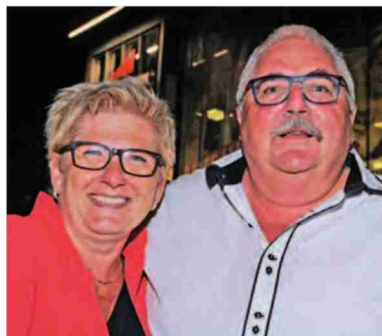




Einfach mal «Abefahre!» Das Lachyoga verhilft zu einem positiveren Lebensgefühl ...



(v.l.) **Markus Maria Enggist** (Musik und Infrastruktur Theater Gurten), **Livia Franz** (Schauspielerin Theater Matte) und **Matthias Blum** (Kulturberater Steinbock Blum Kulturagentur)



Beatrice Simon (Regierungsrätin) und **Helmut Simon** (Realschullehrer)



Beatrice Meier (Geschäftsführerin Team B Events & Catering GmbH) und **Benno Meier** (Eventmanager Die Mobiliar)



Rolf Kästli (VR-Mitglied Kästli Bau AG, links) und **Philippe Cornu** (Mitinhaber Wildpony AG)



(v.l.): **Marianne Eymann** (Leitung Werbemarkt Telebärn), **Max Eymann** (Verkaufsleiter Ferrari/Maserati/Bentley Automobile Németh) und **Fränzi Schmidhauser** (Studienplanerin Medizinische Fakultät)



(v.l.): **Richard Zimmermann** (Notfallarzt der Stadt Bern), **Michèle Graf** (Peoplejournalistin «Schweizer Illustrierte») und **Urs Gfeller** (Burnout-Experte PH Bern)

THEATER GURTEN

Und plötzlich ist die Komfortzone weit weg

Einfach mal «Abefahre!» Aber wie? Livia Anne Richard präsentiert in ihrem neuesten Theaterstück eine Strategie.

Ohne Handy der Natur ausgesetzt sollen gestresste Menschen mittels Rollenspiel, Gruppentherapie und Heilfasten wieder zurück zu sich, zurück zur eigenen Mitte finden – und dies natürlich möglichst effizient. Inmitten der Natur ist die Komfortzone unerreichbar weit weg und Gewohntes ganz verschwunden. Titel sind Schall und Rauch. Masken fallen.

Menschen mit ihren Gefühlen und Geschichten kommen hinter dem Arbeitstier hervor.

Am Ende dieses neuesten Experiments von Theater-Gurten-Gründerin Livia Anne Richard reibt man sich verwundert die Augen. Keiner ist mehr der, den er zu Beginn des Seminars vorgegeben hat zu sein. Langsam aber sicher beginnt man zu verstehen, dass es mit dem «Abefahre!» eben nur dann klappt, wenn man als erste Massnahme mal das Ausrufezeichen hinter dem Wort entfernt.

Fotos: Alexandra Schürch, Text: jf



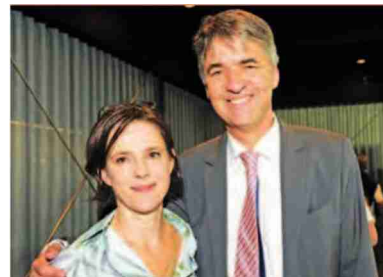
Melitta Kronig-Hischier (Eventmanagerin Bern Welcome, I.) und **Beatrice Imboden** (Präs. Hotellerie Bern+Mittelland)



Beide Ticketpark GmbH: **Karolina Reinhard** (Marketing und Verkauf) und **Manuel Reinhard** (Geschäftsführer)



Michelle Renaud (Moderatorin Telebärn, links) und **Gabriela Zurbrugg** (HR-Consultant Asendia Management)



Cornelia Häfliger von Graffenried (Psychologin) und Stadtpräsident **Alec von Graffenried**



(v.l.) **Stefan Kilchenmann** (Leiter Public Affairs Swisscom) und **Gattin Lilly** und **Hans Traffet** (Geschäftsleiter Gurten-Park im Grünen)



Beatrice Hanke (CEO Mäder Wohnkunst) und **Thomas Hanke** (Gemeindepräsident Muri b. Bern)



Annemarie Morgenegg (Adm. Leitung Theater Matte) und **Fredi Stettler** (Bühnenbild und -bau Theater Gurten)



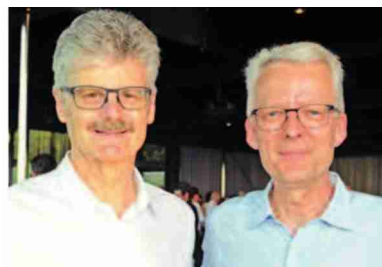
Beide Theater Gurten: **Livia Anne Richard** (Regisseurin und künstlerische Leitung, I.) und **Kathrin Vonwiller** (Projektleitung)



Gestresste Menschen machen im Theaterstück den Versuch, wieder zu sich zurückzufinden.



Ursula Marti (Leiterin Betrieb Berner Generationenhaus) und **Ueli Studer** (ehemals Gemeindepräsident Köniz)



Marco Rupp (Gemeindepräsident Ittigen, links) und **Ueli Winzenried** (Vorsitzender der Geschäftsleitung GVB)



David Stampfli (Grossrat) und **Daniela Dambach** (Chefredaktorin «Mis Magazin»)



«So habe ich das Gefühl, ich hätte viel mehr Zeit»



**Regisseurin
Livia Anne
Richard verrät,
wie sie dem
Stress ein
Schnippchen
schlägt.**

Was unterscheidet das Theater Gurten von anderen Spielstätten?

Das Theater Gurten bringt alle zwei Jahre eine absolut andere, neue Geschichte. Mal einen historischen Stoff, mal – wie in diesem Jahr mit «Abefahre! – Stressfrei in 5 Tagen» – eine Uraufführung zu einem brandaktuellen Thema. Das Publikum weiss also nie so recht, was es zu erwarten hat. Glücklicherweise finden die Leute genau diesen Aspekt spannend und lassen sich darauf ein. Dazu kommt, dass der verkehrsfreie Gurten eine Oase mitten in Bern bildet, wo einmalige Stimmungen möglich sind.

Wie können Sie persönlich «abefahre»?

Indem ich mich ganz auf das Hier und Jetzt konzentriere und nicht darüber nachdenke, was morgen zu tun sein wird oder gestern zu tun gewesen wäre. So habe ich das Gefühl, ich hätte viel mehr Zeit.

Können Sie uns einen kleinen Einblick in ihr neuestes Projekt, Ihren Roman, geben?

Nur so viel: Es geht um eine Person, bei der das Sowohl-als-auch, die Realität und die Fantasie, der Traum und die Wirklichkeit ineinander verschmelzen. Es geht um die traumwandlerische Sicherheit von jemandem, der angstfrei durchs Leben geht.

Gehen Sie auch ans Gurtenfestival?

Ja natürlich. Das Theater Gurten hat ja einen Unterbruch während des Festivals. Da habe ich dann schön Zeit und kann vom «Abefahre!» abefahre ... *jf*