

URSULA KOLLRITSCH

DAS GLÜCK WARTET GLEICH UM DIE ECKE

75 Wohlfühlorte zum Auftanken

adeo

Inhalt

Eine Einladung vorab ...

Denn das Glück wartet oft schon an der nächsten Ecke	17
---	----

1 <i>In der Morgensonne</i> Gold tanken für den Tag	20
---	----

2 <i>Auf Reisen</i> Glücklich unterwegs	22
---	----

3 <i>Am Meer</i> Am Rand der Ewigkeit	26
---	----

4 <i>Auf dem Stoppelfeld</i> Sehnsucht nach Bullerbü	28
--	----

5 <i>Unterm Regenschirm</i> Durchs Leben tanzen	30
---	----

6 <i>Im Kino</i> Versinken in der Lichtspielzeit	32
--	----

7 <i>Im Strandkorb</i> Schauspiel im Sand	34
---	----

8	<i>Unterm Blätterdach</i>	
	Eine Krone für jeden	36
9	<i>Am Schreibtisch</i>	
	Auf einer Insel aus Worten	38
10	<i>Am Vogelhäuschen</i>	
	Wo es piept und zwitschert	42
11	<i>Bei der Lesung</i>	
	Und ewig schwappt das Wasserglas	44
12	<i>Unterm Sternhimmel</i>	
	Funkeln, strahlen, leuchten	46
13	<i>Im Freibad</i>	
	Pommes, Mau-Mau und Himmelblau	48
14	<i>Am Kiosk</i>	
	Weiße Mäuse, „Wie geht’s“ und Magazine	50
15	<i>Auf dem Liegestuhl</i>	
	Selig sind, die ausruhen	54
16	<i>In der Kirche</i>	
	Zwischen Himmel und Erde	58
17	<i>Auf dem Lieblingssessel</i>	
	Zeit für eine Tasse Tee	60
18	<i>Auf der Bank im Park</i>	
	Einfach mal anhalten	62

19	<i>Auf der Familienfeier</i>	
	Ein Hoch auf das Leben	64
20	<i>In den richtigen Schuhen</i>	
	Das Fundament für den Tag	66
21	<i>Im Buchladen</i>	
	Die ganze Welt auf Papier	68
22	<i>Die Zugvögel über uns</i>	
	Wenn es Frühling wird	70
23	<i>Im Eiscafé</i>	
	La Dolce Vita	72
24	<i>Im Friseursalon</i>	
	Auszeit mit Grundrauschen	74
25	<i>Auf der Treppe</i>	
	Von oben draufschauen	76
26	<i>Beim Laternenumzug</i>	
	Wenn Kinderaugen leuchten	78
27	<i>Unterm Weihnachtsbaum</i>	
	Stille Nacht, heilige Nacht	80
28	<i>Im Wald</i>	
	Baden im Grün	84
29	<i>Auf dem Stadtbalkon</i>	
	Extrazimmer mit Aussicht	86

30	<i>Bei den Nachbarn</i>	
	Fußball gucken im Hof	88
31	<i>Am Lagerfeuer</i>	
	Im Spiegel der Nacht	90
32	<i>Im Café</i>	
	Schreiben wie in Paris	92
33	<i>Unter der Dusche</i>	
	Quelle der Inspiration	94
34	<i>Im Zug</i>	
	Fliegende Landschaft	96
35	<i>Im Museum</i>	
	Berauscht an Farben	100
36	<i>Im Hotel</i>	
	Alles beginnt im Foyer	102
37	<i>An der Krippe</i>	
	Am Anfang ist die Hoffnung	104
38	<i>Im Garten</i>	
	Vom Erden, Verstecken und Aufblühen	106
39	<i>Im Zirkus</i>	
	Die Nostalgie der Leichtigkeit	108
40	<i>Unterm Dach</i>	
	Geborgen im Sturm	110

41	<i>Auf der Ritterburg</i>	
	Zeitreise ins Mittelalter	112
42	<i>Am Fluss</i>	
	Verbunden mit dem Meer	114
43	<i>Beim Picknick</i>	
	Das Glück auf einer Decke	116
44	<i>Im Gewächshaus</i>	
	Ich bin dann mal in den Tropen	120
45	<i>Straßenpoesie</i>	
	Wo die schönen Worte wohnen	122
46	<i>Unter der Kuscheldecke</i>	
	Hej, Welt, bleib draußen!	126
47	<i>Am Hafen</i>	
	Schiffe gucken am Kai	128
48	<i>Im Lieblingsrestaurant</i>	
	Speisen mit dem gewissen Etwas	130
49	<i>In der Hängematte</i>	
	Mit Schwung ins Sommerglück	132
50	<i>Auf dem Flohmarkt</i>	
	Dies, das, Ananas	134
51	<i>Auf der Luftmatratze</i>	
	In den Sonnenuntergang schaukeln	138

52	<i>Im Zelt</i>	
	Spukgeschichten mit Stockbrot	140
53	<i>Im Schnee</i>	
	Plötzlich glitzert es hell	144
54	<i>Bei der besten Freundin</i>	
	Zwischen Lachkur und Ich-selbst-Sein	146
55	<i>Auf der Durchreise</i>	
	Vom Glück abseits der Route	148
56	<i>Im Warenhaus</i>	
	Alles unter einem Dach	150
57	<i>Auf der Brücke</i>	
	Mach mal Brückentag!	152
58	<i>Vor dem Fernseher</i>	
	Teil der Geschichte sein	154
59	<i>Beim Bäcker</i>	
	Richtig dufte	156
60	<i>Auf der Kirmes</i>	
	Karussell mit Zuckerwatte	158
61	<i>Auf dem Berg</i>	
	Und dann, meine Seele, sei weit ...	162
62	<i>Im Theater</i>	
	Heute mal glamourös	164

63	<i>Im Wind</i>	
	Flieg, Drachen, flieg!	166
64	<i>Im Tretboot</i>	
	Wer braucht schon Mississippi-Dampfer?	168
65	<i>Unter blauem Himmel</i>	
	Und dann und wann ein weißer Elefant	170
66	<i>Im Bauwagen</i>	
	Peter Lustig lässt grüßen	172
67	<i>Bei Oma und Opa</i>	
	Bratkartoffeln zum Frühstück	174
68	<i>Auf der Eisbahn</i>	
	Einfach dahingleiten	176
69	<i>Im Kräutergarten</i>	
	Heilsam verbunden	178
70	<i>Auf dem Weihnachtsmarkt</i>	
	Glühwein, Punsch und viele Sterne	180
71	<i>Am Abendbrottisch</i>	
	Was war heute am schönsten?	182
72	<i>Am Bahnhof</i>	
	Reisen, dass die Seele mitkommt	184
73	<i>In den Weinbergen</i>	
	Wo die Echsen flitzen	188

74	<i>In der Stadt</i>	
	Sehen und gesehen werden	192
75	<i>Wieder zu Hause</i>	
	Willkommen bei mir	194
	<i>Moment noch!</i>	
	Von Herzen: Danke!	196
	<i>Meine ganz persönlichen Orte im Alltag</i>	
	Zeit, innezuhalten und aufzutanken	200

EINE EINLADUNG VORAB ...

DENN DAS GLÜCK WARTET OFT SCHON AN DER NÄCHSTEN ECKE

„Überall ist Welt“, antwortete mein Opa stets gelassen, wenn Leute ihn fragten, warum er nicht verreise. Als Bahnbeamter hätte er viele Fahrten umsonst unternehmen können. Stattdessen saß er lieber am Stellgleis oder später auf seiner Bank im Garten, unter dem Küchenfenster, und las dicke Bücher. Vielleicht war das sein ganz persönlicher Wohlfühlort.

Getragen von diesem schönen Gedanken suche ich ebenfalls gerne das Glück vor meiner Tür und im Alltag – und dann schreibe ich darüber und halte es so ein bisschen fest.

In Worten. Wenn ich auf Reisen gehe, öffne ich die Augen für das, was leuchtet, den einen besonderen Moment, die Verbindungen zwischen Menschen und Plätzen. Denn Menschen machen Orte, und Orte prägen umgekehrt auch Menschen. Entscheidend ist, dass wir das sehen. Es tut gut, auch mal im eigenen Leben die touristische Brille aufzusetzen und sich zu freuen: über das, was ist. Darüber, was man in diesem Augenblick spüren und erleben darf. Das Schöne, das Wärmende, das Bezaubernde, vielleicht das Unglaubliche.

Wir alle kennen das: Manchmal sind die Tage richtig schwer, dann ist es, als wäre der Himmel nicht mehr blau, als hätte jemand einen grauen Filter davorgeschoben oder der Blick darauf bliebe ausgerechnet für uns versperrt. Doch ist es nicht gerade dann gut, eine Decke zu haben, unter die wir uns kuscheln können, ein Café um die Ecke, in dem der

Cappuccino mit Schaumherz serviert wird, an einer Bahnstation warten zu müssen, auf der die Messingtreppe wie Gold in der Sonne glänzt und jemand an die triste Betonwand gesprayed hat:

Hier gehts zum Glück!



Brauchen wir in herausfordernden Zeiten die schönen Momente nicht umso mehr? Und strahlen sie vielleicht heller, weil wir auch die anderen Tage kennen und erlebt haben? „Wo Licht ist, ist auch Schatten“, wird oft betont. Das stimmt. – Aber erzählt der Schatten nicht umgekehrt auch von der sicheren Existenz des Lichts? Er lässt keinen Zweifel daran, dass es immer noch da ist. Ja, dass das Licht sogar zuerst da war.

Glück ist kein unerreichbarer Ausnahmezustand, auf den es ein Leben lang hinarbeiten gilt. Wir müssen nicht dafür kämpfen, nichts dafür leisten. Wir brauchen es uns nicht zu verdienen. Überall gibt es Schönes und Gutes zu entdecken und zu genießen, nicht nur in der Ferne. Man kann die eigenen Glücksorte finden, wahrnehmen und erleben – und immer wieder bewusst besuchen. Orte, an denen wir Luft holen, Kraft tanken, uns freuen, uns lebendig fühlen, staunen oder einfach nur dasitzen. Das kann auf der Bank im Park sein, im Strandkorb, mitten im Wald oder in einer Bildergalerie alter Meister. Im vollen Nahverkehrszug ebenso wie unter einem kunterbunten Regenschirm in der Fußgängerzone.

„Alles in der Welt ist für den da, der es sieht.“ Diesen Satz habe ich mal auf einem Kalenderblatt gelesen und notiert. Und es gibt wirklich viel Schönes, Sehens- und Bemerkenswertes zu entdecken – mitten im Leben, auch ohne prallgefülltes Portemonnaie. Einfach so zwischendurch ist es da, auf einmal

taucht es auf, vielleicht an einem anstrengenden Tag, hinter einem vollen Schreibtisch, auf dem Weg zu einem Termin oder zwischen endlosen To-do-Listen. Es findet seinen Weg zu uns wie die Sonnenstrahlen, die am Morgen durch die Ritzen der Jalousien fallen.

Wie wäre es also, etwas Alltagsglück zu tanken? Für eine Stunde oder nur ein paar Minuten? Das Glück kann überall sein, schon vor oder hinter der nächsten Ecke. Am besten einfach dazusetzen und durchatmen ... Denn Atmen, das ist schon mal ein richtig guter Anfang. Das wissen wir alle vom ersten Moment an.

Dieses Buch ist eine herzliche Einladung. Komm mit auf eine Entdeckungsreise durch den Alltag – auf den Berg, in die Eisdiele oder leg dich mal wieder auf eine Wiese zum Wolkenbildermalen. Lass die Gedanken schweifen und die Erinnerungen aufleuchten. Und nimm diese Stationen gern als Anregung, deine eigenen Wohlfühlorte zu entdecken.

„Die größte Sehenswürdigkeit, die es gibt, ist die Welt – sieh sie dir an!“, sagt Kurt Tucholsky. – Dann mal los.

Viele wundervolle, inspirierende, stärkende Glücksmomente und viel Freude mit den persönlichen Impulsen in diesem Buch

wünscht

Usch Kollritsch



2 AUF REISEN

GLÜCKLICH UNTERWEGS

Übers Reisen zu schreiben – was für eine große Aufgabe! Wo soll ich bloß anfangen? Worauf den Schwerpunkt setzen? Seit Tagen lese ich, hole Bücher aus dem Regal, in denen ich hoffe, etwas finden zu können, das mich weiterbringen kann. Ich blättere in Magazinen, gucke mir Reisedokus an. Alles, um einen Startpunkt zu haben, ein Thema, einen guten ersten Satz. Nichts!

Und so fahre ich, schreibe ich jetzt einfach mal los, um zu sehen, was kommt, was auf mich wartet. Vielleicht machen wir ja genau das viel zu selten: einfach mal anfangen, losfahren, uns hinausziehen und treiben lassen. Schauen, ob es Rückenwind oder Gegenwind gibt, uns hineinfallen lassen oder bei Windstille ruhig werden und abwarten. Bis es weitergeht. Es gibt ihn nämlich, diesen Zauber der ersten Male, wenn wir etwas tun, was wir noch nie getan haben. Es kann doch auch gut gehen!

„Ich setzte meinen Fuß in die Luft und sie trug“, schreibt Hilde Domin und sagt alles mit diesen wenigen so berührenden Worten. Es geht darum, zu vertrauen, etwas zu wagen, Schritte ins Unbekannte zu machen.

Einen Ort zu besuchen, an dem man noch nie war, schärft das Bewusstsein, den Entdeckergeist. Alles kann wichtig sein: die unbekannte Blüte, nach der wir uns bücken, und die App befragen, um welche Pflanze es sich dabei handelt, die Zufallsbekanntschaft in der Bahn und, ja, das Wetter. Lass uns gern über das Wetter reden, warum auch nicht? Immerhin ist