt, und als sie erfuhren, wem sie ihre Heilung zu verdanken hatten, feierten sie ein großes Fest, kürten die beiden Kinder zu Ehrenbürgern und wenn sie nicht gestorben sind...



Die (Glaubens-) Krise

von Sandy Eberle, Jettingen

Als fünftes von insgesamt neun Kindern erlebte ich so manche Krise, kleine und große, alles überlebt. Aus jedem Tief folgte ein Hoch, und jeder Fall stärkte



Kloster St. Trudpert, Münstertal/Schwarzwald.

mich von neuem. Unser Vater katholisch und die Mutter auch. Jeden Sonntag gingen wir, da gab es keine Frage, in die Kirche. Den Scheitel gezogen, ein Sonntagskleidchen am Leib, die Füße steckten in weißen Strümpfen und sauberen Schuhen.

...

Ich für meinen Teil hatte sehr viel Respekt vor dem lieben Gott, nach dem Wort unseres Vaters war er ein strenger Gott. Das spürte ich deutlich, denn ich fühlte mich schlecht, wenn ich etwas tat, was in Gottes Augen böse sein konnte. Verspürte ich Unrecht, sollte ich einfach nur dankbar sein! Damit war der Kittel geflickt.

Meine Lebensumstände ließen mich immer wieder an Gott zweifeln. Ich fühlte mich von allen allein gelassen, und ungeliebt brach ich irgendwann seelisch zusammen. In meiner Not sagte ich zu mir: »Gott, wo bist du? Siehst du mich nicht? Wenn es dich wirklich gibt, dann zeige dich mir.«

Im selben Jahr verreiste ich im Oktober mit meiner lieben Freundin in das Münstertal. Dort lebte meine Schwester im Kloster St. Trudpert. Mit meiner Freundin gingen wir regelmäßig zu den Morgenandachten und zusätzlich am Abend zur Vesper. Dann spürte ich ein Kratzen im Hals, und die Nase war zu. Also schleppte ich mich so halblebig umher, kein Appetit, keine Lust. Nur der Gottesdienst, den besuchten wir fast regelmäßig. Auch gingen wir in die Apotheke, um nach Aspirin zu schauen gegen meine Kopfschmerzen.

Was mir sehr half, waren meine Gebete, meine Beziehung zu Gott war auf einmal ganz groß und

wunderbar. Ich bat ihn, mich bald wieder gesund zu machen, und nach zwei Tagen Fieber ging es mir wieder prächtig.

Die restlichen Urlaubstage waren unbezahlbar schön. Wir erlebten sehr viel Schönes. Meine Schwester schenkte mir zum Abschied eine Bibel, da ich den Wunsch hatte, in der Bibel zu lesen.

Zu Hause ging es mir weiterhin gut. Ich war mit soviel Freude erfüllt. blieb ruhig, wenn mir jemand böse kam. Erklärte mich ohne wütend zu werden, wenn jemand etwas nicht verstand.

...

Egal was ich tat, ich sprühte vor Glück und Freude. Ich fühlte mich wie neu geboren. Mein ganzes Leben hat sich verändert, und ich bin gewillt, Gottes Wort zu lesen und zu verstehen.



Für meinen Papa

von Inge Amrouch, Renningen

Im März 2020 dachten wir noch: Okay, da müssen wir jetzt durch. Irgendwie wird der blöde Virus auch wieder verschwinden. Papa ist 88 und lebt alleine. Er ist ca. eine Stunde Fahrtzeit von mir entfernt. Zum Glück hat er noch meine Geschwister in der Nähe, die nach ihm schauen. Wir telefonieren jeden Sonntagabend um 19 Uhr und besprechen die Fussball-ergebnisse und was sonst so war unter der Woche. Jedes Mal beenden wir das Gespräch mit dem Satz: »Es wird sicher wieder besser werden, und dann sehen wir uns wieder.«

Endlich, im Frühsommer, kann ich mal einen Besuch wagen, mit Abstand. Es tut so gut, mal wieder ein persönliches Gespräch zu führen. Ich merke, er ist schon sehr einsam und auch gesundheitlich viel schwächer. Das Herz hat viel gearbeitet, und die Beine sind schwer. Aber er versorgt jeden Tag sein Pferd.

Am 13. September ist der 89. Geburtstag und immer noch Einschränkungen. Das Wetter ist toll, und wir treffen uns bei ihm im Freien und verbringen einen schönen Tag mit Abstand. Aber nächstes Jahr können wir den 90. Geburtstag bestimmt richtig feiern.

Doch im Frühjahr 2021 sieht alles noch schlechter aus. Die dritte Welle hat uns im Griff. Wir wurden zum Glück alle von Corona verschont. Papa ist jetzt geimpft. Doch gesundheitlich hat er immer mehr Probleme. Er bekommt nicht richtig Luft. Wasser hat sich im Körper gesammelt, und er muss ins Krankenhaus. Wenigstens können wir telefonieren. Er ist züversichtlich, kommt nach Hause und ein paar Tage danach wieder ins Krankenhaus. Am 14. Mai telefonieren wir wieder. Er sagt, es gehe ihm ordentlich. Er macht jetzt eine Reha dort und freut sich, dass er am 13. Mai das DFB-Fußballspiel im Krankenhaus schauen kann.

Am 15. Mai abends kommt der Anruf: Papa hatte einen Herzinfarkt.

»Zehn Minuten vorher hast du dich noch freundlich mit der Krankenschwester unterhalten. Es gab keine Rettung für dich. Dein Herz war zu schwach. Papa, ich kann dich nicht mehr besuchen. Leb wohl und ich hoffe, da, wo du jetzt bist, ist es schön!«



Der 23. Februar 1945: falscher Ort zur falschen Zeit

von Horst Meder, Weil der Stadt

Im Morgengrauen startet der britisch-amerikanische Bomberverband auf einem der vielen Air-Basen in Süden Englands. Ziel ist die Kugellagerfabrik Fichtel und Sachs in Schweinfurt. Etwas gelangweilt sucht der Bordschütze den Himmel nach feindlichen Flugzeugen ab. Schon seit Wochen hat er keinen ME 109-

Abfangjäger mit Hakenkreuz am Leitwerk mehr gesehen, und die wenigen noch funktionierenden FLAK-Stellungen werden sie auch heute wieder umfliegen. Auch dieser Feindflug wird aller Voraussicht nach routinemäßig ablaufen. Heute Abend ist er mit Jenny im Jazz-Club verabredet, und er zweifelt nicht daran, dass er pünktlich sein wird.

Unter der am Horizont aufgehenden Sonne taucht die Küste der Normandie auf. Für den Bordschützen immer wieder ein beeindruckendes, fast friedliches Bild – wenn er nicht wüsste, dass unten in den Bombenschächten Tod und Verderben lauern. Gegen zehn Uhr morgens erreicht das Geschwader Schweinfurt. Kein Abfangjäger und keine Leuchtspuren von Flugabwehrkanonen haben den Anflug gestört. Aber Schweinfurt – als hätte es das bevorstehende Inferno geahnt – hat sich unter einer tiefhängenden, dichten Wolkenschicht versteckt. Der Commander weiß, er kann hier nicht lange auf die Auflösung der Wolkenschicht warten, denn der Sprit muss für den Rückflug reichen. Noch mehr Sorgen bereitet ihm allerdings die Last der Spreng- und Brandbomben in den Bombenschächten. Die muss er irgendwie loswerden. Denn mit den Bomben im Bauch können die Flugzeuge nicht landen.

Nach ein paar Kreisen zieht das Geschwader in Richtung Süd-Süd-West ab. Zwanzig Minuten später reißt die Wolkenschicht auf und gibt den Blick auf das Maindreieck mit einer kleinen Stadt frei. Es ist Kitzingen, erkennt der Commander bei einem Blick auf die Karte. Eine Stadt mit 17.000 Einwohnern, einem Militärflugplatz und einer FLAK-Stellung. Militärbasen dürfen nicht angegriffen werden, lautet der Befehl. Die Strategen zuhause erwarten, dass die Invasion in wenigen Wochen abgeschlossen sein wird. Und dann brauchen die einrückenden Soldaten Unterkünfte.

Aber die Bomben müssen weg. Im Fadenkreuz liegt ein Städtchen mit zwei Kirchtürmen, einem Marktplatz und einem Bahnhof. Um 11:05 befiehlt der Commander den Angriff. In drei Wellen greifen die Bomber an.

Fünfundzwanzig Minuten später ist der Spuk vorbei. Eine Spur der Zerstörung durchzieht die Stadt, Feuerstürme brausen durch die Straßen. 723 Menschen überleben das Inferno nicht. Kinder, Frauen und alte Männer. Der Tod hat unerbittlich zugeschlagen. Er hat die hinweggerafft, die zur falschen Zeit am falschen Ort waren.



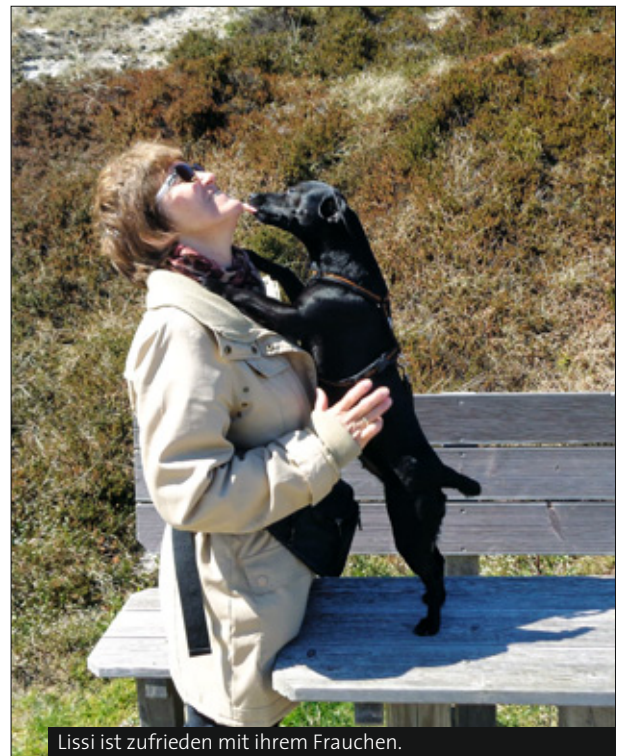
Auf den Hund gekommen

von Gudrun Schultheiss, Rutesheim

Was waren das für traurige Wochen und Monate, nachdem wir unsere treue, zwölfjährige Schäferhündin Cora im Sommer 2010 aufgrund einer Krebserkrankung von ihrem Leiden erlösen mussten.

Cora bekam ihre letzte Ruhestätte an ihrem Lieblingsplatz unter einer Birke in unserem großen Garten.

Drei Jahre waren inzwischen vergangen, mein Mann und ich dachten oft an die schönen Wanderungen, die wir einst als glückliche Hundebesitzer gemacht hatten. Immer wieder schlich sich ein wehmütiges Gefühl in unsere Herzen.



Lissi ist zufrieden mit ihrem Frauchen.



Albtraum im Alter!

von Werner Suppanz, Leonberg

Bis ich eines Tages im Büro meines Mannes war und unser Telefon klingelte. Die jugendliche Stimme unserer jüngsten Tochter, die an diesem Tag im Polizeidienst war, erklang aus dem Hörer und ließ uns plötzlich hellwach werden. »Mama, Papa, ich war gerade mit meinem Kollegen und dem Streifenwagen in einem Nachbarort, um dort einen kleinen Hund abzuholen. Er war zwei Tage lang an einem Pfosten in der Nähe einer Feldscheune festgebunden und wurde dort ausgesetzt. Der Landwirt hat uns gebeten, das Tier abzuholen.«

Ich spürte mein Herz lautstark schlagen, während meine Tochter weiter erzählte: »Wir sind jetzt auf dem Weg ins Tierheim. Sollen wir uns nicht vorher treffen, damit ihr euch das Hündchen mal ansehen könnt? Ihr müsst euch aber beeilen, wir sind ja dienstlich unterwegs!« Wie ferngesteuert setzten wir uns ins Auto und fuhren dem Streifenwagen entgegen.

Dort angekommen sahen wir ein kohlschwarzes, am ganzen Leib zitterndes, Fünf-Kilo-Hündchen auf dem Schoß meiner Tochter sitzen. Es war schon spät am Abend, und unsere Tochter machte den Vorschlag, den kleinen Hund zum Kennenlernen über Nacht mit nach Hause zu nehmen, denn dann bliebe ihm die erste, einsame Nacht in der dunklen, fremden Quarantäne im Tierheim erspart.

Wir nahmen den verängstigten Hund mit nach Hause. Uns überraschte, dass das junge Tier trotz allem in unserem großen Flur freudig mit Bällen spielte, uns ausgehungert aus der Hand frass und jede unserer Streicheleinheiten in vollen Zügen genoss. Es war, als ob ich noch ein viertes Kind bekommen hätte. Lissi, so nennen wir sie, brachte uns oft zum Lachen mit ihrem drolligen Wesen, man musste sie einfach gern haben, und bald kam auch der Zeitpunkt, wo ich ein volles JA zu unserem kleinen Hund fand und ihn niemals mehr hätte hergeben wollen.

Seit 15 Monaten lebt Lissi nun bei uns, und wir haben unsere Entscheidung nie bereut. Mein Mann hat an Gewicht verloren, und ich habe nach dem Auszug unserer drei Kinder wieder ein »Baby« bekommen, das ich knuddeln darf und für das ich sorgen kann. Lissi hat unter unserer Pflege und Fürsorge zwei Kilo Gewicht zugenommen – das steht ihr gut, und sie ist zufrieden mit ihrem neuen Herrchen und Frauchen.

Gefährder oder Gefährdet? Oder beides!
Keine Besuche im Pflegeheim – keine Gesellschaft – keine Partys – nur eine Person im Aufzug – Abstand halten – zum Einkaufen gehen nur, wenn notwendig – niemandem die Hand geben – Hände immer waschen – in die Ellenbogen niesen – niemanden anhusten – so wenig wie möglich mit den Händen ins Gesicht fassen – so sind die Regeln, die man nun alltäglich einhalten muss.

Das Schlimmste für die Pflegeheime und Krankenhäuser ist, dass die Besuchszeiten gestrichen wurden. Meine Frau ist schon seit sechs Jahren im Pflegeheim und unterliegt mit Corona totalen Einschränkungen. Nicht einmal einen Kaffeelöffel darf man selbst holen. Ganz klar, das Personal hat strengste Vorschriften. Besuche sind zwar wieder erlaubt, die Besucher müssen aber im Zimmer der Pflegebedürftigen bleiben.

...

Nun sind wir jetzt da angekommen, wovon wir alle Angst hatten und haben, die zweite Coronawelle ist da... Man hat den zweiten Lockdown nicht mehr verhindern können, sondern noch verschärfen müssen. Das Pflegepersonal in Krankenhäusern und Pflegeheimen ist maßlos überfordert.

...

Jetzt ist auch meine Frau positiv getestet. Die Angst ist maßlos. Kein Telefon, keine Videoverbindung, meine Frau hätte dies auch alles nicht verstanden. Aber sie hat es überstanden. Letztendlich wurde sie wieder negativ getestet.

Beim ersten Besuch nach langer Zeit hörte ich sie schon in der Etagentür sagen: »Ich will ins Bett.« Als sie mich sah, streckte sie mir die Hände entgegen und heulte fürchterlich. Ich versuchte, sie zu beruhigen, dann stieß sie mich weg. Sie hat mich nicht erkannt! Viele Fragen keimten in mir auf, blieben aber unbeantwortet.

...

Ich bin vorsichtig, trotzdem scheint das Impfen unausweichlich zu sein. Nach langen vergeblichen Versuchen erhaschte unser Sohn Impftermine für

mich. Natürlich war ich froh und fuhr zum Impfen nach Stuttgart. Es verlief alles geordnet und wohl durchdacht. Schnell war ich wieder daheim. Etwas Hoffnung keimte in mir auf!

Aber die nächsten Nachrichten belehrten mich eines anderen. Die dritte Corona-Welle zeichnet sich schon ab. Noch glaubt es keiner.



Ostertrilogie

von Silvana Goldbach, Schönaich

Eier ausblasen und dann mit Wasserfarben sanft bemalen, damit die Schale unversehrt bleibt – das war eine Freude! Mama pustete besser als ich – ich musste immer die Löcher vergrößern, damit der gelbglibberige Inhalt sich leichter hinaus pusten ließ. Dann am Bindfaden mit Hilfe von Streichholz-Stückchen aufhängen. So schmückten wir unseren Osterstrauß in den 60-er Jahren! Der Höhepunkt am Ostersonntag war aber die Freude am Naschen für uns Süßschnäbel. Es war leicht, das Nest zu finden.

...

Was mache ich nun zu Ostern im Lockdown? Dieses Leiden scheint kein Ende zu nehmen. Das hält mich nicht davon ab Gaumenfreuden zu zelebrieren. Gründonnerstag gibt es Artischocken, Karfreitag Maultaschen und Ostern auf jeden Fall Lamm, mit etwas Spargel sogar.

Unsere Enkel werden im Garten nach kleinen Überraschungen des legendären Hasen Ausschau halten, das ist sicher. Ariane bringt eine Möhrentorte mit, und bei Judith sind wir zum Brunch eingeladen – trotz Lockdown keine Langeweile. Selbstverständlich vorher alle mit Corona-Test.

...

Meine Osterfreude überkam mich bereits am Karfreitag morgens um 9 Uhr. Wie so oft in den letzten beiden Monaten klappte ich beiläufig meinen Laptop auf, um einen Impftermin zu suchen – ich erschrak gewaltig, als das Fenster sofort »aufpoppte«.

Ungläubig starrte ich in den Bildschirm: Ostermontag um 14.12 Uhr – Zweittermin im Juni! DAS war mein Fest der Auferstehung!



Zwergenland in Not

von Silke Hemmer, Weil der Stadt

Einst gab es ein schönes Land, dessen beliebter Landesfürst im hohen Alter verstorben war. Die Menschen trauerten und waren beunruhigt. Nach vielen Überlegungen kamen vier Zwerge an die Macht. Vier Zwerge, die von sich dachten, dass sie Riesen wären. Ihnen war alles nicht genug. Sie wollten nicht nur Macht, sondern auch Größe. Zwerg Blaustein herrschte über den Bau von Wagen. Zwerg Rotstein den Bau von Häusern. Zwerg Grünstein war Herr über das Land. Zwerg Gelbstein herrschte über die Nahrung. Es hieß, alles würde bald noch besser werden.

Zwerg Blaustein ließ einen Wagen von Übergröße bauen.

Zwerg Rotstein ließ ein riesiges Haus bauen.

Zwerg Grünstein wollte ein neues, größeres Land gewinnen.

Zwerg Gelbstein wollte größere Kohlköpfe, Nüsse, Äpfel.

So ging es mit diesen vier Zwergen, die meinten, sie wären Riesen. Die Menschen waren ratlos und mutlos. Sie hatten Angst, was geschehen würde, sollten sie auch dieses Mal nicht schaffen, die Wünsche der Zwerge zu erfüllen. So verging eine Zeit großer Bangnis. Sie sprachen kaum noch miteinander, zogen sich zurück, arbeiteten hart und versuchten ihr Bestes.

Eines Tages war es wieder soweit. Es sollte ein großes gemeinsames Fest mit allen vier Zwergen stattfinden.

...

Zu sehen war ein sehr, sehr kleiner Wagen. Ein sehr, sehr kleines Haus. Winzige Kohlköpfe, Nüsse und Äpfel, und ein ganz kleines Land.

Die Zwerge standen davor, gingen hinein, durchschritten das Land, bissen in saftige, sehr kleine Äpfel und prüften die winzigen Kohlköpfe. Ihre Augen leuchteten! Sie waren begeistert und lobten die Menschen, dass alles so wunderbar gelungen, wie es ihrer Größe und Herrlichkeit angemessen war.



Die Krise des Lebens

von Daria Hertkorn-Brandt, Böblingen



Was geschah nun weiter? Die Menschen mussten doppelt so viel arbeiten, um nicht zu verhungern, doch es war Frieden im Lande. Ob er von Dauer war, ist nicht überliefert.



Was bedeutet eine Krise?

von Elizabeth Schraitle, Nagold

Die schlimmste Krise ist die, die sich auf der ganzen Welt verbreiteten Krise einer Krankheit, die bis zum Tode führen kann und die Corona genannt wird..., aber es gibt auch noch andere Schicksalskrisen.

...

Ich selbst hatte seit 1984 einen Lebensgefährten bis zum Jahr 2004. Er war gerade erst 50 Jahre alt geworden, da hatte er einen schweren Autounfall, bei dem er ums Leben kam. Er war unschuldig.

...

... und zeitgleich befand ich mich im Krankenhaus, weil mir ein Fuß wegen Durchblutungsstörungen amputiert werden musste. Das war schlimm.

Seitdem lebe ich in einem Pflegeheim, wo ich gut versorgt werde. Zusätzlich zu meinem normalen Rollstuhl habe ich noch einen elektrischen Rollstuhl mit dem ich ein bisschen rumfahren kann.

So spielt halt manchmal das Leben, aber man darf nicht verzweifeln, denn es gibt trotzdem noch viel Schönes im Leben.

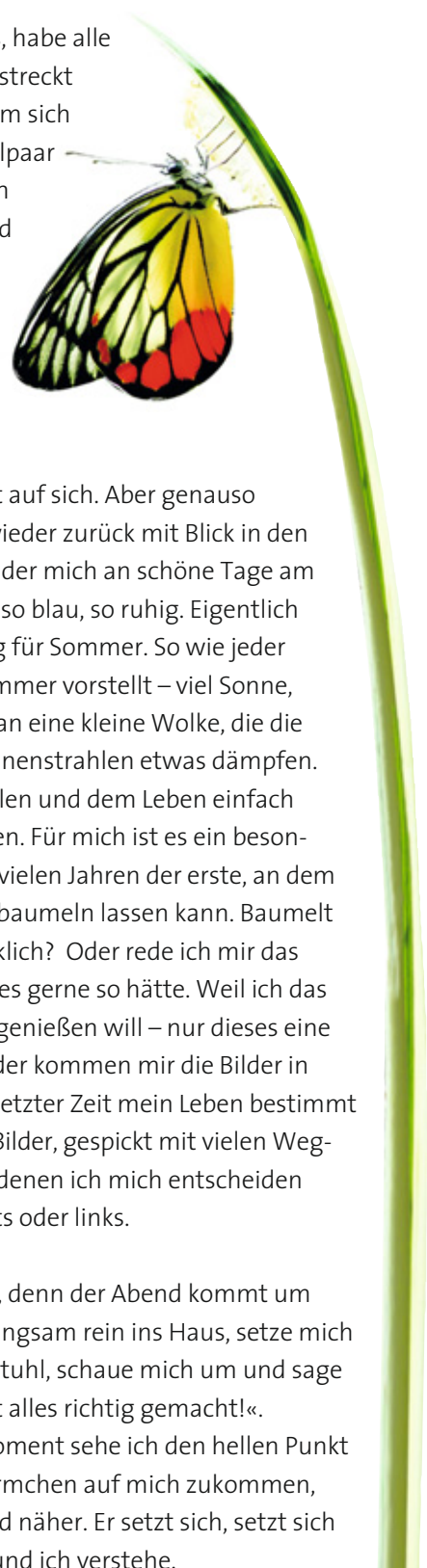


Ich liege im Gras, habe alle Viere von mir gestreckt und schaue einem sich balgenden Vogelpaar hoch oben in den Lüften zu. Ab und an ziehen die Schmetterlinge, die neben mir im Gras an den Gänseblümchen naschen, meine Aufmerksamkeit auf sich. Aber genauso schnell bin ich wieder zurück mit Blick in den blauen Himmel, der mich an schöne Tage am Meer erinnern – so blau, so ruhig. Eigentlich ein typischer Tag für Sommer. So wie jeder sich das Idyll Sommer vorstellt – viel Sonne, Wärme, ab und an eine kleine Wolke, die die wärmenden Sonnenstrahlen etwas dämpfen. Zeit sich zu erholen und dem Leben einfach seinen Lauf geben. Für mich ist es ein besonderer Tag. Nach vielen Jahren der erste, an dem ich meine Seele baumeln lassen kann. Baumelt meine Seele wirklich? Oder rede ich mir das nur ein, weil ich es gerne so hätte. Weil ich das »Idyll Sommer« genießen will – nur dieses eine Mal. Immer wieder kommen mir die Bilder in den Kopf, die in letzter Zeit mein Leben bestimmt haben. Düstere Bilder, gespickt mit vielen Wegkreuzungen, an denen ich mich entscheiden musste, ob rechts oder links.

...

Ich stehe auf, denn der Abend kommt um die Ecke. Gehe langsam rein ins Haus, setze mich in meinen Lehnstuhl, schaue mich um und sage zu mir: »DU hast alles richtig gemacht!«.

In diesem Moment sehe ich den hellen Punkt wie ein Glühwürmchen auf mich zukommen, immer näher und näher. Er setzt sich, setzt sich in meine Seele, und ich verstehe.



❧

Corona-Monolog-Protokoll

von Erwin Pischel, Gärtringen

Montag, 6. April

Beim Bäcker:

»Guten Morgen!«

»Bitte vier Sesambrötchen!«

»Auf Wiedersehen!«

Dienstag, 7. April

Supermarkt

an der Kasse:

»Guten Morgen!«

»Auf Wiedersehen!«

Mittwoch, 8. April

Donnerstag, 9. April

Beim Bäcker:

»Guten Morgen!«

»Bitte vier Sesambrötchen!«

»Auf Wiedersehen!«

Freitag, 10. April

Supermarkt

an der Kasse:

»Guten Morgen!«

»Auf Wiedersehen!«

Samstag, 11. April

Sonntag, 12. April

In der Kirche:

»Amen.«



Einsam_keit

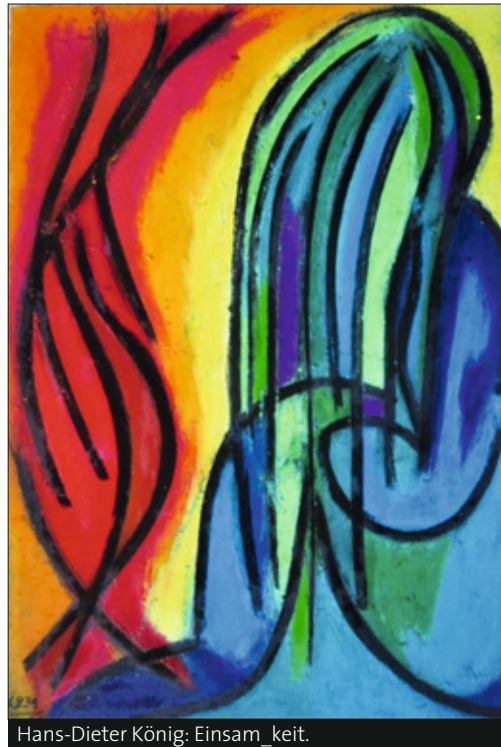
von Hans-Dieter König, Ehningen

Einsam ist – wer vergisst,
wer einfach nur vergessen ist,
der nur auf Anerkennung baut,
der nur nach Ruhmes Willen strebt,
dem nie bewusst ist, dass er lebt.

Einsam ist – wer vergisst,
dass Menschlichkeit und Wärme zählen,
dass man dabei – sich nur zu quälen,
der einsam seiner Wege zieht, und
nicht das Glück am Rande sieht.

Einsam ist – wer vergisst,
dass das Vergessen – einsam ist,

Einsam ist nicht Einsamkeit,
Einsam hat für vieles Zeit,
Einsam lässt dich in dich gehen,
Einsam lässt Dich anders denken,
Einsam hilft Dich wirklich sehen,
Einsam lässt Dich
wieder hoffen,



Hans-Dieter König: Einsam_keit.

Den Einsamen
verlässt die Wut,
dem Einsamen
tut Neues gut,
Einsam kreisen
die Gedanken,
bringen »Weltbilder«
zum Wanken,
Einsam auf sich
selbst gestellt,
verändert sich
die eigne Welt,

Einsam sein von Zeit
zu Zeit,
bringt Dich zu Dir
selbst zurück,
Und das – das ist
ein großes Glück.

In Corona-Zeiten braucht man Mumm.
Denn es geht auch um das allgemeine
Drumherum.

Es begegnen uns vermummte Gestalten,
man könnt sie grad für Räuber halten.
Niemand weiß, wer der andere ist
und was noch kommt bei diesem Mist.
Es könnten sogar Mörder sein,
das geht uns ja durch Mark und Bein.
Kann man ändern denn noch trauen
obwohl wir uns in die Augen schauen?
Es fehlt uns ja das halbe Gesicht
und das fällt schon ins Gewicht,
denn ob der andere lächelt oder nicht
na ja, das weiß man eben nicht.
Wir hoffen auf ein baldig Ende
vielleicht bringt der Impfstoff ja die Wende.
Gemach, gemach, es wird schon werden
wir haben schon so vieles überstanden auf der
Erde.
Sie dreht sich weiter rundherum
und so lang brauchen wir halt Mumm!

IMPRESSUM

Leseheft des 32. Schreibwettbewerbs 2021

Herausgeber

Kreisseniorenrat Böblingen e. V.

Verantwortlich für

Inhalt, Redaktion und Lektorat

Peter Renelt, Kreisseniorenrat Böblingen e. V.

Projektbeauftragter Schreibwettbewerb

Kontakt beim Landratsamt Böblingen

Irena Schmid, Sekretariat Jugend und Soziales

Geschäftsstelle Kreisseniorenrat

Telefon 07031/663-13 97

kreisseniorenrat@lrabb.de

Gestaltung

Brigitte Ruoff, Stuttgart

brigitte.ruoff@t-online.de

Druck

GWW – Gemeinnützige Werkstätten
und Wohnstätten GmbH Sindelfingen

Bildnachweis

– commons.wikipedia.org:

Titelbild Nicholas A. Tonelli || s10 Peng

s14 Bundesarchiv/B 145 Bild-Fo38788-0006/Schaack,

Lothar/CC-BY-SA 3.0 | s15 Maksim/GNU-FDL

s17 AHert | s19 Fabimaru | s20 Slawek Staszczuk

s24 Felipe Micaroni Lalli | s25 Ralph Hunderlach

s26 Hinnerk Rümenapf | s42 Bundesarchiv/Bild

146-1979-084-06/CC-BY-SA 3.0 | s48 USDAgov

– stock.adobe.com/Fotolia:

s12 GeoM | s33 Iakov Kalinin | s54 cammer

s61 rechts 2nix

– flickr.com: s53 Marco Verch

– Sonstige: s31 Peter Renelt | s37 www.stejh.de

s49 www.innoperform.de | s51 Brigitte Ruoff

– Weitere Abb. wurden von den Teilnehmenden

zur Verfügung gestellt. Sollten Urheberrechte

verletzt worden sein, geschah dies unwissentlich.

Auflage: 250 Stück

© 07/2021

Kreissenorenrat Böblingen Unsere Schwerpunkt-Themen:



1. **Gemeindevertretungen**: Unterstützung der Kommunen, Vernetzung, Erfahrungsaustausch, Musterprojekte im Kreis auf KSR Homepage
2. **Öffentlichkeit**: Veränderungen und Chancen des demografischen Wandels aufzeigen, Altersbild in der Öffentlichkeit verbessern
3. **Veranstaltungen**: Altersrelevante Themen wie Gesundheit, Pflege, Wohnen, Soziale Teilhabe, Vorsorge, Gerontologische Fachtage
4. **Coaching – Fit für Bewerbungen**: Durchführung von Bewerbungstraining für Schüler im Kreis Böblingen
5. **Besuchsdienste**: Ausbau vorhandener und Aufbau neuer Besuchsdienste in den Kommunen
6. **Pflege**: Verbesserung der Bedingungen und des Ansehens des Pflegeberufs, Unterstützung der Heimbeiräte, 10 Tipps für die Neuerungen in der Pflege und für die 24-Stunden-Betreuung zu Hause
7. **Wohnen**: Ziel ist, möglichst lange in gewohnter Häuslichkeit selbstbestimmt zu wohnen, Zertifizierung von seniorenfreundlichen Handwerksbetrieben, Förderung altersgerechter Unterstützungs-Systeme (AAL)
8. **Patientenbegleitung**: Durchführung von Patientenbegleitung in den Krankenhäusern des Kreises mit dem Ziel, Delir und Depression bei älteren einsamen Patienten zu vermeiden. 2019 Gewinn Deutscher Patientenpreis, 2020 Sonderpreis Ferry-Porsche-Challenge
9. **Vorsorgende Verfügungen**: Böblinger Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht, Vorträge und Beratung, Muster-Formulare, Broschüre: Vorsorge für alle Fälle
10. **PC-Internet**: Ausbau von PC-Internet-Teams in den Kommunen, Workshops, Erfahrungsaustausch.



Wenn Sie Interesse haben, an diesen oder anderen Themen in den verschiedenen Organisationen und Vereinen, in Ihrer Gemeinde oder bei uns mitzuarbeiten, freuen wir uns sehr über Ihren Anruf.

Manfred Koebler, Vorsitzender Kreissenorenrat
Tel.: 07031 – 663-1234 eMail: kreissenorenrat@lrabb.de
Homepage: www.kreissenorenrat-boeblingen.de





Klinikverbund
Südwest



Ein erfolgreiches Projekt:

Patientenbegleitung im Krankenhaus

zur Vermeidung von Delir und Depression - ein Projekt des Kreisseniorrats Böblingen in Kooperation mit dem Klinikverbund Südwest und der Einbindung des Vereins FISH e.V. Leonberg

Kurzbeschreibung: Ehrenamtliche und ausgebildete Patientenbegleiter/innen besuchen ältere Patienten während deren Krankenhausaufenthalt. Ziele dabei sind, Orientierung zu geben und Delir und Depression bei den Patienten zu vermeiden.

Aufgabe der Patientenbegleiter: Die Patientenbegleiter stärken mit ihren Besuchen gefährdete ältere Patienten in ihren Alltagsfähigkeiten und geben Orientierung in ungewohnter Umgebung. Sie übernehmen keine pflegerischen Aufgaben, sondern unterstützen bei der selbstständigen Einnahme von Mahlzeiten, motivieren zum Trinken, lesen aus der Tageszeitung vor, erzählen, machen Spiele und – vor allem – hören zu.

Die Patientenbegleiter/innen: Diese gehören zum Team der Nachbarschaftshilfe FISH e.V. Leonberg, sind unfall- und haftpflicht-versichert und erhalten eine geringe Aufwandsentschädigung. Sie sind eingebunden in das Team der Ärzte und Krankenschwestern, welche die zu begleitenden Patienten auswählen. Monatlich finden Team-Besprechungen statt. Die Ehrenamtlichen erhalten zu Beginn ihrer Tätigkeit eine Ausbildung. Das Projekt gewann 2019 den Deutschen Patientenpreis und 2020 den Sonderpreis der



Ferry-Porsche-Challenge.

Stand des Projektes: Bis Juni 2021 wurden von 75 Ehrenamtlichen über 8.000 Patientenbegleitungen in den 4 Kliniken Sindelfingen, Böblingen, Leonberg und Herrenberg durchgeführt. Alle mit großer Zufriedenheit der Patienten, der Krankenschwestern und der Ärzte. Verwirrtheitszustände und Depressionen sind bei den besuchten Patienten nicht aufgetreten.

Weitere Ehrenamtliche gesucht: Wenn Sie sich für die Tätigkeit eines Patientenbegleiters interessieren, freuen wir uns über Ihren Anruf:

Manfred Koebler
Tel.: 07031 - 813417

