

Im Profil: Jürgen Schilling

Der TV-Schauspieler (*Tatort, Derrick, Der Alte*) und Autor des Buches „*Kau Dich gesund!*“, Jürgen Schilling, reiste eigens aus München an, um seinen Beitrag zur achten Auflage des Malenter Kneipp-Festivals zu leisten. In seiner „Schmauen-Schau“ zeigte der 60-Jährige seinen Weg des Abnehmens und Gesundwerdens durch das „Schmauen“ – einem Zusammenspiel von schmecken und kauen. Die Ess-Kultur des Schauspielers haben inzwischen nicht nur Ärzte positiv bewertet, selbst „Stiftung Warentest“ hat das Schmauen mittlerweile entdeckt und für gut befunden.



Welches Buch lesen Sie gerade?

„Glück kommt selten allein“ von Eckart von Hirschhausen.

Welches Buch hat Sie am meisten beeindruckt?

„Das Robbins Power Prinzip“ von Anthony Robbins.

Lieblingsurlaubsort?

In den Bergen, in einem kleinen Bergdorf bei Bozen in Südtirol.

Wo würden Sie gerne einmal hinreisen?

Nach Kreta, da war ich noch nie.

Wo möchten Sie nie wieder hinreisen?

Rio de Janeiro – das war mir zu wild und gefährlich.

Haben Sie ein Vorbild?

Mario Adorf. Mit ihm habe ich im „Großen Bellheim“ gespielt.

Mit wem möchten Sie mal zusammen frühstücken?

Mit Gesundheitsministerin Ulla Schmidt, um sie auf den Geschmack des Schmauens zu bringen.

Welchen Kinofilm haben Sie zuletzt gesehen?

„Die Kinder des Monsieur Mathieu“ von Arthur Cohn.

Welche Erinnerungen verbinden Sie mit Ihrem ersten Kuss?

(lacht) Romantik und Zärtlichkeit.

Welchen großen privaten Traum hegen Sie?

Dass es mir gelingt, viele Millionen Menschen für das Schmauen zu begeistern.

Ihr Lieblingsessen?

Einfache, naturbelassene Kost: Brot, Butter, Käse, Nüsse, Gemüse, Obst...

Ihre Lieblingsmusik?

Revolutionsetüde – Opus 10 von Frédéric Chopin.

Ihre Lieblingsfarbe?

Grün.

Was ist Ihr größtes Laster?

Zeitungen nicht gleich wegzuwerfen, weil vielleicht noch tolle Berichte drin sind (lacht).

Was war Ihr Lieblingsfach in der Schule?

Deutsch.

Was sammeln Sie?

Fotos als Erinnerungen an Menschen, denen ich begegnet bin.

Welche Poster hingen in Ihrem Jugendzimmer?

Mir fällt gerade ein: Schauspielerin und Sängerin Daliah Lavi.

Wohin ziehen Sie sich zurück, wenn Sie allein sein wollen?

Am liebsten in die Berge.

Was machen Sie in Ihrer Freizeit am liebsten?

Musizieren. Ich spiele Gitarre und Klavier.

Was wäre Ihr Traumberuf?

Opernsänger.

Ohne was wäre das Leben leichter?

Ohne den Überfluss und die Reizlawinen im Fernsehen.

Was machen Sie in 20 Jahren – und wo?

Abwechselnd in den Bergen und irgendwo am Atlantik oder in der Karibik Schmauen-Seminare geben, zu denen die Menschen anreisen.

Ihr Lebensmotto?

Die Kraft der Veränderungen zu nutzen.

Wenn ich einen Tag in Berlin regieren dürfte...“

...würde ich Schmauen in Kindergärten und Schulen einführen, um Übergewicht bei Kindern zu verhindern.

Welche Rolle würden Sie gern in einem Theaterstück spielen?

Goethes Faust.

In welches Jahrhundert würden Sie gerne einmal eine Zeitreise machen?

Ins 18. Jahrhundert zu Mozarts Zeiten.

Welche drei Sachen würden Sie auf eine einsame Insel mitnehmen?

Gitarre, gutes Buch, Papier und Schreibstift.

Wenn Sie ein Tier wären, welches am liebsten?

Ein Langhaardackel. Mit denen bin ich aufgewachsen.

Wovon haben wir Sie gerade abgehalten?

Eigentlich wollte ich mich gerade ein bisschen ausruhen – nach der turbulenten Schmauen-Schau. Aber das Interview mit Ihnen hat Spaß gemacht.