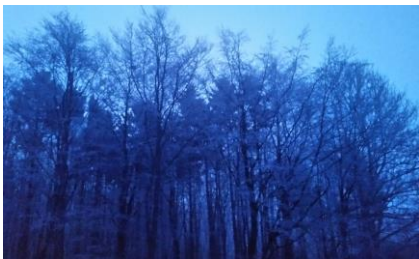


Heute hängst du dich als Nebelhülle,
Trübe Göttin, um mein Fenster hin.

Friedrich Nietzsche



Liebe Leserinnen, liebe Leser,

der Dezember ist die Zeit vor dem dunkelsten Tag des Jahres. Um neun ist es noch und um vier schon beinahe wieder dunkel. Eine Zeit wie geschaffen für Traurigkeit.

Der Dezember ist damit aber auch der Monat vor der Sonnenwende, und die ist vermutlich ein Festtag seit der Zeit, da die Menschen zum ersten Mal fähig waren, den Lauf der Gestirne im Wechsel der Jahreszeiten zu erfassen. Ein schönes Sinnbild dafür, wie in jedem Dunkel das Licht verborgen liegt.

Wir wünschen unseren Lesern gute Tage mit gerade der richtigen Mischung aus Wehmut und Vorfreude.

Mit herzlichen Grüßen

*Petra Sonne-Neubacher &
Marc Neubacher*

Traurigkeit

Nachruf

Während wir an diesem Newsletter arbeiteten, erreichte uns die Nachricht vom Tod unseres Doktorvaters.

Natürlich kann man sich fragen, warum der Tod eines Menschen, den man in den letzten zwanzig Jahren kaum eine Handvoll Male getroffen hat, einen so traurig stimmt. Aber entscheidend ist schließlich die Bedeutung, die dieser Mensch in unserem Leben gewonnen hat.

Hanskarl Müller-Buschbaum, „offiziell“ MB genannt, hat uns einiges mitgegeben, jenseits des Wissens um Kristallstrukturanalyse.

Zuerst einmal gibt es so viele Ex-Arbeitsgruppenmitglieder, weil er sich in der Verantwortung gefühlt hat. Wir gehören zu den sogenannten geburtenstarken Jahrgängen und mussten uns von Anfang an zu sehr vielen sehr wenige Plätze teilen. Während andere Professoren aber ihre Arbeitsgruppen klein hielten, gehörte er mit ein paar Kollegen zu denen, die fanden, dass man nicht erst sehr viele zum Studium zulassen und ihnen dann den letzten Abschluss verweigern kann. Also waren wir in der Hochphase fast vierzig Doktoranden – wobei er dann, wie der Vater einer großen Kinderschar, auch davon profitierte, dass die Älteren mit-helfen, die Jüngeren zu erziehen. Anders wäre es nicht gegangen. Dieses Verantwortungsgefühl hat er uns vorgelebt.

In einen ähnlichen Zusammenhang gehören allerlei Geschichten, die sich darum ranken, dass er nie direkte Arbeitsanweisungen gab. „Ach, das wäre ja so schön, wenn sich mal jemand wegen Messzeiten ans DESY wenden könnte“, so oder so ähnlich hörte sich das aus seinem Mund an. Und nur der Uneingeweihte war nicht vorbereitet, wenn er am nächsten Tag nachfragen kam, was das Telefonat denn so ergeben habe. Übrig geblieben ist uns davon das sichere Wissen, dass „man“ wir sind. Und zwar am besten gleich.

Und er hatte eine unnachahmliche Art, Krisen zu entschärfen, indem er derart freundlich bei den Beteiligten erfragte, was denn zu dem großen Ärger geführt habe, dass allein damit schon beinahe alles wieder gut war.

Fazit: Den großen Festkörperchemiker haben wir natürlich auch erlebt, aber das war nicht das Wichtigste.

Bleibe nur noch zu sagen (aber das hörst er ja leider nicht mehr): Tschüss, MB. Wir werden Sie nicht vergessen!

PS & MN

Zitat

Ein Forscher braucht zwei wichtige Eigenschaften: Er darf niemals aufgeben. Und er muss wissen, wann Schluss ist.

Hanskarl Müller-Buschbaum

Sonne im Herzen

Unser Leben findet für viele von uns im Wesentlichen in Innenräumen statt. Einerseits ist das zu begrüßen

und sicher das, wovon unsere frühen Vorfahren geträumt haben: Anstatt, den Speer in der Hand, im vor Nässe schweren Bärenfell durch den Wald zu streifen, flugs im Business Dress ins Auto gehuscht und bei der Ankunft mit dem Fahrstuhl aus der Tiefgarage zur Büroetage gefahren. Das sollte uns eigentlich glücklich und zufrieden machen; tut es aber nicht.

Lassen wir an dieser Stelle mal die Rachitis-versus-Hautkrebs-Diskussion beiseite, die allein schon traurig genug ist.

Offenbar macht nämlich Drinnen sitzen an sich schon traurig. Wie das genau funktioniert, hat man noch nicht ganz verstanden, aber das geht offenbar etwa so: Wenn wir draußen sind, gelangt – lässt sich ja kaum vermeiden – Sonnenlicht in unsere Augen. Die sagen im Gehirn Bescheid, dass gerade Tag ist. Das Gehirn stoppt die Produktion von Botenstoffen, die uns müde machen (klar, wenn es Abend ist, sollen wir müde sein, dunkel führt zu müde, so funktioniert's). Und diese müde machenden Botenstoffe werden aus glücklich machenden Botenstoffen umgebaut. Also, mehr Sonnenlicht, mehr glücklich machende Botenstoffe. Und künstliche Beleuchtung reicht da anscheinend nicht aus.

Heute rechnet man damit, dass man in Deutschland irgendwas zwischen zehn und achtzig Minuten täglich draußen verbringen sollte, je nach Hauttyp und Jahreszeit bzw. Sonneneinstrahlung. Im Winter am besten in der Mittagszeit.

Und nun?

Übung

Nehmen Sie doch mal Ihre flauschige Jacke mit ins Büro, die warmen Stiefel, Schal und Handschuhe. Machen in der Mittagspause einen dicken Spaziergang. Und achten Sie darauf, wie sich während des Aufenthaltes im Freien Ihre Stimmung verbessert.

Angst vor Erkältung? Die holen Sie sich im Zweifel eher drinnen, wo alles

schneift und schnupft, als an der frischen Luft. Außer natürlich, Sie haben keine Mütze auf!

Das Leben in Dur und Moll

Eine der bestimmenden Fragen unserer Zeit ist die der Diversity. Gerade entwickelt sich eine ungekannte Offenheit dafür, wie unterschiedlich Menschen sein können. Aber es gibt auch Themen, die dabei (noch) ausgeklammert werden, und dazu gehören ganz klar negative Gefühle wie Wut und Traurigkeit. Während aber der Wut wenigstens noch ein schwungvolles Image anhaftet, gerät die Traurigkeit von allen Seiten in Bedrängnis. „Think positive!“ heißt das Motto. Wer da nicht mitzieht oder mitziehen kann, gilt als „Trauerkloß“ und wird umgehend aufgefordert, doch bitte wieder mehr gute Laune an den Tag zu legen.

Dabei gehört Traurigkeit nicht nur zum Leben. Wir brauchen sie geradezu. Nicht umsonst sind beileibe nicht alle Geschichten fröhlich, und Anna Karenina ist nicht zufällig einer der Longseller der Literaturgeschichte.

Interessanterweise ziehen wir selbst uns gern einmal zurück, das Taschentuch in der Hand, und, ja: genießen es, in melancholischer Musik, Gemälden von einsamen Winterstränden oder eben unglücklichen Liebesgeschichten zu schwelgen und traurige Gedanken zu verfolgen. Wenn jedoch andere traurig sind, möchten wir schnell ein Pflaster auf deren Seele kleben, möchten, dass alles wieder gut wird. Als ob wir das bräuchten als Trost für die eigene Vergänglichkeit.

Vielleicht lohnt es, sich dann in den anderen hineinzusetzen und nicht bei unserem eigenen vordergründigen Wunsch stehen zu bleiben. Wenn wir an der Anderen Stelle wären, wären wir ja manchmal auch froh um jemand, der in Ruhe abwarten kann, bis von selbst wieder Fröhlichkeit angesagt ist

Zitat

Meine Liebe ist ein krankes Kind,
Das bei Nacht in seinem Bette sinnt;
Und am Rand des Bettes steht der Tod.

Hermann Hesse

Anregungen

Sachbuch

Leonard Woolf

Mein Leben mit Virginia

Virginia Woolf ist sicher eine der bekanntesten Schriftstellerinnen aller Zeiten – wenn auch nicht unbedingt der wirklich meistgelesenen. Der sogenannte „Bewusstseinsstrom“ als Erzähltechnik, den sie zur Perfektion brachte, verlangt dem Leser einiges ab, auch und vor allem an emotionaler Beteiligung am Seelenleben der Romanfiguren.

Bekannt ist aber auch Woolfs schwere depressive Erkrankung, die letztendlich darin mündete, dass als ihr Sterbeort im Lexikon keine Stadt, sondern ein Fluss angegeben ist.

Leonard Woolf, ihr Ehemann, beschreibt hier allerdings nicht nur die traurigen und verzweifelten Phasen, auch wenn die gegen Ende überwogen haben. Man hat auch die Gelegenheit, zwei geistig unabhängigen, intelligenten und gebildeten Menschen bei der Einrichtung ihres gemeinsamen Lebens über die Schulter zu blicken.

Buchtipp

Philippe Djian

Betty Blue

Zorg schreibt, oder genauer: Er versucht es. Außerdem liebt er Betty. Und genau da fangen die Probleme an. Denn Betty ist ungewöhnlich. Intensiv.

Zorg versucht, die Mischung aus Impulsivität und der Traurigkeit, die dem Buch seinen Namen gibt, zu stabilisieren, ihr und daneben seiner Berufung gleichsam einen bürgerlichen Rahmen zu geben. Und scheidet.

Damals, bei seinem Erscheinen, galt das Buch als skandalös offen. Beim Wiederlesen bleibt die wunderschöne Geschichte einer besonderen Liebe, die traurig endet.

Filmtipp

Lars von Trier
Melancholia

Der Planet Melancholia rast auf die Erde zu und wird sie vernichten. Ausgerechnet die depressive Justine kommt mit der Tatsache ihres sicheren Endes besser zurecht als diejenigen, die sie vorher von Sinn und Freude des Daseins überzeugen wollten.

Spannend antitypisch besetzt mit *Kirsten Dunst* und *Charlotte Gainsbourg*, virtuos in Szene gesetzt mit für das an Hollywood-Apokalypsen gewöhnte Auge überraschend anderen Bild- und Tonmetaphern.

Musiktip

Peter Iljitsch Tschaikowsky
Violinkonzert

Klassische Musik lebt unter anderem von den Wechseln zwischen Tempi und zwischen Stimmungen. Langsam und in Moll – das ist keine Besonderheit.

Bei Tschaikowskys Violinkonzert aber durchdringt die Traurigkeit noch die heitersten Passagen; ein Abbild der russischen Seele, könnte man sagen, oder, wie ich einmal gelesen habe „der einsame russische Wolf, den man im Hintergrund in der Taiga heulen hört“.

Verwaltung & Impressum

Nächste Ausgabe

Der nächste Newsletter erscheint am 1.3.2017.

Newsletter abonnieren oder abbestellen unter
<http://www.psn-wirtschaftsberatung.de/newsletter/>

Redaktion:

Dr. Petra Sonne-Neubacher
Dr. Marc Neubacher

Verantwortlich im Sinne des Presserechts:

Dr. Petra Sonne-Neubacher
Thomas-Mann-Str. 7-9
24211 Preetz

www.psn-wirtschaftsberatung.de

© PSN Wirtschaftsberatung GbR – Gern dürfen Sie aus unseren Texten zitieren, wenn Sie dabei die Quelle angeben. Danke

Alle Angaben ohne Gewähr.