

# ZEIT HAMBURG

1 von 1,9 Millionen

Januar



**Morteza Janbakhshi**  
hat als Schüler im Iran Schach gespielt. Nun trifft er sich dazu mit einem Hamburger Rentner – und liebt die Ruhe dabei

Mit dem Schachspielen habe ich im Iran angefangen. Ein Schulfreund brachte es mir bei, da war ich noch jung. Mir gefällt, dass es ein mentales Spiel ist. Ich muss strategisch denken, immer mehrere Schritte im Voraus. Der Springer ist meine Lieblingsfigur. Wenn ihr andere im Weg stehen, kann sie einfach darüber hinwegspringen. Aber ich mag auch den Läufer und die Dame.

Mit meinem Schulfreund habe ich damals oft zu Hause gespielt oder in der Bibliothek. Doch irgendwann war ich zu beschäftigt zum Spielen: die Liebe, die Arbeit. Ich habe geheiratet und zwanzig Jahre lang mit meinem Bruder einen Lebensmittelgroßhandel in Teheran geleitet, heute bin ich 44 Jahre alt.

Seit einhalb Jahren spiele ich wieder, jetzt in Hamburg. Mein Schachpartner heißt Ralph Sievers, ich nenne ihn Herrn Ralph. Er lebt in einem Pflegeheim in Alsterdorf. Ich besuche ihn jede Woche für zwei Stunden. Manchmal schaffen wir in dieser Zeit vier oder fünf Partien, manchmal

auch nur zwei, wenn wir uns Zeit lassen und länger über die Züge nachdenken. Ich mag an Herrn Ralph, dass er so geduldig ist.

Beim Spielen werde ich ganz ruhig. Alle Gedanken, die mich sonst beschäftigen, lasse ich dann los. Aber an manchen Tagen schaffe ich es nicht, mich zu konzentrieren. Dann bin ich zu beschäftigt mit meinen Sorgen oder in Gedanken bei meiner Frau. Herr Ralph sagt aus Spaß, dass er das merkt, weil er diese Spiele leichter gewinnt.

Ich bin 2018 nach Deutschland geflohen. Ich hatte mich kritisch zur Politik in meinem Heimatland geäußert und bekam deshalb Probleme. Ich wurde bedroht, irgendwann habe ich es nicht mehr ausgehalten. Genaueres möchte ich dazu in der Öffentlichkeit nicht sagen.

Meine Frau musste allein in Teheran bleiben. Die Reise nach Hamburg war furchtbar und sehr teuer. Ich habe versucht, hier Arbeit zu finden, aber es ist schwierig. Mein Deutsch ist noch nicht so gut, und ich kann nicht jeden Job machen. Als Kind hatte ich einen Tumor im Rücken, der ent-

fermt wurde. Seit der Operation kann ich nicht mehr laufen und sitze im Rollstuhl.

Aber ich habe Ziele: Ich möchte mit Deutschen zu tun haben, mich integrieren und meine Sprache verbessern. Und ich möchte nicht allein sein. Ich fühle mich wohl, wenn ich unter Menschen bin. Ich habe mich bei mehreren Vereinen gemeldet, um eine Aufgabe für mich zu finden. Bei dem Projekt Mitmacher schlugen sie mir ein Ehrenamt in einem Pflegeheim vor. Es ist in der Nähe meiner Wohnung, ich kann mit dem Rollstuhl hinfahren.

Zuerst war ich unsicher, ob ich dort nützlich sein könnte. Bei meinem ersten Besuch fragte mich die Heimleiterin, ob ich Schach spiele. Da erinnerte ich mich an meinen Schulfreund und unsere gemeinsamen Nachmittage mit dem Spiel. Das war zwar lange her, aber die Regeln kannte ich noch. Die Heimleiterin stellte mir Herrn Ralph vor. Er gehört zu den jüngsten Bewohnern dort. Er ist 65 und sitzt auch im Rollstuhl.

Herr Ralph hat Schach von seinem Vater gelernt. Meistens spielen wir in seinem Zimmer. Wir

haben das gleiche Niveau, aber wir sind nicht streng miteinander. Wenn Herr Ralph zum Beispiel zu schnell gezogen hat, frage ich: Bist du sicher, dass das eine gute Idee war? Dann darf er noch mal zurücksetzen. Einmal haben wir auch Domino gespielt. Aber Schach gefällt uns besser.

Herr Ralph hat viel Wärme und Ruhe. Vor und nach dem Spielen reden wir über alles Mögliche. Wenn ich mal unzufrieden mit meinem Deutsch bin, sagt Herr Ralph: Du sprichst super, Morteza, besser als ich Persisch. Ich habe schon viel Deutsch von ihm gelernt, vor allem Redewendungen. Die erste gleich nach unserem allerersten Spiel. Das hat er verloren und gesagt: Unverhofft kommt oft. Den Satz musste er mir erklären. Seitdem habe ich ihn nicht mehr vergessen. Bei jedem Spiel lerne ich neue Formulierungen. Das ist sonnenklar!

Ich arbeite inzwischen in weiteren Ehrenämtern. Eines bei einem Treff für Menschen mit Behinderungen und eines bei einer Kleiderbörse. Überall habe ich tolle Menschen kennengelernt, die mir helfen. Eine Ehrenamtliche hat mir ein

kleines Schachspiel geschenkt. Eine andere will mich unterstützen, damit meine Frau aus dem Iran zu Besuch kommen kann. Dafür bin ich ihnen sehr dankbar.

Heute lebe ich seit fünf Jahren, zehn Monaten und 13 Tagen in Deutschland. Noch etwas länger habe ich meine Frau nicht gesehen. Mein Verfahren für das dauerhafte Aufenthaltsrecht läuft noch. Ich habe bislang nur eine Duldung. Falls ich bleiben darf, hoffe ich, dass meine Frau kommen kann und wir wieder unter einem Dach leben. Dann möchte ich mich mit einem Geschäft selbstständig machen. Herrn Ralph werde ich natürlich weiterhin besuchen. Ich bin sehr froh, dass wir Freunde sind. PROTOKOLL: VIOLA DIEM

In jeder Ausgabe stellt sich auf dieser Seite einer der 1,9 Millionen Menschen vor, die in Hamburg leben. Alle Folgen unserer Serie finden Sie unter: zeit.de/1von1komma9millionen

NOCH MEHR ZEIT.HAMBURG

IN DER ZEITUNG

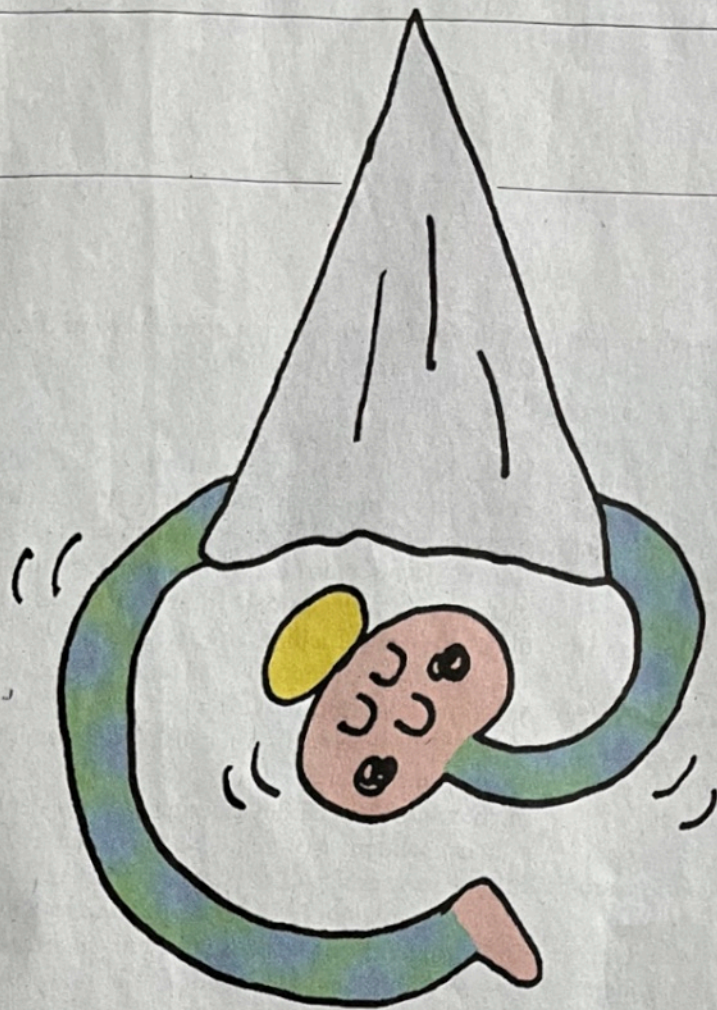
Wie kann Heizen in Hamburg klimafreundlicher werden? Dieser Frage widmen wir uns auf den folgenden Seiten. Außerdem erzählt der Liedtexter Michael Kunze (»Griechischer Wein«) von seinen verrückten Sportarten

IM NEWSLETTER

Jeden Werktag um sechs Uhr versorgen wir Sie in unserem Newsletter Elbvertiefung mit den wichtigsten und interessantesten Neuigkeiten aus Hamburg. Melden Sie sich an

IM INTERNET

Was sonst noch los ist in der Stadt, können Sie täglich auf zeit.de/hamburg lesen. Aktuell etwa eine Reportage aus dem Eibschlosskeller und einen gastronomischen Jahresrückblick



## Aerial Pilates

Es klingt erst mal ziemlich abenteuerlich: Beim Aerial Pilates muss man in ein großes Stofftuch schlüpfen, das an einem Haken von der Decke hängt. Darin treibt man eine Mischung aus Pilates und Akrobatik. Fotos im Internet zeigen Menschen, die fledermausähnlich von der Decke baumeln, kopfüber. Ob man solche Posen schon als Anfängerin lernt?

Ich melde mich für Flying Pilates an, in dem kleinen gleichnamigen Studio in Eimsbüttel (Eppendorfer Weg 57a). Etwa ein Dutzend der Stofftücher hängen hier, ich habe heute eine Einzelstunde. Inhaberin Sonja erklärt, wie man den Stoffschlauch richtig umfasst, wie man sich bequem reinsetzt, -legt oder -stellt oder darin so durch den Raum schwingt, wie man es an Omas Gardine niemals gedurft hätte. Wichtig: keine Hektik. Einerseits befinde ich mich etwa

einen Meter über dem Boden (und die Matte unter mir ist dünn), und andererseits geht es beim Pilates nicht darum, sich möglichst viel, sondern präzise, kontrolliert und auf die Atmung fokussiert zu bewegen.

Die Übungen sind anstrengend. Als ich auf dem Rücken im Tuch liege und die Beine langsam strecken und wieder ranziehen soll, zittern meine Bauchmuskeln. Dann turnt mir Sonja im Nachbarstuch eine Pose vor, und ich erstarre: Da ist doch die Fledermaus aus dem Internet! Wie sich dann zeigt, schaffen das durchaus auch Anfänger: Beine in die Luft strecken, Füße um das Tuch wickeln und langsam den Oberkörper sinken lassen. Als mein Kopf in den Sinkflug geht, kribbelt es in meinem Bauch wie beim Flugzeugstart. Aber ich schaffe es – und bin stolz auf mich.