

Sommer im Park von Bad Krozingen

von Rolf Stirnemann, Rüti, Schweiz



STL-Mitglied Rolf Stirnemann wurde durch den Bericht der ÖTL über die Tinnitus Awareness Week in TF 3/2025, genauer: durch den Vortrag „Über das Riechen“ von Dr. Alexander Gotschuli, zum vorliegenden Beitrag inspiriert. Im Folgenden veröffentlichen wir Rolf Stirnemanns Wahrnehmungsbericht über seine Eindrücke, die Gerüche und Geräusche während eines Aufenthalts im Kurpark von Bad Krozingen, einem Kurort im Landkreis Breisgau-Hochschwarzwald in Baden-Württemberg, im Sommer 2025.

Ich befinde mich hier am Neumagenfluss, der von Bad Krozingen her kommt. Der Himmel ist bedeckt. Ich höre das Zwitschern der Vögel und lausche dem Rauschen des kleinen Flusses, der bei Regen sehr bedrohlich ansteigen kann. Die Blätter haben sich in ein warmes Grün verfärbt und jegliche Farbnuancen sind jetzt zu sehen. Von einem tief grünen bis zu einem hellen Grün sind alle Farbschattierungen zu bestaunen.

Vor mir ist eine ganze Schar Spatzen und Buchfinken auf dem schmalen Weg. Mücken tanzen auf meiner Augenhöhe. Es herrscht hier eine sehr friedliche und eindrucksvolle Stimmung. Das Wasser fließt unablässig seinen Lauf. Es fragt niemanden. Und immer wieder ist das Bild des Wassers anders. Es gibt millionenfache Variationen. Ich sehe hier die Steine, die aus dem Wasser ragen. Dort ist ein Gebüsch im Wasser, das der Fluss mitgenommen hat. Am Ufer gibt es Efeu am Baumstrunk einer Eiche.

Ich genieße diese entspannende Ruhe. Die verdorrten Blätter am Boden. Die Ameisen, die eilends davon hasten. Und immer wieder höre ich eine Taube in den Baumwipfeln. Der Wind streicht mir ums Gesicht. Das Paradies auf Erden. Ich bewege mich auf einem Stück Rasen, das zum Teil verdorrt ist. Dazwischen gibt es viel Moos.

Ich bin jetzt in einer Waldlichtung. Umgeben von vielen alten Bäumen. Wenn diese Bäume reden könnten! Sie hätten eine sehr lange Geschichte zu erzählen. Die einen stehen etwas schief in der Gegend. Die anderen sind fast gerade gegen den Himmel gerichtet. Und wiederum andere haben ein schönes grünes



Kleid angezogen. Und der Wind rauscht durch die Baumwipfel. Ich nehme das Rauschen des Baches wahr. Und ich spüre den weichen Rasen unter meinen Füßen.

Es ist ein angenehmes Gefühl, hier draußen zu sein. Die Natur zu beobachten. Den warmen Wind zu spüren. Die Vögel zu hören. Und einfach da zu sein. Gerüche vom Waldboden. Von den Blättern. Oder der starke Geruch der vielen roten Rosen, die meine Augen und Sinne erfreuen. Und immer wieder höre ich die Taube, die mir zuruft. Was will sie mir wohl sagen? Ich möchte jetzt am liebsten zu ihr in die hohen Baumwipfel fliegen, um sie zu streicheln. Vielleicht mag sie das? Oder vielleicht auch nicht? Und ihr in ihre Augen

schauen. Sie zwinkert mir zu. Die Welt ist für uns beide in Ordnung.

Eine Bachstelze steht ungefähr fünf Meter von mir entfernt. Sie hält den Kopf etwas geneigt. Es ist, als ob sie mich beobachtet. Wie nimmt sie mich wahr? Ihr Kopf bewegt sich hin und her. Ihr Körper ist ganz ruhig. Was möchte sie mir wohl zuflüstern? Ja, das Leben einer Bachstelze ist nicht immer einfach. Sie muss immer aufpassen, dass sie vom Fluss nicht mitgerissen wird. Aber sie hat eine Technik entwickelt, die es ihr erlaubt, auf den glitschigen Steinen verweilen zu können. Ohne auszugleiten. Wer hat ihr gesagt, wie sie das machen muss?

Ich beobachte zwei Krähen, die auf der Suche nach etwas Fressbarem sind. Wie man ja weiß, fressen Krähen beinahe alles, was ihnen vor den Schnabel gerät. Die eine Krähe stolziert davon. Sie zeigt Größe und Stil. Und ein besonderes Gehabe: „Ich bin hier die Chefin.“ Sie wackelt durch das Gras und geht auf den Weg zu. Was führt sie nur im Schilde? Diese Krähe, dieses schwarze, vornehme Tier. Ich mag Krähen. Hat sie wohl Freude am Leben als Krähe? Das würde uns Menschen guttun. Sie hat etwas entdeckt. Ja. Sie pickt etwas auf. Ein verrirter Wurm oder ein Insekt. Jetzt kommt eine andere Krähe. Die beiden gehen einander aus dem Weg. Oder tun sie einfach nur so?



gezielt in unseren Kleiderkästen, sodass es immer nach Lavendel roch, wenn man den Kleiderschrank öffnete.

Ich erblicke ein Gebüsch, das mir besonders durch die verschiedenfarbigen Blätter auffällt. Es ist ein wunderschöner Ahorn mitten im Park. Diese Blätter sind in einer solch wunderschönen und vielfarbigen Art vorhanden. Das Rostrot gibt es in vielen Variationen. Der Ahorn steht hier inmitten hoher Bäume, an denen Efeu emporwächst. Er ist für mich ein besonderes Prunkstück. Weist er doch unten verschiedene Farbnuancen auf, von der Seite wiederum andere Farben, und wenn man weiter weg steht, dann sieht man aus der neuen Perspektive nochmals andere Farben. Eine ganz interessante Farbkombination ist das für mich. So bunt, wie das Leben sein könnte. Und wenn ich mir jetzt vorstelle, wenn die Sonne durch die Blätter hindurch scheinen würde – wie würden da die Blätter nochmals einen neuen Hauch von Schönheit bekommen! Aber die Sonne wird heute nicht durch die Wolken durchkommen. Ich genieße diesen Tag trotzdem oder gerade deswegen. Diese Stunden und Minuten, um dies alles einzufangen. Diese Momente erzeugen bei mir große Freude. Freude am Leben. Genug-tung, Frieden.

Es ist eine Fülle von Eindrücken, die auf mich einwirkt, und ich habe auch das Gefühl, dass ich all diese Eindrücke sehr gut verarbeiten kann. Und die Stimmung hier im Park ist außergewöhnlich beruhigend.

Etwas weiter von mir entfernt entdeckte ich Lavendel. Dieser intensive und gleichzeitig liebevolle Geruch sticht mir in die Nase und ich werde in Sekundenschnelle in jene Zeit zurückversetzt, wo meine Mutter jedes Jahr Lavendelsäckli nähte und den getrockneten Lavendel aus unserem Garten in diese Säcklein einbrachte. Diese landeten dann sehr



An den Park angrenzend hatte ein Bauer in der Früh Gras gemäht. Wenn ich diesen Geruch wahrnehme, werde ich sofort in meine Kindheit zurückkatapultiert; damals, als wir Schulkinder noch „Heuferien“ bekamen, wenn das Wetter gut war und die Bauern heuen mussten. Und wenn dann das geschnittene Gras zu Heu wurde, ergab sich nochmals ein neuer Geruch von frischem Heu. Wunderbar, wie unser Gehirn durch das Wahrnehmen eines Geruchs sofort die „richtige Schublade“ zieht!

Ich gehe jetzt zum Rosenpark. Es empfängt mich eine weitere Fülle von wunderschönen roten Rosen, deren Duft weithin wahrnehmbar ist. Ich bekomme nicht genug vom Anblick dieser Rosen. Ich genieße diese Ruhe. Diese Ruhe wird jetzt unterbrochen durch eine Bahn, die in unmittelbarer Nähe vorbeizischt. Und schon ist sie weg und man hört nur noch aus weiter Entfernung das leise Rauschen.

Ich beobachte ein Eichhörnchen, das einen Baum hochklettert. Es handelt sich um einen Tulpenbaum. Herkunft: Nordamerika. Höhe rund 20 bis 35 Meter (so heißt es auf einer Tafel neben dem Baum). In der Zwischenzeit

ist das Eichhörnchen wieder vom Baum heruntergeklettert und sucht sich eine Nuss, die es versteckt hatte. Ein anmutiges Tier. Es besticht durch den großen, schönen und buschigen Schwanz. Die schwarzen, kugelförmigen Augen sind äußerst aufmerksam.

Jetzt befinde ich mich in meinem geliebten Kräutergarten. So etwas hatte ich vorher noch nie gesehen, erlebt und gerochen wie den Duft all jener Kräutersträucher, die da gepflanzt wurden. Die Fülle der Gerüche ist unglaublich umfangreich; an Sommerabenden erschlägt es einen fast: Rosmarin, Basilikum, Oregano, dazwischen Rosendüfte, um nur ein paar zu nennen. Von weither höre ich das Glockengeläute, ansonsten ist es mystisch still. Das sind dann auch wieder solche Momente, die ich in vollen Zügen genieße.

Nun nähere ich mich der Stadt, und der Lärm wird immer intensiver und mit der Ruhe ist es jetzt bald vorbei. Ich gehe in das Gewühl einer Stadt und gehe zum Lamplatz. Dieser Platz hat es mir angetan. In einem Bistro, das draußen Stühle und Bänke hingestellt hat, genieße ich einen feinen Espresso. Dazu darf jedoch ein Stück Schwarzwälder Kirschtorte nicht fehlen! Das sind Genussmomente pur.

Das Fazit meiner Erlebnisse: Ablenkung durch Gerüche und Geräusche kann für mich eine heilsame Wirkung haben und meinen seit vielen Jahren bestehenden Tinnitus in den Hintergrund bringen.

Kontakt zum Autor:



Rolf Stirnemann
Rosenbergstrasse 5
CH-8630 Rüti ZH
Schweiz
E-Mail: stimix@bluewin.ch

Fotos: Rolf Stirnemann.