

20 Jahre lang fuhr sie mit dem WDR-Ü-Wagen kreuz und quer durch NRW, als erste Frau moderierte sie das ZDF-Sportstudio, sie schrieb Bestseller über die Macht des Zufalls oder die Verwendung von Urin: Vor wenigen Wochen feierte Carmen Thomas ihren 75. Geburtstag. Mit der Journalistin, Autorin und Moderatorin sprach Kai Pfundt.

*Auf die Gefahr hin, dass es ein kurzes Gespräch wird: Was fällt Ihnen zur Ziffernkombination 05 ein?*

**Carmen Thomas:** Das 05 ist zu einer unkaputtbaren Marke geworden. „Das hätte eine Werbeagentur nicht besser erfinden können“, schrieb mir sofort danach ein Zuschauer.

*Wie das? Die erste Frau, die das ZDF-Sportstudio moderiert, und sie vertut sich mit dem Vereinsnamen von Schalke 04?*

**Thomas:** Aus dem Fleck ist längst ein Blümchen geworden: Es dient inzwischen umgedreht für „Carmen Thomas reloaded 5.0“ und in „Virtuellen Ateliers 5.0“ – für alle, die sich sieben Schlüssel für ein besseres Miteinander von mir wünschen – im Beruf, im Alltag und in der Freizeit. In Japan steht der Begriff „Society 5.0“ „für eine intelligente, nachhaltige und komplett vernetzte Gesellschaft, mit einer verbesserten Lebenswelt und höherer Lebensqualität.“ Und genau das ist ja schon immer im Fokus meiner Arbeit: zu mehr Sinnhaftigkeit und Gelassenheit beitragen, auf dass die Welt ein bisschen besser wird.

*Ein Zufall diese 5.0 Übereinstimmung mit Japan? Glauben Sie an Zufälle?*

**Thomas:** (lacht) Ich habe ja sogar ein Buch über den „Zauber des Zufalls“ geschrieben. Das ist sogar aus einem gigantischen Zufall entstanden. Und dieses Buch hat tatsächlich mein ganzes Leben verändert.

*Und zwar?*

**Thomas:** Das Buch war mein 13., und ich fiel 1997 damit das erste Mal in ein schreibarisches Loch. Da ließ ich mir beim WDR dafür ein Sabbatjahr geben und gründete dann mit Hilfe des WDR die Moderationsakademie. Im Freijahr entstand die glorreiche Idee, das Buch unter Zuhilfenahme sämtlicher recherchierten Zufalls-Methoden zu nutzen: vom I Ging Werfen aus dem ältesten Buch des Planeten, über das römische Spaziergeh-Orakel aus der Antike, über das Bibel-Stechen im Mittelalter bis hin zum Gummibärchen-Orakel in der Neuzeit. Daraus ist nicht nur ein heiteres Buch über die unglaublichsten Zufälle geworden. Es wurde auch deutlich, dass der Zufall Phänomene als superkreativer Helfer bieten kann. Die Strategien, die sich als Entdeckungen bei der Arbeit entpuppten, benutze ich bis heute. Und das ohne esoterisch zu sein.



FOTO DPA

Ganz entspannt im Hier und Jetzt: Anfang Mai feierte Carmen Thomas ihren 75. Geburtstag. Von Ruhestand ist trotzdem keine Rede.

## „Der Fleck ist ein Blümchen“

Ihr Ü-Wagen steht im Haus der Geschichte, sie selbst ist mit 75 aktiv wie eh und je: Ein Gespräch mit der Autorin und Moderatorin Carmen Thomas über die Macht des Zufalls, ihren individuellen Feminismus und Schalke 05

*Also sind Zufälle vielleicht Schicksal oder sogar göttliche Fügung?*

**Thomas:** Nennen sie es, wie sie wollen. Aber sie existieren. Sie vermögen die romanhaftesten Dinge herzustellen. Das Buch macht ja miterlebbar, was für unglaublich wirkungsvolle Hilfe da drinstecken kann.

*Aber auf Zufälle zählen kann man doch leider nicht...*

**Thomas:** Aber ja. Versuchen Sie's mal mit Methode: „Aus fremden Köpfen schöpfen“. Wenn Sie beim Schreiben nicht weiterwissen. Dann ein ungelesenes Buch nehmen. Sich die Frage laut stellen. (z.B. „Wie kann ich jetzt weiterschreiben?“). Augen schließen. Buch aufschlagen. Die Spitze eines Klebezettels blind auf ein Wort platzieren und dann sehen, was da steht. Hat mir nicht nur für das Buch oft – nicht immer – aber super geholfen. Es lehrte mich auch die – für mich alles verändernde – Methode des verwertenden Umnutzens, das auch ein wichtiger Baustein der V-Ateliers 5.0 ist. Das Wort stammt ja aus der Architektur: fiese Fabriken in schicke Wohnanlagen umnutzen. Und als Lösungs-Methode, die so geht: Aus jedem Fleck ein Blümchen machen, also selbst Versaubeuteltes angenehm gestalten; aus Schrott Steigbügel herstellen, also gleich dem Gegenüber leichter „aufs Pferd helfen“; aus Dung

Dünger machen, also echt Mistiges fruchtbar kompostieren lernen; und aus jeder Verletzung wie eine Auster eine Perle machen können, also Verletzendem den Wert geben, der in ihm steckt.

*Wie viel Zufall gab es in ihrer Karriere?*

**Thomas:** Sehr viel. Da mich die Morgenmagazin-Moderation schon mit 21 Jahren zu einer öffentlichen Person machte, war ab 1968 nie eine Bewerbung für einen Job nötig. Vieles kam dann einfach zur rechten Zeit „zugeflogen“, oder ich war gerade am richtigen Ort.

*Kann man lernen, zur richtigen Zeit am richtigen Ort zu sein?*

**Thomas:** Ich fürchte nein. Erlernbar ist, dem Zufall auf die Sprünge zu helfen und sich mal Überraschendes zu trauen. Zuhause im Fernsehsessel passiert weniger, als wenn Menschen durch die Weltgeschichte turnen und erstaunliche Leute aller Art treffen können.

*Sie waren an vielen Stellen die erste Frau, die den Job gemacht hat. Ein gutes Gefühl im Rückblick?*

**Thomas:** Absolut. Es hat mir ja oft genützt, und ich habe dadurch besonders viel lernen können.

*Trotz Ihres Einsatzes sind Sie nie als Ikone der Frauenbewegung aufgetreten. Hatten Sie keine Lust auf die Rolle?*

**Thomas:** Ich bin Alice Schwarzer und anderen kämpferischen Frauen bis heute dankbar für ihren Einsatz. Der war nämlich bedeutsam und hat eigene Freiräume vergrößert. Diese Frauen haben damals für ihren Einsatz ja viel Prügel abbekommen. Meine Herangehensweise war einfach eine andere, weilschonfrühmehrüber„Blindwiderstand“ wusste: über die unbewussten Dagegen-Schilder – kenntlich am „dicken Hals und am harten Bauch“ – fachlich „Reaktanz“ genannt. War bei „Hallo Ü-Wagen“ nötig, ab 1974 mit System zu lernen. Denn Recht haben ist zwar eine schöne Beschäftigung, aber viel weniger zielführend als Überzeugen – was leider anspruchsvoller ist. Deshalb war mein Weg anders.

*Das Forbes-Wirtschafts-Magazin hat Sie 1990 zu den 100 einflussreichsten Frauen in Deutschland gezählt. Haben Sie sich selbst so gesehen?*

**Thomas:** Ich war vollkommen geplättet und natürlich geschmeichelt. Erst dadurch wurde klar, welchen Einfluss die erste Mitmach-Sendung „Hallo Ü-Wagen“ hatte – und dabei ging es um mehr, als dass z.B. nach einer Sendung über Hausbegrünung überall drei Monate lang die Rank-Pflanzen ausverkauft waren.

*Gibt es den Ü-Wagen, den sie 20 Jahre lang jede Woche bespielt haben, eigentlich noch?*

**Thomas:** Ja, er steht im Haus der Geschichte in Bonn.

*Damit sind Sie offiziell legendär als anerkannter Teil der deutschen Nachkriegsgeschichte.*

**Thomas:** Dazu fällt mir in erster Linie der Spruch des Schauspielers Peter Ustinov ein. Der hat auf die Reporterfrage, wie es sei, eine lebende Legende zu sein, geantwortet: Besser als eine tote.

*Wäre eine Sendung wie „Hallo Ü-Wagen“ heute noch möglich oder müsste jedes Mal eine Polizei-Hundertschaft mobilisiert werden?*

**Thomas:** Polizeischutz gab es auch in den wilden 70er und 80er Jahren kein einziges Mal vor dem Ü-Wagen. Nur ein Mal waren zum Thema „Landesamt für Verfassungsschutz“ mehr als die üblichen Bodyguards unsichtbar um die Ecke geparkt: Denn in der Hoch-Zeit des Terrors waren ja auch Gäste auf der Ü-Wagen-Bühne – wie der damalige Bundesinnenminister Gerhart Baum –, die auf der Todesliste der RAF standen. Aber auch ohne Bedrohendes wäre das Format heute nicht mehr machbar. Radio ist einfach nicht mehr so, wie es bei mir von 1968 bis 1997 war. Heute ist es ja ein Nebenbei-Medium. Zu meiner Zeit hatte WDR2 bis zu 6 Millionen Hörer und Hörerinnen, die

wirklich zuhörten, und die die Themen danach sogar miteinander weiterdiskutierten.

*Wenn Sie trotzdem nochmal aus dem Ü-Wagen senden könnten: Was wäre das Thema?*

**Thomas:** Tatsächlich eine über mein absolutes Lebens-Thema, über die „Reaktanz, den Blindwiderstand“. Denn diese Erkenntnis hat mir seit 1977 selbst so viel genutzt. Und die hat dann denen, die es mit erkennen lernen, nicht nur zu einem spürbar besseren Miteinander in Familien, im Alltag und im Beruf verholfen. Zugleich hat es auch Bedeutsamkeit für gelebte Demokratie, für gekonnte Friedfertigkeit mit innerer Gelassenheit und mit äußerer Freiheit. Und auch z.B. damit, wie aus lauter Impf-Ängstlichen in den vergangenen Wochen lauter Impf-Gierige werden konnten.

### CARMEN THOMAS

Ihr Gesicht und ihre Stimme kannte in den 1970er und 80er Jahren die halbe Republik: Die Journalistin Carmen Thomas moderierte das WDR-Morgenmagazin, die Sendung Hier und Heute und als erste Frau das ZDF-Sportstudio. Zwei Jahrzehnte lang leitete die gebürtige Düsseldorferin (7. Mai 1946) die WDR-Mitmachsendung Hallo Ü-Wagen. Für das Wirtschaftsforum Forbes gehörte Thomas 1990 zu den wichtigsten 100 Frauen in Deutschland. Heute ist die 75-Jährige als Leiterin der 1. Moderationsakademie und Autorin aktiv. Mehrere ihrer Bücher wurden zu Bestsellern, darunter „Ein ganz besonderer Saft-Urin!“ oder „Berührungängste? Vom Umgang mit der Leiche“. Vor einem Jahr veröffentlichte sie ihr bislang letztes Werk: „Reaktanz - Blindwiderstand erkennen und umnutzen“. pfu



Auf Heiner Geißler gab es 1982 bei einer Sendung einen Farbbeutelanschlag



Noch ohne Computer: Die junge Journalistin 1973 an ihrem Schreibtisch



Carmen Thomas 1975 bei einer WDR-Spendenaktion (links) und 1979 auf der Ü-Wagen-Bühne



NRW-Ministerpräsident Wolfgang Clement 2001 bei der Eröffnung von Thomas' Moderationsakademie