

SWR2 Leben

Nehmen Sie Platz

Erkundungen über das Sitzen

Von Ralph Gerstenberg

Sendung: Dienstag, 11. Februar 2020, 15.05 Uhr

Redaktion: Petra Mallwitz

Regie: Ralph Gerstenberg

Produktion: SWR 2020

SWR2 Leben können Sie auch im **SWR2 Webradio** unter www.SWR2.de und auf Mobilgeräten in der **SWR2 App** hören – oder als **Podcast** nachhören:
<https://www.swr.de/~podcast/swr2/programm/SWR2-Tandem-Podcast,swr2-tandem-podcast-100.xml>

Bitte beachten Sie:

Das Manuskript ist ausschließlich zum persönlichen, privaten Gebrauch bestimmt. Jede weitere Vervielfältigung und Verbreitung bedarf der ausdrücklichen Genehmigung des Urhebers bzw. des SWR.

Kennen Sie schon das Serviceangebot des Kulturradios SWR2?

Mit der kostenlosen SWR2 Kulturkarte können Sie zu ermäßigten Eintrittspreisen Veranstaltungen des SWR2 und seiner vielen Kulturpartner im Sendegebiet besuchen. Mit dem Infoheft SWR2 Kulturservice sind Sie stets über SWR2 und die zahlreichen Veranstaltungen im SWR2-Kulturpartner-Netz informiert. Jetzt anmelden unter 07221/300 200 oder swr2.de

Die SWR2 App für Android und iOS

Hören Sie das SWR2 Programm, wann und wo Sie wollen. Jederzeit live oder zeitversetzt, online oder offline. Alle Sendung stehen mindestens sieben Tage lang zum Nachhören bereit. Nutzen Sie die neuen Funktionen der SWR2 App: abonnieren, offline hören, stöbern, meistgehört, Themenbereiche, Empfehlungen, Entdeckungen ...
Kostenlos herunterladen: www.swr2.de/app

NEHMEN SIE PLATZ

Anmoderation:

Man liegt nicht nur, wie man sich bettet, man sitzt auch, wie man sich platziert. Oft wird man platziert und muss sich damit zufrieden geben oder die Konsequenzen ziehen und sich einen neuen Platz in der Gesellschaft suchen, einen Ort, an dem es freie Platzwahl gibt und noch nicht alle Stühle besetzt sind. Dass beim Sitzen das Physische und Atmosphärische eine untrennbare Einheit bilden und noch immer Machtverhältnisse und sozialer Status auch die Art der Sitzgelegenheiten bestimmen, hat Ralph Gerstenberg erfahren, als er sich auf den Weg machte, um Sitzgefühle zu erkunden.

Manuskript:

O-Ton Hajo Eickhoff:

Da können Sie sich gerne mal draufsetzen.

Autor:

Auf dem Stuhl vor mir liegt ein Brett, aus dem Hunderte von Nägeln bedrohlich spitz in die Höhe ragen.

O-Ton Autor / Eickhoff:

Autor:

Ich bin ein bisschen ängstlich.

Eickhoff:

Nee, müssen Sie nicht sein. Aber man muss wirklich drauf achten, dass man sich nicht so setzt, dass man hier mit der Vorderkante...

Autor:

Dann sind die Nägel im Oberschenkel

Eickhoff:

Ja, versuchen Sie' s mal. Sie müssen's ja nicht machen, aber Sie können's mal ausprobieren, Sie werden merken, es ist nicht schlecht. (Atmo)

Autor:

Nicht im Lotussitz wie ein indischer Fakir, sondern möglichst gleichmäßig die Oberschenkel darauf platzierend, setze ich mich – höchst skeptisch - auf das Nagelbrett.

Musik:

Ravi Shankar (Sitar), kurz, dann unter Autor

Autor:

Dass ich auf Nägeln sitze, hängt mit meinem neuen Schreibtischstuhl zusammen.

Atmo:

Verstellen Schreibtischstuhl, Tastaturtippen, wieder verstellen, laufen Wohnung, Sofa etc.

Autor:

Das Sitzgefühl an meinem Arbeitsplatz war plötzlich so ungewohnt, dass ich ständig neue Einstellungen ausprobierte, den Druck der Rückenlehne verstärkte, wieder lockerte, die Sitzhöhe verstellte. Schließlich räumte ich meinen Schreibtischplatz, suchte mit dem Notebook auf dem Sofa Zuflucht und dachte darüber nach, wie viel Zeit man doch sitzend verbringt und wie sehr Sitzgefühle das eigene Wohlbefinden und die Konzentrationsfähigkeit beeinflussen. Fortan, nahm ich mir vor, dem Sitzen mehr Beachtung zu schenken, Sitzpositionen in der Gesellschaft zu erkunden und dabei nicht nur auf die physische Befindlichkeit zu achten, sondern ebenso auf die Atmosphäre, in die man sich setzt oder gesetzt wird. Selbst beim Musikhören traf ich vorerst meine Auswahl vor allem danach, ob sie im Sitzen eingespielt wurde – wie die von Ravi Shankar.

Musik:

Ravi Shankar (Sitar)

O-Ton Eickhoff /Autor:**Autor:**

Mann muss ein bisschen das Gleichgewicht austarieren, wenn man merkt, es piekt ein bisschen.

Eickhoff:

Es piekt schon ein bisschen.

Autor:

Kann ich als Fakir auftreten.

Autor:

Als ersten kontaktierte ich bei meinen Sitzerkundungen den Sitzexperten Hajo Eickhoff. Und der ließ mich gleich auf einem Nagelbrett Platz nehmen.

O-Ton Eickhoff / Autor:**Eickhoff:**

Und vor allen Dingen die Nägel, die sind extrem scharf.

Autor:

Ja, ich dachte, die sind ein bisschen abgerundet.

Eickhoff:

Nee, nee, die sind richtig scharf.

Atmo:

Wohnung Eickhoff

Autor:

Der Kulturhistoriker und Philosoph hat mit seinem Buch „Himmelsthron und Schaukelstuhl“ ein Standardwerk zur Geschichte des Sitzens geschrieben. In seiner Wohnung existiert nur ein einziger normaler Stuhl. Und auf dem liegt gerade das Nagelbrett. Die anderen Sitzgelegenheiten, die er benutzt, sind meist nur knöchelhoch - afrikanische, asiatische und lateinamerikanische Hocker und Schemel, auf denen man in einer Art Lotussitz Platz nimmt. Oder ein Sitzkissen. An der Wand lehnt doch noch ein Stuhl. Aber der hat nur zwei Beine.

O-Ton Hajo Eickhoff:

Wenn ich nicht aufpasse, fall ich natürlich nach hinten. Also es ist einfach ne ganz tolle Bewegung. Man bewegt sich, kann schaukeln, das, was Kinder eigentlich nicht sollen. Sitz still! Der Zappelphilipp. Aber hier ist es im Grunde genau das, was Kinder machen. Und Kinder machen ja genau das Richtige, wenn sie zappeln. Das heißt, wenn sie länger sitzen, spüren sie den Druck in der Lende, auf dem Rücken und gleichen den aus durch Bewegung. Und die Eltern sagen: Lass das! Aber es ist genau richtig, was sie tun. Sie können's auch gerne mal ausprobieren. (Autor: Gerne... *Atmo unter Autor*)

Autor:

Das Stillsitzen hänge ganz ursprünglich mit dem Sitzen zusammen, erklärt Hajo Eickhoff. Das lateinische „sedere“ bedeutet „sitzen“, aber auch „stillsitzen“ und „besänftigen“. Vor zirka 10.000 Jahren in Mesopotamien, als die Menschen sesshaft wurden, sich niederließen, entstand der Besitz. Etwa 2000 Jahre später wurden auch die Herrscher des Gemeinwesens, die Oberhäupter, gesetzt. Vor der Inthronisierung mussten sie stundenlange Prozessionen still sitzend über sich ergehen lassen.

O-Ton Hajo Eickhoff:

Die Aufgabe war, dass sie den Zugang zu den Göttern herstellen sollten. Im Sitzen. Das war schon ein ganz fantastischer Gedanke, finde ich. Wenn Sie sich vorstellen, Sie sind vorher immer beweglich gewesen. Und plötzlich sitzen Sie nur. Was machen Sie? Sie müssen ja mit Ihrer Energie irgendwohin. Wohin? Es geht nur nach innen. Und das bedeutet, dass der thronende König, Kaiser, Häuptling Instanzen in sich ausbildet, in die er sich hineinbegeben kann. Insofern ist dieser Vorgang, eine körperliche Haltung einzunehmen, die Haltung des Sitzens, eine Haltung, die eine große intellektuelle Leistung hervorgebracht hat. Das, was wir in der Schule lernen, ist genau dasselbe: Man lernt im Sitzen so lange sich zu kontrollieren, bis man in der Lage ist, auch abstrakte Gedanken fassen zu können.

Musik:

Ravi Shankar (Sitar)

Autor:

Auch in der Meditation geht es um Konzentration, allerdings weniger darum, abstrakte Gedanken zu fassen, sondern vielmehr darum loszulassen. Wer sich zurückzieht, um zu meditieren, sagt oft nur „Ich gehe sitzen“. Auch Hajo Eickhoff meditiert immer wieder, wenn auch nicht kontinuierlich. Dazu benutzt er ein Sitzkissen, eine Meditationsbank oder er begibt sich in den halben Lotussitz. In seinem geheimen Buch des ZEN schreibt Jan Hendriksson, der sich selbst als „spiritueller Meister“ bezeichnet, über das meditative Sitzen:

Zitator:

„Alle Übungen im ZEN werden in der so genannten *Zazen*-Haltung durchgeführt. Das Wort *Zazen* bedeutet *sitzende Meditation*. Die *Zazen*-Haltung ist eine spezielle, völlig bewegungslose Haltung. Wenn Sie in korrekter Haltung sitzen, führt sie zu einer totalen Stille des Körpers. Die Stille des Körpers wiederum führt zur Stille des Geistes.“

Musik:

Nirvana „About a girl“ (MTV unplugged)

Autor:

Auch Musik, die im Sitzen gespielt wird, wie dieser Song der Grunge-Band Nirvana bei der legendären MTV-unplugged-Session, klingt in der Regel sedierter, introvertierter als ein Konzert, das im Stehen gerockt wird.

Musik:

Nirvana „About a girl“ (MTV live and loud)

Atmo:

Ausstöpseln Ohrhörer, Musik kurz blechern aus Ohrhörer, dann Atmo Begrüßung Mahr EDV

Autor:

Eine Villa am Stadtrand ist einer der Firmensitze von Mahr EDV. Ich bin mit dem Chef und Gründer des IT-Unternehmens Fabian Mahr verabredet. Mit Getränken versorgt, warte ich auf einem straff gepolsterten Sofa in dem großzügigen Foyer des Gebäudes, um mit ihm über seinen Bürostuhl und die Sitzgelegenheiten seiner Mitarbeiter zu sprechen. Da es noch etwas dauert, schweifen meine Gedanken ab und ich erinnere mich an die Erfahrungen, von denen mir zuvor eine pensionierte Chefsekretärin berichtet hat.

O-Ton Bärbel B.:

Das Wort Chefsekretärin mag ich nicht so sehr. Ich sag lieber, ich bin die Sekretärin des Chefs oder des jeweiligen Leiters. Das hört sich immer so ein bisschen hochtrabend an.

Autor:

Bärbel B. hat in verschiedenen Instituten, Firmen und in einer Klinik als Sekretärin des jeweiligen Chefs oder der Chefin gearbeitet.

O-Ton Bärbel B.:

Wir hatten in meiner ersten Stelle einen ganz kleinen Mann als Direktor, der einen Riesenstuhl hatte, einen Riesenschreibtisch und auch einige Sitzkissen unter sich, so dass er größer wirkte. Und alle Besucher, es waren natürlich große stattliche Männer und auch Frauen dabei, hat er ganz niedrig vor seinem Schreibtisch postiert, damit sie eben kleiner wirkten. Aber das ließ nach mit der Zeit.

Autor:

Auch das Wort „Chefsessel“ missfällt der ehemaligen Sekretärin.

O-Ton Bärbel B.:

Der Chefsessel wird vielleicht so genannt, aber die Chefs und die Chefinnen, die ich hatte, waren alle älter als ich, und da ist es auch eine Frage der Gesundheit, wie der Zustand des Rückens ist. Demzufolge wurden diese Sessel beantragt und

angeschafft, Lederstühle mit Lehnen, wo sie bequem drin sitzen konnten, nachdenken konnten, schreiben und vielleicht auch mal abzuschalten nach achtzehnstündigem Dienst. Von Chefsessel zu sprechen, das sehe ich nicht so, es ist wirklich eine Notwendigkeit, vernünftig am Schreibtisch zu sitzen.

O-Ton Fabian Mahr mit Atmo:

Fabian Mahr. Freut mich (Atmo unter Autor)

Autor:

Der Chef von Mahr EDV führt mich in sein Büro. Sein Schreibtisch ist frontal zur Tür positioniert. Dahinter ein schwarzer Drehstuhl. In einem Kamin knistert ein Feuer.

O-Ton Fabian Mahr / Autor:

Autor:

Mit Kamin!

Mahr:

Ja, da haben wir 20 Jahre drauf hin gearbeitet. Autor: Kann ich mir den Stuhl mal anschauen?

Mahr:

Klar, der ist alt. Schätze mal 8 Jahre oder so.

Autor:

Aber Sie haben ihn sich neu gekauft.

Mahr:

Ja.

Autor:

Haben Sie Probe gegessen? Oder wonach haben Sie den denn ausgewählt?

Mahr:

Wir hatten mal eine Teamsitzung, und da haben sich Kollegen die Stühle ausgesucht, es gibt Mitarbeiter, die kümmern sich dann gerne und begeistert um so was und dann bestellen wir so was in Masse.

Autor:

Ach so, es ist nicht nur ihrer...

Mahr:

Es gibt mehrere solcher Stühle, genau. Bei Mahr EDV haben wir keine Unterscheidung, das ist der Chefsessel und das ist der Teamleiter-Stuhl, und das ist der Nicht-leitende-Mitarbeiter-Stuhl, sondern alle haben ein Gesäß und das soll

bestmöglich behütet sein. Ich glaube, heutzutage muss man sich als Chef nicht mehr vor allen Dingen durch Insignien der Macht darstellen, sondern durch Leistung, durch gute Führung, die menschlich ist und gleichzeitig zur Leistung anregt, aber auch unterstützt, wenn jemand mal ein Problem hat. Autor: Aber er hat doch so diese klassische hohe Lehne, sogar ziemlich hoch. Ist Ihnen die wichtig?

Mahr:

Die ist mir nicht wichtig? Davon haben wir mehrere Exemplare in der Firma stehen. (Atmo unter Autor)

Autor:

Die hohe Lehne, habe ich bei dem Kulturhistoriker und Sitzexperten Hajo Eickhoff erfahren, ist tatsächlich eine Insignie der Macht, die noch vom Thron abstammt, sogar vom Urbild des Throns im alten Ägypten: der Skulptur einer sitzend gebärender Göttin.

O-Ton Hajo Eickhoff:

So sieht die Skulptur aus: Links und rechts je ein Löwe, in der Mitte die Gottheit, die hat so ein ausuferndes Gesäß, einen Unterleib, gebärt gerade, und die Oberschenkel sind gerade. Und das Ensemble suggeriert eben einen Stuhl. Und die Schweife der Löwen sind von hinten auf die Schultern dieser Gottheit gelegt. Und das ist die Rückenlehne. Der Schutz von hinten. Und ich denke, das ist ein symbolisches Relikt aus 'ner alten Zeit. Aber der Chefsessel, ja, das ist schon interessant. Die Chefsessel sind immer noch genau so gebaut. Die Macht drückt sich aus durch die Höhe der Rückenlehne.

Atmo:

Knarrende Schritte

O-Ton Fabian Mahr:

Sie sehen auch hier:

Hohe Stühle sind kein Insignium der Macht oder andersherum gesagt, vielleicht sind sie Insignium der Macht, aber Sie haben hier sehr viele Menschen, die mächtig sind, nämlich mächtig toll. (Atmo Schritte unter Autor)

Autor:

In der Tat sehen die Stühle der Mitarbeiter bei Mahr EDV dem ihres Chefs zum Verwechseln ähnlich: schwarzes Kunstleder und eine Lehne die weit über den Kopf reicht. Das sei durchaus Firmenpolitik, meint Fabian Mahr. Es bekomme zwar nicht jeder das gleiche Gehalt, doch das Wohlbefinden seiner zirka 100 Beschäftigten liegt dem Firmenchef am Herzen. Aus zweierlei Gründen:

O-Ton Fabian Mahr:

Ich will nicht den Großteil meiner Tageszeit mit Menschen verbringen, die mich nicht leiden können. Auf der anderen Seite, rein ökonomisch betrachtet, kann heutzutage ein IT-Arbeitgeber gar nicht mehr anders, als Komfort bereitstellen: Obstkörbe... Da sind wir dran mit ner Behörde, ob wir noch nen Pool in den Garten stellen können, für

die Mittagspause. Das sind Sachen, die auch durch die Neuerungen im amerikanischen Unternehmensumfeld mittlerweile auch hier mehr und mehr Einzug finden.

Musik:

Johnny Cash „Hurt“ („I wear this crown of thorns, upon my liars chair...“)

Atmo:

Jobcenter

Autor:

Im Wartebereich des Jobcenters stehen keine Obstkörbe bereit. Keine Stühle mit hohen Lehnen warten auf die „Kundinnen und Kunden“, wie die Empfänger von Transferleistungen seit der Hartz-4-Reform euphemistisch genannt werden. Hier geht's nicht darum, Talente zu gewinnen, hier geht's nach Nummern.

Atmo:

„Nummer 9!“

Autor:

Die in Reihen an der Wand und als Bänke im Raum auf Metallgestellen montierten Sitze sind den Umständen entsprechend schlicht. Im Wartebereich sitzen zirka zwanzig Hartz-4-Empfänger. Zwei Männer, Mitte vierzig und Ende fünfzig, berichten mir von ihrem Sitzempfinden.

O-Ton Hartz-4-Empfänger 1:

Sitzschalen auf Metallstäben montiert, Vierersitze, Dreiersitze, Zweiersitze. Das sind harte Kunststoffschalen in Dunkelblau mit Löchern drin, damit man besser transpirieren kann.

O-Ton Hartz-4-Empfänger 2:

Da kann man relativ gut drauf sitzen. Man sitzt normal. Weder kann man sich richtig reinfallen lassen, noch sitzt man besonders unbequem. Man versucht sich ja auch normal zu fühlen.

Atmo:

Jobcenter (unter Autor)

Autor:

Eine junge Frau hat ihr kleines Kind dabei, das sich auf dem Nachbarsitz langweilt.

O-Ton Hartz-4-Empfängerin:

Das sind Stühle, die in 'ner Reihe stehen und im Grunde aussehen wie in öffentlichen Nahverkehrsmittel. Es ist nicht so, dass man hier gerne viel Zeit verbringt. Aber so ist es wahrscheinlich auch nicht gedacht.

O-Ton Hajo Eickhoff:

Diese Stühle, die so an die Wand ge... ja ich weiß auch nicht... getackert sind. Das ist schon entwürdigend, finde ich.

Autor:

Für Hajo Eickhoff hängt das Sitzgefühl von der Ergonomie und vom Design des Gestühls ab. Ein befestigter Stuhl kann nicht zurechtgerückt werden. Es ist nicht möglich, eine Sitzposition nach seinen individuellen Bedürfnissen zu bestimmen. Zudem unterstreicht die Atmosphäre im Jobcenter die prekäre Lebenssituation der Wartenden.

O-Ton Hajo Eickhoff:

Das passt zusammen, denke ich. Man kommt dahin und ist deprimiert. Schon sowieso, weil man dahin muss. Und dann findet man noch so was vor. Und wenn man rausgeht, ist man fertig, glaube ich. Mit dem Stuhl, mit den Räumen, mit der Behandlungsform und die Situation, dass man da hingehet als Bittsteller, und dann geht man raus, und der Tag ist gelaufen.

O-Ton Hartz-4-Empfänger 2:

Wenn man da sitzt, denkt man über die eigene Situation nach, was gerade aktuell ist und wie es weitergehen könnte. Wenn andere Personen da sind, denkt man, ja, was könnte der gerade wollen?

O-Ton Hartz-4-Empfänger 1:

Ja, man fragt sich auch, wer das ist. Das könnte der arbeitslose Dozent sein bis hin zum Alkoholiker, abgerissen, stinkend. Die Spannbreite ist groß.

Atmo Jobcenter:

Unter Autor

Autor:

Die Arbeitsplätze der Sachbearbeiter - so genannter „Fallmanager“ - sind nur durch Plexiglasscheiben vom Wartebereich getrennt.

O-Ton Hartz-4-Empfänger 1:

Dann sitzt man da und hört dann: Aha, Sie sind gerade aus der Haft entlassen worden. So, so, Sie haben keinerlei Ausbildung, solche Dinge.

Atmo Jobcenter:

Unter Autor

Autor:

Die Befestigung der Sitzgelegenheiten im Jobcenter hat gewiss auch Sicherheitsgründe. Wenn im Warteraum Aggressionen aufkommen, könnten sonst Stühle fliegen.

O-Ton Hartz-4-Empfängerin:

Wenn's voll ist, kommt's schon manchmal zu komischen Situationen. Es ist nicht sehr angenehm, mit 'nem Kind hier zu sitzen. Ne Frau, die hier völlig durchgedreht ist und nur noch geschrien hat: Diese Schweine! Ich bring sie alle um! Also die total frustriert war und offensichtlich auch verrückt.

O-Ton Hartz-4-Empfänger 1:

Ich kann mich noch genau erinnern, dass gegenüber jemand saß, der Aggressionen entwickelt hatte und sich so stereotyp hin und her warf und die Leute dann mitschwankten vor und zurück, bis sich dann einer zaghaft beschwerte, was dann die Reaktion des Fingers hervorrief. Der zeigte den Mittelfinger und ging dann in Siegerpose ins Büro, als er aufgerufen wurde.

Musik:

Johnny Cash „Hurt“

O-Ton Angela Merkel:

Herr Präsident, liebe Kolleginnen und Kollegen!

Autor:

Wie sitzt es sich eigentlich dort, wo Beschlüsse gefasst und stundenlange Debatten zum Wohle der Allgemeinheit geführt werden - im Plenarsaal des Bundestages?

O-Ton mit Atmo (Schritte) Autor / Frank Bergmann:

Autor:

Heute finden ja Koalitionsgespräche statt.

Bergmann:

Jetzt sind erstmal Fraktionssitzungen. (Atmo unter Autor)

Autor:

Der Pressesprecher des Bundestages Frank Bergmann führt mich durch das Reichtagsgebäude zur Besuchertribüne des Plenarsaals, der heute absolut leer ist.

O-Ton Autor / Frank Bergmann:

Autor:

Das sind die legendären Stühle des Bundestages, die blauen.

Bergmann:

Die in den ersten 6 Reihen kann man noch vor- und zurückschieben. Und danach, sehen Sie, die sind alle fest an ihrem Platz. Die kann man zwar in sich drehen, aber nicht mehr vor und zurück, das geht nur bei den Reihen mit Tisch. Autor: Hm, und Probesitzen darf man nicht mal?

Bergmann:

Nein, Probesitzen darf man nicht, weil in den Plenarsaal selbst nur die Abgeordneten reindürfen, bzw. im vorderen Teil auch Regierungsmitglieder, aber für sonstige Personen ist das Betreten des Plenarsaals nicht erlaubt.

Autor:

Haben Sie schon mal drauf gesessen?

Bergmann:

Nee, ich hab da noch nicht drauf gesessen, ich war schon mal drin bei nem Aufbau zur OSZE-Tagung, aber gesessen auf so einem Stuhl hab ich auch noch nicht.

Autor:

Also frage ich eine Frau, die wissen muss, wie es sich auf den von dem Designer Mario Bellini entworfenen und von der Schweizer Firma Vitra hergestellten Stühlen im Farbton Topas 724 sitzt.

O-Ton Petra Pau:

Abgeordnetensitze sind solange bequem, wie man nicht aufgereggt vor dem nächsten Auftritt ist und dann schon fast auf dem Sprung sitzt.

Autor:

Petra Pau von den Linken ist sowohl Abgeordnete als auch stellvertretende Bundestagspräsidentin.

O-Ton Petra Pau:

Was den Präsidentinnen- oder Präsidentensessel anbetrifft, der ist weder bequem, noch so richtig zweckmäßig, weil jedes Mal, wenn ich dort reinwechsele, ein Kollege dort gesessen hat oder eine Kollegin, habe ich erst einmal zu tun, ihn wieder so einzustellen, dass ich sowohl den gesamten Plenarsaal überblicken kann, als auch mit Blick auf die Fernsehkameras nicht hinter diesem großen Pult zu verschwinden. Zurücklehnen kann man sich da auch nicht so richtig, das würde dem Zuschauer den Eindruck vermitteln, man nimmt ihn nicht ernst und lümmelt sich. Also sitzt man die ganze Zeit mit einer gewissen Anspannung auf diesem Sessel.

O-Ton Autor / Frank Bergmann:

Autor:

Also zwei Lehnen sind etwas höher, ne.

Bergmann:

Drei, um ganz genau zu sein. Nämlich die vom Bundesratspräsidenten, vom Präsidenten selbst und von der Bundeskanzlerin.

Autor:

Und dann gibt's noch vier Hocker.

Bergmann:

Genau, die Hocker sind vorne für die Stenografen.

Autor:

Hat das auch was mit 'ner gewissen Hierarchie zu tun - die Kanzlerin sitzt mit erhöhter Lehne, die Abgeordneten so und die Stenografen auf Hockern?

Bergmann:

Da müsste man jetzt den Künstler fragen, das ist ja Norman Foster, der hier den Plenarsaal entworfen hat. Ich glaube, das hat eher damit zu tun, dass die Stenografen hier im Vergleich zu den Politikern, die die Entscheidungen treffen, im Saal nicht so auffallen sollen.

O-Ton Hajo Eickhoff:

Das ist verrückt, das ist eben immer noch so.

Atmo:

Wohnung Eickhoff

Autor:

Der Kulturhistoriker Hajo Eickhoff ist sichtlich erstaunt, als ich ihm von den erhöhten Lehnen und den Hockern im Bundestag erzähle.

O-Ton Hajo Eickhoff:

Also das wundert mich schon sehr, dass man davon nicht wegkommt. Das ist ganz klar eine Aussage über die Machtverteilung. Die gehören nicht dazu. Das sind ja keine Abgeordneten und dergleichen. Und dann gibt's eben nur 'nen Hocker.

O-Ton Petra Pau (Bundestag):

Sehr geehrter Herr Präsident, sehr geehrte Kolleginnen und Kollegen!

Autor:

Dass durch Sitzpositionen Machtverhältnisse ausgedrückt werden, hat auch Petra Pau erfahren, als sie 2002 eines von zwei Direktmandaten gewann, während ihre damalige Partei, die PDS, nicht mehr im Bundestag vertreten war.

O-Ton Petra Pau:

2002-2005 saß ich mit meiner Kollegin Gesine Löttsch ganz weit hinten, schon fast draußen aus dem Plenarsaal auf zwei extra angeschraubten Stühlen. Man hatte vor uns und neben uns eine Sitzreihe ausgeschraubt, um zu symbolisieren, diese fraktionslosen Abgeordneten gehören eigentlich gar nicht richtig dazu.

Musik:

Suzanne Vega „Tom's Diner“ („I'm sitting in the morning...“, 1. Strophe a capella)

O-Ton Hajo Eickhoff:

Das ist eine kleine Bühne, 3 bis 6 cm hoch und ein kleiner niederer Tisch davor, der ist vielleicht 30 cm hoch. Da hinten eine Meditationsbank und hier vorne ein selbsterfundener Kniehocker. (Atmo unter Autor)

Autor:

Hier in der Küche, knapp über dem Boden kniend oder sitzend, nimmt Hajo Eickhoff zweimal täglich seine Mahlzeiten ein. Gefüllte Obstschalen stehen bereit, ein Teekännchen. Das bewusste Sitzen an dem flachen Tisch ist fester Bestandteil einer Art Alltagszeremonie, die der Sitzexperte zweimal täglich zelebriert.

O-Ton Hajo Eickhoff / Autor:

Eickhoff:

Das ist auch natürlich ein Ritual.

Autor:

Das erinnert mich an japanische Teezeremonien.

Eickhoff:

Ja, das ist auch so was. Und so empfinde ich das auch. Das ist auch für mich immer wieder eine besondere Situation. Dann sitzt man auch anders, als wenn man sich einfach hinwirft in den Stuhl und ne schlechte Haltung einnimmt.

Musik:

Hindi Zahra „Stand up“ (Intro unter Autor, danach hoch, Schlussblende)

Autor:

Bewusst sitze ich inzwischen auch auf meinem Schreibtischstuhl, leicht nach vorn gebeugt, mit durchgedrücktem Kreuz. Zurück lehne ich mich nur, um zwischendurch mal zu entspannen. Sitzend nehme ich meinen Körper anders wahr, wechsele häufiger die Position und stehe öfter auf, laufe durch die Wohnung, um meinen Rücken zu entlasten und durch den Perspektivwechsel auf neue Gedanken zu kommen. An der Wand zwischen den beiden Fenstern, durch die man auf einen Park schaut, wäre Platz für ein Stehpult. Vielleicht keine schlechte Idee, finde ich: Mit Blick auf die im Park sitzenden Menschen auch mal stehend zu arbeiten.