

ELLA BERTHOUD & SUSAN ELDERKIN

mit Traudl Büniger



DIE ROMANTHERAPIE

253 Bücher für ein besseres Leben



Ella Berthoud und Susan Elderkin empfahlen sich bereits beim Literaturstudium in Cambridge gegenseitig Romane. Ella widmete sich anschließend der Kunst, Susan dem Schreiben. Seit 2008 bieten sie an der Londoner School of Life Bibliothherapie-Sitzungen an. Um das wunderbare Chaos des Lebens in den Griff zu bekommen, liest Ella George Perecs *Das Leben. Gebrauchsanweisung*. Wenn Susan das Gefühl hat, in lauter Verpflichtungen zu ersticken, liest sie Haldór Laxness' *Am Gletscher*.

Traudl Büniger ist Programmredakteurin der lit.COLOGNE, Literaturkritikerin und Autorin. Ihr literarisches Debüt *Lieblingskinder* erschien 2012. Gegen Schreibkrisen aller Art liest sie Lorient.

Ella Berthoud & Susan Elderkin
mit Traudl Bünger

DIE ROMANTHERAPIE

253 Bücher für ein besseres Leben

*Aus dem Englischen von
Katja Bendels und Kirsten Riesselmann*

Insel Verlag

Die Originalausgabe erschien 2013 unter dem Titel *The Novel Cure*.
An A to Z of Literary Remedies bei Canongate Books, Edinburgh.

Die Schreibweisen von Autorennamen und Namen von Romanfiguren folgen jeweils der Ausgabe, die als Quelle für die direkten Zitate genutzt wurde (s. Quellennachweise).

eBook Insel Verlag Berlin 2013

Der vorliegende Text folgt der Erstausgabe, 2013.

© der deutschen Ausgabe Insel Verlag Berlin 2013

© Ella Berthoud, Susan Elderkin, Traudl Büniger 2013

Alle Rechte vorbehalten, insbesondere das des öffentlichen Vortrags sowie der Übertragung durch Rundfunk und Fernsehen, auch einzelner Teile.

Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form (durch Fotografie, Mikrofilm oder andere Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Für Inhalte von Webseiten Dritter, auf die in diesem Werk verwiesen wird, ist stets der jeweilige Anbieter oder Betreiber verantwortlich, wir übernehmen dafür keine Gewähr. Rechtswidrige Inhalte waren zum Zeitpunkt der Verlinkung nicht erkennbar.

Umschlaggestaltung: glanegger.com, München

Umschlagabbildungen: Here Design, London

Satz: Hümmer GmbH, Waldbüttelbrunn

eISBN 978-3-458-73372-0

www.insel-verlag.de

Für Carl und Ash
und im Gedenken an Marguerite Berthoud und
David Elderkin, die uns lehrten, Bücher zu lieben –
und Regale für sie zu bauen.

Inhalt

Einleitung 9

Lebenslagen und Leiden von A bis Z 13

Epilog 409

Verzeichnis der Lebenslagen und Leiden 412

Verzeichnis der Leseleiden 416

Verzeichnis der Listen der »Zehn besten Romane« 417

Verzeichnis der Romane 418

Quellennachweise der direkten Zitate 422

Dank 428

Einleitung

Bi|blio|the|ra|pie, die
[bi:bliotεkapi:]

Der therapeutische Einsatz von Literatur zur Behandlung aller Leiden, die das Leben so mit sich bringt.

(Berthoud und Elderkin, 2013)

Dies ist ein medizinisches Handbuch der etwas anderen Art.

Zuerst einmal unterscheidet es nicht zwischen körperlichen und seelischen Schmerzen, sondern bietet Ihnen bei einem gebrochenen Herzen ebenso Hilfe wie bei einem angestoßenen Zeh. Zudem behandelt das vorliegende Buch eine Reihe von allgemeinen Lebenslagen wie Geburtstagsblues, Lustlosigkeit oder Midlife-Crisis. Es stellt sich aber auch den größeren Herausforderungen des Lebens wie dem Verlust eines geliebten Menschen oder dem Umstand, plötzlich alleinerziehend zu sein. Ob Schluckauf oder Montagmorgen-Gefühl, Bindungsangst oder fehlender Sinn für Humor – auch hierbei schafft es Abhilfe.

Und es unterscheidet sich noch in anderer Hinsicht von einem herkömmlichen Gesundheitsratgeber: Unsere Heilmittel bekommt man nicht in der Apotheke, sondern in einem Buchladen und in der Bücherei (oder als E-Book, wenn Sie mögen). Wir sind Autorinnen und Bibliotheraapeutinnen, und unser Arbeitsmittel sind Bücher. In unserem Medizinschrank stehen Balzac und Tolstoj, Saramago, Péric und Proust. Wir haben die Literatur der letzten zweitausend Jahre nach den brilliantesten Köpfen und den heilsamsten Lektüren durchforstet, von Apuleius, dem Autor des *Goldenen Esels* aus dem 2. Jahrhundert n. Chr., bis

zu den zeitgenössischen Elixieren einer Ali Smith und eines Jonathan Franzen.

Bibliotherapie mittels Ratgeber- und Selbsthilfeliteratur kennt man seit einigen Jahrzehnten. Doch Literaturliebhaber greifen schon seit Jahrhunderten – bewusst oder unbewusst – zur Linderung aller möglichen Leiden zu Romanen. Wenn Sie also wieder einmal ein Stärkungsmittel brauchen oder sich in einem emotionalen Durcheinander befinden, greifen Sie zu einem Buch. Unser Glaube an die Heilkraft der Literatur als die reinste und wirkungsvollste Form der Bibliotherapie gründet sowohl auf unseren eigenen Erfahrungen mit Patienten als auch auf einer ganzen Lawine anekdotischer Beweise. Manchmal ist es die Geschichte selbst, manchmal der Rhythmus der Sprache, die uns Leser verzaubern und dabei ihre Wirkung auf unsere Seelen entfalten, sei sie nun beruhigend oder stimulierend. Manchmal ist es eine Idee oder die Einstellung einer der Figuren, die sich in einer ähnlichen Situation befinden wie wir selbst. Egal was es ist – Bücher haben die Macht, uns in eine andere Welt zu entführen und uns einen anderen Blickwinkel zu eröffnen. Wenn wir in einen Roman vertieft sind, außerstande, unseren Blick von den Seiten zu lösen, dann sehen wir, was die Menschen in der Geschichte sehen, wir fühlen, was sie fühlen, lernen, was sie lernen. Wir mögen *denken*, dass wir im Wohnzimmer auf dem Sofa sitzen, aber der wichtigste Teil von uns, unsere Gedanken, unsere Sinne, unser Geist, sind doch ganz woanders. »Lesen bedeutet für mich nicht nur, eine Vorstellung von dem zu bekommen, was der Autor sagen möchte, sondern mit ihm auf die Reise zu gehen«, hat André Gide einmal gesagt. Niemand kehrt von einer solchen Reise als derselbe Mensch zurück, als der er sie begonnen hat.

Woran auch immer Sie leiden, unsere Kuren sind simpel: Ein Roman (oder zwei), regelmäßig gelesen. Einige Therapien werden vollständige Heilung bringen, andere zumindest Trost spenden und Ihnen zeigen, dass Sie nicht allein sind. Doch alle werden Ihnen für eine Weile Linderung verschaffen, dank der Macht der Literatur, uns von unseren Problemen abzulenken und

in eine andere Welt zu entführen. In manchen Fällen ist es am effektivsten, die Medizin als Hörbuch einzunehmen oder gemeinsam mit einem Freund laut zu lesen. Wie alle Heilmittel sollten auch unsere literarischen vollständig eingenommen werden, um die beste Wirkung zu erzielen. Neben den angesprochenen Kuren bieten wir auch Abhilfe bei den unterschiedlichsten Leseleiden – zum Beispiel, wenn Sie keine Zeit haben zu lesen oder wissen möchten, was man lesen sollte, wenn man aus einem Alptraum erwacht und nicht wieder einschlafen kann –, sowie eine Liste der jeweils zehn besten Bücher für jedes Lebensjahrzent eines Erwachsenen.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß mit unseren belletristischen Pflästerchen und Umschlägen. Sie werden Sie gesünder und klüger machen – und zu einem besseren Freund. Ein Leben ohne Bücher ist ein Leben ohne die bereichernden Erfahrungen all jener, die diesen Weg vor uns beschritten haben.

*In Büchern stößt man seine Krankheiten ab –
wiederholt Gemütsbewegungen,
sie aufs neue darstellend, um sie zu meistern.*

D.H. Lawrence

Lebenslagen und Leiden von A bis Z

A

Abschiede

Die Abschiede

Friederike Mayröcker

Abschiede sind furchtbar. Was selbstverständlich war, ist verschwunden, Vertrautes fern oder verändert, im schlimmsten Fall sind wir untröstlich. Abschiede von Freunden, Eltern, Schwestern, Geliebten, Kindern, von Städten und Häusern begleiten uns für immer. Ein Leben ohne Abschiede gibt es nicht. Selten stellen wir uns der Herausforderung, die Gemengelage aus Gefühlen zuzulassen und auszuhalten, nehmen uns die Zeit und den Raum, in den Abschied und das, was er mit uns macht, hineinzuspüren. Stellen Sie sich dem Abschied, nehmen Sie ihn an – und Friederike Mayröckers *Die Abschiede* zur Hand.

Mayröcker protokolliert die Tausende kleinen Abschiede, die dem einen großen, endgültigen vorangehen. Abreisende Postschiffe, weiterziehende Vögel, großloses Verschwinden – kleine Stiche, zunächst noch im Wechsel mit Glücksmomenten. Wie in Trance geschrieben wirkt dieses Buch, das eine Liebesgeschichte von ihrem Ende her erzählt und dazu eine Flut von Bildern, Assoziationen und sinnlichen Eindrücken versammelt. Immer wieder setzt Mayröcker in ihrem Ringen um die Worte neu an, verlangt der Sprache etwas schier Unmögliches ab: das Festhalten von Augenblicken, das Überführen von Erinnerungen in Sprache, bevor sie zerfallen, und das Fixieren dessen, was nicht vergessen werden darf, in zärtlichen und schrecklichen Bildern.

Mayröcker erzählt keine chronologische Geschichte über einen Abschied, Sinnzusammenhänge und Stringenz sucht man vergeblich. Rational kann man den Text nicht erfassen. Aber genau hier entfaltet er seine magische

Wirkung: Seine Bilder und Worte aktivieren unsere eigenen Erinnerungen und Erfahrungen. Gemeinsam mit der großen Wortkünstlerin und β -Verächterin erinnern wir uns an Gefühle und Momente – und erkennen uns selbst. Und halten gemeinsam mit ihr die Erkenntnis aus, dass auch dem größten Glück der Abschied immer schon eingeschrieben ist. Kostbar wird uns das Glück auf diese Weise und dank Mayröcker kommen wir dem großen Plan, jeden Augenblick zu genießen, ein Stückchen näher.

Achtlosigkeit

Der kleine Prinz

Antoine de Saint-Exupéry

Wenn Sie auf einem Planeten leben würden, der so klein ist wie Asteroid B 612, wo der kleine Prinz lebt – so klein, dass man eine Herde Elefanten aufeinanderstapeln müsste, um sie dort unterzubringen; dass man morgens nach dem Waschen und Anziehen erst einmal die frischen Triebe des Affenbrotbaums kappen muss, damit sie sich nicht über den ganzen Planeten ausbreiten; und man an einem Tag den Sonnenaufgang vierundvierzig Mal sehen kann, wenn man nur seinen Stuhl ein Stück verrückt; dann würden Sie achtsamer durchs Leben gehen. Sie würden nie vergessen, die eine Pflanze auf Ihrem Planeten täglich zu gießen. Sie würden vor jeder Reise Ihre Vulkane rechnen, sogar die bereits erloschenen. Denn Sie wüssten, dass die Dinge dadurch an Bedeutung gewinnen, dass wir Ihnen Zeit und Fürsorge zukommen lassen. Denn würden Sie sich diese Mühe nicht machen, würden Sie eines Morgens inmitten trauriger Dinge erwachen, deren Bedeutungslosigkeit Sie förmlich spüren könnten.

Wie groß auch immer Ihr Planet sein mag, wenn Sie mit der Lektüre des *Kleinen Prinzen* beginnen – wir garantieren Ihnen, dass er am Ende der Lektüre geschrumpft und Asteroid B 612 ähnlicher sein wird. Und anschließend werden Sie achtsamer leben.

► *Risikobereitschaft*

► *Egoismus*

Achtziger

Die zehn besten Romane für Achtzig- bis Neunzigjährige

Das Haus in Paris **Elizabeth Bowen**

Lord Jim **Joseph Conrad**

Wir werden zusammen alt **Camille de Peretti**

Die letzten Dinge **Annegret Held**

Eine Frau bei 1000° **Hallgrímur Helgason**

Über den Fluß und in die Wälder **Ernest Hemingway**

Die Entdeckung der Langsamkeit **Sten Nadolny**

Katzentisch **Michael Ondaatje**

Der Schmetterlingsbaum **Jane Urquhart**

Die Brücke von San Luis Rey **Thornton Wilder**

Adoption

Familienangelegenheiten

Ann Patchett

Das Graveyard-Buch

Neil Gaiman

Die Kinder- und Jugendliteratur ist übersät von adoptierten Jungen und Mädchen. Mary Lennox in *Der geheime Garten* ist ein verwöhntes Adoptivkind, das in ihrer neuen, lieblosen Umgebung zu lieben lernt. Mowgli aus dem *Dschungelbuch* wird von Wölfen aufgezogen, Tarzan in der Romanserie von Edgar Rice Burroughs von Affen. Ein Hauch von Romantik scheint diese verlorenen und geretteten Kinder zu umgeben – und wer von uns hat früher nicht nach einem Streit mit seinen Eltern mal mit dem Gedanken gespielt, womöglich gar nicht ihr leibliches Kind zu sein? Adoptivkinder haben auch ihren Weg in die Erwachsenenliteratur gefunden, wie Heathcliff in *Sturmhöhe*, der die feine Balance seiner Adoptivfamilie ins Wanken bringt, oder ›Wart‹ in *Der König auf Camelot*

von T. H. White, eine der wenigen Erfolgsgeschichten in diesem Bereich: ein Adoptivjunge, der sich als König Artus entpuppen wird.

In Wirklichkeit ist eine Adoption wenig romantisch und meist schwierig für alle Beteiligten – für die leiblichen Eltern, die beschließen, ihr Kind fortzugeben; für das Kind, das dies auf nicht ganz ideale Weise herausfindet; für das Kind, das seinen Adoptiveltern deren Unsicherheit übelnimmt und sich unter Umständen auf die Suche nach seinen leiblichen Eltern macht und enttäuscht wird; und für die Adoptiveltern, die entscheiden müssen, wann sie ihrem Kind erklären, dass es ›etwas Besonderes‹ ist. Die ganze Angelegenheit steckt voller Fallgruben – aber auch voller Liebe. Zudem kann eine Adoption das Ende unfreiwilliger Kinderlosigkeit bedeuten, und alle Beteiligten tun gut daran, sich mit der Komplexität ihrer Situation auseinanderzusetzen, und zwar mithilfe derer, die das Ganze bereits durchgemacht haben.

Eine der bezauberndsten Geschichten, die in letzter Zeit über Adoptivkinder geschrieben wurden, ist Ann Patchets Roman *Familienangelegenheiten*. Doyle, der ehemalige Bürgermeister von Boston, hat drei Söhne: Sullivan, Teddy und Tip – der eine ein echter Rotschopf, die anderen beiden schwarz, sportlich und groß. Doyles rothaarige Frau Bernadette, Sullivans Mutter, ist tot. Teddys und Tips leibliche Mutter beobachtet aus der Ferne, wie ihre Söhne aufwachsen, weiß von ihren Erfolgen und Niederlagen, ihren Freundschaften und Rivalitäten und wacht über sie wie ein Schutzengel.

Als die elfjährige Kenya plötzlich in den Doyle-Haushalt einzieht, bekommen die Dynamiken in der Familie eine neue Richtung. Teddy und Tip scheinen ihren Weg zu machen, der eine als Wissenschaftler, der andere als angehender Priester. Ihr älterer Bruder Sullivan ist seit einiger Zeit in Afrika und versucht dort, die Menschen in ihrem Kampf gegen AIDS zu unterstützen und zugleich vor einem entsetzlichen Ereignis in der Vergangenheit zu fliehen. Doch erst Kenyas Gegenwart lässt die Geschichte der unterschiedlichen Herkunft der Brüder ans Licht treten, und es ist Kenyas einfacher, aber überwältigender Drang zu laufen – von Patchett wundervoll dargestellt, wenn sie schreibt: »[S]ie war eine

übermenschliche Kraft außerhalb der Naturgesetze. Die Gesetze der Schwerkraft hatten keine Gültigkeit für sie« –, der sie alle zusammenführt. Die Botschaft ist klar und kommt ganz unsentimental daher: Blut ist wichtig, aber Liebe ist wichtiger.

Neil Gaimans *Graveyard-Buch* zeigt uns, dass selbst die unkonventionellsten Eltern gute Adoptiveltern sein können: Ein kleiner Junge klettert eines Nachts aus seinem Gitterbettchen und schlägt so dem Tod ein Schnippchen, denn während der Knirps auf Entdeckungsreise geht, ermordet der »Mann namens Jack« seine Familie. Der Spaziergang führt den Jungen auf den nahe gelegenen Friedhof, wo er von zwei Geistern adoptiert wird. Mr. und Mrs. Owens, die in ihrem Leben keine Kinder bekommen konnten, nehmen sich des kleinen Jungen an. Sie geben ihm den Namen »Nobody«, aber alle nennen ihn Bod. Im Laufe seiner exzentrischen Kindheit lernt Bod so ungewöhnliche Dinge wie sich unsichtbar zu machen, durch Wände zu gehen und zu schlafwandeln – was sich später noch als äußerst nützlich erweisen wird.

Bods Geistereltern leisten ganze Arbeit. »Du lebst, Bod. Das heißt, du hast unendliche Möglichkeiten. Du kannst alles anfangen, alles tun, alles erträumen. Wenn du die Welt veränderst, dann verändert sich die Welt.« Ihre Weisheit gibt Bod die Kraft, sein Leben voll und ganz auszukosten, trotz der tragischen Ereignisse in seiner frühen Kindheit.

Eine Adoption ist und bleibt eine schwierige Angelegenheit. Doch wenn man ehrlich zueinander ist, haben alle Beteiligten die Chance, herauszufinden, wer sie sind und in welcher Beziehung sie zueinander stehen. Egal welche Rolle Sie dabei spielen – diese Geschichten werden Ihnen zeigen, dass Sie nicht allein sind. Lesen Sie sie, und geben Sie sie auch in der Familie weiter – ganz egal, wie die sich zusammensetzt. Und ermutigen Sie alle dazu, offen über ihre Gefühle zu sprechen. Wenn Ihnen dieser Gedanke Angst macht, lesen Sie ► *Harmoniebedürfnis, übermäßiges, Gefühle; Unfähigkeit, ihnen Ausdruck zu verleihen*, sowie ► *Empathie, Mangel an*, um sicherzugehen, dass Sie offen und vorurteilsfrei an den Verhandlungstisch treten.

Alkoholsucht

Shining

Stephen King

Unter dem Vulkan

Malcolm Lowry

Once a Runner – Cassidys Lauf

John L. Parker Jr.

Alkoholiker treiben durch die Literatur wie Eiswürfel im Gin. Wieso? Weil Alkohol die Zunge löst. Und weil es immer Trunkenbolde sind, die darauf bestehen, uns ihre Geschichte zu erzählen. Und solange wir ihnen zwischen den Seiten eines Buches begegnen, können wir ihnen entspannt zuhören, ohne ihren Bieratem riechen zu müssen. Einigen wir uns also darauf, sie in den Büchern zu belassen. Niemand möchte einen echten Alkoholiker zu Hause haben; und wenn Sie spüren, dass Sie auf dem besten Wege sind, einer zu werden, dann schlagen wir vor, dass Sie sich von ein paar drastischen Schilderungen über schnapsinduzierte Selbstzerstörung abschrecken lassen. Unsere Therapie erfolgt in drei Schritten: Zwei Cocktails, die Ihnen zu Kopf steigen und einen Einblick in Ihr mögliches Schicksal bieten werden, damit Sie schnell wieder nüchtern sind, gefolgt von einem verlockenden Kurzen, der Sie veranlassen wird, die Joggingschuhe anzuziehen und in ein neues Leben zu laufen.

Jack Torrance, der Schriftsteller in Stephen Kings *Shining*, ist seit einigen Jahren trocken. Seine Frau ist zwar bei ihm geblieben, doch seit er ihrem gemeinsamen Sohn Danny vor ein paar Jahren im Suff den Arm gebrochen hat, vertraut sie ihrem Mann nicht mehr. Torrance hat über den Winter einen Job als Hausmeister des Overlook Hotels in den Rocky Mountains bekommen und hofft, dort seiner Frau und seinem mittlerweile fünfjährigen Sohn wieder näherzukommen – und seine Karriere wieder in Gang zu bringen, indem er ein neues Stück schreibt.

Die beiden größten Hindernisse, die Jacks Glück im Wege stehen, sind seine Alkoholsucht und sein aufbrausendes Temperament, keine gute

Kombination, um den Winter in einem leeren, gruseligen Hotel zu verbringen, das bei Schneefall wochenlang von der Außenwelt abgeschnitten ist. Doch Jack ist fest entschlossen, trocken zu bleiben. Allerdings ist eine von Overlooks gruseligen Eigenheiten – abgesehen von der Architektur, die sich ständig verändert – seine Fähigkeit, Cocktails aus dem Nichts erscheinen zu lassen.

Anfangs geschieht all das nur in Jacks Vorstellung, doch bald darauf sieht er sich mit einem echten Gin konfrontiert, den ihm der (tote) Barkeeper Lloyd serviert (► *Heimgesucht werden*). Als Jack in das Glas schaut, hat er das Gefühl zu ertrinken. Es ist seit Jahren der erste Drink, den er an die Lippen führt. In Gesellschaft der zunehmend böartigen Geister ist das Schreckgespenst von Jacks schlummernder Alkoholsucht nur zu gerne bereit, wieder auszubrechen und die Sau rauszulassen. Zuzusehen, wie Jack zusammenbricht, wird Sie das Grauen vor dem Dämon Alkohol lehren und Sie ohne Zögern zum Orangensaft statt zum Schnaps greifen lassen.

Betrunkene sind gewöhnlich entweder berauschend oder sie können einen zur Weißglut bringen. Malcolm Lowrys *Unter dem Vulkan* zeigt uns beide Seiten anhand seines trunksüchtigen Helden Geoffrey Firmin. Der britische Konsul in der mexikanischen Kleinstadt Quauhahuac am Fuße des Popocatepetl verbringt den Tag der Toten damit, seine Trunksucht und das komplizierte Wiederauftauchen seiner Ehefrau Yvonne gegeneinander aufzuwiegen. Er ahnt, dass dies der wichtigste Tag in seinem Leben sein sollte, und doch kann er nicht anders und leert ein Bier nach dem anderen, während er sich einredet, er täte es der Vitamine wegen (feste Nahrung hat er vor einer Weile aufgegeben).

Die Handlung des Buches konzentriert sich auf einen einzigen Tag und findet hauptsächlich in Firmins Kopf statt, aber die Tragweite dieses unglaublich eindrucksvollen Romans ist nahezu episch. Während die Feierlichkeiten am Tag der Toten sich ihrem Höhepunkt nähern, taumelt Firmin tragisch und unrettbar in die Selbstzerstörung, sein Geist gefangen in einem Korsett aus Whiskey und Mescal. Seine Suffträumereien sind gespickt mit schwarzem Humor und *Faust*-Referenzen. Firmin schlingert

feuchtfröhlich in die Hölle, und aus seiner Geschichte hallt die grausige Warnung, seinem Lebensweg bloß nicht zu folgen.

Doch genug der Warnungen. Alle, die diese zerstörerische Gewohnheit durchbrechen wollen, brauchen auch ein leuchtendes, inspirierendes Vorbild – eine echte Alternative, ihr Leben zu leben. Deshalb empfehlen wir Ihnen *Once a Runner – Cassidy's Lauf*. Von John L. Parker Jr. 1978 im Selbstverlag veröffentlicht, wurde es zu einer Art Ratgeberroman für Läufer auf der ganzen Welt (Stichwort ›Bibliotherapie‹). Es ist die Geschichte des Meilenläufers Quenton Cassidy, der sich unter dem Olympiasieger Bruce Denton auf einen Wettkampf vorbereitet. Denton bringt ihn und seine Mitstreiter an Grenzen, von denen sie nicht einmal wussten, dass es sie gibt. Cassidy schwelgt in der Beschreibung der unzähligen Runden, die Denton ihn laufen lässt, wobei er sich selbst pusht, bis er Blut im Urin hat und ihm die Tränen übers Gesicht laufen, während seine »eisenharten Beine« über die Strecke donnern. An seinem Höhepunkt ist er »so vital, so schnell, so gut wie unsterblich«, und ihm wird klar, dass sein Leben nie wieder so intensiv sein wird wie in diesem Augenblick.

Lassen Sie sich von dieser Geschichte inspirieren, eine neue Beziehung zu Ihrem Körper aufzubauen. Bringen Sie ihn im positiven Sinne an seine Grenzen (Sie müssen es ja nicht gleich übertreiben wie Cassidy). Lassen Sie ihn arbeiten und finden Sie heraus, was er leisten kann. Während Geoffrey Firmin die Minuten zwischen seinen Drinks wegwünscht, dehnt Cassidy mit seinem Atem jede Sekunde aus, um sie voll auszukosten. Das Glücksgefühl und der Schmerz, die man beide beim Laufen erfährt, der Schweiß und die kompromisslose Entschlossenheit eines Wettkampfes sind das genaue Gegenteil vom Nihilismus eines Alkoholikers. Kaufen Sie sich ein paar Laufschuhe und servieren Sie sich diesen Roman als Digestif. Möge es ein Symbol sein für Ihren Entschluss, dem Alkohol den Rücken zu kehren.

- ▶ *Menschenscheu*
- ▶ *Schluckauf*
- ▶ *Schwitzen*

Alleinerziehend sein

Wer die Nachtigall stört ...

Harper Lee

Niemand hat behauptet, es würde einfach sein. Und sollten Sie es sich nicht leisten können, nicht zu arbeiten und sich ein Kindermädchen sowie eine zupackende Oma zu halten, ist der Versuch, emotional und physisch für die Kinder da zu sein und gleichzeitig den Lebensunterhalt zu verdienen, den Haushalt zu schmeißen und ab und an ins gesellschaftliche Leben hineinzuschnuppern, sogar für einen äußerst stoischen Menschen eine Herausforderung. Die Literatur hat einen großen, unverhältnismäßigen Appetit auf Alleinerziehende, und aus dieser Bandbreite der unterschiedlichsten Strategien, diese Aufgabe zu meistern, lässt sich eine Menge lernen. Auf der einen Seite stehen diejenigen, die es gründlich verbocken und uns so mit einer ausgezeichneten Liste von ›Don'ts‹ versorgen – den Spitzenplatz auf dieser Liste belegt sicher der Vater in David Vanns *Im Schatten des Vaters* als schlechtesten geschiedener Papa im Geschäft (falls Sie Kinder haben und unter einer ähnlich desaströsen Gemengelage leiden, schlagen Sie nach unter ► *Depression, psychische* und ► *Optimismus*). Was alleinerziehende Mütter anbelangt, ist die Literatur üblicherweise der Auffassung: je alternativer, desto besser. Wenden Sie sich für einige eindrucksvolle pädagogische Nichteinmischungstechniken vertrauensvoll an Tante Penn (die zwar nicht im engsten Wortsinne eine alleinerziehende Mutter ist, es aber durchaus sein könnte) aus Meg Rosoffs Roman *So lebe ich jetzt*. Ihr vierzehn Jahre alter Edmond mag rauchen und das Familienauto fahren, aber er legt eine Art von Reife und Sensibilität an den Tag, von der viele Mütter pubertierender Jungs nur träumen können.

Den Titel »beste(r) Alleinerziehende(r) weit und breit« bekommt von uns Atticus Finch aus *Wer die Nachtigall stört ...* von Harper Lee. Wenn man wissen will, wie man seine Kinder mit Respekt behandelt, wie man ihnen die Freiheit lässt, zu spielen und die Welt auf eigene Faust zu entdecken, wie man ihnen beibringt, dass es wichtig ist, für seine Überzeugungen

einzustehen und den Mut zu haben, gegen das Falsche anzugehen (mehr zu diesem Thema unter ► *Feigheit*), braucht man nicht weiterzusuchen. Bauen Sie ein Haus mit einer Veranda und stellen Sie einen Schaukelstuhl darauf. Setzen Sie sich und rauchen Sie eine Pfeife. Lesen Sie *Wer die Nachtigall stört ...* ein Mal pro Jahr, erst für sich alleine und später mit Ihren Kindern. Glauben Sie an sich. Seien Sie für Ihre Kinder da. Der Rest kommt von selbst.

- *Mutterschaft*
- *Vaterschaft*
- *Zeit, zu wenig*
- *Zeit zum Lesen, keine haben*

Alpträume

Wenn Sie in den einsamen frühen Morgenstunden häufig aus dem Schlaf gerissen werden und schlecht geträumt haben, hilft ein beruhigender Roman, um Ihr Gemüt wieder ins Lot zu bringen. Neben dem Bett sollten Sie immer einen Stapel dieser dahinströmenden Fluss-Schmöker liegen haben, die Sie sanft zurück in den Schlaf tragen werden.

Die zehn besten Romane nach einem Alptraum

Der rauchblaue Fluss **Amitav Gosh**
Der Wind in den Weiden **Kenneth Grahame**
3 Männer im Boot **Jerome K. Jerome**
Dunkle Gesellschaft **Gert Loschütz**
Sutra vom Heiligen Fluß **Gita Mehta**
Pu der Bär **Alan Alexander Milne**
Tropen **Robert Müller**
Fluss der Wunder **Ann Patchett**
Wasserland **Graham Swift**
Die Abenteuer des Huckleberry Finn **Mark Twain**

Altern; Angst davor haben

Pan Aroma

Tom Robbins

Endmoränen

Monika Maron

Angstblüte

Martin Walser

In einer Zeit, in der jeder, der in der Öffentlichkeit steht, seine Falten glattgebügelt, die Stirnrunzeln gebotoxt und graue Haare für immer verbannt hat, kann man König Alobars Bedürfnis, vor den ersten Anzeichen des Alterns zu flüchten wie der Hase vor dem Fuchs, wohl nachvollziehen. Und Alobar hat gute Gründe, den Alterungsprozess aufhalten zu wollen, denn in seinem Stamm ist es Tradition, den König bei den ersten Anzeichen des Alterns mit einem vergifteten Ei zu töten. Im Folgenden liefern wir Ihnen die destillierte Essenz dieser Geschichte, um Ihnen ein Rezept für ewige Jugend mit an die Hand zu geben. Für weitere Informationen empfehlen wir die Lektüre des gesamten Romans.

Zutaten

$\frac{1}{8}$ Jahrhundert König am Ende seiner Jugend

1 unsterblicher, ziegenhafter Gott mit ausgeprägtem Geruch

1 Fläschchen Parfüm mit der Macht, ganze Städte zu verführen

1 Portion Jamaikanischen Jasmin des Bienenhalters Bingo Pajama

Den vitalsten Teil einer Roten Bete

Zubereitung

Begeben Sie sich in eine französische Parfümerie und falten Sie dort sorgfältig alle Zutaten, bis sie sich miteinander verbunden haben. Geben Sie erst im letzten Moment den vitalsten Teil Ihrer Roten Bete hinzu.

Atmen Sie dabei tief ein und aus. Stellen Sie nun sicher, dass die Weisen von Bandaloo über Ihren Zaubertrank wachen, während Sie ein heißes Bad nehmen. Kommen Sie nun mit Ihrem Sexualpartner zum Orgasmus

und leiten Sie alle Energie aus diesem Akt hinauf in Ihr Stammhirn. Wiederholen Sie diesen Vorgang täglich über die nächsten eintausend Jahre.

Und sollten Sie Ihr Ziel auch dann nicht erreicht haben, halten Sie sich an Alobars ernst gemeinten Rat: Machen Sie sich locker.

Wer dafür eine weitere Lektüremedikation benötigt, dem stellen wir ein Rezept über Monika Marons *Endmoränen* und Martin Walsers *Angstblüte* aus. Hier wie dort müssen Figuren, Leser (und Autoren?) die Schrecken des Alters durchleiden: Marons ostdeutsche »Gebrauchstextfabrikantin« stürzt nach dem Fall der Mauer in eine Sinnkrise, Walsers siebzigjähriger Anlageberater verliebt sich in eine vierzig Jahre jüngere Schauspielerin. Bevor Sie jetzt die Augen verdrehen und Ihre Medizin heimlich im Altpapier entsorgen: Hier werden eben keine Altersklischees abgefeiert, hier werden sie unterlaufen! Jugend und Alter erscheinen nicht länger als voneinander getrennte Sphären, sondern als untrennbar miteinander verbunden: Maron ist nicht wehleidig, sondern von einer Bissigkeit, die ihre Schärfe aus Weisheit bezieht, Walsers Anlageberater ist bei allem Zynismus töricht und romantisch wie der junge Werther. Wir wollen keine Wunder versprechen: Diese Kur wird Sie nicht mit Ihren gelben Fußnägeln und Ihren gigantischen Ohren versöhnen, aber Sie werden in ihnen Ihre ehemals zarten Babyzehen und hübschen Teenagerohren wiederentdecken.

► *Geburtstagsblues*

Alternde Eltern

Das Haus der Schildkröten

Annette Pehnt

Die Korrekturen

Jonathan Franzen

Die Quadratur des Glücks

Rohinton Mistry

Dies ist eine Lebenslage, die wir all unseren Lesern wünschen, denn alte Eltern zu haben bedeutet, dass man sie nicht schon vor ihrer Zeit verloren hat (► *Tod eines geliebten Menschen*). Dennoch können auch wir nicht leugnen, dass Menschen im Alter manchmal etwas anstrengend sein können. Sie werden launischer, eigensinniger, intoleranter und unwilliger, ihre Gewohnheiten zu ändern. Hinzu kommt, dass sie auch körperlich schwächer werden und zunehmend Hilfe benötigen, was eine stillschweigende Umkehr der Eltern-Kind-Beziehung mit sich bringt. Und so stellen wir fest, dass der Umstand, alte Eltern zu haben, sowohl eines Gläschens Sekts als auch eines Magenbitters bedarf. Zu diesem Zweck empfehlen wir drei exzellente Romane, die sich mit den Auswirkungen in die Jahre gekommener Eltern auf ihre fürsorglichen – oder nicht ganz so fürsorglichen – Kinder beschäftigen.

Wie unauflöslich erwachsene Kinder mit dem Schicksal ihrer Eltern verstrickt sind, davon erzählt Annette Peht in *Das Haus der Schildkröten*: Jeden Dienstag besucht Ernst seinen Vater im Altenheim, Regina ihre Mutter. Beide waren, bis sie sich trafen, ebenso einsam wie ihre Eltern, und blickten zurück statt nach vorne. Jeder scheint für den anderen die letzte Chance auf ein Leben zu sein. Aber die Affäre scheitert. Wo das eine Leben endet, kann das andere nicht beginnen – dafür sorgt schon das schlechte Gewissen, das Ernst und Regina bei jedem Schritt verfolgt. So trostlos die Abhängigkeit von Ernst und Regina, so heilsam ist die Klarsichtigkeit, mit der Annette Peht diese Verstrickung beschreibt.

Die drei Kinder in Jonathan Franzens schmerzhaft komischem Roman *Die Korrekturen* haben sich gegen das schlechte Gewissen und für die Freiheit entschieden. Und sind dabei nicht immer rücksichtsvoll gewesen – wenngleich Alfred und Enid Lambert womöglich nicht ganz unschuldig an dieser Situation sind. Wir begegnen den beiden Eltern Lambert in ihrem letzten und schwierigsten Lebensabschnitt. Alfred leidet an Parkinson und gibt Enid und den Kindern alle Hände voll zu tun. (So hat er sich unter anderem angewöhnt, in eine Flasche zu pinkeln, da ihm der Weg zur Toilette zu weit ist.) Die treibende Kraft in dieser Geschichte ist Enids verzweifelter Versuch, all ihre Kinder – und Enkelkinder – davon zu

überzeugen, noch einmal zu Weihnachten nach Hause zu kommen, wie um sich selbst zu beweisen, dass das Leben noch lebenswert ist. Doch ihr ältester Sohn Gary behauptet, eins seiner Kinder sei krank und sie könnten über Weihnachten nicht kommen. Töchterchen Denise hat in ihrem neuen Restaurant ihre eigene Suppe auszulöffeln, und Chip, der Jüngste der drei Kinder, ist sogar bis nach Litauen geflohen, wo er in höchst zweifelhafte Internetgeschäfte verwickelt ist.

Während wir uns unausweichlich dem Weihnachtstag nähern, blicken wir zurück auf einige bedeutungsvolle Ereignisse in der Vergangenheit dieser nach außen hin so normalen Familie: Alfreds starrsinnige Weigerung, ein Patent zu verkaufen, das ihm ein Vermögen eingebracht hätte; seine zunehmend besorgniserregende, herrische Art, mit Enid umzugehen; und Enid, die ihren Kummer an den Kindern auslässt, indem sie ihnen ein verhasstes Gericht (Leber mit Rüben) vorsetzt. Vielleicht ist es die Erinnerung an diese Mahlzeit, die die drei erwachsenen Kinder zu dem Entschluss kommen lässt, Alfred in einem Pflegeheim unterzubringen. Es ist eine gute Entscheidung für alle außer Alfred. Die bedrückende Erfahrung, die Sie beim Lesen dieses Romans machen werden, wird Sie daran gemahnen, dass es höchst empfehlenswert ist, eine derart schlechte Beziehung zu seinen Eltern von Anfang an zu vermeiden.

Rohinton Mistrys Bombay-Roman *Die Quadratur des Glücks* beginnt mit einer Geburtstagsparty: Nariman, der Patriarch der Familie Vakeel, wird neunundsiebzig. Nariman ist Parse, und seine Religion hat einst verhindert, dass er die Frau heiratete, die er dreißig Jahre lang liebte und mit der er viele Jahre davon zusammenlebte, bis er dem Drängen seiner Familie stattgab und eine Parsin heiratete. Nun, krank und verwitwet, ist er abhängig vom Wohlwollen seiner beiden Stiefkinder Jal und Coomy, die ihm vorwerfen, ihre verstorbene Mutter nie wirklich geliebt zu haben. Nach einem Unfall, bei dem er sich ein Bein bricht, liegt er nun im Bett und wünscht sich, dass jemand käme, um ihn zu waschen und seine Kleider zu wechseln, traut sich jedoch nicht, seine Stiefkinder darum zu bitten. Als diese ihn eines Nachts weinen hören, wird ihnen klar, wie unglücklich er ist, und da sie es nicht über sich bringen, sich um seine

Körperhygiene zu kümmern – allein bei dem Gedanken an Bettpfannen und die Liegegeschwüre, die, wie sie wohl wissen, von ihren eigenen Versäumnissen als Pfleger herrühren, läuft ihnen einen Schauer über den Rücken –, schieben sie ihn zu seiner leiblichen Tochter Roxana ab, die mit ihrem Mann und ihren zwei Söhnen in einer winzigen Wohnung lebt. Hier muss Nariman sich das Sofa nachts mit dem neunjährigen Jehangir teilen, während Murad, der ältere Sohn, in einem provisorischen Zelt auf dem Balkon schläft – was er glücklicherweise als ein herrliches Abenteuer betrachtet. Anders als seine Stiefkinder nehmen Roxana und ihr Mann Grandpa mit offenen Armen auf. Und Jahre später wird sich Jehangir gerne an die Zeit zurückerinnern, als sein Großvater bei ihnen lebte. *Die Quadratur des Glücks* liefert ein wunderbares Beispiel dafür, wie man sich liebevoll um seine Eltern kümmert – und wie nicht. Und auch wenn Narimans Stiefkinder sich nicht besonders viel Mühe geben, so nehmen sie ihn zumindest in ihrem Haus auf. Wir hier in der westlichen Welt mit unseren Pflegeheimen und Kliniken sollten uns ein Beispiel an diesen Familien nehmen, die ihre Alten zu Hause pflegen. Liebe Eltern, verurteilen Sie es nicht, wenn Ihre Kinder Sie irgendwo verstecken wollen, wo Sie sie nicht blamieren können. Liebe Kinder, hören Sie auf Ihre Eltern, wenn die um ein wenig Würde und Privatsphäre bitten, und tun Sie Ihr Möglichstes, ihnen diese letzten lebenswichtigen Dinge zu bewahren. Und an beide Parteien: Akzeptieren Sie Ihre unterschiedlichen Moralvorstellungen und Erwartungen. Und versuchen Sie, wenn möglich, zu Weihnachten nach Hause zu fahren (für Überlebenshilfe

- ▶ *Weihnachten*).
- ▶ *Alzheimer*

Altersschwäche

Das Hörrohr
Leonora Carrington

Zu Beginn dieser surrealen, wunderbaren Geschichte lebt die zweiundneunzigjährige Marian, »ein sabbernder Sack verwesendes Fleisch«, dazu ein bisschen taub, glücklich mit ihrem Sohn Galahad zusammen. Eigentlich ist sie sogar richtiggehend selig: Sie füttert ihre Katze auf dem Bett, ernährt sich hauptsächlich von Schokolade und Suppe und trifft sich regelmäßig mit ihrer besten Freundin Carmella, um Pläne für ihre gemeinsame Reise nach Lappland zu schmieden. Aber als ihre Verwandten ihre zahnlosen Ausrufe und ihre mit Katzenhaaren übersäten Kleidungsstücke nicht mehr ertragen können, bringt man sie in ein Heim, geleitet von der »Bruderschaft der Quelle des Lichts« – eine »äußerst finstere Angelegenheit«.

Hier schenkt ihr Carmella ein auf dem Flohmarkt erstandenes Hörrohr. Dieses Geschenk macht aus der tauben Marian die Heldin eines großartigen, leicht ins Fantastische driftenden Dramas. Den Sinn für grenzenlose Möglichkeiten hat sie seit eh und je, und auch mit ihrem Alter fühlt sie sich nicht groß eingeschränkt – was so weit geht, dass sie sich nichts dabei denkt, ein Hausdach abzudecken, weil sie anders nicht rauskriegen kann, was drinnen vorgeht. Aber das Hörrohr macht es ihr möglich, sich noch einmal richtiggehend mit der Welt auseinanderzusetzen – derart, dass sie einen neuntägigen Hungerstreik anführt, bei dem die greisen Heimbewohner von nichts weiter leben als von Schokokeksen, die Carmella zu ihnen schmuggelt.

Bei dieser Gruppe von über Neunzigjährigen könnte alles passieren; und tatsächlich scheint am Ende des Romans eine neue, bessere Weltordnung Einzug zu halten. Lesen Sie dieses Buch, und Sie werden mit einem Hörrohr in der Hand auf Ihre hochbetagten Jahre zuhüpfen.

- ▶ *Amnesie, lektürebezogene*
- ▶ *Gedächtnisverlust*
- ▶ *Hundert Jahre alt sein – und älter*
- ▶ *Neunziger*

Altersunterschied in einer Partnerschaft, großer

Kurze Geschichte des Traktors auf Ukrainisch

Marina Lewycka

Beziehungen mit einem großen Altersunterschied zwischen den Partnern beunruhigen Außenstehende oft mehr als die Beteiligten selbst. Doch Missbilligung und Vorurteile von außen können eine Beziehung schwächen, und wenn Sie gerade dabei sind, sich in jemanden zu verlieben, der deutlich älter oder jünger ist als Sie selbst, dann sollten Sie sich fragen, ob Ihre Beziehung stark genug ist, um den in der westlichen Kultur so tief verwurzelten Vorurteilen gegen eine solche Liaison standzuhalten.

Zunächst sollten Sie beide sich darüber klarwerden, was Sie von dieser Beziehung erwarten – und ob Ihre Erwartungen zusammenpassen. Als Nadias Vater in Marina Lewyckas Roman *Kurze Geschichte des Traktors auf Ukrainisch* im Alter von vierundachtzig Jahren seine Verlobung mit Valentina verkündet, einer geschiedenen sechsenddreißigjährigen Ukrainerin mit »fantastischem Busen«, fest entschlossen, dem trostlosen Leben in ihrer Heimat zu entfliehen, redet Nadia Klartext: »[I]ch verstehe zwar, warum *du* sie heiraten willst. Aber hast du dich auch mal gefragt, warum sie *dich* heiraten will?« Papa weiß natürlich, dass es ihr um ein Visum und um ein schönes Auto geht, in dem sie ihren vierzehnjährigen Sohn zur Schule fahren kann, aber er sieht nichts Schlimmes darin, Valentina und Stanislav im Tausch für ein wenig jugendliche Zuneigung ein Dach über dem Kopf zu geben. Sie wird für ihn kochen und putzen und sich um ihn kümmern, wenn er älter und gebrechlicher ist. Dass sie ihn auch um seine Ersparnisse bringt und die ganze Familie mit Fertiggerichten in die Knie zwingt, ignoriert er geflissentlich. Es wird ein hartes Stück Arbeit für die beiden zerstrittenen Schwestern Nadia und Vera, bis sie ihm endlich die rheumatischen Augen öffnen und er erkennt, welchen Schaden diese »flauschige rosa Granate« in ihrer Familie anrichtet.

Es gehört schon eine Portion Gemeinheit dazu, dem alten Traktor-Experten die Frischekur, die Valentina trotz all ihrer Fehler und

Schwächen für ihn ist, zu missgönnen, und solange beide Seiten die Beweggründe des anderen kennen und akzeptieren, kann eine Beziehung zwischen zwei Menschen auf entgegengesetzten Enden der Lebensskala eine wunderbar symbiotische Angelegenheit sein. Doch das funktioniert nur, wenn beide Seiten offen und ehrlich miteinander umgehen und keine Spielchen spielen. Wenn das gegeben ist, haben Sie unseren Segen. Lassen Sie sich fallen, ganz egal wie alt die Arme, die Sie auffangen, auch sein mögen.

Alzheimer; sich um jemanden kümmern,
der daran leidet

Der alte König in seinem Exil

Arno Geiger

Es ist furchtbar, einen Menschen, der einem nahesteht, an Alzheimer erkranken zu sehen: Er ist nicht tot, aber dennoch nicht mehr da – zumindest nicht so, wie wir ihn kannten. Um einen lebenden Menschen zu trauern, kommt uns pietätlos und falsch vor. Zu den emotionalen Ambivalenzen gesellen sich praktische Probleme: Alzheimerpatienten haben ein großes Talent, Chaos zu stiften, den mühevoll organisierten Alltag zu boykottieren, und ihre völlig irrationalen Ausreden machen den nervenstärksten Angehörigen aggressiv. Machen Sie sich keine Vorwürfe, wenn Ihnen der Umgang mit dem/der Patienten/in manchmal über den Kopf zu wachsen scheint. Lesen Sie stattdessen Arno Geigers *Der alte König in seinem Exil* (kein Roman!) – hier werden Sie sich verstanden fühlen, schließlich erzählt Geiger von eigenen Erfahrungen: Sein Vater ist an Alzheimer erkrankt. Er zieht sich fremde Kleider an, schläft in fremden Betten ein, schaltet in klirrender Winterkälte den Strom ab und hat von seinen Stürzen ständig Verletzungen an Knien und Kopf. Ganz plötzlich erkennt er sein eigenes Haus nicht mehr, besteht darauf, dass jemand die Hausnummer gestohlen und an ein fremdes Haus montiert haben muss,

und äußert fortan gebetsmühlenartig und traurig den Wunsch, nach Hause zu wollen.

Geigers akribische Beschreibung des Alltags mit einem Alzheimerkranken bietet Betroffenen Trost und Entlastung zugleich: Das beängstigende Chaos wird in Worte gefasst, bekommt einen Rahmen, der es erlaubt, Distanz zur eigenen Situation zu gewinnen und Trost zu finden. Aber die Lektüre von *Der alte König in seinem Exil* kann noch mehr bewirken: Mit Arno Geigers Blick auf den Kranken entwickelt der Leser nach und nach ein tiefer gehendes Verständnis für diesen: »Wenn er sagte, dass er nach Hause gehe, richtete sich diese Absicht in Wahrheit nicht gegen den Ort, von dem er weg wollte, sondern gegen die Situation, in der er sich fremd und unglücklich fühlte. Gemeint war also nicht der Ort, sondern die Krankheit, und die Krankheit nahm er überallhin mit.« Gemeinsam mit Geiger lernen wir den Seelenzustand eines Alzheimerpatienten kennen – der in einigen Aspekten an unseren eigenen Alltag erinnert: »Der Überblick ist verloren gegangen, das verfügbare Wissen nicht mehr überschaubar, pausenlose Neuerungen erzeugen Orientierungsprobleme und Zukunftsängste«, und wir entwickeln Respekt für die »Privatlogik« eines Menschen, die nur scheinbar sinnlos ist, in Wahrheit aber reich an Poesie, Charme und Witz.

Ein feingeistiges, zartes Buch über den Abschied, aber auch über das Leben, ein kostbarer Anstoß für einen neuen Blick auf den Patienten und für jeden Gesunden Anlass für ein Dankgebet für sein funktionierendes Gedächtnis. Versuchen Sie, gelassen zu bleiben. Setzen Sie sich mit dem langsamen Abschied von dem oder der Erkrankten auseinander (► *Abschied*) – und bereiten Sie sich (und ggf. ihn/sie) auf das Ende vor (► *Tod eines geliebten Menschen*, ► *Sterben*).

Ambitionen, künstlerische

Holzfällen

Thomas Bernhard
