









**HERZENS  
AN  
GELEGEN  
HEITEN**

**Die «Züri-Reihe» der Zürcher Kantonalbank**



Liebe Leserin,  
lieber Leser

Dieser Band der Züri-Reihe liegt uns besonders am Herzen. Meist geht es ja im Geschäftsleben um Zahlen und Fakten, um Geld sowie Renditen. Das ist auch gut und richtig so: In der Wirtschaft gilt es, mit Bedacht und Vernunft die Daten zu analysieren, mit kühlem Kopf die richtigen Entscheide zu treffen und sich dann entschlossen auf den Weg zu machen. Dennoch wollen wir bei aller Energie und Hingabe, die wir ins Geschäft investieren, nicht vergessen, was uns im Grunde antreibt.

Es sind die Herzensangelegenheiten, Dinge, die uns wichtig sind, die unserem Wirken einen Sinn und eine Richtung geben: Unsere Kinder, denen wir einen guten Start ins Leben ermöglichen wollen. Menschen, die uns nahestehen und uns mit ihrem Dasein bereichern. Eine intakte Natur, die uns eine Lebensgrundlage bietet und uns berührt. Eine Gemeinschaft, in der sich Menschen freiheitlich entwickeln und auf Augenhöhe begegnen können. Eine reiche Kultur, die unser Leben reflektiert und ihm mehr Tiefe gibt. Und nicht zuletzt auch ein Unternehmertum mit Leidenschaft und Liebe, das unser Berufsleben erfüllend und bereichernd macht.

Diesen Themen, die uns allen ans Herz gehen, nimmt sich die Züri-Reihe in diesem Band an. Wie gewohnt, erzählen dabei Zürcher Autoren, Illustratoren, Fotografen in verschiedenen Beiträgen und aus ganz verschiedenen Blickwinkeln Geschichten aus dem Kanton Zürich, die uns am Herzen liegen.

Wir wünschen Ihnen eine spannende und herzerfrischende Lektüre.

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Dr. Müller-Ganz', with a stylized flourish on the left side.

Dr. Jörg Müller-Ganz  
Präsident des Bankrats



# Inhalt

**Hoffnung auf  
ein Zürcher Herz**  
6

**Zu Tisch  
bei Aphrodite**  
18

**Ein Herz  
für andere**  
32

**Unternehmer  
mit Herzblut**  
46

**Kurzgeschichte:  
Wünsche**  
62

**Tiere lieben**  
82

**Zürcher  
Ohrenschmeichler**  
94

**Du, ich und  
der Stress**  
102

**Zürich zum  
Verlieben**  
114

**Herztöne**  
132

**Autoren, Fotografie,  
Illustrationen**  
134

**Impressum**  
136

## **Meine Herzensangelegenheit**

Was liegt den Menschen im Raum Zürich am Herzen?  
Wir haben sie online aufgerufen, ihre Herzensangelegenheit  
einzusenden. Acht Zitate wurden ausgewählt,  
illustriert und zum roten Faden dieses Buchs gesponnen.





## **Hoffnung auf ein Zürcher Herz**

**Rund zehn Millionen Menschen  
in Europa leiden an Herzschwäche.  
Viele warten auf ein Spenderherz,  
doch oft lässt sich kein passendes  
Organ finden. Hier will ein Zürcher  
Forschungskonsortium Abhilfe schaf-  
fen. Es baut das perfekte Kunstherz.**

Ein gruseliges Gefühl befällt einen, wenn man das Herz schlagen sieht. Ein Herz, das in einem Gehäuse hängt, an einer Halterung montiert ist und scheinbar lebt. Im ersten Moment starrt der Besucher nur auf dieses Herz und überhört das Zischen der Ventile. Dann dringt die Stimme des Wissenschaftlers durch den Lärm. «Unser Ziel ist, eine weiche Pumpe zu bauen, die in all ihren Eigenschaften dem menschlichen Original möglichst nahekommt und vollständig in den Körper eines Patienten eingepflanzt werden kann», sagt Professor Wendelin Stark, Leiter des Labors für funktionale Materialien an der ETH Zürich.

Stark ist Teil des Projekts «Zurich Heart». Es vereint Forschende der ETH, der Universität Zürich, des Universitäts- und des Kinderspitals Zürich, der Forschungsanstalt Empa sowie des Deutschen Herzzentrums Berlin. Rund 20 Gruppen haben ein gemeinsames Ziel: das beste Kunstherz zu entwickeln, das es jemals gab.

«Noch ist der Weg lang», sagt Stark und schaltet die Demonstrationsanlage wieder aus. Das Gummiherz hängt jetzt reglos in seiner Halterung. Es ist ein Prototyp aus Silikon, hergestellt im 3-D-Drucker. Auch wenn es den Besucher mächtig beeindruckt – oder erschreckt: Von einem medizinischen Einsatz ist es noch meilenweit entfernt. Nach 3000 Herzschlägen bekommt das Material Risse. Im menschlichen Organismus würde dieses Herz gerade mal eine halbe Stunde halten. Aber es ist ein erster Schritt und pumpt Blut wie unser eigenes natürliches Herz.

### **Viele unbefriedigende Ansätze**

Neu ist die Idee eines Kunstherzens nicht. Vor fast 50 Jahren, am 4. April 1969, hat der Chirurg Denton Cooley in Houston (USA) zum ersten Mal einem Patienten eines eingesetzt. Es war ein hartes Gerät aus Metall, das schon nach 65 Stunden durch ein menschliches Spenderherz ersetzt werden konnte. Genau dazu waren Kunstherzen ursprünglich auch gedacht: zur Überbrückung der Wartefrist. Denn die Nachfrage nach Spenderherzen für Patienten mit Herzinsuffizienz übersteigt das Angebot deutlich. Die Wartezeiten sind lang – nicht selten zu lang.

Zwar gibt es heute auf dem Markt einige Modelle von Kunstherzen, doch diese werden nur selten eingesetzt, weil sie alle noch gravierende Mängel aufweisen. Weiter verbreitet sind mechanische Kreislauf-Unterstützungssysteme, die, meist in die linke Herzkammer eingesetzt, die Pumpfunktion des Herzens unterstützen oder sogar ganz übernehmen.

Auch diese Systeme haben noch einige Nachteile, aber das als Provisorium gedachte Implantat wurde für viele Patienten zur Dauerlösung, weil kein geeignetes Spenderorgan zu finden war. Manche leben mit einer solchen Prothese bis zu zehn Jahren.

In der Schweiz werden jährlich etwa 60 bis 80 Stück neu eingesetzt. «Diese Kreislauf-Unterstützungssysteme sind heute zwar der Goldstandard», sagt Professor Volkmar Falk vom Deutschen Herzzentrum und der Charité-Universitätsmedizin in Berlin. Bis 2014 hat er die Herzchirurgie am Universitätsspital Zürich geleitet und hier das Projekt «Zurich Heart» ins Leben gerufen. «Aber es gibt noch erhebliche Nachteile. Bei etwa 30 Prozent der Patienten kommt es im ersten Jahr nach der Implantation zu ernsthaften Komplikationen», sagt Falk.

Anfällig ist zum Beispiel das Kabel, das aus dem Körper der Patienten ragt. Daran angeschlossen sind die Batterien und die Steuergeräte. «Das ist unpraktisch», sagt Falk. «Die Patienten tragen für diese Geräte dauernd einen Rucksack mit sich herum.» Und weit kommen sie damit auch nicht – nach zirka acht Stunden müssen sie an eine Ladestation. Zwingend: Wenn beim Mobiltelefon ein leerer Akku ärgerlich ist, so bedeutet er für Träger einer Herzpumpe womöglich den Tod.

Und selbst wenn mit der Energieversorgung alles klappt, die «Drive-Line», wie die Kabelverbindung im Fachjargon heisst, stellt immer eine Gefahr dar. Wo das Kabel aus dem Körper austritt, können sich Infektionen bilden. Diesen Risiken und Mängeln entspringt die Vision von Volkmar Falk: das vollständig implantierte Kunstherz.

### **Vielfältige Probleme – interdisziplinäre Zusammenarbeit**

Dass er als Herzchirurg so etwas nicht alleine umsetzen kann, war Volkmar Falk von Anfang an klar. So lud er im Jahr 2012 zum ersten Workshop ein, um die Idee zu diskutieren. «Als Erstes stellte ich fest, wie verschieden die Sprache von Medizinerinnen, Biologen und Ingenieuren ist.» Es folgte ein langer Findungsprozess, bis sich die Vertreterinnen und Vertreter aller Disziplinen verstanden – fachlich wie sprachlich. «Inzwischen läuft die Zusammenarbeit hervorragend», sagt Falk. «Und für die Doktorierenden von heute ist es absolut normal – und sehr befruchtend –, über die Grenzen der Disziplinen hinweg zu diskutieren.»

Das ist auch nötig, denn die Probleme der bestehenden Herzersatzsysteme sind enorm vielfältig. Zum Beispiel soll die heikle Drive-Line eliminiert werden. Dazu braucht es Batterien, die nicht nur länger hal-

ten, sondern auch drahtlos aufgeladen werden können. Ein Ladesystem also, wie es bei den neusten Mobiltelefonen zum Einsatz kommt und mittels elektromagnetischer Induktion funktioniert. Bloss stellen sich mit der Haut, den Muskeln und Knochen der Energieübertragung Hindernisse entgegen. Hier einfach ein stärkeres Feld anzulegen, geht nicht. Das Gewebe würde Schaden nehmen. Nun hat das ETH-Labor für Power Electronic Systems einen Prototypen entwickelt, der nicht nur Energie, sondern auch Information kontaktlos durch die Haut überträgt.

### **Sofort ausser Atem mangels Regelung**

Ein weiterer Nachteil der heute gebräuchlichen Herzpumpen ist die mangelnde Regelung. Wer mit einem solchen Ersatzteil unterwegs ist, gerät dauernd ausser Atem: Nur schon Treppensteigen ist beschwerlich. Denn die Leistung der Pumpe passt sich nicht den Bedürfnissen des Organismus an. Dieses Problem bearbeitet die Maschineningenieurin Marianne Schmid Daners.

Allerdings erinnert die Einrichtung, die in ihrem Labor aufgebaut ist, kaum an ein Herz: ein Stahlgerüst, Schläuche, Plexiglaszylinder mit roter und blauer Flüssigkeit. Kein Herzschlag ist zu hören, nur Pumpen surren und gluckern. Und doch: «Hier simulieren wir den menschlichen Kreislauf unter verschiedenen Bedingungen», sagt die Leiterin der Gruppe für Produktdesign. Das Kunsterz soll so schnell auf wechselnde Belastungen reagieren wie das natürliche Herz. Dafür entwickelt Schmid einen Sensor, der laufend das Blutvolumen im Herzen misst, die Daten an eine Steuereinheit übermittelt und eine Software, die die Pumpenleistung reguliert. Heute nimmt die Versuchsanlage noch die Grösse eines Mikrowellenofens ein. «Die Leute von der Herzchirurgie lachen, wenn sie das sehen», sagt Schmid. «Aber eines Tages wird die Mess- und Regeleinheit so klein sein, dass sie im Brustraum eines Menschen Platz findet.»

### **Pumpen, ohne das Blut zu zerstören**

Verglichen mit einem echten Herzen, sind die Herzpumpen, die heute Menschen eingesetzt werden, brutale Grobiane. Der delikate Lebenssaft mit seinen roten und weissen Blutkörperchen und den Blutplättchen wird durch metallene Ventile und um scharfe Ecken gepresst. Dabei gehen Blutkörperchen kaputt. Es drohen Gerinnsel, Gefässverengungen, Leistungsabfall und schliesslich – wenn die Gerinnsel aus





**Aldo Ferrari**

«Die Zellen sind sehr wählerisch», erklärt der Spezialist für Oberflächengestaltung. Er forscht an einer Beschichtung des Kunstherzens, die dem Blut natürliche Flussbedingungen bieten soll.

**Wendelin Stark**

Ein hochwertiges Silikonherz aus dem 3-D-Drucker ist für den Leiter des Labors für funktionale Materialien eine wichtige Etappe, aber nicht die Lösung. «Noch ist der Weg lang», sagt er.



**Marianne Schmid Daners**  
Die Maschineningenieurin arbeitet daran, die Pumpenleistung den wechselnden Belastungen des Kreislaufes anzupassen.

**Volkmar Falk**  
2012 lud der Herzchirurg zum ersten Workshop ein – der Startschuss für die Forschung an seiner Vision: ein vollständig implantiertes, biokompatibles Kunstherz.

der Herzpumpe in den Kreislauf geschwemmt werden – Lungenembolien oder ein Hirnschlag. Um dem vorzubeugen, müssen Menschen mit einer künstlichen Herzpumpe Zeit ihres Lebens Medikamente zur Blutverdünnung einnehmen. Aber diese können auch wieder unerwünschte Nebenwirkungen haben: innere Blutungen zum Beispiel.

«Das Kunstherz der Zukunft muss das Blut so schonend durch den Kreislauf pumpen wie das natürliche Herz», sagt ETH-Forscher Aldo Ferrari, Spezialist für die Mikrostrukturierung von Oberflächen. Die Blutgefässe des Menschen sind mit speziellen Zellen ausgekleidet, den sogenannten Endothelzellen, die – anders als Metalloberflächen – dem Blut natürliche Bedingungen bieten. Also versucht Ferrari, die Bestandteile des Kunstherzens, die mit Blut in Kontakt kommen, mit solchen Endothelzellen auszukleiden. Doch an glatten Oberflächen können die Zellen nicht anwachsen und die Materialien einfach aufzurauen, ist zu simpel. «Die Zellen sind sehr wählerisch», sagt Ferrari energisch und springt an die Wandtafel, wo er zu zeichnen beginnt. «Bieten wir ihnen Quadrate im Mikromassstab, wachsen sie nicht an.» Ferrari zeichnet kleine Dreiecke. «Das hingegen mögen sie», sagt er, als rede er über kleine Haustierchen. Jedoch sind die Vorlieben der Epithelzellen je nach Umgebungsbedingungen anders – sprich: je nach Strömungsgeschwindigkeit des Blutes, das über sie hinwegfliesst. Und diese ist in einer Pumpe oder einem ganzen Herzen an jeder Windung wieder anders. Darum braucht das Innere eines Kunstherzens alle paar Zentimeter eine andere Oberfläche. Manchmal sind es feine Lamellen oder bei starker Blutströmung winzige Vertiefungen in der Form von Honigwaben. «Dort verstecken sich die Zellen und strecken nur gerade einen dünnen Fortsatz aus ihrer Bucht, um der Zelle in der Nachbarbucht zu sagen: Hier bin ich. Wer Ferraris Begeisterung spürt, entwickelt für die Epithelzellen schon fast Sympathie wie für kleine Wesen und vergisst, dass es hier um High-Level-Materialwissenschaft geht.

#### **Anwendung in anderen Bereichen**

Ferraris Team hat auch einen Art Beutel entwickelt, der genau das Gegenteil tut: Er verhindert, dass Zellen darauf anwachsen. Der Beutel kann nicht nur das Zürcher Kunstherz, sondern auch Implantate wie Herzschrittmacher davor bewahren, dass unser Körper das Objekt mit einer zähen Schicht aus Bindegewebe überwuchert – einer Fibrosekapsel, wie man in der Medizin sagt. Ein grosses Problem, das den Ersatz von Schrittmachern oder Herzpumpen kompliziert macht.



Dem natürlichen Herzen auf der Spur: Zwischen zwei Prototypen des Kunstherzens liegen 1000 Fragen, herbe Rückschläge und wertvolle Erkenntnisse.

«Unsere Forschung dient nicht nur dem Zurich Heart», sagt Ferrari, «sondern zum Beispiel auch der plastischen Chirurgie.» Denn auch dort sind Fibrosen eine hässliche Nebenwirkung. Wenn etwa ein Brustimplantat eingekapselt wird, die Brust zum harten Tennisball mutiert und so eine Schönheits-Operation zunichte macht. Darum fliesst Aldo Ferraris Know-how über Oberflächengestaltung nun auch in ein vielversprechendes Start-up namens «Hylomorph» ein, das die Kommerzialisierung der Technologie anstrebt.

### **Ein weiches Herz**

Im Bereich Materialien ist aber noch viel Forschung nötig. Denn «Zurich Heart» will nicht nur bestehende Systeme und Komponenten verbessern, sondern sucht auch nach vollkommen neuen Ideen: zum Beispiel ein komplett weiches Herz anstelle einer harten Maschine.

Ziel ist es, weiche biologische Herzklappen und eine stark deformierbare Hybridmembran zu erzeugen, die aus einem synthetischen Material besteht und von einer Endothelzellschicht bedeckt ist. Die Forschenden reden von Bio-Verbundwerkstoffen. Sie sind die Voraussetzung für ein dauerhaft implantiertes, hundert Prozent biokompatibles Kunstherz, das seine Aufgabe so zuverlässig erfüllt wie das menschliche Herz.

«Wie nah wir diesem Ziel kommen, wissen wir nicht», sagt Volkmar Falk. Und auf einen Zeithorizont will er sich schon gar nicht einlassen. «Sicher ist nur, dass alle Erkenntnisse, die wir in diesem grossen Gemeinschaftsprojekt erzielen, in der einen oder anderen Form die Lebensqualität von Herzpatienten verbessern werden.»



## Meine Herzensangelegenheit

Wie wäre es denn damit: Wenn die Menschen ganz einfach mehr Zufriedenheit statt immer noch höheren Lebensstandard anpeilen würden?

*Hans-Ruedi Hebeisen, Zürich*







## Zu Tisch bei Aphrodite

**Speisen ernähren uns, ihre Bedeutung aber reicht viel weiter. Essen ist Genuss, Geselligkeit und vor allem auch: Sinnlichkeit. Bestimme Zutaten in unserer Küche wirken anregend. Sie wecken die Lust und steigern das sexuelle Verlangen. Von den Austern bis zum Zimt findet man in allen Teilen der Welt sogenannte Aphrodisiaka, benannt nach der Liebesgöttin der alten Griechen. Woher kommt ihre Wirkung? Wie werden sie am besten zubereitet? Und welche Zutat darf niemals fehlen? Eine verführerische Reise durch die Küche der Lust.**

An der Hotelbar. Ein Flüstern hinter vorgehaltener Hand. «Das ist ein Getränk, mit dem du ... du weisst schon.» Der Gast hatte soeben einen Galliano bestellt, und der Bartender erklärte mir, was es mit dem Getränk auf sich hat. Ich lächelte mild und dachte mir, der redet doch nur und macht eine Anspielung auf die längliche Form der Flasche. Meine Neugier liess mir jedoch keine Ruhe. Nach der Arbeit probierte ich den Galliano, einen Likör aus rund 30 Kräutern und Gewürzen, selber. Amors Pfeil traf durch meinen Gaumen mitten ins Herz: Ich verliebte mich Hals über Kopf in einen Hotelangestellten.

Was ich damals im Jahr 1974 in einer Bar in Südafrika erlebt hatte, war die Kraft der aphrodisischen Küche. Entsprang die besagte Wirkung meiner Phantasie, befeuert vom heissen Klima eines fernen Landes? Oder gibt es wissenschaftliche Beweise für den lustfördernden Effekt? Sicher ist, dass Speisen in zahlreichen Kulturen zum Einsatz kommen, um Fruchtbarkeit und Sexualität zu fördern. In China gehören Mittel, welche die Potenz steigern sollen, zur traditionellen Medizin. Sie werden aus Pflanzen wie beispielsweise dem Ginseng gewonnen, stammen aber auch aus problematischen Quellen, darunter geschützte Tiere wie Schildkröten und Haifische. Auch Indien kennt in seiner Heilkunst Ayurveda eine Reihe von aphrodisierenden Lebensmitteln. Dazu zählen beispielsweise der Granatapfel, Kurkuma und Chili. In Europa hat die Äbtissin und Universalgelehrte Hildegard von Bingen schon im 12. Jahrhundert den reichlichen Gewürzgenuss oder die Verwendung von Zwiebeln und Knoblauch verworfen, weil sie «gelüftig», «aufgeblasen» oder «ausgelassen» machen würden.

Aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse weisen darauf hin, dass Essen und Stimmung tatsächlich in einem Zusammenhang stehen. «Psychiatrische Probleme werden wir in Zukunft nicht mehr nur im Gehirn, sondern auch im Verdauungstrakt behandeln», sagt Emeran Mayer, Professor an der University of California in Los Angeles (UCLA), einer der führenden Forscher im Bereich der Neurowissenschaften des Magen-Darm-Systems.

### **Wie Hoteliers in Graubünden mit Sellerie verführten**

Häufig gelten Produkte als aphrodisierend, die einen besonders hohen Vitamin- oder Mineralstoffgehalt haben oder einen speziellen, den Organismus anregenden Inhaltsstoff aufweisen. So der Spargel: Seit 2000 Jahren gilt er als das Aphrodisiakum «par excellence». Seine phallische Form regt die Phantasie an, und er bietet eine geballte Ladung



von Vitaminen und Mineralstoffen. Der wahre Inbegriff der Lust kommt aber aus dem Meer: Es sind die Austern und Muscheln. In seinem Meisterwerk «Die Geburt der Venus» lässt der italienische Renaissancekünstler Sandro Botticelli die römische Liebesgöttin einer Herzmuschel entsteigen. Muscheln und Austern verfügen über einen hohen Mineralgehalt und sind äusserst vitaminreich. Entscheidend für die Wirkung ist der Zinkgehalt, der die Manneskraft steigern soll.

Austern sind nicht billig. Die kulturelle Verbindung von Erotik, Macht und Geld scheint sich auch in den Lebensmitteln zu spiegeln. Es verwundert daher nicht, dass auch das teuerste Gewürz der Welt zu den aphrodisierenden Zutaten zählt. Die handgepflückten Staubfäden des Krokus – besser bekannt als Safran –, gelten schon seit 4000 Jahren als Liebeshelfer. Ursprünglich stammt das Gewürz aus China, Indien und dem damaligen Persien. Im 11. Jahrhundert brachten Kreuzfahrer den Safran nach Europa, wo er heute kultiviert wird – auch in der Schweiz.

In derselben Preisklasse lässt auch der Trüffel die Herzen höher schlagen. Der kostbare Pilz produziert den Sexuallockstoff Androstenol, der die weiblichen Schweine anlockt. Angeblich soll diese Anziehung auch auf Frauen wirken und für eine prickelnde Stimmung sorgen – insbesondere in Kombination mit einem Glas Champagner.

Ein solches geniessen sicher auch die Städter gerne, die fürs Wochenende in die Berge fahren. Sie sollen eine schöne Zeit verbringen und wiederkommen, so die Überlegung der Hoteliers. Und was wäre schöner als eine lustvolle Nacht unter dem beeindruckenden Sternenhimmel der Alpen? Die Bündner Restaurants und Gasthöfe, so erzählt man sich, wussten schon vor langer Zeit um die Wirkung des Selleries. Das vitaminreiche Wurzelgemüse, dessen Ruf eines potenzfördernden Mittels stark im Volksglauben verankert war, fand sich früher auf jeder Speisekarte und sollte den Aufenthalt unvergesslich machen.

#### **Die wichtigste Zutat: Zeit**

Auch ein Dessert mit Schokolade und Vanille kann die Sinne anregen. Ob der kulinarische Höhepunkt aber auch den Weg ins Schlafzimmer findet, darüber entscheidet das Ambiente, in welchem das festliche Mahl zelebriert wird. Ein schön dekoriertes Tisch, ein paar Rosen und ein romantisches Spiel von Licht und Farbe verwandeln jeden Wohnraum in einen verführerischen Liebestempel.

Auch Abwechslung regt die Lust an: Weshalb nicht die Vorspeise im Wohnzimmer genießen, den Hauptgang im Speisezimmer und das Dessert zusammen im Bett? Egal zu welchem Gang, eine Zutat gehört auf alle Fälle immer dazu: Zeit. Am besten schon den Nachmittag gemütlich angehen und die (gemeinsame) Vorbereitung mit viel Liebe gestalten. Leicht und verspielt, begleitet von der passenden Musik, entfaltet das kulinarische Tête-à-tête seinen wahren Zauber.

Trotz aller Euphorie: Aphrodisierende Gewürze und Speisen können ein Feuer zum Lodern bringen, aber keines entfachen. Sie sind keine Beziehungsheilmittel, sondern Verstärker einer positiven Grundstimmung. Wer am wenigsten erwartet, wird ihre Wirkung am deutlichsten spüren – und schwelgen im siebten Himmel von Lust und Genuss. Übrigens: Falls Sie Ihrer Begleitung einen Drink mit Galliano mixen möchten, hier das Rezept für «Mi piace tanto».



## *Mi piace tanto*

*20 ml Galliano Vaniglia (Likör)  
40 ml Gin  
20 ml frischer Zitronensaft  
5 ml Zuckersirup  
5-6 Pfefferminzblätter*

*Alles verquirlen und mit Minze  
und Zitronenzeste dekorieren.*



Bild: Thomas Schuppisser

Stephan und Carmen Stalder vom Löwen Nänikon sind ein starkes Team. Seit 1999 führen sie den mit 16 Gault Millau-Punkten ausgezeichneten Gasthof als Familienbetrieb. Sie pflegen eine marktfrische Küche mit mediterranen sowie asiatischen Einflüssen und schaffen mit viel Liebe zum Detail immer wieder Neues. *Exklusiv für die Züri-Reihe haben sie ein Liebesmahl zum Nachkochen kreiert.*



## «Liebesmahl»

Yuzu cevichierte Jakobsmuschel  
Wasabi Panna Cotta

Tatar von irischem Rauchlachs  
Crostino, Ei und Trüffel

Züri Oberländer Kalbsfilet  
Grüner Thai Curry

Acquerello Reis, Enoki-Pilze

Schokolade, Granatapfel,  
Chili und Tahiti Vanille

## Liebesmahl Vorspeise

# Yuzu cevichierte Jakobsmuschel Wasabi Panna Cotta

### Zutaten für die Jakobsmuscheln:

4 Stück frische Jakobsmuscheln  
4 EL Yuzu-Saft  
Fleur de sel  
1 EL Crème fraîche  
4 EL Zitronenöl  
1 EL helle Sojasauce

### Zutaten für die Wasabi Panna Cotta:

50 g Vollrahm  
1,5 Blatt Gelatine  
Wasabi frisch oder Paste  
(Schärfe nach Belieben)  
50 g griechisches Joghurt  
Fleur de sel

### Zubereitung:

Die geputzten Jakobsmuscheln halbieren. Die anderen Zutaten zu einer Marinade verrühren. Die Jakobsmuscheln über Nacht zugedeckt im Kühlschrank lagern.

### Zubereitung:

Rahm erwärmen. Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Dem Rahm begeben. Vom Feuer nehmen, mit Wasabi nach Belieben abschmecken. Joghurt unterrühren und würzen. In Silikonförmchen gießen und stocken lassen. Einfrieren. Vor dem Servieren gefroren aus den Förmchen nehmen und 2 Stunden im Kühlschrank auftauen.

### Anrichten:

Die cevichierte Jakobsmuscheln aus der Marinade nehmen und zur Panna Cotta anrichten. Nach Belieben mit jungem Salat, frischen Kräutern und asiatischem Dressing vollenden.



## Liebesmahl Vorspeise

# Tatar von irischem Rauchlachs Crostino, Ei und Trüffel

### Für das Rauchlachs-Tatar:

150 g irischer Rauchlachs, z.B. «Duncannon»  
in feine Würfel geschnitten  
1 EL gehackte Frühlingszwiebel  
etwas Zitronenabrieb  
frische Kräuter gehackt wie  
Fenchelkraut, Kerbel, Dill

### Für das Ei (Sabayon):

1 Ei  
2 Eigelb  
1 EL Zucker  
1 dl Weisswein  
1/2 EL Estragonessig  
10 Tropfen Trüffelöl

### Für die Crostini:

Ein Baguette anfrieren und so  
dünn wie möglich aufschneiden.  
Falls vorhanden, auf einer  
Aufschnittmaschine.  
Die Scheiben auf ein Backblech  
legen, mit Rapsöl bestreichen  
und sehr knusprig backen.

### Zubereitung:

Alle Zutaten mit Gabel vermischen,  
abschmecken, evtl. mit Herzsstecher  
formen.

### Zubereitung:

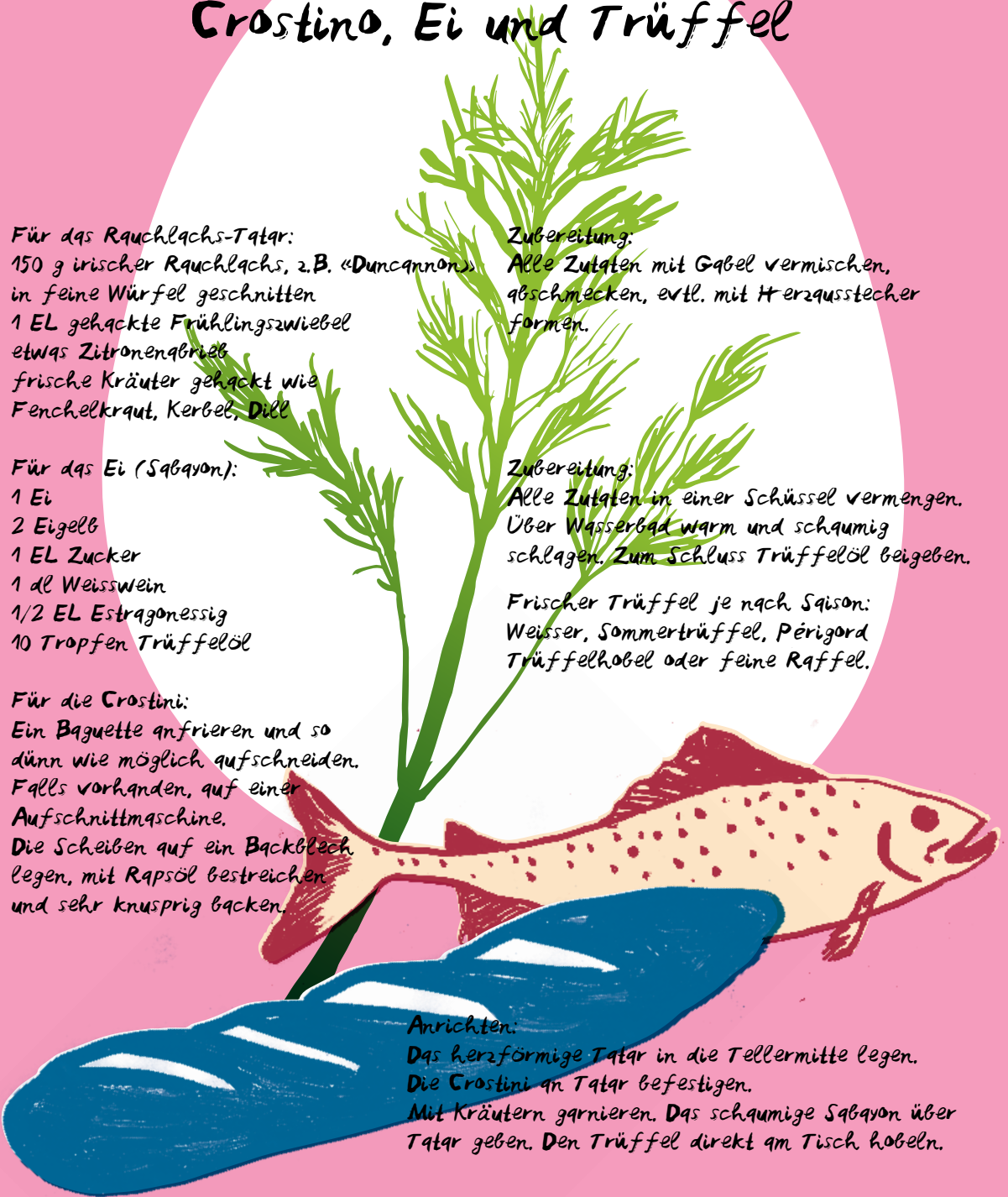
Alle Zutaten in einer Schüssel vermengen.  
Über Wasserbad warm und schaumig  
schlagen. Zum Schluss Trüffelöl begeben.

Frischer Trüffel je nach Saison:  
Weisser, Sommertrüffel, Périgord  
Trüffelhobel oder feine Raffel.

### Anrichten:

Das herzförmige Tatar in die Tellermitte legen.  
Die Crostini an Tatar befestigen.

Mit Kräutern garnieren. Das schaumige Sabayon über  
Tatar geben. Den Trüffel direkt am Tisch hobeln.



## Liebesmahl Hauptgang

# Züri Oberländer Kalbsfilet Grüner Thai Curry Acquerello Reis Enoki-Pilze

### Für das Kalbsfilet:

2 Médailles à ca. 150 g  
Salz und Pfeffer  
50 g Enoki-Pilze roh  
Reismehl zum Bestäuben  
der Kalbsfilets

### Für den Curry Acquerello:

150 g Acquerello Risotto-Reis  
1 EL grüne Currypaste (frisch hergestellt  
oder im Thai-Shop erhältlich)  
2 dl Reiswein  
ca. 5 dl Geflügel- oder Gemüsebouillon  
ca. 3 dl Kokosmilch  
Salz, frischer Thai Basilikum  
und Koriander

### Für die Enoki-Pilze:

2 Bündel Enoki à 100 g  
1 Stück Peperoncino rot in 3 mm  
Ringe geschnitten und gewaschen

### Zubereitung:

Médailles würzen. Eine Seite mit Enoki  
belegen und mit Reismehl bestäuben. In  
einer Bratpfanne mit etwas Rapsöl auf  
die Seite mit den Pilzen nach unten legen.  
Knusprig braten, wenden und Hitze  
reduzieren. Kalbsfilet darf nicht  
durchgebraten werden!

### Zubereitung:

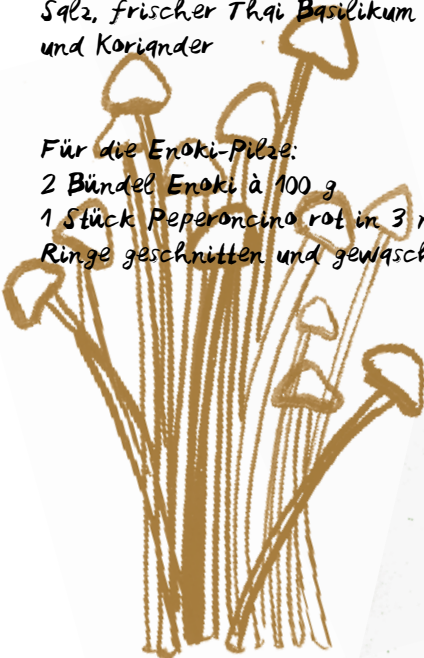
Reis in Rapsöl glasig dünsten.  
Currypaste mitdünsten. Mit Reiswein  
ablöschen und mit Bouillon «Step by Step»  
köcheln. Nach Zweidrittel der Garzeit  
Kokosmilch ebenfalls zögerlich begeben.  
Der Reis soll sämig sein und das Korn  
mit leichtem Biss. Zum Schluss die  
frisch gezupften Kräuter begeben und  
sofort servieren.

### Zubereitung:

Die Wurzeln der Enoki abschneiden.  
Die Ringe mit den Pilzen «spicken».  
Die Bündel kurz in der Pfanne wenden.

### Anrichten:

Den Curry Acquerello und das Kalbsfilet in leicht tiefen  
Tellern anrichten. Enoki-Bündel und frische Kräuter  
dazugeben und nach Belieben mit jungem Gemüse verzieren.





## Liebesmahl Dessert

# Schokolade, Granatapfel, Chili und Tahiti Vanille

Für die Schokoladen-  
Ganache (Creme):

90 g Vollrahm  
10 g Glucose  
1 Blatt Gelatine  
85 g Couverture 72%  
1/2 Chili

Zubereitung:

Gelatine einweichen. Den Chili in kleine Würfel schneiden und in Wasser legen. Rahm und Glucose erwärmen, die restlichen Zutaten darin auflösen. Die Chiliwürfel abtropfen und trockentupfen. Unter die Ganache-Masse geben. Auf einer glatten Unterlage mit Frischhaltefolie erkalten lassen. Anschliessend mit einem kleinen herzförmigen Ausstecher ausstechen.

Für die Granatapfelkerne:

1 Granatapfel  
200 ml Granatapfelsaft  
1 EL Vanillecreme-Pulver

Zubereitung:

Den Granatapfel vierteln und mit einem Kochlöffel vorsichtig die Kerne rausklopfen. Das Cremepulver in etwas Saft auflösen, den restlichen Saft aufkochen und das Pulver einrühren. Erkalten lassen und die Kerne vorsichtig unterheben.

Vanilleglace

250 ml Vollmilch  
125 g Crème double  
1 Tahiti Vanilleschote  
2 Eigelb  
88 g Zucker  
1 Prise Meersalz

Zubereitung:

Vanille längs halbieren und auskratzen. Mit Milch und Crème double in einem passenden Topf bis zum Siedepunkt erhitzen. Eigelb, Zucker und Salz glattrühren und schaumig aufschlagen. Die Masse soll hell und luftig sein. Die heisse Milch nach und nach unterrühren. Die Eier dürfen nicht stocken. Alles zurück in den Topf geben und so lange erhitzen, bis sich eine dünne Schicht auf dem Kochlöffel bildet («Zur Rose» abrühren). Zurück in eine Schüssel geben. Unter gelegentlichem Umrühren die Masse abkühlen. Für mindestens 6 Stunden in den Kühlschrank stellen. Am besten über Nacht. Die Masse in die Glace-Maschine geben und einfrieren.

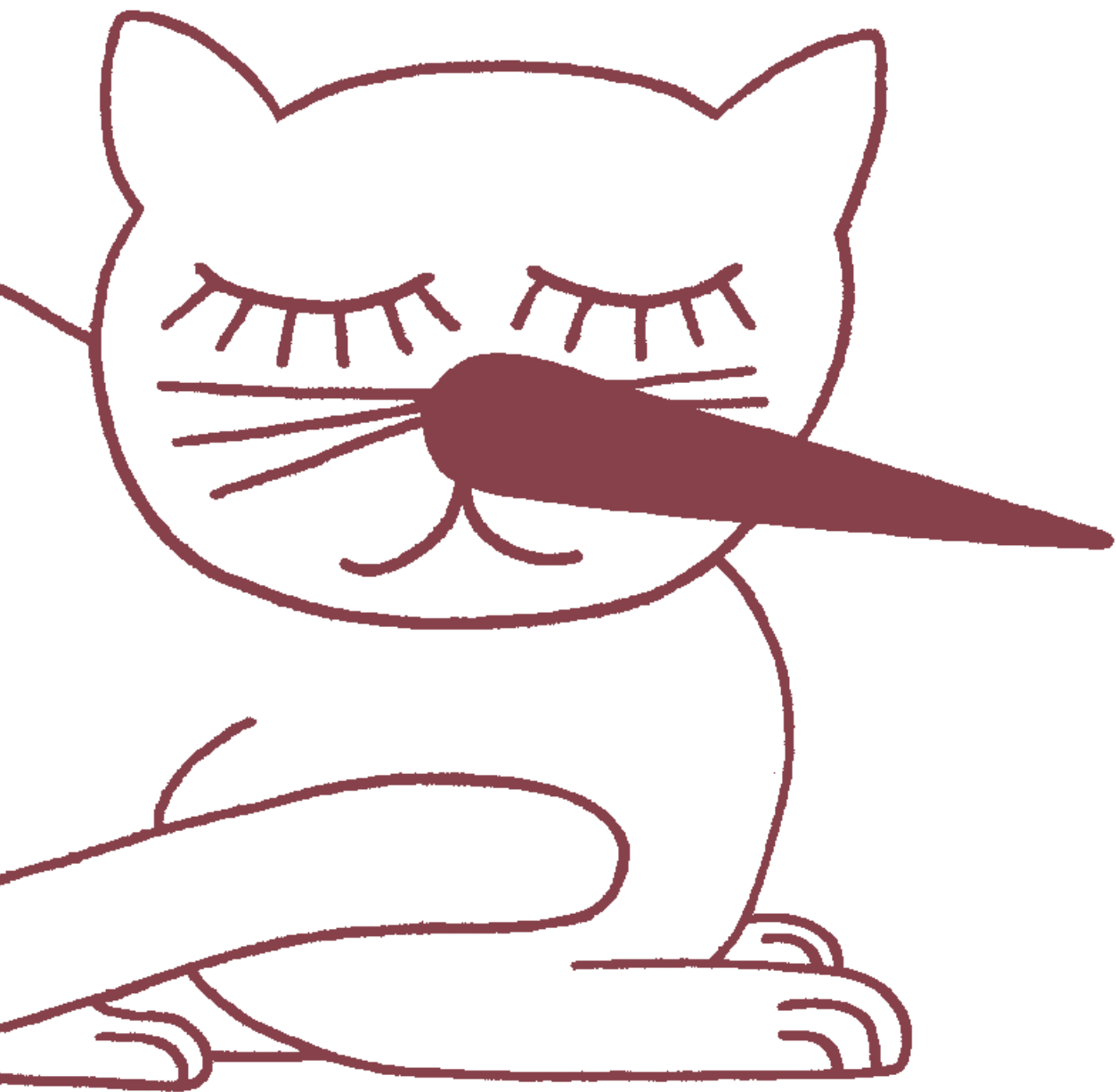
Anrichten

Mit den Kernen einen Spiegel auf dem Teller bilden. Mit einem heissen Löffel eine schöne Nocke ausstechen und auf dem Spiegel platzieren. Mit den Ganache-Hezen garnieren.

**Meine Herzensangelegenheit**  
Meine Katze Rüepli, die mir  
eine andere Sicht auf das Leben  
ermöglicht.

*Lucia Lago (36 J.), Zürich*









Adriaan Jansen  
Naturliebhaber

Jeden Tag hat der Informatiker Adriaan Jansen auf seinem Arbeitsweg Abfallberge am Zürcher Limmatufer gesehen. Anstatt sich darüber zu ärgern, hat der Naturliebhaber mit seiner Teilnahme am «Swiss Litter Report», einem gemeinsamen Projekt vom WWF und dem Verein STOPPP, den Uferabschnitt einfach selbst gesäubert. Gleichzeitig setzte er mit seinem Engagement ein Zeichen gegen den Plastikabfall. «Wir denken immer, die Schweiz sei sauber. Mit unserem Bericht konnten wir das Gegenteil beweisen und auf dieses wichtige Thema aufmerksam machen», erklärt der 42-Jährige.

Als einer von über 150 Freiwilligen sammelte Adriaan Jansen während eines Jahres einmal monatlich Abfall, kategorisierte ihn und trug so zu einem Bericht über die Schweizer Abfallproblematik bei. Probleme damit, den Müll fremder Leute einzusammeln, hatte er nie: «Die Natur ist unser Lebensraum. Um diesen zu schützen, müssen wir alle mitanpacken.» Zur Freude des Zürchers zeigte die Aktion Wirkung: Neben viel medialer Präsenz erhielt er während seines Einsatzes auch jede Menge positive Rückmeldungen von Passanten.

## Ein Herz für andere

**Rund 124 Millionen Stunden – so viel investierten die Zürcherinnen und Zürcher im Jahr 2016 in das Gemeinwohl. Ohne freiwillige Helfer überlebt heute kaum ein Sportverein, ein öffentlicher Dienst oder eine soziale Organisation. Was bewegt Menschen, sich ohne Entgelt für einen guten Zweck einzusetzen, Bedürftige zu unterstützen oder sich in einem Verein zu engagieren? Sechs Frauen und Männer erzählen stellvertretend für insgesamt über 280 000 Zürcher Helferinnen und Helfer, warum sie sich mit Herzblut für andere einsetzen.**

Text: Deborah Bischof  
Bilder: Dominique Meienberg





61

34

RIDE  
TSG





Marion Gwerder  
BMX Club

Schnelligkeit, Kraft und Taktik sind die Basis im BMX-Sport. Liefert sich Marion Gwerders Sohn mit sieben anderen BMX-Fahrern ein Rennen, fiebert sie vom Pistenrand aus mit. Obwohl sie selbst nicht fährt, ist der Sport ein fester Bestandteil ihres Lebens. Sie unterstützt nicht nur ihren Sohn seit sieben Jahren, sondern auch 90 weitere BMX-Rennsportler. Denn Marion Gwerder ist seit 2018 Präsidentin des BMX Club Volketswil.

Die 36-Jährige verfolgt mit ihrem Engagement grosse Ziele: «Ich möchte den Zusammenhalt unter den Kindern stärken. Ausserdem will ich mehr Mädchen für den Sport begeistern», erzählt sie. Dafür plant sie zusammen mit dem Vorstand neben den Trainingsstunden gemeinsame Ausflüge, Trainingslager, spezielle Trainingstage nur für Mädchen und ein bis zwei nationale Rennen pro Jahr. Ihr Volontariat kostet sie zwar viel Zeit, doch missen möchte sie es nicht: «Dank meinem Sohn weiss ich, wie wichtig das sportliche sowie soziale Umfeld des Clubs für Kinder ist. Zu sehen, dass mein Engagement direkt den Kindern zugute kommt, motiviert mich jeden Tag aufs Neue.»



Daniel Severin  
Milizfeuerwehr

Ein kleines, graues Funkmeldegerät ist Daniel Severins ständiger Begleiter. Ertönt auf dem Pager ein Alarm, wird der Designer innert Minuten vom Büroangestellten zum Feuerwehrmann. Der Davoser ist seit seinem Umzug nach Zürich bei der Milizfeuerwehr von Schutz & Rettung Zürich im Einsatz, mittlerweile als Offizier. Er und sein Team sind die erste Anlaufstelle, wenn bei der Berufsfeuerwehr Not am Mann ist. «Stehen ganze Häuser in Flammen, helfen wir mit, dutzende Keller auszupumpen, oder wir sind vor Ort, wenn es an der Street Parade zusätzliches Personal braucht», erklärt der zweifache Familienvater.

Der Einsatz für die Feuerwehr erfordert schnelles und sicheres Handeln: «Die Zürcherinnen und Zürcher vertrauen uns ihr Leben an, da ist höchste Professionalität gefragt», erläutert der 38-Jährige. Trotz grosser Verantwortung und ständiger Alarmbereitschaft denkt er auch nach 17 Jahren Dienst nicht ans Aufhören: «Das Positive überwiegt. Wir sind ein tolles Team und setzen uns für die Bevölkerung ein. Das Beste: Ich kann auch ab und zu Feuerwehrauto fahren», fügt er lächelnd hinzu.







Thomas Woodtli  
Patientenbegleitung

«Ich bin für Menschen in ihrer dunkelsten Lebensphase ein Freund. Ich zeige ihnen, dass sie nicht alleine sind», erzählt Thomas Woodtli. Der 31-Jährige ist als Pflegekind aufgewachsen und weiss somit aus eigener Erfahrung, wie wertvoll freundliche Zuwendung in schwierigen Zeiten ist. Menschen mit psychischen Erkrankungen haben ihr soziales Umfeld häufig verloren und leben zurückgezogen. Ihnen will der Zürcher mit seiner ehrenamtlichen Tätigkeit in der Psychiatrischen Universitätsklinik Zürich helfen, einen Weg zurück ins soziale Leben zu finden.

«Zweimal pro Monat treffe ich die Patienten, gehe mit ihnen essen oder spazieren. Wir reden über alles Mögliche. Sie erzählen mir ihre Geschichten und ich ihnen meine», so der Zollberater. Aktuell begleitet er vier Personen, zwei davon in der Psychiatrischen Universitätsklinik Zürich. Als besonders wertvoll empfindet Thomas Woodtli die gegenseitige Dankbarkeit: «Sowohl sie als auch ich schöpfen viel Energie aus der gemeinsamen Zeit. Wir lernen dabei wieder, wie bereichernd es ist, anderen Menschen unsere Zeit zu schenken.»







Simone Maurer  
Tierschutz

Simone Maurer hat sechs Hühner, vier Hunde, zwei Kaninchen, eine Katze und eine Kuh. Alle 14 Tiere hat die 27-Jährige vor dem sicheren Tod bewahrt. Schon von klein auf hatte die Zürcherin ein Herz für Tiere. Deshalb engagiert sie sich auch seit fünf Jahren für die Susy Utzinger Stiftung, die sich weltweit für den Schutz von Tieren einsetzt. So reist Simone Maurer einmal jährlich mit anderen Stiftungsmitgliedern ins Ausland, um dort Tierärzte bei Kastrationsaktionen und Parasitenbehandlungen zu unterstützen. «Wir sehen bei unseren Auslandeinsätzen viel Leid. Doch der Gedanke an all die geretteten Tiere motiviert uns, weiterzumachen», erzählt Simone Maurer.

In der Schweiz ist die Immobilienbewirtherin zusätzlich Einsatzleiterin für die Legehennen-Rettungsaktion: «In Grossbetrieben werden Hühner nach knapp einem Jahr getötet, da sie nicht mehr genügend Eier legen», erklärt sie. «Wir suchen für die ungewollten Tiere ein neues, liebevolles Zuhause.» So kam die Tierschützerin auch zu ihren eigenen Hühnern, die für sie nicht nur Haustiere, sondern Teil ihrer Familie sind.













## Franziska Bates-Steck Deutschunterricht

Franziska Bates-Steck erteilt jeden Freitagnachmittag rund 40 Männern und Frauen aus Afghanistan, Eritrea und dem Iran Deutschunterricht in einem Saal der Heilsarmee. Mit der Sozialpädagogin Cornelia Zürrer Ritter leitet sie seit bald drei Jahren das Flüchtlingsprojekt «Coffee & Conversation». Zusammen mit anderen Freiwilligen unterstützen die beiden Frauen Menschen, die ihre Heimat verlassen mussten, und begleiten sie auf ihrem Weg in ein neues Leben. «Wir sehen sie nicht als Flüchtlinge, sondern als Menschen. So wie Jesus uns das vorlebte, möchten wir ihnen achtsam und auf Augenhöhe begegnen», erläutert die Deutschlehrerin ihre Motivation.

Was anfangs als Treffpunkt mit Kaffee und Kuchen gedacht war, entwickelte sich rasch weiter. Nebst Deutschstunden bieten die Initiantinnen heute soziale Beratung sowie Hilfe bei der Arbeits- und Wohnungssuche an. Franziska Bates-Steck erzählt: «Viele haben bereits eine Bewilligung erhalten, und einige können sogar eine Integrationslehre beginnen. Über solche Erfolge freuen wir uns gemeinsam. Denn aus Fremden sind längst Freunde geworden.»

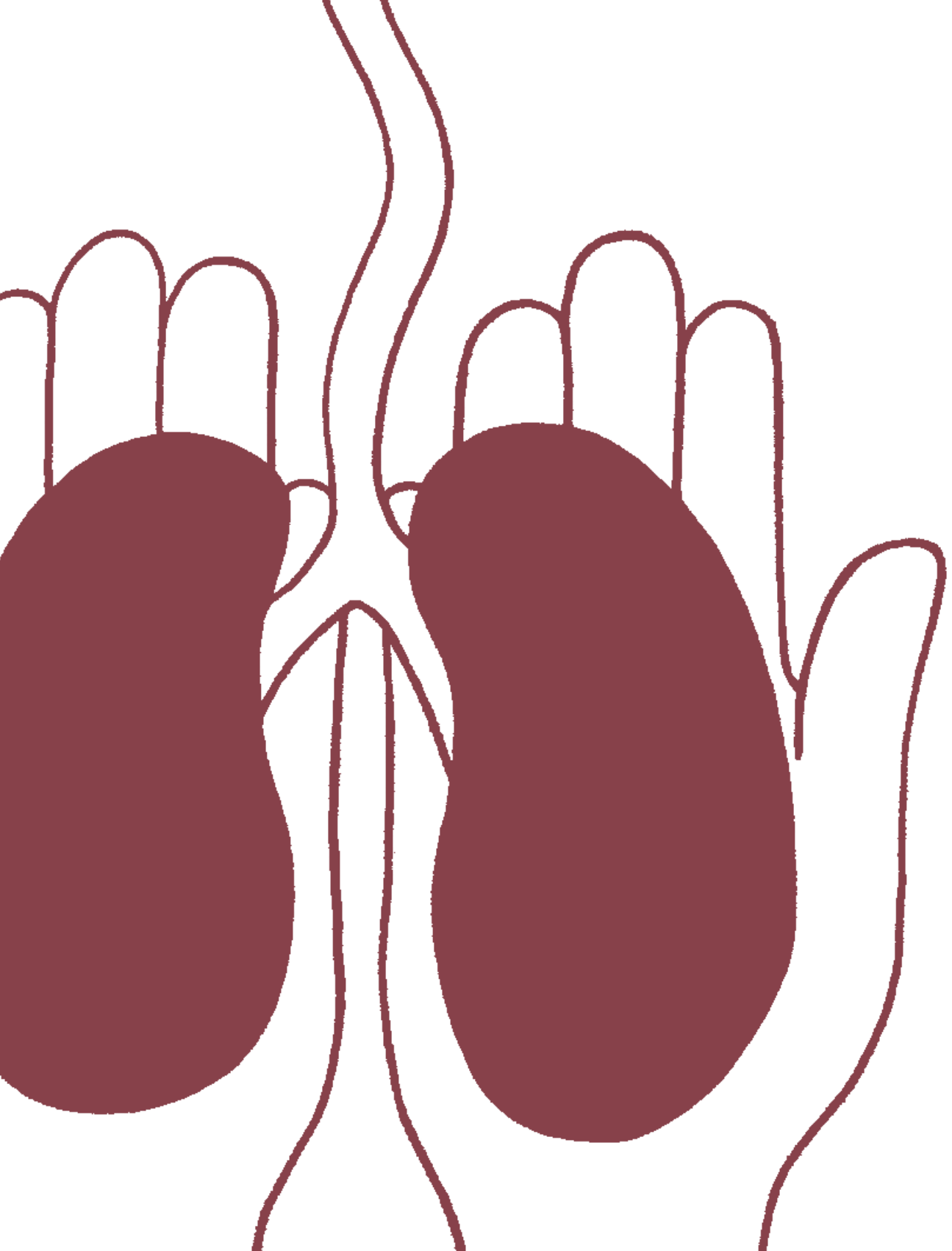
### **Meine Herzensangelegenheit**

Mein Vater leidet an der seltenen Krankheit Lungen-Sarkoidose. Sie ist bei ihm schon fortgeschritten und unheilbar, nur eine neue Lunge könnte seine Lebensqualität verbessern. Meine Herzensangelegenheit ist, dass mehr Leute etwas über diese Krankheit erfahren und den Patienten viel Verständnis entgegenbringen können.

*Stefanie Vogelsanger (37 J.), Kloten*









Jens Jung, Tara Welschinger, Ghamkin Saleh

## **Unternehmer mit Herzblut**

**Wer ein Unternehmen aufbauen will, muss selbst der leidenschaftlichste Fan seines Produkts sein. Das jedenfalls meinen Zürcher Pioniere, die in ihren Branchen neue Massstäbe gesetzt haben: Tara Welschinger, Gründerin des Zero-Waste-Ladencafés Foifi, Ghamkin Saleh, Multiunternehmer mit Coiffeur-Salons und Gastronomiebetrieben, und Jens Jung, Inhaber der hippen Bäckerei John Baker. Was machen die drei anders als die Konkurrenz? In einem Gespräch im Co-Working-Center Spaces verraten sie so manches Erfolgsgeheimnis.**

Text: Stephan Lehmann-Maldonado  
Bilder: Markus Bühler

### **Jens Jung**

Der Szene-Bäcker

John Baker drehte das Rad der Zeit zurück und wirkt gerade dadurch «trendy»: Die Zürcher Backstube backt Brot wie zu Grossvaters Zeiten mit regionalen Bio-Rohstoffen – oft vor den Augen der Kunden. Das Alter Ego von John Baker ist Jens Jung (47). Er sog den Backstubenduft fast mit der Muttermilch auf und knetete schon als Dreikäsehoch gerne Teig. Denn sein Vater baute die Bäckerei Jung auf. Trotzdem versuchte Jens Jung sich zuerst auf anderen Geschäftsfeldern und verbrachte Lehr- und Wanderjahre im Ausland. Danach stieg er im elterlichen Betrieb ein und führte diesen auf den Pfad der Nachhaltigkeit. Weil es mit der Stabübergabe nicht klappte, gründete er 2013 mit Freunden die Bäckerei John Baker am Bahnhof Stadelhofen. Dazu sind seither ein Lokal am Helvetiaplatz und die Bäckerei Jung gekommen. Damit hat sich ein Kreis für Jens Jung geschlossen.

### **Tara Welschinger**

Die Ressourcen-Spezialistin  
Ob Obst, Pasta, Süssigkeiten, Hundefutter oder Hygieneartikel: Frisch und biologisch ist im «Foifi» alles, verpackt gar nichts. Wer hier einkauft, muss Taschen und Behälter von zu Hause mitbringen. Ein Crowdfunding und drei gute Freunde haben Tara Welschinger (43) ermöglicht, ihren Traum vom ersten Zero-Waste-Ladencafé in Zürich zu verwirklichen. Zuvor stellte sie ihr Leben so radikal auf den Kopf wie einst Saulus, als er zum Paulus wurde. Sie zog in eine kleine Wohnung um, reduzierte ihren Kleiderschrank und ihre Möbel auf ein Minimum, verkaufte ihr Auto und versucht seither, Ressourcen nicht zu verschwenden. «Weniger ist mehr»,

meint sie wortwörtlich. Schliesslich setzte Tara Welschinger auch sich selbst frei, indem sie ihren Job als Geschäftsleitungsmitglied einer Kreativagentur kündigte. Heute kämpft sie vollamtlich gegen die Wegwerfgesellschaft.

### **Ghamkin Saleh**

Der Tausendsassa

Sein Herz gehört dem Film, seine Arbeitskraft vor allem seinem Firmenimperium. Ghamkin Saleh (48) besitzt zwölf Coiffeur-Salons, zwei Restaurants, eine Konditorei, eine Schneiderei und eine Filmproduktionsfirma. Er beschäftigt über 100 Menschen. Dabei hat er nicht nur geschickte Hände fürs Geschäft, sondern auch fürs Handwerk: In seinem Ursprungsland Syrien half der Kurde schon als Junge in der Backstube aus. Und er lernte, mit der Schere umzugehen: «Wer Haare schneiden kann, findet immer einen Job.» Später griff er zur Laute und zur Geige, in Kamishli und Damaskus studierte er Musik. Bis er 1998 in Zürich als Flüchtling landete. Hier begann er als Tellerwäscher in einer Pizzeria, bevor er als Discount-Coiffeur durchstartete. Daneben hat er Film studiert und vor zwei Jahren mit «Linsbündel» einen Film ins Kino gebracht. Derzeit arbeitet er an einem Roadmovie.



Mehr als ein simpler Supermarkt: Der Zero-Waste-Quartierladen «Foifi» an der Schiffbaustrasse ist gleichzeitig Café, Begegnungsplattform und Workshop-Location. Der Clou: Alle Waren des breiten Sortiments sind unverpackt. Zum Einkaufen bringt man eigene Gefässe mit und spart viel Abfall.

«Schnell und günstig, für Damen und Herren.» Unter diesem Leitmotiv gründeten die Saleh-Brüder 1998 mit viel Freude und Leidenschaft ihre erste Coiffeurfiliale an der Josefstrasse in Zürich. Heute schneiden ihre Angestellten in insgesamt zwölf Coiffeurgeschäften den zahlreichen Kunden die Haare.

Bei John Baker am Stadelhofen und Helvetiaplatz wird das Brot mit Liebe gebacken: aus regionalen, ökologischen und saisonalen Zutaten – und viel Zeit. Einen Auslieferdienst gibt's auch, und zwar per Elektrovelo.





Was bringt Ihr Herz zum Bluten?

**Tara Welschinger:** Kürzlich habe ich beobachtet, wie jemand eine Zigarette in den Kanal geworfen hat. Das empfinde ich als enorm unbewusstes Verhalten, obwohl ich früher geraucht und dasselbe gemacht habe. Mittlerweile weiss ich aber, wie viele Giftstoffe in einem solchen Stummel stecken, die das Wasser verpesten. In solchen Situationen beisse ich mir auf die Lippen und frage mich: «Soll ich jetzt etwas sagen oder nicht?»

**Jens Jung:** Das kann ich nachvollziehen. Mir tut es auch weh, wenn unbewusst gelebt und konsumiert wird – ohne Enthusiasmus, ohne Freude dahinter.

**Ghamkin Saleh:** Mich schmerzt es, wenn mich Menschen missverstehen. Ich möchte niemanden verletzen, niemanden wütend machen. Es ist schade, wenn man sich nicht miteinander verständigen kann. Zugleich bin ich traurig, wenn ich Träume nicht verwirklichen kann.

Etwas haben Sie alle drei gemeinsam: Sie sind erfolgreiche Unternehmer. Was braucht es dazu?

**GS:** Ganz sicher Mut! Aber auch Ausdauer, Selbstvertrauen und einen gewissen Eigenbedarf: Man sollte etwas anbieten, was man selbst brauchen kann.

**JJ:** Ja, das ist ein wichtiger Punkt: Man muss ein Produkt herstellen, das man sich selbst wünscht und gerne konsumieren möchte. Und manchmal braucht man eine dicke Haut...

**TW:** ... und muss bereit sein, alles zu geben. Man sollte nicht zu fest hinterfragen, ob das jetzt der richtige Weg ist oder nicht – «just do it!» Ausserdem ist das Umfeld wichtig.

Hinter Ihren Leistungen steckt also nicht nur Marketing, sondern wirklich Herzblut?

**TW:** Auf jeden Fall. Zero Waste heisst «null Müll», aber gemeint ist ein Lebensstil ohne Verschwendung. Schon bevor ich mein Zero-Waste-Ladencafé eröffnet habe, stellte ich mein Kaufverhalten um. Heute kaufe ich konsequent nichts, das in Plastik verpackt ist. Mein Haushalt ist ein Mehrwert-Haushalt, das heisst, ich besitze nichts mehr, was man recyceln muss – keine PET-Flaschen, keine Büchsen. Nur noch etwas Papier. Am Anfang bedeutete das viel Aufwand: Ich musste meine Bäckerei, meinen Metzger und meine Käserei suchen. Bei John Baker erhielt ich sogar 10 Rappen zurück, weil ich mit meinem Stoffsäckchen gekommen bin. Dagegen fragten mich andere Bäckereien, ob ich wirklich auf die Serviette verzichten wolle.

**JJ:** Mit John Baker stellen wir das knusprige Brot her, das ich selber gerne esse. Unsere Zutaten sind bio-zertifiziert und stammen aus der Region. Auch privat kaufe ich nur nachhaltige, regionale Produkte. Die Grossverteiler meide ich. Dorthin zu gehen, ist für mich Zeitverschwendung. Aber so weit wie Tara bin ich nicht. Ich bin verheiratet und habe ein Kind, da muss ich gewisse Kompromisse eingehen. Ohne Windeln schaffen wir es nicht ...

**GS:** Ich bin in Sachen Ökologie leicht zurückgeblieben. Bei mir ging es in Syrien einfach darum, überleben zu können. Mein Vater ist jung gestorben. Schon als Kind musste ich die Verantwortung für meine Geschwister übernehmen. Wir waren zu zehnt. Da hatte ich

andere Sorgen, als darüber nachzudenken, ob ich jetzt etwas mit oder ohne Papier mache.

*TW:* Bist du der Älteste?

*GS:* Nein, ich bin die Nummer vier. Aber der Älteste von uns war an der Universität, der zweite im Militär – und die Dritte schon verheiratet. Einkaufen ist nicht mein Talent.

*TW:* Ich gebe dir gerne Nachhilfeunterricht.

Sie haben alle einen ganz unterschiedlichen Werdegang.

*GS:* Ich startete meine Berufskarriere in der Schweiz als Tellerwäscher in der Pizzeria «Santa Lucia» in Zürich. Als es mal einen Streit gab, sprang ich ein und bereitete Pizzateig zu. Bald half ich als Kellner aus. Stets dabei hatte ich meine Geige, meine Schere und meinen Kamm. So bot ich meinem Chef an: «Hey, ich schneide dir die Haare.» Er bestand darauf, mich dafür zu bezahlen. Schliesslich durfte ich allen die Haare schneiden. Doch als ich einen Coiffeur brauchte, musste ich mehrere Stunden warten, bis ich einen Termin kriegte und erst noch tief ins Portemonnaie greifen. Da sagte ich mir: «Das kann ich besser machen.» Ich bot Haarschnitte an für 25 Franken – ganz unkompliziert, ohne Reservation.

Eine Tellerwäscher-Karriere!

*GS:* Wer als Flüchtling in die Schweiz kommt, muss unten anfangen. Aber das Haareschneiden hat mich durchs Leben begleitet. Früher habe ich das in der Familie praktiziert, später mit Freunden an der Universität.

Frau Welschinger, Sie waren in der Geschäftsleitung einer Kreativagentur. Was brachte Sie dazu, den Bettel einfach so hinzuwerfen?

*TW:* Das haben sich die Leute in meinem Umfeld auch gefragt. Die Zero-Waste-Bewegung hat mein Leben positiv beeinflusst. Ich lernte, bewusster und mit Verantwortung zu konsumieren. Darum brannte in mir so eine Art Feuer für ein Ladencafé ganz ohne Verpackungen – eine rundum nachhaltige und sinnvolle Sache. Aber ein solches Projekt neben der Leitung meiner Abteilungen aufzubauen, lag nicht drin. Somit war die Entscheidung letztlich unumgänglich für mich: 2016 habe ich das Konzept fürs «Foifi» geschrieben, im März 2017 seine Türen geöffnet.

Herr Jung, vordergründig scheint es naheliegend, dass Sie Bäcker sind.

*JJ:* Als ich fünf Jahre alt war, eröffnete mein Vater seine Bäckerei. Ich bin mit einem Vater, der nicht oft zu Hause war, aufgewachsen. Dafür packte ich immer in der Bäckerei mit an. Trotzdem beschloss ich, meine eigenen Wege zu gehen. Bald war ich Kaufmann, ging viel auf Reisen und versuchte mich in diversen Jobs, sogar als Touristenführer. Bis ich mit 30 Jahren beschloss, etwas «Richtiges» zu machen. Da war mein Vater mit der Bäckerei Jung in einer Umbruchphase und bot mir an, bei ihm zu arbeiten – mit dem Ziel, dass ich das Geschäft übernehmen könnte. Nach über zehn Jahren Anstellung bei ihm brachte ich





die Frage der Nachfolge aufs Tapet. Ich wurde ungeduldig. So kündigte ich nach 13 Jahren. Da erst merkte ich, wie sehr mir dieses Geschäft liegt. Und meine Kunden fehlten mir, die am Morgen mit verdruckten Gesichtern ihre Gipfeli und Orangensaft kauften. So suchte ich mir Gleichgesinnte. Kurze Zeit später eröffneten wir gemeinsam John Baker. Der Vorteil ist, dass man bei einem solchen Neustart seine Ideen und Ideologien eins zu eins umsetzen kann. Wir mussten nicht mit alten Zöpfen aufräumen.

**GS:** Und was ist mit deinem Vater?

**JJ:** Mit John Baker haben wir die Bäckerei meines Vaters mittlerweile übernommen. Das haben wir aber nicht an die grosse Glocke gehängt. Mein Vater ist nach über 40 Jahren in der Bäckerei Jung in anderen Bereichen tätig.

**GS:** Wie ist euer Verhältnis?

**JJ:** Jetzt ist es wieder sehr gut. Wir haben offen diskutiert, uns angeschrien, Tränen vergossen... Nachdem ich ausgetreten war, hatten wir kaum noch Kontakt.

**GS:** Da blutet das Herz aber auch! Ich kann mit deinem Vater mitfühlen. Ich bin in einer Position wie er. Denn meine Brüder arbeiten in meiner Firma. Unser Verhältnis ist super, aber ich möchte es vermeiden, dass sie einmal nicht mehr mit mir reden, weil sie sich überverteilt fühlen.

Sie sehen sich mehr als Papa und weniger als Chef?

**GS:** Unbedingt. Alle sagen mir «Onkel». Sogar die Schweizer. Die Familie ist für mich sehr wichtig.

**TW:** Hast Du auch Kinder?

**GS:** Ja, ich bin verheiratet und habe zwei Töchter im Teenager-Alter. Meine Frau ist Polin und stammt aus einer Familie mit elf Geschwistern. (Lacht.) Ich bin also gut integriert...

Was hält Jung Senior von John Baker?

**JJ:** Er ist begeistert! Zuerst wollte er aber unsere Buchhaltung mit seinen Zahlen vergleichen. Dann hätte er immer noch gute Ideen für die Bäckerei Jung, die wir nun führen. Aber er redet mir nicht drein.

**GS:** Als Kind habe ich übrigens auch in der Bäckerei gearbeitet. Ich liebe Teig! Als mein Vater gestorben ist, musste ich jeweils in der Morgenfrühe zehn Kilo Brot holen für die Familie. Dabei blickte ich dem Bäcker über die Schultern. Mit der Zeit bekam ich das Brot gratis, dafür musste ich ihm zur Hand gehen. So fand ich meinen ersten Job. Bald wurde er zum Horror – weil ich auch noch zur Schule und Fussball spielen wollte. Ich hoffte stets auf einen Stromausfall... Aber das Teigkneten hat mir später im «Santa Lucia» geholfen.

Mittlerweile betreiben Sie auch eine Bäckerei.

**GS:** Ja, ja. Aber darum kümmert sich ein Mitarbeiter. Es sind Menschen, die meine Firma formen. Ich habe einen Coiffeur-Lehrling beschäftigt, der exzellent kochen konnte. Seitwegen wollte ich ein Restaurant lancieren. Dann drehte ich einen Film und suchte eine Location für ein Restaurant. Alle hatten mir davon abgeraten, doch jetzt betreiben wir zwei Restaurants mit Erfolg. Nun arbeitet bei mir ein Bäcker aus Syrien, der leckere Baklava zubereiten kann. Und ich bekam die Gele-

genheit, ein Geschäftslokal zu übernehmen. Es befindet sich neben unserem Coiffeur-Salon in Dietikon. Bisher musste ich viel Geld für die Miete der Parkplätze hinblättern. Das entfällt mit der Geschäftsübernahme. Dafür betreiben wir die erste syrische Bäckerei der Schweiz.

*TW:* Du hast ein Herz für deine Mitarbeitenden.

*GS:* Neuerdings führen wir sogar eine kleine Schneiderei. Denn zwei Coiffeur-Angestellte sind eigentlich Schneider. Ihr Talent wollten wir auch nutzen ...

Welche peinlichen Momente erlebten Sie als Unternehmer?

*TW:* Ich eröffnete ein Ladencafé, ohne zu wissen, wie man einen Cappuccino zubereitet! Weil wir Quereinsteiger sind und mit unserem Konzept Neuland betreten, konnten wir nirgends nachschauen, wie man das hätte anpacken können. Natürlich gibt es viele Bioläden. Aber unsere Kombination von Café und Unverpackt-Shop war bis dahin einzigartig. In unserem ersten Jahr hiess es: lernen, lernen, lernen. Vom ersten Tag an schafften wir es, die Menschen in unseren Laden zu holen. Dafür hatten wir praktisch keine ruhige Minute mehr. Wir mussten einfach funktionieren. Es war ganz schön streng, physisch und psychisch. Heute kommen dafür Leute zu uns, um von unserem Know-how etwas zu lernen.

*JJ:* Frust und Erfolg gehen oft Hand in Hand. Wo Emotionen im Spiel sind, leidet man stärker, wenn etwas schiefläuft. Aber man muss lernen, dies zu akzeptieren, wenn man ein Problem nicht aus der Welt schaffen kann.

*TW:* Man muss die Fünf gerade sein lassen. Der Perfektionismus darf einen nicht hindern, vorwärtszugehen.

*GS:* Bis heute fällt es mir sehr schwer, «Nein» zu sagen. Aber manchmal komme ich nicht darum herum. Und lange Zeit hatte ich Sprachprobleme in der Schweiz. Peinlich war, als zum ersten Mal eine Frau wollte, dass ich ihr die Haare schneide – und zwar nur die Spitzen. Ich wusste nicht, was sie meinte und hatte das noch nie gemacht. Sollte ich «Nein» oder «Ja» sagen?

Leisten Sie auch heute noch Handarbeit?

*GS:* Selten. Zwei Filmemacher-Freunde rufen mich jeweils an, damit ich ihnen die Haare schneide. Sonst erledige ich mehr Administratives, kümmere mich um die Buchhaltung.

*JJ:* Momentan übernehme ich keine Schichten mehr in der Backstube. Ich habe mich wegrationalisiert. Egal, was ich tue, mache ich mich immer wieder «überflüssig», um weiterziehen zu können. Aber ich möchte Positionen aufbauen, damit ich nachher zurück in die Backstube gehen kann. Mit Yves Spink habe ich einen Co-Geschäftsführer. Er kümmert sich um den Auftritt und den Verkauf, ich widme mich der Produktion und dem Produkt. Die Qualität steht im Kern von John Baker.

**TW:** Wir sind zwar noch ein sehr junges Unternehmen, aber ich habe schon ein fantastisches Team zusammen. Zu viert können die vier Frauen die sechs Tage pro Woche abdecken. Das ist ein Riesengeschenk. Aber schon in früheren Positionen baute ich immer rasch Nachfolger auf. Ich übernehme heute mehr die Rolle der Zero-Waste-Projektentwicklerin. Ich denke über neue Anwendungsbereiche nach und erledige die Kommunikation. Müsste ich hinter der Ladentheke stehen, wäre das nicht möglich.

Welche grossen Emotionen haben Sie in letzter Zeit erlebt?

**JJ:** Die Übernahme der Bäckerei Jung hat mir unglaublich Freude bereitet. Heute beglückt es mich, dass wir mit John Baker auch eine Kultur vermitteln können, die sich fast wie ein Virus verbreitet. Das ist vergleichbar mit einem Bildungszuwachs. Wer einmal in diesem Bereich Luft geschnuppert hat, mag nicht mehr zurück. Je mehr Leute diese Kultur bei uns mitbekommen, desto mehr tragen sie diese in die Welt hinaus. Für drei Monate arbeitete mal der Bäcker Max Kugel bei uns. Nun führt er in Bonn eine Bäckerei. In seinem Sortiment hat er ein Brot namens Johnny – eine Hommage an John Baker. Das ist genau die Art von Weitergeben, die mir vorschwebt. Ich finde es langweilig, wenn man 100 Filialen aufstellt wie die Starbucks-Generation. Das ist alte Schule. Viel schöner ist es, wenn andere Leute die Idee weitertragen und weiterentwickeln. Das freut mich am meisten!

**TW:** Wenn ein Zero-Waste-Shop nach dem anderen entsteht, empfinde ich das überhaupt nicht als Konkurrenz. Im Gegenteil, ich freue mich darüber! Diese Bewegung ist generationenübergreifend und kreativ. Zero Waste lässt

sich in verschiedenen Lebensbereichen umsetzen und kann grosse Bevölkerungsteile erreichen. Ein Highlight für mich war, als ich vor wenigen Tagen von drei Sechstklässlerinnen interviewt wurde. Die haben das Gespräch so gut vorbereitet und gefilmt!

**GS:** Mich macht es stolz, dass wir nicht mehr als «Verbrecher» des Coiffeur-Marktes wahrgenommen werden. Wir beschäftigen Profis und mehr als 15 Lernende. Immer wieder kommen Lernende zu uns, weil sie denken, dass sie bei uns schnell viel lernen können. Und es ist schön zu sehen, dass so viele Nachahmer-Coiffeurs in unsere Spuren treten. Aber was die Konkurrenz unternimmt, hat mich nie beschäftigt.

**JJ:** Kopiert zu werden, ist etwas Lässiges. Meinen Vater störte es eher, wenn ihn jemand kopierte. Aber unsere Generation ist offen. In Internetzeiten ist ohnehin alles zugänglich, wieso soll man da noch was einschliessen? Man kann nichts mehr verstecken!

Wie schaffen Sie es, Ihre Leidenschaft auf die Mitarbeitenden zu übertragen?

**TW:** Mit Authentizität. Was ich von den anderen erwarte, muss ich auch selbst liefern und leben. Ich bin immer an vorderster Front gewesen und habe immer Menschen gehabt, die eine Wegstrecke mit mir mitgegangen sind. Wenn ich in der Öffentlichkeit eine Botschaft erzähle, muss meine Erfahrung echt sein. Nur so springt der Funke und inspiriert Menschen.





In der Werbung setzen auch die Grossverteiler zunehmend auf Ökologie und Regionalität.

**TW:** Würde ein echtes Umdenken stattfinden, wäre das toll. Aber da fallen viele grosse Worte. Weil ich mir viel Know-how angesammelt habe, nervt es mich, dass sich Grossverteiler einen grünen Anstrich geben. Wenn die Leute bloss wüssten, wie das Ei entstanden ist, das auf dem Werbeplakat so natürlich aussieht! Auf manchen Verpackungen steht heute sogar «bis zu 30 Prozent weniger Plastik». Das klingt gut, ist aber Blödsinn. Denn diese Verpackungen sind oft aus Mischmaterial hergestellt, das sich nicht fürs Recycling eignet.

Ist ein nachhaltiger Lebensstil nicht auch eine Preisfrage?

**TW:** Vordergründig scheinen einige Bio-Lebensmittel vielleicht teurer. Aber ich behaupte, dass ich bis zu 60 Prozent meines Haushaltsbudgets gespart habe, seit ich bewusst einkaufe und konsumiere. Hinzu kommt, dass ich viel gesünder lebe und es mir besser geht.

**JJ:** Bei den Grossverteilern subventionieren wir ja auch deren ganzen Apparat.

Herr Saleh, Sie sind Coiffeur, Gastronom, Geschäftsmann, Musiker und Filmer. Wofür schlägt Ihr Herz am meisten?

**GS:** Für den Film und die Musik. Ich habe ursprünglich Musik studiert und spiele Laute und Geige. Erst in Zürich habe ich eine Filmbildung absolviert. Aber die Musik kommt heute zu kurz. 1996 habe ich eine sehr schöne Laute selbst hergestellt. Als meine erste Freundin in der Schweiz mich spielen hörte, fragte sie, ob es mir gut gehe... Seither lasse ich die Laute beiseite. Aber nächste Woche reise ich nach Syrien auf kurdisches Gebiet, mit vier Freunden aus der Schweiz, einem Kameramann und Leuten für Ton und Regie. Wir möchten ein Roadmovie drehen.

**JJ:** Das ist ein riskantes Unterfangen!

**GS:** Wir reisen zuerst in den Irak und fahren dann drei Stunden mit dem Auto zur Grenze. Ich hoffe, dass sie uns reinlassen. Wenn nicht, verwirkliche ich eine andere Idee.

**TW:** Das ist ja fast wie im Unternehmen: Die Pläne gehen oft nicht auf. Man muss improvisieren können.

Herr Jung, wie sind Sie auf die Marke John Baker gekommen? Der Zusatz «our daily bread» erinnert an das Vaterunser-Gebet.

**JJ:** Wir stehen zu viert hinter John Baker und kommen im Dialog oft auf spezielle Einfälle. Und ein wenig religiös angehaucht sind wir schon, obwohl wir keiner religiösen Gruppierung angehören. Aber ich glaube, dass Brot einkaufen und essen eine Art Religion sein kann.

**GS:** Bei uns wird oft nach Halal gefragt. Und wir können wirklich halal-konformes Essen bieten. Das Personal arbeitet mit Handschuhen. Aber wir bieten auch Pizza für Familien – mit Schinken und Salami.

Wie gehen Sie mit Ihrer Zeit um?

**JJ:** Die Fabrikation eines guten Brotes dauert insgesamt 72 Stunden, wenn man alles selbst macht. So viel Zeit braucht die Natur für das perfekte Produkt. Man kann sie überholen, abkürzen, überlisten mit Konservierungsstoffen, Feuchthaltemitteln und Ähnlichem. Aber am Schluss entsteht ein Produkt, das wie Brot aussieht – aber eigentlich keines ist. Ein richtiges Brot erkennt man daran, dass es nach zwei Tagen noch gut schmeckt.

**GS:** Wer früh aufsteht, hat genug Zeit. Ich stehe zwischen sechs und sieben auf.

**JJ:** Ich stehe zwischen fünf und sechs auf. Und wenn ich in die Backstube muss, sogar schon am Abend, vor zwölf. Jeden Dienstag habe ich einen Papi-Tag. Dann dürfen mich meine Mitarbeiter nur im Notfall anrufen. Ich muss noch etwa 20 Jahre lang arbeiten. Darum versuche ich, meine Ressourcen einzuteilen. Wenn ich an meine Grenzen stosse, gönne ich mir auch mal eine Auszeit. Genauso wie meine Mitarbeiter Pausen brauchen. Die Auffassung, wonach der Chef 24 Stunden am Tag verfügbar sein sollte, halte ich für falsch. Und am Sonntag würde ich am liebsten alle Ladentüren geschlossen halten. Aber das geht leider nicht, weil Vermieter und Konsumenten verlangen, dass wir aufmachen.

**TW:** Wenn ich nicht an der Ladentheke stehe, verlaufen die Grenzen zwischen Arbeit und Privat fliessend. Ich bin kein Morgenmensch, sondern eher eine Nachteule. Arbeite ich in die Nacht hinein, bin ich produktiver. Aber ich lerne es immer mehr, mir selbst Strukturen zu geben. So arbeite ich beispielsweise nur auswärts – nie daheim. Mein Zuhause soll ein Rückzugsort bleiben. Es kommt schon vor, dass ich zehn Tage durcharbeite und mir dann mein Körper signalisiert, dass ich eine Pause benötige. Es ist wichtig, dass man auf sich selbst achtet.

Wer sind Ihre Kunden?

**GS:** Am Anfang kamen viele Ausländer: Tami-  
len und Türken. Jetzt kommen alle, Jung und  
Alt.

**TW:** Studenten, Familien, ältere Leute, Banker,  
Hipster ...

**JJ:** ... genau wie bei uns! Viele ältere Leute kau-  
fen bei uns ein, weil sie allergisch sind auf  
Industriefood. Unser Brot ist für sie bekömm-  
licher.

Wie beurteilen Sie Zürich als Pflaster  
für Unternehmen?

**TW:** Ich bewege mich noch auf neuem Terrain.  
Aber mir scheint, dass man hier viel bewegen  
kann. Die Leute sind offen für Neues.

**JJ:** Zürich ist ein unglaublich pulsierender,  
wachsender, finanzkräftiger Platz. Es ist der  
Ort in der Schweiz, der sich so richtig eignet  
für unser Geschäft. Zum Beispiel von San  
Francisco können wir aber noch einiges ab-  
gucken.

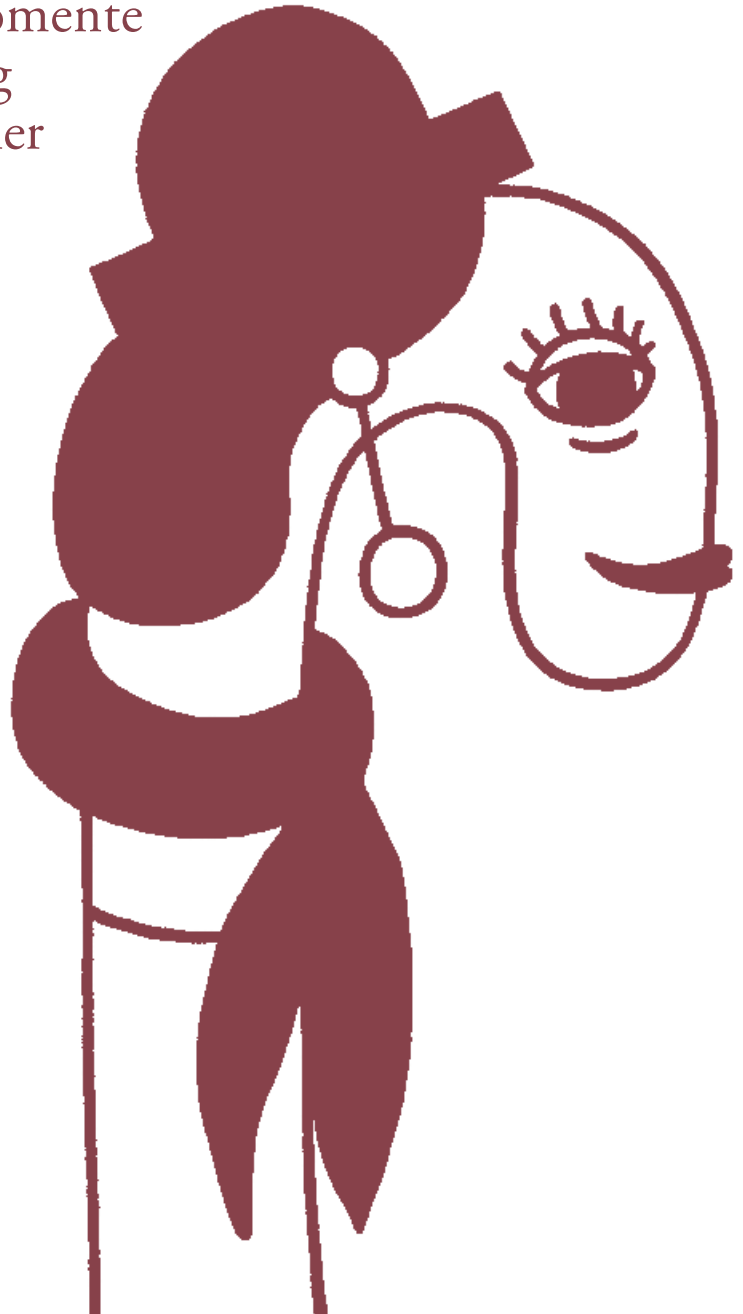
**TW:** Die Konkurrenz in Zürich ist jedoch  
auch extrem. Man muss etwas auf höchstem  
Niveau bieten.

**GS:** Ich war in der Geografie sehr gut. Als ich  
vor einem Vierteljahrhundert von Tripolis  
über Malta nach Zürich kam, sollte der Flug  
weiter nach Budapest gehen. Doch für mich  
war klar: «Ich will in Zürich bleiben – das ist  
das Zentrum Europas.» Früher habe ich je-  
weils gesagt, dass ich mich in Zürich wie zu  
Hause fühle. Heute bin ich hier zu Hause.

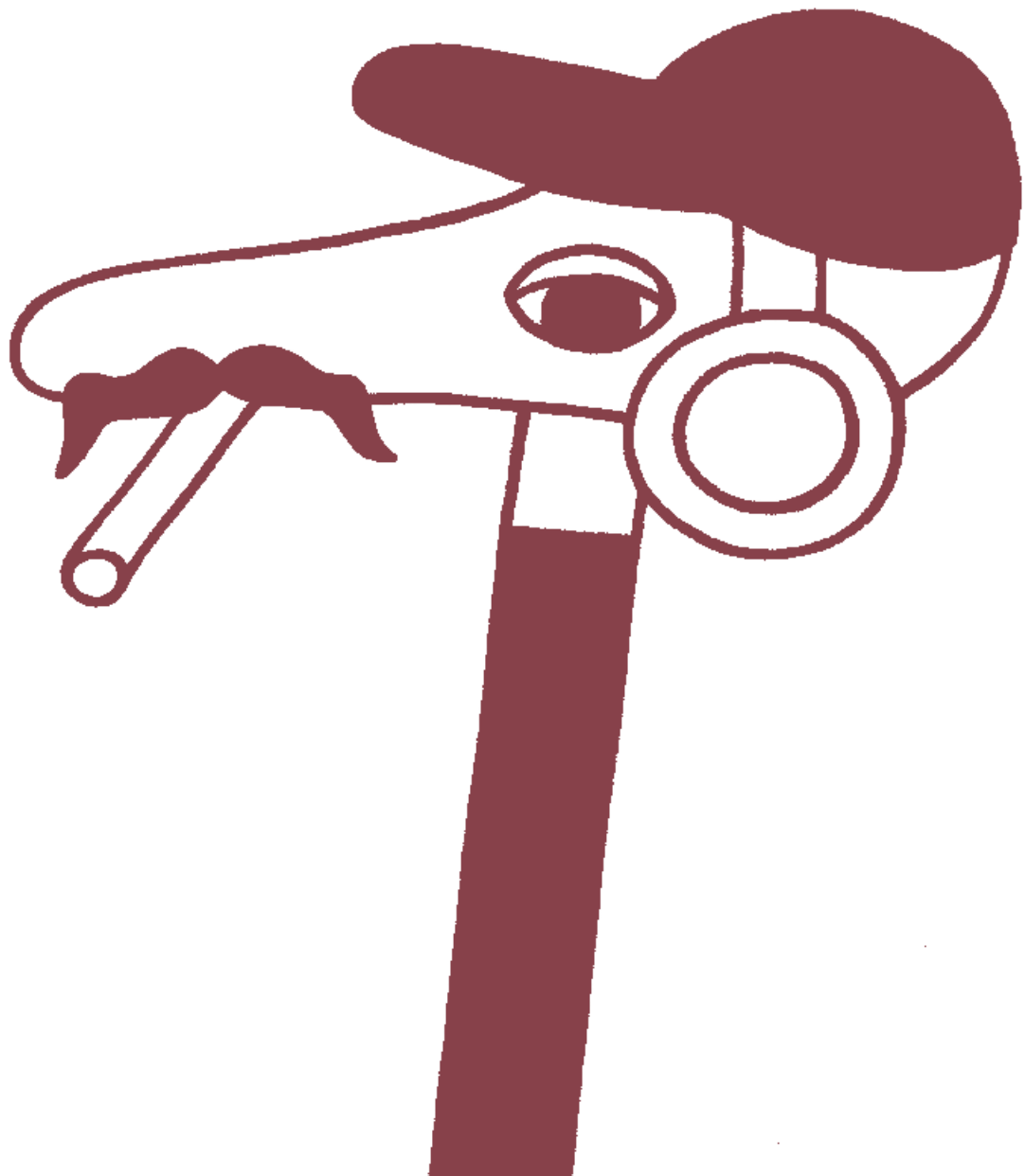
### Meine Herzensangelegenheit

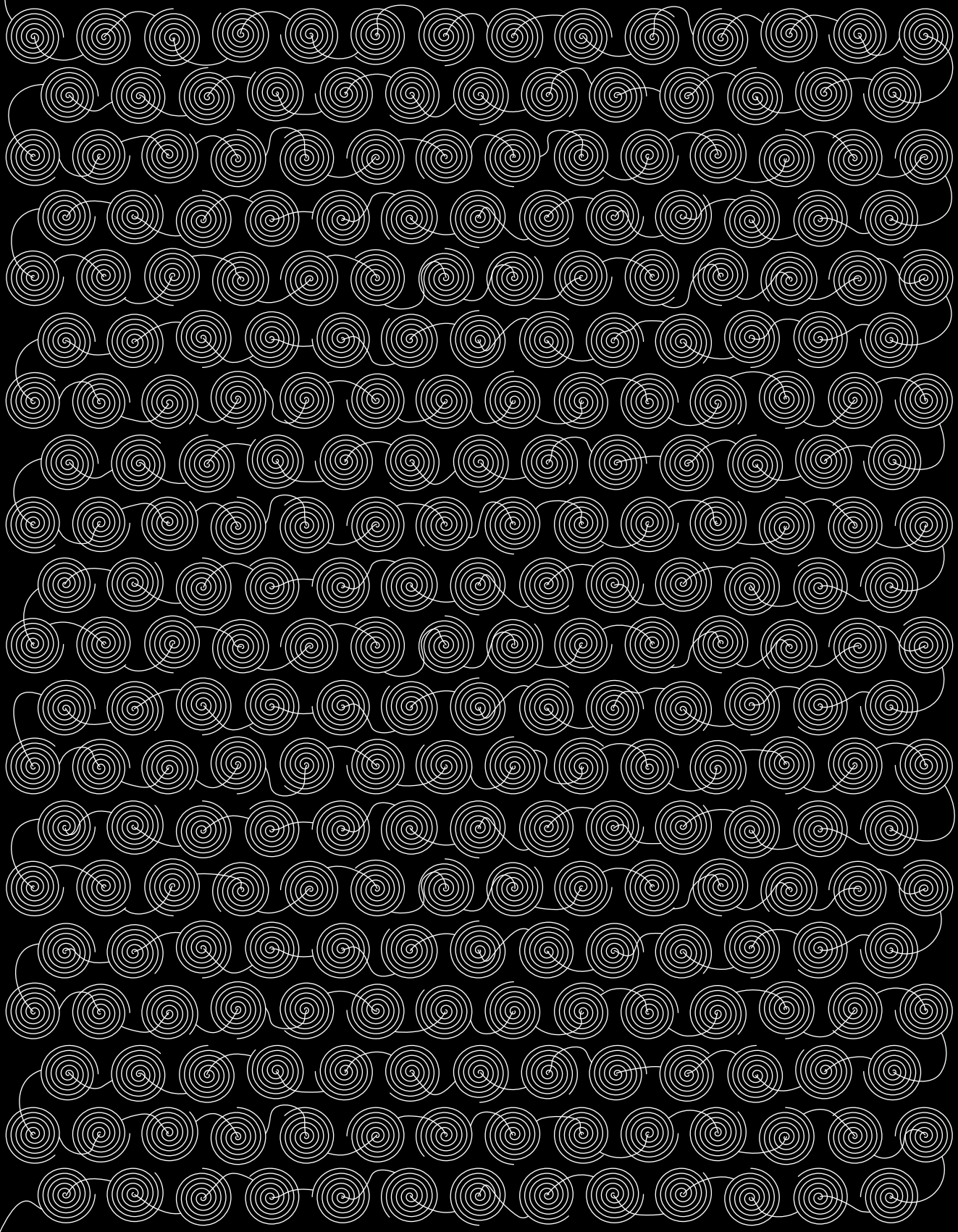
Das Verständnis und der Respekt gegenüber älteren Menschen sind mir wichtig, und ich wünsche mir, dass es noch ganz viele Momente gibt, in denen Jung und Alt wieder näher zusammenrücken.

*Martina U., Zürich*









W  
Ü  
N  
S  
C  
H  
E

Stefanie Sourlier

Kurzgeschichte

Die alte Frau sei mitten auf dem Limmatplatz gestanden, auf der Traminsel zur Kornhausbrücke, so erzählte man es ihr, und habe sich die Hand an die Brust gehalten. Dann sei sie umgefallen, direkt in die Arme des Mannes, der danebenstand und sehr geistesgegenwärtig reagierte. Elisa war erst später hinzugekommen, es hatte sich ein Kreis gebildet um den jungen Mann, der nun am Boden kniete, den Oberkörper der zierlichen weisshaarigen Frau in den Armen haltend, ihren Kopf an der Schulter, eine Pietà mit Stoppelbart und Schirmmütze. Elisa kannte die alte Frau, es war ihre Nachbarin, Frau Schiffmann. Können Sie einen Krankenwagen rufen, sagte der junge Mann in gebrochenem Deutsch. Eine Kellnerin aus dem italienischen Café an der Ecke zur Kornhausbrücke brachte ein Glas Wasser. Eine andere Frau mischte sich ein, drängte den jungen Mann beiseite und bettete den Kopf der alten Frau auf ihren Rucksack und Schal. Dann begann sie rhythmisch auf deren Brust herumdrukken.

Elisa wählte hektisch die 144. Sie hatte den Nothelferkurs in den drei Anläufen zum Führerschein mehrmals wiederholen müssen, trotzdem hätte sie sich das nicht zugetraut. Gabi fiel ihr nur ein, GABI, gross geschrieben, gibt er Antwort, atmet er, blutet er, ist der Puls normal, doch dies war nicht nur gendertechnisch überholt. Mein Herz, mein Herz, sagte die alte Frau.

Als der Krankenwagen kam, fragte der Sanitäter nach einer Kontaktperson zur allfälligen Zeugenbefragung, der junge Mann war plötzlich verschwunden. Elisa gab ihre Adresse und Telefonnummer an. Ihr fiel zu spät ein, dass sie ja nächste Woche wieder weg sein würde. Sie vergass auch zu fragen, in welches Spital man Frau Schiffmann transportieren würde, ins Triemli oder ins Waidspital oder vielleicht auch ins Limmattal.

Elisa war an diesem Tag frühmorgens aufgewacht, von der Sonne, die durch die Lamellen der Rollläden immer breitere Streifen auf die Wand und quer über die Bettdecke warf. Ein Sonnenstrahl traf ihr Gesicht,

sie blinzelte und öffnete die Augen. Es war heiss. Es hatte überhaupt nicht abgekühlt in der Nacht, und die Hitze sollte in den nächsten Tagen noch zunehmen. Das Haus war schlecht isoliert; morgens schien die Sonne auf die metallenen Storen vor den grossen Fenstern und heizte das Gebäude zusätzlich auf, die Luft schien zwischen den eng gebauten Häusern zu stehen, dazu kamen die Abgase, der Lärm des Durchgangsverkehrs. Ausserdem wurde die Strasse neu geteert. Ihr war schlecht. Sie rannte ins Bad, doch die Übelkeit war diesmal nicht so stark, sie musste nur würgen, und das Wasser stieg ihr in die Augen. In der Küche füllte sie Kaffeepulver in die Espressokanne. Ihre Untermieterin hatte die Wohnung kaum verändert, es war alles noch da, die alte Kaffeebüchse aus Neapel, die russische Wodkaflasche in der Form einer Babuschka, das *Mamma Roma*-Plakat von Pasolinis Film, der Plattenspieler und die alte Postkiste mit der handgemalten Berliner Adresse darauf. Als sie nach Wien gezogen war, hatte sie nicht viel mehr als einen Koffer mitgenommen, ihre persönlichen Sachen hatte sie in einem Lagerraum verstaut mit Ausnahme von ein paar Büchern, deren Titel sie auf den obersten Regalbrettern erkannte, *Wittgensteins Neffe*, *Ein Messer für den ehrlichen Finder* und ganz links: *Das Herz ist ein einsamer Jäger*. Der Kaffee schmeckte bitter und verbrannt ohne Milch, aber Milch hatte sie immer noch nicht gekauft, da sie ja eigentlich gedacht hatte, gleich wieder wegzufahren. Sie schüttete die schwarze Brühe in den Abfluss.

Elisa war in die Stadt zurückgekommen, in die kleine Stadt, die sich selbst gerne als Grosstadt gab; eigentlich wollte sie nur einige Tage bleiben und sich um ihre Wohnung zu kümmern, da ihre Untermieterin von einem Tag auf den anderen ausgezogen war. Sie wollte Lili noch sehen, ihre Schwester und ihren Neffen Georg, ihre Eltern waren gar nicht in der Stadt. Seit sie weg gewesen war, kam ihr alles noch kleiner vor als früher, die winzige Einzimmerwohnung, der Lift, in dem knapp zwei Personen Platz fanden, selbst die Türklinke war so weit unten, dass sie eher für ein Kind gedacht schien als für einen aus-



gewachsenen Menschen. Aber der Blick aus dem Fenster war beeindruckend; über die kleineren Giebeldachhäuschen und das Uhrengeschäft hinweg auf die Sternwarte, das Grossmünster und die Universität am Hang, sogar die schneebedeckten Berggipfel sah man, allerdings halb verdeckt vom würfelförmigen Gebäude der Berufsschule. Durch die dünnen Wände hörte sie Fernsehstimmen; ihre Nachbarin war früher schon schwerhörig gewesen, nun konnte Elisa beinahe jedes Wort verstehen.

Gestern hatte sie Frau Schiffmann im Lift getroffen: Das Haus sei verkauft worden, hatte die alte Frau geschimpft, es gehöre nun einer Briefkastenfirma aus Luxemburg. Auch Elisa hatte den Brief bekommen, er war ihr nach Wien weitergeschickt worden. Das Haus sollte einer Totalsanierung unterzogen werden, was wohl hiess, entkernt und ausgehöhlt, wenn nicht abgerissen. Wir sollten uns zusammentun als Mieter und klagen, hatte Elisa gesagt, gleichzeitig war ihr eingefallen, dass sie ja demnächst wieder weg sein würde.

Ihre Nachbarin hatte sie auch schon früher oft im Treppenhaus erwartet: Grüezi Frau Sowieso, hatte sie gesagt, da sie sich ihren komplizierten Namen nie merken konnte. Klein und zierlich stand Frau Schiffmann am Treppengeländer und fragte Elisa aus. Sie müsse das fragen, sie sei von der Hausverwaltung damit beauftragt worden zu kontrollieren, wer hier ein- und ausginge, sagte sie fast flüsternd zu Elisa, damit sei natürlich nicht sie gemeint, sondern die Herren, der Spanier im fünften Stock, dessen Mutter jeden Tag Zwiebeln koche, oder der Chinese in der Wohnung nebenan, der immer derart laut auf Englisch telefoniere. Elisa wandte ein, dass der Nachbar aus New York käme und Japaner sei. Oder der gut aussehende, höfliche junge Mann am Ende des Flurs, sagte Frau Schiffmann noch, sie habe ja nichts dagegen, aber der sei bestimmt vom anderen Ufer.

Draussen roch es nach heissem Teer. *Wir bauen für Zürich*, las Elisa auf den Absperrungen. Und gegenüber, vor der Ruine eines Abbruchhauses, *Zürich will hoch hinaus*, im Westen spiegelte sich die Sonne in den blauglänzenden Fenstern des Prime Tower. Die Plätze vor dem

Café, das aussehen wollte wie ein Wiener Café, waren alle besetzt. Sie ging in die Migros; auch wenn alles hier lichter und farbiger eingerichtet war als früher, trug das Restaurant noch die Aura ihrer Jugend zum Ende des letzten Jahrtausends, als sie hier Crèmeschnitten gegessen hatte oder Lachscanapés mit einer durchsichtigen Glibberschicht darauf. Die Schüler der nahen Berufsschule assen Pommes frites, schauten sich Videos auf ihren Mobiltelefonen an und kicherten. Da war wieder diese Übelkeit, die diesmal eher aus einer vergessenen Erinnerung zu kommen schien. Sie verliess den Laden wieder und lief am Limmatplatz in den Zwischenfall mit ihrer Nachbarin hinein.

Mittags war sie mit ihrer Freundin Lili zum Schwimmen verabredet. Lili ging neuerdings nicht mehr in den oberen oder den unteren Letten, sondern bevorzugt ins Utoquai, wo sie zwischen den alten Damen unerkant ihre Runden schwamm. Sie waren am Bellevue verabredet, Elisa setzte sich in das Café im Rondell und bestellte einen Orangensaft. Etwas überrascht war sie, dass sie Markus, den sie noch von früher kannte, hinter dem Tresen antraf. Markus war eigentlich Schauspieler, er wollte einmal hoch hinaus, seinen reichen Eltern und der Goldküste den Finger zeigen, er hatte Engagements in New York und London. Markus war einer, der Schmalzherzen sagte, wenn er Halsschmerzen hatte, er sprach immer noch genau wie früher: Die Arbeit ist ganz geil, voll entspannt, ich habe hier meinen Frieden.

Elisa fiel ein, dass sie unbedingt im Triemli oder im Waidspital anrufen musste, um nach ihrer Nachbarin zu fragen. Frau Schiffmann erinnerte sie an ihre Grosstante Amalie, die ein Leben lang alleinstehend geblieben war und in einem Hochhaus in Schwamendingen wohnte. Angeblich hatte es früher auch mal einen Mann gegeben, oder auch Männer in der Mehrzahl, Verehrer. Tante Amalie besass einen giftgrünen VW Käfer, mit dem sie durch den Zürcher Stossverkehr, die Rehalp hinauf und jeden Sonntag auf einen besonderen Aussichtspunkt im Zürcher Umland fuhr. Da sie in der kleinen Einzimmerwohnung nur eine Dusche hatte, sich aber ihr Lebtage nicht ans Duschen

gewöhnen konnte, wie sie öfter jammerte, nahm sie bei den Besuchen bei Elisas Familie manchmal ein Vollbad. Sie schloss das Badezimmer immer ab. Dann kam sie meist erst nach fast einer Stunde mit rosiger Haut und glühenden Wangen heraus und hatte die allerbeste Laune. Sie schenkte den Mädchen Schokolade und Süsskram, Lebkuchenherzen, manchmal auch ein Zehnernötli. Wenn ihr Vater dann die Hände verwarf, Tante Amalie hatte ja nur die AHV, sagte sie: Weissst Du, ich kann's später einmal nicht mitnehmen. Weinen gesehen hatte Elisa sie nur einmal, als sie wegen ihres immer schlechter werdenden Augenlichts und dem grünen Star den VW Käfer abgeben musste.

Lili kam zu spät, ausserdem hatte sie den Hund dabei, was hiess, dass sie gar nicht schwimmen gehen würden, der Hund wurde aufs Alter wasserscheu. Anton war ein riesenhafter Boxer mit tränenden Augen und hängenden Lefzen, ein schiefer Zahn des Unterkiefers ragte ihm aus dem Maul. Er schnaufte und leckte Elisas Hand. Dein Hund sieht aber traurig aus, sagte Markus, als er den Kaffee auf den Tresen stellte. Anton müsse wohl eingeschläfert werden, erzählte Lili, er leide unter einer krankhaften Vergrösserung des Herzens, die zu einer fortschreitenden Schwäche des Herzmuskels führe, eine Krankheit, die bei dieser Rasse häufig vorkomme. Zudem habe er Wasser in der Lunge.

Ich habe ihn, seit er ein kleiner Welpen war, sagte Lili. Sie erzählte Markus, wie sie den Welpen gemeinsam mit ihrem Exfreund von einem Hundezüchter im Säuliamt geholt hatte, dieser wollte erst nicht, dass der Hund nach Zürich käme, schon gar nicht in den verrufenen *Chreis Cheib*. Als ihr Freund dann eine Stelle in Singapur bekam, war da erst weder Platz für Lili noch für Anton; als Lili meinte, sie wolle ohnehin nicht nach Singapur, war sein Appartement auf einmal doch hundeggeeignet. Jetzt geht es nur noch um den Hund, hatte sie Elisa nach Wien geschrieben, mit drei Ausrufezeichen, und später: Nun kann ich mein ganzes Herz diesem Hund schenken.

Eigentlich sei sie ja eher ein Katzenmensch, meinte Lili nun, sie gehe schon gerne spazieren, aber lieber alleine. Bist du mit einem Hund unterwegs, erklärte sie, kommt andauernd irgendeiner an; die Leute teilen sich in Freund und Feind. Die Feinde denken, der Hund wolle ihre Kinder fressen, der Hund sei schlecht erzogen, schlimmer jedoch sind die Freunde, sie kommen aus allen Ecken, Leute mit denen man sonst nie und nimmer zu tun haben würde. Ich bin ja auf Tinder, sagte Lili, ich bin auf Ok Cupid und hatte bereits ein Parship-Abo, aber schlussendlich ist der Hund die beste Verkopplungsgarantie. Nur blöd, dass der andere dann auch einen Hund hat, zwei Hunde sind nun wirklich zu viel.

Vielleicht sei nun, da es mit Anton zu Ende ginge, der Zeitpunkt gekommen, sich Gedanken über ein Kind zu machen, sagte Lili. Elisa verschluckte sich an ihrem Saft. Lili war immer eine grosse Verfechterin des guten Lebens ohne Kinder gewesen. War ihr doch etwas aufgefallen?

Habt ihr die Geschichte von dem Hund gehört, der jeden Tag allein mit seinem Hunde-GA mit der S-Bahn von Uster nach Wetzikon gependelt ist, fragte Markus, der sich nun zu ihnen an den Tisch setzte, und kraulte Antons breite Stirn. Der Hund sabberte den Ärmel des weissen Kellnerhemdes voll. Das könnte Anton auch, sagte Lili, er hat nur leider kein Generalabonnement. Sie sassen auf der Bank am Bellevue, blickten den Passanten hinterher, und Lili meinte irgendwann: Das kommt mir fast so vor wie früher, als wir immer hier sassen und sangen: *Mis Dach isch dä Himmel vo Züri*. Eine kleine Wehmut hatte auch Elisa ergriffen, aber was sie Lili eigentlich hatte erzählen wollen, sagte sie nicht. Es war ohnehin noch zu früh, der dritte Monat hatte gerade erst angefangen.

Das Krankenhaus befand sich im Schatten des Berges, Elisa ging von der Endstation des Trams zwischen Joggern und Hundebesitzern die schmale, gewundene Strasse bergan, neben das verwitterte graue alte

Hochhaus war ein blaugrün glänzender Neubau hingestellt worden, in dessen Glasfassade sich das Grün der Tannen spiegelte. Ihre Schwester rief endlich zurück, aber nur, um zu sagen, dass sie bereits total verplant seien, Georg sei zudem nicht so ein Kaffeetrinkkind, da müsse man ihm immer hinterherrennen, es wäre schon besser, vorher etwas zu planen. Nicht weit von hier war Elisa aufgewachsen, sie erinnerte sich an die Waldlichtung im Dunkelhölzli, an eine orangefarbene Rutschbahn, die ihr damals riesig vorgekommen war, an die dicken Kaninchen, die in ihren Gitterkäfigen vor sich hinlebten, bis sie als Sonntagsbraten auf dem Teller landeten. *Hä Hundeli, hä Hundeli* hatten sie jedem noch so riesigen und furchterregenden Hund hinterhergerufen. Ihre Schwester zog sie in einem roten Wägelchen über die Landstrasse zwischen gelben Rapsfeldern und Bauernhöfen, doch daran konnte sie sich wohl nur wegen eines Fotos erinnern, auf dem die Schwester voranschritt, während Elisa dick und stupsnasig im Wagen sass.

Das Zimmer war im alten Trakt, sie fragte am Empfang, Zimmer 306, dritter Stock, allgemeine Abteilung. Die alte Frau sass aufrecht im Bett. Das zweite Bett war unbesetzt, aber zerwühlt, durch die Fenster sah man den Wald, die Blätter der wenigen Laubbäume zwischen den Tannen begannen schon rötlich zu werden. Frau Schiffmann erkannte Elisa sofort und wusste auch ihren Namen: Sie haben mich aufgesammelt, sagte sie, vielen Dank nochmals. Sie schob einen Stuhl etwas vom Bett weg und bedeutete ihr, sich zu setzen. Wie geht es Ihnen, fragte Elisa. Ich bin hier nur vorübergehend, sagte die alte Frau, ich muss mich endlich beschweren, ich werde hier in der allgemeinen Abteilung festgehalten, dabei gehöre ich ja ins Herzzentrum; das ist unser Gesundheitssystem, hoffnungslos überbelegt und unterbesetzt.

Und wie geht es Ihnen, fragte Frau Schiffmann dann. Vermissen Sie Zürich nicht sehr? Elisa dachte nach. Ihre Freunde vielleicht, die Familie, den kleinen Neffen, der, als er geboren wurde, aussah wie ein Vögelchen, weil er einen Herzfehler hatte. Und den See im Sommer, ihre



alten Wege unter der Langstrassenunterführung hindurch zum Helvetiaplatz, durch den alten botanischen Garten und der Limmat entlang bis zum Höngger Wehr. Die alte Frau fragte auch, weshalb sie denn weggezogen sei, wegen der Liebe oder wegen des Gelds. Elisa musste lachen über diese Formulierung. Als sie nach Wien gezogen war, in diese Zirkusgassenwohnung, da ging es tatsächlich um jemanden. Sie hatten sich die Wohnung gemeinsam ausgesucht, einen Kühlschrank bestellt und Vorhänge von Ikea, sie hatte ihre Arbeit gekündigt, wobei sie nur wenig mitnahm und ihre restlichen Habseligkeiten in einem Lagerraum bei Dübendorf in Umzugskartons aufstapelte. Sie erinnerte sich an diesen Lagerraum derart klar, obwohl sie seit anderthalb Jahren nicht mehr dort gewesen war, sondern nur jeden Monat brav die überbezahlte Miete für die zehn Quadratmeter Kellerraum bezahlte, sei es aus einer Art Aberglauben oder auch nur, weil sie ihre Handarbeitsarbeiten aus der Grundschule, Tagebücher aus der Teenagerzeit, Tarotkarten und fernöstliches Brimborium kein bisschen vermisste. Es war nämlich in diesem Lagerraum, als ihr Freund angerufen und erste Zweifel angemeldet hatte. Sie hatte ihn nicht recht verstanden wegen des schlechten Empfangs. Dennoch blieb ihr mehr als die späteren Gespräche, die Tränen und Beteuerungen, dieser Keller einer stillgelegten Fabrik im Industriegebiet Dübendorfs in Erinnerung, vielleicht auch, weil sie kurz mit dem Gedanken gespielt hatte, dass dies nun ihr neues Zuhause sei, dass sie hier bleiben würde, allein im licht- und luftleeren Raum. Sie war dann trotzdem nach Wien gezogen. Nur manchmal, wenn jemand fragte, weshalb sie denn umgezogen sei und sie antwortete, wegen der ewig schlechten Laune der Wiener, die mir irgendwie mehr entspricht als die distanzierte Höflichkeit in dieser Stadt, oder wenn sie in einer S-Bahn sass, die nach Dübendorf fuhr, erinnerte sie sich an diesen Kellerraum wie an einen längst vergessenen Schmerz.

Seit sie in Wien war, arbeitete sie als Übersetzerin aus dem Französischen für einige Verlage und Stiftungen. Gelegentlich hatte sie wegen der besseren Bezahlung auch Aufträge als Simultan-Dolmetscherin ange-

nommen, die Arbeit in der Übersetzerkabine war ihr aber zu hektisch, so lag sie zuvor meist nächtelang wach und träumte in unterschiedlichen Sprachen vor sich hin. An einer dieser Tagungen hatte sie auch Jean Paul kennengelernt, dessen angenehme Stimme sie erst über die Kopfhörer hörte, bevor sie ihn durch die dicke Scheibe sah.

Sie habe nie in einer anderen Stadt gelebt als in Zürich, erklärte Frau Schiffmann, müsste sie die Stadt je verlassen, es würde ihr das Herz herausreissen. Ihre Schwester habe ihr angeboten, in das Altersheim im Bernischen zu ziehen, wo sie seit dem Tod ihres Mannes lebe, aber nie im Leben ginge sie ins Berner Oberland. Oberhalb vom Central in einem schönen Altersheim am Hang wohne eine Freundin von ihr, eine Malerin. Eigentlich habe sich diese erst im Altersheim, als sie nicht mehr mit dem Haushalt und all den sonstigen Notwendigkeiten beschäftigt gewesen sei, einzig und allein ihrer Passion, der Malerei, widmen können. Leider sei sie nun fast blind, aber sie male doch weiter, ihre Kunst ginge nun eher ins Abstrakte, das sei ja auch modern, sagte Frau Schiffmann. Unter Umständen, sagte sie, könnte sie sich vorstellen, in dieses Altersheim zu gehen, da hätte sie genau den umgekehrten Blick über Zürich, das wäre vielleicht ganz interessant.

Das mit dem schwachen Herzen, sagte die alte Frau nun, das liegt bei uns in der Familie. Ihr Vater habe es immer mit dem Herzen gehabt, erzählte sie, eine Krankheit, die man heute durch einen Routineeingriff behandeln könnte, aber damals hiess die Devise: Er darf sich nicht aufregen. Natürlich regte sich der Vater trotzdem andauernd auf, meinte Frau Schiffmann, er hatte einen Engros-Handel für Strumpf- und Miederwaren, und es stand schlecht ums Geschäft. Er hatte sich verspekuliert, angeblich hatte er auch einem befreundeten Geschäftsmann Geld geliehen, das Haus war eigentlich schon verloren, aber das wurde nach dem Tod des Vaters bekannt. Er hatte einen Herzinfarkt auf offener Strasse unweit des Geschäfts an der Mühlebachstrasse.

Es klopfte an der Tür, eine blonde Frau im weissen Kittel kam herein, begrüßte Frau Schiffmann und nickte Elisa zu. Sind sie eine Angehörige, fragte die Ärztin, und Elisa verneinte. Dann müssten Sie bei der Visite bitte den Raum verlassen. Elisa fuhr mit dem Lift ins Erdgeschoss. Vor dem Krankenhaus sassen Patienten mit ihren Infusionsständern und Schläuchen und rauchten. Die Cafeteria sollte gleich schliessen, deshalb bekam sie den Kaffee im Becher und die Crèmeschnitten auf einem Pappteller, dazu ein riesiges Tablett, mit dem sie nur unter Schwierigkeiten in den engen Lift einsteigen konnte. Sie fragte sich, ob diese Ruhe, die sie jetzt verspürte, trügerisch sei. Im Flugzeug von Wien hatte sie auf einmal diese Attacke, eigentlich hatte sie nie Flugangst gehabt, obwohl sie sich auch schon dabei ertappt hatte, wenn wegen unerwarteter Turbulenzen das Anschnallzeichen anging und man plötzlich ins Bodenlose zu fallen glaubte, wortlose Stossgebete in irgendeinen fremden Himmel zu senden. Doch der Flieger schob sich so ruhig durch die Luft, als würde er stillstehen. Sie spürte eine plötzliche Enge im Hals und dann in der linken Brust, ihr Arm schmerzte, sie bekam keine Luft. Sie überlegte, die Stewardess zu rufen, vielleicht war ja ein Arzt an Bord, zufälligerweise. Doch als die Stewardessen mit einem Wagen kamen, Getränke und süsse oder salzige Snacks nach links und rechts verteilten, war es schon wieder vorbei.

Jean Paul lebte in Brüssel, er hatte bereits zwei Kinder im Grundschulalter. Eine Situation, die für Elisa, die auf alles, was vor ihrer Zeit stattgefunden hatte, flammend und meist völlig grundlos eifersüchtig war, schon von Beginn an nicht einfach war. Sie kam sich manchmal vor, als wäre sie ein Kind, das nicht begreifen will, dass die Welt sich auch schon vor seiner Geburt still vor sich hindrehte. Elisa hatte es ihm gesagt, kurz bevor sein Nachtzug fuhr. Sie sassen in einem Kaffeehaus am Westbahnhof, sie hatte gerade ein paar Stützstrümpfe verschrieben bekommen, hatte diese in der engen Toilette anzuziehen versucht, dies aber dann wieder aufgegeben. Jean Paul sagte gar nichts.

Er reagierte weder begeistert noch ablehnend, er sass nur da und blickte aus dem Fenster, in dem sich die Kronleuchter des Cafés spiegelten, und dann wieder zu ihr. Dann sagte er, sie könnten es ja versuchen. Als wäre das einen Versuch wert. Er hatte dann doch noch viel geredet. Dann hatte er trotzdem den Zug genommen, und sie war am Bahnsteig gestanden, wie immer. Nachher ging sie ins Café Jelinek, weiter unten, trank einen letzten Achtel Weisswein und wurde plötzlich ganz ruhig. Es würde schon alles irgendwie werden.

*Ich sötti ja eigentli nöd*, sagte Frau Schiffmann, als Elisa mit dem Kaffee ins Zimmer zurückkam, wickelte die beiden Zuckerstückchen aus dem Papier und warf beide in ihren Kaffee. Elisa dachte an ihre Tante Amalie, die sehr klein gewesen war, zu klein für die hohen Küchenschränke und am Schluss fast blind und nur noch aus der Erinnerung wusste, wo die Kaffeetassen standen und wo die Zuckerdose. Die Zuckerdose ihrer Kindheit war aus Porzellan und hatte einen goldverzierten Deckel, der mehrfach geklebt worden war. Frau Schiffmann wollte sie unbedingt einladen und drückte ihr einen Zwanzigfrankenschein in die Hand. Ich kann es einmal nicht mitnehmen, sagte sie.

Die Eltern seien sehr streng gewesen, erzählte die alte Frau. Neben der Schule, die sie und ihre Schwester besucht hatten, war das Lager einer Zuckerfabrik, die Schwester brachte die geklauten, in Papier eingewickelten und mit einem Bildchen versehenen Zuckerstücke mit nach Hause, sie legten sie in eine der Schachteln unter ihren Betten. Ihre Schätze bestanden aus ebenjenem Zucker, aus Zwieback und einer angebrochenen Dose Kondensmilch. In einer anderen Schachtel, mit roten Herzen bemalt, bewahrten wir unsere Wünsche auf, sagte Frau Schiffmann. Wir schrieben die Wünsche auf farbige Papierstreifen, die wir einrollten wie Lose, und die entstandenen Papierperlen fädelten wir zu einer Kette auf. Während ich meine relativ belanglosen Wünsche meiner Schwester meist erzählte, waren ihre geheim, so begann sie dann auch, das Papier mit Leim zu bestreichen, damit niemand die Papierperlen jemals aufrollen und ihre Wünsche lesen könnte.

Sie erinnere sich glasklar an den Tag und an die Handarbeitsstunde, erzählte Frau Schiffmann, aus der man sie rief, sie stickte die kleinen Kreuzstiche mit einer Engelsgeduld in den vorgegebenen Farben, es fiel ihr nicht schwer, sie hatte gute Augen und konnte so kleine Stiche genau ausführen, wenn sie nähte oder stickte, dass es nachher aussah, als wäre es von einer Nähmaschine hergestellt worden, das war ihr ganzer Stolz, es war nur ein Topflappen, der Stoffblätz, an dem sie sass, als ihr Vater gestorben war und die Direktorin der Lehrerin etwas zuflüsterte. Der Vater lag aufgebahrt im Wohnzimmer, sagte Frau Schiffmann, man führte mich zu ihm und setzte mich auf einen Stuhl zu seinen Füßen. Um mich herum war erst eine Geschäftigkeit, ein Weinen und Wehklagen, aber dann waren plötzlich alle weg, ich sass alleine da und getraute mich nicht, mich zu rühren. Sie hatten ihm die Augen geschlossen, aber dennoch, vielleicht lag es an der Perspektive, meinte ich irgendwann, er würde mich ansehen.

Meine Schwester war an diesem Tag auf einem Schulausflug, sie hat den Vater nicht mehr aufgebahrt gesehen, sagte Frau Schiffmann. In der ihr typischen Eifersucht auf alles, was ich, die ja nach ihr kam, hatte und sie nicht, hat sie mir später einmal vorgehalten, ich hätte den Vater ja auch unbedingt noch sehen wollen, ich hätte mich vorgedrängt wie immer. Vielleicht wollte er ja mich sehen, habe ich geantwortet, stur wie ich war.

Das Haus an der Mühlebachstrasse wurde dann abgerissen, wir zogen mit der Mutter in eine Mietwohnung, erzählte Frau Schiffmann. Die Schachtel mit unseren aufgeschriebenen Wünschen hatten wir vergessen. Jahre später behauptete meine Schwester, ich hätte diese im Haus liegen lassen, sie gab wie bei allem ohne besonderen Anlass mir die Schuld. Vielleicht dachte ich deshalb, unsere Wünsche, die mit dem Haus an der Mühlebachstrasse dem Erdboden gleichgemacht und begraben worden sind, seien nun hinfällig, vielleicht glaubte ich deswegen später oft, etwas verpasst zu haben.



Frau Schiffmann faltete das Zuckerpapier, auf dem das Berner Kantonswappen abgebildet war, sorgsam zusammen. Meine Schwester wollte dann sofort weg, sie hat ins Bernische geheiratet, vier Kinder bekommen und ist dageblieben. *Dörflich ihres Rähmli*, fragte sie dann, nahm den Kaffeerahm, den Elisa für ihren Cappuccino nicht brauchte, goss ihn aber nicht in ihren Kaffee, sondern verstaute ihn in ihrer Nachtschublade.

Eigentlich wollte ich ja Opernsängerin werden, sagte Frau Schiffmann, doch gereicht hat es dann nur für eine Lehre im Einzelhandel. Sie und ihre Schwester hätten früher auf dem Grammophon immer Richard Tauber gehört, *Dein ist mein ganzes Herz*, obwohl der Vater keine Operetten mochte. Taubers Schicksal hat mich dann auch mitgenommen, sagte sie, der Antisemitismus, wie sie ihn ausgebuht hatten, seine Emigration nach England, später habe ich immer BBC gehört, wo Tauber seine eigene Sendung hatte, begleitet von einem Orchester, erklangen die Lieder nunmehr auf Englisch, *you are my heart's delight*.

Er war kein Engländer, wie ich später behauptete, erzählte Frau Schiffmann nun, er kam aus Vorarlberg. Er war auch kein Opernsänger, wie ich mir das oft ausgemalt hatte, er war Schreiner und Orgelbauer, immerhin teilte er die Liebe zur Musik. Er arbeitete nur wenige Wochen hier, dann ging er wieder zurück. Man sagte mir später, er sei im Krieg verschollen, aber zeitlich kommt das nicht ganz hin. Vielleicht hatte er auch irgendwo ein anderes Leben, andere Frauen, andere Kinder, sagte Frau Schiffmann ruhig. Ich habe das ja alles immer für mich behalten, da sollte ein Deckel drüber sein. Als das Kind kam, war die Mutter schon krank, ich war mittellos und jung und ausserdem die Schande. Die Mutter hat mir geholfen mit den Behörden und auch drüber hinweg. Sie haben mir gesagt, dass sie zu guten Leuten komme, meine Tochter.

Nun haben Sie den Kaffee gar nicht ausgetrunken, sagte Frau Schiffmann, als Elisa sich verabschieden wollte, das heisst, nein, Sie haben ihn getrunken, nur ich habe meinen stehen lassen. Ich habe immer gedacht, dass sie mich mal suchen wird, meine Tochter, sagte sie. Und das Schlimmste ist eigentlich, dass ich das nicht weiss, dass ich keine Ahnung habe, ob sie mich vielleicht gesucht hat, ob sie einfach an den Umständen, den Behörden, der Bürokratie gescheitert war oder ob ich ihr einfach nur egal war. Egal sicher nicht, sagte Elisa, um irgendetwas zu sagen.

Ich habe eine einzige Fotografie von mir aus dieser Zeit, sagte Frau Schiffmann noch. Ich trage die Haare schulterlang und blicke direkt in die Kamera. Es ist ein Abzug eines grösseren Bildes, neben mir sieht man die Schulter einer anderen Person, wahrscheinlich meiner Schwester. Ich bewahre das Foto auf in einer Schachtel mit Schmuck und sonstigem Krimskrams, manchmal in einem schwachen Moment betrachte ich es und stelle mir vor, dass dies nicht mich, sondern meine Tochter darstellt. Dabei wäre diese jetzt schon viel älter als ich damals war.

Draussen vor der Tür fragte Elisa eine Krankenschwester, die gerade mit einem Wagen voller Medikamentendosen aus der Tür des Nebenzimmers kam, was denn nun die Diagnose sei. Sind Sie die Tochter?, fragte die Schwester und ohne ihre Antwort abzuwarten, raunte sie ihr zu: Also, wenn Sie mich fragen, das mit dem Herzen ist alles eingebildet. Das war allerhöchstens eine Panikattacke, Ihre Mutter ist sonst kerngesund für ihr Alter. Die Schwester fuhr mit ihrem Wagen weiter durch die langen Gänge, und Elisa ging nach Hause.

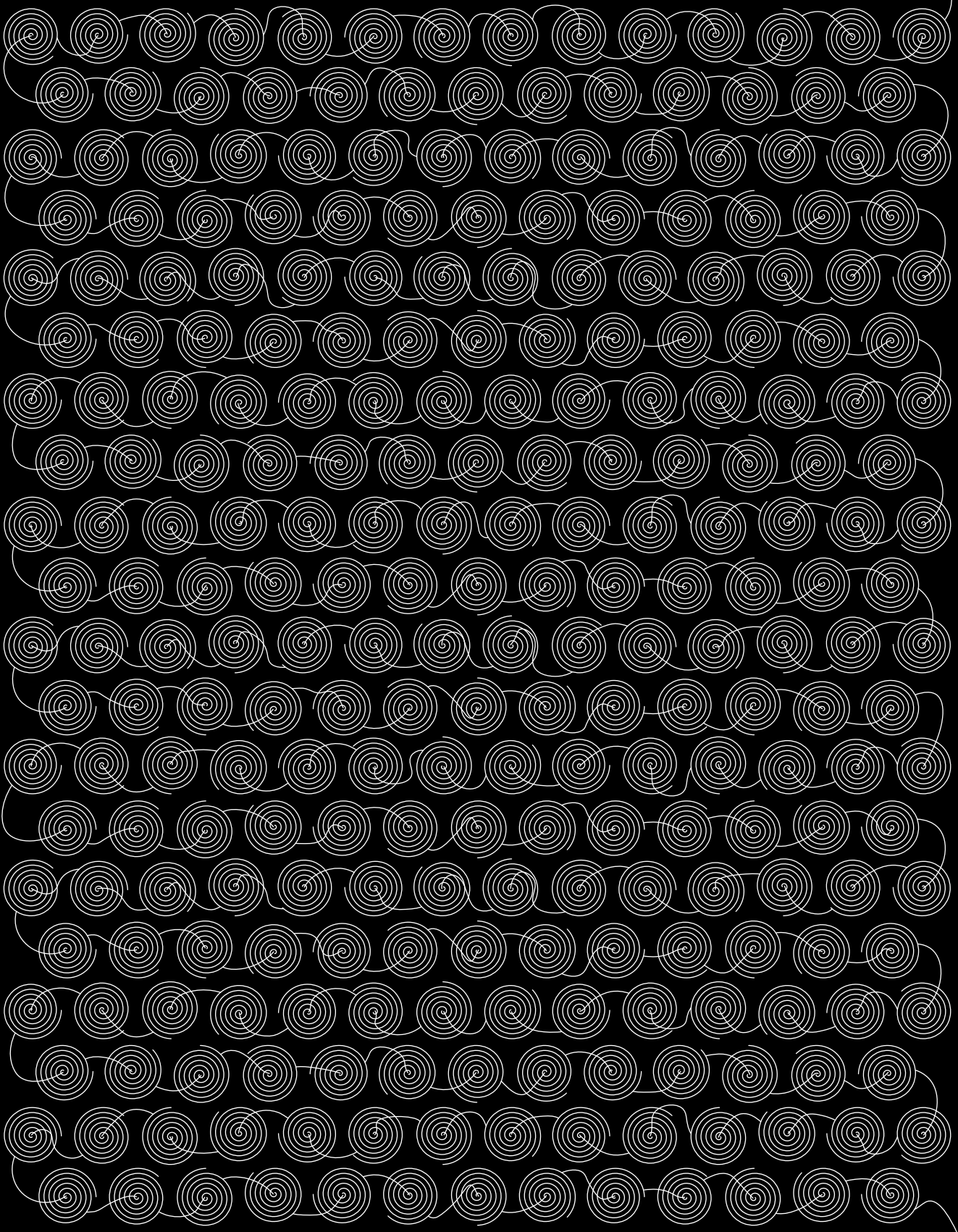
Es war schon fast acht Uhr abends, aber immer noch hell, die Hitze hatte kaum nachgelassen. Im Bus sah Elisa auf ihrem Handy, dass Jean Paul mehrmals angerufen hatte. Sie begann, ihm eine Nachricht zu schreiben, als Lili sie anrief, um zu fragen, ob sie tatsächlich mitkommen würde zum Tierarzt. Elisa versprach ihr mitzukommen. Lili schluckte hörbar. Das Absurde ist, sagte sie dann, dass ich nun andau-

ernd diesen Satz im Ohr habe: *Ich habe ihn, seit er ein kleiner Welpen war.* Ein Satz aus einem Kinderbuch, Kalle Blomquist, glaube ich, absurd, wie einen solche Sätze plötzlich heimsuchen.

Elisa stieg bereits am Helvetiaplatz aus und ging das letzte Stück zu Fuss. In der Langstrassenunterführung sang eine junge Frau, sie sang eine Arie aus der *Traviata*, aus einem Transistorradio ertönte die Orchesterbegleitung, die Höhen gingen zwar im Rauschen der vorbeifahrenden Autos unter, aber ihre Stimme war beeindruckend, durch den Hall der Betonwände verstärkt, das Vibrato etwas gar ausgeprägt. Elisa warf einen Zweifränkler in die Pralinenschachtel.

Sie habe nun doch noch vor, ihre Tochter zu suchen, hat Frau Schiffmann ihr erzählt, mit der Hilfe einer Historikerin, welche die Rolle der Behörden und der Kirche bei Adoptionsfreigaben lediger mittelloser Frauen in den Dreissiger- und Vierziger-Jahren untersuchte. Man habe ja viele Möglichkeiten heute, auch mit dem Internet. Ihr werde ganz schwindlig, ob all diesen Möglichkeiten. Vor Kurzem habe ihre Schwester ihr geschrieben, hatte sie Elisa erzählt, alles wird immer weniger, habe die Schwester geschrieben. Ich denke, bei mir ist das eher umgekehrt, hatte Frau Schiffmann gesagt. Alles wird immer mehr.

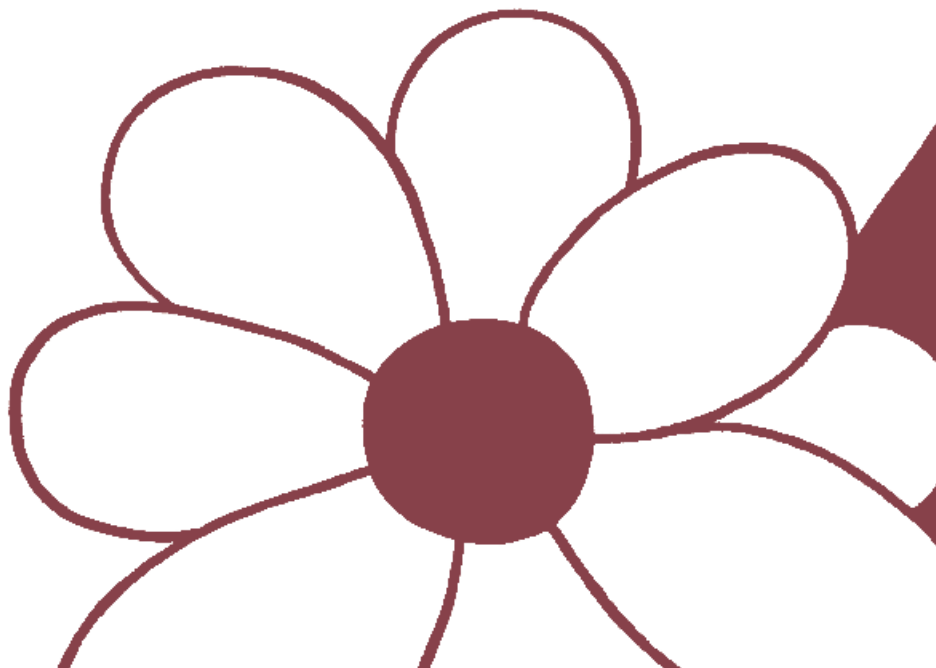
Elisa ging über die schmale Brücke hinüber zum oberen Letten und legte ihr Badetuch auf den schmalen Streifen Gras oberhalb der Badeanstalt, dunkles Gestrüpp im Rücken. Hier musste man nur aufpassen, dass die nassen Schwimmer, die für eine weitere Runde den schmalen Weg hochliefen und dann von der Mauer sprangen, einen nicht zu sehr nass spritzten. Sie fröstelte nur kurz, das Wasser war eigentlich zu warm, und tauchte dann unter. Unter Wasser öffnete sie kurz die Augen ins Blaue, tauchte prustend auf und genoss den leichten Schwindel, am schwankenden Ufer lagen die sich bräunenden Menschenkörper dicht an dicht, dahinter sanfte Hügel, Weinberge. Sie schwamm etwas, drehte sich auf den Rücken, liess sich treiben. Über ihr das endlosere Blau.



### **Meine Herzensangelegenheit**

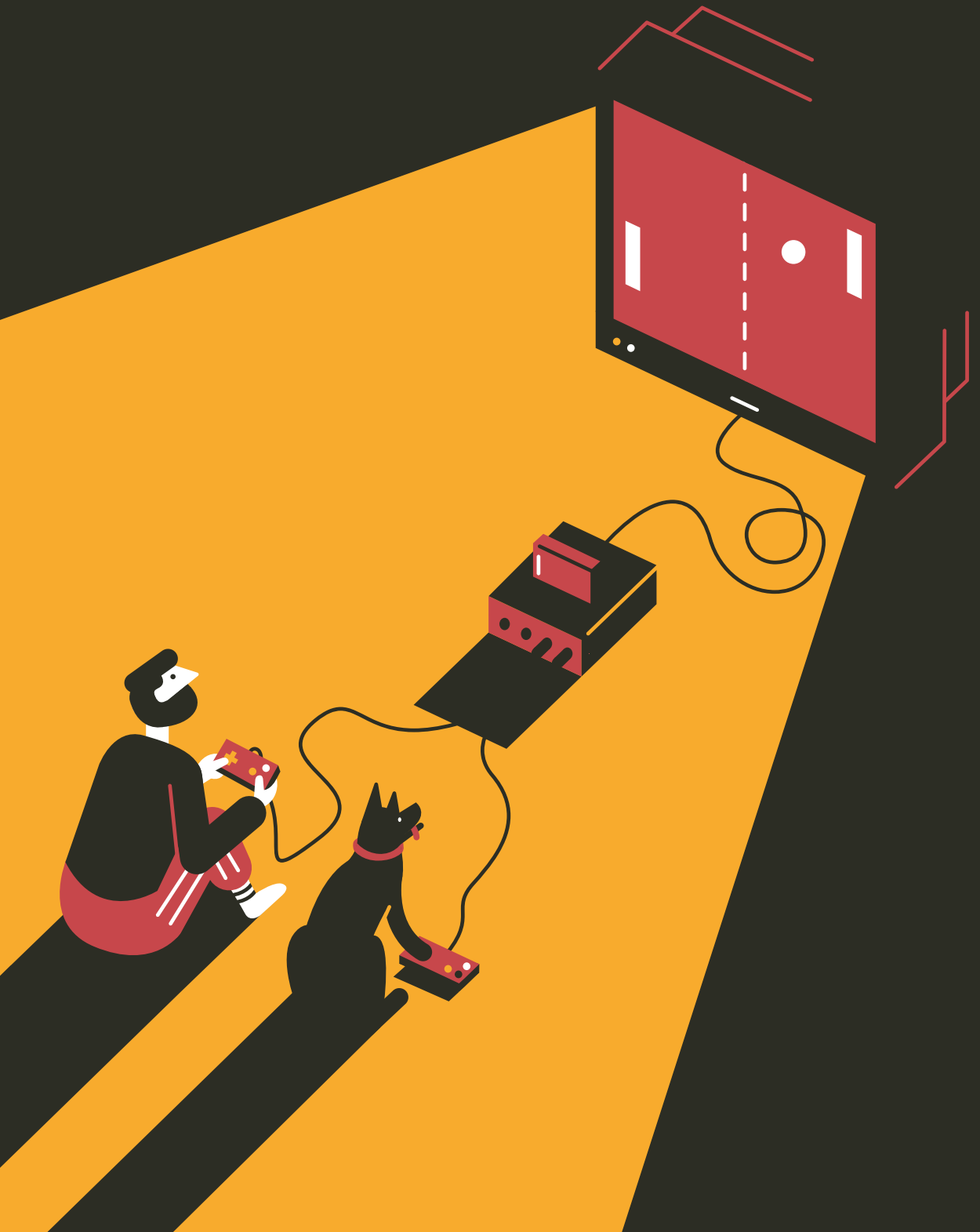
Mir liegen Wildbienen und allgemein Insekten am Herzen. Ihnen einen geeigneten Lebensraum zu bieten und sie als Teil des Kreislaufes zu sehen, ist mir wichtig.

*Franziska Ulmann (32 J.), Rorschach*









**Von Fremdheit und Zuneigung, Widersprüchen und skurrilen Auswüchsen: Das Verhältnis des Menschen zum Tier ist vielschichtig und zuweilen abgründig. Ein fast psycho-analytischer Essay über Tierliebe inklusive persönlicher Bekenntnisse sowie recht seltsamer Vergleiche – und einer Moral von der Geschichte’.**

Ich mag Tiere. Und zwar alle. Die niedlichen, aber auch die weniger herzigen. Gar nichts gemeinsam habe ich jedoch mit jenem Typus von fanatischen Tierfreunden, deren Credo lautet: «Seit ich die Menschen kenne, liebe ich die Tiere». Dazu aber später mehr. Einige Tiere sind mir sicherlich näher (Hunde, Kraken und Hühner), zu anderen ist mein Verhältnis distanzierter (Katzen und Pferde). Vor manchen ekle ich mich (Kakerlaken, Tausendfüßler). Mein Ekel hat sich freilich erheblich gemindert, seit ich damit begonnen habe, mir diese meist wenig geschätzten Mitgeschöpfe genauer anzuschauen. (Kleiner Tipp für Anfänger: Die Brutpflege der Kreuzspinne.) Alle Viecher dieser Welt rühren mich auf eine gewisse Weise. Und von diesem Gefühl einer mit Zuneigung gepaarten Rührung handelt – unter anderem – mein Essay.

### **Ein erster Vergleich**

Die Liebe zu Tieren gleicht in vielem – damit komme ich zu meiner ersten These – der Liebe, die wir auch gegenüber Kindern empfinden. Und damit meine ich nun nicht, dass z. B. Hunde und Katzen eigentlich als Kinderersatz dienen. (Daraus folgt ebensowenig, dass man Kinder wie Hunde abrichten sollte.) Was ich meine, ist vielmehr, dass es sich bei beiden nicht um eine leidenschaftlich-sexuelle, sondern um eine zärtliche Liebe handelt. Nicht zuletzt ist dies Grund dafür, dass die Liebe vor allem zu unseren vierbeinigen Freunden genau so ungewöhnlich stabil ist wie die zu unseren Kindern.

So wenig sich ein Hund seinen Besitzer aussuchen kann, so wenig kann ein Kind seine Eltern wählen. Von Anfang an sind diese Beziehungen ihrem Wesen nach asymmetrisch. Wir haben ihnen diese Beziehung, in der sie nun ihr Leben lang stehen, eingebrockt. Und fortan auch uns selber. Diese Suppe müssen wir auslöffeln.

Haustiere und kleine Kinder sind in extremer Weise auf uns angewiesen. Wir müssen uns um sie kümmern und ihnen das Leben in unserer Welt überhaupt erst möglich machen. Und zwar über Unterschiede hinweg, die zunächst unüberwindbar erscheinen. Kinder können uns nicht sagen (jedenfalls viele Monate lang), was sie möchten und was sie brauchen. In vielem kennen wir ihre längerfristigen Interessen besser als sie selber: Die Verantwortung geht einher mit einem nicht aufzulösenden Machtverhältnis, bei dem wir als Eltern und Tierhalter gleichermassen darauf achten müssen, dass wir unsere Macht nicht missbrauchen oder die eigenen und die anderen Interessen mutwillig verwechseln.







Mein imaginärer Hund zum Beispiel wäre wie ich eher ein faules Tier. Ein Wesen, das einen gemeinsamen Fernsehabend einem Spaziergang bei Regen vorziehen würde, das dabei ab und zu wohlighseufzen und die rechte Augenbraue hochziehen würde, um zu signalisieren, wie gemütlich es den Abend auf dem Sofa bei Netflix, Hundguetsli und einer Flasche Wein fände. Nur, Hunde sind eben nicht so. Sie mögen es, draussen zu rennen, während wir so schnell wie möglich wieder nach Hause möchten. Und Kinder sind auch nicht so. Sie haben kein Konzept für erwachsene Gemütlichkeit. Sie wollen spielen, wenn wir Ruhe haben wollen; und wir müssen diesem Bedürfnis nachgeben. Sie mögen es (vielleicht), Gschichtli vorgelesen zu bekommen, aber nicht unbedingt dann, wenn wir es auch möchten, sondern dann, wenn ihnen danach ist. Wahrscheinlich mögen sie auch nicht die Geschichten, die wir vorziehen würden, sondern solche, die uns langweilen – insbesondere, weil es immer die gleichen sein sollen.

Der Lohn für unsere Hingabe ist eingeschränkt. Es ist rührend, mit welcher Vertrauensseligkeit ein Hund beim Laufen immer wieder zu seinem Herrchen oder Frauchen hochschaut. Und es ist erstaunlich, mit welcher Sensibilität sie auf die Stimmungen ihrer Besitzer reagieren. Aber Hunde sind keine erwachsenen Partner. Kinder auch nicht.

Liebe will erwidert werden. Sigmund Freud stellt sich glückliche Liebe als eine Art Liebes-Kreislauf vor: Was wir an Liebe an den anderen verschwenden, verschwendet der andere an Liebe an uns. Einseitige Liebe bedeutet Unglück; erwiderte Liebe eine Vervielfachung des Glücks. Auch Kinder und Hunde erwidern unsere Liebe – auf ihre Art. Sie haben wenig Sinn für unsere Rührung. Unsere Art der sentimentaleneigung geht ihnen ab. Den Kindern vorerst; den Tieren mehr oder weniger überhaupt.

Man muss sich bei Kindern wie bei Tieren darauf einstellen, dass ein grosser Teil unserer Liebe nicht in gleicher Weise erwidert wird. Kinder und Tiere zu lieben bedeutet, immer auf einem Teil seiner Liebe sitzenzubleiben. Es sind immer nur einzelne (imaginäre) Momente, in denen wir uns mindestens einbilden können, in gleicher Weise zurückgeliebt zu werden. Wir unsererseits könnten in diesen Momenten (z. B. des Wiedersehens nach einer Trennung) geradezu hinschmelzen. Hunde und kleine Kinder haben es bei aller Freude, die sie zum Ausdruck bringen können, nicht so mit diesem Gefühl. Wir erkennen, dass es eine asymmetrische Liebe ist, die uns verbindet. In die Rührung mischt sich dann eine gewisse Melancholie.

Der grosse Unterschied zwischen einem Hund und einem Kind liegt (jedenfalls in dieser Hinsicht, von vielen anderen mal ganz abgesehen) darin, dass Kinder uns immer ähnlicher, das heisst: erwachsen werden. Das Ungleichgewicht zwischen ihnen und uns schwindet. Auch Hunde entwickeln sich natürlich – vom Welpen zum erwachsenen Hund. Aber sie werden keine Lebewesen unserer Art. Was die Abhängigkeit angeht und die grundsätzliche Asymmetrie zwischen ihnen und uns, so bleibt diese so lange bestehen, wie ihr im Vergleich zu einem Menschenleben kurzes Leben dauert. Die absolute Schreckensvorstellung, dass unsere Kinder vor uns sterben könnten, ist bei einem Hund (und den meisten anderen Haustieren) eine traurige Gewissheit von Anfang an: Wir werden es sein, die unser Tier überleben. Viele Menschen möchten aus genau diesem Grunde kein Haustier haben.

### **Ein zweiter Vergleich**

Es gibt eine anscheinend wachsende Anzahl von Menschen, die nicht klassische Haustiere halten wie Katzen und Hunde, Wellensittiche und Fische, sondern Reptilien, Spinnen, Quallen, Ameisen oder – dazu gleich mehr – Schnecken. Ausser dem Tier- und Artenschutzgesetz gibt es im Prinzip nichts, was die Aufzählung begrenzen könnte. Hier ist die Asymmetrie im Verhältnis von Mensch und Tier auf die Spitze getrieben. Eine Schildkröte mag es lieben, unter dem Hals gekrault zu werden, aber davon, dass sie ihren Halter überschwänglich begrüsst, wird wohl kaum je die Rede sein können.

Mag Ihnen mein Kinder-Hunde-Vergleich noch einigermassen eingeleuchtet haben, nun, liebe Leserin, lieber Leser, dürfte der Moment kommen, wo ich Ihnen ein (hoffentlich nur kurz andauerndes) befremdetes Kopfschütteln wahrscheinlich nicht ersparen kann.

Weil ich nämlich die besondere Asymmetrie in der Beziehung zu den ungewöhnlichen Haustieren mit der Asymmetrie in einer ganz anderen Sorte von Beziehung vergleichen möchte: der psychoanalytischen Beziehung.

Keine Sorge: Selbstverständlich betrachte ich meine Patienten nicht als Schnecken, und es liegt mir überhaupt fern, einen Menschen zur Schnecke zu machen. Mein Vergleich hinkt zugegebenermassen auf allen Vieren bzw. Sechsen oder Achten (um auch unsere krabbelnden Mitgeschöpfe miteinzuschliessen) – bis eben auf den einen Punkt, der mir allerdings nicht unwesentlich erscheint.



Psychoanalyse gilt für gewöhnlich als eine Kunst des Verstehens. Das ist nicht falsch, aber eben auch nicht ganz richtig. Wenn ich als Psychoanalytiker zu einem neuen Patienten stets nur sagen könnte: «Das verstehe ich alles bestens», so wäre sein Fall gewiss keiner für eine Psychoanalyse. Am Anfang steht vielmehr ein: «Das verstehe ich genauso wenig wie Sie». Ohne eine solche Fremdheit keine Psychoanalyse.

Vor einigen Jahren las ich das Buch der amerikanischen Autorin Elisabeth Tova Bailey «Das Geräusch einer Schnecke beim Essen». Die Autorin, die wegen einer schweren Infektionskrankheit während Jahren die meiste Zeit im Bett verbringen muss, bekommt von einer Freundin ein Veilchen geschenkt, das diese im nahen Wald ausgegraben hatte und – eine Schnecke:

«Warum, so fragte ich mich, sollte ich an einer Schnecke Freude haben? Was in aller Welt sollte ich mit ihr anfangen? Ich konnte nicht aus dem Bett steigen, um sie in den Wald zurückzubringen. Sie interessierte mich nicht besonders und wenn sie tatsächlich lebendig war, war die Verantwortung – insbesondere für eine derart unerbetene Schnecke – überwältigend. ... Welches Recht hatten meine Freundin und ich, ihr Leben zu stören? Zumal ich mir nicht vorstellen konnte, was für ein Leben eine Schnecke führt.»

Das Buch handelt von nichts anderem als von dem Entstehen einer berührenden Art von Freundschaft zwischen der Autorin und ihrer Schnecke. Aus einer Zufallsbekanntschaft wird eine intensive Beziehung, aber nicht durch spontane Zuneigung, sondern durch eine intensive Beschäftigung mit einem zuvor völlig fremdartigen und unbekanntem Tier und durch das Eintauchen in eine völlig fremde Lebenswelt.

«Nach Wochen einer Gemeinschaft rund um die Uhr gab es keine Zweifel mehr an unserer Beziehung: Die Schnecke und ich lebten offiziell zusammen. Ich gebe zu, ich hing an ihr.»

Und damit endet mein kurioser Vergleich auch schon wieder, mit dem ich zeigen wollte, dass und wie Fremdheit auf der einen und Interesse und Zuneigung auf der anderen Seite sich bedingen können: In der Beschäftigung mit Menschen, mit denen man sonst nie etwas zu tun hätte, und in der Zuneigung zu Tieren, an die man zuvor vielleicht noch nie gedacht hat. Natürlich ist uns die Hundewelt auch fremd, wir wissen nicht, wie es ist, die Welt zu einem nicht unerheblichen Teil durch die Nase wahrzunehmen; aber dennoch fällt es uns leicht, die Menschen- und die Hundewelt im alltäglichen Leben irgendwie zu verschmelzen. Und den Hunden scheint dasselbe auch mit uns

zu gelingen. Es gibt keine eindeutige Grenze zwischen den Tieren, bei denen eine solche Vermischung der Welten mindestens teilweise gelingt, und den anderen, die uns gerade wegen ihrer Fremdartigkeit faszinieren. Dass ein Hund eine andere Position als Haustier einnimmt als ein Leguan oder eine Tarantel, dürfte unbestreitbar sein. Aber noch unbestreitbarer ist es, dass ein Hund so wenig ein Mensch ist wie eine Kreuzspinne ein verkapptes Büsi.

### **Widersprüche und eine Moral**

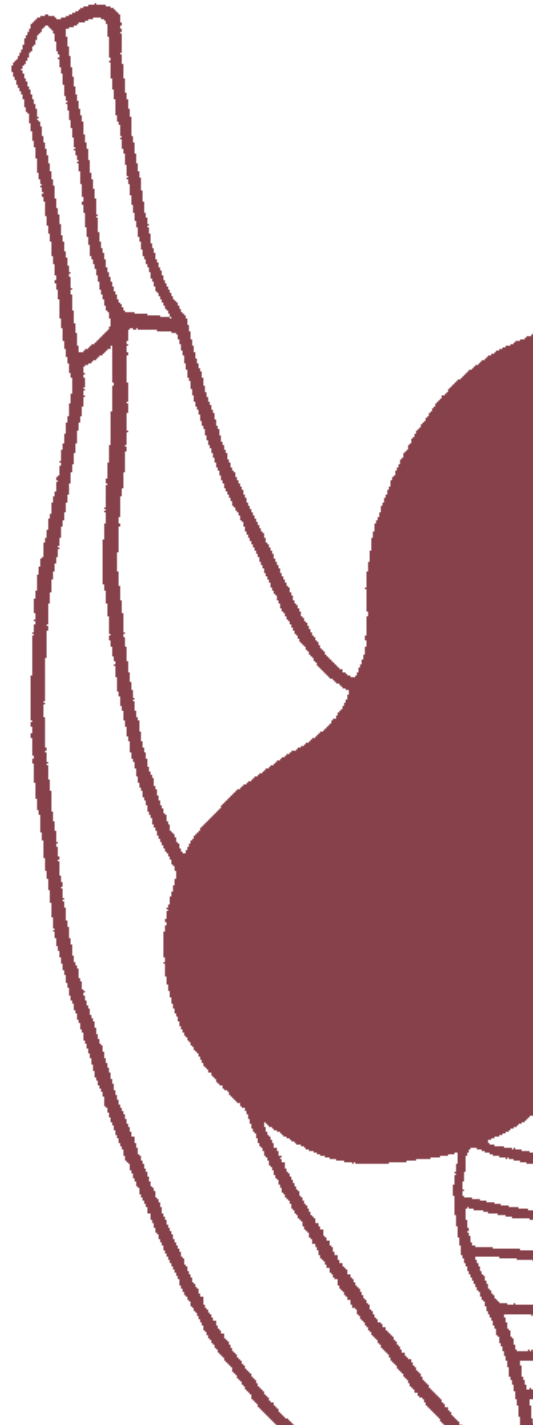
Es liegt auch in der Natur der Sache, dass das Verhältnis zwischen Tier und Mensch von Widersprüchen geprägt ist. Niemand kann uns verpflichten, alle Tiere (und Menschen) zu jedem Zeitpunkt gleichermaßen zu lieben. Eine Raupe, mit der ein Kind in einem Schuhkarton seinen ersten Zoo eröffnet, ist etwas anderes als eine Raupenplage, die eine Ernte vernichtet. Ein schlecht erzogener Pitbull ist kein Freund der Menschen. Sowenig wie Katzen auf Mäuse verzichten sollen, müssen wir zwangsläufig Veganer werden. (Es spricht allerdings auch nichts dagegen.) Auch in unserem Verhältnis zu den Menschen müssen wir uns auf allerlei Asymmetrien einstellen.

Wie lautet die Moral von der Geschicht' oder genauer: *meine* Moral? Trotz Asymmetrien, Widersprüchen und skurrilen Auswüchsen ist es gut für den Menschen, sich mit Tieren abzugeben. Mit welchen auch immer. Schwierig wird Tierliebe nur dann, wenn sie in Menschenfeindschaft umschlägt: Wenn das Tier zum besseren Menschen wird und das seinem Wesen nach asymmetrische Verhältnis zu den Tieren eine radikale Kumpanei. Ein wohlwollend entspanntes und zugleich realistisches Verhältnis zu Tieren (und Menschen) schützt jedoch vor Misanthropie. Respekt und Sympathie auch dort zu leben, wo die Einfühlung Grenzen hat, zivilisiert uns und macht uns menschlicher.

### **Meine Herzensangelegenheit**

Grafik und visuelle Kunst sind meine Leidenschaft. Meine eigenen künstlerischen Projekte realisieren zu können, ist mir sehr wichtig. Auch meine Liebsten und meine Gesundheit sind von unschätzbarem Wert für mich.

*Silvia Gallart (38 J.), Zürich*







«Wänt  
es  
Gschläipf  
häsch,  
gits  
gschnäll  
emaal  
es  
Gschnorr.»

Gschläipf (n.) – Liebelei,  
Verhältnis, Affäre (pej.)

Die Bilder zeigen Szenen aus dem Film «Bäckerei Zürrer» von Kurt Früh. Er erschien 1957 und war die erste Dialektproduktion, mit der Kurt Früh das Stadtleben in der Szenerie des Zürcher Langstrassenquartiers auf die Leinwand brachte.

Die beigefügten kurzen «Dialektsplitter» zu den Bildern sind nicht Teil des Films, aber von der Tonalität der Zeit und der Filme von Kurt Früh inspiriert.



**Dialekt ist die Sprache des Herzens. Sie geht uns nahe, sie verortet uns geografisch, sie gibt uns Identität. Wir erkennen uns an Redewendungen, Lauten und Klängen in der Sprache. Sie ist Teil dessen, was wir Heimat nennen. Gleichzeitig unterliegt Sprache einem steten Wandel und bietet jeder Generation neu die Gelegenheit, sich selber auszudrücken und sich von der letzten Generation abzugrenzen. Inspiriert von Kurt Frühs Film «Bäckerei Zürrer», sind hier Dialektschmankerl versammelt, die den Klang des alten Zürichs zurückbringen.**



**«Dä  
Gasselächler  
höbelet  
doch  
nume.  
Mit dem  
würd  
i nöd  
aabändige.»**

Gasselächler (m.) – nach  
aussem freundlicher, zu  
Hause mürrischer Mensch

höbele – schmeicheln,  
zu Gefallen reden,  
äim hine und vorne höbele





**«Du  
bisch  
en Plampi  
und  
en Pleger  
und  
bringsch  
vor luuter  
gaxe  
kein  
graade  
Satz use.»**

Plampi (m.) – ein träger,  
unentschlossener,  
einfältiger Mensch

Pleger – (m.) – 1. in Fäulnis  
übergehendes Ding: Das  
Stuck Holz isch en Pleger  
2. Faulenzer, Tagedieb

gaxe – stammeln, stottern  
Er gaxet vil, aber er läid ekä  
Äier

# «Mit dem Plagööri würd i nöd karisiere. Nüüt als Fisimatänte vomene Prelaaggi.»

Plagööri (m.) – ein Angeber

karisiere – flirten, liebäugeln von frz. carésser «liebkoosen, schmeicheln»

Fisimatänte (nur Pl.) – Leeres Getue, Ausflüchte, Flausen, auch Dummheiten belegt seit dem 16. Jh. von lat. visae patentes «ordnungsgemäss anerkanntes Patent», welches in Verspottung des Bürokratischen schon in älterer Zeit die Bedeutung «überflüssige Schwierigkeit» erhält, oder zu frühnd. fisiment «bedeutungsloser Zierat (am Wappen)».

Prelaaggi (m.) – Maulheld, Angeber  
Zum Prälaten, dem geistlichen Würdenträger aus mittellat. Praelatus (praeferre) «der Vorgezogene», hat sich umgangssprachlich eine zweite, negativ besetzte Bedeutung entwickelt als «wohlgenährter, gespreizt einhergehender Mensch», in der Folge auch «einer der grosse Worte macht»





«Vor  
Chumer  
hätt sie  
so glätschet  
und is  
Fazinettli  
briegget,  
dass de Wirt  
ire es Seele-  
wärmerli  
iigschänkt  
hät.»

lätsche – weinen, schmollen

Fazinettli (n.) – Taschentuch  
Über das bündlerische fazzoletto  
entlehnt aus ital. fazzoletto.  
Bezeichnet wurde damit  
«Schweisstuch, Handtuch»,  
«Taschentuch, Nastuch»,  
«Halstuch», dann aber auch  
Stofffetzen

Seelewärmerli – Schnäpschen



## Meine Herzensangelegenheit

Sport bedeutet mir sehr viel. Ich trainiere täglich. Mein nächstes Ziel ist es, zu den Finishern des «Ultra Trail Mont Blanc» im Sommer 2019 zu gehören: ein Lauf über rund 170 km und 10 000 Höhenmeter. Ein totaler Asket bin ich aber nicht, zwischendurch lass ich auch los und genieße das Leben in vollen Zügen.

*Dominik A. (28 J.), Wallisellen*







## Du, ich und der Stress

**Wir alle träumen von der lebenslangen Liebe. Was mit Herzklopfen und Kribbeln im Bauch beginnt, endet jedoch häufig in Streit, Schmerz und Trennung. Im Lauf der Zeit werden wir von der Realität eingeholt, und neben dem Du und dem Ich spielen noch andere Akteure mit: zum Beispiel der ganz alltägliche Stress, der an der Zweisamkeit nagen und sie bedrohen kann. Das muss aber nicht sein: Eine Langzeitstudie der Universität Zürich untersucht, wie sich Alltagsstress auf die Beziehung auswirkt und wie unterschiedlich Paare damit umgehen.**

Text: Susanne Wagner  
Illustration: Joël Roth  
Bilder: Franz Rindlisbacher



Der Raum ist leer bis auf einen Schrank, einen Tisch und ein weisses Sofa mit zwei Plätzen. Wenn das Sofa im Psychologischen Institut der Universität Zürich erzählen könnte, würde es damit nicht mehr aufhören. Denn es hat in den letzten acht Jahren unzählige Geschichten von Paaren gehört. Junge Verliebte haben darauf Platz genommen, Paare im mittleren Alter mit Sorgen um Kinder und Job wie auch Frauen und Männer mit mehreren Jahrzehnten gemeinsamer Lebens- und Liebeserfahrung, die erreicht haben, wonach sich viele Jüngere sehnen: eine tragfähige Beziehung aufzubauen, die von Vertrauen und Intimität geprägt ist.


Doch wie geht das? Um diese Frage zu beantworten, haben 368 Paare wieder und wieder dieselben Fragen beantwortet und miteinander über Konflikte und Stresserlebnisse diskutiert, während eine Kamera sie filmte. Das Forscherteam um Guy Bodenmann, Veronika Brandstätter und Mike Martin legte die Studie mit folgenden Fragestellungen an: «Wie funktionieren Paarbeziehungen am besten? Wie entwickeln sich solche engen Beziehungen, und welche Faktoren beeinflussen den Verlauf einer Partnerschaft?» Der Stress ist dabei ein nicht zu unterschätzender Faktor. «Je besser die Paare mit Stress umgehen können, desto glücklicher sind sie», erklärt Guy Bodenmann.

Um die gewünschten Daten zu erheben, befragte das interdisziplinäre und langfristig angelegte Forschungsprojekt «Sinergia Pasez» deutschsprachige heterosexuelle Paare, die bei Studienbeginn 20 bis 35, 40 bis 55 oder 65 bis 80 Jahre alt und mindestens ein Jahr zusammen waren. Um sie zu finden, gab es Aufrufe im Radio und in Zeitungen. In den ersten fünf Jahren standen die Probanden persönlich zur Verfügung, seit 2016 beantworten sie die Fragen online. Im Verlauf der Studie reduzierte sich die Teilnehmerzahl auf 250, weil sich Paare trennten, sich scheiden liessen, wegzogen oder ein Partner verstarb.

#### **«Worüber streiten Sie?»**

Die Studie schaute dort hin, wo es weh tut. Die Paare hatten zuerst jeweils die Aufgabe, über eine Angelegenheit zu sprechen, welche die Beziehung stresst. Was dafür infrage kam, beantworteten sie erst separat: «Worüber streiten Sie als Paar am meisten und finden es schwierig, darüber zu sprechen?» Wurde ein Gegenstand von einem Paar übereinstimmend als Konfliktthema bezeichnet, tauschten sich Frau und Mann während acht Minuten darüber aus. Spannend wurde es, wenn ein Thema nur von einer Partei genannt wurde und von der





**Nadja Tan:**

«Morgens trinken wir gemeinsam Kaffee und entdecken danach die Welt. Zwischendurch heisst es, geduldig sein, abwarten und Tee trinken.»

**Andrew Katumba:**

«Wir gehen zusammen durch dick und dünn, geben einander Süsses und Saures im Wissen, dass uns das Gummiband der Liebe zusammenhält.»

anderen nicht. «Das ist ein Hinweis darauf, dass es wirklich ein Konfliktthema ist», sagt Guy Bodenmann, Professor für Klinische Psychologie an der Universität Zürich.

Probleme in der Familie, zu wenig gemeinsame Zeit, schlechte Kommunikation untereinander oder der Autofahrstil des Partners – diese Themen nannten die Paare besonders häufig. «Schon nach zwei Minuten war die Kamera vergessen, und die Männer und Frauen stritten wie zu Hause. Die Verhaltensmuster sind so stark», so der Psychologieprofessor. Ausser den Paaren befand sich niemand im Raum. Zudem sicherten ihnen die Forscher nebst der Anonymität zu, dass die Videos das Gebäude des Psychologischen Instituts nicht verlassen.

Gesichtet und mit verschiedenen Methoden ausgewertet werden die von 2011 bis 2016 aufgenommenen Gespräche zu einem späteren Zeitpunkt von geschulten Kodierern und Kodierern. Die Studierenden, die im Projekt ihre Masterarbeit schreiben, schauen und hören genau hin, was die Körpersprache und den Sprachgebrauch betrifft. Ihnen entgeht nichts, denn sie halten die Interaktionen der Paare minutiös fest. Zum Beispiel die verbalen und nonverbalen Verhaltensweisen: Sitzt ein Paar nah oder mit Distanz nebeneinander? Lächelt er oder sie? «Es ist notwendig, zuerst die nonverbale Verhaltensweisen zu kodieren, um nicht von der Sprache beeinflusst zu werden», sagt Kodiererin Alexandra Kunz.

Larissa Negele schreibt die Videos ab und notiert dabei akribisch jedes einzelne Wort, jedes «Hmh» und jede Pause. Auch das eine enorme Fleissarbeit: Die Transkribierung von acht Minuten Gespräch dauert zwei Stunden, mit Übung eineinhalb. Darüber hinaus analysiert die Masterstudentin mit einem Computerprogramm Pixelbewegungen in den Bildsequenzen und vergleicht so, wie synchron sich die Körper der Paare während des Gesprächs bewegen. Larissa Negele: «Wir wissen, dass die Koordination im Laufe der Jahre für die Zufriedenheit der Paare immer wichtiger wird.»

### **Zum «Wir» finden**

Eine maschinelle Auswertung des Transkriptes untersucht darüber hinaus, wie oft die Paare die kleinen, aber wichtigen Wörter «ich», «du» oder «wir» verwenden. Guy Bodenmann resümiert, dass das Wort «du» im Zusammenhang mit einer Generalisierung wie «immer» oder «nie» besonders fatal ist: «Eine Ich-Botschaft mit Beschreibung der eigenen Gefühle wäre ideal.» Hier könnten jüngere Paare von den älteren lernen.





**Bettina Burkhardt:**

**«Ein ausgewogenes Verhältnis zwischen Eigenständigkeit und Aufeinander-Bezogen-Sein ist entscheidend für uns. Wenn es wichtig ist, sind wir füreinander da.»**

**Nadja Herz:**

**«Wir teilen gemeinsame Werte und Leidenschaften, leben gegenseitige Grosszügigkeit und Offenheit und haben einen liebevollen Umgang miteinander.»**

«Ältere Paare, vor allem die Männer, sprechen weniger mit Anschuldigungen», sagt Gerontopsychologin Mona Neysari.

Paare mit längerer Beziehungserfahrung fallen auch weniger häufig in das folgende Gesprächsmuster: «Du machst immer das und das» und «Du aber auch...». Warum ist das so? «Wir vermuten, dass es die Paare sind, die sowieso glücklich sind. Und dass dies mit ein Grund ist, weshalb sie schon 30 oder 40 Jahre zusammen sind», so Neysari. «Aus der Gerontologieforschung weiss man, dass ältere Paare mehr von alltäglichen Problemen berichten, diese aber entweder frühzeitig entschärften oder kompetent meistern», ergänzt Mike Martin, Professor für Gerontopsychologie. Mona Neysari bringt es wie folgt auf den Punkt: «Sie sind besser im gemeinsamen Lösen ihrer Probleme. Sie wissen: «Wenn es einen Konflikt gibt, lösen wir den irgendwie als Team.»»

Auch der Verlauf eines Streitgesprächs sagt viel darüber aus, wie die Partner mit Stress und miteinander umgehen. Hier spielt jedoch weniger die Häufigkeit der Personalpronomen eine Rolle als vielmehr der Zeitpunkt, wann sie eingesetzt werden und wie sich die Dynamik entwickelt. Guy Bodenmann: «Viele beginnen mit «ich» und «du». Es ist spannend zu beobachten, welche Paare zum «wir» zurückfinden. Wenn sie das können, ist es ein gutes Zeichen.» Im Verlauf des Gesprächs nimmt bei zufriedenen Paaren auch die negative Kommunikation ab, sie suchen Kompromisse, finden Lösungen.

Stress in der Beziehung ist das eine. Das andere ist der Stress, den ein Partner in die Beziehung hineinträgt. Gemäss Guy Bodenmann ist diese Art von Stress viel häufiger, kann überschwappen und die Partnerschaft unterhöhlen: «Wenn ein Partner beim Nachhausekommen gereizt und aufgekratzt ist, kann es zum Konflikt kommen. Der eine Partner wird dann vom Stress des anderen, den er nicht bewältigen konnte, kontaminiert.» Um das Verhalten der Paare in dieser Situation zu beobachten, bekamen die Versuchspaare die Aufgabe, dieses Mal je acht Minuten über ein Ereignis zu sprechen, das sie in letzter Zeit gestresst hat.

Zum Beispiel erzählt die Frau ihrem Mann von einem unangenehmen Gespräch mit dem Chef. Dabei wird beobachtet, wie die Frau erzählt: sachlich, emotional, gestresst, öffnet sie sich? Und wie der Partner darauf reagiert: Hört er zu? Unterstützt er die Partnerin? Zeigt er Empathie? Wendet er sich gar ab? Die einen wenden den Oberkörper dem Partner zu und lauschen konzentriert oder legen ihm aufmunternd die Hand aufs Knie. Die anderen distanzieren sich körperlich





**Eva Kläui:**

**«Unsere Partnerschaft basiert nicht auf Toleranz im Sinne von Duldung, sondern auf Anerkennung.»**

**Leonardo San Filippo:**

**«In unseren Gegensätzen und Differenzen suchen wir aktiv Energie statt Divergenz.»**

und betrachten gelangweilt ihre eigenen Fingernägel. Nach acht Minuten werden die Rollen im sogenannten Copinggespräch gewechselt.

### **Glückliche Paare geben einander Feedback**

«Zuhören ist ein Bindeglied. Wenn ein Partner aufmerksam und interessiert zuhört, muss er weniger nachfragen und der andere weniger erzählen», sagt Guy Bodenmann. Unnötige Wiederholungen seien bei den glücklichen Paaren daher weniger häufig. Auch die Qualität der Unterstützung variiert stark. Gut gemeinte Ratschläge wie «Du musst dich halt wehren» bringen dem Partner weniger als: «Ich verstehe Dich sehr gut» oder «Du wirst das bestimmt schaffen.» Guy Bodenmann: «Bei den glücklichen Paaren beobachten wir, dass das Gegenüber oft nickt und auch verbal mit «Hmh» und «Ja» Feedback gibt. Bei unglücklichen Paaren fehlt der Blickkontakt, und die Partner sind einander nicht zugewandt.»

Auch in Bezug auf die Geschlechter gibt es Unterschiede, wie Bodenmann festhält: «Wenn Männer zuvor selber gestresst worden sind, hören sie nicht mehr zu, machen abwertende Bemerkungen und sind schlechtere Unterstützer. Frauen unterstützen auch dann weiterhin gut.» Frauen seien insgesamt stressresistenter und bei sozialem Stress werden sie durch Oxytozin gepuffert, während Männer unter Stress egozentrisch werden und kaum soziale Ressourcen für die zusätzliche Regulation von Stress anderer zur Verfügung haben.

Ob im Konfliktgespräch oder im Copinggespräch: Dass jemand wirklich böse und feindselig gestritten hat, ist in all den Jahren äußerst selten vorgekommen. Möglicherweise liegt dies an der Laborsituation – vielleicht würden die Paare zu Hause noch etwas intensiver streiten. Oder es liegt an der Zielgruppe. Mona Neysari vermutet, dass es für Paare mit schweren Auseinandersetzungen schwieriger wäre, jedes Jahr einen gemeinsamen Termin für die Studie zu finden.

### **Ziele als Ressource**

Die Tausenden von Videos der Studie sind ein wertvoller Schatz, der immer mehr Hinweise darauf gibt, was das Geheimnis einer glücklichen Partnerschaft sein könnte. Eine Rolle spielen dabei auch die Ziele, die Partner in ihrer Partnerschaft verfolgen. Wer stärker darauf fokussiert, positive Zustände wie beispielsweise Nähe und Intimität zu fördern, ist selber zufriedener in der Beziehung und hat einen zufriedeneren Partner. Wer stärker darauf abzielt, negative Zustände wie etwa



Zurückweisung oder Konflikte zu vermeiden, ist unzufriedener – und hat eine höhere Trennungswahrscheinlichkeit. Die Motivationspsychologie nennt diese beiden Arten von Zielen Annäherungsziele und Vermeidungsziele.

Wie stehen die in den Fragebögen erfassten Ziele der Partner mit ihrem sichtbaren nonverbalen Verhalten im Konfliktgespräch in Verbindung? Dies untersuchte ein Team an Motivationspsychologinnen im Rahmen der Pasez-Studie. Das nonverbale Verhalten ist einer der wichtigsten Einflussfaktoren in der Kommunikation und entscheidet mit darüber, wie ein Gespräch gelingt. Die Analysen zeigen, dass Personen mit mehr Vermeidungszielen im Gespräch eher den Kopf abwenden, ihn schütteln und die Arme vor sich verschränken. Dieses nonverbale Verhalten beeinflusst den Gesprächsverlauf ungünstig. «Personen mit mehr Annäherungszielen hingegen lächeln mehr, nicken öfters zustimmend und wenden sich in ihrer Körperhaltung dem Partner zu, was Aufgeschlossenheit, Zuwendung und echtes Interesse am anderen signalisiert», so Motivationspsychologin Mirjam Ghassemi.

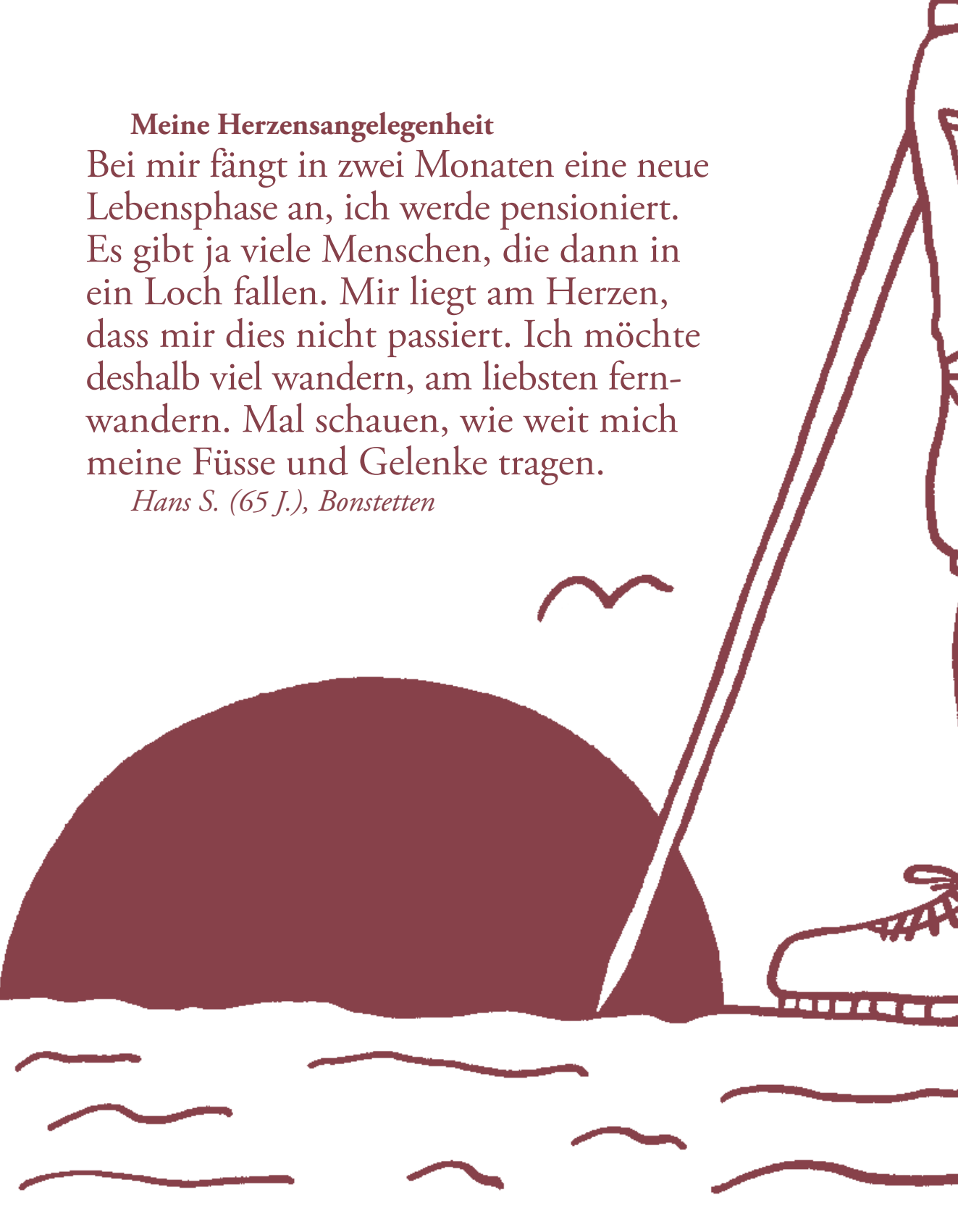
Die psychologische Forschung geht also davon aus, dass Paare durch das Verfolgen von Annäherungszielen die Chancen auf eine anhaltend glückliche Beziehung steigern können. Der Fokus auf das Positive scheint Beziehungen zugute zu kommen. Ebenso wie das aufmerksame Zuhören, das im hektischen Alltag oft keinen Platz hat. Wenn sich dies mehr Paare zu Gemüte führen würden, hätte das weisse Sofa noch mehr glückliche Geschichten erzählen können – und alle anderen Sofas, von denen keine Videos existieren, auch.

Den Teilnehmenden an der Langzeitstudie Sinergia Pasez wurde absolute Anonymität zugesichert. Auf den Bildern zeigen wir deshalb drei andere Paare, die schon viele Jahre zusammen sind.

## Meine Herzensangelegenheit

Bei mir fängt in zwei Monaten eine neue Lebensphase an, ich werde pensioniert. Es gibt ja viele Menschen, die dann in ein Loch fallen. Mir liegt am Herzen, dass mir dies nicht passiert. Ich möchte deshalb viel wandern, am liebsten fernwandern. Mal schauen, wie weit mich meine Füße und Gelenke tragen.

*Hans S. (65 J.), Bonstetten*





## ZÜRCHER LIEBESTOUR

nach «Zürcher Liebesgeschichten.  
Ein Stadtführer der besonderen Art.»  
von Regula Sager, Elster Verlag 2015

**1**  
**RICHARD WAGNER &  
MATHILDE WESENDONCK**  
Rieterpark / Villa Wesendonck (Park)

**2**  
**GIACOMO CASANOVA &  
FRAU VON ROLL**  
Rathausbrücke / Weinplatz 10

**3**  
**REGULA ENGEL-EGLI &  
FLORIAN ENGEL**  
Urania Hauptwache

**4**  
**ALBERT EINSTEIN &  
MILEVA MARIĆ**  
ETH / Polyterrasse-Stadtseite

**5**  
**GOTTFRIED KELLER &  
LINA WEISSERT**  
Rindermarkt 12 / Oepfelchammer

**6**  
**JOHANN  
HEINRICH PESTALOZZI &  
ANNA SCHULTHESS**  
Rüdenplatz 4

**7**  
**ULRICH ZWINGLI &  
ANNA REINHART**  
Grossmünster / Haus zur Suhl / Kirchgasse 13

**8**  
**THOMAS MANN &  
FRANZ WESTERMEIER**  
Dolder Grand Hotel (Historischer Teil)

**1**

**3**

**4**

**5**

**2**

**6**

**7**





## Zürich zum Verlieben

**Casanova verguckte sich hier in eine Dame und verwarf prompt seinen Plan, ins Kloster zu gehen. Ulrich Zwingli verliebte sich so sehr in seine Nachbarin, dass er den Zölibat abschaffte. Gottfried Keller war unglücklich verliebt und tröstete sich mit Wein. Pestalozzi bestürmte bereits am Totenbett seines Freundes dessen trauernde Verlobte. Thomas Mann verzehrte sich hier nach einem Kellner, aber nur heimlich. Und gross war die Frucht Regula Engel-Eglis Liebe: Sie gebar ihrem Liebsten 21 Kinder.**

8

### **Richard Wagner und Mathilde Wesendonck**

Die schicksalshafte Begegnung fand im Frühling 1852 während eines Konzertes im Aktientheater statt, dem ersten Zürcher Stadttheater hinter dem heutigen Obergericht. Richard Wagner dirigierte die Ouvertüre zu seinem «Tannhäuser», im Publikum sassen Otto Wesendonck und seine junge Gattin. Mathilde fühlte sich im Innersten von der Musik berührt und brannte darauf, den Künstler kennenzulernen. Auch ihr Mann war begeistert und beschloss, den aufstrebenden Musiker zu fördern.

Die Wesendoncks empfingen Wagner nun regelmässig. Mathilde saugte alles auf, was der grosse Meister von seinen Werken erzählte. Und Wagner blühte auf bei so viel Interesse und Verehrung. Er hatte wieder eine Muse, und Wesendonck war stolz, dass gerade seine Mathilde dem genialen Mann als Quelle der Inspiration dienen durfte.

Als sich die Wesendoncks eine prächtige Villa im Engequartier bauten (das heutige Museum Rietberg), erwarben sie das Nachbarhaus für ihren Freund Wagner und dessen Frau Minna. Musiker und Muse steckten nun häufig beieinander und wenn sie nicht zusammen waren, schickten sie einander heimlich kleine Notizen voller Liebesbezeugungen. Sie sprachen von Seelenverwandtschaft. Doch Wagners Interesse galt längst nicht mehr nur Mathildes inneren Werten. Auch Mathilde war aufgewühlt von den verwirrenden Gefühlen, die sie ausserehelich empfand. Sie begann in Verse zu fassen, was in ihrem Innersten vorgeing und war ganz stolz, als Wagner diese zu den «Wesendonck-Liedern» vertonte.

Der erregte Musiker seinerseits fühlte sich zu dem Werk inspiriert, welches das musikalische Denkmal seiner Liebe zu Mathilde werden sollte: «Tristan und Isolde». Die tragische Geschichte einer bedingungslosen Liebe, die sich nur im Tod erfüllte, weil sie im Leben nicht sein durfte.

Und Minna Wagner? Sie ahnte einiges und war sich plötzlich ganz gewiss, als sie eines Tages einen Brief Wagners an Mathilde abhing. Der Sturm war heftig, der Schaden gross. Wagner zog nach Italien, Minna fuhr zurück nach Deutschland. Nur die Wesendoncks blieben unbeschadet, wo sie waren. «Sie ist und bleibt meine erste und einzige Liebe», schrieb Wagner später über Mathilde Wesendonck. «Es war der Höhepunkt meines Lebens.»





Freunde, Nachbarn, Geliebte: Richard Wagner war oft zu Gast in der Villa Wesendonck – zu oft?

### **Giacomo Casanova und Frau von Roll**

Casanova wollte Mönch werden. Er hatte im Kloster Einsiedeln vor dem Abt gebeichtet, als ein heiliger Schauer über ihn gekommen war und damit dieser Wunsch, den er sogleich mitbeichtete. Der Abt war etwas überrumpelt und forderte Bedenkzeit, nicht zuletzt um zu prüfen, wie ernst es dem Abenteurer war. Wie weit würde sich der grosse Frauenverführer vor dem Herrn auf ein keusches Leben einstellen können? In Zürich sollte er auf den Bescheid warten.

Casanova war zuversichtlich. Von den Zürcherinnen fühlte er sich nicht in Versuchung geführt. Schon ihre Mundart missfiel ihm, «eine harte Abart der deutschen Sprache», fand er. Ohne das Vergnügen der Sprache machte ihm auch die Liebe keinen Spass.

Eines nachmittags, man schrieb das Jahr 1760, sass er vor seinem Gasthaus am Fluss, genoss die Aussicht auf See und Berge und pries gerade seinen Entschluss, dem Schöpfer dieser Herrlichkeit bald für immer dienen zu können. Da hielt eine Kutsche direkt neben ihm. Ihr entstiegen vier Damen, die eine von solcher Schönheit und Eleganz und mit einer Haut wie Lilien und Rosen, dass ihm ganz anders wurde. Da blickte ihn die junge Frau an. Länger, dünkte ihn, als es sich einer ehrbaren Dame geziemte.

Casanova reservierte sofort im Speisesaal den Nachbartisch der Damen. Doch der Kellner musste ihn enttäuschen. Sie wünschten in ihrem Zimmer zu speisen, da sie am nächsten Morgen in aller Frühe weiterreisen wollten. Er fügte jedoch an, die schöne Frau von Roll hätte sich erkundigt, wer der Herr wohl sei, dem sie vor dem Gasthaus begegnet sei. Da blies Casanova genüsslich zum «Halali». Er bat den Kellner um dessen Uniform und brachte am Abend, derart verkleidet, den Damen höchstpersönlich die Speisen auf ihr Zimmer. Als er eintrat, starrte ihn die Schöne wie versteinert an. Ob sie ihn erkannt hatte? Sie schien seinen kleinen Aufmerksamkeiten während der Mahlzeit nicht abgeneigt zu sein. Als er sich nach dem Essen kühn anerbote, ihr aus den Stiefeln zu helfen und dabei ihre schönen Waden knetete, rief sie errötend – aber doch mit beachtlicher Verzögerung, wie er fand –: «Genug, mein Herr. Wir sehen uns morgen wieder.» Casanova lächelte siegesgewiss. Dem Abt würde er absagen.



Im ehemaligen Gasthaus «Zum Schwert» am Weinplatz blickte Casanova Frau Von Roll erstmals tief in die Augen.

### **Regula Engel-Egli und Florian Engel**

Die in Zürich aufgewachsene Regula verliebte sich sofort in Florian, den schneidigen Bündner. Er war Offizier im Schweizer Fremdenregiment im Dienste Louis XVI und gerade auf Heimaturlaub. Als er ca. 1778 um ihre Hand anhielt, heiratete ihn die Siebzehnjährige auf der Stelle und wich fortan nicht mehr von seiner Seite. Sie fand nichts dabei, ihren Gatten auf die Schlachtfelder zu begleiten und in Männeruniform an seiner Seite zu kämpfen. Ebenso natürlich war es für sie, dabei fast ständig schwanger zu sein. 21 Kinder brachte Regula zur Welt. Beim letzten war sie 50 Jahre alt und noch immer auf Kriegszügen in Europa unterwegs.

Dass Regula so viele Kinder gebar, war nicht nur ihrer grossen Liebe zu ihrem Mann, sondern auch ihrem grossen Pflichtgefühl geschuldet. Sie schrieb in ihren Memoiren: «Weder Kriegswirren noch andere widrige Umstände konnten meinen Mann und mich hindern, immer unserer Bestimmung treu zu sein, und ich gebar ihm wieder einen Sohn.» Ja, künftige Soldaten wollte sie auf die Welt bringen. Nicht alle Kinder überlebten. Dass sie selber jedoch all die Geburten ohne Kindbettfieber unter jenen Umständen überstand, grenzt an ein Wunder.

An ein Wunder grenzt auch, wie die tapfere Frau ihren Mann eines Tages vor der Guillotine rettete. Es war nach Ausbruch der Französischen Revolution: Die Königstreuen lebten gefährlich. Da beschloss Oberst Engel zu desertieren. Er floh mit Frau und Kindern nach Paris, noch immer in der königlichen Uniform, und wurde von den Jakobinern prompt verhaftet. In ihrer Verzweiflung verschaffte sich Regula Zugang zum Revolutionsführer Robespierre. Hochschwanger und mit ihren zwei Kleinsten an der Hand, warf sie sich vor ihm nieder, schrie «Citoyen, miséricorde!» und flehte um Gnade für den Ernährer von sieben Söhnen, welche doch «eine für die Republik nicht unbedeutende Rekrutierung» seien. Und siehe da! Oberst Engel wurde aus der Haft entlassen und ins Heer Napoleon Bonapartes aufgenommen. Und weiter zog die Familie Engel durch Europa, über Ägypten bis nach Waterloo.

Regula Engel-Egli kannte das Geheimnis einer langen Ehe. Sie notierte in ihren Memoiren: «Wenn die Frau etwas begehrt oder tut, sollte der Mann nie widersprechen. So wäre Segen in den Haushaltungen und Friede im Lande!»



Die Kindheit im Waisenhaus bei der heutigen Urania-Hauptwache prägte die kämpferische Natur von Regula Engel-Egli.

### **Albert Einstein und Mileva Marić**

Kennen Sie Albert Einsteins Relativitätstheorie? «Wenn man zwei Stunden lang mit einem Mädchen zusammensitzt, meint man, es wäre eine Minute. Sitzt man jedoch eine Minute auf einem heissen Ofen, meint man, es wären zwei Stunden. Das ist Relativität.»

Ja, der junge Albert sass gern mit Mädchen zusammen und am liebsten mit seiner Mitstudentin Mileva auf der grossen Terrasse vor dem Polytechnikum in Zürich. Doch die junge Frau wusste mit seinem Charme, mit dem er sonst überall punktete, überhaupt nichts anzufangen. Noch nie hatte ein Junge ihr den Hof gemacht. Wieso auch? Sie war mit einem verrenkten Hüftgelenk auf die Welt gekommen und hinkte. So werde sie nie heiraten können, meinten ihre Eltern. Deshalb wollten sie ihrer intelligenten Tochter die beste Ausbildung ermöglichen und schickten sie nach Zürich. So würde sie ihr Leben einst allein meistern können.

Im Jahr 1896 schrieb sich Mileva Marić aus Österreich-Ungarn am Polytechnikum ein, wie die ETH damals hiess, und begann Mathematik und Physik zu studieren. Sie war gerade 21 Jahre alt. Einer ihrer Mitstudenten, mit dem sie bald häufig zusammenarbeitete, war der 17-jährige Albert Einstein.

Anfänglich fand Albert die Kommilitonin mit den dunklen, ernsten Augen auch gar in sich gekehrt. Sie war überaus fleissig und zielstrebig, ganz anders als er, der ständig Flausen im Kopf hatte. Aber sie beeindruckte ihn. Er hatte noch keine Frau getroffen, die so viel wusste und konnte. Sie gefiel ihm je länger je besser. Er begann mit ihr zu scherzen, sie zu Spaziergängen einzuladen. Bis Mileva immer unruhiger wurde. Was stellte dieser Albert nur an mit ihr? Weshalb musste sie plötzlich so viel an ihn denken? Ohne es zu merken, hatte sie sich verliebt.

Wenn immer möglich, steckten Albert und Mileva nun zusammen. Waren sie getrennt, schrieb Albert ihr schwärmerische Briefe. «Liebes süssee Doxerl. Wie glücklich bin ich, dass ich in Dir eine ebenbürtige Kreatur gefunden habe, die gleich kräftig und selbständig ist wie ich selbst!» Ja, er respektierte sie auch als Wissenschaftlerin, das war Mileva wichtig. Das Glück währte ein paar Jahre, sie heirateten und hatten zwei Söhne. Dann zog Einstein weiter und heiratete seine Cousine. Er sei ein «typischer Einspänner», sagte er später. Auch die Cousine wurde nicht glücklich mit ihm.





Die Liebe ist keine exakte Wissenschaft – auch das lernten Albert und Mileva als Studierende am Polytechnikum.

### **Gottfried Keller und Lina Weissert**

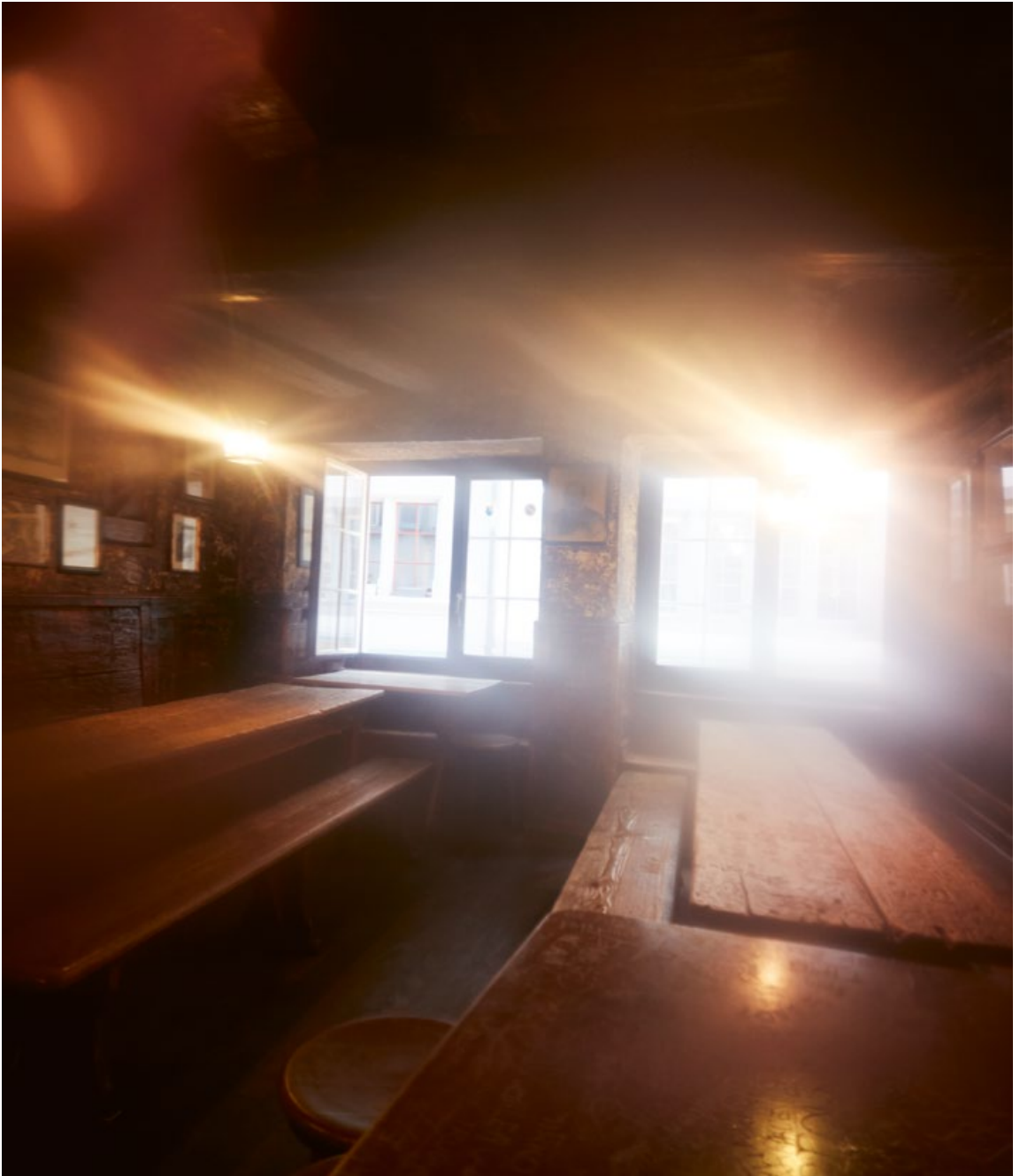
Der Schriftsteller Gottfried Keller hatte ein stadtbekanntes Bedürfnis nach Wein, welches er gern in verschiedenen Lokalen in Zürich stillte. Eines Tages fiel auf, dass er bevorzugt in der Bollerei an der Schifflände verkehrte. Der Rebensaft war ihm zwar dort nicht lieber als anderswo, aber die Serviertochter: Lina Weissert. Das freundliche Lächeln der Zweiundzwanzigjährigen verzauberte ihn dermassen, dass er sich zu kleinen Scherzen hinreissen liess, ja gar zu Komplimenten! Er, der kauzige Mann, der sonst Frauen gegenüber sein Herz nicht auf der Zunge trug. So erfolgreich er im Schreiben war, so erfolglos war er in Liebesdingen. Zudem war er über 30 Jahre älter als Lina. Durfte er sich da überhaupt Hoffnungen machen? Eines Tages, es war im Jahr 1872, fasste er sich doch ein Herz und steckte ihr ein Briefchen zu:

«Sie haben gestern Abend wahrscheinlich gemerkt, wo ich hinaus wollte mit meiner ungeschickten Ankündigung. Ohne viele Worte zu machen, will ich Sie daher jetzt fragen, ob Sie nicht zu viel Widerwillen haben, meine Frau zu werden? Wenn Sie mich nicht mögen, so wissen Sie es jetzt schon, und ich bitte Sie in diesem Fall, mir dieses Briefchen mit einem darüber oder darunter geschriebenen Nein heute Abend noch zurückzustellen, damit wir dann über die Sache lachen können, wenn ich zurückkomme ... Alle weitem bei solchen Anlässen üblichen Redensarten will ich jetzt unterlassen, einzig will ich Ihnen sagen, dass es mich sehr glücklich machen würde, für Sie sorgen und leben zu dürfen. Ihr Erg G K.»

Wen sollten diese Worte nicht rühren! Auch Lina brachte es nicht übers Herz, es bei einem darüber oder darunter geschriebenen Nein bewenden zu lassen:

«Genehmigen Sie vor allem meinen herzlichsten Dank», schrieb sie, «für Ihre überaus liebevolle Ansicht, die ebenso unerwartet, als unverhofft an mich gelangte... Allein Sie wissen ja wohl, dass in solchen Angelegenheiten nicht allein der Verstand, sondern hauptsächlich das Herz reden soll... Ich kann auf Ihren auch noch so edel-denkenden Antrag nicht eingehen... Ihre ergebene L. W.» Lina war im Begriff, sich mit einem anderen Mann zu verloben.

Irgendwann schickte sich Gottfried Keller in seine Ehelosigkeit: «Ich bin ein kleiner dicker Kerl, der abends 9 Uhr ins Wirtshaus und um Mitternacht zu Bette geht als alter Junggeselle.»



Im Liebesrausch rund um Lina wurde Gottfried sogar seiner Lieblingswirtschaft «Öpfelchammere» kurzfristig untreu.

### **Johann Heinrich Pestalozzi und Anna Schulthess**

«Mein Glück, meine Ruhe, die Zukunft, ich ganz, hänge von dieser Antwort ab. Eilen Sie, ich bitte Sie auf den Knien, zu antworten», schrieb Pestalozzi an Anna. Er musste unbedingt wissen, ob sie ihn liebte. Dabei hatte sie gerade erst ihren Verlobten zu Grabe getragen. «Sie sind zu ungestüm», schrieb Anna zurück, «geben Sie mir Zeit.»

Anna Schulthess war schön, gebildet und stammte aus einer wohlhabenden Zürcher Kaufmannsfamilie. Sie war 29, der stürmische Jüngling acht Jahre jünger. Er schrieb ihr weiter seitenlange Briefe über seine tiefsten Gefühle, Ängste, Hoffnungen, Ziele. Und sie verfehlten ihre Wirkung nicht. Langsam taute Anna auf, sie spürte Pestalozzis gutes Herz und bewunderte seine Leidenschaft, mit der er die Welt verbessern wollte. Doch nun stellten sich ihre Eltern quer. Ein Mann ohne Beruf, ohne Geld, ein Taugenichts von ungepflegtem, unansehnlichem Äusseren – das war keine gute Partie. Pestalozzi kriegte Hausverbot. Doch er kämpfte weiter. Er wollte sich zum Bauern ausbilden lassen, ein Landgut erwerben, eine Schule gründen. Er wollte Annas Eltern beweisen, dass er eine Familie ernähren konnte. Aber sie blieben hart.

Anna zerriss es manchmal fast zwischen Elternhaus und dem Geliebten. Sie musste sich entscheiden, wollten sie nicht beide wahnsinnig werden. «Mein teurer Freund, den ich gewiss nicht ohne die gütige Leitung der Vorsehung kennenlernen musste», schrieb sie ihm schliesslich, «den ich nicht anfang zu lieben, bis ich ganz von seiner Tugend, seinen Vorzügen, seinem edlen Herzen überzeugt war. Freund, Sie hielten jede Prüfung aus!» Zweieinhalb Jahre hatte Pestalozzi um Anna gekämpft und gelitten, endlich hatte er sie gewonnen.

Die Hochzeit fand am 30. September 1769 in der reformierten Kirche in Gebenstorf im Aargau statt. Eine solche Schmach war diese unstandesgemässe Verbindung für Annas Eltern, dass sie dem Paar verboten hatten, vor den Augen der Zürcher zu heiraten. Der Feier blieben sie fern. Doch schliesslich versöhnten sie sich mit ihrem Schicksal und mit ihrer Tochter und hiessen den Schwiegersohn willkommen.

Schwierig war der Anfang dieser Liebe, und einfach war das gemeinsame Leben der Eheleute auch später nicht. Das Band ihrer Liebe und gegenseitigen Achtung wurde manchmal arg gedehnt, aber reissen tat es nie.



Ein steiniger Weg, bis Heinrich Pestalozzi im Elternhaus seiner Liebsten am Rüdenplatz 4 ein- und ausgehen durfte.

### **Ulrich Zwingli und Anna Reinhart**

«Nichts ist köstlicher als die Liebe», schrieb Ulrich Zwingli. Und ihm sagt man noch heute Lustfeindlichkeit nach! Dabei liebte er die Frauen. So sehr, dass er – einer Vorgeschichte wegen – bei Amtsantritt am Zürcher Grossmünster am 1. Januar 1519 versprechen musste, Nonnen, Jungfrauen und verheiratete Frauen in Ruhe zu lassen. Er hielt Wort. Als sein Auge auf seine Nachbarin Anna Reinhart fiel, war sie längst Witwe. Aber eigentlich durfte ja auch diese Liebe nicht sein.

Die Zuneigung war bald gegenseitig. Anna war gerührt, wie sehr sich Zwingli um ihre Familie kümmerte und ihren aufgeweckten Ältesten in der Lateinschule förderte, wo er nur konnte. Als dann in Zürich die Pest ausbrach und auch Zwingli erkrankte, wollte sich Anna erkenntlich zeigen. Nächtelang sass sie am Bett ihres kranken Nachbarn, kühlte seine heisse Stirn und pflegte seine eitrigen Wunden, obwohl sie dadurch ihr eigenes Leben gefährdete. Zwingli wurde schwächer und schwächer. Da endlich, nach langem Ringen, hatte er die Krankheit besiegt. Und Anna war gesund geblieben. Das war ein Zeichen Gottes, da war sich der so wunderbar Genesene ganz sicher. Anna sollte seine Frau werden.

Doch erst musste der Zölibat abgeschafft werden. Zwingli sandte ein Schreiben an den Bischof und wies darauf hin, dass sexuelle Begierde zutiefst menschlich sei, ihr – und also der Natur – nachzugeben, könne den Priestern nicht als Sünde angelastet werden. Auch stehe nichts von einem Eheverbot in der Bibel. Doch der Bischof wollte nichts davon hören.

Längst wurde über die vielen Besuche des Leutpriesters bei seiner Nachbarin gemunkelt. Die Altgläubigen verschrien Zwingli als «unsauberen Gesellen», der einem braven Mann die Ehefrau geraubt habe. Seine Glaubensgenossen forderten ihn auf, zu seiner Beziehung zu stehen, denn der Verstoss gegen den Zölibat sei auch ein politischer Akt und eine klare Ansage an die Adresse des Bischofs. Zwingli musste handeln. Es drängte auch aus einem weiteren, bald sichtbaren Grund: Anna war schwanger. So traten Ulrich Zwingli und Anna Reinhart am 2. April 1524 im Grossmünster in aller Öffentlichkeit vor den Traualtar. «Wer wollte bestreiten, dass die Ehe das Allerheiligste ist?», schrieb Zwingli. Der Zölibat war gefallen.





An der Kirchgasse 13 kamen Anna und Huldrych als frisch Verheiratete nach dem Ringen um Leben und Liebe zur Ruhe.

### Thomas Mann – Franz Westermeier

Noch einmal war es ihm passiert! Er beehrte einen schönen jungen männlichen Körper ohne Interesse an dessen Geist. Und er kannte die Folgen: ein Überflutetwerden von Gefühlen, unstillbares Verlangen, Versteckspiel – geträumte, aber nicht gelebte Liebe.

Es war heiss in Zürich im Sommer 1950. Der 75-jährige Thomas Mann logierte mit seiner Tochter Erika im Grand Hotel Dolder. Da sah er ihn zum ersten Mal, den schneidigen jungen Kellner, der flink von Tisch zu Tisch eilte und elegant Teller und Tassen balancierte. «Berufsmässige Gewandtheit, Höflichkeit, Virtuosität der Bewegungen», schrieb Mann am selben Abend in sein Tagebuch, «während die diskrete, höfliche, von Münchner Dialekt gefärbte Stimme zu Herzen geht.»

Er sah den 19-jährigen Franz Westermeier nun fast täglich. Er plauderte mit ihm und versuchte dabei, ungezwungen zu wirken, flirtete mit ihm und bemühte sich, die Schmeicheleien mit Ironie zu entschärfen. Er suchte immer wieder scheinbar zufällige Begegnungen. Wenn Franz unauffindbar war, wurde er nervös. Sah er ihn vorbeieilen, ohne dass dieser ihn grüsste, fühlte sich Mann zurückgestossen wie ein abgewiesener Liebhaber. Er notierte: «Schmerz, Liebe, nervöse Erwartung, Träumereien, Leiden.» Rief der Kellner ihm beim nächsten Mal ein paar freundliche Worte zu, war alles wieder gut. Ja, er hatte sich noch einmal verliebt.

Erika war das Schmachten ihres Vaters nicht verborgen geblieben. Sie schalt ihn, den Jungen zu verschlingen mit seinen Blicken. Mann stritt alles ab und behauptete, er empfinde für ihn nichts anderes als für einen schönen Pudel, da sei nichts Sexuelles dabei. War es natürlich doch. Eine Affäre lag Mann trotzdem fern. Die Erfüllung machte seiner Meinung nach träge und satt, die Sehnsucht jedoch produktiv. Und so lebte er in der Fiktion aus, was er sich in der Realität nicht erlaubte. In seinem letzten Roman «Bekenntnisse des Hochstaplers Felix Krull» zeichnete er Franz in der Hauptfigur Felix Krull nach, der in einem Hotel die Lehre absolvierte und von einem Gast – einer älteren Schriftstellerin – heftig begehrt wurde. Ihr gestand Mann eine kurze, aber heftige Affäre mit dem Jungen zu. Zum Abschied liess er sie ihrem Liebesobjekt sagen: «Du wirst in meinen Versen und Romanen weiterleben.»



Unstillbare Sehnsucht als ewiger Antrieb: Auch mit 75 Jahren noch gab sich Thomas Mann im Dolder einer Schwärmerei hin.



HERZTÖNE

ACHT MUSIKALISCHE LIEBESERKLÄRUNGEN

HERZTÖNE / ACHT MUSIKALISCHE  
 LIEBESERKLÄRUNGEN  
 DABU FANTASTIC  
 DODO  
 FABER  
 PHENOMDEN  
 RAMZ FEAT. STEREO LUCHS  
 SKOR FEAT. EKR & TINGUELY  
 STEPHAN EICHER  
 ANDY F.

«MIN ORT»  
 «LEU VO ZÜRI»  
 «ZÜRI»  
 «WIEDIKE»  
 «BARKING (REMIX)»  
 «WILLKOMME IN ZÜRI»  
 «KREIS 5»  
 «ZÜRIDATE»







Diese Auswahl an Zürcher Songs wurde von der SRF Fachredaktion Musik exklusiv für die Züri-Reihe zusammengestellt.

Playlist: [zkb.ch/herztoene](https://zkb.ch/herztoene)

# Autoren, Fotografie, Illustrationen



## Hoffnung auf ein Zürcher Herz

**Text: Beat Glogger**

**Bilder: René Ruis**

Beat Glogger (1960) ist Mikrobiologe und Journalist. 14 Jahre lang war er beim Wissenschaftsmagazin MTW des Schweizer Fernsehens tätig und wechselte dann in die Selbstständigkeit. Er publiziert Sachbücher und Romane, leitet Gespräche sowie Veranstaltungen und unterrichtet seit Jahren Wissenschaftsjournalismus. Anfang 2018 hat er die Wissensplattform higgs.ch gegründet.

René Ruis (1971) arbeitet seit 1999 als freischaffender Fotograf. Er fotografiert Reportagen und Porträts für namhafte Publikationen. Besonders gilt sein Interesse Wissenschaftlern und Pionieren, daraus entstand die viel beachtete Publikation «Zürcher Pioniergeist». Aktuell arbeitet er an einem fotografischen Langzeitprojekt über das Verhältnis von Mensch und Nutztier.



## Zu Tisch bei Aphrodite

**Text: Ruth Johnson /**

**Carmen und Stephan Stalder**

**Illustrationen: Halpern & Halpern**

Ruth Johnson (1954) ist weit gereist, hat in verschiedenen Ländern rund um den Erdball gelebt und ihr kulinarisches Wissen vertieft. Zurück in Zürich, gründete sie ihr Cateringunternehmen Heaven-Sent. Sie ist auch als Autorin von Kochbüchern bekannt, in denen sie die Geheimnisse der aphrodisischen Küche lüftet.

Halpern & Halpern steht für die Schwestern Nora und Zuni Halpern. Sie leben und arbeiten in Zürich. Beide haben eine Grafikausbildung an Kunsthochschulen im In- und Ausland abgeschlossen.

Seit der Gründung von Halpern & Halpern 2014 illustrieren und entwerfen sie im Team.



## Ein Herz für andere

**Text: Deborah Bischof, open up**

**Bilder: Dominique Meienberg**

Deborah Bischof (1994) ist bei open up AG für Kommunikation und PR als Beraterin tätig. Die Agentur mit Sitz in Zürich unterstützt grosse Unternehmen, KMU, NPO und Einzelpersonen bei der journalistischen Aufbereitung von Inhalten, Unternehmenskommunikation und Markenpositionierung.

Dominique Meienberg (1960) ist seit 1994 selbstständiger Fotograf. Sein Arbeitsschwerpunkt liegt auf Porträts und Reportagen. Er lebt und arbeitet in Zürich.



## Unternehmer mit Herzblut

**Text: Stephan Lehmann-Maldonado**

**Bilder: Markus Bühler**

Stephan Lehmann-Maldonado (1973), Zürcher Seebueb, lebt an einem aargauischen Gewässer: der Reuss in Bremgarten. Seine erste «Zeitung» veröffentlichte er als Teenie. Noch während er Wirtschaft studierte, machte er sein Hobby, das Texten, zu seinem Beruf.

Markus Bühler (1969) aus Zürich arbeitet als Dokumentarfotograf in den Bereichen People, Landschaften und Reportagen. Seit 20 Jahren begleitet er mit seiner Kamera die Inuit in Nordgrönland. Er arbeitet für Agenturen, Konzerne und Magazine.



## Kurzgeschichte: Wünsche

**Text: Stefanie Sourlier**

Stefanie Sourlier (1979) studierte Germanistik, Filmwissenschaften und Allgemeine und Vergleichende Literatur. Sie lebt in Zürich und Berlin. Sie war Stipendiatin der Autorenwerkstatt Prosa des Literarischen Colloquiums Berlin und erhielt mehrere Literaturstipendien. Ihr Erzählband «Das weisse Meer» erschien 2011. Zurzeit schreibt sie an einem Roman.





## Tiere lieben

**Text: Peter Schneider**

**Illustrationen: Benjamin Hermann**

Peter Schneider (1957) studierte Philosophie, Germanistik und Psychologie. Er lebt in Zürich und arbeitet dort als Psychoanalytiker. Zudem lehrte er bereits an mehreren Universitäten, aktuell an der International Psychoanalytic University in Berlin. Er betätigt sich auch seit vielen Jahren als Satiriker und Kolumnist.

Benjamin Hermann (1991) lebt und arbeitet in Luzern. Seit dem Abschluss an der Hochschule Luzern ist er als selbstständiger Illustrator tätig. Er arbeitet vor allem in den Feldern Editorial Illustration und Plakatdesign.



## Zürcher Ohrenschmeichler

**Text: Othmar Köchle**

**Film-Stills: «Bäckerei Zürrer»**

«Bäckerei Zürrer», ein Film angesiedelt im Zürcher Langstrassenquartier, war der erste ganz nach eigenen Vorstellungen umgesetzte Film von Kurt Früh. Er gilt als Frühs bestes Werk und bildet den Höhepunkt des Schweizer Filmschaffens der späten Fünfzigerjahre.

Kurt Früh (1915–1979) prägte mehr als 30 Jahre das kulturelle Leben in der Schweiz als Autor, Theater-, Fernseh- und Filmregisseur. Mit seinen Spielfilmen wie «Bäckerei Zürrer» oder «Dällebach Kari» begeisterte er Kritik und Publikum. Als Lehrer beeinflusste er eine ganze Generation von Filmschaffenden.



## Meine Herzensangelegenheit

**Text: Zitate von Menschen in und um Zürich**  
**Illustrationen: Naomi Baldauf**

Was liegt den Menschen im Raum Zürich am Herzen? Wir haben sie online aufgerufen, ihre Herzensangelegenheit einzusenden. Acht Zitate wurden ausgewählt, illustriert und zum roten Faden dieses Buchs gesponnen.

Naomi Baldauf (1977) studierte in Zürich Visuelle Gestaltung und arbeitet seit 2003 als selbstständige Grafikdesignerin und Illustratorin. Sie ist Mitinhaberin des Papeterielabels «Le pigeon voyageur». Schon ihr Grossvater stand im gestalterischen Dienst der Zürcher Kantonalbank, für die er in den 60er- und 70er-Jahren Dekorationen für Anlässe und Bälle entwarf.



## Du, ich und der Stress

**Text: Susanne Wagner**

**Bilder: Franz Rindlisbacher**

**Illustration: Joël Roth**

Susanne Wagner (1969) ist freie Journalistin, Texterin und Buchautorin mit den Themenschwerpunkten Gesundheit, Bildung und Gesellschaft. Als selbstständige Autorin und Mitglied des Pressebüros Index schreibt sie für verschiedene Zeitungen und Zeitschriften wie «Beobachter» und «Handelszeitung» – am liebsten Reportagen, Porträts und Interviews.

Joël Roth (1991) ist Illustrator und kommt aus St. Gallen. Gelernt hat er Grafiker, was seinen Illustrationsstil plakativ und grafisch geprägt hat. Für seine Illustrationen kombiniert er analoges und digitales Arbeiten. Seine Werke sind unter anderem in Zeitschriften, Büchern, auf Websites und Werbemitteln zu sehen.

Franz Rindlisbacher ist freier Fotograf und lebt in Zürich.



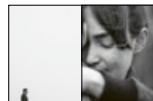
## Zürich zum Verlieben

**Text: Regula Sager**

**Bilder: Maurice Haas**

Regi Sager (1958) ist langjährige Moderatorin von Radio SRF1. Daneben moderiert sie private und öffentliche Anlässe, hat als Sängerin ihre eigene Band, «Regi Sager and Special Edition», ist aber auch Gast-sängerin in andern Formationen. Und sie macht verschiedene Stadtführungen für Zürich Tourismus.

Maurice Haas (1974) lebt und arbeitet in Zürich. Bekannt ist er durch seine Porträts und Reportagen, sei es, wenn er in der Serie «Spartacus» die Radsportlegende Fabian Cancellara begleitet oder im Projekt «Chios» die Realität von Flüchtlingen auf Schlepperbooten, die in der Ägäis stranden, einfängt.



## Liebe

**Bilder: Michael Lio**

Michael Lio (1977) wurde in Winterthur geboren. Seit dem Abschluss an der Zürcher Hochschule der Künste ist er freiberuflich als Fotograf tätig. Er dokumentiert Design, Architektur und Urban Landscape mittels präziser fotografischer Bildsprache.

## **Impressum**

Herausgeberin  
Zürcher Kantonalbank

Konzept & Redaktion  
Franziska Imhoff (Rosengold Kommunikation),  
Othmar Köchle, Jan Philipp Betz

Gestaltungskonzept, Layout, Satz  
hilda design matters, Zürich

Bildbearbeitung  
eyescream, Zürich

Druck  
FO-Fotorotar, Egg bei Zürich

Buchbindearbeiten  
Bubu, Mönchaltorf

Auflage 14000 Exemplare

© Zürcher Kantonalbank 2019











