

portrait

Altenkirchen | Westerwald

Kein Sinn ohne Unsinn



Ute Lauterbach

"Das Leben ist eigentlich ganz einfach. Man muss nur aufhören, es sich schwer zu machen." Das ist allerdings viel leichter erkannt als umgesetzt, weiß *Ute Lauterbach* aus Jahrzehnte langen Studien. Und so reist die Philosophin und Trainerin durchs Land, schreibt Bücher oder lädt zu Seminaren in ihre idyllische "Denkfabrik" im malerischen Johannistal bei Altenkirchen ein, um andere Menschen an ihren Erkenntnissen teilhaben zu lassen. Eine der wichtigsten Botschaften im Kampf gegen die Beschwerden des Alltags lautet: "Quatsch machen!"

Sie macht es sich gern bequem. Lässige schwarze Lederhose, gemütlicher Wollpull-over, dicke Socken, Schneidersitz – so tritt *Ute Lauterbach* am liebsten bei ihren "Lesungen" auf. Und so sitzt sie auch im Sessel vor dem Fenster ihres Licht durchfluteten Arbeitszimmers, spricht über ihr Leben, ihre Gedanken, über die Welt, über Gott, das Schicksal und über das Leben ihres Gegenübers. Tiefgründig ist vieles von dem, was *Ute Lauterbach* erzählt, schließlich ist sie eine waschechte Philosophin. Abgehoben ist es nie. Die Wahl-Westerwälderin hat Bodenhaftung. "Die besten Erkenntnisse sind überflüssig, wenn sie keinen Bezug zum Leben haben", ist ihre These. Der Philosophie fehle viel zu häufig dieser Bezug zur Praxis. Ihn herzustellen, das sei ihre Aufgabe.



„Eine Idee zu haben und ihr nicht zu folgen, ist auch eine Form von Sünde.“

Deshalb, sagt sie, hat sie auch ihr "Institut für psycho-energetische Integration" gegründet. Hier, im liebevoll restaurierten ehemaligen Forsthaus am Rande des Westerwald-Städtchens Altenkirchen, schreibt sie ihre Bücher, hält Seminare und plant ihre Auftritte. Denn von einer "Lesung" ist das, was **Ute Lauterbach** ihrem Publikum bietet, Lichtjahre entfernt. Wenn sie den Alltag mit all seinen Widrigkeiten aufs Korn nimmt, dann kann das mit gutem Kabarett durchaus konkurrieren. Wenn sie die "große Liebe" zwischen Karl und Helga beschreibt, die – auf wenig mehr als ein paar Schmetterlingen im Bauch basierend – im Laufe der Zeit zu rücksichtsloser Gleichgültigkeit auf der einen und verzweifelten Rachefeldzügen auf der anderen Seite mutiert, dann blitzt gleich hinter dem Lachen ihrer Zuhörerschaft das Erkennen eigener Lebensmuster hervor. Wo sie mit beispiellosem Sprachwitz auf die Stolpersteine des Lebens aufmerksam macht, da ist ihre Anhängerschaft bereit, ihr in die Tiefen menschlichen Seins zu folgen und zu akzeptieren, dass der richtige Weg manchmal der unbequemste ist.

Wenn **Ute Lauterbach** von Ängsten und von Unzulänglichkeiten spricht, dann tut sie das als Gleiche unter Gleichen.

Nichts kommt von oben herab. Die 50-Jährige ist kein Mensch, der theoretisiert. Das, was sie beschreibt, ist ihr aus dem eigenen Leben vertraut. Angefangen hat alles als sie drei Jahre alt war. "Damals haben meine Eltern mir erzählt, dass es den Tod gibt." Das, sagt Ute Lauterbach, hat ihr Vertrauen erschüttert - und ihr die Frage nach dem Sinn ins Herz gebrannt. "Ich habe mich ständig gefragt, warum die anderen Leute so gelassen vor sich hin leben, sich über so viel aufregen können, wenn sie doch wissen, dass sie irgendwann sterben müssen? Vieles von dem, was Menschen so tun, kam mir plötzlich ziemlich grotesk vor."

Immerhin führte die intensive Beschäftigung mit dem Tod im Allgemeinen und der Suche nach seinem Sinn im Besonderen dazu, dass **Ute Lauterbach** bereits in zartestem Alter damit begann, alles und jeden zu hinterfragen. Kein Wunder, dass sie sich nach dem Abitur fürs Philosophiestudium entschied. Schon damals recht pragmatisch kombinierte sie die königliche, aber in modernen Zeiten auch recht brotlose Wissenschaft mit dem Englischen und studierte auf Lehramt. Als Gymnasiallehrerin arbeitete sie in Bonn und Schottland. Eine Zeit, die sie nicht missen wolle,

betont die Philosophin. Dennoch füllte der Beruf sie nicht völlig aus. Sie beschäftigte sich mit der Glücks- und Schicksalsforschung und hörte nie auf, der in Kindertagen aufgeworfenen Frage nachzuspüren: Warum sind die Dinge so und nicht anders? "Ich wollte das Leben kapieren."

Ein Bedürfnis, das so stark war, dass sie das geordnete und finanziell abgesicherte Lehrerinnendasein schließlich aufgab. "Ich musste einfach meine eigene Herrin sein, mich mit den Dingen beschäftigen, die ich für wirklich wichtig hielt." Denn ganz allmählich bekam das, was sie in ihrer Jugend für unentwerrbar gehalten hatte, Strukturen. Die Mosaiksteinchen fügten sich zusammen und ließen die Umriss eines Bildes erkennen.

Mit dem Ausstieg aus der "bürgerlichen Existenz" begannen die wirklichen Lehrjahre, erinnert sich **Ute Lauterbach**. Es war die Zeit, in der sie lernte mit sehr, sehr wenig Geld auszukommen. "Das hat mich für immer frei von materiellen Dingen gemacht. Nichts wirklich zu brauchen ist für mich ein echter Genuss." Sie studierte Theologie, Parapsychologie und setzte sich mit den unterschiedlichsten Religionen auseinander. "Weil ich etwas über die schein-



„Ein Lebensziel könnte sein, sich selbst nicht langweilig zu werden.“

portrait

bar irrationalen Dinge lernen wollte." Allerdings, räumt sie ein, hatten all ihre Studien einen streng rationalen Ansatz. "Bei all meinen Betrachtungen spielt mein Intellekt eine große Rolle – nichts geht gegen oder ohne ihn. Nur so kann man meiner Meinung nach glaubwürdig an die eigenen Grenzen gehen."

Womit auch immer *Ute Lauterbach* sich beschäftigte, in allen Religionen, spirituellen Weltansichten und Denkansätzen erkannte sie eine gemeinsame Grundlage: "Es geht darum, den Kopf frei zu bekommen. Man muss lernen, den Baum auf der Wiese zu sehen, nicht den im Kopf." Diese Erkenntnis prägt

ihre Definition vom Glück: "Glücklich sind wir, wenn wir bei uns selbst nicht anecken, wenn wir denken und fühlen, was wir gerne denken und fühlen wollen." Es sind die "Spielverderber des Glücks", die uns immer wieder einen Strich durch die Rechnung machen, sagt sie. "Sie nehmen unsere Gedanken in Beschlag." Scheinbar Selbstverständliches in Frage stellen, unbefangen an die Dinge herangehen, nicht so viel interpretieren – das ist die Grundlage, auf der *Ute Lauterbach* heute ihr Leben lebt. Eines ihrer wichtigsten Instrumente dabei: der Unsinn. "Wer viel Quatsch macht und sich kaputtlacht, ist schlagartig von sich und seinem Psychomüll

„Gewohnheit ist wie Schwerkraft. Sie zieht runter.“

Zitate für jeden Tag von *Ute Lauterbach*:

- Wer liebt ist niemals ehrlicher, als der Geliebte zu verkraften vermag.
- Manchmal verändern sich unsere Partner von jetzt auf gleich, nur weil wir aufgehört haben sie zu erziehen.
- Kinder sollten die ganze Liebe bekommen, aber nicht die ganzen Nerven.
- Es gibt Menschen, die drehen auch noch Spieße um, die gar nicht auf sie gerichtet wurden. Mit denen ist schwer reden.
- Bitterkeit heißt, alle Erfahrung war umsonst.
- Wie du mir, so du dir.
- In dem Moment, in dem wir etwas persönlich nehmen, ist unsere Freiheit dahin.

Anzeige



Dr. Kübler GmbH
Institut für Umweltplanung

Im Welterbegebiet
"Oberes Mittelrheintal"
bearbeiten wir:

- Fachbeiträge zum Naturschutz
- Natura 2000 Studien
- Ökologische Baubegleitung
- Konzepte für Landwirtschaft und Tourismus
- Dorf- und Stadtentwicklung
- Projektsteuerung und Regionalmanagement

Fritz-Henkel-Str. 22
56579 Rengsdorf
Fon 02634 . 14 14

www.kuebler-umweltplanung.de



"Vati, was gehst du so komisch?" "Das ist das Zeug"



erlöst – zumindest so lange wie der Lachanfall währt." Weil sie mit dieser Lebensart bestens zurecht kommt, teilt sie ihre Weisheiten gern mit anderen. "Ich schreibe aus Begeisterung - und weil geteiltes Glück doppeltes Glück ist."

Vor einem aber hütet sich die Philosophin: "Das, was ich in anderen bewirke oder nicht bewirke, nehme ich nie persönlich." Wenn jemand einen Weg aus seiner Lebens-Sackgasse finde, dann sei das immer sein ganz persönlicher Erfolg. Missionieren, andere womöglich gar zu ihrem "Glück" zwingen, dass ist für **Ute Lauterbach** undenkbar – und würde ohnehin nicht funktionieren. Vielleicht, meint sie, habe Gott ihr ja diesen Job gegeben. Wenn man das "ordnende Prinzip", das allem zugrunde liege, denn Gott nennen wolle. "Auf jeden Fall bin ich ganz sicher, dass der Mensch nicht das Produkt eines Zufalls ist. Doch was oder wer auch immer uns auf die Piste geschickt hat, steht nicht über und außerhalb von mir. Es ist in mir, genau wie in jedem anderen Menschen auch. Diese innige Verbindung wieder spüren zu können ist der schönste Lohn, wenn wir es endlich geschafft haben, uns von all unserem Ballast zu befreien." *Doris Litz*

Aktuelle Bücher von Ute Lauterbach sind:

- **Liebeserklärungen – Sterne und Stürme der Liebe (2005, dtv)**
- **Raus aus dem Gedankenkarussell (2004, Kösel-Verlag)**
- **Spielverderber des Glücks (2001, Kösel-Verlag)**

> siehe Bibliothek Seite 36/37

Im November 2006 erscheint bei dtv ihr neuestes Werk: "Der Glückspilot".

Nähere Informationen:
www.Ute-Lauterbach.de



IMPRESSUM

Magazin RHEINBLICK
Titel: Saynsches Schlosstor / Idar-Oberstein
Fotograf: Anne Bollmann

Vertriebsagentur und Verlag
Michael Klassen
Postfach 320119 · D-56044 Koblenz
Aachener Straße 9a · D-56072 Koblenz
Tel.: 0261-291 797 10
Fax: 0261-291 797 12
E-Mail: verlag@rheinblick-magazin.de
Internet: www.rheinblick-magazin.de
Bankverbindung: Sparkasse Koblenz,
Konto 48005425, BLZ 57050120

Herausgeber und Verlagsleitung
Michael Klassen

Auflage 10.000 Exemplare
Erscheinungsdatum 22. Dezember 2005

Redaktion V.i.S.d.P.: Andrea Wohlfart
Andrea Wohlfart:
wohlfart@rheinblickmagazin.de
Sabine Klaeser:
klaeser@rheinblickmagazin.de
Doris Litz: litz@rheinblickmagazin.de

Fotos
Anne Bollmann, Andrea Wohlfart,
DB Projektbau

Grafik und Layout
A-team Design&Werbung · Kerstin Adams
Rheinstraße 34 · D-55435 Gau-Algesheim
Tel. 06725.300 408 · info@A-team-design.de

Anzeigenleitung Michael Klassen
Anzeigenverkauf: Annabell Auffahrt

Vertrieb
IPV Inland Presse Vertrieb GmbH
Postfach 10 32 46 · D-20022 Hamburg
Tel.: 040 23 711-0 · www.ipv-online.de

Druck: Druckerei Knipping, Düsseldorf

Nachdruck, auch nur in Auszügen, ist nur mit vorheriger, schriftlicher Genehmigung des Verlages möglich. Alle Rechte beim Verlag. Wir übernehmen keine Haftung für unverlangt eingesendete Manuskripte, Fotos etc. Namentlich gekennzeichnete Artikel geben die Meinung des Autors wieder. Alle Urheberrechte liegen beim Verlag.