

# Wie man sein Leben vereinfacht

**WISSENSFORUM** Zum Auftakt der Reihe gibt Werner Tiki Küstenmacher („simplify your life“) am 20. März Tipps für Alltag und Beruf

Von Frank-O. Docter

**GIESSEN.** „Der Schlüssel zu einem einfacheren, glücklicheren Leben steckt in unserem Gehirn“, nämlich in einem kleinen Bereich zwischen Hirnstamm und Großhirn, dem sogenannten Limbischen System. Das sagt Werner Tiki Küstenmacher, der mit seinem Buch „simplify your life“ (zu Deutsch „Vereinfache dein Leben“) einen absoluten Bestseller gelandet hat. Wie das genau funktioniert, zeigt der Theologe und Karikaturist zum Auftakt des diesjährigen „Gießener WissensForums“ am Dienstag, 20. März, um 19.30 Uhr (Einlass ab 19 Uhr) im Volksbank-Forum im Schiffenberger Weg 110. Die beliebte achteilige Vortragsreihe, deren häufig aus dem TV bekannten Referenten Expertenwissen unterhaltsam in 90 Minuten verpackt, wird in Kooperation von Gießener Anzeiger, Volksbank Mittelhessen und Veranstaltungsagentur Sprecherhaus ausgerichtet.

**Herr Küstenmacher, Ihr Motto lautet „simplify your life“: Wie haben Sie denn Ihr eigenes Leben vereinfacht, und was war der Auslöser dafür?**

Anfang der 1990er-Jahre habe ich mit meiner Frau getauscht – sie hat als Verlagslektorin gearbeitet und ich wurde Hausmann. Da habe ich mir Bücher gekauft, in denen erklärt wurde, wie man richtig putzt, Kinder erzieht, mit der Zeit und dem Geld besser umgeht und all so was. Wir fingen an, unseren Haushalt zu vereinfachen. Viele gute Ideen sind ja aus der Faulheit geboren. Ein paar Jahre später wurde daraus der gedruckte monatliche Beratungsdienst „simplify your life“ und 2001 das gleichnamige Buch.

**Die „Limbi“-Metapher hilft nach Ihren Worten auch in Unternehmen. Geben Sie bitte mal einen kurzen Einblick, was damit alles möglich ist!**

„Limbi“ steht für das limbische System. Das sind die Areale in unserem Gehirn, die zuständig sind für Emotionen und schnelle, automatisierte Entscheidungen. Man nennt sie auch das emotionale Säugetiergehirn, weil es alle Säugetiere besitzen. Wenn man weiß, wie und warum unser „Limbi“ reagiert, ist das für viele Entscheidungen in einem Unternehmen hilfreich. Wobei es nicht nach der simplen Masche läuft, dass Menschen „nur emotional“ entscheiden. Unsere besondere menschliche Begabung ist, dass wir zwei Systeme besitzen: den schnellen emotionalen „Limbi“ und die rationale, planende, lernfähige Großhirnrinde.

Sie sagen, „der Weg zum Glück führt



Mit seinem Buch „simplify your life“ hat Werner Tiki Küstenmacher einen absoluten Bestseller gelandet. Foto: Sprecherhaus

**durchs Gehirn“: Dort entstehen aber doch auch viele Probleme, oder?**

Das sind die typischen Fehleinschätzungen von „Limbi“, die sich vor ein paar Hundert Millionen Jahren bewährt haben, aber in einer modernen Gesellschaft nicht mehr. „Limbi“ lässt sich beispielsweise leicht Angst machen. So fürchtet er sich sehr vor Terroristen oder Mördern. Dabei sind das extrem unwahrscheinliche Todesarten. Vor den wirklich häufigen Lebensgefahren hat er dagegen

zu wenig Angst, wie etwa vor dem Rauchen oder einer rastlosen Lebensweise.

**Was werden Ihre Zuhörer nach dem Vortrag besser können oder mehr wissen als zuvor?**

Sie werden unsere moderne Welt besser verstehen und sich weniger Angst einjagen lassen von Populisten und Terroristen. Und sie werden einen schönen Abend haben. Denn meine Vortragsweise mit zum Teil live gezeichneten Karika-

turen ist ganz bewusst „Limbi“-freundlich gestaltet.

**Wie kommen Sie eigentlich zu Ihrem zweiten Vornamen „Tiki“ und woher stammt dieser?**

Den Namen bekam ich schon vor meiner Geburt und hätte ihn auch bekommen, wenn ich ein Mädchen geworden wäre. Meine Mutter hat mich nach dem Floß „Kon-Tiki“ des norwegischen Forschers und Abenteurers Thor Heyerdahl benannt. Der Namensgeber für dieses Floß war der Sonnengott der Inka. In die Familie Küstenmacher nach den dunklen Jahren des Dritten Reichs Licht, Sonne und Glück hineinzubringen, das ist, denke ich, mein Lebensthema. Ich habe vor allem von meiner Mutter eine tiefe Dankbarkeit gegenüber dem Leben geerbt. Sie ist leider schon lange tot. Aber ihr würde „Limbi“ bestimmt sehr gut gefallen.

## INFOS ZUM KARTENKAUF

Die Einzelkarte für das „Gießener WissensForum“ kostet 59 Euro. 49 Euro bezahlen Anzeiger-Abonnenten und Volksbank-Kunden. Außerdem ist auch ein 8er-Abo für die gesamte Reihe erhältlich. Sofern noch keine Anmeldung vorliegt, kann eine solche vor Ort ausgefüllt werden.

Jeder Besucher erhält eine steuerfähige Abrechnung. Telefonische Kartenbestellung ist möglich unter 02561/69565170, per E-Mail an: info@sprecherhaus.de, oder auf der Internetseite [www.sprecherhaus-shop.de/vortragsreihen/giesener-wissensforum-2018](http://www.sprecherhaus-shop.de/vortragsreihen/giesener-wissensforum-2018) (fod)

# „Mit offenen Augen gegen die Wand“

**PROZESS** Nach Massenschlägerei in der Hessischen Erstaufnahmeeinrichtung: Verfahren gegen vier Männer im Alter von 20 bis 27 Jahren eingestellt

**GIESSEN (sza).** „Wir fahren in diesem Verfahren mit offenen Augen gegen eine Wand.“ Mit diesen deutlichen Worten hat Richter Harald Wack die Einstellung des Verfahrens gegen vier Angeklagte vor dem Jugendschöffengericht des Gießener Amtsgerichts begründet. Die vier Männer im Alter zwischen 20 und 27 Jahren sollen am 10. November 2015 an einer Massenschlägerei in der Hessischen Erstaufnahmeeinrichtung (HEAE) direkt und indirekt teilgenommen haben.

An diesem Tag war es zu einem Konflikt zwischen knapp 60 Menschen gekommen. Auf der einen Seite afghanische Asylbewerber, auf der anderen Menschen aus dem Irak und Syrien. Die Situation war eskaliert, sodass die Mitarbeiter der Sicherheitsfirmen keine Chance mehr hatten, beruhigend einzuschreiten. Laut Staatsanwaltschaft seien Bettgestelle herumgeflogen und Alumi-

niumstangen als Waffen verwendet worden. Die Massenschlägerei konnte erst durch das Einschreiten der Polizei aufgelöst werden. Die musste dafür eine große Anzahl an Streifenwagen auffahren, lautete es in der Anklageschrift der Staatsanwaltschaft.

## Aussage verweigert

Da alle vier Beschuldigten die Aussage verweigerten, sollten Zeugen aufklären, ob einer der Angeklagten tatsächlich an diesem Vorfall beteiligt war. Doch stellte sich schnell heraus, dass die Mitarbeiter der Sicherheitsfirma den Verlauf der Schlägerei zwar – mehr oder weniger ähnlich – wiedergeben konnten, jedoch keinen der Männer eindeutig mit einer Tat in Verbindung brachten. Eine 54-jährige ehemalige Sicherheitsmitarbeiterin

dachte zunächst, dass sie den Angreifer, der sie mit einer Stange an der Schulter getroffen hatte, als einen der Angeklagten identifiziert habe, ihr Verdacht erhärtete sich jedoch nicht. Bei der Durchsicht einer Wahllichtbildvorlage vermutete sie einen anderen Täter.

Ihr Kollege, ein 45-jähriger Schichtleiter der Sicherheitsfirma, hatte zum damaligen Zeitpunkt einen Nachbericht erstellt. Dieser lieferte einen wichtigen Hinweis auf die Vorgänge dieses Tages. „Mir wurde von Mitarbeitern zugetragen, dass die Syrer afghanische Frauen in der Kantine bedrängt haben sollen. Daraufhin sind die afghanischen Männer mit Stangen bewaffnet hinter den Syrer her, die sich in ihrem Zelt in Sicherheit bringen wollten. Dann sei die Situation eskaliert“, so der Zeuge. Er erkannte auch zwei der Angeklagten wieder. Einen 20-jährigen Iraker und einen 26-

jährigen Syrer. Diesen hätte er sogar im Verlauf der Schlägerei versucht, auf dem Boden zu fixieren, da er mit einer Stange auf ihn zugefallen sei.

## Kiefer ausgerenkt

Der Vorwurf wurde jedoch vom nachfolgenden Zeugen, einem 31-jährigen Kollegen des Schichtleiters, in Zweifel gezogen. Er sprach davon, dass jene Person, die auf dem Boden gelegen habe, kein Angreifer gewesen sei, sondern ein von der Schlägerei in Mitleidenschaft gezogenes Opfer. Der 31-Jährige selbst war von einer Stange ins Gesicht getroffen worden. Dadurch wurde sein Kiefer ausgerenkt. Er konnte keinen der Angeklagten wiedererkennen und sprach von einer viel zu undurchsichtigen Lage. „Das war chaotisch. Sie müssen verstehen, für

mich sehen die alle gleich aus“, erklärte er dem Richter.

Da die Tat bereits längere Zeit her sei, die Ermittlungen nicht vorankämen und man das Gefühl habe, sich seit geraumer Zeit im Kreis zu drehen, beantragte Staatsanwalt Mike Hahn, das Verfahren gegen die Angeklagten wegen geringer Schuld einzustellen. „Es gibt immer noch Ansätze, besonders im Fall des 26-jährigen Syrers. Jedoch zweifle ich daran, dass wir weiterkommen, auch wenn wir hier noch dutzende Zeugen vorladen“, machte er deutlich. Auch das Gericht bestätigte gewisse Probleme im Fall des Beschuldigten aus Syrien, entschloss sich jedoch auch in seinem Fall zur Einstellung des Verfahrens.

Ursprünglich waren 15 Beteiligte angeklagt, einige der Verfahren wurden abgetrennt und werden separat weiter bearbeitet.

- Anzeige -

**VERKAUFSOFFEN**  
Sonntag, 18.03.18 | 13-19 Uhr

**45 KÜCHEN-TESTER**  
Sichern Sie sich Ihre Küche zum Vorzugspreis! **GESUCHT!**

**WOHNWELT**  
Dutenhofen Auf Ihre Wünsche eingerichtet  
Wohnwelt Dutenhofen GmbH & Co. KG · Industriestraße 2  
35582 Wetzlar-Dutenhofen · [www.wohnowelt-dutenhofen.de](http://www.wohnowelt-dutenhofen.de)