

# Wenn der Luftballon platzt, sollte der Mann noch etwas üben

Gegen das Blutvergießen: Besuch bei einem Rasierkurs für Nostalgiker

Von Karl Hübner

Es sind Männer im besten Bartwuchsalter, die sich an diesem Samstag in der Hamburger Altstadt Straße befinden. „Theodor Jube Friseurbedarf“ steht über den Schaufenstern. Ein Traditionsunternehmen in der Hansestadt. Die verschlossene Tür lässt die wartenden Männer redselig werden. „Na, auch zum Rasieren da?“ fragt ein stämmiger Mann und erzählt ungefragt, dass er den Umgang mit dem Messer nun endlich lernen will, nachdem er das Gerät Weitnachten von seiner Mutter geschenkt bekam.

Mit seinen Fleischermessern ginge ihm die Rasur locker von der Hand, sagt der junge Mann, der sich als gelernter Schlachter aus Neu-Wulmstorf ausbildet. Aber mit dem Rasiermesser, da käme er absolut nicht klar. Dieses Nichtklarkommen ist das, was die acht Männer vereint, die am Rasierkurs bei Jube teilnehmen. Es sind Männer, die vielleicht auch gerne Bier aus Bügelflaschen trinken, dem alten Diapalm treu sind und einen VW Käfer haben. Menschen mit Sinn für alte Werte.

Der Jube-Geschäftsführer Henry Gosch holt die Rasierinteressierten an der Tür ab. Es ist die zweite Gruppe an diesem Nachmittag. Nein, es habe bei der ersten Runde keinerlei Verletzungen gegeben, beteuert Gosch, nachdem sich ein Teilnehmer erkundigt, ob man draußen habe warten müssen, damit drinnen das Blut weggeschwemmt werden konnte.

Henry Gosch führt die Teilnehmer in das Untergeschoss, wo – zwischen Regalen mit Haarkuren, Metalllockenwicklern und Friseurutensilien – zwei ältere Herren warten. Beide tragen graue Shirts mit der Aufschrift „Rasierkurs bei Jube“ und werden als Herr Adamo und Herr Saubert vorgestellt, und haben jeweils vierzig Jahre

Rasiererfahrung auf dem Buckel. Max Schmelting sei übrigens Stammgast im Salon von Herrn Saubert gewesen.

Der Schlachter darf es sich auf einem Stuhl bequem machen. Herr Adamo schäumt die Wange ein und zeigt, wie man den Rasierpinsel einsetzt. „Andrücken und kreisen lassen.“ Und dann hat er auch schon das Messer ausgeklappt. „Das Messer in einem Winkel von dreißig Grad anlegen. Lang durchziehen, kein kurzes Hin und Her wie mit den sonst üblichen Scherköpfen“, sagt er.

Bevor die Männer selbst loslegen, folgt eine theoretische Einführung in die Welt der Rasiermesser und -pinsel. Die Männer erfahren, dass es Unterschiede bei der Dicke der Messerklingen gibt. In Europa hätten sich fünf Achtelzoll etabliert, während in orientalischen und lateinamerikanischen Ländern sechs Achtel dominierten. „Wegen der stärkeren Barthaare der Südländer.“

Dann lenkt Gosch das Augenmerk auf die Wölbung der Klingen und spricht von halben und ganzen Hohlungen. Er spricht von rostfreien Klingen, von der Wichtigkeit, mehrere Messer zu haben, da der Grat einer Schneide drei Tage zur Regeneration brauche, zeigt, wie man die Klinge am Lederriemen schärft, und dann kommt er noch zu den Pinseln. Dachhaar sei Standard, aber natürlich gebe es auch da Unterschiede. Sommerdachs, Winterdachs, helle Haare kämen vom Bauchbereich des Tieres, dunkle vom Rücken.

Aber dann ist es genug mit Theorie, und die Männer nehmen Platz. Jeder hat ein Messer vor sich, einen Pinsel sowie ein Schüsselchen mit zwei Halbschalen, von denen eine mit Warmwasser, die andere mit fester Rasierseife gefüllt ist. Zwei Luftballons liegen auch bereit, an denen man die ersten Handgriffe mit dem Messer einstudieren soll. Es sind herzförmige Ballons, deren komplizierte Oberflächen bereite besser auf die Arbeitsfläche Gesicht vor, erklärt Gosch den Kursteilnehmern.

Die ersten Ballons platzen bereits beim Aufblasen. Dann werden die übrigen eingeschäumt. Herr Adamo und Herr Saubert gehen durch die Reihen und achten auf den richtigen Einsatz des Pinsels. Die ersten Teilnehmer setzen das Messer an. Nur ganz vereinzelt Plätzen. Lernziel erreicht, denn das hieß: Hemmungen abbauen. Ohne freilich die Vorsicht aufzugeben.

Die Ersten haben sich qualifiziert und dürfen vor einen der vier Stehtische mit den Spiegeln treten. Nun wird es ernst. Schaum anrühren, bis er die Konsistenz von Schlagsahne hat, und ihn dann im Gesicht verreiben. Das Messer ausklappen, dreißig Grad und – beherzt durchziehen.

„Mit der zweiten Hand die Haut strammziehen, das hilft“, sagt Herr Adamo. Die Männerhände sind nicht beherzt. Vorsichtige, allzu kurze Bewegungen. Es zieht. Tut weh. Die Haare bleiben stehen. Ob es an dem minderwertigen Messer liegt? Herr Gosch hatte darauf hingewiesen, dass der Veranstalter zum Üben nur so genannte Junior-Messer ausgelegt hat. 36,50 Euro steht auf dem Preisschild der Junior-Messer. Profis wie Herr Adamo greifen aber natürlich zu anderen, viel teureren Werkzeugen.

Die Erfolge der Jungbarbiere bleiben zunächst bescheiden. Auf den Backen

klappt es noch ganz gut, aber Barthaare sprießen eben auch unter der Nase, unter dem Mund und leider auch am Kinn. Es kommt zu obscuren Verrenkungen. Einer, der sich extra seit drei Tagen nicht mehr rasiert hatte, flucht leise vor sich hin.

Und dann fließt das Blut. Herr Pape muss unter der Unterlippe eine falsche Bewegung gemacht haben. Die Haut verzehrt nichts. Das muss nun leider auch ein Teilnehmer aus Schweden feststellen, der im Bereich des linken Ohrs gepatzt hat. Herr Saubert greift in eine kleine Schachtel und fingert streichholzartige Stäbchen heraus. Alaunstäbte. Blutstillend.

Kaum einer bringt es am Ende auf eine erfolgreiche Komplettur. Aber zum Glück gibt es ja Herrn Adamo und Herrn Saubert, die die restlichen Stoppel des Barba (lat. für Bart) fachmännisch beseitigen. Beeindruckt fahren sich die Teilnehmer über die Wangen. So glatt war es lange nicht. „Eine Rasur mit dem Messer hält noch am nächsten Tag“, sagt Herr Gosch. Einer klagt einseitigen noch über ein „wahn sinniges Brennen“ im Gesicht.

Wie viele der acht Teilnehmer am Ende wirklich zum Messer konvertieren werden, bleibt ungewiss. Manche haben an diesem Tag vielleicht auch die Existenz von Wechselklingensystemen und Elektrorasierern völlig neu schätzen gelernt. Der Schlachter will auf jeden Fall üben. Allein des Geldes wegen. Sowohl Elektrorasierer als auch Wechselklingen seien doch viel zu teuer geworden. Und Henry Gosch macht noch Mut: Wenn man es erst mal richtig könne, dann dauere die Bartbearbeitung mit dem Messer nur zweieinhalb so lange wie mit dem Elektrogerät. Das kann man gut finden, aber es kann auch als Gegenargument gelten. Gerade morgens, wo häufig jede Minute zählt.

Henry Gosch jedenfalls glaubt fest an die Zukunft des Messers. Die Rasur sei einfach viel besser. „Die Wechselklingenhersteller stellen seit hundert Jahren Klingener“, sagt er. „Doch trotz ständiger Neuentwicklungen haben sie noch nichts gefunden, was es mit dem Messer in puncto Rasurqualität aufnehmen kann.“ Das mag stimmen, aber bis man diese Qualität erreicht, ist es ein weiter und mitunter blutiger Weg.

- www.nassrasur.com, www.jebe.de, www.dovo.com



Nassrasierer sollte man gut einseifen. Foto Mühle



Dreißig Grad Winkel, dann lang durchziehen – aber bitte kein Hin und Her wie mit dem Scherkopf. Wer das unallföhre geschafft hat, ist mit dem guten alten Rasiermesser besser denn je rasiert. Foto Achim Zweygarth

# Wer froh ist, lebt länger

Schlechte Gedanken machen krank – Johannes Koeppen erklärt, warum

Wie gefährlich ist negatives Denken?

In der Medizin weiß man heute, dass Druck, Ärger und Stressbelastungen genauso krank machen wie Rauchen, schlechte Ernährung und mangelnde Bewegung. Durch Untersuchungen ist belegt, dass negative Gefühle Herzinfarkt, Krebs und Diabetes auslösen können. Bereits ein Gedanke an Unangenehmes reicht aus, um eine Stressbelastung auszulösen. Wenn man die negativen Gedanken abschalten kann, wird man sofort Leistungsfähiger und motivierter, lebt besser und länger.

Negative Gedanken abstellen? Das klingt nach einer Variante vom Positiven Denken

Das „Positive Denken“ ist eher ein historischer Vorläufer. Bei unserer Stresstherapie geht es um lösungsorientiertes Denken: Wie kann man möglichst rasch umschalten von Problemen oder Ärgerissen auf Lösungen?

Ein Beispiel: Sie haben Ihren Nachbarn schon häufiger gegeben, die Musik leise zu machen, trotzdem hört er immer wieder volle Lautstärke. Was tun?



Die Hauptgefahr besteht darin, sich in einen Teufelskreis von Ärger und Feindseligkeit hineinziehen zu lassen. Feindseligkeit ist einer der größten Risikofaktoren für den Herzinfarkt. Wer sich schützen will, sollte seine Gelassenheit behalten und Alternativen durchdenken. Was ist die beste Lösung? Falls es etwas gibt, was nicht zu ändern ist, wie kann ich mich darauf einstellen?

Bisher hieß es doch immer: mit Dampf lassen und Reden erreicht man nichts.

In der Tat ist Dampfblasen schädlich: Die Psychologen, die dies empfohlen haben, wussten zu wenig über die starke Stressreaktion, die gleichzeitig im Körper abläuft. Reden ist gut, wenn es dabei um Wege heraus aus der schlechten Situation geht, um Schritte in die Zukunft. Problematisieren und langes Reden über schlechte Dinge ist wenig effektiv und hilft nicht weiter.

Entsteht durch die Kontrolle nicht neuer Stress?

Wer gelernt hat, seine Gedanken zu steuern, lebt freier, gelassener, souveräner. Mententsterning lernt sich wie eine neue Sportart.

Gehören negative Gefühle nicht auch zum Leben?

Lebenskrisen sind Chancen für neue Wege und persönliche Entwicklungen. Der Tod eines nahen Angehörigen kann mir zeigen, was für mich wirklich wichtig ist. Wer gelernt hat, auch an zunächst negativen Ereignissen positive Aspekte zu finden, kann größere Belastungen im Leben besser bewältigen.

Johannes Koeppen ist Facharzt für Gefäßschirurgie und Vorsitzender der Deutschen Gesellschaft für Mentale Medizin und Stresstherapie. www.mentale-medizin.de.

## WAS ES SONST NOCH GIBT

Im täglichen Leben kann trainiert werden – und keiner merkt's

### So wird man Golfprofi

Der falsche Griff entscheidet. Wer den Golfschläger nicht richtig hält, bricht sich entweder die Finger oder er haut sich das Eisen gepflegt gegen den Fuß. Die Arbeit an einem passablen Handicap, mit dem es sich zu gegebenen Anlässen natürlich ganz wunderbar kokettieren lässt, kann Jahre dauern – wenn nicht Jahrzehnte. Nachzuzufahren bei Franz Beckenbauer und Otto Waalkes. Wer schneller gut werden will, sollte einen Blick in das Buch „Undercover Golf – Golf spielen, ohne dass es jemand merkt“ werfen. Bei ganz gewöhnlichen Tätigkeiten und Handgriffen im Alltag kann man ausgezeichnet üben. Um die Grundkenntnisse für den lebensnotwendigen Griff am Schläger zu manifestieren, eignet sich der Griff an den Kleiderbügel, aber auch am Lenkrad des Autos darf fleißig geübt werden – ohne, dass es der Beifahrer merkt. Nur sollte man bei Tempo 160 den Blick nicht allzu lange auf die Hand richten, das könnte schlimme Folgen haben.

Bei drögen Sitzungen im Büro könnte der Golfprofi alternativ den Kugelschreiber dazu verwenden, um am optimalen Golfschlägergriff zu feilen. Das ist allemal besser und auch kronenfreundlicher als den Stift ständig anzuknabbern. Und beim Herüberreichen eines Pappbechers zur nebenstehenden Kollegin dürfen getrost die Beine in Position bleiben – der Schwung nach links kommt nämlich dem Bewegungsablauf des Rumpfs

beim Durchschwung gleich. Wenn die Frau sich wunder? Locker bleiben! Dann haben Sie sich eben einen Zug geholt. Im Cabrio auf dem Weg zum Golfplatz.

www.lardon-media.com



Trinkpause mit lockerem Schwung Foto Lardon

Wettbewerb für Kirchenmode

### Pfarrers neue Kleider

Geht man heutzutage in der Großstadt in die Kirche, kann man den Mittelgang manchmal fast schon als Catwalk bezeichnen: Gläubige sind nicht immer altbacken und in formlose Gewänder, sondern in kostbare Kreationen italienischer Designer gehüllt. Neben dem Gesangbuch steht dann eine Luis-Viton-Tasche, die Hände werden über bunt gemusterten Röcken gefaltet. Zeiten ändern sich – und mit ihnen die Mode. Nur bezüglich der Liturgie, dem gestalteten Gottesdienst, schien die Zeit bisher still zu stehen. Gerade die Zeremonien-gewänder, die so genannten Paramenten der katholischen Kirche, konnte bisher keine Modeströmung tangieren. Das Deutsche Liturgie-Institut Trier hat nun ein Experiment gewagt, um die Traditionen der Liturgie mit modernem Design zu verbinden. In einem Wettbewerb sollten Gewänder für den Gottesdienst gestaltet werden. Die 74 Teilnehmer haben über 130 Gewänder gestaltet, die traditionellen Formen der Liturgie mit avantgardistischem Design verbinden. Da fließen Stile verschiedenster Kulturen ein, es gibt allerlei Farben und Materialien. Vielleicht erscheint die Kirche also bald schon in einem anderen Licht. Arnani und Vitton in den Bänken und vorne zum Beispiel orangene indische Doupijanseide und Japangold. jak

Die Ausstellung „Liturgiegewänder“ findet bis 21. August im Neuen Kloster Bad Schusserried statt.

Auf- und Abstieg des öffentlichen WCs: Pop-up-Pissoir für Spaßviertel

### Hin und weg für kleine Nöte



Menschen im Alkoholausgang sehen oft öffentliche Toiletten im öffentlichen Raum. Sie wachen dann am nächsten Morgen verkaterat auf und wollen ihrem Umfeld tatsächlich weismachen, dass sie am Abend Reinhard Mey getroffen und in seiner Gegenwart über den Wolken“ gesungen hätten. Den Wahrnehmungen eines Betrunknen traut man aber nicht. Sie pöbeln, grölen und rülpfen nur und erleichtern sich zwischendurch in Hauseingängen oder mitten auf der Straße. Die Städte leiden unter diesen nächtlichen Attacken, zumal das Freiluftpinkeln einen penetranten, durch nichts zu vertreibenden Gestank hinterlässt.

Die niederländische Firma Uurliift hat sich diebezüglichen Gedanken gemacht und hatte dabei ein entscheidendes Problem zu lösen: die nächtlichen Amisiermeilen werden tagsüber schließlich vom Rest der Bevölkerung genutzt, der die Nachbarschaft nicht durch ein Toilettenhäuschen verschandelt wird, aber auch keinen Urin auf dem Trottoir



wart. Über den Wolken“ gesungen hätten. Den Wahrnehmungen eines Betrunknen traut man aber nicht. Sie pöbeln, grölen und rülpfen nur und erleichtern sich zwischendurch in Hauseingängen oder mitten auf der Straße. Die Städte leiden unter diesen nächtlichen Attacken, zumal das Freiluftpinkeln einen penetranten, durch nichts zu vertreibenden Gestank hinterlässt.

vorfinden will. Die Lösung: Uurliift. Die Firma hat das erste öffentliche Pissoir entwickelt, das tagsüber abgesenkt komplett im Boden verschwindet und nachts gleich drei Männern legal die Möglichkeit gibt, mal schnell für Königstiger zu gehen.

Der Zylinder aus rostfreiem Stahl, der von einer ferngesteuerten Hydraulikpumpe an die Erdoberfläche befördert wird, soll bald auch den weiblichen Ansprüchen entsprechen geliefert werden. Überlegt man sich nun, dass ein Partiyter sich frühmorgens in einem Uurliift auf der Königstraße erleichtern und am nächsten Tag an sämtlichen Simmen zweifelnd vergeblich nach dem stillen Häuschen suchen würde, ist das zumindest eine spaßige Vorstellung.

Ob die Erfindung darüber hinaus Sinn macht, beweisen Belgien, Finnland, England und Dänemark: hier wird das Pop-up-Pissoir mit Erfolg betrie-ben.

Internet: www.uurliift.nl