



## ***Heute ist morgen schon gestern***

**Magazin, Samstag, 22. September 2018, 16.40 Uhr auf SRF 1**

***«Wer heute nur an morgen denkt, für den ist heute schon gestern und er lebt nicht wirklich in der Gegenwart.» Das Leben ist zu schade um sich nur mit Zukünftigem oder Vergangem zu beschäftigen. Sicher ist auch der Blick zurück oder voraus wichtig. Doch das alleine ist zu wenig.***

Der Schweizer Bluesmusiker **Marc Amacher** erreicht 2016 den Final von «The Voice of Germany». Vor dem ersten Auftritt knallt ihm seine Gitarre auf den Boden. Er lässt sich nicht ablenken, spielt einfach drauf los. «Ich habe alles um mich herum vergessen und den Auftritt genossen» sagt Marc. Genau das tut er auch heute noch. Ob er vor grossem oder kleinem Publikum spielt, ist Marc egal. Blues sei etwas für «Geist, Seele und Leib» und das koste er aus.

Genuss ist insbesondere dann zu erleben, wenn wir den Moment ohne Hast wahrnehmen können. Unsere westliche Konsumgesellschaft realisiert mehr und mehr, dass der Wert nicht im «Mehrhaben» sondern im «Wahrnehmen» liegt. Oder wie es **Judith Berger** vom Quellenhof in Uetendorf ausdrückt: «In der Einfachheit liegt Fülle.» Auf dem umgebauten Bauernhof ihres Grossvaters verbindet die Hotelfachfrau Altes und Neues, schafft eine Atmosphäre in der Gäste einander begegnen und Kraft tanken.

Wie lässt es sich im Jetzt leben, wenn jeder Tag von Schmerzen dominiert ist? Vor rund sechs Jahren werden die Rückenschmerzen von **Nathalie W.** immer stärker. Um den Schmerz zu vermeiden und auszuhalten muss sie zu Hause bleiben, wo sie die meiste Zeit des Tages liegend verbringt. Zuerst wird ein Bandscheibenvorfall und später ein zertrümmertes Steissbein diagnostiziert.

### **Wiederholungen:**

- Samstag, 22. September 2018: 18.30 Uhr auf SRF info
- Sonntag, 23. September 2018: 11.40 Uhr auf SRF zwei und 14.55 Uhr auf SRF info
- Online-Video nach der Erstausstrahlung auf [www.sonntag.ch](http://www.sonntag.ch), Play SRF und YouTube

**sonntag.ch**

Die TV-Reihe FENSTER ZUM SONNTAG wird gemeinsam von der ALPHAVISION und der Partnerorganisation ERF Medien produziert. Das Magazin wird redaktionell von der ALPHAVISION, der Talk von ERF Medien verantwortet.

**ALPHA  
VISION**  
Wangen bei Olten