

Viel Lob für die Straßenbauer

Schneller als die Polizei erlaubt: Die Renthofstraße bis Bohrmühlenweg ist wieder offen. Die Schilder sind bereits abgebaut. Die Strabag ist mit dem zweiten Bauabschnitt vorfristig fertig geworden, heißt es aus dem Rathaus. Dort ist man mit dem Ergebnis der Arbeiten hochzufrieden, wie mit dem „Service“ und der Hilfsbereitschaft der Bauarbeiter. Diese haben immer wieder an- und zugepackt, wenn beeinträchtigte oder ältere Anwohner aus dem Haus mussten. In den kommenden Tagen werden nur noch einige Restarbeiten erledigt (Bild).

sö/Foto: fotoart-af.de



Darsteller gesucht für Dok-Film zum Thema Luther

Schmalkalden – Am 18. April 1521 verweigerte Martin Luther auf dem Wormser Reichstag den Widerruf seiner Schriften. Zum 500-jährigen Jubiläum richtet die Lutherstadt Worms Veranstaltungen aus, darunter die Landesausstellung „Hier stehe ich. Gewissen und Protest – 1521 bis 2021“.

Als Ergänzung zur Ausstellung soll in der Wormser Magnuskirche ein Dokumentarfilmprojekt mit dem Titel „Das unerschrockene Wort“ gezeigt werden. Mit dem Ziel, ein mediales Begegnungsformat zu kreieren, lädt das Autoren-Team Nele Dehnenkamp & Marc Eberhardt hierfür 16 Menschen aus den 16 Lutherstädten nach Worms ein, um gemeinsam darüber nachzudenken, wofür sie mit ihrem Wort einstehen wollen.

Der daraus entstehende Kurzdokumentarfilm zeigt, wie 16 ganz verschiedene Menschen im direkten Austausch miteinander, einen 16-zeiligen Text formulieren, den sie anschließend als Sprechchor, d. h. synchron und im Einklang sprechend, vor der Kamera vortragen. Der Film richtet damit den Blick von den großen Szenen des Widerstands auf die oft unscheinbaren, alltäglichen Formen des Aufbegehrens und vermisst den Handlungsspielraum jedes Einzelnen, als Teil eines gesellschaftlichen Kollektivs.

Für die Dreharbeiten am 12. und 13. September 2020 (Änderungen vorbehalten aufgrund der aktuellen Corona-Pandemie) in Worms suchen die Autoren Menschen, die an dem medialen Begegnungsformat verbindlich teilnehmen möchten und mit Filmaufnahmen einverstanden sind.

Die Verpflegung und Unterkunft wird gestellt, alle Teilnehmer werden zur Filmpremiere eingeladen. Ansprechpartner ist Marc Eberhardt, ☎ (0163) 3975921 E-Mail: marc.eberhardt@filmakademie.de

Aus Schmalkalden hat sich bereits eine Interessentin angemeldet. Gern werden weitere Anmeldungen entgegenommen, informiert Marc Eberhardt. sö

Essen angebrannt – Rauchgasvergiftung

Schmalkalden – Montagabend wurde die Polizei über einen Brand in der Wohnung eines Mehrfamilienhauses im Martin-Luther-Ring in Schmalkalden informiert. Vor Ort war schnell klar, dass Essen auf dem Herd angebrannt war und so die Wohnung verqualmte. Sachschaden entstand laut Polizei nicht. Ein zehnjähriges Mädchen kam mit dem Verdacht auf Rauchgasvergiftung ins Krankenhaus.

„Mein Buch soll ein Mutmach-Buch sein“

Im Interview



Christina Ott

Unvollkommen glücklich“. So lautet das Buch, das Christina Ott am morgigen Donnerstag, 20. August, im TGF Schmalkalden vorstellt. Was erwartet den Zuhörer? Wir fragten exklusiv bei der Autorin nach.

Frau Ott, über das Glück und das Glücklichsein haben sich schon viele Gedanken gemacht, darunter große Philosophen und Dichter. Wie definieren Sie Glück?

Christina Ott: Im Vorwort des Buches zitiere ich Christina Bruderek. Sie schreibt in ihrem neusten Roman „Glück ist, wenn das, was ist, genug sein darf.“ Besser kann man es nicht sagen, finde ich.

Wie kommt man als gelernte Krankenschwester dazu, ein Buch (über das Glück?) zu schreiben?

Das wird sich so mancher fragen. Seit 2015 bin ich als psychologische Beraterin in Schmalkalden aktiv und seit fast zehn Jahren darf ich als Referentin zu Lebensthemen unterwegs sein. Durch meinen Beitrag über Mütter und Schuldgefühle in einer christlichen Zeitschrift wurde die Programmleiterin des Francke Verlags auf mich aufmerksam. Sie schickte mir die überraschende Anfrage, ob ich mir vorstellen könnte, ein Buch für Frauen zu schreiben. Auf dieses Experiment habe ich mich mutig eingelassen. Es scheint so, als ob etwas Hilfreiches dabei herausgekommen wäre.

Ihr Buch trägt den Titel „Das unvollkommene Glück“. Ist das nicht ein Widerspruch?

Exakt lautet der Buchtitel: „Unvollkommen glücklich – Vom Mut, ich selbst zu sein“. Diese Formulierung ist mir sehr wichtig, denn sie setzt einen Gegenpol zu zwei Haltungen, die es uns erschweren, glücklich zu werden: Das Vergleichen mit anderen und der eigene hohe Anspruch. Wer auf das vollkommene Glück wartet, wird es nur in wenigen Augenblicken erhaschen. Durch ein entspanntes Ja zu unserer Unvollkommenheit wird das Glück förmlich eingeladen, denn damit fällt viel Druck von uns ab. Mit sich selbst im Frieden zu leben, ist ein weiterer Aspekt, der Auswirkungen auf ein positives Lebensgrundgefühl hat.

Was unterscheidet ihr Buch von anderen Büchern, die sich diesem Thema widmen?

Mein Buch soll ein Mutmach-Buch sein, kein Ratgeber. Ratgeberliteratur ist immer sachlich richtig, dabei relativ unpersönlich. Ich möchte eine Beziehung zur Leserin/zum Leser aufbauen und sie mitnehmen auf Gedankenreisen, in Geschichten an-

derer und in praktisch anwendbare Übungen. Dafür zeige ich mich auch persönlich. Psychologisches Fachwissen und eigene Lebenserfahrung fließen dabei ineinander. Aus unzähligen Beratungsgesprächen kenne ich die inneren Hürden sehr gut, die Menschen mit sich herumtragen. Und ich habe Erfahrung darin, Menschen ermutigend darüber hinweg-zuhelfen. Mit dem Buch will ich gleichzeitig unterhalten und herausfordern – auf augenzwinkernde Weise.

Wen wollen Sie mit Ihrem Buch ansprechen?

Meine Zielgruppe sind Frauen, die in ihren Lebensherausforderungen neue Impulse suchen – von Mittzwanzigerinnen bis Seniorinnen. Von der Ausrichtung her werden sehr unterschiedliche Frauen angesprochen: psychologisch interessierte Leserinnen, dem christlichen Glauben nahestehende und auch glaubensdistanzierte Menschen. Gerade heute kam übrigens auch das Feedback von einem jungen Mann: „Vielen Dank für dein wirklich inspirierendes, persönliches und mutmachendes Buch. Auch für mich als Mann war die Lektüre lohnenswert.“

Laut dem erst kürzlich veröffentlichten World Happiness Report sind die Dänen das glücklichste Volk der Welt. Deutschland findet sich auf Platz 16 von 157 Ländern wieder. Was unterscheidet die Nordmänner von den Deutschen? Immerhin haben 25 Prozent der Deutschen Wikinger als Vorfahren?

Das kann ich nicht sicher beantworten. Allerdings bin ich auf die Studie einer Glücksexpertin gestoßen, die glückliche Menschen in unterschiedlichen Ländern befragt hat. Dabei fand sie heraus, dass Beziehungen Menschen glücklich machen. Ein glückliches Leben ohne gute soziale

Kontakte scheint es nicht zu geben.

Gibt es so etwas wie eine Glücksformel? Ein Rezept?

Hier möchte ich auf den Untertitel des Buches verweisen: „Vom Mut, ich selbst zu sein“. Je besser es jemandem gelingt, sich selbst zu kennen und anzunehmen, desto weniger wird er nach einer Art von Glück streben, die nicht zu ihm passt.

Zur Freude gehört Trauer, zum Wohlbefinden der Schmerz, zum Glück das Unglück? Ist es ein Unglück, nicht glücklich zu sein?

Nein – es ist eine Einladung, etwas zu verändern, und nicht im Unglücksgefühl stecken zu bleiben. Was wir als persönliches Unglück empfinden, könnten wir auch als Lebensherausforderung sehen. Und dann suchen, wie wir es bewältigen können und welche Menschen uns dabei unterstützen.

Welche Rolle spielt das Wörtchen „Nein“, um glücklich zu sein?

Ich las diese Woche ein Zitat: „Wer nicht Nein sagen kann, dessen Ja ist weniger wert.“ Ein uneingeschränktes Ja zu meinem Leben, den anstehenden Aufgaben und sogar zu den Umständen braucht ein Nein zu manchem anderen, zum Beispiel zum Vergleichen.

Sie stammen aus einem christlichen Elternhaus, engagieren sich in christlichen Arbeitskreisen. Ist man mit Gott glücklicher als die, die nicht an ihn glauben?

Das kann ich nur für mich beantworten: Ich bin mit Gott glücklicher, als ohne ihn. Wobei Glaube sich auf einer anderen Ebene abspielt, als unsere Glückserwartungen. Natürlich können Menschen ohne Glauben ein glückliches und erfülltes Leben haben. Und dabei unterstütze ich jeden Klienten im Beratungsprozess,

völlig unabhängig von seiner Weltanschauung. Gleichzeitig kann es sein, dass jemand, der Fragen nach Gott und Sinn in seinem Leben stellt, plötzlich Antworten findet, die ihn positiv überraschen und im wahren Sinne beglücken. Ich möchte mit meinem Buch nicht missionieren, sondern hinhalten, was mir wichtig ist. Der christliche Glaube gehört essenziell dazu. Und die Leserin kann sich ihre eigene Meinung dazu bilden.

Ich bin zu alt für Veränderungen. Es ist eh zu spät für einen Neuanfang. Was sagen Sie diesen Menschen, die auf dem Weg zum eigenen Glück – zu sich selbst – steckengeblieben sind, sich aber nach vorne bewegen wollen?

Veränderung ist möglich, bis ins hohe Alter hinein. Suchen Sie sich kompetente Unterstützung und wohlwollende Freunde und haben Sie den Mut für kleine Schritte.

Ergänzen Sie bitte den Satz: Glück ist für mich ...

... mit lieben Menschen in ehrliche und tiefe Gespräche einzutauchen oder den Alltag einen Moment unterbrechen, um die Schönheit eines Augenblicks wahrzunehmen.

Interview: Susann Schönewald

Die Buchlesung mit anschließender Gesprächsrunde findet am Donnerstag, 20. August, 18 Uhr, in der Reihe „Kunst trifft Technologie“ im TGF Technologie-, Gründer- und Förderzentrum Schmalkalden, Allendestraße, statt. Der Eintritt ist frei.

Sprüche zum „Glück“

„Glück ist das einzige, das sich verdoppelt, wenn man es teilt.“
Albert Schweitzer, Arzt und Philosoph (1875-1965)

„Glücklich ist nicht, wer anderen so vorkommt, sondern wer sich selbst dafür hält.“
Seneca, römischer Dichter und Philosoph (1 – 65 n.Chr.)

„Glücklich allein ist die Seele, die liebt.“
Johann Wolfgang von Goethe, Dichter (1749-1832)

„Ein jeder hat seine eigene Art, glücklich zu sein, und niemand darf verlangen, dass man es in der seinigen sein soll.“
Heinrich von Kleist, Dramatiker (1777-1811)

„Scherben bringen Glück – aber nur dem Archäologen.“
Agatha Christie, Schriftstellerin (1890-1976)

Ihr direkter Draht

Haben Sie, liebe Leser, Anregungen, Fragen oder Hinweise? Für Schmalkalden und die dazugehörigen Ortsteile ist zuständig: Lokalredakteurin
Susann Schönewald
Sie ist erreichbar unter
03683/697613.

Neue Angebote in der Volkshochschule

■ **Yoga Basics für Anfänger & Yoga Nidra**

Termin: Donnerstag, 20. August, und 27. August, 17 bzw. 18.30 Uhr. In diesem Kurs lernen die Teilnehmer die Grundlagen des Yogas. Dabei geht es um die Basis der Yogalehre wie Bewegungsübungen, Atmung und Tiefenentspannung. Diese Abfolge gibt dem Kursbesucher die Chance, das Konzept im Yoga kennenzulernen, ohne Angst zu haben, dass er sich verrenken muss.

■ **Umgang mit Smartphone/Tablet**

Termin: 24. August, 26. August und 27. August, 9 bis 12 Uhr. In diesem Kurs werden die Teilnehmer, neben der reinen Bedienung, weitere Einsatzmöglichkeiten kennen lernen. So können sie Schritt halten mit dem technologischen Wandel. Viele Übungsphasen in angenehmer Atmosphäre werden helfen, sich mit dem Smartphone sicher zu fühlen. Mitzubringen ist das eigene Smartphone mit PIN-Code, Zugangsdaten für Google-Playstore, Ladekabel und ggf. Betriebsanleitung.

■ **Sommerakademie: Englisch für Wiedereinsteiger**

Termin: 20. bis 24. August, 16 bis 19 Uhr. Der Kurs richtet sich an alle, die über Grundkenntnisse im Englischen verfügen und dient dazu, in lockerer Atmosphäre, urlaubsrelevante Themen zu besprechen. Das freie Sprechen steht von Anfang an im Mittelpunkt des Kurses.

■ **Aerobic Mix**

Termin: 25. August, 17.30 bis 18.30 Uhr. Dieser Kurs bietet eine Mischung aus Aerobic, Step Aerobic und Karaterobics mit dem Ziel, die Kondition und Ausdauer zu stärken. Hierbei werden wiederholende Schrittmuster eingeübt und zu einer Choreografie zusammengefügt. Aerobic Mix ist ein Bewegungsprogramm, bei dem vor allem die Muskeln an Beinen und Po geformt werden. Durch anschließendes Stretching und Kraftübungen für den Oberkörper werden auch alle anderen Muskelgruppen mit einbezogen.

■ **Bauch-Beine-Po**

Termin: 25. August, 18.30 bis 19.30 Uhr. Straffe Haut und festes Gewebe durch gezielte schonende Bewegungen! Aktivieren Sie die größten und leistungsfähigsten Muskelgruppen des Körpers: Bauch-Beine-Po. Dieses Ganzkörperprogramm stärkt die Tiefenmuskulatur und trägt wesentlich zu einer besseren Haltung und Beweglichkeit bei. Durch sanfte Bewegungen mit vielen Wiederholungen werden der Bauch und somit auch der Rücken gestärkt. Abschließendes Stretching der beanspruchten Muskelgruppen erhöht die allgemeine Beweglichkeit.

Bei Interesse an einem Kurs melden Interessierte sich bitte schriftlich unter anmeldung-sm@vhs-sm.de an. Telefonisch erreichbar ist die vhs unter ☎ (03683) 402825.

2000 Euro vom Konto gestohlen

Wasungen – Der Geldbeutel rutschte am vergangenen Sonntag gegen 20 Uhr aus der Hosentasche eines 61-jährigen, während dieser mit seinem Fahrrad die Damaschkestraße in Wasungen befuhr. Am nächsten Morgen stellte er den Verlust fest und fuhr die Strecke erneut ab. Dabei entdeckte er den Geldbeutel auf der Straße, jedoch waren 40 Euro sowie die EC-Karte verschwunden. Später stellte der Mann fest, dass insgesamt 2000 Euro vom Konto fehlten. Er erstattete Anzeige. Hinweise nimmt die Polizei in Meiningen unter ☎ (03693) 5910 entgegen.