

»Nichtstun fühlt sich schön an«

Das findet die Sängerin Judith Holofernes. Wenn sie sich richtig langweilt, kommt sie auf die besten Ideen.

Interview: Andrea Halter

Du bist Sängerin, Dichterin und Mutter von zwei Kindern. Gerade machst du auch noch bei der Fernsehsendung »Sing meinen Song« mit. Tust du ab und zu auch mal gar nichts?

Ja! Manchmal setze ich mich ans Fenster und gucke vier Stunden lang einfach nur einen Baum an. Das finde ich großartig.

Wird dir dabei nicht irgendwann langweilig?

Es ist eher am Anfang mühsam, weil ich dann denke: Ich müsste doch jetzt irgendwas machen! Wenn ich das aber eine Weile aushalte, fühlt es sich auf einmal richtig schön an, nichts zu tun.

Was passiert dann mit dir?

Ich gerate in einen angenehmen Traumzustand, und mein Kopf macht die Türen auf für die Fantasie. Ich höre mir selbst und der Welt besser zu.

Plötzlich bemerke ich lustige Sachen, die ich sonst übersehe, wie zum Beispiel ein Eichhörnchen, das auf dem Baum eingezogen ist. Daraus entsteht dann alles Mögliche.

Wie meinst du das?

Oft nutze ich meine Beobachtungen für die Songs und Gedichte, die ich schreibe. Manchmal fällt mir beim Nichtstun auch etwas Gutes ein, das ich mit meinen Kindern machen könnte, wie Raketen aus Rohren basteln.

Kann jeder lernen, beim Nichtstun auf Ideen zu kommen?

Na klar! Eine gute Anfängerübung ist es, aus einem Fenster zu schauen, vor dem etwas passiert. Am besten geht das beim Zug- oder Autofahren. Da verändert sich ständig etwas an der Umgebung, das fördert die Kreativität, habe ich gelesen: Wenn man auf die Bewegung der anderen Autos guckt,

fängt das Gehirn an zu arbeiten. Übrigens funktioniert das auch, wenn man sich selbst bewegt.

Also läufst du auch manchmal durch die Gegend, um Einfälle zu haben?

Ja, aber man darf nicht auf die Ideen warten, sonst ist man zu verkrampft. Und auch dabei ist es gut, wenn um einen herum viel los ist. Je genauer man sich dann umsieht, umso spannender wird alles.

Es gibt von dir ein Lied über den »Nichtsnutz«. Macht der das so?

Der Nichtsnutz weigert sich, dauernd Sachen zu machen, die nützlich sind. Viele Menschen haben das ja verlernt: Sie denken ständig darüber nach, was sie als Nächstes tun werden oder was andere von ihnen erwarten. Der Nichtsnutz bleibt entspannt. Das finde ich klasse. ●



Judith Holofernes ist als Sängerin und Gitarristin der Band Wir sind Helden bekannt geworden.

Ihr erstes Solo-Album brachte sie 2014 heraus: »Ein leichtes Schwert«. 2017 erschien ihr zweites Album »Ich bin das Chaos«. Damit geht sie im Herbst auf Tour. Außerdem bloggt und dichtet sie.

Ihre Kinder, ein Sohn und eine Tochter, sind 12 und 9 Jahre alt.

