

Das Kundenmagazin der Coop Rechtsschutz AG
Ausgabe 6

CO
RE

RAUSCH

**Kater: Warum uns der Tag
danach nicht abschreckt**

**Duftmarketing: Wie wir über
die Nase verführt werden**

**Lesegenuss: 5 Kolumnisten
über ihren persönlichen Kick**

IM RAUSCH DER JAHRHUNDERTE

Oft bildet die medizinische
Forschung den Anfang – und
Sucht das tragische Ende:
Das Verlangen nach Rausch
ist so alt wie die Menschheit.

Text: Matthias Mächler

Um 1700

Der Rausch wird in Europa geächtet. Russland verbietet den Konsum von Tabak und droht, Raucher öffentlich auszupeitschen und ihnen die Nase aufzuschlitzen.

Ca. 1000 v. Chr.

Psychoaktive Pilze werden in verschiedenen Kulturen für religiöse Räusche genutzt, insbesondere in Lateinamerika.

-10000

-5000

-1000

0

1000

1700

Ca. 10 000 v. Chr.

Schon in der Vorsteinzeit mischen Schamanen und Dorf-Alchimisten in verschiedenen Ecken der Welt Getreide, Obst und Kräuter zu berauschenden Getränken.

Ca. 2700 v. Chr.

Ein chinesisches Botanikbuch beschreibt die heilende Wirkung von Cannabis. Ähnliches wird auch in den Veden beschrieben, den Überlieferungen aus dem Hinduismus.

Ca. 7000 v. Chr.

In einem Dorf in China wird aus Honig und Wasser das erste Bier, eine Art Met, hergestellt.

Ca. 5000 v. Chr.

Im Nahen Osten bauen die ersten sesshaften Bauern Reben an. Aus dem Zagros-Gebirge im Iran stammt die älteste bekannte Kelteranlage.

Ca. 5000 v. Chr.

Weit verbreitet ist der Glaube an die heilende Rauschwirkung des Urins von Schamanen nach dem Konsum von halluzinogenem Fliegenpilz.

1167

Der erste Schnaps: Der italienische Magister Salernus destilliert Alkohol für medizinische Zwecke. Branntwein zum Trinken setzt sich erst im 15. Jahrhundert durch.

0

Die persische Stadt Schiraz gilt als Hochburg des Weins: Wichtige Entscheide werden nur berauscht gefällt (und im Nachhinein nüchtern bestätigt). Auch in Europa ist der exzessive Rausch normal: Dem Bier wird Bilsenkraut zugemischt, um die Wirkung zu verstärken.

1772

Der englische Chemiker Joseph Priestley stellt «Lachgas» (Distickstoffmonoxid) her.

1920

Prohibition: In den USA werden Herstellung, Transport und Verkauf von Alkohol per Verfassung verboten. Das Gesetz wird 1933 aufgehoben.

1989

Die Drogenkartelle in Kolumbien und Mexiko professionalisieren sich und beginnen einen langen, blutigen Krieg, der bis heute anhält.

Um 1880

Drogen werden zum gesellschaftlichen Problem. In New York verkaufen Süchtige Abfall («Junk»), um sich Drogen zu beschaffen; der Begriff des Junkies ist geboren.

1938

Der Schweizer Chemiker Albert Hofmann erfindet LSD (Lysergsäurediethylamid). Der US-Chemiker Alexander Shulgin experimentiert mit MDMA, das meist wichtigster Bestandteil von Ecstasy ist.

2008

Crystal Meth sorgt insbesondere in den USA für Schlagzeilen: Es gehört zu den am schnellsten zerstörenden Drogen überhaupt.

1879

Das 1860 erstmals aus dem Coca-Strauch gewonnene Alkaloid Kokain wird verwendet, um Morphinabhängigkeit zu behandeln.

1971

In der Hippiezeit ist das Ziel des Rauschs die Erweiterung des Bewusstseins: Halluzinogene Substanzen sind en vogue.

2016

In der Schweiz sinkt der Alkoholkonsum auf den tiefsten Stand seit dem Zweiten Weltkrieg: Es werden 54,9 Liter Bier pro Kopf konsumiert, 33,8 Liter Wein und 3,6 Liter Spirituosen.

1893

Der japanische Chemiker Nagayoshi Nagai synthetisiert Metamphetamin (Meth) in flüssiger Form.

1939

Im Zweiten Weltkrieg gilt Meth («Fliegermarzipan») als Allzweckmittel gegen Angstgefühle. Auch Reichskanzler Adolf Hitler bekommt regelmässig Metamphetamin gespritzt.

1986

Der Platzspitz in Zürich wird zum internationalen Treffpunkt von Süchtigen. Bis zu 3000 Konsumenten decken sich hier täglich mit Drogen ein. 1992 wird er geschlossen.

1903

Coca-Cola verabschiedet sich von Kokain-Zusätzen und ändert das Rezept (wie viele andere Nahrungsmittelproduzenten auch).

1897

Am 21. August entsteht in einem Labor der Firma Bayer die berühmteste Droge der Welt: Heroin. Der Name leitet sich von «heroisch» ab, weil das Medikament so toll gegen Husten und Schmerzen hilft.

1978

Das Buch «Wir Kinder vom Bahnhof Zoo» über das Leben der heroinsüchtigen, 13-jährigen Christiane F. schockiert die Gesellschaft. Auch andere Drogen wie Kokain, Crack, Ecstasy (MDMA) und Speed kommen in Mode.

2017

Uruguay legalisiert als erstes Land Cannabis. Seit 2018 erlauben 9 der 50 US-Bundesstaaten den Konsum von Cannabis.

2017

Nur in Barcelona wird in Europa noch mehr Kokain konsumiert als in Zürich. Auch St. Gallen, Genf, Bern und Basel sind in den Top 10. Nach Heroin und Crystal Meth gilt Kokain als drittgefährlichste Droge.

EDITORIAL

Liebe Leserin, lieber Leser

Ich bin sicher, Sie erinnern sich an Ihren ersten Rausch – und vor allem an den Tag danach: Er ist die Hölle. Und doch passiert es den meisten von uns, dass wir mal über die Stränge schlagen und den Kater in Kauf nehmen. Doch warum tun wir uns das an? Der Biologe Mario Ludwig meint: weil es Spass macht. Und er wartet mit einer Reihe von Beispielen auf – aus dem Tierreich (ab Seite 4)!

Wenn wir von der Coop Rechtsschutz mit den Folgen von Rauschzuständen konfrontiert werden, geht es allerdings selten um den Kater danach, sondern um Delikte, von denen Fahren im angetrunkenen Zustand das Paradebeispiel ist. In unserer Geschichte ab Seite 28 befassen wir uns allerdings mit einem Rausch ganz anderer Art: der Sucht nach Online-Shopping.

Wir haben uns in diesem CORE mit allen Facetten des Rausches beschäftigt: Autor Max Küng findet seinen im Rennvelofahren (Seite 10), seine Kollegin Nicole Althaus im Duft eines Babyköpfchens (34) und Apnoetaucher Peter Colat in der Jagd nach Rekorden (18), für Susanne Kaloff war ihre Zeit der Abstinenz eine berauschende Erfahrung (24), während sich Schriftsteller Thomas Meyer allmählich von seiner Sucht befreit: immer und überall online zu sein (38).

Ich wünsche Ihnen – im harmlosen Sinne – eine berauschende Lektüre!

Daniel Siegrist
CEO Coop Rechtsschutz AG



Impressum

Herausgeber: Coop Rechtsschutz AG, Projektleitung: Petra Huser, Sibylle Lanz, Ioannis Martinis, Coop Rechtsschutz AG, Redaktion: Matthias Mächler, www.diemagaziner.ch, Optik/Realisation: Baldinger & Baldinger AG, Aarau, Produktion: Christoph Zurfluh, www.diemagaziner.ch, Druck und Versand: Die Medienmacher, Schwabe AG, MuttENZ, Auflage: D 5000 / F 2000 Exemplare, Erscheint: einmal jährlich, Bestellungen: Coop Rechtsschutz AG, Entfelderstrasse 2, Postfach 2502, CH-5001 Aarau, petra.huser@cooprecht.ch. In dieser Publikation vermittelte Informationen über Dienstleistungen und Produkte stellen kein Angebot im rechtlichen Sinne dar.

INHALT



Why? Seite 4

Warum berauschen sich selbst Tiere? Biologe Mario Ludwig fragt sich das manchmal auch.

Der beste Rausch Seite 10

Vom Hobbykoch zum Sucht-Radler: So fand Autor Max Küng höheres Glück im Rennvelosattel.

Der Nase nach Seite 12

Widerstand zwecklos: Wie wir vom Geruchssinn verführt werden.



Dschungelfieber Seite 16

Ayahuasca: Unsere Kolumnistin sagt easy Nein zur Hippiedroge.



Atemlos Seite 18

Niemand hält die Luft länger an als Apnoetaucher Peter Colat. Wetten?

Safari der niederen Instinkte Seite 22

Klatsch sei der Partykönig aller Informationsformen, sagt Michèle Binswanger.

Cheers und tschüss Seite 24

Nichts zu trinken, sei (anfangs) berauschend, sagt Susanne Kaloff.

Die Shoppingfalle Seite 28

Wenn Online-Shopping zur Sucht wird: ein Fall für die Coop Rechtsschutz AG.

Berauschesdes Bündel Seite 34

Säuglingsduft macht süchtig, schreibt Nicole Althaus. Für immer!

Dies & Das Seite 36

Weshalb es uns bei der Arbeit nie langweilig wird: ein paar Beispiele.

Ich bin süchtig... Seite 38

... und das ist nicht lustig, sagt Schriftsteller Thomas Meyer. Und verabschiedet sich vom Internet.

Ein Gefühl wie Fliegen

Seite 40

Das berauscht unser Team.



3

Facts & Figures Seite 46

Die Zahlen der Coop Rechtsschutz AG sind berauschend – auch beim Kaffeekonsum ...

10 Fragen an...

Alex Price Seite 48

Der Schweizer Top-Dance-DJ.

WHY?

**Wir suchen den Rausch
und akzeptieren dafür
den Kater. Warum?**

**Weil es Spass macht, sagt
der Biologe Mario Ludwig.
Jedenfalls sei das im
Tierreich so.**

Text: Michèle Roten

Bilder: Elisa Reznicek

Der Mensch ist ein hochkomplexes Lebewesen mit einem riesigen Gehirn, einem hochentwickelten Geist, Neurosen, Hypotheken, Personalgesprächen und Patchwork-Familien – irgendwie verständlich, dass da der Rausch trotz unangenehmen Nebenwirkungen immer wieder gesucht wird: als Auszeit von der Realität. Das ist die (küchentisch-)psychologische Erklärung auf die Frage, warum der Mensch bewusstseinsverändernde Substanzen zu sich nimmt.

Neurologisch gesehen, mögen wir es, die Menge von Neurotransmittern in unserem Gehirn zu manipulieren. Durch Alkohol verändern wir die Wirkung der Neurotransmitter GABA und Glutamat und werden dadurch entspannt und enthemmt. Ecstasy erhöht die Ausschüttung des Neurotransmitters Serotonin: Gefühle werden stärker und klarer wahrgenommen. Kokain und Speed sorgen für einen Dopamin-Tsunami im limbischen System; das Belohnungszentrum brummt.

Durch die Beobachtung von Rauschmittel konsumierenden Tieren steuert der Karlsruher Biologe Dr. Mario Ludwig allerdings noch eine sehr simple andere Antwort bei: Wahrscheinlich konsumieren Lebewesen bewusstseinsverändernde Substanzen, weil es ganz einfach Spass macht.



Herr Dr. Ludwig, warum berauschen sich Tiere?

Aus unterschiedlichen Gründen. Einige Tiere machen das ganz gezielt. Igel zum Beispiel trinken Bierfallen leer. Das kennen Sie vielleicht: Zur Bekämpfung von Nacktschnecken stellt man einen Joghurtbecher voll Bier in den Garten, die Schnecken werden angelockt, fallen in das Bier und ertrinken. Die Igel haben die mit Bier vollgesogenen Schnecken als Delikatesse für sich entdeckt. Allerdings ist das in etwa, wie wenn wir eine 10-Kilo-Schnapspraline essen würden. Die Igel sind danach ziemlich besoffen.

Und was macht so ein besoffener Igel?

Der zieht sich irgendwo im Garten zurück, und dann wird's eben gefährlich für ihn: Oft vergessen sie im Suff, sich zu ihrem Schutz zusammenzurollen und werden leicht zur Beute.

Geht es den Igeln nicht eher um die Schnecken als um den Alkohol, sprich den Rausch?

Nein, denn nachdem sie die Schnecken gegessen haben, trinken sie

danach betrunken randalieren, wollten vielleicht tatsächlich einfach Früchte essen.

Müsste nicht ein Lerneffekt einsetzen? Dass der Elch merkt – Moment, letztes Mal ging es mir nicht so gut, das lass ich lieber?

Offensichtlich nicht bei allen Tieren. Bei einigen aber kann man diesen Effekt beobachten. Der Seidenschwanz ist ein kleiner Vogel, der im Winter von Sibirien nach Mitteleuropa fliegt. Einmal kamen die Seidenschwänze in grosser Menge nach Wien und stiessen erstmals in ihrem Leben auf vergorenes Obst. Sie waren danach furchtbar betrunken, knallten in Massen gegen Fensterscheiben und konnten überhaupt nicht damit umgehen. Als sie im nächsten Winter wieder kamen, liessen sie entweder ihre Schnäbel davon oder flogen zumindest nicht betrunken.

Evolutionsbiologisch hat das aber wenige Vorteile, nicht?

Nein, aber auch bei Tieren muss nicht alles einen evolutionsbiologischen Vorteil haben.

Ein Nachteil könnte sich allerdings fatal auswirken: Berauschte Tiere sind leichtere Beute.

Ja, aber schauen Sie mal bei uns Menschen: Wir trinken Alkohol, benehmen uns unmöglich, haben am nächsten Tag einen dicken Kopf und machen es trotzdem immer wieder.

Man denkt halt immer, bei Tieren geht es nur um Überleben und Fortpflanzen.

Die neuere Forschung hat gezeigt, dass es durchaus auch Spass

und Lust gibt bei Tieren. Bonobos zum Beispiel – sie gehören zu den Menschenaffen – haben auch Sex, bei dem es nicht um Fortpflanzung geht.

Wie sieht es denn mit der Wechselwirkung zwischen menschlichen Rauschmitteln und tierischem Zugang aus, abgesehen von der Bierfalle? Wenn ich zum Beispiel einen Haufen Heroin im Garten rumliegen lasse, was passiert da?

(Lacht.) Das kann ich leider nicht beantworten; die Drogenforschung bei Tieren steckt noch in den Kinderschuhen. Aber Kängurus zum Beispiel berauschen sich ganz gezielt an Mohnkapseln, die springen sogar über Zäune, um an die Pflanzen zu kommen.

Und was machen Kängurus, wenn sie high sind?

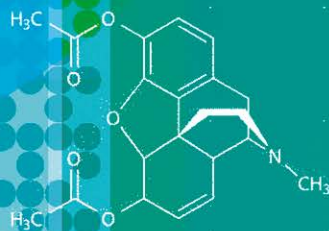
Sie springen wie wild im Kreis herum.

Gibt es auch bei Tieren Sucht?

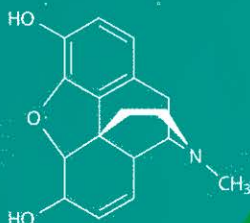
Ja. Auf der russischen Halbinsel Kamtschatka merkten Bären, dass sie sich berauschen können, wenn sie am Kerosin schnüffeln, das die Wildhüter für ihre Hubschrauber brauchen. Es entwickelte sich tatsächlich eine Drogenabhängigkeit: Die Bären rannten den Hubschraubern hinterher, um an die paar Tropfen zu gelangen, die aus dem Motor spritzten. Das sahen die Russen natürlich nicht gern, der Bär ist immerhin ihr Wappentier. Sie schlossen das Kerosin weg, die Tiere kamen auf kalten Entzug und fanden das gar nicht lustig. Mittlerweile sind sie aber wieder clean.

Ein Rausch, wie wenn wir eine 10-Kilo-Schnapspraline essen würden.

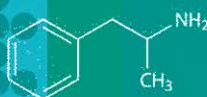
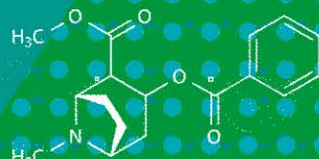
ja auch noch das restliche Bier leer. Die suchen das schon ganz gezielt. Bei anderen Tieren ist es schwieriger zu sagen. Elche zum Beispiel, die vergorene Früchte essen und



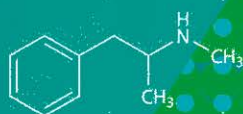
Heroin



Morphine



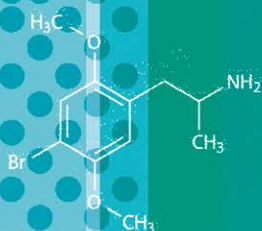
Amphetamine



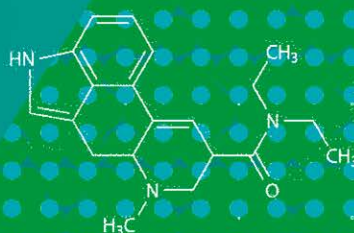
Methamphetamine



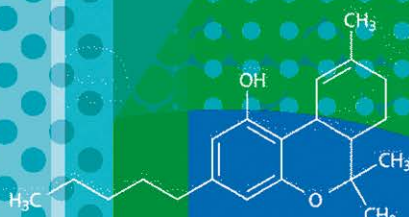
Ecs



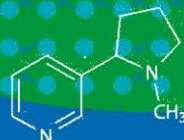
DOB



LSD



Tetrahydrocannabinol



Nicotine

DIE GUTEN SEITEN DER GEFÄHRLICHEN DROGEN

Fast alle der heute illegalen Drogen wurden als Medikamenten lanciert: Von Kokain gegen Depressionen und Konzentrationsschwierigkeiten bis Heroin gegen Keuchhusten. Die Ergebnisse waren phänomenal – bis auf die Nebenwirkung der Abhängigkeit. Nach einer prohibitiven Phase wendet man sich heute langsam wieder dem Nutzen der Substanzen zu: Die Wirkung von THC, dem berauschenden Bestandteil der Cannabispflanze, wird bei Zwangsstörungen wie Tourette oder Spastik bei MS-Patienten untersucht und als rezeptpflichtiges Medikament eingesetzt. Die Partydroge Ketamin zeigte gute Ergebnisse als stimmungsaufhellendes Antidepressivum vor allem bei therapieresistenten Patienten – und das sozusagen als Notfallmittel, weil die Wirkung sofort eintritt. Auch psychoaktive Substanzen erleben eine Renaissance in der Medizin: MDMA und LSD werden wieder vermehrt als «Öffnungsmittel» in der Psychotherapie erprobt.



Setzt seinen Kater auch mal unter Drogen:
Biologe Dr. Mario Ludwig.

Können Tiere ihren Konsum dosieren?

Ja, durchaus. Bei Schimpansen, die dem Palmwein frönten, hat man gesehen, dass jene, die sehr viel tranken, sich am nächsten Tag zurückhielten. Aber es gibt auch grosse Unterschiede, was die Mengen angeht, die die Tiere so vertragen. Man hat erst unlängst herausgefunden, dass Singvögel, also Amsel, Drossel, Fink und Star, unglaublich trinkfest sind. Wenn die so gross und so schwer wären wie ein Mensch, könnten sie alle acht Minuten eine Flasche Wein trinken, ohne betrunken zu werden.

Singvögel sind unglaublich trinkfest. Wären sie Menschen, könnten sie alle acht Minuten eine Flasche Wein trinken.

Na dann Prost! Wie kommt's?

Sie haben eine 14-fach höhere Konzentration von Alkoholdehydrogenase als der Mensch – also viel mehr von jenem Enzym, das für den Alkoholabbau verantwortlich ist.

Hat das Berauschen bei Tieren auch soziale Aspekte wie bei Menschen?

Nein, in den meisten Fällen sind das Einzelgänger-Aktionen. Aber es gibt Ausnahmen. Eine tolle Geschichte ist die der Delphine im Channel of

Mozambique. Man hat dort beobachtet, wie sie Kugelfische... nun ja, kiffen. Kugelfische haben ein sehr starkes Nervengift in sich; wenn wir einen essen würden, wären wir sofort tot. Delphine haben herausgefunden, dass der Fisch, wenn sie ganz, ganz vorsichtig auf ihm herumkauen, nur so viel von dem Gift abgibt, dass sie berauscht werden. Dann lassen sie sich an die Oberflä-

Die Junggesellen unter den Delphinen sind echte Kiffer.

che treiben und betrachten bekifft ihr Spiegelbild. Es gibt einen schönen Film von der BBC, den sollten Sie sich unbedingt mal anschauen. Was besonders interessant ist: Das machen nicht alle, sondern nur die männlichen Delphine und da nur die sogenannten Junggesellen. Die geben den Kugelfisch von Schnauze zu Schnauze weiter wie einen Joint.

Haben Sie Haustiere?

Ja, ich habe zwei Katzen.

Kriegen die Katzenminze?

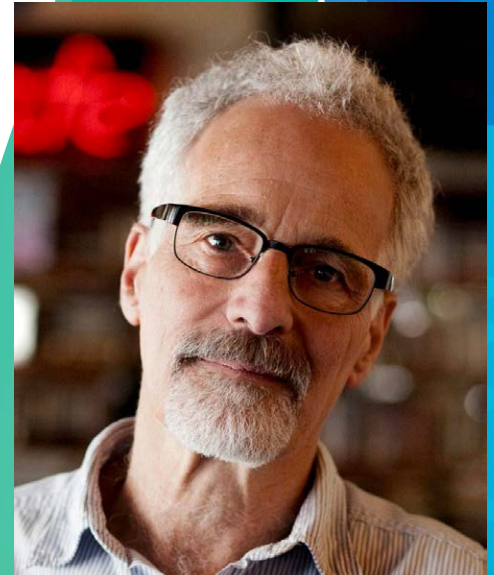
(Lacht.) Ja, den Kater setze ich durchaus ab und zu unter Drogen.

Warum nur den Kater?

Bei ihr funktioniert es nicht. Katzenminze hat nur bei etwa 30 Prozent der Katzen diesen euphorisierenden Effekt, das ist genetisch bedingt.

Und verabreichen Sie die Katzenminze zum Spass oder für die Wissenschaft?

Ich gönne ihm das, wenn er mich mal drei Tage in Folge nicht genervt hat am Morgen. Dann kriegt er seinen Stoff, dreht völlig durch, sabbert rum, wälzt sich, gibt gurrende Laute von sich und ist einfach sehr, sehr glücklich. Eine schöne und harmlose Droge.



DER MENSCH, DER RAUSCH UND DAS WARUM

Man kommt dem Verständnis des Rausches kaum je näher als in der Person von Marc Lewis (Bild): Der Neurowissenschaftler und Professor für Entwicklungspsychologie war lange Jahre drogenabhängig und hat über seine Erfahrungen in dieser Zeit zwei Bücher geschrieben. In «Memoirs of an Addicted Brain» (2011) beschreibt er nicht nur, wie sich die verschiedenen Substanzen anfühlen, sondern erklärt auch – für Laien verständlich – deren Wirkung auf das Gehirn. Mit seinem letzten Buch, «The Biology of Desire: Why Addiction is Not a Disease» (2015), hat er für Wirbel gesorgt, weil er darin argumentiert, dass Sucht keine Krankheit ist, sondern eine erlernte – und damit auch wieder verlernbare – Gewohnheit.

DER BESTE RAUSCH



Max Küng dachte lange, kochen beschere
ihm die grösste Freude. Bis er aufs Velo stieg –
und höheres Glück erfuhr.

Herausfinden, was man gut kann, und herausfinden, was man nicht gut kann. Das eine dann konsequent verfolgen, das andere dann nicht weniger konsequent vermeiden. Ja, darum geht es wohl im Groben, wenn man ein glückliches Leben führen möchte. Und: Ein gutes Hobby sollte man sich noch zulegen, als Ausgleich.

Mein ideales Hobby fand ich bald: Das Kochen, dort konnte ich meine Hände gebrauchen und Werkzeuge fern des Computers, an dem ich meinen Berufsalltag verbringe. Was für eine Freude, ein wahrer Flow: Nudelteig kneten, Poulets entbeinen, Eier aufschlagen, mit dem Schwingbessen hantieren, dem Messer jonglieren, dem Fleischklopper trommeln. Es dampfte. Es brodelte. Es zischte. Und dann konnte man das alles auch noch essen! Und ja, meistens schmeckte es sehr, sehr gut. Ich war glücklich mit meiner Freizeitbeschäftigung, es gab bloss ein kleines Problem: Ich wurde immer dicker. Also musste ich mir noch ein Hobby suchen, eines, welches den Folgen des ersten Hobbys entgegenwirkte. So kaufte ich mir ein Rennvelo, zwängte mich in eines dieser engen Leibchen – und fuhr los.

Es sollte bloss ein Mittel zum Zweck sein, um ein paar Pfunde zu verlieren, doch es war Liebe auf den ersten Tritt. Vielleicht hatte es mit der Erinnerung zu tun, denn das Velo war in der Kindheit das

erste Fluchtvehikel, das einem aus der Enge des Dorfes verhalf (bis es vom Töffli abgelöst wurde). Auf jeden Fall war ich baff, wie viel Spass das Rennvelofahren machte, wie schnell man die Stadt hinter sich lassen konnte. Und vollkommen ist das Glück, wenn man einen hohen Berg anvisiert, sich Kurve um Kurve in die Höhe schraubt, nicht nur die Baumgrenze hinter sich lässt, sondern einen grossen Teil der Welt und des Trotts, bald durch eine wie eine Mondlandschaft karge und steinige Szenerie kurbelt, bis man oben auf dem Pass ankommt, ein

Dann kommst du auf dem Pass an, ein bisschen balla-balla.

bisschen balla-balla, weil stundenlang niedergegart im eigenen Endorphin-Sud, dann dahin blickt, wo man her gekommen ist, ins Tal, das einem irre weit weg erscheint, ja, dann fühl ich mich ziemlich high.

Man lehnt das Velo ans Passschild, knipst das obligate Erinnerungsfoto, zieht die Windjacke an, isst die mitgebrachte Banane, schiesst schliesslich auf der anderen Seite des Berges wieder hinab durch Kurven, die sich niemals gleichen, den warmen Wind im Gesicht, kommt zurück in die bewaldete Zone, saugt den Duft von wilden Beeren und betörendem Harz der Nadelbäume ein, und so langsam kehrt man dorthin zurück, wo man

losgefahren war, viele Stunden zuvor. Abends dann, zuhause, wenn man mit surrenden Beinen und geschlossenen Lidern im Bett liegt, das einem so weich vorkommt wie kaum je zuvor, und sich fragt, was man eigentlich die ganze Zeit über im Sattel gedacht und studiert hat (nicht viel), wenn man getränkt ist von den Eindrücken des Tages, da glüht das Erlebte nach – und beim Einschlafen trägt man ein Grinsen im Gesicht, das man mit in seine Träume nimmt, und das manchmal bis zum nächsten Morgen anhält.

Früher hätte ich laut gelacht, hätte mir jemand gesagt, dass mich Sport dereinst interessieren könnte, egal um welchen es sich handelte. Aber die Dinge ändern sich – glücklicherweise. Heute kann ich sagen, dass ich das allerbeste aller allerbesten Hobbys gefunden habe. Ja, das Rennvelofahren und diese damit mit allen Sinnen erlebte Freiheit: Es bietet den grossartigsten Rausch, den ich mir vorstellen kann.



Kultautor Max Küng schreibt Bücher (zuletzt: «Wenn Du Dein Haus verlässt, beginnt das Unglück») und seit 20 Jahren eine Kolumne in «Das Magazin».

12

DER NASE NACH

Text: Michael Furger,
Christof Gertsch

Kein Sinn löst direkter Gefühle aus als der Geruchssinn. Das macht uns anfällig. Denn wir werden immer gezielter mit Düften berauscht, die Einfluss auf unser Kaufverhalten haben.

Dies ist die Geschichte der womöglich grössten Verführung überhaupt. Einer Verführung, die so subtil und doch so stark ist, dass es kein Entrinnen gibt. Es geht um unseren feinsten Sinn: den Geruchssinn.

Wenn es um Gerüche und Düfte geht, geht es um Gefühle. Das ist das Geheimnis dieser Verführung. Denn die Riechschleimhaut unserer Nase ist im Unterschied zu jedem anderen Sinnesorgan direkt mit der Grosshirnrinde verbunden.

Den universalen Superduft gibt es so wenig wie den universalen Gestank.

Geruchswahrnehmungen gehen ohne Umweg ins limbische System und in den Hippocampus. Das sind jene Teile des Gehirns, die für Emotionen, Triebe, Erinnerungen zuständig sind.

«Bei Gerüchen spielt der Verstand keine Rolle», sagt Hanns Hatt. Er ist Professor für Zellbiologie und erforscht an der Universität Bochum den Geruchssinn. «Das Gehirn erkennt jeden Geruch, den es abgespeichert hat. Wird er aufgerufen, wird auch die dazugehörige Stimmung wiederholt.»

Die erste Begegnung mit einem Geruch ist entscheidend. Warum mögen viele Menschen den Duft

des Meeres? Oder von frisch gebackenem Brot? Von gemähtem Gras? Weil viele Menschen damit schöne Erinnerungen verknüpfen: Ferien am Meer, den Sonntagmorgen zu Hause, unbeschwerte Sommerabende. Vanille ist nicht umsonst das populärste Aroma, die Muttermilch duftet leicht danach. Entsprechend werden Liebe und Geborgenheit damit verbunden.

Und wie immer, wenn es um Gefühle geht, kann man viel Geld verdienen. Allein mit Parfums werden jedes Jahr global rund 40 Milliarden Dollar umgesetzt. Auch ein Grossteil der Konsumgüter enthält Duftstoffe, vom Abwaschmittel bis zur Zahnpasta. Flugzeuge und Autos werden beduftet, Hotellobbys und Bankfilialen. Wir werden pausenlos über unsere Nase verführt.

Weil aber Düfte bei jedem Menschen mit unterschiedlichen Gefühlen verknüpft sind, gibt es keinen universalen Superduft und auch keinen universalen Gestank. «Nicht einmal der Geruch von Verwesung wird auf der ganzen Welt als unerträglich wahrgenommen», sagt Hanns Hatt. Einen Duft zu lieben oder abzulehnen, wird quasi gelernt.

Gerüche, und das tönt wie Magie, sind keine real existierenden, sondern vom Gehirn fabrizierte «Fakten». Ein Duftstoff ist ein Molekül, leicht genug, dass es durch die Luft schweben, in die Nase dringen und dort auf einen der

350 Riechrezeptoren treffen kann. Kommt ein Phenylethylalkohol-Molekül mit dem entsprechenden Rezeptor in Kontakt, sendet dieser ein elektrisches Signal ans Gehirn, und wir riechen Rosen. Anders ge-

Der richtige Duft steigert den Absatz bis zu 8 Prozent.

sagt: Eine Rose duftet erst, wenn jemand an ihr riecht.

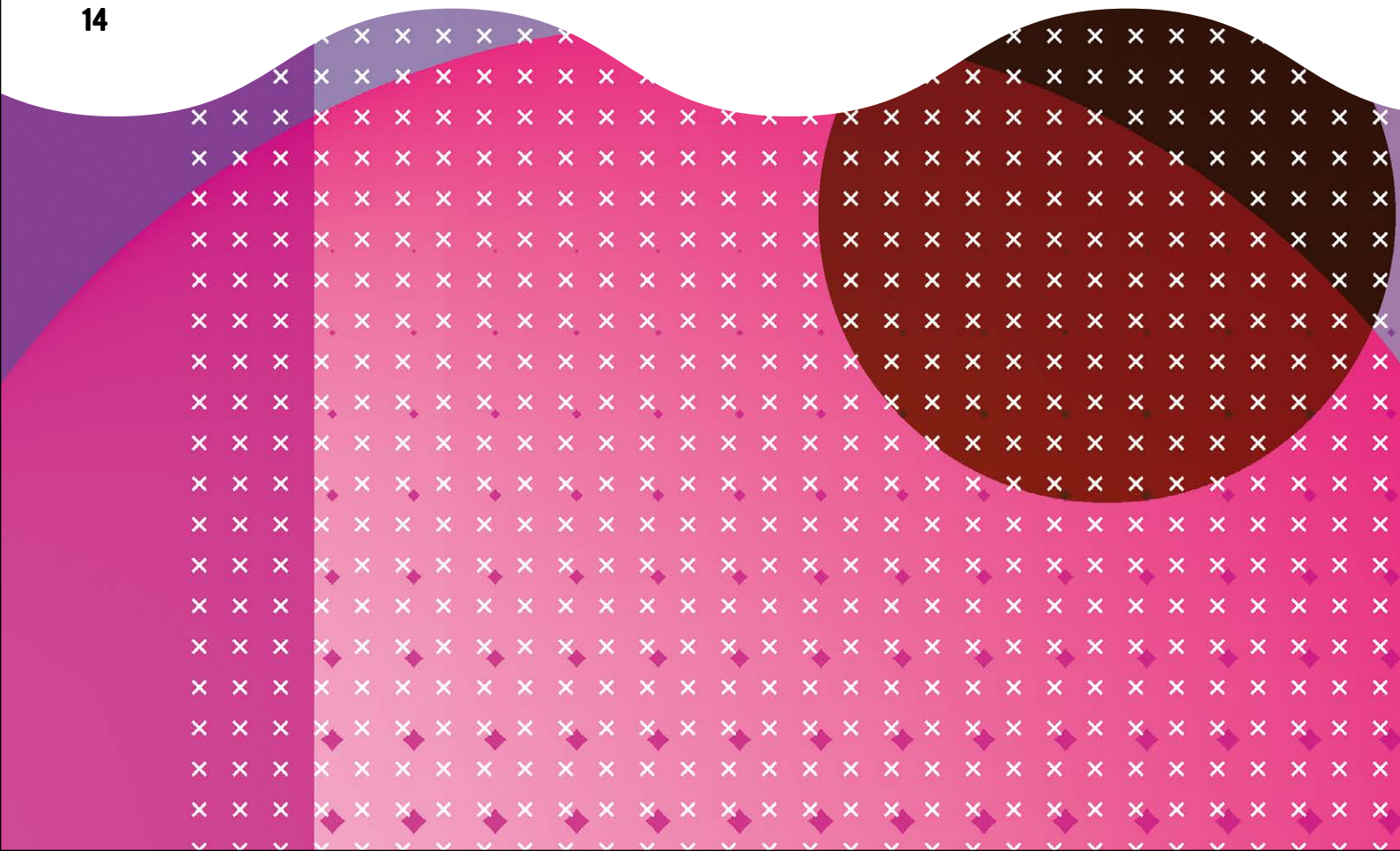
Eine milliarden schwere Industrie baut also auf ein paar elektrischen Impulsen in unserem Kopf auf? Ist

es so einfach? Genügt ein clever eingesetzter Duft – und schon werden wir zu Marketing-Sklaven? Wissenschaftler sind sich einig, dass Duftmarketing funktioniert. Denn Kaufentscheidungen beruhen auf Emotionen. Aber Andreas Herrmann, Marketingprofessor an der Universität St. Gallen, sagt auch: «Duftmarketing wird eine Nische bleiben.» Einerseits, weil wir ob der Omnipräsenz visueller

Reize nicht an den Umgang mit olfaktorischen Reizen gewöhnt seien. Andererseits, weil olfaktorische Reize schwieriger einzusetzen seien als visuelle. «Man kann sie nicht so leicht eingrenzen.»

Die Marketing-Branche wartet also noch immer auf den Durchbruch des Duftmarketings. Erstaunlich, denn eine grossangelegte Studie kam 2009 zum Ergebnis, dass der Einsatz des richtigen Duftes zu einer Absatzsteigerung von drei bis acht Prozent führen könne. Manche Firmen treibt wohl die Angst um, sich den Vorwurf der Manipulation einzuhandeln. Andere fürchten die Kosten.

Und dann gibt es die, die nichts falsch machen wollen. Denn Duftmarketing ist immer auch eine Gratwanderung. Ein zu penetranter Geruch oder einer, den man nicht mit dem Produkt verbindet, kann irritierende Effekte haben und sich



negativ auswirken. Ein Business-Hotel, dessen Kundschaft mehrheitlich männlich ist, sollte nicht riechen wie ein Wellness-Hotel – selbst wenn beide Düfte als angenehm empfunden werden.

Trotz aller Zurückhaltung: Es gibt kaum eine Branche, die nicht mit Düften experimentiert. Fitnesszentren und Zahnarztpraxen arbeiten mit Stoffen, die Schweiß- oder Angstschweißgeruch neutralisieren. Möbelhäuser mit solchen, die dem Gefühl von Enge und Dunkelheit entgegenwirken. Kleiderläden für Junge mit solchen, die Alte fernhalten. Und Autohäuser mit solchen, die nach frischem Leder riechen. Konzerne wie Singapore

Airlines oder Samsung, aber auch Hotelketten und Banken arbeiten mit «Corporate Smells», mit Konzerndüften. Das Ziel? Wiedererkennung. Wo immer auf der Welt die Kundschaft ein Flugzeug, eine Lobby, einen Laden betritt, soll sie sich ein bisschen daheim fühlen.

Es gibt nur einen Bereich, in dem der Einsatz von Düften ein No-Go ist: Lebensmittel. Das gilt für die Gastronomie ebenso wie für Orte, wo Lebensmittel verkauft werden. Ausser dort, wo Gerüche neutralisiert werden sollen, etwa an der Fischtheke im Supermarkt. Und dort, wo von

selbst Düfte entstehen – und erst noch verlockende: in der Backwarenabteilung. Wo der Grundriss der Filiale es zulässt, positioniert man die Bäckereien beim Eingang. Damit nicht nur das Auge etwas zum

«Corporate Smells» geben der Kundschaft das Gefühl, zu Hause zu sein.

Sehen, sondern auch die Nase etwas zum Riechen hat. Denn viel mehr noch als über den Magen geht Liebe über die Nase.

MILLIONEN DUFTEXPLOSIONEN

Frisch gewaschene Kleidung muss duften, wir empfinden sie nur dann als sauber. Doch wie bekommt man einen stabilen Duft in ein Produkt? Mit winzigen Kapseln, die den Waschprozess überleben, an der Wäsche kleben bleiben und bei Reibung platzen – einige beim Wäscheaufhängen, andere beim Bügeln, der Rest, wenn die Bluse oder das Shirt getragen wird und sich auf dem Körper bewegt. Der Duft frischer Wäsche ist also nichts Anderes als Millionen von kleinen Duftexplosionen am eigenen Körper.

DSCHUNGEL- FIEBER



**Ayahuasca ist die Droge der Stunde.
Barbara Klingbacher ist ihr vor 25 Jahren
im südamerikanischen Regenwald
begegnet – und war mässig berauscht.**

Kürzlich, als ein Freund fragte, ob ich an einer Ayahuasca-Zeremonie teilnehmen wolle, fiel mir alles wieder ein: die Schlange, schwarzweiss und furchterregend gross. Der Schrumpfkopf eines Feindes. Der Geruch von Dschungelgrün. Männer mit Macheten. Und die Aggregatzustände von Zeit, die platzregengleich sein konnten oder zähflüssig wie Tropfen aus Kautschuk. Damals, als ich Ayahuasca nahm, habe ich Dinge gesehen und gehört, gerochen und gefühlt, von denen ich zuvor nicht einmal geträumt hatte.

Es war im Jahr 1993 in einem Dorf ohne Namen. Die ungeduldige Nacht des Äquators war über den ecuadorianischen Regenwald gefallen wie ein schwarzes Tuch. Meine Freundin und ich sassen in einer Hütte auf dem Boden, Kerzen

Es war auf eine angenehme Art enttäuschend.

zeichneten zuckende Wesen an die Bretterwand. Alejandro, der Häuptling und Schamane des Dorfes, leerte ein Gebräu aus Lianen in Blechtassen, sein Sohn spielte auf der Maultrommel einen Rhythmus, endlos und sirrend wie ein Synthesizer. Ich schaute zu meiner Freundin, nickte und nahm einen Schluck. Ayahuasca schmeckt bitter wie der Tod. Dann begannen wir zu warten. Alejandro gehörte zum Volk der Shuar-Indianer. Wir

waren ihm auf einem Markt begegnet, er hatte uns eingeladen, seine Heimat zu besuchen. Wenn man von Quito einen Tag mit dem Bus fährt und dann noch einen, erreicht man einen Ort namens Sucua. Dort nahmen wir das Sammeltaxi, stiegen irgendwo aus, überquerten einen Fluss, wanderten einen Pfad hoch, wateten durch einen Bach und standen schliesslich vor ein paar Hütten auf Stelzen. Zerzauste Kinder spielten im Morast, Frauen kehrten mit Maniok aus dem Regenwald zurück, und wir reihten uns für ein paar Tage in ein Leben ein, von dem wir nichts verstanden.

Einmal starrten alle stundenlang in den Topf über dem Feuer und warteten, bis das Wasser zu kochen begann. Einmal flüchteten alle panisch aus der Hütte; ich sah die Schlange im letzten Moment. Einmal gab mir Alejandro eine Kokosnuss, und plötzlich erkannte ich Nase und Ohren: ein Schrumpfkopf, von den Ahnen geerbt. Einmal

standen Fremde vor der Hütte und schwangen Macheten, es ging um uns, doch den Grund erfuhren wir nicht. Einmal verkündete Alejandro, wir würden Ayahuasca trinken, wir wussten nicht, was das war und ob wir das wollten. Alles schien surreal, bedeutsam und sinnlos wie in einem Traum.

Auch Alejandro träumte, und er träumte im Konjunktiv: Von Besuchern, die das Dorf vor dem

Aussterben retteten. Hier, sagte er und zeichnete Grundrisse auf ein Stück Papier, hier wäre das Restaurant, und dort würden sie schlafen. Er überlegte, wer die Betten machen und wer kochen könnte, er selber wäre «jefe de todo», der Chef von allem. Alejandro dachte, dass sich viele Menschen für sein Volk interessieren würden. Nie dachte er an Touristen, die einzig wegen Ayahuasca kämen.

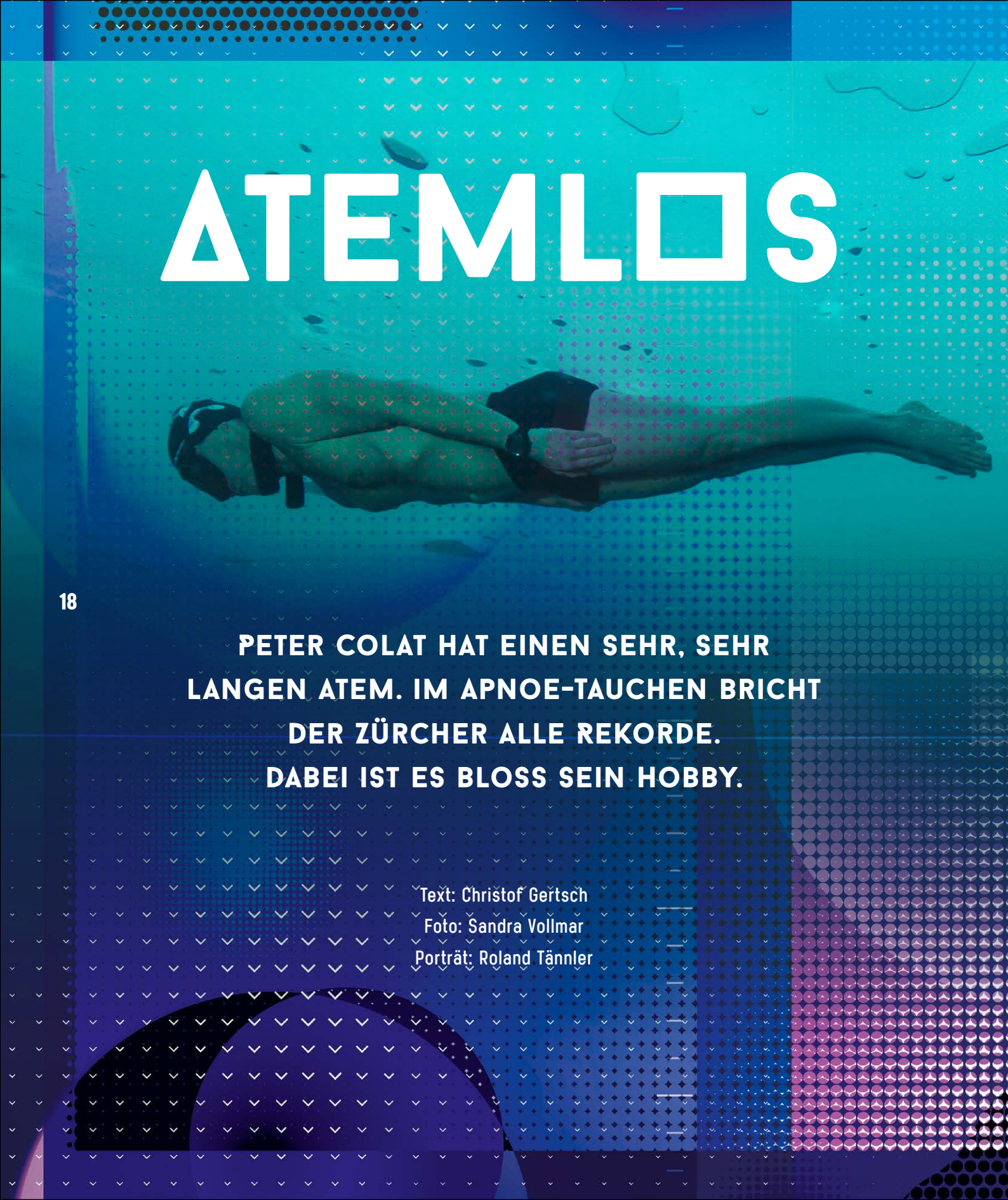
25 Jahre später strömen solche Touristen in die unzähligen Ayahuasca-Retreats von Peru und Ecuador und machen sich auf Yogamatten auf «spirituelle Reisen». Eines davon liegt in der Nähe von Sucua. Ob es das Dorf ohne Namen ist, erkenne ich auf der Website nicht, doch ich sehe den «Jefe de todo». Es ist nicht Alejandro, sondern ein Amerikaner namens Ken.

Damals, als ich Ayahuasca nahm, habe ich Schlangen gesehen, Grün gerochen und die Zeit neu gefühlt. Doch das passierte, bevor ich den Becher austrank. Danach wurde mir ein wenig schlecht, und ich konnte ein bisschen fliegen; es war auf eine angenehme Art enttäuschend, als wäre das Leben bewusstseins-erweiternder als jede Droge. Als der Freund also kürzlich fragte, ob ich an einer dieser lebensverändernden Ayahuasca-Zeremonie teilnehmen wolle, in einer Wohnung in Zürich, sagte ich danke, aber nein danke. Nichts liegt mir ferner.

Barbara Klingbacher ist Trägerin des Zürcher Journalistenpreises 2018 und Redaktorin beim «NZZ Folio», www.nzzfolio.ch.



ATEMLOS



18

**PETER COLAT HAT EINEN SEHR, SEHR
LANGEN ATEM. IM APNOE-TAUCHEN BRICHT
DER ZÜRCHER ALLE REKORDE.
DABEI IST ES BLOSS SEIN HOBBY.**

Text: Christof Gertsch

Foto: Sandra Vollmar

Porträt: Roland Tännler

Atmten Sie, bevor Sie diesen Text zu lesen beginnen, ein paar Mal ruhig durch. Dann holen Sie tief Luft. Und jetzt halten Sie die Luft so lange wie möglich an – und lesen weiter. Sie werden nicht glauben, wie viel beharrlicher Peter Colat ist in dem, was Sie gerade versuchen.

Peter Colat, 47 Jahre alt, ist Bau- und Projektleiter in Zürich und hat ein ziemlich verrücktes Arbeitspensum: Wenn er ausnahmsweise eine Stunde nicht auf sein Handy schaut, muss er nachher zehn unbeantworteten Anrufen nachgehen. Aber er hat auch noch ein ziemlich verrücktes Hobby, und in dem ist er ziemlich verrückt gut. Peter Colat taucht ohne Sauerstoffmaske länger, weiter und tiefer als die allermeisten Menschen auf der Welt. Er könnte diesen Text von vorne bis hinten lesen, ohne ein einziges Mal zu atmen. Sein Rekord im Luftanhalten liegt bei 8:06 Minuten – und sogar bei 21:33 Minuten, wenn er zuvor reinen Sauerstoff in die Lunge pumpt.

Haben Sie bereits Luft geholt?

Der typische Freitaucher (auch: Apnoetaucher) stammt aus Frankreich, Italien oder Griechenland, ein braungebrannter Typ mit einer Ausstrahlung irgendwo zwischen Surflehrer, Draufgänger und Herzensbrecher. Tauchen ist für ihn nicht einfach ein Beruf, sondern Ausdruck eines Lebensgefühls. Stellen Sie es sich so vor: Sie erwachen morgens in ihrer Finca, schlüpfen in die Badehose oder ins Badekleid, spazieren durch den Pinienwald ans Wasser, begeben sich zu den Klippen, springen ins

kristallklare Meer – und bleiben einfach unten. Im Licht der frühen Sonne tanzen Sie mit den Fischen, als gehörten Sie zu ihnen. So kann Freitauchen sein: ein Leben in Freiheit, eine wahrgewordene Sehnsucht. Aber für Peter Colat, den Binnenländer, besteht der Reiz in etwas ganz anderem.

Colat hat zu tauchen begonnen, als er als Jugendlicher in den Sommerferien feststellte, dass er es ohne das geringste Training besser draufhat als all seine Kollegen. An dieser Grundmotivation hat sich bis heute wenig geändert. Colat taucht nicht wegen des Rausches, von dem andere Freitaucher schwärmen, und auch nicht wegen der unendlichen Stille oder der unbeschreiblichen Schönheit unter Wasser. Er taucht wegen der Rekorde.

Welcher Rekord, ist erst einmal egal. Sich an der St. Galler Ferienmesse oder an der Gewerbeausstellung in Ebikon in ein fast klaustrophobisch enges Becken zu begeben und dann 8:06 oder sogar 21:33 Minuten lang unter Wasser auszuharren – das hat mit der romantischen Vorstellung von Freitauchen ja eher wenig gemein. Colat tat es, weil er es konnte, wie eine Zirkusattraktion.

«War vor allem Kopfsache», sagt er trocken. Und ein wenig stolz. Zuerst versetzte er sich in Gedanken auf eine Insel und stellte sich vor, wie er mit seiner Partnerin und

seiner Tochter dem Strand entlangspaziert. Als die Zeit so weit vorangeschritten war, dass der schöne Traum den schmerzenden Atemreiz nicht mehr zu verdrängen vermochte, sagte sich Colat: «Wenn ich den Rekord schaffen will, aber jetzt abbreche, muss ich morgen von Neuem ran.» Das half.

Falls Sie bis hierhin durchgehalten haben: erstaunlich!

Der 21:33-Minuten-Versuch gereichte Peter Colat zu seinem ersten Eintrag ins «Guinness-Buch der Rekorde». Das war 2011. Seither kamen viele weitere hinzu. Es gibt

Peter Colat taucht nicht für den Rausch, sondern nach Rekorden.

im Freitauchen alle möglichen Disziplinen, mit denen man sich Einzigartigkeit verschaffen kann. Aber nur wenige sind von der internationalen Vereinigung der Freitaucher anerkannt. Es sind die, in denen Hobbytaucher mit einem Vollzeitberuf wie Colat kaum eine Chance haben. Sie suchen sich andere. Colat zum Beispiel hat das Tauchen unter einer dicken Eisschicht für sich entdeckt, eine Nische, in der sich fast ausschliesslich harte Kerle aus Nordeuropa tummeln. Einer davon ist Stig Severinsen, ein Däne, der in einer Fachsendung des «Discovery Channel» einst als «The Ultimate Superhuman» bezeichnet wurde, als Supermensch. Colat ging die öffentliche Überhö-



«Gefährlich ist das nur, wenn
man seine Grenzen nicht kennt»
Freitaucher Peter Colat.

hung seines Kontrahenten schon lange auf den Wecker. Vergangenen Herbst entschied er, dessen Eisrekord anzugreifen. «Ich wollte zeigen, dass man kein Profitaucher sein muss, um eine solche Leistung zu vollbringen.»

Während vier Monaten quälte sich Colat dreimal pro Woche in der Mittagspause in die Limmat und gewöhnte sich zwischen Meetings, Baustellenbesichtigungen und Deadlines an die Kälte. Im Januar war er bereit. Mit einer kleinen Crew reiste er an den Weissensee in Österreich, sägte alle 25 bis 30 Meter ein

Zwischendurch taucht er auch mal nur so zum Spass.

Loch ins Eis und schwamm los. In zwei Tagen erledigte er drei Disziplinen. Er fand, wenn er schon den ganzen Aufwand betreibe, könne er sich auch gleich mehrmals ins «Guinness-Buch der Rekorde» eintragen lassen:

- 155,4 Meter mit Anzug und Flossen (Severinsens Rekord lag bei 152,4 Meter).
- 110,2 Meter mit Anzug, aber ohne Flossen.
- 80 Meter ohne Anzug und ohne Flossen, bloss er, die Schwimmbrille und die Badehose, die Wassertemperatur betrug zwei Grad, der Tauchgang dauerte etwa zwei Minuten.

Die Crux beim Eistauchen: Wer sich bewegt, hält sich warm – aber

verbraucht auch Sauerstoff. Die grösste Herausforderung für Colat bestand also darin, dass die Gleitphasen zwischen den Tauchzügen nicht zu kurz geraten durften. Für den Fall, dass er ohnmächtig werden oder es nicht bis zum nächsten Loch schaffen sollte, liess er sich von Tauchern mit Sauerstoffmasken und Unterwasser-Scootern begleiten.

Sie halten noch immer die Luft an? Sind Sie sicher, dass Sie nicht Peter Colat heissen?

Seit zwanzig Jahren taucht Peter Colat wettkampfmässig, Landesmeisterschaften, Weltmeisterschaften, irgendwas ist immer. Er ist einer der Oldies der Szene, was auch darum bemerkenswert ist, weil es beim Freitauchen immer mal wieder zu Unfällen kommt aus Unachtsamkeit oder Übermut, auch zu Todesfällen.

Auch Peter Colat ist schon einmal gestorben, jedenfalls wenn es nach dem Internet geht. Wer ihn googelt, erhält als erstes die Info «gestorben» – auch heute noch. Der Grund: Im Training zu einem Weltrekordversuch von Colat kam vor sieben Jahren einer seiner Kollegen ums Leben. Ein Boulevardmedium brachte bei der Nachrichtenverarbeitung einige zentrale Dinge durcheinander, darunter den Namen des Verunglückten – und plötzlich war überall vom Hinschied Colats zu lesen.

Der Tod seines Kollegen hat ihn lange beschäftigt, zumal ihn viele Leute gefragt haben, warum er einem so offensichtlich gefährlichen

Hobby nachgehe. Seine Antwort: «Gefährlich ist es nur, wenn man seine Grenzen nicht kennt.» Die meisten Unglücke beim Freitauchen geschehen denn auch in einer Disziplin, von der sich Colat fernhält. Sie heisst «No Limits»: Man taucht einem Seil entlang so weit wie möglich in die Tiefe, und wenn man unten angelangt ist, lässt man sich von einem an einem Hebesack befestigten Schlitten wieder nach oben ziehen. Der Weltrekord liegt bei 214 Metern.

Dort unten ist es bestimmt unvorstellbar schön, aber man ist mutterseelenallein, auch ein Taucher mit Sauerstoffmaske kommt da nicht hin. Hat eine der zum Aufstieg notwendigen Gerätschaften einen Defekt, ist es aus; die Luft im Körper reicht nicht, um es aus eigener Kraft zurück an die Wasseroberfläche zu schaffen.

Sie haben noch immer kein einziges Mal Luft geholt? Entweder betrügen Sie – oder Sie sollten sich schleunigst um einen Rekordversuch bemühen.

Im Übrigen, sagt Peter Colat noch, tauche er schon auch zum Spass. So träumt er von einer Reise auf die Bahamas, wo sich das grösste Blue Hole der Welt befindet, ein auffallend dunkles, blaues Loch am Rande eines Riffs, ein im wahrsten Sinn atemberaubendes Höhlensystem unter Wasser. Und kürzlich, als er in Ägypten Urlaub machte, sei er sogar mit Delfinen getaucht. «Das war mega.»

«Wissen Sie», sagt Peter Colat, «ich ging dann einfach etwas tiefer als

die anderen. Wenn ich mir überlege, dass ich der einzige war, der nicht nur mit, sondern sogar unter den Delfinen geschwommen ist, dann ist das schon ein sehr cooles Feeling. Zu wissen, dass nur ich das kann, dass alle anderen das nicht erlebt haben – dann finde ich es grad noch besser.»

Falls Sie das lesen, Peter Colat – Sie dürfen jetzt wieder atmen.

ATEMBERAUBEND

Peter Colat hält insgesamt vier Weltrekorde im «Guinness Buch der Rekorde»:

- **24 Stunden** Streckentauchen im Team
- Streckentauchen unter Eis mit Flosse: **155,4 m**
- Streckentauchen unter Eis ohne Flosse: **110,2 m**
- Streckentauchen unter Eis ohne Flosse und ohne Anzug: **80 m**

Bereits 2011 holte er den Weltrekord im Luftanhalten: **21:33 Minuten** blieb er unter Wasser und überbot den alten Rekord eines Brasilianers damit um 1:12 Minuten.

Colat ist 17-facher Schweizermeister in verschiedenen Tauch-Disziplinen.

Infos: freediving.ch

SAFARI DER NIEDEREN INSTINKTE



Klatsch sei der Partykönig aller Informationsformen, sagt Michèle Binswanger. Und genau deshalb ihre «Feierabend-Droge».



Eltern warnen ihre Kinder vor allen möglichen Drogen. Heroin und Kokain natürlich, auch der Umgang mit Partydrogen will gelernt sein, ganz zu schweigen von allem, was sich an legalen Suchtmitteln rumtreibt. Zum Glück gibt es auch andere Drogen, die fast genauso Spass machen – und fast genauso gefährlich sein können. Zum Beispiel: Klatsch.

Klatsch gilt zwar nicht als Droge, aber das Ansehen dieser speziellen Art von Information ist ähnlich zweifelhaft. Nicht, dass sich jemand seinem Reiz verschliessen könnte. Brad hat Probleme mit seiner Ex Angelina – und geht deshalb nur noch heimliche Beziehungen ein. Lindsay ist mal wieder abgestürzt – und wohl hoffnungslos verloren. Und wussten Sie, dass Demi heroinabhängig war? Jedenfalls hat sie eine Überdosis erwischt. Irrelevant für den Lauf der Welt, aber immer interessant. Klatsch ist der Partykönig aller Informationsformen, aber genau wie Partykönige hat er den Hang, aus dem Ruder zu laufen, sich sinnlos zu besaufen und herumzukrakeelen. Kein Wunder, ist der Ruf von Klatsch ruiniert.

Vordergründig leuchtet dieses negative Ansehen ein. Klatschportale verdienen Geld damit, Frauen, die etwas erreicht haben, mit dem Mikroskop nach Fehlern abzusuchen. Im Zweifelsfall reichen auch Unregelmässigkeiten. Mal verrutscht ein Bikini, oder eine Schönheitsoperation geht schief, es wird darüber berichtet, wer einen dicken Hintern hat und

wer ein schlimmes Kleid trug. Jeder Nervenzusammenbruch, jeder öffentliche Kontrollverlust wird aufgezeichnet und verkauft, um damit Geld zu verdienen. Das ist übel. Aber es zu konsumieren leider geil.

Klatsch ist die dunkle, ursprüngliche Form der Kommunikation.

Andere gönnen sich nach einem stressigen Arbeitstag ein Glas Wein oder einen Joint. Klatsch, diese Safari durch die niederen Instinkte, hat auf mich eine ähnliche Wirkung. Der Alltag und die Probleme dieser Welt rücken in weite Ferne, wenn man sich an den Missgeschicken jener laben kann, die von dieser Welt ohnehin entrückt erscheinen. So sehr ich das Geschäftsmodell dieser Art von Journalismus ablehne, ich konsumiere ihn trotzdem. Wer Drogen nimmt, der fragt selten nach den Produktionsbedingungen seines Stoffes.

Davon abgesehen hat der Klatsch an sich seinen schlechten Ruf keineswegs verdient. Als «Gerede über andere Leute» verschrien, ist er eigentlich nichts anderes, als die dunkle, ursprüngliche Form der Kommunikation. Es gibt Theorien, dass Klatsch evolutionär wesentlich dazu beigetragen hat, dass sich das menschliche Gehirn so

erstaunlich entwickelte. Der tägliche Austausch von Informationen, der immer auch strategische Zwecke hat, dazu dient, Beziehungen zu festigen oder sich zu positionieren, hat die Sprache gefördert und ist die Grundlage für das Funktionieren grösserer Netzwerke. Kein

Wunder, sind wir ihm so zugetan.

Klatsch heitert einen an, man fühlt sich beim Klatschen von sich selbst entlassen – aber gewisse Vorsicht ist angezeigt. Man sollte ihn nie zu ernst nehmen, aber auch nicht ignorieren.

Wer wissen will, was sich in einer Gemeinschaft oder in einer grösseren Gesellschaft abspielt, kommt um Klatsch nicht herum. Klatsch-Connaissure verstehen es, Klatsch zu geniessen, durch die Ausschmückungen hindurch einen Blick auf den Kern der Dinge zu sehen. Klatsch ist die Geschichte hinter der Geschichte, er erzählt, wer mit wem und warum, er ist der Blick durchs Schlüsselloch. Wir sind alle Voyeure genug, um den Reiz dahinter zu verstehen.



Michèle Binswanger ist Journalistin («Tages-Anzeiger»), Autorin («Fremdgehen – Ein Handbuch für Frauen») und Gesellschafts-Bloggerin.

HANGOVERS SUCK CHEERS UND TSCHÜSS

**Nüchtern am Weihnachtsessen?
Susanne Kaloff hat es ausprobiert.
Und niemand hat es bemerkt.**

Text: Susanne Kaloff
Interview: Matthias Mächler
Porträt: Hanna Schumi

Am Morgen nach der alljährlichen Weihnachtsfeier bekomme ich eine Mail von einem Kollegen. Sie lautet: «Na, wieder nüchtern?» Dahinter ein Zwinkersmiley. Im ersten Moment denke ich, Mensch, wie aufmerksam von ihm, er nimmt Anteil an meinem Selbstversuch, er meint das sicher ironisch. Aber ich hatte ihm doch überhaupt nicht davon erzählt, oder? Dann checke ich es: Es ist eine Floskel, was man halt so dahinsagt nach einer Party. Es hat nichts mit mir zu tun. Er hat nicht bemerkt, dass ich nicht getrunken habe und folglich auch nicht

war. Weder meinen Freundinnen, mit denen ich Fotos mit Zylinder und lustigen Brillen in der Foto-box machte, noch meinen Kollegen, denen ich zuprostete. Die Menschen sind auf grossen Feiern die meiste Zeit so beschäftigt mit sich selbst, dass es nur wenige Augenblicke im Laufe eines Abends gibt, die brenzlich wären, was die Frage nach dem Trinken angeht. Keiner kontrolliert ja deinen Atem, man kann theoretisch auch ein Glas Bitter Lemon in der Hand halten und frech behaupten, es sei Wodka Lemon.

Man kann theoretisch auch ein Glas Bitter Lemon in der Hand halten.

wieder nüchtern werden musste. Niemand hat es bemerkt. Ausser vielleicht die eine Kollegin, die fragte, ob Glühwein in meinem Becher sei, und ich «nee, Apfelpunsch» erwiderte.

Keiner verfolgt dich ja den ganzen Abend und schaut, wann und ob du von Apfelpunsch zu Calvados wechselst oder ob du in deinem Sprudel eventuell einen Schuss Weisswein hast. Es interessiert keinen – und das ist die richtige gute Nachricht. Niemandem ist aufgefallen, dass ich verändert

Es hat auch niemand realisiert, dass ich nüchtern getanzt habe und dabei nicht so richtig locker war. Nur der Barmann wirkte verunsichert durch meine mehrfache Bestellung: «Ein Wasser mit dem Saft einer Zitrone, bitte.» Er fand auch nichts zum Auspressen, der Mörser für Mojito war nicht auffindbar, aber dann sagte er «Moment», verschwand in der Küche und kehrte ganz stolz mit einer Gabel in der erhobenen Hand zurück und quetschte damit den letzten Tropfen aus der Zitrone für mich aus.

GESCHEIT UND LOCKER

Die Hamburger Lifestyle-Journalistin Susanne Kaloff wagte das Experiment: ein Jahr lang keinen Alkohol. Daraus entstand das Buch «Nüchtern betrachtet war's betrunken nicht so berauschend». Darin moralisiert sie nicht, sondern beschreibt ebenso witzig wie klug, wie sie in einer besonders durstigen Szene zur (meistens) überzeugten Abstinenzlerin wird.



Ich hätte in meinen High Heels vor Glück und Gangsicherheit ein Rad schlagen können.

Eine Woche zuvor war ich auch auf einer Weihnachtsfeier eingeladen, ein Dinner in einem Restaurant. Mir gegenüber am Ende des Tisches platzierte man eine Vegetarierin, ich hatte das Gefühl, wir zwei bildeten eine Randgruppe. Ich trank Cola, die anderen alle Wein. Wirklich alle, es waren bestimmt achtzig Mitarbeiter. Aber das ist ja normal, es ist ja eine Weihnachtsfeier, der Abend im Jahr, auf den sich alle freuen, der eine Abend im Jahr, an dem alles möglich ist, an dem die Assistentin mit dem Chef rumknutscht, und alle irgendwann auf den Tischen tanzen.

Auf der Toilette hörte ich Frauenlachen, es war das andere Lachen, jenes, das erst nach 22 Uhr zu hören ist. Es war spitz, hysterisch, eins, das nicht aus dem Bauch kommt, sondern aus der Kehle, das ganz weit oben sitzt. Ich erinnere mich haarscharf, wie es ist, wenn man an solchen Abenden überdreht aufs Klo geht und aufpassen muss, dass sich das Kleid nicht hinten in der Strumpfhose verfängt und man versehentlich mit blan-

kem Hintern zurückkehrt. Oder wie man vor dem Spiegel steht neben den anderen Frauen, Mascara und Blicke schon so ein bisschen verwischt sind und man sich dennoch einbildet, wunderschön zu sein. Jede Frau denkt nach ein paar Gläsern Alkohol, sie sei schöner als zuvor. Und dann verlässt man die Toiletten mit so viel Schwung, dass man die Kurve beinahe nicht kriegt.

An diesem Abend passierte mir das nicht. Ich wusch mir die Hände, und keiner bemerkte mich, eine der Frauen lachte mich im Spiegel an. Man wird unsichtbar, wenn man aufhört mitzumachen. Mir ist immer noch nicht ganz klar, ob ich oder die anderen in einer Blase sind. Ich lief zurück zu meinem Platz, aufrecht und gerade wie ein Offizier, und hätte in meinen High Heels vor Glück und Gangsicherheit ein Rad schlagen können.

Wenig später sagte ich tschüss, alle anderen cheers, und die Vegetarierin freute sich, dass ich sie mit meinem Auto, das direkt vor der Tür parkte, noch nach Hause fuhr.

Aus: «Nüchtern betrachtet war's betrunken nicht so berauschend» von Susanne Kaloff, © S. Fischer Verlag GmbH, Frankfurt am Main

«ANFANGS IST ES BERAUSCHEND, NICHTS ZU TRINKEN»

Susanne Kaloff, wann ist es nüchtern am schlimmsten?

Alleine nüchtern zu sein, ist kein Problem. Aber nüchtern unter Betrunkenen ist es mühsam. Weil man ihre Geschichten, ihre Witze, die Pointen einfach nicht mehr versteht. Selbst dann nicht, wenn sie dreizehn Mal wiederholt werden.

Was tun Sie, um an einer Party trotzdem Spass zu haben?

Regel Nummer eins: Ich mache mich vom Acker, bevor alle hackenstramm sind. Bis zu diesem Zeitpunkt habe ich allerdings ein Mantra, das mir hilft, mit Freude bei mir zu bleiben und gleichzeitig durchaus in der Lage zu sein, mit einem Mineralwasser in der Hand auf dem Tisch zu tanzen: I do me. You do you.

Ihr Trick, um (zu) betrunkene Mitmenschen trotzdem gern zu behalten?

Liebe. Mehr Liebe. Noch mehr Liebe.
Und: Mich selbst dringend an Punkt 2 erinnern.

Was antworten Sie jemandem, der das Leben nüchtern unerträglich findet?

Nichts. Eine Feststellung braucht ja keine Antwort. Und auch nicht meinen Senf, den ich unaufgefordert dazugebe. Solange mich nicht jemand aktiv etwas zum Thema Nichttrinken fragt, lächle ich in der Regel penetrant. Ansonsten mein Tipp: Alle Dinge im Leben, die man nüchtern nicht im Kopf aushält, sollte man mal gründlich überdenken.

Womit/woran berauschen Sie sich im Alltag?

Anfangs ist es berauschend, nichts zu trinken, dieses Nüchternsein, die Klarheit, die Schärfe können durchaus high machen. Das lässt jedoch nach ein paar Monaten nach, weil es, nun ja, normal wird. So wie es sonst normal war, mitzutrinken. Ich habe aber immer noch Kompensationen zur Hand wie stundenlang auf Instagram zu versacken, Schokolade zu inhalieren oder mich durch die obsessive Online-Recherche von Vintage-Designerklamotten ordentlich auszuknocken.

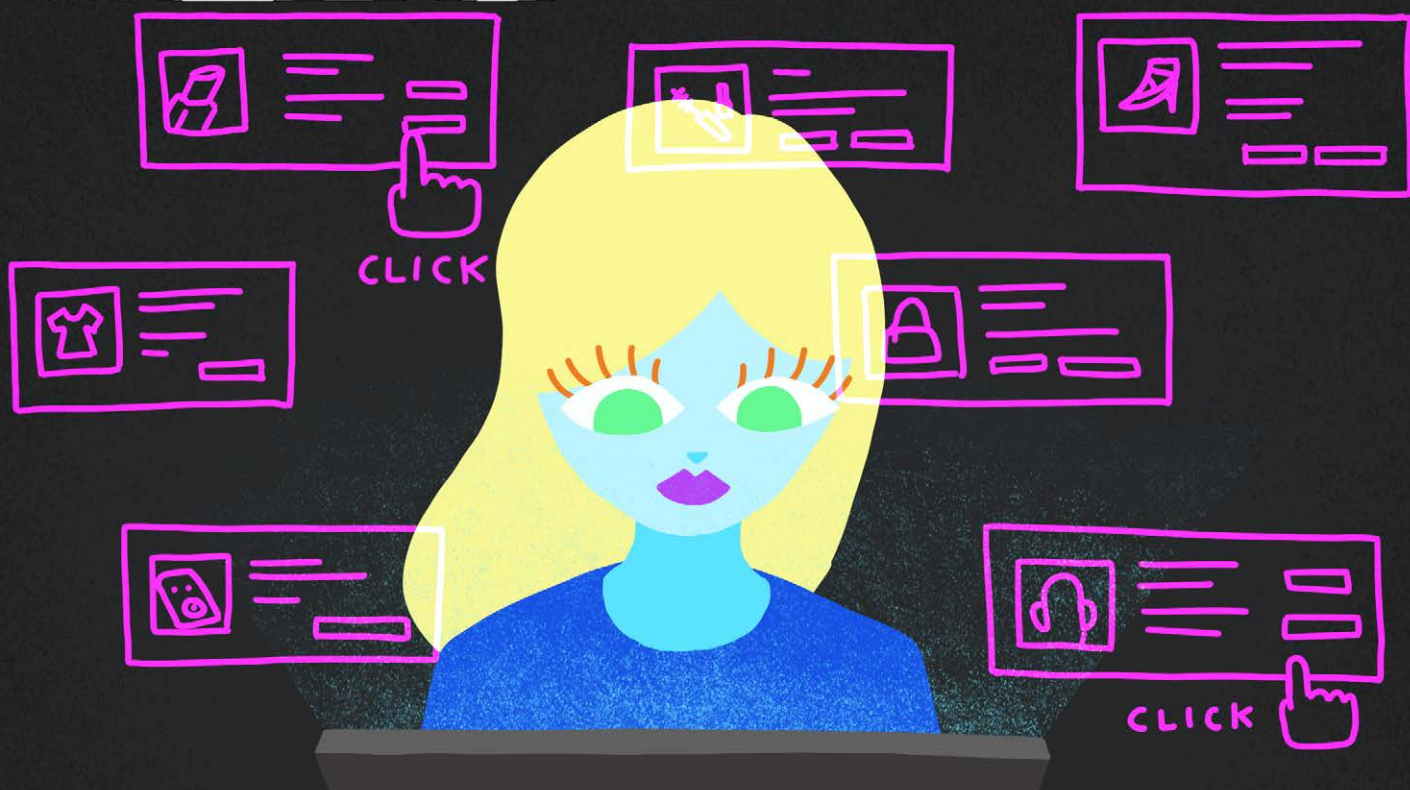
BUY NOW D!E \$HØPPING- FALLE

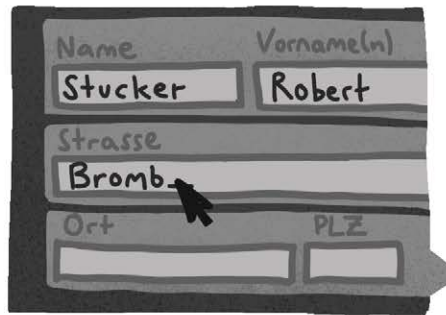
Best seller Lol xx

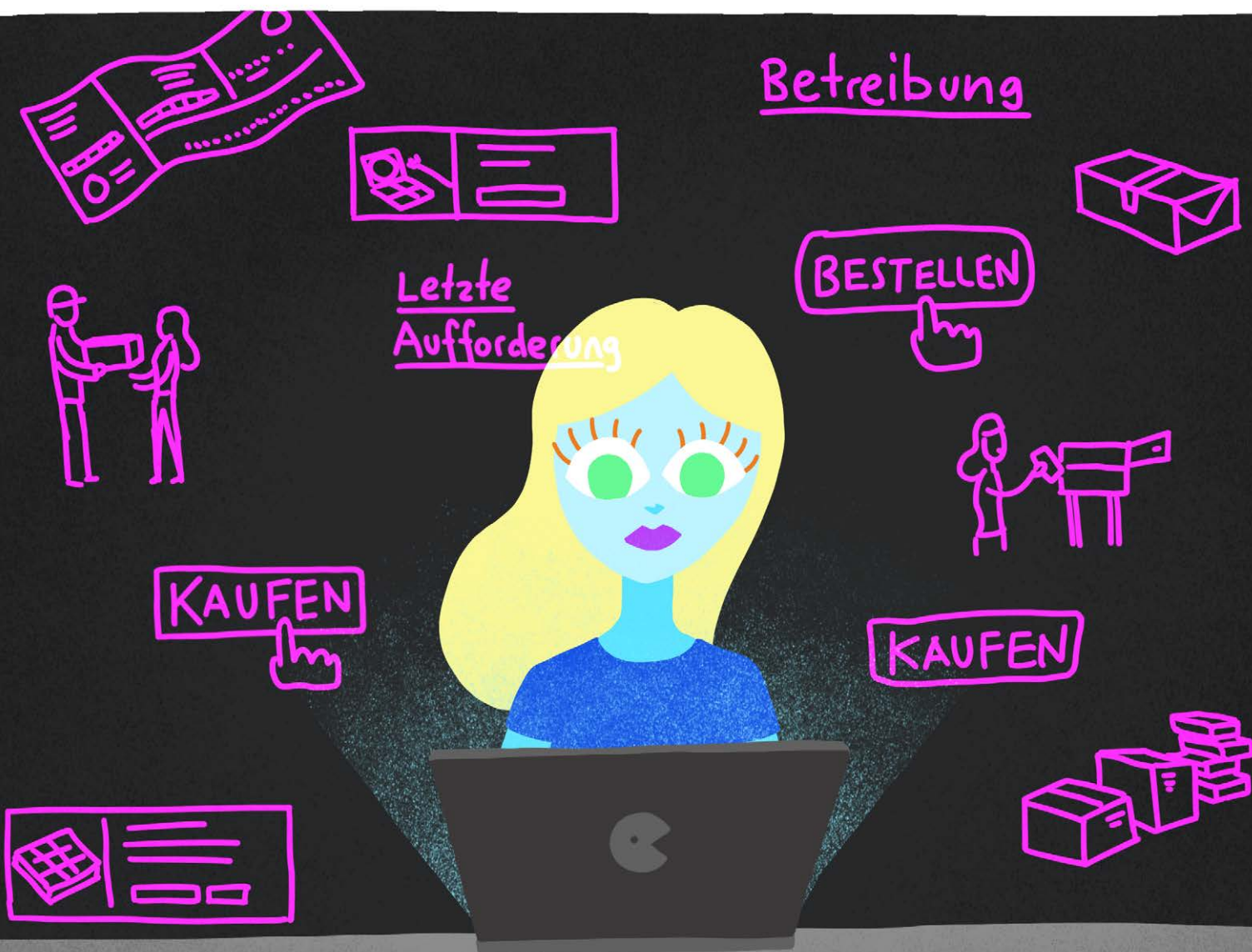
28

Mit einem Klick ins Glück: Online-Shopping ist das reinste Kinderspiel. Kaufsüchtige verdrängen dabei, dass die Ware irgendwann auch bezahlt werden muss. Ein Beispiel.

Comic: Sandro Tagliavini







Mehrere Wochen verstreichen



Lia!! Kommst
du mal bitte.



Wir müssen über deine
Online-Kaufsucht reden.



Ich ...

Wir finden sicher
eine Lösung.

... ich wollte
eigentlich
gar nicht ...



KAUFSUCHT: ONLINE-HÄNDLER VERSCHÄRFEN DAS PROBLEM

Es war ein verregneter Nachmittag im November, an dem sich der Kunde telefonisch bei uns meldete: Er erhalte immer wieder Rechnungen für Waren, die er gar nie bestellt habe, sagte er. Es kämen sogar Mahnungen auf seinen Namen und auch auf denjenigen seiner Frau – für Dinge, die sie weder bestellt noch gesehen oder eine Rechnung dafür erhalten hätten. Kürzlich habe er sogar einen Zahlungsbefehl vom Betreibungsamt erhalten. Er könne sich dies alles gar nicht erklären.

Wir baten ihn, uns die Rechnungen und Mahnungen zukommen zu lassen und auf die Betreibung Rechtsvorschlag zu erheben, um sie vorerst zu stoppen. Wir würden uns die Unterlagen näher anschauen, versprochen wir, und mit den Rechnungstellern und Inkassobüros, die sich mittlerweile eingeschaltet hatten, in Verbindung setzen, um der Sache auf den Grund zu gehen.

Noch bevor wir alle Unterlagen sichten konnten, meldete sich der Kunde erneut und erzählte, es habe sich herausgestellt, dass seine Tochter einer Kaufsucht verfallen sei. Sie habe zuerst vieles auf ihren eigenen Namen bestellt und dann – als sie bereits von verschiedenen Online-Anbietern gesperrt wurde – begonnen, auf den Namen des Vaters und der Stiefmutter zu bestellen. Sie habe Betreibungen

und Mahnungen auch bewusst verschwinden lassen.

Das Problem wurde so offensichtlich, dass es sich nicht mehr einfach unter den Teppich kehren liess. Der Druck auf die Tochter wuchs, die Stimmung zu Hause wurde schlechter. Eine eigentliche Familienkrise brach aus.

Als Rechtsschutzversicherung haben wir den Kontakt zu den Gläubigern aufgenommen und Forderungen zurückgewiesen, wenn sie auf den Kunden oder seine Frau ausgestellt worden waren. Als erstes ging es darum, die Situation zu entschärfen und zu beruhigen. Wir haben deshalb dafür gesorgt, dass es zu keinen weiteren Betreibungen kam und die Forderungen nicht unserem Kunden, sondern seiner bereits erwachsenen Tochter auferlegt wurden. Nur so konnte auf eine vernünftige Lösung hingearbeitet werden. Einige Gläubiger verzichteten nach unserer Intervention auf ihre Forderungen. Mit anderen wurden Ratenzahlungen vereinbart, und auch mit Inkassobüros liessen sich Lösungen finden, dank denen die hohen Gebühren entfielen.

Die Tochter begab sich darauf freiwillig in psychiatrische Behandlung. Angebote für Kaufsüchtige sind allerdings rar. Kliniken haben erst vor wenigen Jahren damit

begonnen, konkrete Angebote für Kaufsüchtige zu lancieren. Noch immer wird das Problem auch in der Bevölkerung nicht ernst genommen. Googelt man Kaufsucht, findet man Bilder von schönen Frauen mit vielen Einkaufstaschen. Tatsächlich sind auch mehr Frauen als Männer betroffen. Schätzungsweise sechs bis sieben Prozent der Bevölkerung sind kaufsüchtig, während vergleichsweise bescheidene zwei Prozent spielsüchtig sind. Online-Versandhäuser wie Amazon und Zalando verschärfen das Problem, indem sie den Einkauf zum Kinderspiel machen.



Jurist Ioannis Martinis,
Online-Spezialist bei der
Coop Rechtsschutz AG

BERAUSCHENDES BÜNDEL

**Kolumnistin Nicole Althaus steht zu
ihrer Sucht: Der zarte Säuglingsduft mache
abhängig, schreibt sie. Für immer.**

Beinahe hätte ich nach all den Jahren vergessen, was der Duft eines Babyköpfchens auslösen kann. Meine Töchter sind schon gross, sie riechen nach Hormonen und manchmal auch nach käuflichen Parfums. Auch sehen sie es nicht mehr so gerne, um es freundlich auszudrücken, wenn die Mutter ihnen über den Kopf streichelt oder, schlimmer noch, ihre Nase in der sorgfältig fixierten Frisur vergräbt. Doch kürzlich hütete ich das Baby einer Freundin, und es hat mich daran erinnert, wie mächtig der zarte Säuglingsduft ist: Einmal eingeatmet, macht er süchtig. Für immer.

Es wohnt ihm dieser einzigartige Zauber inne, den man vielleicht vom Duft des mütterlichen Nachthemds kennt, der einen als Kind in den Schlaf wiegte. Oder vom Geruch nasser Erde im Frühling, der einen Jahr für Jahr berauscht, weil Aufbruch in der Luft liegt. Ich weiss nicht, wie man den Babyduft in seine olfaktorischen Bestandteile zerlegen und benennen müsste, aber ich bin mir sicher, dass so Liebe riecht und das Leben. Kleinkinder sind die vielleicht wirkungsvollsten Stimmungsaufheller überhaupt. Das Baby meiner Freundin gluckst in aller Herrgottsfrühe so enthusiastisch vor sich hin, dass man sich schlaftrunken aus der Decke schält, um den Auslöser des kleinkindlichen Begeisterungssturms näher zu inspizieren: Es ist die blossе Tatsache, dass der grosse Zeh noch da ist. Wie könnte man wieder ins Bett steigen, wenn man zusammen mit einem Baby eine solch umwerfende Entdeckung feiern kann!

Man nimmt das Kind also auf den Arm, liebkost, wie von einer unsichtbaren Macht getrieben, den unglaublich zarten Flaum auf seinem Köpfchen, saugt noch schlaftrunken seinen betörenden Duft ein, verlässt das Dämmerlicht des Schlafzimmers und hört den Bub jauchzen vor Freude über den neuen Tag und die Katze, die gestern schon da war. Seine Freude ist so gross, dass ein Lächeln nicht reicht und auch kein Lachen, um ihr Ausdruck zu verleihen. Das ganze Baby wird Freude, die Ärmchen, sie rudern, die Beine, sie zappeln, der Oberkörper windet sich in diesem grossen Gefühl. Und den Augen wohnt noch das Leuchten inne, das sieht, was da ist, und nicht sucht, was fehlt.

Sich freuen wie ein Baby müsste man wieder lernen. Über nichts und über alles. Man könnte sämtliche Wellnessferien streichen, bräuchte weder Yoga noch Meditation. Denn ein Wochenende mit Kleinkind ist wie eine Meisterklasse in Achtsamkeit. Babys lehren einen das Eintauchen in das Hier und Jetzt. Sie kennen nichts als den Moment: Gerade taucht Tochter 2 am Frühstückstisch auf, gähnt und pfeift ein Liedchen. Schon wird sie vom Baby angehimmelt, als wäre sie eine berühmte Sopranistin und stünde auf der Bühne der Scala in Mailand. Dann guckt der Kleine auf den Tisch und inspiziert konzentriert die herumliegenden Brosamen, versucht sie zu fassen mit seinen kleinen

Patschfingerchen, jede einzelne davon, begeistert von der Vielfalt ihrer Erscheinung. Nur um kurz darauf in helles Giggeln auszubrechen, weil das Glöckchen an der Rassel klingelt, und vollends aus der Fassung zu geraten, weil Tochter 1 auf der Bildfläche erscheint. Diese legt ihre

Sich freuen wie ein Baby müsste man wieder lernen. Über nichts und alles.

mürrische Morgenmiene sofort ab, als sie den Wonneproppen zappelnd die Ärmchen strecken sieht.

Nein, man kann wirklich nicht schlecht gelaunt sein, wenn man den Tag mit einem Säugling beginnt. Ich glaube, ich muss mir den Kleinen der Freundin öfters mal ausleihen.



Nicole Althaus ist Chefredaktorin Magazine der «NZZ» und Autorin und Kolumnistin der «NZZ am Sonntag».

Unser Alltag ist weit weniger trocken, als Sie denken: Die Coop Rechtsschutz AG wird immer wieder mit den unterschiedlichsten Anliegen konfrontiert.



BERAUSCHENDE KOMBI

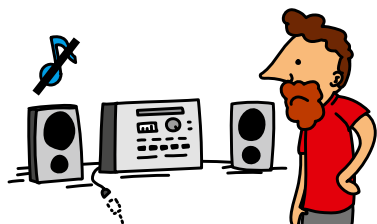
Als unsere Kundin in eine Polizeikontrolle kam, staunte sie nicht schlecht: Der Alkoholtest bescheinigte ihr satte 1,8 Promille! Selbst der Polizist war verblüfft, denn sie wirkte keineswegs betrunken. Zwei Bierchen hätte sie an diesem Abend getrunken, gestand sie. Der hohe Wert liess sich am Ende damit erklären, dass der Alkoholgehalt des Hustensirups, den sie gegen ihre Bronchitis einnehmen musste, in Kombination mit den Bieren verheerende Auswirkungen hatte. Bei der Frage «was nun?» halfen wir ihr jedoch gern weiter.

IM SPIELRAUSCH

Eigentlich bestand für den Kunden Casino-Verbot: Er hatte sich selber sperren lassen. Trotzdem schaffte er es an einen Spieltisch und verlor 5000 Franken. Seine Ehefrau forderte diese Summe als Schadenersatz zurück, da das Casino ihren Mann trotz der Sperre reingelassen hätte. Unsere Abklärungen jedoch zeigten, dass dem Casino keine Schuld zukommt, da es jeden Besucher einer Identitätskontrolle unterzieht. Der Ehemann hatte den Ausweis seines Bruders verwendet, der ihm täuschend ähnlich sieht.



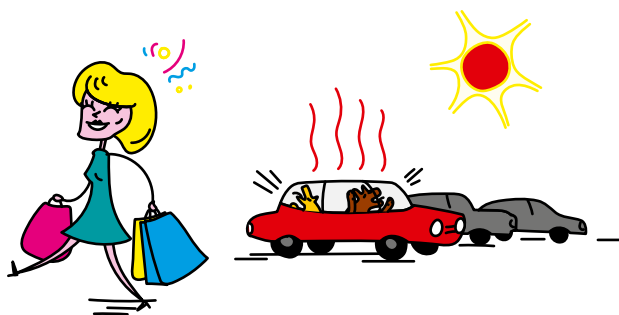
36



LAUSIGE REPARATUR

Er gab seine Stereoanlage dem Radiogeschäft zum Reinigen und willigte ein, als der Verkäufer sich auch gleich um das Rauschen kümmern wollte, das beim Radioempfang sporadisch auftrat. Doch als unser Kunde die Anlage abholen wollte, lief das Radio nicht mehr, und es fehlten Kabel. Als er dies bemängelte, wimmelte das Radiogeschäft ihn ab. Darauf wandte er sich an uns, und wir zeigten ihm, wie man solche Mängel schriftlich rügen und notfalls eine Reparatur bei einer anderen Firma erzwingen kann.





HÖLLISCHE HITZE

Unsere Kundin liess ihre beiden Vierbeiner im geparkten Fahrzeug zurück, ging zum Einkaufen und vergass im Shoppingrausch ihre Schützlinge. Draussen war es etwa 30 Grad. Passanten sahen die leidenden Hunde und riefen die Polizei. Die Hunde konnten aus dem Auto befreit werden und überlebten. Die Polizei ermittelte eine Temperatur von 45 Grad im Fussraum des Fahrzeugs. Die Kundin erhielt einen Strafbefehl wegen «Verletzung der Fürsorgepflicht für Hunde» – und sah schnell ein, dass wir ihr in dieser Sache nicht helfen können.



RAMPONIERTE RARITÄT

Als leidenschaftlicher Sammler ausrangierter Eisenbahnerobjekte besass der Kunde eine antike Stationsuhr. Bei einem Umzug wurde sie von den Zügelmännern beschädigt. Deren Haftpflichtversicherung wollte lediglich einen Schrottwert von 300 Franken bezahlen. Wenig berauschend für unseren Kunden. Wir beauftragten Experten: Sie taxierten die von Hand bemalte Uhr als Rarität und schätzten ihren Sammlerwert auf 10 000 Franken. Die Haftpflichtversicherung lenkte ein und entschädigte die Reparaturkosten von 3500 Franken.

RAUSCHENDES WASSER

Da besass er eine Eigentumswohnung und musste sich tagein, tagaus über seinen Nachbarn ärgern: Unseren Kunden trieb das Rauschen des Wasserbrunnens in der Wohnung nebenan zur Weissglut. Für einmal konnten wir nichts tun, als ihm darzulegen, wie subjektiv Lärmemissionen empfunden werden, und dass in seinem Fall rechtlich nichts auszurichten sei. Wir rieten ihm aber zu einem freundlichen Gespräch mit dem Nachbarn, der ja möglicherweise Verständnis habe für seine Sensibilität.



RAUSCHENDER KOPF

Beim Autofahren verspürte unser Kunde plötzlich ein Rauschen im Kopf und wurde bewusstlos. Ungebremst kollidierte er mit einem Inselfosten. Glücklicherweise wurde niemand verletzt. Lediglich am Fahrzeug entstand Totalschaden. Die Polizei nahm dem Kunden den Führerausweis ab und zeigte ihn wegen Fahrens in fahrunfähigem Zustand an. Dank dieses Vorfalls erfuhr der Kunde von seiner Herzrhythmusstörung: Der Arzt bestätigte, dass ihm das gesundheitliche Problem vor dem Unfall nicht bekannt gewesen sein konnte und er deshalb schuldunfähig war. Das Strafverfahren wurde dank unseres Einschreitens eingestellt. Der Kunde darf wieder Autofahren, allerdings mit der Auflage regelmässiger Arztkontrollen.

ICH BIN SÜCHTIG, UND DAS IST NICHT LUSTIG!



20:18

4G



CORE
online



Schriftsteller Thomas
Meyer

klebte förmlich an
Laptopbildschirm und
Handydisplay.

Bis er aus seinem
Rausch erwachte und
feststellte:

So möchte ich
nicht sein.

Hallo, mein Name ist Thomas, und ich bin süchtig. Ich bin süchtig danach, auf meinem Handy und auf meinem Laptop nachzusehen, ob mir jemand geschrieben hat, und süchtig danach, zügig, originell und grammatisch korrekt zu

Clean bin ich nicht. Ich habe mein Handy immer noch ständig bei mir.

antworten. Angefangen hat das Mitte der 1990er-Jahre. Ich war in meinem Bekanntenkreis der erste, der ein Handy und eine private E-Mail-Adresse hatte, und obwohl es schon bald eine Menge Leute gab, mit denen ich so kommunizieren konnte, hielt sich das Problem noch im Rahmen: Man konnte mit den damaligen Handys weder fotografieren noch Mails checken, und es gab kein Facebook und kein YouTube. Blicke ich auf diese Zeit zurück, muss ich heute sagen, dass ich damals vielleicht noch den Absprung geschafft hätte.

Wenig später aber besass ich ein Smartphone und ein Facebook-Konto, und von da an ging es nur noch abwärts. Ich war ständig auf Facebook, als Erstes am Morgen und als Letztes am Abend. Daneben prüfte ich buchstäblich alle zwei Minuten, ob eine neue Mail-Nachricht eingetroffen war; die erforderliche Tastenkombination nistete sich regelrecht in meinem

Stammhirn ein. Unterwegs hatte ich ständig mein Smartphone in der Hand, auf der Toilette sowieso. Ich las in der Zeitung, dass es Leute gebe, die es 100 Mal pro Tag hervornehmen würden. Das amüsierte mich: 100 Mal bloss? Ich brachte es auf das Doppelte, mindestens.

Wie jeder Süchtige redete auch ich mir ein, mein Problem im Griff zu haben. Jederzeit aufhören

zu können. Eine Ausnahme zu sein zu all den Deppen, die ständig auf ihr Display starrten, wie ich in der Strassenbahn und im Restaurant feststellte, während ich angewidert mein Smartphone in die Tasche steckte – um es keine Minute später wieder herauszufischen. Ich konsumierte ohne Pause; Mails, Nachrichten auf WhatsApp und Facebook, YouTube-Filme und News, und sah mich als wichtiges Rad im Gang der Welt, gut vernetzt und politisch und kulturell im Bilde.

Eines Tages fiel mir auf, dass ich, wenn ich mit meinem Sohn rede, oft nicht ihn anschauete, sondern mein Smartphone. So kennt er offenbar seinen Vater, dachte ich mir: als einen Mann mittleren Alters, der mit dem gebeugten Rücken eines Greises ständig auf einen Apparat starrt; abwesend, unzugänglich, abhängig. Und es geschah, was wohl als einziges sofortige Veränderung hervorruft: Ich erschrak zutiefst über mich selbst. Dieser

Mensch wollte ich nicht sein. Ich lud Apps auf meine Geräte, die mich zu vorgegebenen Zeiten vom Netz trennen; ich bin jetzt morgens und mittags je eine halbe Stunde online und abends zwischen 16 und 21 Uhr. Die Apps heissen «Freedom» und «Block» und helfen mir sehr; erstens beim Arbeiten, zweitens beim Leben. Erzähle ich Freunden davon, lachen sie mich aus und fragen, ob das wirklich nötig sei. Ja, sage ich dann, das ist leider nötig, ich bin nämlich süchtig, und das ist nicht lustig.

Ich löschte zudem meine Konten bei Facebook und Instagram, was heftige Vereinsamungsängste hervorrief, sich aber als ausgesprochen heilsam erwies. Nicht zuletzt, weil mich die Pöbeleien nicht mehr erreichen. Es ist, als hätte ich den Kontakt zu meinem Dealer abgebrochen und mich von der Versorgung mit gestrecktem Heroin getrennt.

Clean bin ich nicht. Ich habe mein Handy immer noch ständig bei mir. Manchmal, an seltenen Tagen, bringe ich es fertig, es zuhause liegenzulassen. Dann weiss ich für ein paar Stunden wieder, wie es sich anfühlte, als ich noch frei und gesund gewesen war.



Thomas Meyer ist Kolumnist und Autor des Bestsellers «Wolkenbruchs wunderliche Reise in die Arme einer Schickse», dessen Verfilmung ab Ende Oktober in den Kinos läuft.

EIN GEFÜHL WIE FLIEGEN

**Wir haben unsere Mitarbeitenden nach ihren
schönsten Rausch-Erlebnissen gefragt.
Sie sind so vielfältig wie das Team selbst.**

Fotos: Valentina Verdesca



40



FERNWEH

Das Reisen wurde für mich zum Rausch, seit mich vor knapp acht Jahren ein monatelanger Trip rund um den Globus führte. Seither packt mich das Fernweh bei jeder Gelegenheit. Wenn ich zum Beispiel einen Bericht über eine inte-

ressante Destination lese, möchte ich diesen Ort am liebsten sofort besuchen. Zum Glück habe ich einen Partner, der das nicht bloss versteht, sondern diesen Rausch gerne mit mir teilt.

Isabella Schär

Spezialistin Finanzen und Services



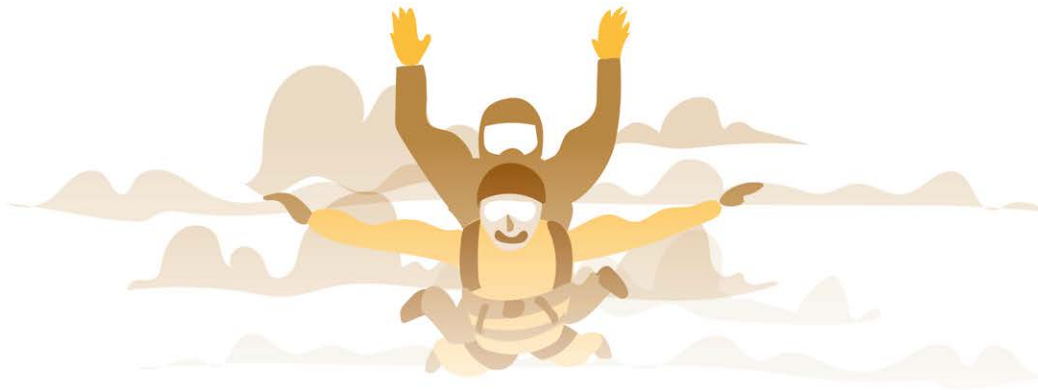
4000 METER ÜBER BODEN

«Wir springen mit einem Rückwärtssalto aus dem Flugzeug», erinnere ich mich an die Worte von Markus, an den ich festgezurrt bin, 4000 Meter über dem Boden, an der offenen Tür dieses lauten Flugzeugs. Er klopf mir auf die Schulter, das Zeichen! Und weg sind wir. Eine irre Minute lang rasen wir mit 200 km/h der Erde entgegen, Adrenalin pumpt, Endorphine spielen verrückt. Wieder ein Klopfen auf der Schulter: Markus öffnet den Fallschirm. Unser Tandem gleitet

dahin in dieser absoluten Stille, schwerelos. Unter uns die Schweiz, das Land der Seen und Berge. Glück durchflutet mich, kribbelt von der Kopfhaut bis zu den Fingerspitzen und den Zehen. Der Boden kommt näher, wir ziehen unsere Beine hoch für eine schöne Schleiflandung auf dem «Füdl»: Das Geübte klappt auch im Ernstfall. So fühlt es sich also an, wenn sich ein Traum erfüllt.

Paolo Schincariol

Leiter Rechnungswesen



HÖCH HINAUS

Mitarbeiter-Skitag in Grindelwald. Ein strahlend sonniger Wintertag, der Himmel kitschig blau und die Sicht kristallklar. Eigentlich wollten wir nur gemütlich durch den glitzernden Schnee wandern. Doch dann stand da dieser Helikopter. Das wärs jetzt: die Berner Alpen aus der Vogelperspektive! Tatsächlich hatte jemand seinen Flug

storniert, zwei Plätze waren frei. Alleine das versetzte uns in einen euphorischen Rausch. Dann hoben wir ab, flogen höher und höher, so nah an der Eiger Nordwand, dass wir Spuren von Bergsteigern erkennen konnten. Hoch über dem Gipfel tat sich eine andere Welt auf: freie Sicht auf den Konkordiaplatz, den Aletschgletscher, die Walliser Alpen

bis hin zum Mont Blanc. Über uns die Rotoren, unter uns die weisse Pracht. Das war so atemberaubend schön, dass uns der Gedanke daran noch heute überwältigt.

Petra Huser

Leitung Kommunikation

Sibylle Lanz

Spezialistin Marketing



42



WIE QUEEN ELIZABETH

Wer jemals auf dem Rücken eines Pferdes mit fast 40 Stundenkilometern über eine Wiese galoppiert ist, wird mich verstehen: Es ist nicht nur die Geschwindigkeit, die für den Rausch sorgt, es ist auch die Kraft des Pferdes – und die Harmonie zwischen Mensch und Tier. Der Wind im Gesicht und das Donnern der Hufe im Ohr führen

zu einem Glücksgefühl, so pur und schön, dass man fast weinen möchte vor Freude. Ich hoffe, dass ich diesen Rausch noch bis ins hohe Alter geniessen darf, ganz so wie Queen Elizabeth.

Franziska Fischer

Leitung Administration/
Contact Center



RASANT RUNTER

Es ist Januar, ich stehe zwischen St. Moritz und Celerina am Start des legendären Bobrun, der ältesten und inzwischen einzigen Natureisbahn der Welt. Sie hat Geschichte geschrieben, dasselbe möchte ich auch tun – für mich. Helm auf, einsteigen, los gehts, den Hintern knapp über dem Eis. 1722 Meter liegen vor uns, mit jeder Kurve wird der Druck grösser, mein Herz schlägt bis zum Hals, das Tempo berauscht mich. Bis zu 130 km/h schnell jagen wir den Berg hinunter, in der Horseshoe-Kurve drückt mich die Zentrifugalkraft mit 4 G in den Bob. Gleich heben wir ab, denke ich, die Kräfte zerren am Körper, das Gefühl für Zeit und Raum verschwimmt. Am Ziel fühle ich mich als Siegerin. Mit zittrigen Beinen

steige ich aus, möchte jauchzen, bringe aber keinen Ton heraus. Ich umarme meine Mitfahrerin. Dann plötzlich bleierne Müdigkeit – und ein Glücksgefühl, das sich bis in die Fingerspitzen ausbreitet.

Christine Wernli

Co-Leitung Juristenteam



43

GANZ IN TRANCE

Nichts berauscht mich mehr als das Meer. Dieser Sound: das Kommen und Gehen der Wellen, die Stetigkeit, die mich in einen medi-

tativen Trancezustand versetzt. Das Gefühl von Freiheit stellt sich ein, nichts ist erholsamer.

Andrea Scheidegger

Juristin



STADTRAUSCHEN

Mein ultimativer Rausch stellt sich ein, wenn Meeres- und Grossstadtrauschen miteinander verschmelzen. Das Brechen der Wellen, bei dem die Luft aufs Wasser trifft und dabei Schallwellen erzeugt, empfinde ich als den erholsamsten Soundtrack von Ferien. Wenn sich dann noch die Geräusche einer quirligen Stadt einfädeln, dieser Mix aus Verkehr, Menschen, Bars und Klimaanlage-

gen, kommt das für mich nahe an die perfekte Symphonie und lässt mich abheben. Es gibt viele interessante Städte mit schönen Stadtstränden. Meine allerliebste Kombination von Meer- und Stadtrauschen finde ich in Tel Aviv, dieser modernen und lebendigen Stadt direkt am wunderbar breiten Sandstrand. Die entspannte Stimmung, kombiniert mit einem regen kulturellen und gastronomischen



Angebot, weckt in mir ein Gefühl, das mich weit über die Alltagsstimmung hinaushebt.

Franco Faccioli
Jurist



44



BERAUSCHENDES GEFÜHL

Die Coop Rechtsschutz unterstützte die Aargauer Sektion von «Nez Rouge» nicht nur als Hauptsponsorin. Wir engagierten uns auch persönlich und fuhren im Dezember alkoholisierte Autolenker respektive deren Autos heim. Mein Fazit nach diversen nüchternen Nächten an der Seite von Angeheiterten: Ich durfte ins Leben vieler interessanter Menschen eintauchen, erhielt Stoff für lustige

Stories, fuhr tolle (und weniger tolle) Autos, lachte viel, schmunzelte noch öfter, manchmal musste ich den Kopf schütteln. Und die Vorstellung, dass unser Engagement Unfälle verhindern half, ist – ganz nüchtern betrachtet – ein berauschendes Gefühl!

Thomas Geitlinger Leitung
Kunden- und Produktmanagement,
Mitglied der Geschäftsleitung



NEUE ORDNUNG

Die Lehrabschlussprüfung glich einem Rausch: Tag für Tag wurden wir auf Herz und Nieren geprüft, zwei Wochen lang. Kein anderer Gedanke ausser dem Schulstoff hatte Platz. Dann, nach Monaten des Lernens, der Vorbereitung auf Referate und der Schulstunden, war plötzlich alles vorbei. Am Anfang war ich ein wenig überfordert mit so viel Freizeit und stürzte mich in einen neuen Rausch: Ich musste Ordnung bringen – in mein Leben und als erstes in mein Zimmer.

Ich halbierte mein Hab und Gut und verbannte alles Überflüssige in den Keller. Ich stellte mein Zimmer auf den Kopf und richtete mich darin neu ein. Wie in einer Parallelwelt, wie im Rausch. Und erwachte schliesslich aus diesem traumähnlichen Zustand – in einer neuen Ordnung, in einem neuen Lebensabschnitt.

Martina Frey
Assistentin Administration



45

WIND UND WELLEN

Bis vor zwei Jahren waren für mich Ferien am Meer – und ganz besonders in südlichen, heissen Regionen – unvorstellbar. Die Schweizer Berge und die skandinavischen Länder waren meine Lieblingsdestinationen. Sie sind es noch immer. Als ich aber das erste Mal spontan an einem Törn in Kroatien teilnahm, eröffnete sich mir eine neue Welt: die Welt des Segelns. Seither stehe ich gern

mal in aller Frühe auf und fliege nach Split an die Küste Dalmatiens, wo der Rausch mit dem Rauschen der Brandung seinen Anfang nimmt. Eine Form von Rauschen allerdings mag der Seemann (und die Seefrau) gar nicht: das Ausrauschen. Damit ist nicht etwa der Tag nach einem besonders ausgiebigen Ankertrunk gemeint, nein: Vom Ausrauschen spricht man, wenn eine Leine oder eine

Kette ungewollt nachlässt respektive losgeht.

Nico Figini
Leitung Innovation

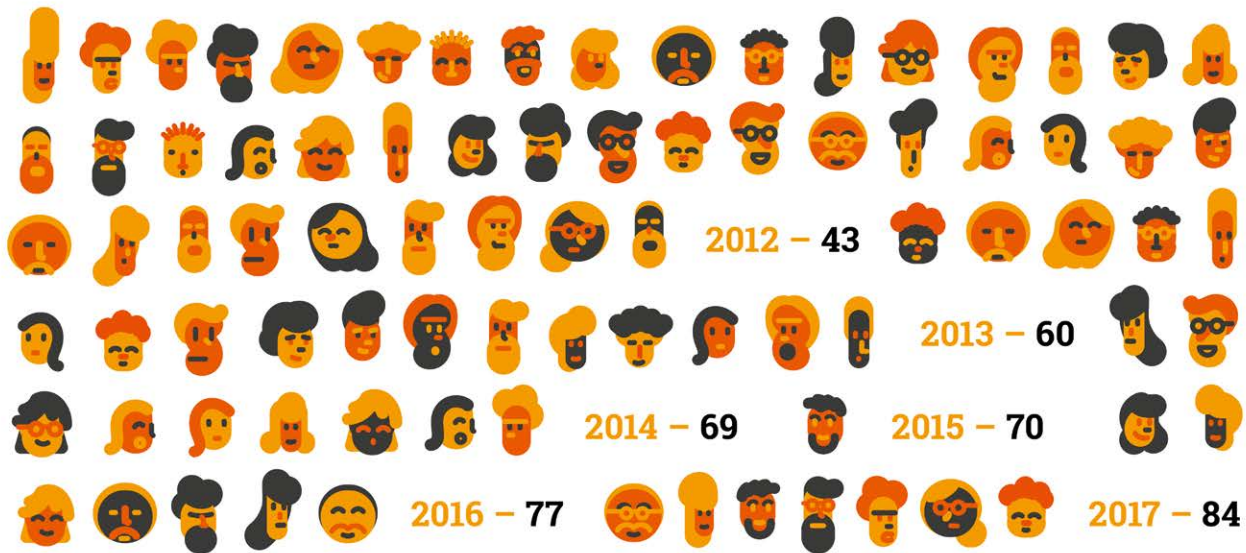


FACTS + FIGURES

Aus der Welt der
Coop Rechtsschutz AG.

Mehr Mitarbeitende

Vollzeitstellen FTE (full time equivalent), jeweils per 31.12.



Mehr Rechtsfälle

Entwicklung Anzahl
Rechtsfälle





Wilde 13

Die Coop Rechtsschutz war Sponsorin des Aarauer Altstadtlaufs vom 16. Juni 2018 und schickte gleich ein Team von 13 Personen an den Start.

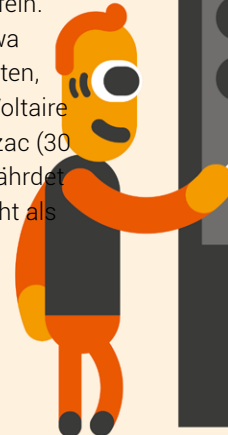
Unterwegs ins 2022



Im Juni 2018 führte die Coop Rechtsschutz mit ihren Mitarbeitenden einen Workshop im Europa-Park Rust durch. Themen waren die Unternehmensstrategie 2019–2022 und das Leitbild.

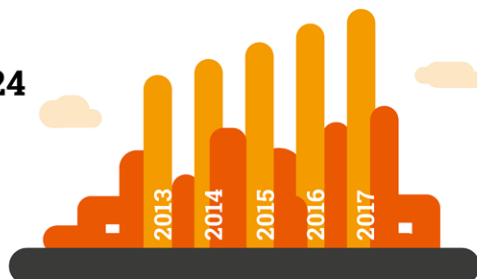
Eine geht noch: Kaffeekonsum bei der Coop Rechtsschutz pro Monat

Heute gilt Kaffee als ungiftig, jedenfalls bis zu einer Menge von fünf bis zehn Gramm Koffein. So viel Wirkstoff ist in etwa 100 Tassen Kaffee enthalten, weshalb das Leben von Voltaire (50 Tassen/Tag) und Balzac (30 Tassen/Tag) niemals gefährdet war. Kaffee wird auch nicht als Suchtdroge eingestuft.



Mehr Prämieneinnahmen

2013	2014	2015
37,82	41,11	45,02
2016	2017	
48,93	52,24	



Entwicklung der Prämieneinnahmen
in Millionen Schweizer Franken.



Mehr Erfolge

Die von uns unterstützte Klettersportlerin Petra Klingler holte sich im Mai 2018 an der Boulder-Schweizermeisterschaft den 1. Platz.

10 FRAGEN AN ...

48

DJ ALEX PRICE

**ZU BERAUSCHEN IST SEIN JOB: ALEX PRICE
IST EINER DER WICHTIGSTEN SCHWEIZER
DANCE-DJS. DIESEN HERBST ERSCHEINT SEINE
NEUE SINGLE «REFLECTIONS».**

Interview: Matthias Mächler

Was braucht es, um als DJ das Publikum in einen kollektiven Rauschzustand zu versetzen?

Fingerspitzengefühl, Flexibilität und Erfahrung. Viele DJs spielen ihr geplantes Set, egal wie die Leute drauf sind. Das funktioniert selten. Es braucht den richtigen Track zur richtigen Zeit, aber trotzdem einen

Und was machen Sie, wenn dies einfach nicht gelingen will?

(Lacht.) Dann nehme ich mit meinen Jungs den Backstage-Bereich auseinander.

Spürt man die Crowd besser, wenn man selber berauscht ist, oder empfindet man nüchtern besser?

Sie haben eben in New York Ihre neue Single «Reflections» gemischt. Wie kam das zustande?

Mein Mix Engineer lebt in New York. Er hat meine letzte Single «Untold» gemischt, wir haben einen Weg gefunden, über diese Distanz gut zusammenzuarbeiten. Es war Liebe auf den ersten Kick.

Für welchen anderen DJ würden Sie gern mal produzieren?

Wenn ich jemanden produzieren würde, wäre es kein DJ. Das würde mich nicht herausfordern. Ich würde aber gern einer Band oder einem Singer/Songwriter meinen Sound geben. Ich arbeite gern mit Leuten, die etwas besser können als ich.

Und von wem würden Sie sich gern einen Track massschneiden lassen?

Pharrell Williams: Er ist der Grund, warum ich überhaupt angefangen habe, Beats zu machen.

Wer oder was hat Sie zuletzt in einen Rausch versetzt?

Vor ein paar Wochen, als ich in der Hamburger Elbe in Hafennähe badete. Ein schräger Ort für eine Abkühlung, wenn neben einem 150 Meter lange Transport-Schiffe vorbeifahren.

DER INDIVIDUELLE CHARAKTER EINES DJS WIRD WICHTIGER.

soliden Aufbau. Und schon der DJ vor mir muss einen guten Job machen, damit der Abend gut wird.

Was ist Ihr Lieblingstrick, um die Leute zu erreichen?

Hirn abschalten und aufs Herz hören. Vergiss die Trends, die Charts, die Hits. Das ewig gleiche Repertoire langweilt. Der individuelle Charakter eines DJs wird immer wichtiger in diesem überfluteten Markt.

Woran merkt man, dass man es geschafft hat?

So kitschig das klingt: Man merkt es, wenn man eins ist mit dem Publikum. Wenn ich in diese kleine Blase komme, wo ich mit dem Herz spiele und die Leute abgehen, merke ich, dass wir zusammen gerade etwas Einzigartiges erleben.

Sturzbetrunkene kann ich nicht empfehlen, aber angeheitert funktioniert ganz gut. Ich will auf jeden Fall die Kontrolle behalten – was manchmal schwierig ist, wenn jeder mit einem «Hierbas» anstossen will.

Wie lange dauert es, bis nach einem Gig der Endorphin-Rausch abklingt?

Ich kann tatsächlich so geflasht sein, dass ich mich erst nach Stunden beruhige. Lange Autofahrten oder fernsehen im Hotelzimmer helfen. Direkt ab in die Heiße funktioniert nicht.

HIRN ABSCHALTEN UND AUFS HERZ HÖREN. VERGISS DIE TRENDS.

Danke!

Liebe Leserin, lieber Leser

Die Coop Rechtsschutz hat seit Jahren starke Partner an ihrer Seite. Nicht zuletzt sie haben uns zu dem gemacht, was wir heute sind.

Dafür bedanken wir uns ganz herzlich bei: Angestellte Schweiz, Atupri, Beobachter, Collecta, Coop, Copyright Control, Creadi, Europäische Reiseversicherung ERV, Gewerkschaft des Zoll- und Grenzschutzpersonals garanTo, Helsana, Helvetia, KPT, Mieterinnen- und Mieterverband des Kantons Bern MVB, ÖKK, Personalverband des Bundes PVB, Personalverband der Suva, Schweizerischer Bankpersonalverband SBPV, Gewerkschaft des Verkehrspersonals SEV, Schweizerischer Bühnenkünstlerverband, smile.direct, Patientenschutz SPO, SWICA, Sympany, Syna, Syndicom, TONI Digital Insurance Solutions, Unia, Verkehrs-Club der Schweiz VCS, Verband des Personals öffentlicher Dienste VPOD.

Coop Rechtsschutz AG

Entfelderstrasse 2, Postfach 2502, 5001 Aarau
T. +41 62 836 00 00, info@cooprecht.ch
www.cooprecht.ch, www.core-magazin.ch

coop rechtsschutz
einfach anders.