

## REDEN WIR ÜBER

# Anfangen

## Nachdenken. Sortieren. Spüren. Losgehen.

Die Biolandwirtin Sonja Moor im Gespräch über das Anfangen – und warum es so wichtig ist, Ideen eine Chance zu geben.

INTERVIEW: **Alexandra Graf** // FOTOS: **Manuel Krug**

*Frau Moor, wie oft in Ihrem Leben haben Sie etwas Neues angefangen?*

Sonja Moor: Ich habe keine Ahnung. Für eine Leitungsposition musste ich einmal einen Lebenslauf schreiben, da war ich schon über 40. Erst da ist mir aufgefallen, dass da ständig „gegründet“ und „geleitet“ stand.

*War Ihnen das vorher nicht bewusst?*  
Überhaupt nicht. Das ist auch irrelevant. Es geht ums Machen.

*Aus welchem Ansporn heraus beginnen Sie immer wieder etwas Neues?*

Weil ich etwas Bestimmtes realisieren möchte und mir das Vorhandene nicht reicht oder passt. Ich sehe etwas und denke, das passt schon – aber nicht für mich. Man muss dabei nicht immer das Rad neu erfinden, aber man kann anfangen. Und im Fortschreiten merkt man, ob Gegebenheiten passend sind oder nicht.

*Wie gehen Sie etwas Sinnvolles an?*

Als denkendes und fühlendes Wesen

müssen bei mir zwei Dinge zusammenpassen: Es muss Sinn machen und es muss Freude machen. Und dann fängt man halt mal an.

Du hast alle  
**Chancen.**  
Immer.  
So lange du  
ein- und ausatmest.

*Einfach so?*

Im Vorfeld überlege ich die Dinge. Ich denke nach, schau was zur Verfügung steht, ordne die Ressourcen. Dann entsteht eine Idee, ein Bild – das lass ich in den Bauch fallen. Und wenn sich das gut anfühlt, schaffe ich Fakten. Es ergibt sich ein Schritt nach dem anderen – automatisch. Was am Ende rauskommt, kann man vorher gar nicht denken.

*Sind Sie so auch an die Gründung Ihres landwirtschaftlichen Betriebs herangegangen?*

Wenn du jahrzehntelang zertifizierte Lebensmittel kaufst und trotzdem mit Skandalen konfrontiert wirst, entsteht ein Leidensdruck. Mit Mitte 40 war für meinen Mann und mich die letzte Möglichkeit, herauszufinden, ob wir wesensgerecht Lebensmittel produzieren können. Außerdem habe ich als Frau mit Mitte 50 statistisch gesehen noch 30 Jahre zu leben. Da musst du etwas tun. Das kannst du nicht nur absitzen. Da muss was her, was dich richtig reinzieht.

*Etwas Neues zu beginnen birgt auch die Gefahr, zu scheitern. Wie ist das für Sie?*  
Höllisch. Aber der Anfang ist noch das wenigste. Wenn du mittendrin bist, auf hoher See, dann wird's interessant.

*Trotzdem scheitern so viele Menschen schon am ersten Schritt beziehungsweise an der Angst davor, ihn zu machen.*

Ich weiß gar nicht, ob es einen ersten Schritt gibt. Viele Leute wissen, was nicht mehr passt, sie entwickeln eine Vision, aber sie haben Angst vor dem Unbekannten, Angst, die Schritte zu setzen. Ich löse dieses Gefühl der



### Sonja Moor,

geboren 1958, wuchs in Linz und Wien auf. Auf eine kaufmännisch-technische Lehre und eine Ausbildung zur Betriebsinformatikerin folgte der Aufbau einer Profi-Fotohandelskette. Sonja Moor arbeitete als Journalistin, rief die Schule für Dichtung in Wien ins Leben und war in Deutschland und der Schweiz viele Jahre im Film- und Fernsehbereich tätig. Gemeinsam mit ihrem Mann, dem Schauspieler Dieter Moor, gründete sie 2003 in Brandenburg (D) einen landwirtschaftlichen Betrieb, der 2004 die Demeter-Anerkennung erhielt. 2008 setzte Sonja Moor durch, dass ihre Tiere durch Kugelschuss auf der Weide getötet werden dürfen.

Angst vor dem Unbekannten, indem ich mir Informationen hole. „Hart an der Angst“ ist eine ziemlich effiziente Art, sich fortzubewegen. Oft gibt es keinen konkreten Anlass für die Angst, also gehst du rein und kommst drauf, hoppla, das hat eine ganz andere Zusammenfassung, und es ist interessant, das anzuschauen und zu transformieren.

#### *Kennen Sie die Angst, Fehler zu machen?*

Wenn ich etwas anpacke, hab ich die Chance, etwas zu verbessern oder zu verbocken – aber eben auch zu verbessern. Wir sind so stark darauf konditioniert, keine Fehler zu machen, aber ohne wären wir nicht hier. Leben ist Versuch und Irrtum. Ich hab's nur nicht gern, wenn ich drei-, vier-, fünfmal denselben Fehler mache. Ich hab gern neue. Neue Fehler machen mehr Spaß, sind neue Herausforderungen, man lernt neue Seiten kennen. Brandenburg und die Menschen dort haben viele Brüche. Dort ist es kein Mäkel, zu fallen. Verloren ist nur der, der liegen bleibt.

#### *Wie kommen Sie eigentlich immer wieder auf neue Ideen?*

Denken hilft! Wir verbringen viel zu

wenig Zeit mit Nachdenken. Und damit, etwas zu tun, was keinen direkten Zweck hat – außer, dass es uns guttut. Einer Mitarbeiterin, die immer mit dem Zug angereist ist, habe ich gesagt: Hör auf, während der Zugfahrt in dich einfüllen zu lassen mit iPod & Co. Schau, was in dir drin ist, schau, was auf den Wiesen blüht, wie dein Gegenüber aussieht, welche Welt sich aufmacht. Baumle, sei einfach – nicht zielgerichtet. Und dann meldet sich was. Sapperlot, eine Idee! Und die traut sich hervor und sagt: „He, möchtest du nicht weiter?“ All diese Möglichkeiten haben keine Chance, sich zu zeigen, wenn man ihnen keinen Raum gibt.

#### *Also ein klares Plädoyer zum „In-sich-hinein- und Auf-sich-selbst-Hören“?*

Je mehr du dein Eigenes tust, umso weniger Angst hast du, weil es aus dir kommt. Auch bei Fehlern kannst du deine eigene Spur zurückverfolgen und neu ansetzen. Solange du bei dir bleibst, ist es egal, was du tust, es

muss nur deins sein. Du bist fast unangreifbar, wenn du aus dir schöpfst. Das, was da entsteht, gibt's nur, weil es dich gibt. Das gibt auch Selbstvertrauen! Wichtig ist, dass es das Deine ist. Du hast die Chance, aus deinen eigenen Fehlern etwas herauszufinden, was niemand weiß. Es sieht doch jeder erst, wenn du's geschafft hast. Dein Hadern, deine schlaflosen Nächte, deine Verzweiflung, wer bekommt die mit? Auffallen wirst du erst, wenn's gut ist. Dann heißt es: „Die hat aber jetzt was gemacht!“ Bis dahin musst du Menschen suchen, die dir guttun. Die zuhören. Alles, was dich klein macht, musst du auf Abstand halten. Die Bedenkenträger zurückschicken – es sind ihre Bedenken! Das einzige, worauf ich Einfluss habe, bin ich selbst. Wenn ich mich verändere, verändert sich das Umfeld. Dann hört auch die Angst auf, weil die Ohnmacht aufhört. Du bist eigenmächtig. Und eigenverantwortlich. Du kannst nur das tun, was in dir ist. Und wenn du es gleich tust, sparst du Zeit. ❖