

Den negativen Gedanken nicht hingeben

BZ-SERIE: Karikaturist Thomas Zipfel rät zu Sport und Zeichnen

REGION FREIBURG. „Raus aus dem Corona-Blues“ – so heißt eine neue Serie der Breisgau-Redaktion. Menschen aus der Region geben BZ-Lesern Tipps, wie sie die Corona-Krise besser bewältigen können. Heute: der Karikaturist Thomas Zipfel aus Kirchzarten.

„Das ist wie beim Rucksacklauf“, sagt Thomas Zipfel. Eine 100 Kilometer lange Tour mit 2300 Höhenmetern auf dem Fernskiwanderweg von Schonach über Hinterzarten zum Belchen. „Da muss man nicht nur physisch, sondern vor allem psychisch stark sein, wenn man das schaffen möchte“, weiß der Kirchzartener. „Man kommt in Höhen und Tiefen, und die Tiefen werden immer tiefer. Und dann steht da plötzlich jemand an der



Strecke und ruft ‚Toll, auf geht’s‘. Das gibt neue Kraft. Zipfels Credo: „Man darf sich den negativen Gedanken nicht hingeben.“ Als Sportler weiß er, „man darf nicht schon am Anfang ans Ende denken, sondern Schritt für Schritt“. Dieses Denken lässt sich auf die Pandemie übertragen. Für den Karikaturisten ist es nicht nur der Sport im Freien, sondern auch das Zeichnen, mit dem er Dinge verarbeitet. Mit dem Werk „Maskenfieber“, das die Blüten der Pandemie aufspießt, möchte er den Menschen ein Lächeln ins Gesicht zaubern, aber keinesfalls das Virus ins Lächerliche ziehen. „Ich habe sehr großen Respekt vor dem Virus und begegne ihm mit Achtung und Rücksicht.“ Aber man müsse auch „einfach mal abschalten“. **niv**

Thomas Zipfel (Jahrgang 1955) ist Schriftsetzer, war Sport- und Techniklehrer sowie Leistungssportler in den Bereichen Skilanglauf und Mountainbiken.



Thomas Zipfel