

[Transcript] Apokalypse & Filterkaffee / Neu: Enter Sandman mit Oliver Polak - #1 "Der ewige Freund"

Diese Folge wird er präsentiert von, ja, Vodafone seit über 30 Jahren, für dich da.

Hallo, ich bin's nochmal ganz kurz.

Ihr liebt es mit Podcasts aufzuwachen, in den Tag zu starten, mit diesen vertrauten, freundlichen, warmen Stimmen.

Dann habe ich jetzt etwas für euch, denn ihr habt jetzt die Möglichkeit, euch von einem Podcast ins Bett bringen zu lassen, mit dem Podcast einzuschlafen.

Ja, eine Art, ja, wie soll man das sagen?

Eine Art, ja, fast eine Art Wiegenlied als Podcast.

Und da gibt es jetzt Enter Sandman, den Podcast von Oliver Polak und seinen Freundinnen, Samira Elwazil, Anadushime, Hanamara Hill.

Und heute, heute startet die erste Ausgabe von Enter Sandman.

Sie werden euch in den Schlaf hinübergeleiten.

Es ist deutlich besser als Schäfchenzählen mit ihrer warmen, temperierten Stimme.

Sind Sie im Grunde wie so eine Art heißer Kakao, vielleicht ein Keks auf dem Teller für euch, damit ihr in den Schlaf findet?

Und das Ganze, das könnt ihr jetzt hier im Kanal hören oder im Enter Sandman Kanal.

Und wenn ihr sagt, also davon bin ich ja so herrlich müde und träge geworden, es gibt auch bereits zwei weitere Episoden, die seien euch dringend ans Herz gelegt.

Viel Spaß damit, Enter Sandman.

Mit Olli und Freundin.

Na, ihr habt schon auf uns gewartet, oder? Wir sind jetzt da.

Habt ihr alles erledigt? Habt ihr die Haustür schon abgeschlossen?

Das Licht im Flur ausgestellt, warte noch auf der Toilette, habt ihr die Zähne geputzt?

Das Licht im Bad ausgeschaltet, Moment, ich glaube da oben in der Ecke ist noch ein langer Beiner, der muss noch weg.

Jetzt würde ich sagen, legt ihr euch einfach in eine bequeme Position.

Du bist müde, kannst nicht schlafen, wir bringen dich ins Bett.

Aus der Ferne hörst du Hafen, gar nicht so weit weg.

Du bist müde, kannst nicht schlafen, du bist nicht allein.

Wir decken dich zu, geben dir die Ruhe zur Nacht von uns, der Kerl, Enter Sandman.

Hallo und willkommen zur allerersten Ausgabe von Enter Sandman.

Wir bringen euch ab jetzt jede Woche Montags ab 18 Uhr ins Bett.

Und wenn ich sage wir, dann bedeutet das, dass ich nicht alleine bin.

Ich habe eine Crew, wir sind eine Gang und heute bringe ich euch mit, ja, sie ist meine beste Freundin.

Manchmal sagt man das ja so, sie ist meine beste Freundin, aber sie ist wirklich meine beste Freundin.

Und sie ist auch in unserer Gang Samira Elwazil.

Hallo, hallo.

Hi Oliver.

Hallo, legst du auch schon im Bett?

Ich lege noch nicht im Bett, aber geistig stelle ich mich schon darauf ein, die Gedanken jetzt ruhen zu lassen, das Flirren des Alltags ein bisschen hinter mir zu lassen,

unten ein bisschen in eine innere ruhigere Stimmung zu kommen.

Wie ist es bei dir?

Kennst du dieses Gefühl, was man manchmal hat, wenn der Tag so vorbei ist und ganz am Ende, so telefoniert man noch mit jemandem und lässt nochmal so den Tag oder die letzten Tage gemeinsam

so ein bisschen so abhängig Revue passieren, in diesem Mode befinde ich mich gerade.

Was ist denn für dich wichtig, um in diesen Modus reinzukommen, um in die innere Ruhe zu finden?

Ich glaube, loslassen, das hört sich immer so blöd an, aber dass man versucht,

weil man kann ja jetzt nachts nichts mehr arbeiten oder machen und die sind das,

versuchen Ballast vor dem Schlafengehen so abzuwerfen oder du hast mir das auch mal so

irgendwann mal erklärt, als ich so ein größeres Problem hatte und ich wollte es lösen,

ich wollte es lösen und du sagst, hey, manchmal geht es nicht, dass man etwas löst,

dann muss man es einfach zur Seite stellen, das hört sich so banal an, aber ich habe das Gefühl,

dass das oft funktionieren kann. Noch bevor wir weiter ins Loslassen gehen,

wer hat dich damals ins Bett gebracht, Samira?

Ich bin allein ins Bett gegangen, meine Eltern haben mich nicht so großartig ins Bett gebracht,

beziehungsweise ich bin oft eingeschlafen auf dem Sofa, wenn ich mit meiner Mutter noch abends

was geschaut habe und dann bin ich im Bett morgens wieder aufgewacht. Einer meiner Eltern muss mich

offensichtlich während ich geschlafen habe, natürlich dann ins Bett gelegt haben und zugedeckt

haben, aber das habe ich ja nicht mehr mitbekommen, weil ich schon geschlafen habe. Aber sonst,

wenn ich

regulär einfach schlafen gegangen bin abends, nach dem Zähne putzen, bin ich meistens allein ins Bett

gegangen. Und da hast du dich quasi zur Nacht bei deinen Eltern verabschiedet und gesagt, hey,

Leute, ich gehe jetzt mal schlafen? Ungefähr, ja tatsächlich so. Das war ein bisschen chaotisch

bei uns, weil ich hatte keine festen Schlafenszeiten, sondern ich bin einfach schlafen gegangen,

wenn ich müde war und wenn ich ins Bett wollte. Und mein Vater musste immer sehr, sehr viel

arbeiten,

er musste auch nachts eben viel arbeiten und war als Kurierfahrer unterwegs für eine

Zahnarztpraxis,

weil er tagsüber sein Studium hatte und eben so zwei Nebenjobs nachts absolvieren musste. Und meine

Mutter war auch sehr eingespannt mit ihren Sachen und deswegen irgendwann dann abends gesagt,

boah, ich bin jetzt ganz müde, ich gehe jetzt schlafen, Mama. Und dann habe ich mich ins Bett

gelegt, vielleicht noch irgendwas gelesen oder geblättert und dann bin ich mit dem Buch auf der

Brust sozusagen eingeschlafen. Ja, bei mir war das so, also es gab so ein, also mich hat eigentlich

so, also in meiner Erinnerung vielleicht was auch anders, mich hat eigentlich mehr mein Vater

immer ins Bett gebracht. Also es war so, dass ich auch dann meine Zähne oder so geputzt habe

und dann bin ich, ich hatte so ein Clubbed, das war mal so ausgeklappt und dann war ich, lag ich

in diesem Clubbed, da gab es so eine kleine Lampe und ich hatte in diesem Inneren von diesem

Clubbed

meine ganzen so Aufkleberkleben, so vom Zirkus und irgendwelche anderen Sachen, die gerade so

in
Van Pumuckel, Alf Aufkleber, und ich startete dann immer so auf diese Aufkleber und wartete dann auf meinen Vater und irgendwann hörte ich dann immer die Schritte und dann kam er und dann hat er mich immer gebencht, heißt das. Das ist so, Benschon ist so ein jiddisches Wort für segnen, dann hat er so seine Hand auf meinen Kopf gelegen, auf seinen, das war so ein Ersatz, weil wir beide keine Kippa also getragen haben, dann hat er mich immer gesegnet und dann ist er rausgegangen, dann habe ich noch die Kassette meistens, ich habe so Benjamin Blümchen oder Flitzfeuerzahn oder so gehört und dann bin ich so, dann habe ich das Licht ausgeschnipst und bin dann eingeschlafen, aber zu einer Sache muss ich nur was sagen, dieses Magic-Ding, du schläfst bei deiner Mutter auf dem Sofa ein und am nächsten Morgen warst du in deinem Bett auf, dieser Zaubertrick, den kannte ich auch, weil das hatte ich, wenn wir manchmal so lange Autofahrten hatten mit meinen Eltern, wir waren irgendwo abends noch in Osnabrück oder Bremen und wir sind dann abends um 11 noch nach Hause, dass man jetzt um 1 Uhr nachts zu Hause ankam, war es auch so, habe ich dann auf dem Rücksitz irgendwann geschlafen und ich erinnere mich nur so um halbschlaf, dass dann irgendwann meine Mutter mich auch genommen hat und dann ich wie so ein Äffchen an ihr geklammert habe und mich dann ins Bett gebracht habe, das war ein, also wenn man das bewusst erlebt hat, fand ich, war das ein sehr, ja, sehr schönes, ja, Ritual, also so Gefühl, so, wenn man es mitbekommen hat. Wie ist es denn bei dir mit dem, wie stellst du dich auf das Schlafen ein, bevor du ins Bett gehst? Das ist interessant, weil ich hatte sehr lange kein Ritual, kein Schlafritual im klassischen Sinne und dann habe ich vor kurzem über etwas gelesen, das heißt Revenge Bedtime Procrastination, das heißt, man bleibt abends, obwohl man eigentlich totmüde ist und schlafen möchte und der Körper einem auch signalisiert, dass er schlafen möchte und schlaf braucht, länger wach, man scrollt zum Beispiel durch Timelines oder man liest noch irgendwelche Artikel, die man sich als Lesezeichen aufgehoben hat oder man schaut noch ein Video, das man unbedingt noch schauen wollte, Form einschlafen und hindert sich selbst am Einschlafen und das ist aus dem Chinesischen übersetzt worden, deswegen das Wort Revenge, also man übt Rache am eigenen Körper dafür aus, dass man den ganzen Tag gearbeitet hat und keine Zeit für seine eigene Freizeit und seine eigene Herzensbildung und Kontemplation hatte und diese Rache übt man eben aus, indem man sich selbst vom am Schlafen hindert, vom Einschlafen und als ich darüber gelesen hatte, habe ich mich ertappt gefühlt natürlich, weil es eines der schlimmsten Dinge ist, die man sich auch selber körperlich antun kann, eben vielleicht mangelnder Bewegung oder schlechten Sachen zu essen, sich am Schlafen zu hindern. Schlafen ist unglaublich wichtig für die Regeneration. Absolut, dieses Schlafhygiene würde ich es nennen, ist was sehr sehr wichtig,

wie du gerade beschrieben hast, dieses wirklich irgendwann dem Körper, dem Geist Ruhe zu geben und ich finde, das Optimale ist, wenn man ein Zimmer hat, ein Schlafzimmer, wo nur Holz drin ist, nichts mit Metall oder so Metallbettgestell, nichts und man eigentlich schafft sein Handy nicht mit ins Schlafzimmer zu nehmen und wirklich da vielleicht ein Buch hat oder so, dass man diesen Raum wirklich, weil genau was du beschrieben hast, ist ja auch wenn du dann noch was auf dem Handy liest, du hast diesen Bildschirm, dieses ganze Pling, Pling, was dein Gehirn alles irgendwie nochmal genau das Gegenteil von dem macht, was eigentlich passieren sollte, es regt alles irgendwie an und ich glaube, es ist total wichtig, dass man sich, dass man alles hinter sich lässt quasi und sich auf seinen, ich nenne das Bett jetzt mal Floß setzt, um in den Schlaf zu gleiten. Genau, man muss lernen vom Schlafen zu träumen, dass es so eine schöne Begebenheit ist oder ein so schöner Zustand ist, in dem man sich und seinen Kopf und seinen Körper bringen kann, weil Schlaf ist eigentlich eines der effizientesten und einfachsten Arten, in eine Situation der eigenen inneren Neutralität zu kommen, die nichts von einem verlangt und nichts von einem fordert, sondern ganz ungefiltert erlaubt, im Schlaf fast zu philosophieren, wenn man träumt oder im Schlaf zu regenerieren, wenn man gerade nicht träumt und deswegen ist das unglaublich wichtig eben für unser physisches und psychisches Wohlbefinden, also nicht nur die Länge des Schlafes, sondern genau wie du es gerade angesprochen hast, auch die Qualität des Schlafes, also beides geht da Hand in Hand und um deine Frage eben dann nach dem Ritual zu beantworten, nachdem ich verstanden habe, dass ich das auch eben gelegentlich mache, also diese Revenge, Bedtime, Procrastination und mich am Schlafen hindere nur, um mir den kurzen Kick von einer vermeintlichen Dopaminbefriedigung in Form von komplett hedonistischen und belanglosen Inhalten des Internets zu geben, habe ich beschlossen eben das Handy nicht mehr Teil des Einschlafprozesses zu machen, also nicht mehr beim Scrawl einschlafen oder nicht mehr vorm Einschlafen noch das Handy, das blaue Licht auf meinen Gesicht scheinen zu lassen und dann ganz klassisch wirklich Dunkelheit, richtige Temperatur, richtiges Kissen, so banals klingt und zu versuchen, dann in eine innere Ruhe zu kommen. Aber ich habe eine Frage, wie ist dieser Fachbegriff Procrastination, wie ist es? Revenge, Bedtime, Procrastination. Hey, weißt du was? Revenge, Bedtime, Procrastination, das hört sich an wie eine Metalband aus Leipzig. Hallo, wir sind Revenge, Bedtime, I'm ready to rock. Das hört sich wirklich an, oder? Das stimmt, apropos Anhören, ich habe dir ein Geräusch aus der Ferne mitgebracht, was ich dir vorspielen wollte. Okay, willst du irgendwas, ich höre jetzt einfach mal das Geräusch oder willst du vorhin schon was dazu sagen? Nein, hörst dir an und dann musst du raten, was es ist. Also, das Geräusch hört sich so an, als ob man auf einer Flugzeugtoilette wäre und dieses Ding da unten nicht richtig geschlossen ist und irgendwie man draußen von Weiten, also nach meinem Gefühl, was auf einer Flugzeugtoilette, das hat sich unten nicht richtig geschlossen, da wo das alles abfließt und das war so so offen, das war das Fluggeräusch vom Flugzeug. Also, das ist Tipp 1, Tipp 2, wenn ich 2 habe, wäre es ist ein Güterzug, der von Weitem vorbeigerauscht ist, als du irgendwo standst. Beides sehr schön und passt irgendwie gewissermaßen zu dem eigentlichen Geräusch. Das ist eine Aufnahme von der Maasoberfläche und das sind Winde, die auf dem Maas zu hören sind, weil der NASA Rover Passereerens hat erfolgreicher dort

landen können auf der Maasoberfläche und hat dann erste Aufnahmen von dort geschickt, akustische Aufnahmen. Und so klingt es, wenn du auf dem Maas stehen würdest und das ist der Wind,

der dort weht. Deswegen ist es auch keine Aufnahme, die ich selber machen konnte.

Ja, so, wie es mir auch in der Hand arg ist oder so vorstellen würde oder irgendwo in Grünland, wenn so ein Schneesturm oder so was ist. Stimmt, aber kennst du die Golden Records, die die NASA ins Weltraum mit Hilfe der Raumsonnen der Voyager 1 und 2 geschickt hatte?

Ne, was ist das? Die Golden Records, das sind wie goldene Schallplatten und die wurden 1977 eben mit Hilfe der Raumsonnen ins unendliche Universum geschickt und es handelt sich um eine Art Datenplatte, aber sie sieht aus wie eine vergoldete Vinylplatte. Also wenn du sie in der Hand halten würdest, wäre es wie eine goldene Platte auch mit so einem Cover und die Idee dieser

Datenplatten auf den so mathematische Formeln zum Beispiel eingraviert worden sind, also die kann man abspielen mit Hilfe einer Nadel und so bestimmte Informationen über die Menschheit, aber auch 55 Grußformeln in verschiedenen Sprachen und verschiedene Songs. Die Idee dahinter ist,

dass wenn irgendwann mal extra-terrestrisches Leben diese Platten entdeckt, sie ein Kenntnis darüber gesetzt werden, dass wir als Menschheit existieren, wo wir sind und auch für den Fall, dass vielleicht die Menschheit irgendwann mal ausgestorben sein sollte, diese Platten sozusagen Zeugnis unserer Kunst und unserer Existenz sind. Und der amerikanische Astronom Karlsagern hatte eben

mit seinem Team ausgesucht, was auf diese Platte drauf soll. Also die Frage dahinter war, wenn ein Alien diese Platte bekommt, was soll er über die Menschen erfahren? Und am allerinteressantesten finde ich eben also klar neben mathematischen Formeln in der Annahme das Mathematik als universale Sprache sozusagen auch von Aliens dekodiert werden und verstanden werden kann, fand ich die Auswahl erstens der Songs und zweitens der Geräusche, weil auf der Platte sind so Geräusche wie Gewitter und Regen und im Wind. Aber Walter, jetzt bin ich richtig gespannt, weil ich hatte gerade direkt die Assoziation und wollte sagen, ich hoffe nur, dass ein musikalisches Lied drauf ist. Aber sag mal, welche Songs sind das? Es sind sehr, sehr viele verschiedene Songs aus allen Genre und Gattungen. Also es ist World Music drauf, aber natürlich auch klassische Musik, E-Musik, U-Musik, von Bach zu Mozart, aber auch von Louis Armstrong, My Melancholy Blues. Und für mich ist aber ein ganz, ganz wichtiger und interessanter Song drauf. Der heißt Dark Was The Night von Blind Willy Johnson. Und das ist ein Song, den hat er 1927 gespielt. Das ist nur Summen. Du hörst keine Lyrics, keine Wörter, sondern einfach nur Blind Willy Johnson, der mithilfe von so einer bestimmten Gitarre eben diesen Blues-Song spielt. Und Carl Zeigen wurde natürlich gefragt, warum er speziell dieses Lied haben möchte. Weil es ein sehr trauriges Lied eigentlich ist. Und es hat ja auch keine Lyrics. Also was war die Idee, dahinter das auf die goldene Platte zu pressen, damit ein Alien das empfängt. Und der Song, der heißt ja Dark Was The Night, ist eben über das Einschlafen, wenn es schwer ist, einzuschlafen, weil die Nacht so dunkel und ein bisschen mit

drohlig ist. Und Carl Zeigen hat gesagt, Blind Willy Johnson's Lied handelt von einer Situation, mit der Menschen oft konfrontiert waren in der Menschheitsgeschichte und mit der er als Musiker auch oft konfrontiert war, nämlich die Nacht bricht herein und es gibt keinen richtigen guten Platz

zum Schlafen. Und seit Menschen auf der Erde existieren, ist die Nacht manchmal wie so ein Tuch, das über einen fällt und manchmal was Beruhigendes hat und manchmal was Beunruhigendes hat. Und

diese ganz spezielle existenzielle Situation vom Einschlafen, wenn die Nacht so über einen quasi wie so ein Tuch gelegt wird, manchmal eben ein bisschen furchternflößend sein kann, wenn man alleine ist oder aber auch beruhigend sein kann, wenn man in den Schlaf gesungen oder gesprochen wird oder ein Lagerfeuer da um die Ecke ist oder eben Behaglichkeit da ist. Dieses sehr, sehr, sehr spezifische Gefühl ist den Menschen sehr eigen und deswegen wollte er genau diesen Song

auf genau dieser Platte haben, um dieses sehr spezifische Alleine oder Einsamkeitsgefühl vom Schlafen einzufangen. Und das fand ich unglaublich interessant und poetisch und so hatte ich nie über das Schlafen nachgedacht. Total. Man muss ja zu sagen, dass Blind Willy Johnson, ist der Name richtig, oder? Genau. Genau. Dass er schwarz war und ich mir auch vorstellen konnte, dass diese Bedeutung von dem Lied, was du gerade alles gesagt hattest, natürlich auch was zu der Zeit, wo dieses Lied komponiert wurde, eine Zeit in Amerika, wo man vielleicht auch nicht unbedingt als Schwarzer in diesem Land ruhig schlafen konnte. Absolut. Er war auch Blind, also musste auch ohne Obtag nachts viel durch die Gegend reisen wie ein Wagerbund und deswegen ist das sowohl politisch eine politische Einsamkeit und furcht an flüssende Situationen als auch eine existenziell und real physische Situation gewesen, die er da auf jeden Fall verhandelt. Und ich wollte dich aber fragen, welchen Song würdest du auf so eine Platte packen? Ja, ganz klar. Bohemian Rhapsody von Queen.

Ah, ja klar. Natürlich. Ja, ich bin ja jetzt gar nicht so der größte Queen-Fan. Aber ich finde auch, dass dieses Lied einfach sehr viel verschiedene Facetten hat und ich habe gerade auch geguckt,

es hätte von der Zeit auch gepasst. Das Lied Bohemian Rhapsody ist 1975 rausgekommen und 77 wird ja die Schallplatte ins All geschickt. Die Frage ist, wenn man heute nochmal so eine Schallplatte

schicken würde, würde man das Hörbuch von Stuckrad Bahrer noch wach drauf machen oder nicht? Ich bin eh ganz dankbar, dass wir den Podcast Enter Sandmann und ich noch Wachfragezeichen genannt haben. Da bin ich auch sehr froh drin. Ich würde gerne mit dir über ein Thema diese Woche sprechen und zwar würde ich gerne mit dir über Stofftiere, Kuscheltiere sprechen. Und weil ich finde, die waren auch immer so ein Teil in der Kindheit oft, weil man so ein Kuscheltier hatte. Es war ja halt auch mit immer im Bett, ist ja auch mit schlafen gegangen quasi. Und ich wollte dich fragen, was für ein Bezug hast du zu Kuscheltieren? Hattest du ein Kuscheltier als du ein Kind warst? Ich hatte nie Kuscheltiere. Warum nicht? Einfach so, ich habe nie welche bekommen und ich habe auch nie welche mir gewünscht. Deswegen hatte ich keine. Deswegen habe ich so eigentlich erst immer Wachsenalter ein Bezug dazu hergestellt, weil Menschen mir dann Kuscheltiere

geschenkt haben, manchmal als romantische Geste. Warte mal, wie als so auf Verkäme ist erst so eine Rose geschossen und noch so ein Teddy oder was? Zum Beispiel ja, der Klassiker oder zum Valentinstag eben so ein Plüsch Teddy oder so. Darf ich raten, wie dein Gesicht ausdrücken war? Also du fandst die Geste irgendwie nett, aber du dachtest, was soll ich jetzt mit diesem Teddy anfangen? Ja, nein. Ich habe mich wirklich wesentlich mehr über die Geste dann gefreut,

als dass ich es komisch gefunden hätte, ein Kuscheltier zu bekommen. Aber das nur um zu erklären, ich habe emotional tatsächlich gar nicht so einen großen Bezug zu Kuscheltieren, wobei ich sie aber auch schon sehr gerne verschenkt habe an meine Patenkinder beispielsweise. Also wie ich verstehe um die Kuschlichkeit, die Haptik, die beruhigende Wirkung und das Gefühl eben einen ewigen Freund

bei sich haben zu können. Also das verstehe ich total. Ja genau, das finde ich ist so ein ganz gutes Bild, was du da gerade so geöffnet hast, weil genau das war das ja dieser, ob du den Bern hattest, ich hatte den Bern den ersten, der hieß Timmy und dann später hatte ich noch einen Tiger, die hieß Elsa, das war eine Tigerin wegen der Fernsehserie Elsa, die Löwen, weil ich meine Tiger Elsa genannt habe und ich hatte nach einem Affen hätte, glaube ich, keinen Namen. Aber jedenfalls war das so ein Trio, die drei. Und klar, wie du sagst, die waren ewige Freunde, die waren einfach immer da, die haben dich nicht alleine gelassen, mit denen die waren nicht blöd zu dir, du gingst halt in dein Zimmer und die waren halt da, die waren immer da. Und das ist absurd, wenn ich heute nach Hause fahren würde, also nach Papenbokens-Emsland, wo ich aufgewachsen bin. Ich weiß, meine Eltern hatten so eine Sauna, die niemand benutzt hat und die stand

irgendwie immer leer und irgendwann haben sich bei mir auch die Stofftiere angehäuft, so und dann war ich halt irgendwann älter und sowas, macht mal mit den Stofftieren und die sitzen alle in der Sauna jetzt und ich wüsste, wenn ich jetzt rausfahre und die Sauna ist auch gegenüber genau der Toilette, auf der man sitzt und das ist immer so, wenn man auf diese Toilette geht, schaut man in die Sauna und die ist halt voll mit Stofftieren, diese Sauna. Ein bisschen erinnert sich noch bei IT, bei IT, als er sich irgendwann mal versteckt so zwischen den Kuscheltieren, gibt es so eine Szene und so ist das ein bisschen. Ich hatte auch manchmal gruselig, wenn ich abends nach Hause kam,

also mit 18 und so in die Stofftiere waren in der Sauna, dann hatte ich manchmal so gedacht, oh Gott, nachher ist da IT, also dann hat sich da versteckt. Also irgendwie fand ich den Gedanken, dass IT sich bei mir zwischen den Stofftieren versteckt, sehr wohl fühlend, also fühlte es sich ja gut an und gleichzeitig hätte ich mich glaube ich sehr, sehr, sehr erschrocken, wenn er in der Sauna gewesen wäre, aber Stofftiere sind irgendwie in Ordnung. Ich glaube auch, dass

manchmal auch als Kind mit denen redet und denen vielleicht seine Sorgen oder so erzählt oder wie eine Puppe. Hattest du Puppen oder auch nicht? Nee, Barbies hatte ich auf jeden Fall, ja. Barbies

waren ein wichtiger Faktor meines Aufwachsens. Es gibt jetzt ja eine Down-Syndrom-Barbie. Ah, wirklich? Wusstest du nicht? Doch, es gibt eine Barbie, habe ich jetzt gesehen, also hat Mattel offiziell rausgebracht, die hat Down-Syndrom, die Barbie. Das ist ja super, dass du eine Diversifizierung

der Puppen hast, also in Formen, also welche Hautfarben, Körperformen, Handicaps. Ich glaube, bei Körperformen sind sie noch nicht so weit, habe ich immer das Gefühl. Doch, es gibt jetzt also auch verschiedene Barbies mit verschiedenen, einfach Silhouetten und verschiedenen Körperformen und das ist interessant, weil es dann so eine kleine Debatte darüber gab, ob die Barbie nicht irgendwie den alten Idealen entsprechen sollte und man kennt ja die Diskussion immer darüber, dass Leute Angst davor haben, dass zu viel Diversität dann wieder in die Richtung geht, die

das Ganze irgendwie zu sehr politisieren soll. Dabei wollen die Kinder doch nur spielen, aber ich empfinde das immer nie so. Ich denke immer, das Abbildender Wirklichkeit in den Spielzeugen, die Kinder haben, ist doch das Sinnvollste. Wenn die Kinder doch selber die Wirklichkeit nachstellen mit ihren Spielzeugen, dann ist das doch absurd, wenn man immer nur ein normschönes Ideal reproduziert. Aber noch eine Frage zu den Stofftieren. Warum glaubst du, haben oft Erwachsene, es gibt ja auch viele Erwachsene Leute, die immer noch ihre Stofftiere haben und immer, warum glaubst du, dass Erwachsene oft noch Stofftiere haben? Also zum Beispiel, ich musste in eine Wohnung kurz rein, weil es gab irgendwo ein Leg und dann musste ich in die Nachbarswohnung rein. Da war so eine ältere Frau und die war fast 80 und ich kam halt in das Wohnzimmer, untersaßen ungelogen in diesem Wohnzimmer 200 Stofftiere, die mich so angestarrt haben. Was glaubst du, ist das Ding mit vielen Erwachsenen, die diese Stofftiere sammeln oder ihre alten Stofftiere noch haben? Woran hält man fest, glaubst du? Es gibt ja verschiedene Gründe zu sammeln. Also es gibt ja erstens eine Sammelleidenschaft und die besteht ja immer darin, einfach eine Vollständigkeit der Dinge zu haben. Das heißt, es ist ganz unabhängig von dem Objekt des Sammelns, sondern es geht eher darum, alles zu haben, zu präsentieren und nichts aufzugeben und dadurch entsteht ja dann auch eine Masse. Also es kann ja Bücher, Plüschtiere, Spielzeuge, Spielzeugautos, alles mögliche sein. Und ich glaube, wenn man als Kind oder als junger Mensch dann angefangen hat, da eine Sammlung aufzubauen, dann ist es umso schwerer, je älter man wird, diese irgendwann aufzugeben, einfach weil es so ein großer emotionaler und auch physischer Wert ist, den man angesammelt hat. Aber ein zweiter Aspekt ist natürlich auch die Nostalgie, also die Verbundenheit, die sich ja sowohl mit dem Haptischen übersetzt als auch mit emotionalen, wie soll ich sagen, Verbundenheit mit diesen Objekten aus der eigenen Kindheit, die einem immer einen Wohlbehagen gegeben haben, die einen Sicherheit erinnern, die einem immer treu zur Seite standen, also der sogenannte ewige Freund und den dann irgendwann später zu entsorgen, das ist ja fast, also braucht man ja fast so eine kleine Form von Herzlosigkeit oder... Total, ich denke dann auch einmal so, so Toy Story, ich hätte dann so ein Toy Story-Gefühl ja eh manchmal, das hatte ich aber lustigerweise schon dieses Gefühl, bevor es Toy Story gab, also wo das Spielzeug halt lebendig wird, wenn die Menschen aus dem Raum gehen, ich hatte das schon bevor es den Film gab, ich dachte das manchmal auch so, dass wenn ich rausgehe, die so halt alle miteinander reden und das ist ja eh sehr schön gelöst als Philosophie bei Toy Story, dass man zum Spielzeug eines Menschen wird, sobald der Mensch seinen Namen auf dich schreibt und quasi dich prägt als sein Spielzeug, das von nun an die Verantwortung hat für dich zu sorgen als Kind, also du hast ein Kind als Spielzeug und das war nicht eine so schöne Vorstellung, das Spielzeug, also dass du nicht als Kind verantwortlich bist für dein Spielzeug, sondern dass dein Spielzeug verantwortlich für dich ist, als Kind auf dich aufzupassen und deswegen ist da eine ganz besondere Beziehung natürlich zwischen einem Aufwachsenen und den Dingen, die er ja mit Seele füllt und mit Leben füllt und mit der inneren Magie, mit der kindlichen Magie einer Geschichte, die er baut um diese Objekte und das aufzugeben, stelle ich mir unglaublich schwer vor, deswegen kann ich total nachvollziehen, wenn Menschen im Erwachsenenalter nicht nur eben Plüschtiere haben, sammeln, sondern auch Spielzeug,

Spielzeug, Autos, Überraschungs-Eierfiguren, solche Sachen, einfach Zeugnisse einer eigenen schönen Kindheit oder eben Artefakte der eigenen Nostalgie, finde ich total nachvollziehbar. Hast du denn, hast du Kuscheltiere, du hast Kuscheltiere, glaube ich, noch in deiner Wohnung, oder? Ja, ich habe die auch nicht richtig entsorgt, aber ich hatte irgendwie das Gefühl, also dass ich irgendwie beim Prozess des Erwachsenwerdens mich mal für eine Zeit von denen trennen musste und dann habe ich die in Müllsäcke gepackt, keine Angst, keine Angst, in Müllsäcke nur für den Transport, weil die einfach sehr groß waren und die jetzt nicht in Koffer banken können, in Müllsäcke nur für den Transport gebracht und habe die in Berlin zu der Wohnung meiner Mutter gebracht, wo so ein Kinderzimmer ist, wo die Kinder von meiner Schwester, wenn sie mal da sind, auch spielen und die habe ich da alles quasi dann platziert und die sitzen da jetzt und ich rede mir halt ein, dass die auf mich warten, aber absolut bin ich voll bei dir, die hätte ich nicht entsorgen können, aber weißt du, was, glaube ich, der Albtraum ist und das kriegt man ja manchmal mit so an, so eine Raststätte oder in Situationen, das Schlimmste ist, wenn du als Kind dein Lieblingsstoff dir verlierst. Ja, das ist wirklich tragisch und drama. Das ist wirklich und das fühle ich auch total, weil du ja so eine Bindung zu diesem so aufbaust und wenn der dann weg ist und es ist wirklich ein Drama, aber es gibt ja, ich weiß nicht, ob du das weißt, eine Lösung dafür in Frankreich, da gibt es eine Giraffe und die heißt Sophie La Giraffe und das ist eine Giraffe und die gibt es an jeder Autoraststätte und überall einfach zu kaufen, die besteht aus Natur, Kautschuk ist so ein bisschen härter, ist kein richtiges Kuscheltier, hat auch den Effekt kannst du auch dran rumbeißen, so ein Beißring, wenn man so als Kind ist um die Zähne auch zu lockern und diese Giraffe, das heißt also das Konzept ist da einfach, wenn diese Giraffe halt verloren geht, dann kannst du halt an die nächste Raststätte fahren und schnell eine Ersatz Giraffe quasi kaufen, dass das Kind das quasi gar nicht merkt, die sind Verlust. Verstehe, das ist sehr smart, das ist wirklich eine gute Art, dieses Problem zu lösen. Ey, das ging jetzt so schnell, wir sind schon fast am Ende angekommen, ja schön war das jetzt, das ging aber sehr schnell. Ich weiß nicht, für diejenigen, die noch nicht eingeschlafen sind, haben wir uns überlegt, das gab es ja früher auch, dass man selber in den Schlaf gezählt hat oder in den Schlaf gezählt wurde und wir würden euch gerne jetzt auch jede Woche in den Schlaf gemeinsam zählen und hast du einen Wunsch, was wir zählen, sonst würde ich einen Torschlag machen?

Können Teddybären zählen? Ja, ich dachte Stofftiere, die verloren gingen und dann wieder gefunden wurden.

Okay. Ja, wir verabschieden uns jetzt oder, oder erst später, aber dann schlafen wir schon alle, mach du das doch, du kannst wahrscheinlich viel besser als ich. Wir zählen jetzt in den Schlaf und wünschen eine grusame Nacht. Vielen Dank, dass ihr uns zugehört habt, falls ihr nächste Woche wieder einschlafen möchtet, könnt ihr das gerne mit Oliver machen. Genau, in der nächsten Folge machst du Pause und dann nächste Woche ist unsere Freundin, die wunderbare Anna Duschime hier, dann würde ich sagen, vielen Dank fürs Zuhören und wir zählen euch jetzt in den Schlaf. Ein Stofftiere, das verloren ging und dann doch wieder gefunden wurde.

Zwei Stofftiere, die verloren ging und dann wieder gefunden wurden.

Drei Stofftiere, die verloren ging und dann doch wieder gefunden wurden.

Vier Stofftiere, die verloren gegangen waren und dann wieder gefunden wurden.

Vier Stofftiere, die verloren ging und dann doch wieder gefunden wurden.

Sechs Stofftiere, die verloren ging und dann wieder gefunden wurden.
Sieben Stofftiere, die verloren ging und dann doch wieder gefunden wurden.
Acht Stofftiere, die verloren ging und dann wieder gefunden wurden.
Neun Stofftiere, die verloren ging und dann doch wieder gefunden wurden.
Zehn Stofftiere, die verloren ging und dann wieder gefunden wurden.
Elf Stofftiere, die verloren ging und dann doch wieder gefunden wurden.
Zwölf Stofftiere, die verloren ging und dann wieder gefunden wurden.
Thirteen Stofftiere, die verloren ging und dann doch wieder gefunden wurden.
Vier Stofftiere, die verloren ging und dann wieder gefunden wurden.
Fünfzehn Stofftiere, die verloren ging und dann doch wieder gefunden wurden.
Sechzehn Stofftiere, die verloren ging und dann wieder gefunden wurden.
Sechzehn Stofftiere, die verloren ging und dann doch wieder gefunden wurden.
Achtzehn Stofftiere, die verloren ging und dann wieder gefunden wurden.
Neunzehn Stofftiere, die verloren ging und dann doch wieder gefunden wurden.
Zwanzig Stofftiere, die verloren ging und dann wieder gefunden wurden.
Einundzwanzig Stofftiere, die verloren ging und dann doch wieder gefunden wurden.
Dreiundzwanzig Stofftiere, die verloren ging und dann doch wieder gefunden wurden.
Dreiundzwanzig Stofftiere, die verloren ging und dann doch wieder gefunden wurden.
Dreiundzwanzig Stofftiere, die verloren ging und dann doch wieder gefunden wurden.
Vierundzwanzig Stofftiere, die verloren ging und dann doch wieder gefunden wurden.
Vierundzwanzig Stofftiere, die verloren ging und dann doch wieder gefunden wurden.
Sechzehn Stofftiere, die dann doch, also wie sind verloren gegangen und dann wurden sie doch wieder gefunden.
Sechzehn Stofftiere, die verloren gegangen sind und dann doch wieder gefunden wurden.
Sechzehn Stofftiere, die verloren ging und dann doch wieder gefunden wurden.
Neunundzwanzig Stofftiere, die verloren ging und dann doch wieder gefunden wurden.
Dreißig Stofftiere, die verloren ging und dann doch wieder gefunden wurden.
Einund dreißig Stofftiere, die verloren ging und dann doch wieder gefunden wurden.
Zwei 30 Stoff Tiere, die verloren gingen und dann doch wieder gefunden wurden.
Dreiund 30 Stoff Tiere, die verloren gingen und dann doch wieder gefunden wurden.
34 Stoff Tiere, die verloren gingen und dann doch wieder gefunden wurden.
35 Stofftiere, die verloren gingen und dann doch wieder gefunden wurden.
36 Stofftiere, die verloren gingen und dann doch wieder gefunden wurden.
39 Stoff Tiere, die verloren gingen und dann doch wiedergefunden wurden.
38 Stoff Tier, die verloren gingen und dann doch wiedergefunden wurden.
39 Stoff Tiere, die verloren gingen und dann doch wiedergefunden wurden.
40 Stofftiere, die verloren gingen und dann doch wieder gefunden wurden.
41 Stofftiere, die verloren ging und dann doch wieder gefunden worden.
42 Stofftiere, die verloren gingen und dann doch wieder gefunden wurden.
43 Stofftiere, die verloren ging und dann doch wieder gefunden wurden.
44 Stofftiere, die verloren ging und dann doch wieder gefunden wurden.
45 Stofftiere, die verloren gingen und dann doch wieder gefunden wurden.
46 Stofftiere, die verloren gingen und dann doch wieder gefunden wurden.

[Transcript] Apokalypse & Filterkaffee / Neu: Enter Sandman mit Oliver Polak - #1 "Der ewige Freund"

49 Stofftiere, die verloren gingen und dann doch wieder gefunden wurden.

49 Stofftiere, die verloren gingen und dann doch wieder gefunden wurden.

Und wenn ihr jetzt noch nicht schläft, könnt ihr noch mal von vorne erzählen.

Gute Nacht.

Gute Nacht.

Enter Sandman ist eine Studio-Boomens-Produktion.

Executive Producer Tobias Bauckage.

Produktion Anna Maraill.

Ton und Schnitt, Konzentrein Lange.

Und ein besonderer Dank geht an Aerobik für die wundervolle Musik.

Diese Folge wurde dir na klar präsentiert von Vodafone seit über 30 Jahren für dich da.