Philo Sophie Selbst-Zweifel ist bekennende Denkerin und schreibt seit über zwei Jahren im ´Tiefgang` wöchentliche Kolumnen mit Herzblut. Sie hat sich damit einen Namen gemacht, veröffentlicht gerade ihren zweiten Sammelband und nahm bereits im letzten Jahr an der SuedLese teil. Zeit für einige Fragen …

Tiefgang (TG): Was hat es mit deinen Kolumnen auf sich?

Selbst-Zweifel: *Ich verarbeite stets das, was mich gerade beschäftigt. Meistens ist es sehr persönlich, gelegentlich gesellschaftskritisch und ab und zu auch ein wenig politisch angehaucht.*

TG: Wo findest du deine Themen?

Selbst-Zweifel: *Unterm Kopfkissen. Nein, im Ernst: die Themen kommen zu mir. Sie suchen mich sogar nachts heim. Da nützt es auch nichts, wenn ich mir die Decke über den Kopf ziehe.*

TG: Wie kamst du überhaupt zum Schreiben?

Selbst-Zweifel: *Ich glaube, das kopflastig-Sinnierende wurde mir schon in die Wiege gelegt… 2005 fiel mir dann ein Notizheft in die Hände. Wir verloren uns allerdings nochmal aus den Augen, aber als wir uns knapp zehn Jahre später erneut über den Weg liefen, war es Liebe auf den zweiten Blick! Seither sind wir ziemlich beste Freunde und fast unzertrennlich.*

TG: Und wie kamst du vom Notizheft zu TIEFGANG?

Selbst-Zweifel: *Zunächst fragte ich mich, ob man Tagebücher auch nachts schreiben kann. Und probierte es aus. Von Schreibkollegen, die meine Texte kennenlernten, wurde mir sehr nachdrücklich dazu geraten, Kolumnen zu schreiben. Dann war es ehrlich gesagt nur noch ein Katzensprung ins kalte Wasser. Aber seither schwimmt es sich ganz gut. Denn ich darf denken und schreiben, was ich will.*

TG: Was für Ziele hast du?

Selbst-Zweifel: *Vom Freischwimmer über den Fahrtenschreiber bis hin zum Wasserzeichen.*

Copyright © SuedKultur - Tiefgang | www.tiefgang.net/ | 1

TG: HH, ich meinte, wen du ansprechen willst?

Selbst-Zweifel: *Schwierige Frage. Ich kenne meine Zielgruppe gar nicht. Sie will offenbar anonym bleiben. Aber mir sind einzelne Personen bekannt, die mit meinen versponnenen Gedanken etwas anfangen können. Im Grunde zeichne ich nur Selbstgespräche auf, habe aber nichts dagegen, wenn jemand meine Gedanken liest. Es ist vielleicht nicht immer einfach, ihnen zu folgen, weil sie öfters Haken schlagen. Das liegt möglicherweise an meinem inneren Angsthasen. Aber aus meiner Sicht lohnt es sich, der Fährte zu folgen. Das versetzt mich in die Lage, meiner Angst immer wieder mal die Denkerstirn zu bieten. Mit meinen Mutproben mache ich recht gute Erfahrungen. Das hilft beim Umdenken.*

TG: Das hört sich nach nachhaltigen Zielen an.

Selbst-Zweifel: *Stimmt genau! Ich kann erste Impulse und alte Muster jederzeit in den Kreislauf zurückführen und mir etwas Neues dabei denken. Upcycling thinking.*

TG: Klingt kompliziert, die Aussprache…

Selbst-Zweifel: *Dann kürzen wir das eben up: thinkling.*

TG: Hm…

Selbst-Zweifel: *Wie gesagt, erste Überlegungen sind nicht in Stein gemeißelt. Ich werde mir das bei Gelegenheit nochmal durch den Kopf gehen lassen und den Gedankengang gegebenenfalls ausbauen bzw. sprachlich nachbessern.*

TG: Mal eine komische Frage: Wie kam es zu deinem Namen? Wieso nennst du dich so?

Selbst-Zweifel: *Rate mal. Ist gut, nicht? Gefällt mir immer noch. Wegen des Nennwertes! – Als kleine Hommage an Jan Fedder.*

TG: Philo Sophie oder Selbst-Zweifel?

Selbst-Zweifel: *NEIN! Die Erwähnung des Nennwertes.*

TG: Etwas weit hergeholt, aber nun gut. Wiedererkennungswert trifft es wohl eher.

Selbst-Zweifel: *Eben! Nomen est omen, wie der Lateiner sagt.*

TG: Ich dachte, Latein wäre ausgestorben…

Selbst-Zweifel: *Irrtum, es überlebt in Medizinmännern… und -frauen.*

TG: Ich habe den Eindruck, wir verzetteln uns hier in Wortspielerein.

Selbst-Zweifel: *Stimmt, dann könnt ihr vielleicht mal nachvollziehen, was in meinem Kopf vor sich geht. Der reinste Kindergarten!*

TG: Welche Rolle spielt der Zweifel in deiner Laufbahn?

Selbst-Zweifel: *Oberlehrer, was denn sonst?*

TG: Und wie behauptet sich dein Selbst?

Selbst-Zweifel: *Mit Humor. Der einzige Galgen, der überlebenswichtig ist.*

TG: Vielen Dank für dieses… äh, aufschlussreiche Interview.

Die Bücher:

Sonja Alphonso: Einsichten einer Querdenkerin, 1. Auflage**,** 160 Seiten, **ISBN 978-3-947051-09-0, Preis: 14,- €**



Sonja Alphonso: Ansichtssache. 1. Auflage, 152 Seiten, **ISBN**

Copyright © SuedKultur - Tiefgang | www.tiefgang.net/ | 3

978-3-947051-05-2, Preis: 14,- €



Perspektiven Harburgs mal als Sammlung von Kolumnen des Alltags. (Cover: Sonja Alphonso)

Sie können das Buch ohne zuzügliche Versandkosten von der Autorin direkt per E-Mail für ein handsigniertes Exemplar bestellen! Bestellungen im Handel sollten immer mit Angabe der ISBN vorgenommen werden.

Termin: Sa, 07. Mrz., 15:00 Uhr: Sonja Alphonso -Kolumnistin liest ihre eigenen Gedanken!

Kulturcafé Komm du, Buxtehuder Str. 13, 21073 HH-Heimfeld

Copyright © SuedKultur - Tiefgang | www.tiefgang.net/ | 4