

»TANZE, SCHREIE, WEINE, LACHE!«

Gut 30 Jahre führte Bio-Spitzkoch Jürgen Piquardt gemeinsam mit seiner Frau Heike zwei Restaurants in Hannover. 2012 gab das Ehepaar die Gastronomie auf und erfüllte sich einen Lebens Traum: Es zog auf ein Olivengut in der Provence.

Autorin und Fotos Ulrike Berg



Idyllische Stille, uraltes Gemäuer, knorrige Olivenbäume, guter Rotwein – kurz: Leben wie Gott in Frankreich. Und ich darf für zwei Tage daran teilhaben! Ich spüre die neidischen Blicke meiner Kollegen, als ich mich auf den Weg mache nach Nizza – zu Heike und Jürgen Piquardt. Vor sieben Jahren durfte ich sie in einem ihrer Bio-Restaurants in Hannover schon einmal kurz kennenlernen. Ich weiß, dass die Piquardts das Schöne im Einfachen suchen und ihr Leben bewusst gestalten. Dass

DANKBAR

*Heike und
Jürgen Piquardt
leben auf ihrem
Olivengut in
der Provence
in glücklicher
Genügsamkeit.*

sich die beiden mittlerweile über 70-Jährigen nach einem arbeitsreichen Leben nun auf ihrem Olivengut »Minguinelle«, knapp 200 Kilometer nordwestlich von Nizza, ein wenig provenzalischen Luxus gönnen – dafür habe ich vollstes Verständnis. Als mein Flieger in Nizza landet, habe ich dennoch vor allem eine Frage im Gepäck: Was ist mit all den Menschen, die von einem guten Leben träumen, aber nicht das nötige Geld dafür haben?

Am Flughafen finden wir uns nicht gleich. Piquardt ist am falschen Terminal, sein Handy funktioniert nicht. Ich habe ein schlechtes Gewissen: Er ist zwei Stunden gefahren und nun muss er mich auch noch suchen! Doch als wir uns gefunden haben, ist keinerlei Vorwurf in seinem Blick: Freudig strahlend kommt er mir entgegen und nimmt mich in die Arme, als wären wir alte Freunde. Keine Spur von Hektik, als wir zum Auto schlendern. Doch als wir Nizza auf der Autobahn Richtung Westen verlassen, gibt er zu erkennen, dass er trotz der Ruhe, die er ausstrahlt, ein zielorientierter Mensch ist: »Wir werden eine kurze, intensive Zeit miteinander haben. Wir sollten gleich beginnen: Was möchten Sie fragen?«

GELDLOS GLÜCKLICH

Den Zahn vom Leben im Luxus zieht mir Jürgen Piquardt bereits nach wenigen Minuten. »Die Bio-Restaurants waren eine wirtschaftliche Herausforderung«, sagt er schmunzelnd. »Damals war niemand bereit, für ein Bio-Gericht mehr zu bezahlen.« Doch die Piquardts waren von ihrer Idee überzeugt und begannen früh, das einfachere Leben zu genießen. »Das ist einer der Gründe, warum wir heute noch arbeiten. Wir haben nur eine klei-

ne Rente – und Minguinelle.« Vor knapp 50 Jahren kauften sie das Anwesen: 15 Hektar verwildertes Land und ein paar Grundmauern in fast unberührter Natur. Für damalige Verhältnisse völlig unattraktiv. »Deshalb brauchten wir nur ein paar Tausend Mark zu zahlen.« Jahr für Jahr verbrachten sie mit ihren Kindern die Ferien dort, bauten ein provenzalisches Kleinod und legten die Olivenhaine an. Heute leben sie von Olivenöl und Kochferien, die sie auf Minguinelle anbieten. Körperliche Arbeit statt wohlverdientem Ruhestand. »Das ist gut so«, lacht Piquardt. »Die Arbeit ist eine große Freude. Sie gehört für uns zu einem guten Leben dazu.«

Als wir die letzten Kilometer auf einem staubigen Schotterweg entlanghoppeln, weht mich Piquardt in eine wichtige Tradition ein: »Ab Minguinelle bin ich Jürgen und du Ulrike. Da gibt es nur das Du.« Ob man auf der Rückfahrt zum Flughafen wieder zum Sie übergehe, werde man sehen.

Heike erwartet uns schon. Sie hat den Tisch draußen in der Sonne gedeckt. Auch sie umarmt mich herzlich. Sie trägt Arbeitskleidung in Camouflage, ihr Gesicht ist braun gebrannt. Die harte Arbeit sieht man ihr an: Ihr Körper ist schlank und muskulös. »Ich liebe es, in der Natur zu arbeiten«, erzählt sie. »Mit dem, was die Natur vorgibt, aber doch selbstbestimmt.« Dass sie zudem viel Zeit in der Küche verbringt und hervorragend kocht, genieße ich. Es gibt Rote Bete-Salat, Brot und verschiedene Dips.

Als wir über das gute Leben ins Gespräch kommen, werden unterschiedliche Ansätze deutlich. Heikes großes Thema ist die Gesundheit des Körpers. Sie hat sich viel mit Ernährung, Aroma-Therapie und dem Säure-Ba-



sen-Haushalt beschäftigt. Für Jürgen setzt das gute Leben in der Seele an. »Wenn die Seele in einem heilen und freudvollen Prozess ist, dann wirkt sich das auf den Körper aus und umgekehrt auch«, sagt Jürgen. »Körper, Seele und Geist muss man gemeinsam denken.« Doch diese Ganzheitlichkeit für sich selbst im Blick zu haben, reiche für ein gutes Leben noch nicht aus. »Ich soll möglichst keinen Schaden anrichten«, meint Heike. »Weder an mir selbst noch an anderen Menschen, an Tieren oder der Natur.«

DAS EINFACHE GENIESSEN

Puh! Ich schwanke zwischen Bewunderung und dem Verlangen, schuldbewusst in den Erdboden zu versinken, denn ich liebe Fleisch, produziere viel zu viel Plastikmüll und fahre hundert Kilometer mit dem Auto zur Arbeit. Aber die Piquardts werten nicht, sondern begegnen jedem Menschen vorbehaltlos und verständnisvoll. In Heikes Gesicht ist ehrliche Freude, dass ich mich für ihre Art zu kochen interessiere. Heike und Jürgen sind keine Veganer, aber

sie verzichten so weit als möglich und verantwortbar auf tierische Produkte. So lerne ich, dass man veganes Mett zubereiten kann und was Kichererbsenmehl und Sellerie alles in sich hat. Gesunde Ernährung gehört für Piquardts zu einem guten Leben dazu. Dass das manchmal mehr Geld kostet, könne man ausgleichen: weniger Lebensmittel wegwerfen und jeden Bissen 50-mal kauen. »Dann ist man schneller satt.«

Heikes Küchenherd wird mit Holz befeuert, einen Geschirrspüler gibt es in Minguinelle ebenso wenig wie eine Zentralheizung. Keine Spur von materiellem Luxus. Neben dem Haupthaus mit Küche, Wohnzimmer und Bad gibt es noch den »Turm« – Heikes und Jürgens kleines Refugium. Ich darf in einem der beiden Gästehäuser übernachten. Auch hier ist alles schlicht und bescheiden: Das Feuer im Kamin hat Heike schon morgens für mich angezündet. Eiskalt ist es trotzdem – und oben in meinem Schlafraum riecht es nach Qualm. Es gibt noch einen Wintergarten, ein Schwimmbcken und eine Sauna. Alles mit

FAIRER UMGANG

Beim Kochen verzichtet Heike Piquardt weitestgehend auf tierische Produkte.

eigener Hände Arbeit entstanden. Keine Reichtümer und doch unendlicher Reichtum. Nur besteht der auf Minguinelle in vielen liebevollen Details, Möbeln voller Patina, atemberaubender Natur und in der Stille. An das Fehlen des üblichen Grundrauschens muss ich mich erst gewöhnen.

Jürgen zeigt mir stolz seinen Olivenhain. Die Bäume hat er selbst gepflanzt. 600 Liter Olivenöl haben sie in diesem Jahr gepresst. Aber die Bäume sind für Jürgen weit mehr als ein Beitrag zum Einkommen. »Sie sind Lehrmeister und Kontrolleure im allerbesten Sinne. Ich kann mich ihnen gegenüber viel ehrlicher verhalten als Menschen gegenüber.« Dass man mit Pflanzen sprechen kann, weiß ich, aber antworten sie auch? »Ja«, sagt Jürgen. »Nicht mit Worten. Aber sie geben mir auch die Gewissheit, dass sie, wenn ich mal nicht mehr bin, immer noch da sind und sich vielleicht an diesen Verrückten erinnern, der sie mal gepflanzt hat. Das ist sehr tröstend.«

DIE GRÜNE STUNDE

Am nächsten Morgen treffe ich Heike um kurz vor sieben auf dem Hof. Sie trägt einen Bademantel und holt Holz. Als ich das Bad verlasse, sitzen Heike und Jürgen bereits vorm Kaminfeuer. »Das ist unsere ›Grüne Stunde‹«, erklärt Jürgen. Sie heißt so, weil Heike und Jürgen grünen Tee aus Gläsern trinken, und ist die Grundlage für einen guten Tag. »Nachts hat sich das Schwere des Tages gesetzt«, erklärt Jürgen, »und am Morgen sind wir dann sehr offen und sprechen Dinge an, die wir im Laufe des Tages nicht sagen würden. Denn da staut sich wieder was auf, man verliert die Offenheit, das Unbelastete, den Großmut.« Nach der »Grünen





Stunde« beginnt eigentlich der Arbeitstag, aber für mich machen Heike und Jürgen eine Ausnahme. Während Jürgen und ich schon mal mit Hund Tango zu einem Spaziergang aufbrechen, weicht Heike noch schnell Kichererbsenmehl ein. Sie möchte mir heute erklären, wie ich Pfannkuchen ohne tierische Produkte zubereiten kann. Jürgen zeigt mir stolz den Bouleplatz, den er auch selbst gebaut hat. »Das provenzalische Leben ist ohne Boule nicht zu verstehen. Es sozialisiert auf großartige Weise. Du bewegst dich, vergisst die Zeit und die Probleme. So hat der Sport, das Spiel, eine tiefe Dimension des Versöhnens.« Die Menschen in der Provence seien arbeitsam, bescheiden und hilfsbereit. Das sei ein großer Reichtum und verbinde die Piquardts mit den Einheimischen.

Heike macht mich auf die weißen Eichen aufmerksam, die urwüchsigen Kiefern, den Duft des Lavendels und reißt mich mit ihrer Begeisterung für die Natur mit. Auf dem Rückweg pflückt sie Salbei, den wir, zuhause angekommen, als heißen Aufguss trinken, während die veganen Pfannkuchen auf dem Herd brutzeln. Wir essen sie in der Sonne. Sie schmecken wunderbar. Unwei-

ERFÜLLUNG

Mit seinen Olivenbäumen verbindet Jürgen Piquardt eine tiefe Freundschaft. Manche der Bäume tragen sogar Namen.

gerlich versuche ich jeden Bissen 50-mal zu kauen. Aber da ist immer dieser Schluckreflex. Jürgen bemerkt meine ungelungenen Versuche und lacht: »Beim Essen in Gesellschaft gilt das nicht. Da ist die Unterhaltung wichtiger.«

Also reden wir – über glückliche Genügsamkeit. Träume gehören für Jürgen dazu, denn sie stabilisieren das Leben. Sie sich dann auch zu erfüllen, erfordere Mut. Aber oft sei es Bequemlichkeit oder Feigheit, wenn wir das nicht wagen. »Es gibt Menschen, die sich bei der Arbeit nur nach dem Feierabend sehnen. Sie hoffen, dass die Zeit schnell vergeht – dabei ist das doch ihre Lebenszeit!«

NUTZE DIE MÖGLICHKEITEN

Nun hole ich doch meine Anfangsfrage aus dem Gepäck: »Aber nicht jeder hat Spaß an seinem Job ...« »Du müsstest mal die Kassiererinnen hier sehen«, antwortet Jürgen. »Die strahlen solche Freude aus! Sie lieben es, dass sie mit vielen Menschen ins Gespräch kommen.« »Und was ist mit dem, der am Fließband saure Gurken in Gläser stopft?«, lautet mein nächster Versuch. (Blödes Beispiel, aber egal ...) Jürgen schweigt eine Weile, als würde er sich selbst für einen Moment ans Fließband träumen. Dann lächelt er: »Der findet vielleicht Freude daran, dass er während der Arbeit viel Zeit hat nachzudenken.« Und wenn nichts Freudvolles an der Arbeit zu finden sei, hätte man ja

immer noch die Möglichkeit, sich eine andere Arbeit zu suchen.

Auf dem Rückweg zum Flughafen sprechen wir über unsere schweren Erlebnisse. »Krisen gehören zu einem guten Leben dazu«, findet Jürgen. »Wir brauchen sie, um weiterzukommen. Wir müssen auch scheitern dürfen und uns mit dem eigenen Scheitern versöhnen. Ganz am Ende ist es so: Ich möchte mit einem Lächeln im Gesicht sterben. Das wäre der Beleg für mich und für andere, dass ich einverstanden mit meinem Leben gewesen bin und das, was ich nicht geschafft habe, mich nicht zu sehr beängstigt oder verbittert hat.«

Beim Abschied gibt es kein Sie, sondern eine innige Umarmung. Ich denke an Jürgens Worte vom Vorabend. Ich hatte ihn nach seinem Rat gefragt für alle, die von sich sagen würden, sie führten kein gutes Leben. Seine Antwort klingt in mir nach, fast wie ein Segen: »Versuch zu tanzen, zu weinen, zu schreien, zu lachen. Tu was! Etwas, das möglichst nicht in Verbindung steht mit Geld.«

Als ich im Flieger sitze, schlage ich das Buch auf, das Jürgen mir geschenkt hat. Sein Buch. Er hat eine Widmung hineingeschrieben. »Für Ulrike, verbunden mit dem Wunsch, dass du auch weiterhin ein gutes Leben führen mögest.« Ich bin baff. Wie kommt Jürgen dazu zu denken, dass ich ein gutes Leben führe? Da begreife ich: Es gibt womöglich in unserem Leben viel mehr Gutes, als wir denken. Wir sind nur oft so sehr damit beschäftigt, nach blinden Flecken zu suchen, dass wir das, was wir an Gutem im Leben haben, nicht mehr erkennen.

»Die Jugend von heute ist famos! Sie wird die Probleme unserer Zeit lösen.«

JÜRGEN PIQUARDT, OLIVENBAUER

Weitere Infos: www.kochferien.de

Jürgen Piquardt: Lust auf Pflanzenkost, G5 Netz Verlag, 22,50 Euro