

**Zeitschrift:** Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin  
**Band:** 130 (2004)  
**Heft:** 5

**Artikel:** Brutale Purzelbäume im Kopf  
**Autor:** Badenberg, Sebastian  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-603851>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 12.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



# Brutale

# Purzelbäume

# im Kopf

SEBASTIAN BADENBERG

Die Stimme in meinem Kopf ist heute irgendwie nicht gut gelaunt. Dauern werde ich von ihr gemassregelt. Einst ein guter Freund in einsamen Stunden, entwickelt sie sich immer mehr zu einer Plage.

Ich trank gerade den ersten Schluck Kaffee, da schrie sie mich an: «Töte endlich diesen verdammten Küblböck.» Mann, hatte die heut wieder eine Laune. Normalerweise begegnen wir uns morgens das erste Mal unter der Dusche. Die Stimme in meinem Kopf ist nämlich Langschläfer. Das heisst, ich kann alleine aufstehen und in Ruhe meinen Morgenkaffee trinken, bevor sie beginnt, mit mir zu sprechen. Heute war alles anders.

«Töte bei der Gelegenheit auch diese dicke Schwuchtel aus dem Rheinland», überschlug sie sich selbst. «Du meinst Dirk Bach», versuchte ich sie im freundlichem Ton zu verbessern. Das war irgendwie zu viel für sie. Rock'n' Roll war angesagt. Messer wurden gewetzt. Sie flippte total aus. Zog einen Hammer aus der hinteren Hosentasche und haute mir damit übelst eins übers Kleinhirn. Ich taumelte. Gerade noch konnte ich mich am Küchentisch festhalten.

Meine Knie fühlten sich an wie Wackelpudding. Ich erbrach mich in meinen linken Socken. Raffte mich aber trotzdem wieder auf, stürzte zum Bücherregal und versuchte, sie mit der blitzartigen Lektüre von Adornos Gesamtwerk hinterrücks zu erdrosseln.

Sie sang derweil lauthals Lieder von Jeanette Biedermann. Mein Immunsystem brach zusammen. Doch ich gab nicht auf.

Mit einem beherzten Sprung enterte ich das Playmobil-Plastik-Piratenschiff, das an meinem Küchentisch vertraut vor Anker lag. Leinen los! Ich segelte mutig den Wellen trotzend meinem Kühlschrank entgegen. Hatte ich mein Testament gemacht? War deutsche Eiche wirklich eine gute Wahl für meinen Sarg gewesen? Hätte ich nicht lieber meinen Bruder beauftragen sollen, mein Herz in der Biegung des Flusses zu begraben? Egal. Ich segelte der Freiheit oder dem Verderben entgegen. Mut war gefragt. Angst war angesagt.

Der Plan sah wie folgt aus: Direkt vor meinem Kühlschrank wollte ich theatralisch in die Knie gehen, die Tür aufreissen und meinen Kopf ins Eisfach stecken. Die Stimme in meinem Kopf hasst kalte Luft. Dann fängt sie sich immer direkt eine Erkältung ein und verschwindet für ein paar Tage. Als Ablenkungsmanöver wollte ich vor meinem inneren Auge die Relativitätstheorie widerlegen. Doch es kam alles ganz anders.

Mein Piratenschiff lief kurz vor dem Ziel auf Grund. Ich sank mit Sack und Pack innerhalb von Minuten. Sollte es einen Ausweg aus diesem Dilemma geben, musste ich ihn selbst finden. Mit kräftigen Zügen schwamm ich zum rettenden Sofa im Wohnzimmer. Die Stimme verhöhnte mich. Ich schloss die Augen und schlug nach ihr. Ich war eine amerikanische Rakete. Sie war Bagdad.

Doch geschickt duckte sie sich unter meinen Attacken hinweg. Wie zwei alternde Boxer belauerten wir uns. Warteten schwer keuchend auf einen Fehler des Gegners. Meine Arme wurden langsam schwer. Als Motivationsübung summite ich den Rocky-Titelsong. Da! Eine Unachtsamkeit. Die Stimme in meinem Kopf liess ihre Deckung für den Bruchteil einer Sekunde hängen. Ich holte aus und traf. Knock-out! Sieg! Ich war die lässigste Sau in meiner Wohnung.

Doch die Stimme ist gemein und hinterhältig. Bereits am Boden liegend, trat sie nach mir. Ich liess mich aufs Sofa fallen und griff nach einer zufällig vorbeischwimmenden Flasche Gin. «Auf die Königin Mutter», prostete ich mir selbst zu und trank die Flasche in einem Zug aus. Dann wurde ich ohnmächtig. Uli Hoeneß verkaufte mich unterdessen an Bayer 04 Leverkusen. Dieter Bohlen nahm mit mir einen Song auf. Gerhard Schröder berief mich in ein Kompetenzteam. Kurz: Ich war gesellschaftlich tot.

Als ich aufwachte, hatte die Stimme in meinem Kopf meine nun ebenfalls anwesende Freundin bereits in ein Gespräch über «unsere Zukunft» verwickelt. Ich hörte mich nun machtlos Worte wie «Heirat», «Kinder» und «Einfamilienhaus» in den Mund nehmen. Wohl gemerkt in positivem Zusammenhang. Welch fiese Rache. Zwei Krähen hackten mir die Augen aus. Eine Sturmböe eiste mein Hirn ein. Gnädig liess ich diese Folter über mich ergehen. War da noch ein Rest in der Gin-Flasche?