

# Prolog



*„Jedes unserer großen Lebensvorhaben  
beginnt mit einem Traum.  
Und ein Traum ist nichts anderes  
als eine mögliche Wirklichkeit,  
die nur darauf wartet,  
dass sie stattfinden darf.“*

*John Strelecky*

Die Grafik „Lebensreise“ einer befreundeten Künstlerin schenkt mir Jörn Weihnachten. Sie zeigt ein eng umschlungenes Paar auf einem kleinen Boot, das auf den wogenden Wellen des Lebens dahingleitet. Dieses symbolträchtige Bild erinnert uns an unseren Traum, für eine Weile aus dem Alltagstrott auszusteigen.

„Wie kann das gehen?“, haben wir uns oft gefragt. Unsere Vorstellungen waren diffus. Mal raus. Aber wohin? Mal alles Gewohnte hinter uns lassen. Aber wie? Jörns Versuch, sich auf Zeit ins Ausland versetzen zu lassen, scheiterte.

Die „Lebensreise“ betrachtend sinnieren wir nun nach.

„Wäre nicht gerade jetzt der richtige Zeitpunkt dafür?“, fragt Jörn. Erneut schmieden wir Pläne und verwerfen sie wieder.

„Wie wäre es, eine Sprachschule im Ausland zu besuchen?“, bringe ich einen neuen Gedanken ins Spiel. „Dann hätten wir die Chance, unser Englisch zu verbessern“, denke ich laut nach. „Gleichzeitig könnten wir unkompliziert Leute kennenlernen.“

Jörn schaut mich an: „Klingt gut.“ Nach einer Weile fügt er hinzu: „Ich frage mal bei meinem Arbeitgeber nach, ob

sein Angebot, Sprachkurse im Ausland zu fördern, auch für längere Zeit gilt.“ Gesagt, getan.

„Selbstverständlich“, lautet die Antwort. Wir schauen einander an. Jetzt ist die Tür zum Wahrnehmen unseres Traums einen Spalt breit geöffnet. Wollen wir sie weiter aufstoßen oder die Chance ungenutzt verstreichen lassen?

Wir stellen zunächst einen Fuß in die Tür und überlegen, wo wir die Sprachschule besuchen könnten. Im englischsprachigen Ausland, das ist schon mal klar. Es darf auch auf einem anderen Kontinent sein. Wir nehmen einige Länder ins Visier und bleiben letztlich bei Kanada hängen. Dagegen gibt es keine Einwände. Die Tür öffnet sich also weiter. Warum Kanada? Eine Herzensentscheidung. Die Sehnsucht nach unendlicher wilder Natur, nach Stille und Weite mag eine Rolle spielen. Ebenso die Tatsache, dass wir dort mehrere Monate ohne Visum leben können. Die Freundlichkeit der Kanadier, von der wir gehört haben, kommt hinzu. Schließlich gelten Kanadier verschiedenen Erhebungen zufolge als eine der glücklichsten Nationen der Welt. Unter diesen wollen wir für eine Weile leben und erkunden, was sie so glücklich macht. Und wodurch sie sich von anderen Nationen, speziell uns Deutschen, unterscheiden. Gibt es einen gesellschaftlichen Anteil am Glück des Einzelnen? Können wir davon etwas für unser deutsches Leben lernen?

Unsicher tasten wir uns voran, kennen wir doch weder Land noch Leute. Und Kanada ist groß. Wohin genau wollen wir gehen? Wir lieben das Meer. Wie wäre es also, eine Stadt an der Küste zu wählen? Das zwischen Pazifik und *Coast Mountains* gelegene Vancouver ist nach zahlreichen Umfragen eine der lebenswertesten Städte der Welt. Ihre Einwohner werden als *laid-back*, tiefenentspannt, beschrie-

ben. Wäre das nicht gerade richtig für uns und die begrenzte Zeit, die uns zur Verfügung steht? Kurz entschlossen sagen wir Ja zu Vancouver und stoßen die Tür damit weiter auf.

Nachdem wir mit unseren Arbeitgebern die Möglichkeiten von Freistellungen erörtert haben, beginnen wir mit der konkreten Organisation unserer Reise. Zunächst versuchen wir, Kontakt mit einer ortsansässigen Sprachschule aufzunehmen. Statt einer Antwort aus Vancouver erhalten wir ein kostengünstiges Angebot aus dem kalifornischen San Diego. Nein, auch wenn das Angebot verlockend klingt: Wir bleiben bei Vancouver und Kanada. Nun sehen wir uns im Internet nach einer Unterkunft um. In ein bezahlbares älteres Haus im Ortsteil Dunbar verlieben wir uns auf den ersten Blick. Vor dem mit hölzernen Schindeln verkleideten Gebäude wurzelt ein hochgewachsener Lindenbaum mit üppiger Krone. Hier können wir in kanadischer Wohnumgebung Fuß fassen und unter Einheimischen leben.

Gleichzeitig eröffnen wir die Pläne unseren Familien, die dies zwar überrascht aber durchaus positiv aufnehmen, nach und nach unseren Freunden und Kollegen. Die Reaktionen können unterschiedlicher nicht sein. Von „Glückwunsch“ über „*Are you kidding?*“ bis hin zu „Seid ihr jetzt völlig verrückt geworden?“ erleben wir alles.

Was um Himmels willen treibt uns dazu, werden wir gefragt. Wir, Jörn und ich, sind in unseren Vierzigern, seit einer gefühlten Ewigkeit miteinander verheiratet, haben einen dreizehnjährigen Sohn, gute Jobs, einen engen Freundeskreis und ein Haus in schöner Wohnlage. Kurz gesagt: ein gutes Leben. Was also bitte soll das? Warum dieses Abenteuer? In einer ruhigen Stunde sinnieren wir bei einem

Glas Rotwein nach. Da ist die Alltagsroutine mit ihren 1.000 Gewohnheiten und ebenso vielen Verpflichtungen. Da ist das Hamsterrad des „Immer schneller“ des Arbeitslebens, in dem wir uns manchmal wie Marionetten fühlen, die von anderen gesteuert werden. Insbesondere Jörn hat über lange Zeit viel zu viel gearbeitet, keine Zeit mehr für sich und die Familie gehabt, war getrieben von einer Vielzahl äußerer Verpflichtungen, selbstgesteckten Zielen sowie eigenen Glaubenssätzen. Er spürt, dass seine Akkus leerer und leerer werden und dass die Notwendigkeit des Aufladens besteht. Für eine Weile muss er da raus, um nicht krank zu werden. Aus persönlicher Notwendigkeit sozusagen. Zudem sehnen wir uns beide danach, mehr Zeit zu haben. Zeit, die nur uns gehört. Einem jeden von uns. Und wir wollen für ein paar Monate das Leben führen, das wir selbst auswählen. Ohne Fremdbestimmung. Ohne Kompromisse. Nur unserer inneren Stimme folgen und in Resonanz mit anderen Menschen leben. Uns eine Zeit lang mehr Ruhe gönnen, um danach wieder kraftvoll, schöpferisch und kreativ durchzustarten, ist unser Ziel. Dazu müssen wir zunächst einmal Gewohntes hinter uns lassen und sehen, was passiert.

Dass wir als Familie auf diese Reise gehen, ist von Anfang an klar. Eine bis zur siebten Klasse reichende *Elementary School* für unseren Sohn Julian finden wir mit Hilfe des Internets. Unsere Vermieter bieten sich an, bei der Schulleiterin vorzusprechen. Dabei stellt sich heraus, dass die Anmeldung über den *Vancouver School Board*, die Schulbehörde der Stadt, erfolgen muss. Da deren Regeln einen mehrmonatigen Mindestschulbesuch vorsehen und am ersten Juli die Sommerferien beginnen, erhalten wir die Empfehlung,

früher als beabsichtigt zu kommen. Unser Traum scheint zu wackeln. Schließt sich die Tür nun wieder, bevor wir hindurch gehen können? Nachdem wir umfangreich erklärt haben, dass uns das nicht möglich ist, erreicht uns die Nachricht: „Dann lasst uns eine Schule suchen, die Julian für kürzere Zeit aufnimmt. Gern helfen wir, euer kanadisches Abenteuer wahr werden zu lassen.“ Mir fällt ein Stein vom Herzen. Schließlich rät die Schulbehörde, unseren Sohn eine Klasse höher als in Deutschland einzuschulen. Der Besuch einer *High School*, die von der achten bis zur zwölften Klasse reicht, stelle für ihn doch sicher ein größeres Erlebnis dar. Daher mögen wir doch bitte unsere drei bevorzugten *High Schools* mitteilen. Fasziniert von so viel Freundlichkeit wählen wir die von unserem Haus nächstgelegenen Schulen aus, um wenige Tage später die Bestätigung zu erhalten: Unser Sohn kann eine von ihnen besuchen. Nun steht die Tür sperrangelweit offen.

Für die folgenden Monate wollen wir ein Wohnmobil mieten, mit dem wir die landschaftliche Schönheit und die einzigartige Pflanzen- und Tierwelt Kanadas ganz unmittelbar erleben können. Nachfragen bei verschiedensten Wohnmobilvermietern ergeben, dass weder in Vancouver noch in Seattle oder Calgary jetzt noch ein Wohnmobil für längere Zeit verfügbar ist. Was nun? Daran werden wir unseren Traum nicht scheitern lassen. Nach weiteren Recherchen bekommen wir schließlich die Auskunft: „Ein letztes Wohnmobil ist in Whitehorse erhältlich.“

„Wo ist denn das?“, frage ich Jörn. Eine Recherche schafft unverzüglich Klarheit. „Whitehorse liegt 2.000 Kilometer nördlich von Vancouver auf der Höhe Alaskas“. Keine Frage, dass wir das *Motorhome* anmieten.

Die Zeit der Planungen ist anstrengend und vergeht wie im Fluge. Nachdem die abzutragenden Arbeitsberge langsam kleiner werden, macht sich Vorfreude breit. Doch auch Unruhe und Respekt vor dem vor uns Liegenden gesellen sich in den letzten Wochen vor dem Start dazu. Uns wird bewusst, *it's a sailing into the unknown*, es ist ein Aufbruch in das Unbekannte. Es tauchen Fragen auf: Ist es richtig, was wir da tun? Haben wir alles Wichtige bedacht? Wäre es nicht leichter, am bekannten Ort zu bleiben, noch dazu, wo der Frühling vor der Tür steht? „Jedem Anfang wohnt ein Zaudern inne“, lese ich bei Meike Winnemuth und kann das unterschreiben.

„Ist dieses Zaudern typisch für ein Herauswagen aus der Komfortzone? Liegen möglicherweise bei jeder Veränderung im Leben Chance und Risiko dicht beieinander?“, frage ich erst mich selbst und dann Jörn. Dieser erinnert mich daran, was ich eigentlich schon selber weiß, dass wir es schaffen werden, weil unsere Sehnsucht größer ist als unsere Zweifel. So nehmen wir unseren Mut zusammen, packen die Koffer und setzen die Segel. Denn, wie John A. Shedd schreibt: „Ein Schiff im Hafen ist sicher. Aber dafür wurde es nicht gebaut.“



Ich habe mir ein Notizbuch mit einem Kolibri als Glückssymbol zugelegt, in das ich meine Erkenntnisse über Glück notieren will. Noch etwas unsicher hole ich es heraus und halte erste Gedanken fest:

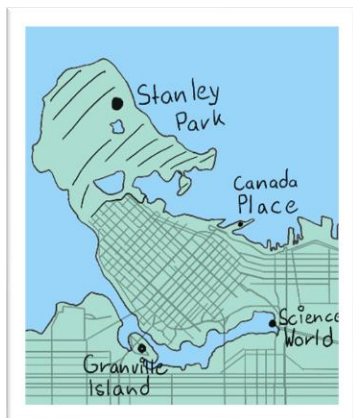
1. Wenn du merkst, dass deine Akkus leerer und leerer werden, gönne dir freiwillig eine Pause von den üblichen Gewohnheiten und Verpflichtungen. Tanke auf, um nach einer Weile wieder energiegeladen und mit neuen Ideen durchstarten zu können.
2. Für ein glückliches Leben und das Wahrmachen deiner Träume musst du dich selbst entscheiden. Das wird niemand anderes für dich tun.
3. Wage es, aus der Komfortzone deiner Gewohnheiten herauszutreten und Dinge anders zu machen als bisher.
4. Sei flexibel. So erweiterst du deine Möglichkeiten. Und deine Chancen auf Glück.
5. Folge deinem Herzen und höre auf deine innere Stimme.
6. Bleibe Kapitän/in deines eigenen Lebens.



7. Lass dich von Zweifeln und Rückschlägen nicht entmutigen. Auch sie gehören zu einem glücklichen Leben.
8. Überwinde immer wieder deine Ängste. So trainierst du deinen Mut.
9. Sei offen für Neues, neue Menschen, neue Gewohnheiten, ein neues Umfeld. Stelle deine Sinne auf Aufnahme.
10. Unter glücklichen Menschen zu leben, könnte das Glück fördern.

### 3. Kapitel

## Licht und Schatten



„Tag und Nacht,  
Sonne und Mond,  
Lachen und Weinen,  
Nähe und Distanz  
gehören zu einem authentischen Leben.“

Pierre Stutz

## Auf Entdeckungstour durch Vancouver

Vancouver hat viele Gesichter. Hier liegen Licht und Schatten dicht beieinander. Die tolerante Stadt ist in der Lage, vieles zu verkraften und Gegensätze auszuhalten, auch dann, wenn Himmel und Hölle manchmal nur einen Straßenzug voneinander entfernt liegen.

Eine sonntägliche Radtour führt uns am Ufer des Meeresarms *Burrard Inlet* entlang. Wir sind unterwegs von dem inmitten der Innenstadt gelegenen *Canada Place* über *Coal Harbour* zum *Stanley Park*, einem der größten Stadtparks Nordamerikas.

Als wir die riesigen farbenfrohen Totempfähle im Park erreichen, fragen wir uns: „Wo ist denn unser Rucksack mit den Ausweisen, Geldbörsen und Handys?“

Keiner von uns hat ihn mehr auf dem Rücken. Wir schauen auf unsere Fahrräder.

„Nein, da ist er auch nicht.“

Wie vom Blitz gerührt wenden wir und treten in die Pedale, so schnell wir können.

„Wo haben wir den letzten Fotostopp eingelegt?“, frage ich.

Auf dem *One Way Cycling Path*, der Einbahnstraße für Radfahrer, eilen wir nun in die falsche Richtung zurück. „Unser letzter Halt liegt mindestens zwanzig Minuten zurück“, rekapituliert Jörn, „seither sind unzählige Einheimische und Touristen an dieser Stelle vorbeigekommen.“ Wir rasen durch den Park, als würden wir von der Polizei verfolgt. Die entspannten Vancouveraner schauen uns verwundert an. Derartige Eile ist ihnen fremd. Letzter Foto-stopp war auf der Promenade des *Seewall Water Walks*, erinnere ich mich. Auf welcher der vielen Bänke haben wir gesessen und aufs Meer gesehen? Prüfend werfe ich einen Blick auf jede Bank. Vergebens. Da ist keine Spur unseres Rucksacks.

Plötzlich ruft Jörn: „Dort vorn ...“.

Das Ende seines Satzes kann ich nicht verstehen. Ich schaue in die Richtung, in die er zeigt ... und sehe unseren Rucksack mutterseelenallein auf einer Parkbank stehen.

„Das ist gerade nochmal gut gegangen“, meint Jörn.

Ich mag mir gar nicht vorstellen, was passiert wäre, wenn ... und stoppe den Gedanken.

Nun geht's ein zweites Mal in den *Stanley Park*. Ganz bewusst genießen wir das gemächliche Tempo, schauen nach rechts und nach links und nehmen dabei die besondere Schönheit der Stadt wahr.

„Was denkst du, sind wir zu Hause nicht auch oft viel zu schnell durch unseren Alltag unterwegs? Völlig auf ein Ziel fokussiert und ohne nach rechts oder links zu schauen? Und verpassen wir deshalb nicht auch dort das Schöne jenseits des Wegs?“, frage ich Jörn.

„Das Alltagsleben erfordert Struktur, um Dinge zu Ende zu bringen und etwas zu schaffen“, meint er.

„Könnten wir uns künftig vielleicht auch zuhause immer wieder Zeiten der Muße und des Verweilens nehmen?“, taste ich mich fragend vor. „Würde das unser Glück nicht auch im Alltag fördern?“

Während wir *relaxed* den Park umrunden, empfängt uns zunächst die Statue des Sprinters Harry Jerome, der bei den Olympischen Spielen 1964 für Kanada Bronze gewann. Nun wieder im Genießermodus zücken wir unsere Fotoapparate, um die Eindrücke dieses Moments einzufangen: Der Läufer sprintet auf grüner Wiese vor einem Meeresarm. Hinter ihm erhebt sich die Skyline *Downtown* Vancouvers vor hellblauem, mit weißen Schleierwölkchen betupftem Himmel. Das wird ein Sehnsuchtsbild für lange Winterabende. Soviel ist klar. Kurze Zeit später grüßt die *Nine O’Clock Gun*, die jeden Abend einundzwanzig Uhr einen Schuss abfeuert. Wie schön, dass wir den Tunnel- gegen den Weitwinkelblick eingetauscht haben. Der Radweg führt am kleinen *Brockton Point Lighthouse* und der *Girl in a Wet Suit Statue* vorbei. Schließlich passieren wir naturbelassene Strände, an denen parallel zum Meer ausgerichtete Holzstämme zum Verweilen einladen.

Wieder einmal lassen wir den Blick über das ruhige Wasser gleiten und bemerken, dass sich nach ein paar Wochen in Vancouver langsam aber sicher ein Prioritätenwechsel eingestellt hat.

„Andere Lebensbedingungen ermöglichen eben andere Reaktionen“, meint Jörn, „weil uns ein Leben außerhalb des Gewohnten verändert.“

Ich lausche nach innen: „Mir ist, als sortiere sich manches in mir neu. Geschehenes wird verarbeitet. Einige Dinge

meines bisherigen Lebens kann ich mit Abstand selbst besser verstehen.“

Neben Radtouren durch den *Stanley Park* lieben wir es, zu Fuß durch die Straßen der Innenstadt zu streifen. In der Mittagszeit setzen wir uns gern mit den Einheimischen auf die sonnenbeschienenen Stufen der *Art Gallery*. Eine Vielzahl von *Food Trucks* lädt zu einem preiswerten *Lunch* ein. Hier können wir die besondere Atmosphäre der Stadt hautnah spüren. In dem am Fuße der Stufen befindlichen Eisoval machen Eiskunstläufer im Sommer „Trockenübungen“. Ein junger Mann hebt gefühlvoll seine Partnerin einarmig in die Höhe, um sie danach sanft und sicher mit beiden Händen aufzufangen. Ich lasse meine Augen über die multikulturelle Stadt schweifen. Den Ruf, eine der tolerantesten der Welt zu sein, trägt Vancouver nicht zu Unrecht. Von Anna, unserer Lehrerin, wissen wir, dass Chinesen hier mit knapp einem Drittel die größte nichteuropäische Bevölkerungsgruppe bilden. Mit ihrer Aussage, dass die Hälfte der Einwohner des Großraums Vancouver eine andere Muttersprache als Englisch spricht, hatte sie uns bei unserer Ankunft Mut gemacht, unser Englisch vom ersten Tag an ohne Scheu vor Fehlern bei jeder sich bietenden Gelegenheit zu praktizieren.

Da ist immer wieder ein freundliches „Hi“ von Fremden. Angesichts dessen können wir gar nicht anders, als uns wohl zu fühlen. Automatisch ahmen wir ihr aufgeschlossenes Lächeln nach. Es sind diese kleinen Augenblicke, die uns - vorausgesetzt wir bemerken sie - glücklich machen. Ein Schlüssel zum Glück liegt also offensichtlich darin, die kleinen Momente wertzuschätzen.

Von den Stufen der *Art Gallery* fällt mein Blick auf das linkerhand gelegene *Court House*. Das macht mich neugierig. Schön, abseits des Alltags der eigenen Neugier folgen zu können. Am Eingang lese ich, dass in diesem Gebäude *Supreme Court*, das Oberste Gericht, *Court of Appeal*, das Berufungsgericht, und *Provincial Court*, das Amtsgericht, untergebracht sind. Ich gebe mich als Juristin zu erkennen und frage vorsichtig nach, ob es möglich sei, das Gebäude zu besichtigen. Der mit Waffe und schusssicherer Weste ausgestattete Sicherheitsbeamte bemerkt meinen deutschen Akzent. Er streift einen Ärmel seines Hemdes nach oben und zeigt das auf seinem Oberarm sichtbar werdende Tattoo. Zu unserer Überraschung kommen der Bundesadler und drei Sterne in den Deutschlandfarben zum Vorschein. Wir schauen ihn erstaunt an.

„Ich bin zur Fußballweltmeisterschaft 2006 in Deutschland gewesen und habe dort eine grandiose Stimmung erlebt.“ Seine immer noch vorhandene Begeisterung für unser Heimatland steht ihm ins Gesicht geschrieben. „Ihr könnt euch gern das gesamte Gericht anschauen.“

So wandeln wir durch das moderne, großzügige, lichtdurchflutete Gebäude, dessen sieben Etagen terrassenförmig angelegt sind. Ein schräges gläsernes Dach lässt Tageslicht auf jede Ebene. Das nehmen unzählige, auf allen Etagen wachsende kleine Bäume und Büsche dankbar auf.

Zuhause definieren wir uns nicht unwesentlich über unseren Beruf und die damit verbundenen Aufgaben und Verantwortlichkeiten. Das alles ist hier nicht wichtig. Keiner fragt uns, was wir sind. Allenfalls zählt die Qualität unseres Englischs, ist es doch Voraussetzung für jede Konversation. Aber auch da sind die Kanadier nachsichtig. Kanada ist

eben ein Einwanderungsland. Hier werden Immigranten und Gästen Fehler nicht übelgenommen.

Einen wolkenarmen Abend nutzen wir für einen Besuch des *Lookouts* im *Harbour Center*, einer verglasten Aussichtsplattform. Neben *Downtown* unter uns erblicken wir im Westen den *Stanley Park* und *Vancouver Island* in der Abendsonne. Im Norden taucht North Vancouver vor der Kulisse von *Cypress Mountain* und *Mount Seymour* jenseits des *Burrard Inlets* auf. Im Südwesten suchen wir unsere Wohngegend und finden sie schließlich in der Nähe des Universitätsgeländes. Die untergehende Sonne färbt den Himmel an diesem Tag golden, um schließlich recht unspektakulär hinter ein paar weißen Wolken unterzugehen. Mit Einbrechen der Dunkelheit geht die Beleuchtung des *BC Places*, des *Soccer-* und *Football-Stadions*, an. An seine helle, lichtdurchlässige Außenfassade werden abwechselnd kanadische und japanische Flaggen projiziert und kündigen so das Länderspiel am Folgetag an.

Täglich freuen wir uns auf unseren Unterricht. Obwohl Anna geschieden ist und keine Kinder hat, ist sie - davon sind wir überzeugt - ein zufriedener Mensch. In Kanada scheint man sich möglicherweise leichter dem Fluss des Lebens zu fügen und zu wissen, dass schöne ebenso wie herausfordernde Tage dazugehören.

Gern und oft besuchen wir *Granville Island*, die auf einer Halbinsel am Meeresarm *False Creek* inmitten der Stadt gelegene Theater- und Kunstmeile. Kaum zu glauben, dass sie Anfang des zwanzigsten Jahrhunderts als Industriegebiet genutzt wurde. Wir schlendern vorbei an kleinen Theatern, Cafés und Galerien, die sich in trauter Nachbarschaft zu Brauereien, Handwerksfirmen, einer Zementfabrik und der



*Emily Carr University of Art and Design* befinden. Das Lebensmittelangebot der imposanten Markthalle lässt keine Wünsche offen. Fische und Muscheln jeder Größe und Art, Käse aus aller Herren Länder und Leckereien aus der ganzen Welt finden hier ihre Abnehmer. Als Jörn von einer seiner ersten nachmittäglichen Touren zurückgekehrt war, schwärmte er uns von dem hier erworbenen *Granola*, mit Honig und Nüssen gebackenen Haferflockenscheiben, vor.

Als wir um eine Kostprobe baten, meinte er mit bedauerndem Lächeln: „Das *Granola* war so lecker, dass ich auf dem Weg nach Hause nicht widerstehen konnte.“

Bei unserem gemeinsamen Besuch schlagen wir nun zu. Die große Tüte leert sich rasch, während wir auf einer der Bänke vor der Markthalle der Livemusik einer kleinen Band lauschen und dabei versonnen aufs Wasser und die dort ankernden Hausboote schauen. Dahinter erhebt sich einmal mehr die Skyline der Innenstadt. Wieder so ein Augenblick für die Ewigkeit. Wahrnehmen. Wahrnehmen. Und genießen. Der nahe gelegene hügelige *Ron Basford Park* lädt ebenfalls zum Verweilen ein. Schnell haben wir unsere Fotoapparate zur Hand, als ein kleiner, nur zehn Passagiere fassender Seebus vergnügt auf dem Meeresarm posiert und die imposante Kuppel der *Science World* vor den schneebedeckten *Coast Mountains* hinter sich weiß.

Wenn man Zeit nicht mehr aus der Perspektive des Mangels sieht, stellt sich Muße von selbst ein. Muße, wie das klingt, denke ich. Wie selten benutze ich das Wort zuhause. Muße. Mußestunden. Das bedeutet Wohlfühlen. Alle Fünfe gerade sein zu lassen. „Muße ist kein Zeitmaß, sondern eher eine Haltung“, schreiben Beate und Olaf Hofmann. Muße tut Körper und Seele gut. Herzfrequenz, Atemrhythmus

und Muskelspannung normalisieren sich. Der Schlaf wird tiefer. Das Immunsystem lädt auf. Die Seele baumelt. Ja, genauso fühle ich mich. Glück. Hier ist es.

## **Museum of Anthropology & First Nations**

Während der kleinen Stadtrundfahrt, die Isabelle und Pierre nach unserer Ankunft mit uns unternommen haben, hatte Isabelle gemeint: „Ein Besuch im *Museum of Anthropology* ist ein Muss! Wenn ihr unsere Geschichte und Kultur verstehen wollt, dürft ihr dieses Museum nicht versäumen.“

Nun haben wir uns auf den Weg gemacht und betreten das moderne lichtdurchflutete Gebäude. Bei seiner Gestaltung hat sich der Architekt Arthur Erickson von den Langhäusern der indigenen Stämme der Nordwestküste Kanadas inspirieren lassen. Eine junge Frau begrüßt uns und singt zur Einstimmung mit starker dunkler Stimme ein Lied ihres Stammes.

„Die Geschichte der *First Nations*, wie die ersten Einwohner Kanadas genannt werden“, beginnt sie ihre Führung, „reicht mindestens 12.500 Jahre zurück. Die Besiedlung Kanadas geschah vermutlich über eine Landbrücke, die einst Sibirien mit Nordamerika verband. Da während der Eiszeit Wassermassen in Gletschern gefangen waren, lag der Meeresspiegel damals deutlich unter dem heutigen Niveau.“

Ich rufe mir eine Landkarte ins Gedächtnis und versuche mir die Landbrücke vorzustellen.

„Die Stämme breiteten sich sodann rasch entlang der Westküste aus und siedelten sich auch im Binnenland an.

Die meisten Stämme“, so die Führerin, „lebten zunächst weitgehend als Nomaden, bevor sie sich vielerorts im Winterhalbjahr in festen Behausungen, den sogenannten Langhäusern, niederließen.“

„Worin wohnten sie im Sommer?“, fragt Julian.

„In Tipis oder Wigwams. Das sind mit Rinde oder Grasmatte bedeckte Gerüste aus gebogenen Ästen.“

Angesichts dessen erinnere ich mich der Indianer- und Cowboyspiele meiner Kindheit, zu denen selbstverständlich Tipis gehörten. Ungeachtet der Tatsache, dass ich ein Mädchen war, liebte ich es, mit einem Stirnband um meine langen Haare gebunden, einer daran befestigten Möwenfeder und einem Tomahawk am Gürtel den Cowboys die Stirn zu bieten. Inspiriert von Karl May war ich selbstverständlich Winnetou.

Angeregt durch die Worte der jungen Führerin betrachten wir die unzähligen Masken und Skulpturen der ersten Einwohner Kanadas, während sie fortfährt: „Seit Ende des fünfzehnten Jahrhunderts erreichten europäische Fischer die Ostküste, um dort Fischfang zu betreiben. Mehr und mehr besiedelten sie sodann vom Osten aus das Land.“ Ich schaue mich um und berühre vorsichtig Truhen aus weichem Zedernholz, die mit indigenen Ornamenten geschmückt sind. „Als die USA Anfang des neunzehnten Jahrhunderts das Gebiet des heutigen Kanadas erobern wollten, konnte der Angriff nur mit Hilfe der *First Nations* abgewehrt werden.“

Wenn ich ihr zuhöre, spüre ich die aus meiner Kindheit rührende tiefe Sympathie für alles Indigene erneut. In meiner Erinnerung tobe ich wieder mit meinen Freundinnen und Freunden im Indianeroutfit durch den elterlichen

Garten sowie über die umgebenden Felder und sitze am Abend mit meinem Freund Old Shatterhand alias Thomas am Lagerfeuer.

Nach ein paar Schritten durch das Museum fährt sie fort: „Mit der Zuwanderung zahlreicher Goldsucher aus den USA und Europa breiteten sich immer wieder große Epidemien wie Pocken, Masern und Tuberkulose unter den *First Nations* aus. Die Indigenen besaßen gegen die eingeschleppten Krankheiten praktisch keine Immunabwehr.“

Erstaunlich, denke ich. All das hat in meinen Kindertagen keine Rolle gespielt.

„Die Regierung schloss mit einzelnen Stämmen so genannte *Numbered Treaties*, nummerierte Verträge. Damit gaben sie ihr Land auf. Als Gegenleistung erhielten sie Reservate als Lebensraum, Jagd- sowie Fischereirechte und Entschädigungen“, fährt sie fort.

„Zunehmend formulierte die Regierung das Ziel, die *Indians*‘, wie sie von den europäischen Einwanderern genannt wurden, zu assimilieren. Um das zu erreichen, wurden wichtige Elemente ihrer Kultur wie Sonnentanz und *Potlatch* verboten. Bei Zuwiderhandlung drohte Freiheitsentzug.“

Wir erreichen die Bilderausstellung des indigenen Künstlers Paul Lawrence Yuxweluptun. Seine Werke untermalen die Worte der jungen Führerin und machen eindrücklich darauf aufmerksam, was die Zugewanderten den ersten Einwohnern angetan haben. Zugleich zeugen sie vom fortdauernden Kampf dieser Stämme um die Wahrung ihrer Rechte auf Land, Ressourcen und ihre Souveränität.

„Erst Mitte des letzten Jahrhunderts sind die Verbote des *Potlatches* und des Sonnentanzes aufgehoben worden. Zehn

Jahre später, also 1960, durften die Indigenen erstmals an Wahlen zum kanadischen Unterhaus teilnehmen.“

Ich bleibe vor einem Bild stehen, auf dem ein Mädchenkopf zu sehen ist. Das vielleicht zehnjährige Mädchen indigener Herkunft blickt mich ernst an. Sie hat einen Pagenschnitt und trägt ein weißes Kleid mit Kragen. Um ihren Kopf ranken sich bunte Muster ihres Stammes. Durch ihr Gesicht gehen schwarze Linien. Ich versuche, das Bild zu deuten: Äußerlich an die Kultur der Einwanderer angepasst leben die indigenen Muster in ihrer Seele fort. Das führt zu innerer Zerrissenheit. Winnetou möchte das Mädchen in seine Arme nehmen, es trösten und mit ihm einfach davonreiten.

„Noch immer leben viele Angehörige der *First Nations* ausgegrenzt in oftmals baufälligen Häusern in entlegenen Reservaten ohne ausreichende Verkehrsanbindung. Lebensmittel und Baumaterialien können daher nur mit Mühe angeliefert werden. Lediglich ein Viertel von ihnen ist an das Trinkwassernetz angeschlossen.“

Obwohl ich mit Julian nie über die Indianerleidenschaft meiner Kindheit gesprochen habe, scheint auch er irritiert zu sein und meint: „Das passt ja gar nicht zu dem sonst so weltoffenen und toleranten Kanada.“

Schließlich erreichen wir innerhalb der Bilderausstellung ein besonderes Kunstwerk: Auf dem Boden ist aus weißer Jungen- und Mädchenunterwäsche ein Kreuz gestaltet, an dem Blut klebt.

Die Führerin spricht über die in Kanada bis 1996 existierenden *Residential Schools* und berichtet: „Alle Kinder der *First Nations* wurden in der Regel in ihrem sechsten Lebensjahr, wenn nötig unter Polizeigewalt, aus ihren Familien

herausgelöst und in Schulen fernab ihrer Heimat gebracht. Diese standen unter Obhut der Kirchen und unterrichteten und erzogen ausschließlich indigene Kinder.“

Wieder blutet Winnetous Apachenherz.

„Unter dem Slogan ‚*Save the child but kill the Indian*‘ durften sie ihre ursprünglichen Namen nicht mehr tragen, sondern wurden Paul oder Joanna genannt. Ihre Kleider wurden ihnen genommen und ihre langen Haare abgeschnitten.“

Nochmals schaue ich auf das Bild des Mädchenkopfes.

„In diesen Schulen gab es Gewalt und sexuelle Übergriffe. Das symbolisiert das blutbeschmierte Kreuz.“

„Was haben die Einwanderer den *First Nations* nur angetan?“, höre ich Julian sagen.

Eine Kanadierin fragt näher nach.

Die junge Frau berichtet zögerlich: „Die ersten *Residential Schools* wurden Ende des neunzehnten Jahrhunderts gegründet. Das basierte auf dem *Indian Act*. Die Aufgabe der Schulen bestand in der Christianisierung und Zivilisierung der Kinder.“

Winnetou atmet tief durch.

„Ohne familiäre Liebe und Zuwendung mussten sie strenge, ihnen zumeist unverständliche fremde Regeln befolgen. Auch war ihnen bei Strafe verboten, ihre Sprache zu sprechen.“

Immer wieder richte ich meinen Blick auf den Mädchenkopf, dessen Schmerz spürbar ist.

„Oft waren die Schulen überbelegt. Unterernährung und gesundheitliche Vernachlässigung waren die Folgen. Die Sterblichkeitsrate war hoch.“

Winnetou erwägt, zu seinem Freund Old Shatterhand zu reiten, um Hilfe zu holen.

„Da mehrere Generationen der *First Nations* ausnahmslos dieser Erziehung unterlagen“, fährt die junge Frau fort, „sind die Wunden nicht abzusehen.“

Sie macht eine Pause. „Viele Überlebende, wie sie sich selbst bezeichnen, sind traumatisiert. Entwurzelung, Depression, mangelnde Fähigkeiten zum Eingehen von Partnerschaften und zur elterlichen Sorge sind Folgen. Ein Großteil der Betroffenen ist alkohol- beziehungsweise drogenabhängig und findet nicht in ein normales Leben zurück.“

Während die junge Frau das sagt, ist es mucksmäuschenstill.

„Deshalb sind heute mehr als die Hälfte der Indigenen arbeitslos oder abhängig von Sozialfürsorge. Die Rate der Analphabeten ist doppelt so hoch wie in der kanadischen Gesamtbevölkerung, die Suizidrate fünfmal, bei Jugendlichen siebenmal so hoch wie im Durchschnitt.“ Die Stimme scheint ihr versagen zu wollen.

Ein etwa sechzigjähriger Kanadier aus Ontario meldet sich zu Wort: „Die *Residential Schools* haben auch ihr Gutes gehabt. Eine Richterkollegin von mir ist Indigene. Einzig durch den Besuch einer *Residential School* hat sie die Möglichkeit erhalten, später Jura studieren und Richterin werden zu können. Das darf man bei aller Kritik nicht vergessen.“

Winnetou will ihm an die Gurgel gehen. Die Juristin in mir hält ihn zurück und meint altklug: „Rache ist keine Lösung, Winnetou.“

Er erwidert: „Du hast gut reden, du hast das alles nicht erleiden müssen.“

Kleinlaut räumt sie ein: „Das stimmt.“

Während wir den Weg zum bedeutendsten Ausstellungsstück des Museums antreten, setzt die junge Frau fort: „Übrigens hat sich der kanadische Ministerpräsident vor einigen Jahren bei den *First Nations* entschuldigt. Er hat eingeräumt, dass die Politik der erzwungenen Assimilation falsch war, großen Schaden angerichtet hat, und die ersten Einwohner Kanadas um Vergebung gebeten.“

Die Juristin in mir meint: „Späte Gerechtigkeit“, während Winnetou überzeugt ist: „Die Gerechtigkeit kommt zu spät.“

Vor der von Bill Reid geschaffenen Holzskulptur „Der Rabe und die ersten Menschen“ bleiben wir stehen.

„Das Kunstwerk zeigt die Schöpfungsgeschichte aus Sicht der *Haida*, eines auf der Inselgruppe *Haida Gwaii* lebenden indigenen Stammes.“

Wir stehen in einem lichtdurchfluteten Rondell. Dessen Mittelpunkt bildet eine Figurengruppe, die aus einem Block Scheinzypresse geschnitzt ist. Ein überdimensional großer Rabe sitzt mit ausgebreiteten Flügeln auf einer Muschel, aus der kleine menschliche Kreaturen kriechen.

Die zierliche junge Frau berichtet: „Der Künstler hatte väterlicherseits deutsch-schottische Wurzeln und eine indigene Mutter, die Angehörige des *Haida*-Stammes war. Aufgrund seines indigenen Bluts verschrieb er sich mit seiner Kunst der Geschichte und Kultur der *Haida*.“

Jörn fragt mich: „*Haida Gwaii*, ist das nicht die Inselgruppe, die wir auf unserer Wohnmobiltour besuchen wollen?“



Ich überlege: „Ja, klar“ und spüre mein Herz frohlocken.

Am Schluss der Tour offenbart uns die Führerin, dass Besucher an einem Tag im Monat die Masken der Indigenen tragen dürfen und dieser Tag ausgerechnet heute ist. Jörn und Julian nutzen die Möglichkeit und erscheinen mit ihren Rabenmasken wie Wesen aus einer fremden geheimnisvollen Welt. Das Schwarz ihrer langen gebogenen Schnäbel wird vom Rot der Nasenlöcher unterbrochen. Die weißen Augen heben sich vom pechschwarzen Kopf ab. Mit den Masken auf dem Kopf, so sagen sie, fühlen sie sich den Indigenen und ihrer Kultur ganz nah.

## Lieblingsplätze

Wir lieben es, an den Nachmittagen nach Kitsilano aufzubrechen, einem Stadtteil Vancouvers am *Burrard Inlet*, der nach dem *Squamish*-Häuptling August Jack Khatsahlano benannt ist. In dem auch „Kits“ genannten Gebiet siedelten sich in den 1960er Jahren wegen der damals preiswerten Mieten Hippies an. Heute zählt die Wohngegend zu den angesagtesten und teuersten der Stadt. In kleinen Parks am Meer machen wir mit unseren Fahrrädern immer wieder Halt, um den Blick über die Englische Bucht, West Vancouver und die dahinter aufsteigenden schneebedeckten Berge gleiten zu lassen. Dieses Panorama ist grandios und kitschig schön zugleich. Tiefenentspannte Menschen haben Decken ausgebreitet. Andere haben Zelte oder Strandmuscheln aufgebaut. Unmittelbar am Meeresarm befindet sich ein Freiluftbecken mit Salzwasser, in dem Schwimmer ihre Bahnen ziehen.

Die gute Laune Vancouvers ist ansteckend. Kein Wunder, dass wir hier immer unaufgeregter unterwegs sind. Die gleichmütige Grundzufriedenheit der Einheimischen, das schöne Wetter, das Gefühl, große, niemals endende Ferien zu haben, und das immer wieder auftauchende Meer verfehlen ihre Wirkung nicht.

Schließlich erreichen wir *Kitsilano Beach*, an dem sich die Einheimischen im feinkörnigen Sand sonnen oder auf Baumstämmen sitzen und ihren Blick aufs Meer richten. Es wird Beachvolleyball gespielt oder im angrenzenden Park an langen steinernen Tischen gepicknickt. Summerfeeling. Wir treten in die Pedale und erreichen den *Vanier Park* unweit *Granville Islands*. Die Grünfläche ist mit Kunstwerken bestückt und von Wasser umspült. Bunte Kajaks und schneeweiße Segelboote sind auf dem Meeresarm unterwegs und komplettieren das impressionistische Bild dieses Augenblicks.

Neben Kitsilano ist der Strand der Englischen Bucht einer unserer Lieblingsplätze. Von der Innenstadt spazieren wir häufig durch das *Westend*, das Schwulen- und Lesbenviertel der Stadt, vorbei am bunten Treiben der *Davie Street* zu unserer Lieblingsbucht. Regenbogenfahnen schmücken die Straßen, mit Regenbogen sind auch die Fußgängerüberwege kenntlich gemacht. Kurz bevor wir *English Bay* erreichen, empfangen uns vierzehn überlebensgroße lachende Bronzeskulpturen im *Morton Park*. „*A-maze-ing Laughter*“ ist ihr Titel.

Auf der halbrunden, als Bank dienenden Einfriedung ist die Botschaft des chinesischen Künstlers Yue Minjun notiert: „*May this sculpture inspire laughter, playfulness and joy*

*in all who experience it*“. Diese Botschaft lege ich großzügig aus: Wir sind eingeladen, über uns selbst und die Dinge, die das Leben manchmal so schwer machen, hinweg zu lachen. Und zu einem spielerischen Umgang auch mit Missgeschicken zu finden. Wie wohltuend es ist, so unterwegs zu sein. Allein bei diesem Gedanken lösen sich einige Verknotungen in meiner Seele.

Wir suchen uns einen Platz und beobachten das muntere Treiben. Einige Menschen laufen neugierig durch die Figuren hindurch, lassen sich inspirieren, ebenso ausgelassen zu lachen. Andere machen Klimmzüge oder versuchen, an den drei Meter hohen Skulpturen nach oben zu klettern und einen Platz auf deren Schultern oder Armen zu ergattern. Großartig, diesen freudvollen Umgang mit Kunst zu beobachten. Ganz nebenbei stelle ich fest, dass lachende Menschen einfach schöner sind.

Wir schlendern zum *English Bay Beach*, setzen uns auf angeschwemmte Baumstämme, schauen gemeinsam mit vielen anderen aufs Meer und lassen wieder einmal die Seele baumeln. Zwei junge Männer beginnen nur wenige Meter von uns entfernt, Lieder zur Gitarre zu singen. Lebenslust geht mit einem Gefühl von Freiheit einher. Ebenso mit einer seelenruhigen Gemütsverfassung, *Peace of Mind*. Innere Anspannung kann weiter abfließen. Nur der Moment zählt. Ein ruhiges Lächeln, das mit allem einverstanden ist, entsteht wie von selbst. Frieden. Harmonie. Eins sein mit dem Meer und dem Horizont. Eins sein mit allem.

Nach einer Weile waten wir mit den Füßen im Meereswasser den Strand entlang und entdecken eine mehrere Meter hohe Steinskulptur ähnlich denen, auf die wir am *Mystic Beach* gestoßen waren. Nur viel größer. Sie wirkt wie ein

Mensch mit ausgebreiteten Armen. An ihrem Fuße lesen wir „*Inukshuk*“.

Juchhu! Wir haben das Rätsel gelöst. Nun wissen wir, woher der Name unserer Sprachschulklasse stammt. Noch ist uns nicht bewusst, dass wir *Inukshuks* in den kommenden Monaten an vielen Stellen herausragender Schönheit begegnen werden.

Anna erläutert uns am nächsten Tag: „*Inukshuk* heißt übersetzt jener, der einem Menschen gleicht.“ Und fügt hinzu: „Kunstwerke dieser Art stammen von den Inuit. Sie dienten einst entweder als Wegweiser oder Landmarken, um besondere Orte zu markieren, oder - wegen der ausgebreiteten Arme - als Willkommensgruß für Gäste.“

Immer wieder sind wir dankbar, unkompliziert Erläuterungen zu erhalten.

„Die *Inukshuk*-Statue an der Englischen Bucht ist von Alvin Kanak für die EXPO 1986 geschaffen worden“, mischt sich Theo ein, der Deutsche, der mit uns kein Wort Deutsch sprechen wird. „Die Organisatoren der Olympischen Spiele 2010 haben dieses Symbol später zu ihrem Logo gemacht.“

An dem aus grauem Granit bestehenden *Inukshuk* sitzen wir an vielen Sommerabenden, schauen auf den Ozean und beobachten, wie die Sonne golden glühend oder rot aufscheinend ganz langsam im Meer versinkt. Jeder dieser Sonnenuntergänge ist einzigartig. Jeder ist anders. Jeder lässt unsere Herzen höherschlagen. Ein magischer Ort. Jeden Abend aufs Neue.

## Homeless People & Eastside

Auf unserer täglichen Fahrt zum Sprachunterricht durchqueren wir *Downtown* Vancouver. Unser Bus nimmt den Weg über die *Granville Street*, eine Hauptmagistrale der Innenstadt. Auf dieser Straße könnten die Gegensätze größer nicht sein. Lamborghinis, Porsches, Teslas und Ferraris parken am Straßenrand. Die dahinter befindlichen stilvollen Geschäfte, noblen Restaurants, angesehenen Kinos und preisintensiven Galerien haben in den morgendlichen Stunden noch geschlossen.

Zwischen den teuren Karossen und den herausgeputzten Geschäftsfassaden zeigt sich ein anderes Bild. Unzählige Obdachlose liegen unter den Überdachungen der Läden in ihre schmutzigen Schlafsäcke gehüllt und haben ihr ganzes Hab und Gut in wenigen Plastiktüten verstaut. Sie sehen verwahrlost aus.

Anna nimmt unsere betäubten Blicke beim Erreichen der Sprachschule wahr. Nachdem wir den Grund unserer Nachdenklichkeit offenbart haben, meint sie: „Obdachlose aus weiten Teilen Kanadas strömen wegen des milden Klimas und der kostenlosen Betreuung durch Ärzte und Krankenschwestern nach Vancouver.“

Wieder sind wir erleichtert, uns bewegende Themen ansprechen zu können.

„Die Stadtverwaltung hat immer wieder versucht, die Menschen von der Straße zu holen und in Obdachlosenunterkünften oder betreuten Wohngemeinschaften unterzubringen. Trotz dieser alternativen Möglichkeiten leben nach wie vor viele Menschen auf der Straße.“

Auch das ist also Vancouver. Davor wollen wir die Augen nicht verschließen. So eine Ansammlung von *homeless People* inmitten der teuersten Straßenzüge haben wir bisher nirgends auf der Welt gesehen. Wo Licht ist, ist eben auch Schatten. Anfangs fällt es mir schwer, beide Seiten Vancouvers zusammenzubringen.

„Denkt ihr nicht, dass das gesellschaftliche Zusammenleben zum einen lebendiger und zum anderen auch sicherer wird, wenn Verrücktes, Andersartiges und Schatten sichtbar sein dürfen und nicht versteckt werden müssen?“, fragt Chris, unser Nachbar.

Seine Frage geht mir immer wieder durch den Sinn und hilft zu verstehen und zu akzeptieren.

Ein paar Wochen danach nimmt mich Jörn nach unserem Unterricht an die Hand und meint: „Heute zeige ich dir eine weitere dunkle Seite Vancouvers.“

Da Jörn an den Nachmittagen oft durch die Stadt streift, kennt er sich richtig gut aus. So spazieren wir von unserer Sprachschule zunächst zum *Dr. Sun Yat-Sen Classical Chinese Garden*. Kleine chinesische Pavillons befinden sich inmitten von Teichen, auf denen Seerosen blühen, und laden zum Verweilen ein.

Jörn, der an einer Führung teilgenommen hat, erläutert: „Der Park ist für die EXPO 1986 angelegt worden. Und nach dem chinesischen Revolutionsführer Dr. Sun Yat-sen benannt, der ein paar Jahre in Vancouver im Exil verbracht hat.“

Während ich Jörn zuhöre, genieße ich die warmen Sonnenstrahlen und schaue den riesigen Schildkröten zu, die

ohne Scheu vor aller Augen am Ufer eines der Teiche ihre Liebesspiele vollführen.

Nun durchkämmen wir *Chinatown*. An vielen Lebensmittelständen werden getrocknete Fische und Shrimps neben Kleidern und Haushaltgegenständen, Obst und Gemüse angeboten. Kleine Restaurants offerieren grünen Tee und allerlei Nudel- und Reisgerichte.

„Das alles ist sehr interessant. Aber eine dunkle Seite ist das nicht“, meine ich zu Jörn.

„Warte ab!“, antwortet er.

Wir setzen unseren Spaziergang fort und gelangen in die *East Hastings Street*. Jörn umschließt meine Hand fester. Schlagartig ändert sich das Straßenbild. Eine bettelnde Frau mittleren Alters steht mit extrem krummen Beinen am Beginn der Straße. Wahrscheinlich ist sie jünger als wir, sieht aber nahezu zahlos, zerzaust und spindeldürr aus wie eine Neunzigjährige. Auf der gegenüber liegenden Straßenseite setzt sich ein in zerlumpfte Kleider gehüllter Mann mit fettigen langen Haaren eine Spritze. Der Ärmel seines Hemdes ist nach oben gekrempelt. Ein anderer, dessen vernebelte Augen über seinen ungepflegten Bart hinwegblicken, läuft mit freiem ausgezehrtem, weit nach vorn gebeugtem Oberkörper in kleinen Schritten den Fußweg entlang. Seine viel zu große Hose schlabbert an den schmalen Beinen. Eine halbnackte, stark tätowierte Frau stützt sich mühsam auf einen Einkaufswagen, in dem sie ihre Habseligkeiten transportiert. Wir kommen an hunderten außerhalb der Gesellschaft lebenden Gestalten vorbei. Eine sieht skurriler aus als die andere. Sie scheinen unseren düstersten Albträumen entstieg zu sein. Über allem weht der süßliche Duft von Cannabis.

Von Anna erfahren wir später: „Auf der *East Hastings* leben rund 10.000 Drogenabhängige auf engstem Raum. Fast ein Drittel von ihnen ist HIV-positiv.“

Ich schaue sie erschüttert an.

„Seit etwa zehn Jahren werden in Vancouver kostenlos Spritzen verteilt, um Infektionen einzudämmen“, setzt Anna fort. „Aus demselben Grund wurde Anfang der 2000er Jahre in der Stadt die erste legale Fixerstube Nordamerikas eröffnet.“

Jörn fragt nach: „Was geschieht dort genau?“

„Abhängige erhalten hier auf Wunsch Drogen mit sauberem Besteck. Eine Krankenschwester bietet auch HIV-Tests und Suchttherapien an.“

Aufmerksam hören wir Anna zu.

„Im Jahre 2010 startete die Regierung in der *Eastside* ein vierjähriges Pilotprojekt ‚Stop HIV/Aids‘. Medikamente wurden ausgereicht.“ Bedauernd fügt Anna hinzu: „All das hat die Situation in der *East Hastings Street* leider nicht nachhaltig verändern können.“

Als wir schließlich wieder die Westseite der Straße erreichen, merke ich, wie fest, fast verkrampft, ich Jörns Hand noch immer halte. Erleichtert atme ich auf. Zwar habe ich mich auf der *Eastside* nicht gefährdet gefühlt. Keiner der Angetroffenen war aggressiv. Dennoch hatte ich den Eindruck, einen Blick in den Abgrund, die Unterwelt, ja die Hölle, geworfen zu haben.





In mein Notizbuch trage ich weitere Erkenntnisse über Glück ein:

1. Ein Schlüssel zum Glück liegt darin, die kleinen Momente wertzuschätzen.
2. Tausche den Tunnelblick so oft wie möglich gegen den Weitwinkelblick ein. Nimm das Schöne jenseits des Wegs wahr.
3. Gönn dir Zeiten der Muße und des lustvollen Verweilens. Denn das bedeutet Wohlfühlen und alle Fünfe gerade sein lassen. Muße tut Körper und Seele gut. Herzfrequenz, Atemrhythmus und Muskelspannung normalisieren sich. Der Schlaf wird tiefer. Das Immunsystem lädt auf. Die Seele baumelt.
4. Bleibe in deinem eigenen Rhythmus und in deiner Geschwindigkeit unterwegs durchs Leben.
5. Eine tolerante Gesellschaft und ein respektvoller Umgang miteinander fördern das gesellschaftliche Glück.
6. Unter gut gelaunten und entspannten Menschen ist es leichter, glücklich zu sein.

7. Lache über die kleinen Missgeschicke des Lebens hinweg. Nimm sie einfach nicht so wichtig.
8. Wenn du das Meer liebst, verbringe möglichst viel Zeit dort. Mit ihrem regelmäßigen Kommen und Gehen schenken die Wellen Gleichmut und Weite, Frieden und Harmonie.
9. Überall auf der Welt faszinieren Sonnenuntergänge Menschen. Nimm dir Zeit für sie. Beobachte, wie die Sonne golden glühend oder rot aufscheinend in Zeitlupe am Horizont versinkt. Jeder dieser Sonnenuntergänge ist einzigartig. Jeder ist anders.
10. Licht und Schatten, gute und schlechte Zeiten, gehören zu einem authentischen Leben.