

Interview mit Dominic Kuoni, 14. April 2026

# Ein Leben in Episoden



Dominic Kuoni gehört zum Inventar der Living Library der Stiftung Förderraum. Mehr noch: Er zählt zum innersten Kern – Erzähler der ersten Stunde, Mitdenker, Mitentwickler, Teilhaber. Kurz: Er ist nicht mehr wegzudenken. Ein Gespräch mit Dominic Kuoni.

## ***Bücher haben dich schon immer fasziniert. Wie bist du zum leidenschaftlichen Leser geworden?***

Als Kind war ich auf jene Kinder eifersüchtig, die bereits lesen konnten. Also erfand ich kurzerhand eine eigene Schrift, die ich eine Woche später leider nicht mehr entziffern konnte. Eine Geheimschrift mit Verfallsdatum, sozusagen.

Als ich dann endlich lesen konnte, habe ich die Bibliothek zuhause regelrecht verschlungen: von Kinderbüchern über Sachbücher bis hin zu Literatur von Friedrich Dürrenmatt. In einem turbulenten Elternhaus waren Bücher für mich eine Flucht in andere, faszinierende Welten – an fremde Orte, zu neuen Menschen, in verschlossene Räume, die sich plötzlich öffnen liessen.

Seither begleiten mich Bücher durch mein Leben: Krimis an Bushaltestellen oder im Bus, überall dort, wo es Zeit zu überbrücken gilt. Für Klassiker wie Dürrenmatt oder Dickens und Sachbücher, etwa über Physik, nehme ich mir gerne dedizierte Genusszeit.

***Bei einer Living Library geht es um lebendige Bücher. Wie bist du Teil der Living Library geworden?***

Eduard erzählte mir eines Tages von der Idee der Living Library und fragte, ob ich mitmachen wolle. Zunächst war ich skeptisch: Wie sollte ich mein Leben auf zehn Minuten herunterbrechen? Ich konnte mir nicht vorstellen, wie das gehen sollte. Erst bei einem unverbindlichen Briefing wurde mir klar, dass es nicht um das ganze Leben geht, sondern um einzelne Episoden – eine grosse Erleichterung. Gleichzeitig habe ich dort die anderen «Bücher» kennengelernt, und es entstand sofort ein Gefühl von Gemeinschaft.

***Schlussendlich hast du dich für einen ersten Versuch entschieden. Wie hast du deine erste Episode ausgewählt?***

Reizlos wäre es für mich gewesen, etwas zu erzählen, das ich schon x-mal erzählt habe. Ich wollte mich an etwas Neues heranwagen, mich mit einer bislang unerzählten Episode meines Lebens auseinandersetzen – auch, um möglichst viel daraus zu gewinnen.

Ganz unschuldig habe ich zunächst eine Episode am See gewählt, die mich kurzzeitig durcheinandergebracht hat. Erst durch die vertiefte Auseinandersetzung wurde aus dieser auf den ersten Blick unscheinbaren Begebenheit die Geschichte, die ich schliesslich erzählt habe. Beim genauen Hinschauen öffnete sich eine verborgene, unverarbeitete Welt. Es war, als würde sich ein Vorhang heben und den Blick dahinter freigeben. Daraus entstand ein unerwarteter Mehrwert, der mich nachhaltig beeindruckt hat.

***Gleichzeitig sagst du, dass diese Arbeit auch anstrengend sei.***

Ja, sich selbst zu stellen und sich auch unangenehmen Erinnerungen auszusetzen, erfordert Mut, Kraft und Standfestigkeit. Aber es lohnt sich. Der grosse Mehrwert besteht darin, Ordnung in die eigenen Geschichten zu bringen. Das Ergebnis machte Lust auf mehr – und so habe ich ein zweites, drittes, viertes und fünftes Mal bei der Living Library mitgemacht.

***Kannst du den Prozess beschreiben, wie du an einer neuen Episode arbeitest?***

Ein bis zwei Tage vor dem Geschichten-Coaching notiere ich erste Ideen, die mir schon länger im Kopf herumschwirren – Geschichten, die sich ungefragt zu Wort melden und an die Oberfläche drängen. Eine davon wähle ich aus und mache mir erste Gedanken dazu.

Im Coaching erzähle und höre ich die Geschichte zum ersten Mal – ein wichtiger Test: Was macht sie mit mir? Ist sie erzählbar oder wirft sie mich zurück? Und wie wirkt sie auf einen ersten Zuhörer, in diesem Fall meinen Geschichten-Coach? Bei emotionaleren Episoden folgen mehrere Probeläufe. Und am Tag der Durchführung gibt es dann den letzten Test – in der Badewanne.

***Welche Rahmenbedingungen sind für dich wichtig, um dich am Tag der Durchführung der Living Library wohl zu fühlen?***

Ich sitze im Stadtbistro immer am gleichen Tisch – sozusagen an meinem Stammplatz. Ein Fensterplatz, mit einer grossen Pflanze im Rücken. Sie gibt mir Schutz und gleichzeitig Überblick über die ganze Szenerie.

Wichtig ist mir auch, meine Geschichte nicht jemandem zu erzählen, den ich kenne, sondern einer fremden Person. Diese Fremdheit schafft eine Art Schutzraum, in dem ich persönlich werden kann. Deshalb gehört es zu den Spielregeln der Living Library, dass die Erzähler im Voraus die Gästeliste einsehen und auf «ungünstige» Konstellationen hinweisen können.

***Inzwischen hast du an 5 Durchführungen teilgenommen, verschiedensten Gästen aus deinem Leben erzählt. Welche Rolle spielen deine Gegenüber beim Erzählen?***

Die Art und Weise, wie mir jemand zuhört, beeinflusst mein Erzählen. Je nach Reaktion baue ich Pausen ein, kürze oder dehne einzelne Passagen, suche mehr oder weniger Blickkontakt, reguliere Nähe und Distanz. Bei irritierenden Reaktionen schaue ich auch mal zum Fenster hinaus. So erhält jeder Gast seine eigene Variation. Der Kern der Geschichte bleibt gleich – der Detailgrad hingegen variiert.

***Am Ende der beiden Erzählrunden wechseln die Rollen: Die Erzähler werden zu Zuhörern, die Zuhörer zu Erzählern, indem sie ihrerseits offen erzählen, was die Geschichten in ihnen ausgelöst haben.***

Ein wunderbarer Moment: sich zurücklehnen, entspannen und hören, was die eigenen Geschichten bei fremden Menschen bewirken. Immer wieder zeigt sich dabei, dass es überraschende Parallelen zwischen Lebensgeschichten gibt. Diese differenzierten Rückmeldungen mit Tiefgang gehen weit über ein blosses Spektakel-Feedback hinaus.

***Was geschieht am Ende einer Living Library Veranstaltung mit dem physischen Buch deiner Episode?***

Wenn ich nach Hause komme, stelle ich das neue Buch sofort ins Regal – dorthin, wo bereits die anderen Episoden liegen. Waagrecht. Inzwischen sind es fünf. Sie bilden eine eigene Rubrik, ein eigenes Fachgebiet: Geschichten, die das Leben selbst geschrieben hat.

Etwa eine Woche später nehme ich die Bücher wieder in die Hand, spüre ihr stattliches Gewicht und freue mich darüber, wie viel bereits zusammengekommen ist. Dann lege ich sie zurück und lasse sie ruhen.

Es tut gut zu wissen, dass sie einen festen Ort haben. Dass ich jederzeit darauf zurückgreifen kann, wenn ich möchte – aber auch, dass sie sich nicht mehr verstecken, nicht plötzlich grösser werden und mich überfallen können.

### ***Wie würdest du den Effekt der Living Library zusammenfassen?***

Viele Jahre lang hatte ich kaum Erinnerungen an meine Kindheit – sie waren wie ausgelöscht, verdrängt. Durch das Zulassen und schrittweise Auftauen dieser Erinnerungen können sie eingeordnet werden. Durch das Erzählen werden sie fassbar. Die Living Library bietet mir die Möglichkeit, die eigenen Geschichten in den Griff zu bekommen – eine gesunde Distanz zu ihnen aufzubauen. Indem sie eine Form und einen Rahmen erhalten, einen Anfang und ein Ende. So werden sie berechenbarer und verlieren schrittweise ihren Schrecken.

Die Living Library schafft einen Raum, in dem man Geschichten zulassen, von verschiedenen Seiten betrachten und in eine erzählbare Form bringen kann – um sie danach auch wieder abzulegen und ins Regal zu stellen. Eine grosse Errungenschaft. Und einer der Gründe, weshalb ich keine Living Library auslasse und jedes Mal eine neue Geschichte erzähle.

*Mark Riklin*