

„Werde ich nostalgisch und sentimental?“

Martin Gundlach
über wilde und zahme Männer,
nostalgische Gefühle,
eine Kiste alter Liebesbriefe
und ein wachsendes
Gottvertrauen.



Martin Gundlach
(* 11.6.1965)
lebt mit seiner Frau
und seinen drei Töchtern
in Wetter an der Ruhr.
Er ist Chefredakteur
der Zeitschrift „family“.

In ein paar Monaten werde ich 40. Nichts Besonderes, jeden Tag durchbrechen Männer und Frauen die Schwelle, die viele als Mitte des Lebens ansehen. Mit mir aber tun das im Jahr 2005 so viele Menschen wie nie mehr danach: 1965 ist zwar nicht (wie ich bis vor einer Woche dachte) der geburtenstärkste Jahrgang, aber immerhin nach 1964 und 1963 auf Platz drei der ewigen Deutschland-Rangliste.

Trotzdem hat die 40 etwas Besonderes. Dieser Zahl haftet für viele etwas Zenithaftes an: Bis zur 39 ging es bergauf, ab jetzt geht es leise abwärts. Manche stürzt die Vier vor der Null in die Krise, weil sie andeutet, dass der Höhepunkt des Lebens überschritten zu sein scheint.

Bin
ich jetzt
endgültig
ein „alter
Sack“?

Ich kann nicht erkennen, dass sich bei mir eine Stimme mit der Botschaft andeutet, ich wäre nun endgültig ein alter Sack. Ein anderes Gefühl macht sich stattdessen breit: die Erleichterung, diesen Tag zu erleben.

Vermutlich hat das Gründe. Zwischen meinem 30. und 40. Lebensjahr war ich in zwei Situationen, in denen mein Leben nicht mehr sicher war. Nach zwei schwierigen Operationen und den folgenden Regenerationszeiten hatte ich das Gefühl, dass mir das Leben noch einmal geschenkt wurde. Diese Zeiten, deren Rückkehr ich weder erwarte noch ausschließen kann, haben mir die Sicherheit genommen, das Leben im Griff zu haben, es zu besitzen. Andererseits wurde mir gerade in der Krise bewusst: „Martin, dein Leben ist ein Gottesgeschenk, genieße es und mach was draus!“

Und auch wenn in der Regel viel Alltagskleinkram diese großen Gefühle überlagert, so bleibt doch ein vages Grundempfinden: Zeit geschenkt bekommen zu haben. Die 40 ist eine Wegmarke auf einer Strecke, die hoffentlich noch lange dauert ...

„So toll waren die 80er nicht!“

Spätestens mit meinen Kindern holte mich meine eigene Kindheit ein. Das Schönste für meine beiden großen Töchter (neun und sieben) ist es, mit mir zusammen an die Kiste zu gehen, in der dank der Beharrlichkeit meiner Mutter meine alten Kinderbücher aufgehoben wurden. Nostalgische Gefühle überkommen mich beim gemeinsamen Kramen. Und auch für Mädchen ist ein Sammelband von „Burg Schreckenstein“ (in den 70ern echter Jungs-Kult) noch ein richtig gutes Buch. Und manche Klassiker sind einfach zeitlos: Unsere Kleine kennt mit ihren zwei Jahren schon alle Hauptpersonen der Lucky Luke-Comics, von denen in dieser Kiste auch ein paar zu finden sind.

Beim Stöbern in der Vergangenheit bleibt manches auch zwiespältig. Einiges finden meine Kinder auch eher lächerlich. Als Anna-Luise neulich in die „Hits der 80er“ reinhörte, ein Mix aus christlichen Liedern aus dem Pila-Bestand der 80er, „Arno und Andreas“, „Theophiles“, Siegfried Fietz und Co, meinte sie: „So toll waren die 80er ja wirklich nicht.“ Beim Durchhören gebe ich ihr Recht: Mit der Musik, die sie heute im Radio hört, hat das wirklich nichts zu tun. Und trotzdem liebt sie komischerweise die WDR2-Kultsendung „Yester-

Einiges
finden
meine
Kinder
auch
lächerlich.

day“, in der es musikmäßig meistens um die Jahrzehnte meiner Jugend geht: Die Eagles, ELO, manchmal sogar Simon & Garfunkel. Doch das sind dann ja schon die 70er...

Fußball-
WM 1974:
Fotos auf
Tapetenrol-
len geklebt.

Neulich fanden wir beim Räumen im Keller eine „Zeitung“: Auf eine Restrolle Tapete hatte ich als Neunjähriger Zeitungsausschnitte der Fußball-WM 1974 geklebt, mit eigenen Worten kommentiert und so eine acht Meter lange Dokumentation des herausragenden Ereignisses meiner Kindheit geschaffen. Das ist vermutlich mein erstes journalistisches Dokument, wer hätte damals geahnt, dass ich das Schreiben und Bearbeiten (nein, nicht mehr das Aufkleben...) von Texten zwei Jahrzehnte später zu meinem Beruf machen würde. Wenn ich heute, nach zehn begeisterten Jahren als Redakteur verschiedener Zeitschriften zurückblicke, ist es schon erstaunlich, wie früh diese Lebenslinie des Schreibens und Publizierens angefangen hat, später dann als Teenager im Lokalsport der „Neuburger Rundschau“ (über unsere eigenen Handballspiele!).

Wie ich 1974 ist meine große Tochter jetzt neun, und ich denke beim Playmobil-Spielen (Figuren von damals, Equipments von heute!) darüber nach, ob aus ihrem Spiel vielleicht ja bereits solch eine Lebenslinie absehbar ist. Meine Vermutungen behalte ich für mich, merke aber plötzlich, wie groß sie schon ist. Und ich überlege, ob es nicht irgendwo noch einen Karton mit alten Liebesbriefen gibt, den meine Töchter finden könnten. Ich vermute es, weil ich mich beim letzten Umzug vor sieben Jahren nicht davon trennen konn-

te. Wenn sie diese Briefe fänden, dann würde es richtig peinlich ...

Es dreht sich immer öfter um früher

Beim Abtauchen in die eigene Vergangenheit werde ich neuerdings richtig sentimental. Werde ich wirklich schon so alt, dass es sich immer öfter um „früher“ dreht? Neulich schwelgte ich mit Zivildienstkollegen in alten Zeiten: „Vor 20 Jahren, weiß du noch?“ Mann, sind wir alt geworden ...

Lebe ich ehrlich schon rückwärtsgewandt, anstatt wie noch vor zehn Jahren nach vorne stürmen zu wollen? Tatsächlich gewinnt für mich die Vergangenheit an Bedeutung.

Letzte Woche habe ich eine alte Freundin angerufen, die ich fast ein Jahrzehnt nicht gesprochen habe. Eine halbe Stunde haben wir uns unterhalten und am Ende beide still gefragt, warum wir den Kontakt so lange haben abreißen lassen. Als ich in diesem Sommer nicht zum 20-jährigen Abiturtreffen konnte, hätte ich heulen können.

Und für den nächsten Monat habe ich ein Treffen geplant mit einem Freund, den ich zuletzt gesehen habe, als ich 18 war. Unsere halbe Kindheit und Teenagerzeit haben wir zusammen verbracht, jeden Tag auf der Straße gespielt und gestritten, die bezeichnenderweise „Hadergasse“ heißt ... Witzigerweise zieht er ganz in unsere Nähe, 500 Kilometer entfernt vom Ort unserer gemeinsamen Kindheit. Und witzigerweise sind wir beide Journalisten, er aber Jahrgang 1966 ...

Als ich in diesem Sommer nicht zum 20-jährigen Abiturtreffen konnte, hätte ich heulen können.

Vielleicht sind es die eigenen größer werdenden Kinder, die mich selbst in die Erinnerungen meiner eigenen Kindheit zurücktreiben. Vieles Verschüttete wird ausgegraben, alte Kontakte erhalten plötzlich neuen Reiz, vor drei Monaten habe ich meiner Frau zum ersten Mal meine alte Schule gezeigt.

Sicher sind es bei mir die Kinder, die Liebe zu ihnen und die Auseinandersetzungen mit ihnen, die eine andere Frage nach vorn holen: Wie ging es meinen Eltern wohl mit mir? Meine drei Töchter sind jetzt neun, sieben und zwei. Es ist erstaunlich, wie schön das Leben mit ihnen ist. Es ist aber auch erstaunlich, welche Palette an Gefühlen sie bei mir abrufen können. Von zärtlichster Liebe bis zu gehöriger Wut. Überhaupt, die Gefühle ...

„Wilder Mann“ – damit hab ich nichts am Hut

Ich erlebe bei mir und anderen, dass Männer in meinem Alter plötzlich noch mal ganz neue Gefühle entwickeln. Nicht, was den Fußball betrifft, da bleiben wir dem Verein treu, für den wir uns in der Regel während unserer Grundschulzeit entschieden haben, in meinem Fall der FC Bayern München (was mir das Leben im Ruhrgebiet nicht unbedingt leichter macht).

Aber ich merke, wie manche Männer in meinem Umfeld meinen, sie „müssen es noch einmal wissen“. Bücher wie „Der wilde Mann“ oder neuerdings „Der ungezähmte Mann“ kursieren in meinem Bekanntenkreis: Ausbruch aus dem Alltag, die extrovertierte männliche Seite zeigen. Ich kann mir

Es ist
erstaunlich,
welche
Palette an
Gefühlen
meine
Kinder
abrufen
können.

das zwar mit etwas Fantasie irgendwie auch vorstellen, kann aber letztlich mit alledem nichts anfangen. Findet mich langweilig, aber ich habe kein Bedürfnis nach exotischen Survival-Touren oder Hardcore-Campen im Schnee. Und wenn ich zwei Nächte auf dem Boden schlafe, dann zwicken meine Bandscheiben ...

Wenn ich das so sage, finde ich plötzlich einige andere Männer, die zumindest leise nicken. Offenbar bin ich nicht der einzige Exot zwischen lauter „Wilden“. Ich mag es ruhiger. Meinen Alltag zwischen Büro, Familie und dem Rest des Lebens empfinde ich so herausfordernd, dass ich lieber auf dem Sofa „Die Zeit“ lese und Kaffee trinke – anstatt selbst konstruierte Abenteuer zu überleben. Indem ich mich offen dazu bekenne, finde ich auch gleichgesinnte, „unwilde“ Männer – ein netter, langweiliger, unterhaltsamer Haufen für lange Grillabende im Sommer ... (Grillen ist das Wildeste, was wir tun. Und ab und zu ins Fußballstadion.)

Aber ich sehe, dass auch meine Gefühle wachsen. In mir wächst Zufriedenheit, irgendwo angekommen zu sein. Dankbarkeit für das Leben, meine wunderbare Frau, meine Kinder, meinen Job, mein – ach, wie spießig – kleines Haus, in dem wir seit sieben Jahren wohnen. (Wir haben uns beim Einzug geschworen, nie an diesem Haus zu hängen. Das gelingt uns vor allem aufgrund der Tatsache, dass ich handwerklich eher im unteren Mittelfeld angesiedelt bin ...).

Meine Zeit ist knapper geworden in den letzten Jahren, ich schaffe es gerade so, mei-

Bin ich
der einzige
Exot unter
lauter
„Wilden“?

nen Alltag zu bewältigen. Meine Kraft reicht für Job, Familie und ein wenig ehrenamtliches Engagement in der Freien evangelischen Gemeinde in Witten, zu der wir seit einem Jahrzehnt gehören. Mit drei vitalen Töchtern bleibt während des Tages oft nur wenig Freiraum für mich.

Trotzdem empfinde ich mich nicht als gehetzt, die Zeit gewinne ich an anderen Stellen. Ich bin direkter, geradliniger als noch vor ein paar Jahren, vielleicht auf eine andere Art „wild“. Ich hasse „Smalltalk“ noch mehr als früher, komme bei Gesprächen viel schneller auf den Punkt, rede mehr von mir als über andere und lege die Wahrheit offener und ungeschminkter auf den Tisch.

Mehr Mut.
Mehr Ge-
lassenheit.

Ich empfinde, dass mein Leben bei abnehmender körperlicher Stärke (eine Erkenntnis, mit der ich nur sehr schwer umgehen kann) trotzdem an Dynamik und Kraft gewonnen hat. Mehr Erfahrung, mehr Mut, mehr Gelassenheit (meistens ...) – das sind die zentralen Begriffe für mich. Und mehr Gottvertrauen. Dies ist sicher am stärksten gewachsen in den Zeiten meiner Krankheit, in der ich mein Leben in keiner Weise mehr in der Hand oder unter Kontrolle hatte.

Doch, ich habe noch Ziele

Natürlich habe ich noch Ziele. Aber sie haben sich sehr verändert in den letzten Jahren. Mit 30 war ich ein Himmelsstürmer. Ich hatte noch keine echte Grenze erfahren. Was ich machen wollte, klappte in der Regel. In der Schule, im Studium, als Lehrer, dann als Redakteur der Jugendzeitschrift „dran“. Ich

konnte viel und forderte viel von anderen. Im Eilschritt ging es durch das Leben, von einem selbst gesteckten Ziel zum nächsten.

Im zurückliegenden Jahrzehnt bin ich mehr als einmal an dem Punkt angekommen, an dem ich nicht mehr vorwärts kam. An dem ich mir vorkam, als hätte jemand während der Autofahrt im fünften Gang plötzlich die Handbremse gezogen.

Das hat mich verändert. Ich bin mitfühlender geworden, hoffentlich gnädiger gegenüber Fehlern und Schwächen von anderen und von mir selbst. Peinlich, im Nachhinein zu sehen, was für ein besserwisserischer Schnösel man in manchen Situationen früher war. Aber gut, es überhaupt entdeckt zu haben, auch wenn der Weg bis zur Erkenntnis keine leichte Strecke war. Aber auf diesem Weg möchte ich weiter gehen: ehrlich, barmherzig, mitfühlend leben – aber nie belanglos.

Natürlich habe ich auch noch handfeste Ziele, die ich erreichen möchte. In einer unsicheren wirtschaftlichen Zeit freue ich mich, am Ausbau unseres Zeitschriftenverlages beteiligt zu sein. Das ist beides: Beruf und Berufung. Es macht Spaß, mit innovativen Mitarbeitern an neuen Projekten zu arbeiten und alte kreativ umzugestalten.

Stichwort „kreativ umgestalten“: Ich wünsche mir auch, dass unsere (Freie evangelische) Gemeinde ein Ort wird, in dem Menschen einen Ort der Hoffnung und des Trostes finden. Dazu sind immer wieder Veränderungen nötig. Auch das ist für mich ein Ziel, für das sich jede Menge persönlicher Einsatz lohnt. Wir sind bereits ein gutes

Hoffentlich
gnädiger
für Schwä-
chen von
anderen
und von mir
selbst.

Stück vorangekommen, aber ein langer Weg liegt auch noch vor uns ...

Und dann sind da noch Träume ...

Neben diesen konkreten Zielen habe ich auch noch Träume, die teilweise noch recht vage sind. Ich träume davon, mit 55 so unabhängig wie möglich zu sein. Ich träume davon, einen immer größer werdenden Anteil meiner Zeit so einsetzen zu können, wie ich es selbst für richtig halte. Ich träume von gemeinsamen Projekten mit meiner Frau, vielleicht mit meinen Kindern, vielleicht in Zusammenarbeit mit anderen Freunden. Ich träume davon, Menschen zu unterstützen, die ihr Leben in unterschiedlichen Teilen der Erde für andere einsetzen.

Tatsächlich, manche dieser Träume fangen an, Wirklichkeit zu werden, langsam, in kleinen Schritten, aber immerhin ...

Ich
möchte
Opa
werden.

Vor allem aber möchte ich, dass sich Menschen in meiner Umgebung wohl fühlen. Ich bin begeistert, wenn gerne Gäste zu uns kommen. Und ich freue mich, wenn andere durch mich weiterkommen. Es bereitet mir Spaß, im Hintergrund zu stehen, zu ermutigen und dann zu beobachten, wie andere richtig gut oder immer besser werden: meine Kinder, Mitarbeiter im Verlag, freie Autoren, Jugendliche aus unserer Gemeinde, die bei uns in der Familie aus und ein gehen.

Zum Schluss noch mein heimliches Ziel: Ich möchte mit meiner Frau zusammen alt werden. Das fände ich spannend. Und: Ich möchte Opa werden. Um dann mit meiner

Frau, meinen Kindern, Enkeln und Freunden
zusammen große Feste zu feiern.

Wenn ich das so sage, schauen mich immer alle ganz groß an. „An so was denkst du schon?“ Ja natürlich, denn alt zu werden hat für mich nichts Furchteinflößendes mehr ...

Mit 40 bin ich es ja sowieso schon.