

Judith Döker

Was bedeutet Glück für einen ehemaligen Kindersoldaten, für einen Obdachlosen in Köln oder für junge Frauen im Iran? Die Schauspielerin und Fotografin Judith Döker, bekannt aus der Comedyserie „Weibsbilder“, reiste für ihr Projekt „Drei Fragen: Glück“ um den halben Globus, um Antworten zu finden und für gesellschaftliche Mitgestaltung zu werben.

Fragen: Angela Haury | **Foto:** Mirjam Knickriem

1 Wann warst du das letzte Mal glücklich? Heute morgen. Morgens fällt es mir grundsätzlich am leichtesten, mich an dieses reine, pure Gefühl anzudocken.

2 Wie kamst du auf die Idee, Menschen unterschiedlichster Herkunft nach dem Glück zu fragen? Auslöser waren die jüngsten politischen Entwicklungen, aber auch ganz allgemein der Unfrieden in der Welt. Mit „Drei Fragen: Glück“ möchte ich daran erinnern, dass das Gefühl von Glück in jedem von uns verankert ist. Mein Appell ist, sich mit diesem Gefühl zu verbinden und es in die Welt zu tragen!

3 Was können Menschen, die umgeben



von Gewalt oder Armut leben, zum Glück sagen? Sehr viel! Denn gerade durch ihre Erfahrung von extremem Un-Glück und Un-Frieden wissen sie häufig auch sehr viel über deren Gegenpole: das Glück und den (inneren) Frieden.

Inwiefern haben dich die Begegnun-

gen auf deinen Reisen verändert? Sie haben mein Herz geöffnet und mich Demut und eine tiefe, echte Freude gelehrt.

Worum geht es dir, wenn du in Ländern wie Pakistan, Libanon, Syrien fotografierst? Mein Anliegen ist, andere Geschichten aus Ländern zu

erzählen, die die meisten von uns nur aus den Nachrichten kennen. Geschichten von Frieden, Hoffnung und Menschlichkeit.

Eine Liebeserklärung an deine Wahlheimat Indien in einem Satz: Ich liebe die Sanftheit, den Humor und die herzliche Direktheit der Menschen in Indien.

Was fasziniert dich an der Porträtfotografie? Mein Anliegen ist, die innere Schönheit sichtbar zu machen, die unabhängig und unangetastet von äußeren, schwierigen

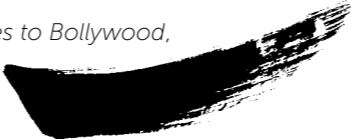
www.drei-fragen-glueck.de

Judith Döker: *Judith goes to Bollywood*, btb 2015

Lebensumständen in jedem von uns existiert.

Du spielst in Krimis und Liebesdramen. Wo steckt mehr Judith drin? Puh, schwer zu sagen. Je nach Rolle verstärke ich bestimmte Facetten in mir und bringe andere zum Schweigen.

Was steht 2020 auf deiner Agenda? Ich möchte mit „Drei Fragen: Glück“ weiterreisen, sowohl durch Deutschland als auch durch Länder wie Saudi-Arabien, den Irak, Afghanistan und Ruanda.



Praxis & Weisheit

Es zeigt sich, dass Menschen, wenn du geeignete Bedingungen schaffst, auf Freigebigkeit mit noch größerer Freigebigkeit antworten und auf Liebe mit noch mehr Liebe.

NIPUN MEHTA

30 Mein erstes Mal Meditieren mit Pferden

32 Im Gespräch mit Nipun Mehta über eine neue Ökonomie des Schenkens

37 Kolumne Heike Mayer Das Wunder des Staunens wiederentdecken

38 Porträt Jesper Juul: ein unermüdlicher Kämpfer für die Würde der Kinder

42 Dein Moment Muße und Stille in kalten Wintertagen finden

44 Hintergrund Bruder David Steindl-Rast und das ABC der Dankbarkeit

50 Mo's Corner Der rote Panda über Veränderung, Vergänglichkeit und Vertrauen