



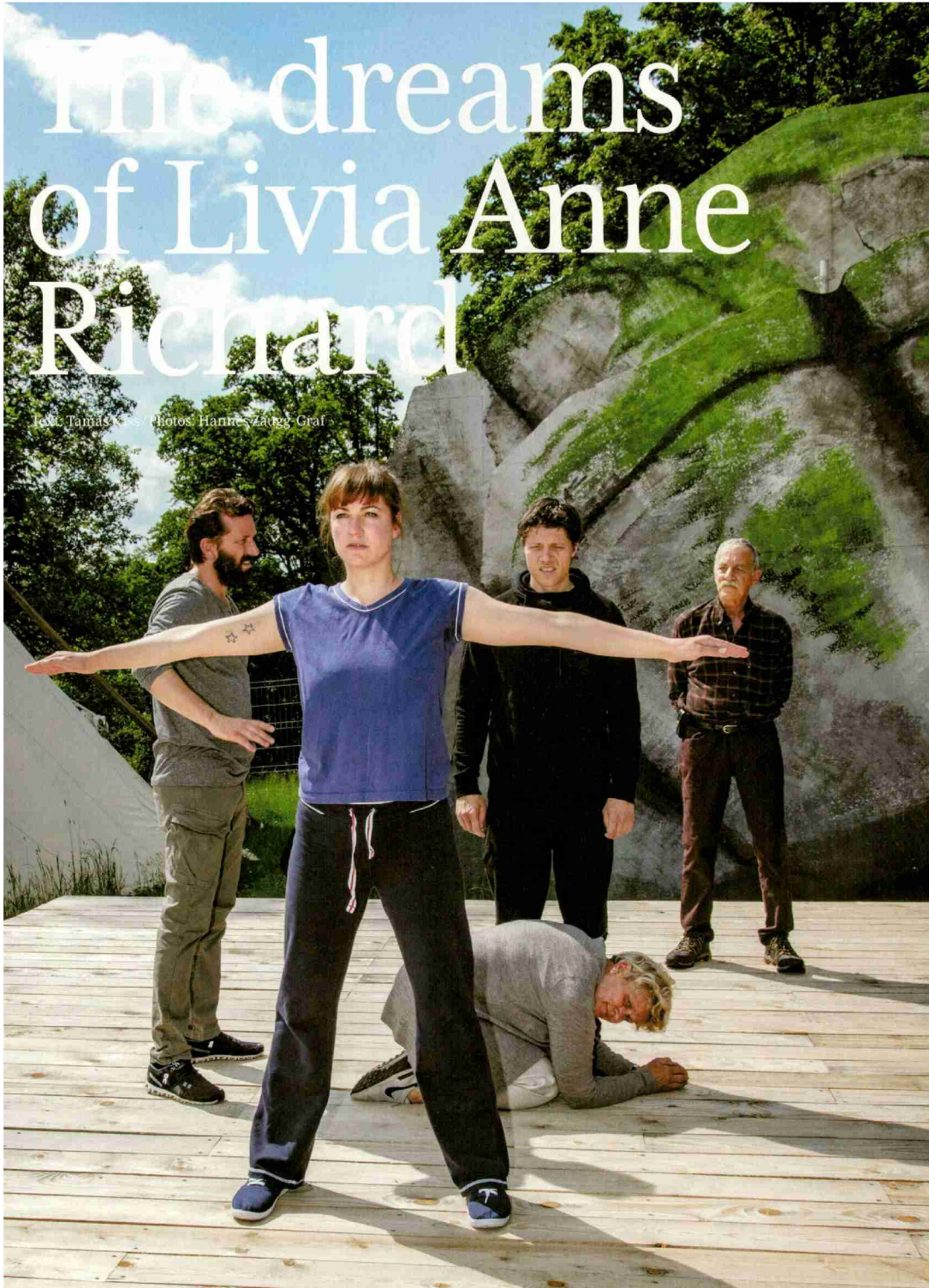
SWISS Magazine
4002 Basel
061/ 582 45 70
www.swiss.com

Medienart: Print
Medientyp: Spezial- und Hobbyzeitschriften
Auflage: 80'000
Erscheinungsweise: 8x jährlich

Seite: 82
Fläche: 168'738 mm²

Auftrag: 3008256
Themen-Nr.: 833.057

Referenz: 70191601
Ausschnitt Seite: 1/5



The dreams of Livia Anne Richard

Text: Tamás K... Photos: Hannes Zaugg-Graf

← Die Erfolgsgeschichte des Freilichttheaters Gurten geht diesen Sommer mit «ABEFAHRE! – Stressfrei in 5 Tagen» in die zehnte Runde. Left: A decade of successful open-air theatre atop Berne's local "mountain" continues this summer with "UNWIND! – Stress-Free in 5 Days".



↑ **Vollblut-Theatermacherin: «Ich trage verschiedene Hüte. Wenn ich aber nur noch eines machen dürfte, würde ich mich für die Regie entscheiden.»**

Avid theatre maker:
"I wear different hats, but if I could only wear one, it would be that of a theatre director."



Gurten, Bern: Zum zehnten Mal inszeniert die lebhaft Theaterfrau hoch über der Bundeshauptstadt ein Stück – dieses Mal eine Komödie über Burnout-Prävention.

Mit «Einstein», dem «Dällebach Kari» oder auch der «Matterhorn Story» sorgte die Bernerin Livia Anne Richard als Theaterautorin und Regisseurin schon weit über die Schweiz hinaus für Schlagzeilen. In diesem Sommer ist sie wieder auf dem Berner Hausberg, wo sie im Freilichttheater Gurten ein neues Stück inszeniert – in einer tiefgängigen Komödie befasst sie sich mit Sinn und Unsinn unserer Leistungsgesellschaft. Was hat sie dazu motiviert, sich ausgerechnet der Burnout-Thematik zu widmen? «Burnout ist doch heute in aller Munde – die Gesellschaftskrankheit Nummer eins. Nachdem mir diese Tatsache ausgerechnet beim Entspannen an einem Traumstrand voll bewusst wurde, habe ich sofort mit Glücksforschern, Ärzten, Psychologen und Coaches gesprochen und dabei zwei Dinge festgestellt: Erstens, dass da ein komplett neuer Anti-Burnout-Industriezweig entstanden ist – ein Industriezweig der Entschleunigung, des richtigen Atmens und Meditierens, des Bäume-Umarmens und Lachyogas. Und zweitens, dass wir es eigentlich mit einem Paradoxon zu tun haben: Heute muss selbst

Entschleunigung effizient sein. Konkret: Immer mehr Firmen haben verstanden, dass Mitarbeitende, die in ein Burnout rutschen, das Unternehmen teuer zu stehen kommen. Deshalb schicken sie ihre Angestellten nicht etwa in solche Seminare, damit sie umdenken, sich weniger Druck machen und kürzertreten, sondern damit sie nach dem Kurs – frisch gestärkt – noch strammer ins Hamsterrad treten können.»

«Genau so möchte ich weitermachen»

Ihre Lebensgeschichte erzählt Livia Anne Richard, eine sinnliche Frau voller Energie, vor der nächsten Probe im Express-tempo: «Während ich im Spannungsfeld zwischen einer gläubigen Bergbauerntochter und einem atheistischen Versicherungs-Schadenchef aufwuchs, wurde ich mir schon früh meiner eigenen Endlichkeit bewusst. Also nahm ich mir vor, die Zeit vor dem Ableben so gut wie möglich zu nutzen. Nachdem ich erst Friedensstifterin werden wollte, kam ich während eines Austauschjahres in den USA mit dem Theater in Berührung – und setzte nach diversen Träumen und einigen wegweisenden Begegnungen voll auf diese Karte. Tja, und heute bin ich Mutter eines 15-jährigen Sohnes, habe einen Partner, der mich stark unterstützt, sowie ein Motorrad, auf dem ich <abefahre>. Und im Sommer mache ich Freilichttheater und bin rundum happy!»



Gurten, Bern: For the tenth time, this high-spirited theatre maker brings a new play to a stage high above the Swiss capital – a comedy about burn-out prevention.

Livia Anne Richard, the Bernese playwright and director, has already made headlines outside Switzerland for her “Einstein”, “Dällebach Kari” (which was later made into a film) and “Matterhorn Story” in Zermatt. This summer will see the avid theatre maker return to the Gurten, Berne’s local “mountain”, with a new play to be performed at the Gurten Outdoor Theatre – a complex comedy about the pros and cons of our competitive society. So what exactly prompted her to take a closer look at the burnout syndrome, of all things? “Well, everyone talks about burnout these days – it’s the number one affliction of our times. Having fully digested that fact – I was relaxing on a dream beach somewhere at the time – I raced to talk to happiness researchers, doctors, psychologists and coaches and was struck by two things in particular. First, that all this has given rise to a completely new anti-burnout industry focused on deceleration, rediscovering your inner resources, the right way to breathe, meditation, tree-hugging and laughter yoga. Second, that we’re dealing with a paradox here: namely our desire to find an efficient way of

tackling everything, including deceleration. To be specific, more and more companies have understood that employees who slip into burnout mode are an expensive burden on the business. And so they pack their employees off to seminars – not to have them take stock, feel less pressurised and generally ease off, but rather so that they can return to the treadmill – fresh and remotivated – ready to pedal even faster.”

“I want to carry on exactly like this”

Livia Anne Richard, a warm woman fizzing with energy, tells us the story of her life in a couple of breathless paragraphs before the next rehearsal: “Growing up in a sort of no man’s land between the religious daughter of a mountain farmer and an atheist head of claims with an insurance company, I became aware of my own mortality at an early age. And so my only ambition was to make the best of the time ahead of me. I always wanted to be a peacemaker, but then I came into contact with the theatre during an exchange year in the USA – guided by various dreams and seminal encounters, that’s the option I went for, totally and fully. So here I am now, a mum with a 15-year-old son and a partner who really supports me, and a motorbike for de-stressing. I spend my summers somewhere up a hill, doing open-air theatre and couldn’t be happier!”



SWISS Magazine
4002 Basel
061/ 582 45 70
www.swiss.com

Medienart: Print
Medientyp: Spezial- und Hobbyzeitschriften
Auflage: 80'000
Erscheinungsweise: 8x jährlich

Seite: 82
Fläche: 168'738 mm²

Auftrag: 3008256
Themen-Nr.: 833.057

Referenz: 70191601
Ausschnitt Seite: 5/5



Auf der Suche nach «effizienter Entschleunigung». Das Stück ist bis Ende August zu sehen. Searching for "efficient deceleration". Performances run to the end of August.

Information

Freilichttheater Gurten: ABEFAHRE! – Stressfrei in 5 Tagen

20. Juni – 30. August 2018, Gurten Park im Grünen, Wabern

Eine Handvoll Menschen unterzieht sich einem fünftägigen Antistress-Seminar. Eine Woche ohne Handy, dafür mit literweise Fastentee. Doch nicht alle besuchen dieses Seminar freiwillig. Am Ende der Woche ist keiner mehr der,

Gurten Open-Air Theatre: UNWIND! – Stress-Free in 5 Days

20 June – 30 August Gurten Park im Grünen, Wabern

A handful of individuals attend a five-day anti-stress seminar. A whole week without a mobile

den er zu Beginn des Seminars zu sein vorgegeben hat. Und in einem Fall führt die Aufdeckung der wahren Identität eines Kursteilnehmers beinahe zu einem Nervenzusammenbruch des Antistress-Coaches. So langsam beginnt man zu verstehen, dass es mit dem «Abefahre!» eben nur dann klappt, wenn man zuerst einmal das Ausrufezeichen hinter dem Wort entfernt.

www.theatergurten.ch

phone, but fasting tea by the gallon. But not everyone is there entirely voluntarily. By the end of the week, however, no one is the person he or she claimed to be at the start of the seminar. So much so that the revelation of the true identity of one participant almost gives

the anti-stress coach a nervous breakdown. Slowly but surely, we begin to understand that the only way to "Unwind!" is to start by removing the exclamation mark at the end of the word.

www.theatergurten.ch