

Nagold

Die Kunst des richtigen Moments

Schwarzwälder-Bote, 09.02.2014 19:20 Uhr



Der seit 30 Jahren in der Region lebende Nam Nguyen las bei der VHS aus seinem Buch. Foto: Rennig Foto: Schwarzwälder-Bote

Von Barbara Rennig Nagold. "Um jeden Tag von vorne anfangen zu können, muss man den heutigen Tag gut abschließen": Diese Weisheit seiner vietnamesischen Mutter hat Nam Nguyen erst sehr spät schätzen gelernt.

Als er mit 19 Jahren und zehn Mark in der Tasche nach Deutschland kam, hat er sich das Studium der Luft- und Raumfahrttechnik in Stuttgart sehr hart durch kleine Jobs verdient. Es folgten später Jahre eines Traumerfolges: Das eigene Haus war da, der Wagen mit Stern stand vor der Tür, eine wichtige Dienstreise als Produktleiter einer internationalen Firma jagte die andere – bis der damals mit seiner Familie im Kreis Böblingen Beheimatete mehr Leere als Freude, mehr Angst als Zufriedenheit in sich spürte, weil ihm klar wurde, dass er nicht mehr viel über den Alltag seiner beiden Söhne wusste, ihnen gegebene Versprechen im Hamsterrad seiner Leiterjobs vergaß, den lebendigen Kontakt zu seiner Familie verlor.

Der seit 30 Jahren im Gäu lebende Nam Nguyen stellte nun in der VHS sein vor kurzem erschienenenes Ratgeberbuch "Sei ein Frosch – oder die Kunst, im

Leben den richtigen Moment zu erwischen" vor und schilderte in Ausschnitten so eindrücklich wie persönlich, wie der "Westwind" (sein Fußfassen in Deutschland und seine damalige Karriere), das "Auge des Sturms" (die vielen Lebenskrisen) und der "Ostwind" (die Rückbesinnung zu den Wurzeln und das letztlich gute Zusammenführen vieler Spuren) ihn geprägt haben.

"Abreagieren am Sandsack löst keine Aggression", rät der Protagonist. Und erst nach einem Suizid-Versuch – keine wirkliche Loslösung, weil es seinen Lieben negative Energie zurück ließe – entschließt sich Nam Nguyen zu einem langen Weg der Selbstheilung, nimmt innere Bilder seiner angestammten vietnamesischen Heimat neu wahr, entdeckt auf Spaziergängen die lange vernachlässigten Sinne wieder, fühlt sich trotz weiterer Lebenskrisen immer mehr der Natur verbunden – und einem Frosch, den er beobachtet.

Der hat in östlichen Kulturen, so Nguyen, eine andere, positiver besetzte Symbolik. Denn der Frosch sitzt scheinbar reglos irgendwo, schnappt aber blitzschnell mit seiner Zunge eine Fliege, wenn der richtige Moment gekommen ist.

Und so wird auch der Buchtitel greifbar: Nguyen, der ein Psychologie-Aufbaustudium absolviert hat und seit etwa zehn Jahren selbstständig als Berater arbeitet, will in "Sei ein Frosch" vermitteln: Warte in Ruhe, werde einig mit dir selbst und sei mit allem drumherum im Gleichgewicht, passe aber den guten Zeitpunkt ab, die für dich stimmige Situation, um zu handeln.

Nam Nguyen gab im Gespräch mit den Zuhörern auch greifbare Beispiele für den Frosch-Übungsweg.