

Warum man es ohne **MUT** im Leben zu nichts bringt

Im NEWS sagen **ACHT** mutige Österreicher, warum sie sich etwas getraut haben und heute besser leben als früher. Acht Geschichten, die Mut machen.

FOTO SEBASTIAN REICH



„Ich will helfen – und arbeite seit 15 Jahren für Ärzte ohne Grenzen.“

**Herbert Matzinger, 63,
Chirurg aus Wien**

Für andere da sein. Ich bin immer schon gerne gereist, habe mir gedacht, dass ich etwas Vernünftiges tun möchte und 1999 „Ärzte ohne Grenzen“ meine Arbeitskraft angeboten. Seither war ich in zehn Einsätzen – unter anderem in Liberia, dem Tschad, Haiti und der Zentralafrikanischen Republik. In Wien arbeite ich im Spital als Gefäßchirurg, habe auch eine Praxis. Es ist eine Mischung aus Abenteuerlust und schlechtem Gewissen die mich antreiben. Denn während wir Spitalsärzte in Österreich immer mehr Zeit mit Verwaltungstätigkeiten verbringen, gibt es in anderen Regionen der Erde Menschen die nicht einmal eine adäquate medizinische Grundversorgung bekommen. Viele gehen dort noch zu traditionellen Heilern, werden nicht schulmedizinisch behandelt. Bei meinen Einsätzen bleibe ich ein Monat, bin oft der einzige Chirurg.

Gefährliche Einsätze. Das bedeutet, dass ich 24-Stunden-Dienste habe in denen ich sehr viel operiere weil Hilfe so dringend nötig ist. Da ich oft in gefährlichen Regionen unterwegs bin muss ich gewisse Sicherheitsregeln beachten, zum Beispiel den Weg vom Wohnhaus zum Spital nur mit dem Auto fahren. Es kommt auch vor, dass bewaffnete Kämpfer verletzte Kameraden zur Behandlung bringen. Die sind dann oft sehr aufregt und aggressiv. Da muss man ruhig bleiben. Einmal hat eine Granate durch die Decke der Ambulanz neben uns eingeschlagen. Ob das was ich tue mutig ist? Das einzig Mutige ist vielleicht, dass ich auch Eingriffe vornehmen muss die ich hier in Wien als Gefäßchirurg nicht tun würde – also zum Beispiel Operationen an Säuglingen oder Kaiserschnitte. Aber dort haben wir ja keine Wahl ...



„Ich habe auf der Autobahn den Wagen einer Bewusstlosen gestoppt.“

Amin Khorbi, 18, Automechanikerlehrling aus Dornbirn (V)

Lebensretter. Ich war gerade mit dem Auto in die Berufsschule unterwegs. Auf der Autobahn zwischen Bregenz und Wolfurt habe ich auf einmal einige Autos gesehen, die ganz langsam gefahren sind und die Warnblinkanlage eingeschaltet hatten. Ganz vorne in der Kolonne ist ein Wagen auf der linken Spur gefahren, der immer wieder gegen die Leitplanke gekracht ist. Zuerst habe ich gedacht: ‚Das ist ein Betrunkener.‘ Aber dann habe ich gesehen, dass er Fahrer umgekippt im Gurt hängt und wahrscheinlich bewusstlos war. Ich wusste, ich musste etwas tun. Ein Stück weiter vorne beginnt ein Tunnel, da hätte noch Schlimmeres passieren können. Also habe ich die Kolonne überholt, mein Auto auf dem Pannestreifen abgestellt und bin nach hinten zu dem Wagen gelaufen. Ich habe die Tür auf der Beifahrerseite aufgemacht und gesehen, dass die Fahrerin tatsächlich bewusstlos war. Ich bin eingestiegen und habe den Zündschlüssel umgedreht. Das Auto ist zum Glück schnell stehen geblieben. Dann waren schon viele Helfer da. Wir haben die Frau auf den Boden gelegt. Die Einsatzkräfte waren auch gleich da.

Spontane Hilfe. Ich habe nicht lange überlegt, was ich mache. Ich dachte nur: ‚Das Auto fährt ungefähr 25 km/h, ich kann es schaffen, einzusteigen.‘ Ich war nicht wirklich in Gefahr. Die Autobahn war ja leer, weil die anderen Fahrer sie gut abgesperrt haben. Ich glaube, dass andere an meiner Stelle genauso gehandelt hätten. Ich weiß nicht, ob das mutig war. Aber ich musste ja irgendetwas tun. Es ging schließlich um das Leben eines anderen Menschen. Da darf man nicht einfach danebenstehen und zuschauen.

Als es um Leben und Tod ging, zögerte Amin Khorbi keine Sekunde. Auf dem Weg in die Berufsschule sah der erst 18-jährige Vorarlberger Ende Mai vor sich ein Auto, das immer wieder in die Leitplanke krachte – mitten auf der Autobahn. Die Fahrerin war hinterm Steuer bewusstlos geworden. Der Lehrling parkte sein eigenes Fahrzeug am Pannestreifen, rannte zu dem Wagen der Frau, sprang auf der Beifahrerseite hinein, drehte den Zündschlüssel um. Als das Auto zum Stillstand kam, eilten andere Helfer herbei.

„Ich musste ja irgendetwas tun“, sagt Amin Khorbi bescheiden. „Es ging schließlich um das Leben eines anderen Menschen.“ Dafür begab er sich selbst in Gefahr. Der junge Mann hat eine der vielleicht wichtigsten Eigenschaften bewiesen, die ein Mensch besitzen kann: Mut.

Mut hat viele Gesichter. Er kann sich darin äußern, jemanden das Leben zu retten, im Dienste einer guten Sache die eigene Karriere aufs Spiel zu setzen oder ei-

nen gesicherte Position aufzugeben, um das eigene Glück zu finden. In NEWS erzählen acht Frauen und Männer aus ganz Österreich von jenen couragierten Handlungen, die ihr Leben oder das ihrer Mitmenschen veränderten. Sie erklären, warum man ohne Mut im Leben nicht weiter kommt – von Lebensrettern und ehrenamtlichen Helfern über Berufsumsteiger bis zu jenen die ihr Glück mutig in der Ferne gesucht und gefunden haben.

Gefahr für die eigene Sicherheit.

Doch was ist Mut überhaupt? „Mut bedeutet, sich für eine Handlung zu entscheiden, bei der ein gewisses Risiko für die eigene Person besteht“, erklärt Michael Trimmel, Professor für Psychologie an der Medizinischen Universität Wien. „Das kann Gefahr für die körperliche Sicherheit bedeuten, die man aufs Spiel setzt, wenn man zum Beispiel jemanden aus einem brennenden Haus rettet, das kann die finanzielle Sicherheit sein, wenn man aus einem Beruf aussteigt oder aber auch die Angst vor der Blamage oder dem Ver- ▶

FOTOS: JAN HETFLISCH, SEBASTIAN REICH



„Nach einem Burnout habe ich mein Leben komplett geändert.“

**Su Busson, 41
Yogalehrerin & Coach aus Wien**

Wendepunkt. Ich habe in meinem alten Job in einer Werbeagentur die internationalen Etats betreut, jede Woche 60 bis 70 Stunden gearbeitet – und bin 1999 vorm Burnout gestanden. Da habe ich gewusst: Ich muss etwas in meinem Leben ändern. Also habe ich gekündigt, obwohl ich keine großen finanziellen Reserven hatte, und begonnen als Yoga-Lehrerin und Coach zu arbeiten. Klar habe ich auch Angst gehabt, wie es beruflich weitergeht, ob ich davon leben kann. Aber ich glaube, wenn man einen Schritt macht, dann kommt einem auch etwas entgegen. Viele Menschen denken, dass zuerst die Angst weg sein muss ehe man etwas verändern kann. Aber das stimmt nicht. Angst und Rückschläge gehören vor allem am Anfang immer auch dazu – aber man muss sie als Herausforderung sehen und seine Komfortzone verlassen; sonst gibt es kein Wachstum. Heute arbeite ich nicht viel weniger als in meinem alten Beruf, aber es gibt einen großen Unterschied: Meine jetzige Arbeit ist erfüllend und macht mich sehr glücklich. Ich habe auch ein Buch geschrieben. Es heißt „Das Wachstums ABC“. Ich will darin andere ermutigen auch auf sich zu hören und ehrlich zu sich zu sein. Man muss eine Vision haben von dem, was man erreichen will. Das müssen nicht immer nur die großen Veränderungen sein. Oftmals reicht es schon, wenn im Kleinen etwas passiert.



„Ich habe mich selbstständig gemacht und bin so glücklich wie nie.“

Doris Brammer, 41, Künstlerin aus Rekawinkel (NÖ)

Veränderung. Eigentlich habe ich Raumplanung studiert, aber ich habe mich immer schon mehr fürs Kreative begeistert, diesen Impuls jedoch lange unterdrückt. Vor fünf Jahren hatte ich ein Burnout und hab gewusst, dass ich was ändern muss. Meine beiden Kinder waren noch sehr klein, aber mein Mann wollte meinen Weg nicht mit mir gehen – deshalb haben wir uns getrennt und ich bin jetzt Alleinerzieherin und selbstständige Künstlerin. In meinem Atelier „WinkelWerk“ designe ich Schmuck und Kleidung. Auf meinem Weg habe ich Zweifel, Neid und Missgunst erlebt, aber ich bin ihn dennoch gegangen und stehe zu 100 Prozent zu mir. Es war ein Prozess zu lernen, dass man nur glücklich sein kann, wenn man wahrhaftig ist.



„In Bangkok habe ich eine Heimat gefunden und mein zweites Leben begonnen.“

Florian Gypser, 39, Architekt & Gastronom aus Bangkok

Neuanfang. 2004 bin ich mit einem One-Way-Ticket und einer Reisetasche in den Flieger nach Bangkok gestiegen. Das Land und seine Kultur haben mich immer schon fasziniert. Ich habe dort an der Uni unterrichtet und Möbel designt, doch wegen der Wirtschaftskrise sind die Aufträge zurückgegangen. In meinem Loft mit Blick über Bangkok habe ich immer Partys veranstaltet. Und da meine Freundin sehr gut kocht haben wir uns gedacht, dass wir das doch zum Beruf machen könnten. Heute kommen vier Tage die Woche maximal acht Gäste aus aller Welt in meine Wohnung und werden dort von uns bekocht. Ich hätte nie gedacht, dass ich mal ein Restaurant habe – aber man muss immer an sich glauben und flexibel bleiben.

► lust des Ansehens. Wenn kein Restriktiko besteht, sind Entscheidungen nicht mutig, sondern rational.“

Gleichzeitig sind rationale Überlegungen aber wichtig, denn wer sich ohne Rücksicht auf Verluste in Gefahr begibt, verhält sich nicht couragiert, sondern dumm. „Mutige Menschen haben die begründete Annahme, dass sie bedrohliche Situationen bewältigen können, weil sie über gewisse Fähigkeiten, Erfahrungen und Ressourcen verfügen, auf die sie zurückgreifen können“, erklärt Psychologe Trimmel. „Das befähigt sie, sich auch Situationen zu stellen, die sie nicht voll kontrollieren können.“

Triebfeder der Menschheit.

Courage wirkt sich aber nicht nur auf das Leben des Einzelnen aus, sondern auch auf die ganze Gesellschaft. „Mut hat die Menschheitsgeschichte beeinflusst“, sagt Trimmel. „Nämlich dahingehend, dass er Dinge in Gang gebracht hat. Menschen entscheiden sich für mutige Handlungen und halten wahrscheinlich tapfer durch, um sich für Dinge einzusetzen, die sie für wichtig und erstrebenswert halten. Ob das positive oder negative Auswirkungen hat, hängt allerdings vom dahinterliegenden Wertesystem ab. Einen Krieg anzuzetteln kann auch mutig sein.“ ►

„Mein Einsatz gegen Rechtsextreme hat mich fast meine Karriere gekostet.“

Uwe Sailer, 57, Kriminalbeamter und Datenforensiker aus Linz

Antifaschist. Ich bin seit 1976 bei der Polizei, seit 1983 habe ich immer wieder Informationen über Rechtsextreme an den Verfassungsschutz weitergeben. Das lief jahrelang gut hinter den Kulissen, bis 2009 meine Korrespondenz mit dem Grünen Karl Öllinger öffentlich wurde. Es ging um Recherchen zur Neonazi-Homepage Alpen-Donau.Info. Die FPÖ hat darauf einen Skandal gemacht und mich als Spitzel vor den parlamentarischen Untersuchungsausschuss gebracht. Ich wurde sogar für 18 Monate vom Dienst suspendiert. Mittlerweile bin ich rehabilitiert. Wenn man sich mit kriminellen Strukturen anlegt, muss man damit rechnen, von ihnen angegriffen zu werden. Aber mir war von Anfang an klar: Das lasse ich mir nicht gefallen. Ich lasse mich nicht mundtot machen. Ich kämpfe weiter gegen rechtsextreme Umtriebe.



FOTOS: SEBASTIAN REICH, PRIVAT, WINFRIED FLOHNER

news **PROMOTION**

Platsch – und der Sommer ist da!

Der Neusiedler See punktet weiter als beliebtes Urlaubsziel



Ein Sprung in den See, ein Sonnenbad am Strand, eine Session auf dem Surfboard? **Ihr Sommer ist näher als Sie denken:** der Neusiedler See ist bereit für den absoluten Urlaubsspaß:

Segeln, Kiten oder eine Radtour mit der ganzen Familie? Sommerfeste, Kulturhighlights, Musikgenuss im Römersteinbruch oder einfach nur den Tag

in der herrlichen Natur genießen und bei Wein und regionalen Schmankerln ausklingen lassen Lust bekommen?

Mehr Informationen gibt's hier:
www.neusiedlersee.com

Highlights am Neusiedler See:

- Top Spot für Windsurfer, Kiter, SUP und Segler
- Raddestination Nummer 1 in Österreich (36 Themenradwege auf über 1000 beschilderten Kilometern)
- Wandern, Nordic Walken, Golf
- UNESCO Welterbe
- Nationalpark Neusiedler See-Seewinkel
- Naturpark Neusiedler See Leithagebirge
- Leithaauen Neusiedler See
- Naturpark Rosalia – Kogelberg
- St. Martins Therme
- Pannonischer Herbst mit Wein- & Kulinarikhotspot
- **Neu:** Laufpark Neusiedler See

Jetzt die kostenlose Broschüre „Pannonischer Frühling/Sommer 2014“ anfordern!
Telefon: 0 21 67/86 00 oder
info@neusiedlersee.com
Infos zur Region, Buchungsmöglichkeiten und Prospekte:
www.neusiedlersee.com

Neusiedler See Card – Ihr Genuss-Plus für Ihren Urlaub am See



Mit einem Jubiläumsgewinnspiel feiern wir das 15. Jubiläum unserer Gästekarte.

Jeder Gast, der in einer teilnehmenden Unterkunft **Urlaub bis 26. 10. 2014** macht, erhält die Neusiedler See Card kostenlos.

Die Karte ist ihr Schlüssel zu 45 Freizeiteinrichtungen wie Eintritt in See-, Frei- und Hallenbäder, Erlebniswelten, Museen und freie Fahrt mit Bus und Bahn innerhalb der Region.



„Es erfordert auch Mut umzudrehen und dem Scheitern ins Auge zu sehen.“

David Lama, 23, Extrem-Bergsteiger aus Innsbruck

Selbsteinschätzung. Mut ist für mich die Bereitschaft, etwas Außergewöhnliches zu machen und umfasst weit mehr, als die reine Bereitschaft, ein Risiko einzugehen. Für mich bilden Selbsteinschätzung, das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten und die Erfahrung, die Voraussetzung, um überhaupt mutig sein zu können. Beim Bergsteigen gibt es immer wieder Situationen, in denen man trotz Seil nicht stürzen darf. Man muss sich des Risikos, dem man sich aussetzt, ständig bewusst sein und die Konsequenzen kennen. Man muss einschätzen können, wo es angebracht ist, mutig zu sein und weiterzugehen und wo nicht. Es erfordert auch Mut, umzudrehen, und dem Scheitern ins Auge zu sehen.

► All diese Eigenschaften – die Bereitschaft, die eigene Sicherheit zu riskieren gepaart mit dem Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten sowie das Wissen, sich für eine gute Sache einzusetzen – zeigt der Wiener Arzt Herbert Matzinger immer wieder. Vor 15 Jahren entschloss sich der erfolgreiche Mediziner erstmals für „Ärzte ohne Grenzen“ zu arbeiten. Die Hilfsorganisation hat das Ziel, Menschen in den Krisenregionen der Erde medizinische Hilfe zukommen zu lassen, schickt Hebammen, Krankenschwestern, Ärzte dorthin, wo Hilfe am dringendsten benötigt wird. Alle Helfer verrichten ihre Arbeit ehrenamtlich und zumeist unter schwierigen Bedingungen, in denen mitunter auch das eigene Leben in Gefahr sein kann.

Für Herbert Matzinger, bislang bereits zehn mal für „Ärzte ohne Grenzen“ im Einsatz, eine Selbstverständlichkeit: „Wahrscheinlich ist es eine Mischung aus Abenteuerlust und schlechtem Gewissen die mich antreibt, mich immer wieder aufs Neue zu melden.“ Ob der Mediziner ein mutiger Mensch sei? „Finde ich nicht. Ich will einfach jenen die meine Hilfe benötigen etwas zurückgeben – und mit dem was ich kann etwas Sinnvolles tun und Dinge langfristig verändern.“

■ Luise Walchshofer, Sandra Wobrazek

„Als dayli pleite ging, habe ich meine Filiale selbst übernommen.“

Kathrin Kierer, 48, Geschäftsinhaberin aus Steyr (OÖ)

Schritt in die Selbständigkeit. Ich habe mehr als 17 Jahre als Verkäuferin in der gleichen Filiale zuerst für Schlecker und dann für dayli gearbeitet. Als das Unternehmen pleite ging, wussten wir nicht, wie es weitergehen sollte. Da habe ich mich getraut, das Geschäft übernommen und Ende 2013 ‚Die Kleine Drogerie‘ in Steyr eröffnet. Zeitweise hatte ich richtig Angst vor meiner eigenen Courage. Es war ja auch ein großes finanzielles Risiko für mich, weil ich nicht wusste, wie das Geschäft laufen würde. Mittlerweile geht es uns immer besser. Ich arbeite zwar mindestens 60 Stunden in der Woche, aber ich mache es gerne und ich bin mein eigener Chef. Manche Leute haben zu mir gesagt: ‚Dass du dich das traust, in deinem Alter!‘ Aber man muss im Leben einfach auch Risiken eingehen, sonst kommt man zu nichts.

