

M

MEINUNG

Der Zwicker

Warnung vor dem Bären

Frédéric Zwicker*
über die Bedeutung
von Träumen



Stirbt man auch im «echten Leben», wenn man im Traum stirbt? Ich weiss es nicht, denn wenn ich Klippen hinunterstürzte oder auf mich geschossen wurde, bin ich immer aufgewacht, bevor mich der Tod ereilte. Was solche Träume bedeuten, weiss ich auch nicht. Die Traumdeutung hätte aber bestimmt ein paar Antworten im Köcher.

Die dokumentierte Geschichte der Traumdeutung reicht zurück bis in die Antike. So richtig in Schwung kam sie als psychologische Disziplin aber mit Sigmund Freud, der in Träumen die Befriedigung verdrängter Triebwünsche sah. Sein Werk «Die Traumdeutung» formulierte Methoden zur Ergründung des Traumsinns und inspirierte andere dazu, sich ebenfalls und mit ganz unterschiedlichen Resultaten wissenschaftlich mit den nächtlichen Bildern zu befassen.

Heute muss man sich durch keine Wälzer mehr lesen. Es reicht, ein paar Stichwörter bei Google einzutippen, schon finden sich haufenweise Seiten, welche Antworten in bequemen Portionen zur Verfügung stellen. Sofern man dies denn möchte. Ich für meinen Teil bin bisher trotz haufenweise ungeleiteter Träume ordentlich durchs Leben gekommen. Jetzt hatte ich vor ein paar Nächten aber einen, der aus der Reihe tanzte.

Ich stand vor dem Eingangstor zum Garten eines Hauses und beobachtete einen Bären, der keine Notiz von mir nahm. Dann rannte er allerdings unvermittelt in meine Richtung und kam mir plötzlich so nahe, dass mir eine schleunige Flucht ratsam schien. Das Tor, vor dem ich stand, war etwas höher als ich selbst und verschlossen. Also sprang ich mit einem panischen Satz daran hoch, um in Sicherheit zu gelangen. Dann wachte ich auf.

Ich lag in der Mitte des Zimmers auf dem Boden. Als ich Licht machte, sah ich, dass um mich herum verteilt lag, was zuvor auf dem Nachttischchen gestanden hatte, ausserdem, dass mein linker Arm sowie mein Brustkorb an vier Stellen aufgeschürft waren und bluteten. Ich war auf der Flucht vom Bären mit einem gewaltigen Satz aus dem Bett gesprungen.

Gemäss Online-Traumdeutern kann mein Bär Verschiedenes symbolisieren. Zum Beispiel ein gutes Omen: «Es steht für einen baldigen Gewinn. Jetzt gilt es, den passenden Moment abzuwarten und seine Chance wahrzunehmen», weiss «traumdeutung.de». «Brigitte.de» analysiert ganz freudianisch, in Bezug auf Liebe und Sexualität verkörpere der Bär die ungestüme, weibliche Seite, die vom männlichen Träumenden für ein erfülltes Sexleben akzeptiert werden sollte. Ich fand weitere Deutungen, die von einem Bedürfnis nach Geborgenheit bis zu einer erdrückenden Mutterfigur reichen.

Ob man auch im «echten Leben» stirbt, wenn man im Traum stirbt, weiss ich nicht. Was ein Traumbär bedeutet, weiss ich auch nicht. Aber wenn Ihnen im Traum einer erscheint, dann rate ich Ihnen, sich schleunigst aus dem Staub zu machen. Denn die Kratzspuren an meinem Arm und Brustkorb, die können nur von Bärenkrallen stammen.

* Frédéric Zwicker aus Rapperswil-Jona ist Musiker und Autor.

Dem Klima zuliebe

Beim Einkaufen braucht es ein Umdenken



Nadja Vogel
ist Co-Geschäftsführerin
von Ursi's Füllbar in Glarus

Niemand möchte ihn – und doch wird er immer grösser: der Abfallberg der Verpackungen. In herkömmlichen Geschäften ist so gut wie alles in Plastik eingepackt, ja manchmal sogar doppelt und dreifach. Die Lebensdauer einer solchen Verpackung ist in den meisten Fällen kurz: Es wird ausgepackt und die Verpackung landet im Müll.

Nicht so kurz ist aber die Lebensdauer des Plastiks, falls dieser in unserer Umwelt landet. Laut Swiss-Litter-Report landen monatlich zwischen 10 000 und 13 000 Kilogramm Plastikabfall in unserer Umwelt. Gerade jetzt in der Adventszeit werden die Müllberge noch höher. Der Konsum steigt und schnell

verliert man sich bei den Weihnachtsvorbereitungen.

Mittlerweile gibt es Unverpacktläden, in denen man mit seinen eigenen Gefässen oder Behältern einkaufen kann. In diesen Läden kriegt man nicht nur seine Lebensmittel unverpackt, sondern es gibt auch eine grosse Auswahl an Haushalts- und Hygieneartikeln sowie ein grosses Angebot für einen nachhaltigeren Lebensstil. Im Glarnerland werden bereits zwei solcher Läden geführt, Ursi's Füllbar in Glarus und Kostbar Unverpackt in Niederurnen.

Ein Vorteil der Unverpacktläden ist, dass die Konsumentinnen und Konsumenten die Menge der Lebensmittel selber bestimmen können. Er braucht nicht ein ganzes Kilo zu

nehmen, sondern kann auch nur eine kleine Menge abfüllen. Im selben Zug wird also auch ein anderes immenses Problem angegangen: Foodwaste. Es wird kein Lebensmittel verschwendet, weil zu viel davon gekauft oder es schlecht wurde. Die Kundinnen und Kunden füllen nur so viel ab, wie sie tatsächlich konsumieren.

Die meisten Unverpacktläden arbeiten auch mit regionalen Bauern beziehungsweise Produzenten zusammen, setzen also auf kurze Transportwege und Regionalität. Zudem führen viele Läden ihr Sortiment in Bio-Qualität. Auch für Weihnachtsmenüs bieten Unverpacktläden Zutaten an. Seien es Nudeln, Reis oder Zutaten für das Weihnachtsgebäck. Das Weihnachtsmenü mit Produkten aus Unverpacktläden macht nicht nur dem Planeten ein Geschenk, sondern dem lokalen Gewerbe einen grossen Gefallen.

Auch für die Liebsten lassen sich in Unverpacktläden Geschenke finden. Zahnbürsten aus Bambus, verpackungsfreies Shampoo, Rasierhobel, ein Glas mit den Lieblingsleckereien oder ein individuell zusammengestellter Geschenkkorb oder Gutschein.

Wie wäre es also mit etwas, das die beschenkte Person auch wirklich brauchen kann und ihr zu einem nachhaltigeren Alltag verhilft?

Laut Swiss-Litter-Report landen monatlich zwischen 10 000 und 13 000 Kilogramm Plastikabfall in unserer Umwelt.

Sasis Liebling: Der Dezember-Mann



Für Sasi Subramaniam ist der Samichlaus «the man of the December», da er im letzten Monat des Jahres omnipräsent ist. Der Fotograf der «Glarner Nachrichten» zeigt in dieser Woche einige der vielen Gesichter des Samichlause, die er im Glarnerland entdeckt hat. Bild Sasi Subramaniam

Follow me

TV-TIPP
DES TAGES

Gut informiert
mit TV Südostschweiz

Das Infomagazin «Rondo» von TV Südostschweiz berichtet wochentags um 17.59 Uhr eine Stunde lang über aktuelle Geschehnisse und mit Hintergrundberichten aus den Kantonen Glarus und Graubünden. Die Sendung wird stündlich wiederholt.

«Rondo», 17.59 Uhr

TWEET
DES TAGES

«Mein Saugroboter hat versucht, sich mit den Fernsehkabeln zu erhängen. Ich wusste nicht, dass er so verzweifelt ist.»

@Mozzirella_

BLEIBEN SIE TAGSÜBER
AUF DEM LAUFENDEN

Online
suedostschweiz.ch

Facebook
Südostschweiz Glarus

Instagram
@suedostschweiz_gl

Twitter
@suedostschweiz