

Von West nach Ost, von Süd nach Nord: Zweimal hat der Fotograf Andreas Teichmann zu Fuß die Bundesrepublik durchquert – zur Selbstfindung und um sein Land besser zu verstehen. Er traf dabei auf Menschen, die von ihrem ganz individuellen Blick auf ihre Heimat und ihr Leben erzählten

Wie gelassen ist Deutschland?



Christoph Oppermann, 23, auf dem Land bei Göttingen, Niedersachsen

Braucht unser Land mehr Gelassenheit?
Besonnenheit ja. Aber angesichts von Problemen wie Klimawandel oder Rechtsradikalismus sollten wir nicht zu gelassen sein. Das kann schnell in Gleichgültigkeit umschlagen.

Was bringt Sie aus der Ruhe?
Ohne meinen Terminkalender fühle ich mich unwohl. Durch mein Studium und die Vereinsarbeit habe ich meist dicht getaktete Tage und muss mich gut organisieren.

Was wünschen Sie sich für die Zukunft?
Dass die Menschen mehr miteinander reden, gerade auch wenn sie aus sehr verschiedenen Umfeldern kommen. Dafür engagiere ich mich ehrenamtlich in einigen Vereinen.



Carolin Lampe (links), 19, Medizinstudentin aus Uffenheim, Bayern

Was versetzt Sie in Stress?

Wenn meine Pläne nicht aufgehen, etwa die Vorbereitungen für meine Prüfungen. Oder ich viel um die Ohren habe, wenn ich meinen Vater bei seinem Wahlkampf für das Bürgermeisteramt unterstütze.

Was tun Sie, um gelassen zu werden?

Ich improvisiere. Und um richtig durchzuatmen, fahre ich jedes Wochenende in den Stall. Denn die Pferde zwingen mich geradezu, geduldig zu sein.

Was wünschen Sie sich?

Dass es mir auch künftig gelingt, zurückhaltend mit Handy und Internet umzugehen. Die Masse an Informationen und Meinungen, die auf einen einströmt, strengt mich an.



Annette Schlingmann, 47, Leiterin eines Sozialprojekts, zu Gast im Sauerland, Nordrhein-Westfalen

Wie nehmen Sie die Menschen in Ihrem Umfeld wahr?

Kaum einer hat noch Zeit genug, um sich ausreichend mit sich selbst zu beschäftigen. Deshalb habe ich mich bewusst entschieden, in Teilzeit zu arbeiten.

Was macht Sie gelassen?

Ich finde Kraft in der Nähe von Bäumen und bei meiner Partnerin. Und wenn ich Lust habe, Gedichte zu schreiben, weiß ich: Jetzt bin ich ganz bei mir.

Was wünschen Sie sich?

Ich möchte gern noch vielen Menschen am Rand der Gesellschaft Mut machen. Denn ich kenne ihre Not – ich habe selbst sehr schwierige Zeiten erlebt.





Dr. Peter Kalus, 75, ehemaliger Schulleiter, im Freizeitpark »Illerparadies« bei Kempten, Allgäu

Wo finden Sie Gelassenheit?

Beim Wandern. Wer zu Fuß geht, nimmt die Umwelt viel intensiver wahr. Früher bin ich oft Hunderte Kilometer gelaufen, über die Alpen nach Verona oder auf dem Jakobsweg.

Was wünschen Sie sich für die Zukunft?

Ich würde mich am liebsten zurückwünschen – in die 1990er-Jahre. Nach der Wiedervereinigung herrschte eine große Euphorie, die Welt schien sich zum Besseren zu wenden. Das hat sich leider verändert.

Wofür sind Sie dankbar?

Für meine Kinder und Enkelkinder. Sie wohnen nicht weit weg, drei von ihnen sogar bei uns im Dorf, ich sehe sie täglich. Das verschafft mir große Freude.

**Roland Schmitt (rechts), 56, Food-Truck-Betreiber,
in Norderstedt, Schleswig-Holstein**



Wie nehmen Sie die Stimmung in Ihrem Umfeld wahr?

Die Menschen sind gehetzter als früher, auch einige unserer Kunden. Aber meine Erfahrung ist auch: Wer nett zu anderen ist, der bekommt auch Freundlichkeit zurück.

Was bringt Sie selbst aus der Ruhe?

Wenn ich eine gute Idee nicht umsetzen kann, werde ich ungeduldig.

Und was macht Sie gelassen?

Menschliches Miteinander, vor allem mit meiner Familie und Freunden. Ich bin sehr dankbar, dass es sie gibt.



Diego Bernardini, 46, Kommunikationsberater, in Bergen-Belsen, Niedersachsen

Sind die Menschen in Deutschland zu gestresst?

Ich erlebe sie oft als entspannt. In meiner Heimatstadt Zürich schütteln die Menschen schon verärgert den Kopf, wenn die Straßenbahn einmal eine Minute Verspätung hat.

Wofür sind Sie dankbar?

Ich bin in einer Zeit des Friedens aufgewachsen, habe nie Krieg, Chaos oder Hunger erlebt. Es geht uns allen in Europa viel besser, als wir das Gefühl haben.

Was wünschen Sie sich für die Zukunft?

Ich habe italienische Wurzeln, und dort wünschen die Menschen sich zum Geburtstag oder zu Neujahr gegenseitig serenità – Gelassenheit. Das wünsche ich uns allen.



Franz Braun, 60, Gastwirt in Bühl am Alpsee, Allgäu

Was macht Sie wütend?

Mich ärgert, wenn Menschen nicht sorgsam mit dem umgehen, was unsere Vorfahren uns hinterlassen haben. Zum Beispiel mit den schönen, alten Häusern meiner Heimat.

Wie kommen Sie zur Ruhe?

Gerne setze ich mich zu meinen Schafen, beobachte sie beim stillen Käuen. Oft zeichne ich dann auch ein wenig, male ein Aquarell. Das lässt mich spüren, wie gut ich es habe.

Wie hat sich Ihr Umfeld verändert?

Mir scheint, die Menschen haben immer mehr Freizeit, wollen mehr unternehmen und erleben. Das ist gut für mich als Gastwirt. Aber andererseits leiden die Menschen mehr, meist psychisch. Dieser Widerspruch erstaunt mich immer wieder.



Dagmar Brase, 55, Qualitätsmanagerin, mit ihrem Ehemann Volker und ihrem Vater Horst in Wenningstedt auf Sylt, Schleswig-Holstein



Sind die Menschen in Deutschland zu gehetzt?

Wir leben in Erlangen, da sind die Wege kurz: Das macht es leichter, gelassener zu bleiben. Es ist angenehm beschaulich dort. Trotzdem hat heute jeder unzählige Termine. Wenn ich Freunde brauche, haben sie aber immer auch kurzfristig Zeit.

Was wünschen Sie sich für die Zukunft?

Gesundheit. Und einen guten Wiedereinstieg in den Beruf. Die letzten zwei Jahre habe ich mich freistellen lassen, um meinen Vater bei uns zu Hause pflegen zu können.

Wofür sind Sie dankbar?

Diese wertvolle Zeit mit der Familie erlebt zu haben. Und für meinen Mann! Er hat mich in den letzten Jahren sehr unterstützt und vieles aufgefangen.



Sascha Bärwald-Röthig, 40, Schallplattenpresser in Leipzig, Sachsen

Wie erleben Sie Ihre Mitmenschen?

Das Miteinander ist besser, als die Nachrichten glauben lassen. Die meisten Menschen hier sind freundlich und helfen einander.

Wann finden Sie Ruhe?

Wenn ich den Fischen und Garnelen in meinem Aquarium zusehe – das ist ein kleiner Kosmos für sich.

Wofür sind Sie dankbar?

Dass ich gesund bin – und in einem Land geboren wurde, in dem einem viele Möglichkeiten offenstehen.



Kathrin Bockelmann, 37, Erzieherin in Bispingen, Niedersachsen

Sind die Menschen auf dem Land gelassener als in der Stadt?

Ich glaube nicht – da kommt es eher auf Lebenserfahrung an, eine innere Haltung und Selbstbewusstsein.

Wann verlieren Sie Ihre Ruhe?

Ich spüre einen Druck, alles perfekt machen zu müssen. Aber mit fünf Kindern ist das oft nicht einfach.

Was verschafft Ihnen Gelassenheit?

Mein Glaube. Ich bin überzeugt: Meine Familie und ich leben hier in einem gesegneten Umfeld.





Michael Stinn, 32, Landwirt, Olpe, Nordrhein-Westfalen

Was schenkt Ihnen Ruhe?
Ein abendlicher Rundgang durch den Stall oder die Stille in den Wäldern. Überhaupt: Tiere und Natur.

Wie gelassen ist Ihr Umfeld?
Bei meinen Kollegen aus der Landwirtschaft baut sich Jahr um Jahr mehr Ärger auf: Über die Politik und den Blick der Öffentlichkeit auf unsere Arbeit.

Was wünschen Sie sich?
Wir sollten langfristiger denken, so wie wir es im Umgang mit dem Wald schon immer getan haben – jeder Baum wird für die nächste Generation gepflanzt.



• Begegnungen •



Tanja Steiner-Kaminsky (rechts), 47, Café-Besitzerin in Hohenroth, Bayern

Wie erleben Sie Ihre Mitmenschen?
Die Menschen hier sind gemütlich, so schnell kommt niemand aus der Ruhe.

Was raubt Ihnen die Gelassenheit?
Politiker denken sich immer neue Auflagen für Selbstständige aus, etwa die blödsinnige Kassenbonpflicht!

Was wünschen Sie sich?
Vor Kurzem ist eine gute Freundin gestorben, Lungenkrebs. Wenn ich allein bin, denke ich mittlerweile häufiger an das Alter, den Tod. Ich hoffe, dass meine Familie und ich lange gesund blei-



Andreas Sälzer (rechts), XX (Jg. 1963), Förster, in Becklingen, Niedersachsen

Braucht Deutschland mehr Gelassenheit?
Das wäre wünschenswert. In unserer Gesellschaft wird momentan etwas zu oft versucht, Probleme mit der Brechstange zu lösen.

Was könnten wir von Ihrer Region lernen?
Den Wert guter Nachbarschaft. Auf dem Land kennt und unterstützt man sich gegenseitig, spricht sich ab, passt aufeinander auf. Auch das macht gelassen.

Wofür sind Sie dankbar?
Für meine Familie – und für das, was ich als Förster im Alltag erlebe: Es ist wunderbar, seine Tage in engem Kontakt mit der Natur und ihren Rhythmen verbringen zu können. <