



# Rike und der Pinguin-Effekt



Es ist etwas kühl in dem hohen beeindruckenden Saal. Doch unserer frohen Erwartungshaltung tut dies keinen Abbruch. „Ich bin so aufgeregt“, raune ich Michael zu. „Da bist du wohl nicht die einzige“, sagt mein Mann lächelnd und weist auf die Stühle vor uns. Dort in der ersten Sitzreihe ist Frederikes Familie platziert und es herrscht großes Stimmengewirr.

Die Aufregung ist verständlich, denn meine Freundin Frederike gibt das erste Solokonzert in ihrem Leben. Und es ist mehr als das: Dieser Abend ist vielleicht der Beginn einer neuen Karriere für sie. Heute kommt es darauf an, dass sie den besten Gesang ihres Lebens abliefert.

Ich schaue mich im Publikum um und sehe einen Mann im Frack. Innerlich lächelnd muss ich automatisch an einen Pinguin denken ...

## Erstes Kennenlernen

Mein Mann Michael hatte Frederike im Sommer auf einem Wildniskurs kennengelernt. Er kam wieder und erzählte begeistert von einer jungen Frau, die mit ihrem Freund zusammen ganz in unserer Nähe wohnte. Ich war natürlich neugierig auf sie und so luden wir Frederike und Nico zu uns ein. Sie kamen an einem sonnigen Samstag Nachmittag.

„Hallo, ich bin Rike. Ich freue mich, dich endlich zu treffen“, sagte Frederike zur Begrüßung. Sie war mir sofort sympathisch. Ihr Aussehen entsprach dem Bild, das ich mir von ihr als Holländerin gemacht hatte: blond, strahlend blaue Augen, hübsches Gesicht und ein tolles Lachen mit herrlich weißen Zähnen. Nico war um einiges jünger als die 30jährige Rike, aber der Altersunterschied war nicht zu erkennen.



Und auch, dass Michael und ich über 10 Jahre älter waren als die Beiden, fiel überhaupt nicht auf. Denn wir vier verstanden uns sofort, lachten viel und stellten eine Menge Gemeinsamkeiten fest. Es war einfach erfrischend, mit ihr zusammen zu sein. Erst später sollte ich erfahren, dass ihr Wesen nicht ganz dem entsprach, das sie nach außen darstellte.

Von da an trafen wir uns regelmäßig zu viert. Meist besuchten wir uns gegenseitig. Auch bei einem Auftritt, den Rike zusammen mit ihrem Gospelchor gab, war ich dabei. Ich war hellauf begeistert: ihre toll Alt-Stimme, ihre Bühnenpräsenz beeindruckten mich. In Rikes Leben gab es auch Schattenseiten. Ihre Arbeit in einer Bäckerei gehörte beispielsweise dazu. Es kostete sie jeden Tag Überwindung, dorthin zu gehen. Die Kunden waren oft nervig, der Chef anstrengend und die Arbeitszeiten schrecklich. Allerdings gelang es ihr nicht, einen anderen Job zu finden. Trotz allem machte sie einen ausgeglichenen und fröhlichen Eindruck auf mich.



## Shoppern und Reden

Eines Tages schlug Frederike in einer E-Mail vor, dass wir zwei „Mädels“ einmal etwas allein unternehmen sollten. Ich fand das sehr gut und wir beschlossen einen gemeinsamen Shopping-Nachmittag.

Rike holte mich mit ihrem kleinen Auto ab. Zur Begrüßung umarmten wir uns ganz fest. Wir hatten uns zu dieser Zeit mehrere Wochen nicht gesehen – doch es gab kein Fremdeln. „Toll, dass wir das heute zusammen machen. Wir hätten schon viel früher mal so einen Frauentag einplanen sollen“, sagte ich begeistert. „Ja, das stimmt. Es ist bloß schwierig, sich zu verabreden, wenn man so wenig Kontakt hat“, meinte Rike.

Ich schaute sie von der Seite an. War da ein Vorwurf in ihrer Stimme? Meine Freundin blickte konzentriert auf die Straße und plötzlich lachte sie ihr altes herzliches Lachen. „Na Hauptsache, heute hat es geklappt“. Erleichtert stimmte ich ihr zu.

Nach drei Stunden in Kaufhäusern und Läden war ich als erste erschöpft. „Wollen wir eine Pause machen?“ Rike stimmte sofort zu und wir suchten uns ein kleines gemütliches Restaurant. Nachdem wir bestellt hatten, fragte ich: „Musst du morgen eigentlich wieder in die Arbeit?“

„Nein, ich bin krank geschrieben, schon seit über vier Wochen“, antwortete Rike. „Oh jeh, was hast du denn?“ Ich war ehrlich überrascht. „Ist es, weil dich der Job so nervt?“

„Die Arbeit war nur der Auslöser. Weißt du, mir geht es schon lange nicht gut. Ich bin unglücklich mit meinem Leben. Nichts macht mir richtig Freude, ich erkenne keinen Sinn in dem, was ich tue. Und mein Körper schmerzt an den unmöglichsten Stellen. Außerdem ist mir oft zum Weinen zumute.“ Jetzt war ich regelrecht entsetzt - damit hatte ich nicht gerechnet. „Aber dein Singen, das liebst du doch so.“



„Ja natürlich. Aber es läuft eben nur nebenbei.“  
„Was kann man denn machen, damit es dir wieder besser geht?“ Nun traten Rike Tränen in die Augen. „Darüber denke ich schon seit Monaten nach. Schließlich muss ich ja in der Familie das Geld verdienen, jetzt, wo Nico studieren wird. Da kann ich nicht einfach alles hinschmeißen. Ich weiß nicht, wie es weitergehen soll.“

## Andere gibt's schon genug

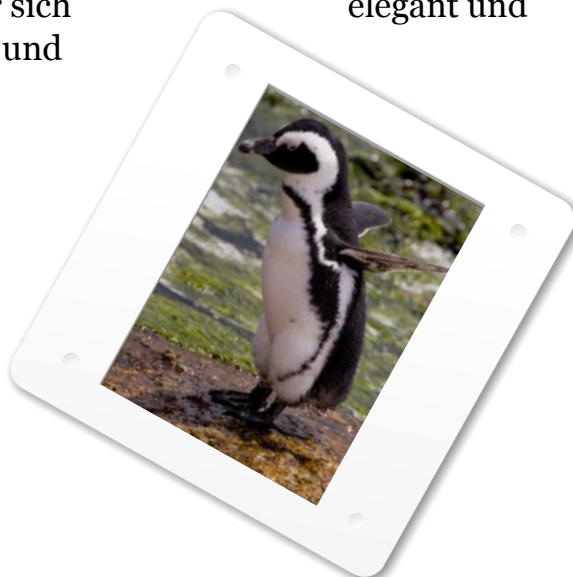
„Und ich habe die ganze Zeit nichts davon gemerkt - 'ne tolle Freundin bin ich.“ Typisch Rike, sie tröstete mich: „Das macht doch nichts.“ „Das macht sehr wohl etwas. Und ich glaube, das wolltest du mir auch vorhin im Auto sagen. Das wird jetzt anders.“ Spontan umarmte ich sie. „Da fällt mir ein, dass ich vor kurzem eine Geschichte gehört habe. Die passt wunderbar zu deiner Situation.“

Also, stell' dir mal vor, du siehst einen Pinguin. Der sieht doch ziemlich tolpatschig und unbeholfen aus und man denkt, was für ein armes Würstchen das doch ist?“ Sie stimmte mir zu. „Aber dann springt er ins Wasser und plötzlich bewegt er sich schnell, fühlt sich wohl und hat Spaß und Lebensfreude.“

„Ja stimmt, das ist wirklich so.“

„Was kann man nun daraus schlussfolgern? Ich sag's dir: Erstmal sollten wir nicht gleich vorschnell und nur aus einer Situation heraus Urteile über jemanden bilden.“  
Rike nickte: „Das ist wohl wahr.“

„Aber dann springt elegant und



„Aber noch viel wichtiger: Für jedes Wesen ist das richtige Umfeld ganz entscheidend dafür, dass es sich wohl fühlt und sich voll und ganz entfalten kann. Weißt Du, viel zu oft streben wir danach, unsere Schwächen zu verstärken. Wäre es nicht viel besser, unsere Stärken zu erkennen und weiter daran zu arbeiten?“ Ich hatte mich in Begeisterung geredet, weil mir das Thema so sehr am Herzen lag. „Natürlich hast du



Recht“, auch Rike erwärmte sich für diesen Gedanken: „Wie oft versuchen wir, jemanden nachzueifern oder vergleichen uns mit anderen.“

„Ja, ganz genau. Letztens habe ich dazu einen Spruch gehört: *Andere gibt's schon*

*genug!* Das wäre so, als ob ich plötzlich so toll singen will wie du. Ich würde Gesangsunterricht nehmen, aber nicht wirklich Spaß daran haben, das Talent fehlt mir übrigens auch. Und der Gedanke erst, auf einer Bühne stehen zu müssen - schrecklich, da zittere ich ja jetzt schon.“ Wir mussten lachen.

„Ich glaube, ich habe verstanden, was du mir sagen willst.“ Rike sah mich mit ihren großen blauen Augen an. „Für den Pinguin ist das Wasser sein Element, für dich ist es das Schreiben und für mich das Singen vor Publikum. Ich muss mich nur trauen und springen.“

„Genau. Ich weiß, dass das nicht einfach ist. Aber denk' mal drüber nach.“

## Der Sprung ins Wasser

Es verging einige Zeit. Rike stand wieder hinter der Verkaufstheke in der Bäckerei und ging in ihrer Freizeit zum Gospelchor. Doch trotzdem hatte ich den Eindruck, dass es ihr langsam besser ging. Dann rief sie mich an.

Sie war ganz aufgeregt am Telefon: „Stell' Dir vor: Ich habe es gewagt, ich bin gesprungen“, rief sie. „Wie, was meinst du?“ „Na, ich habe mich für mein Element entschieden. Ich will nicht länger tolpatschig sein, sondern lebensfroh und Spaß haben.“ Jetzt verstand ich. „Oh, wie toll“, rief ich aus. „Was hast Du vor?“

Wie sich herausstellte, hatte Rike in der Bäckerei gekündigt und würde in einem Monat in einer Musicalschule ein Studium beginnen. Auch ein Stipendium sollte sie bekommen und die finanzielle Unterstützung ihrer Eltern war ihr ebenfalls sicher. „Du wirst sehen“, sagte ich ihr zum Abschied. „Wenn du deinen Pinguin 'raus lässt, wird sich alles zum Guten ändern.“ Und ich hatte Recht:

Von diesem Zeitpunkt an ging es Rike zunehmend besser. Ihre Krankheit war rein psychischer Natur gewesen und nun, da sie endlich das machte, was sie wirklich wollte, ging es ihr auch körperlich wieder gut.

## Im eigenen Element

Das alles geht mir noch einmal durch den Kopf, während wir auf unseren Stühlen sitzen und auf den Beginn des Konzertes warten. Rike hat ihr Studium erfolgreich abgeschlossen – und das als Beste. Traditionsgemäß ist dieser Abend heute von der Musicalschule organisiert worden – ein Solokonzert für den besten Studenten.

Mein Herz klopft, als müsste ich gleich selbst vor das Publikum treten.

Dann geht das Licht aus. Langsam öffnet sich der Vorhang. Ein einzelnes Scheinwerferlicht strahlt auf die Mitte der Bühne. Die Musik setzt ein. Dann tritt Frederike in den Lichtkegel – und ein bewunderndes Raunen geht durch das Publikum. Als sie zu singen beginnt, fällt jede Aufregung von mir ab. Es klingt wunderschön und ich weiß – das hier ist ihr ganz eigenes Element. Sie ist ihren Weg gegangen bis auf diese Bühne, ist gesprungen und schwimmt nun in ihrem Wasser.



Dann sehe ich mit feuchten Augen, dass sie etwas in der Hand hält: Es ist der kleine Stoffpinguin, den ich ihr als Maskottchen geschenkt habe.