

EINKAUFSZENTRUM BUCHS „NOVEMBER AKTION“

Der schlaue Fuchs  
kauft in Buchs

Einkaufen. Sammeln. Gewinnen.

42 teilnehmende Geschäfte und weitere Infos unter  
[www.marketingbuchs.ch/fuchs](http://www.marketingbuchs.ch/fuchs)

Hauptpreis:  
MIN Cooper Cabrio für 3 Personen  
gesponsert von  
**HEIDEGGER**



# LIEWO

## SONNTAGSZEITUNG

Wetter > 50

14°



Für Liechtenstein und das obere St. Galler Rheintal

[www.liewo.li](http://www.liewo.li)

8. November 2020 | Nr. 42

### KÄRCHER

**CENTER Thuri Wanger  
Schaan**

Kehrmaschine  
KM 70/20 C mit  
2 Seitenbesen



Zollstr. 70 +423 232 32 52 [www.kaecher.li](http://www.kaecher.li)

Ihr Partner für  
Hypothesen.



**SIGMA BANK**  
[www.sigmabank.com](http://www.sigmabank.com)



Vogt Appartements

Erstbezug

Moderne Kleinwohnungen  
in Schaanwald

[www.appartements.li](http://www.appartements.li)

+41 79 295 78 36



**Benno Eisenring**  
Hörgeräte-Akustiker  
mit eidg. FA

**GRATIS  
HÖRTEST**



**Hörberatung Blumer**  
der Hörprofi T 081 756 11 19  
9470 Buchs, Grünastrasse 25

A Sennco brand

**PHONAK**  
life is on

## Trendhouse

by Hilty

Hilty Mode AG

Bahnhofstrasse Buchs

[www.trendhouse-hilty.ch](http://www.trendhouse-hilty.ch)



### IMMUNSYSTEM

Den Viren mit  
Kräutern und Tees  
den Kampf ansagen

Thema 11

### ETWAS WAGEN

Für Selcuk Birlik  
gibt es keinen  
falschen Zeitpunkt

Interview 18

Julia Keller

“Beim Malen  
finde ich zu mir”





## Steckbrief

**Name:** Julia Keller

**Wohnort:** Sevelen

**Beruf:** Künstlerin, Autorin,  
Kolumnistin

**Hobbys:** Sport, Malen und meine  
Haustiere

**Leibspeise:** Chässpätzli

**Getränk:** Rivella

**Lektüre:** Romane, momentan gern  
Krimis von Michael Robotham

**Musik:** Popmusik, Songpoeten und  
französische Interpreten wie zum  
Beispiel Patrick Bruel, ZAZ etc.

**Ort:** Die Natur macht mich froh,  
egal wo!

**Stärken:** Ausdauer und schnelle  
Auffassungsgabe

**Schwächen:** Ungeduld, manchmal  
stur, «weil ich meistens Recht  
habe».

**Motto:** Sei du selbst – alle anderen  
gibt es schon.



Julia Keller

“Erst nach dem Malen  
kann ich schreiben.”



Ihre Bilder und Gedichte zeigen ihr wahres Ich, die Julia, die sie gern versteckt. Und trotz einer schwierigen Vergangenheit und mancher Schicksalsschläge hat Julia Keller ihren Mut nicht verloren.

# Porträt



**Stephanie Fleisch**  
s.fleisch@medienhaus.li

**J**ulia Keller träumt von Wellensittichen, einem blauen und einem gelben. «In meinem Traum öffne ich den Käfig und die Vögel fliegen davon. Wenn ich meine Hand ausstrecke, kehren sie zu mir zurück», erzählt sie. Die Vögel symbolisieren ihr Inneres Kind. Das habe sie erst kennen und lieben lernen müssen. «Früher habe ich von einem verwahrlosten Hamster geträumt.» Denn lange Zeit habe sie keine Verbindung zu der kleinen Julia gehabt, sagt sie, und erzählt von ihrer Kindheit. Von der Mutter, die versuchte, ihre Probleme im Alkohol zu ertränken und ihren beiden Töchtern nicht jene Aufmerksamkeit zukommen lassen konnte, wie sie es gern getan hätte. Sie starb einen Tag nach Julia Kellers zwanzigstem Geburtstag an einer Leberzirrhose und Krebs, der bereits gestreut hatte. Einen Monat später hatte die Tochter ihre KV-Abschlussprüfung. «Ich wollte versagen», erinnert sie sich. «Ich wollte, dass jeder sieht, wie schlecht es mir geht. Wie schlimm das für mich ist, dass ich meine Mutter nicht mehr habe.» Für die Prüfung habe sie nicht gelernt, sei sogar betrunken angetreten. Danach kam die Panik, der Leistungsdruck zurück. «Ich durfte nicht durchfallen. Ich wusste, man erwartet das von mir.» Sie tat es nicht. Mit Note 4,5 kam sie durch.

Früher habe ich von einem verwahrlosten Hamster geträumt,



Beim Malen findet Julia Keller zur Ruhe und zu sich selbst.

Den Leistungsdruck spüre sie heute noch. «Ich habe aber mittlerweile gelernt, dass ich nicht immer perfekt sein muss», sagt Julia Keller und lächelt. Bis dahin sei es jedoch ein langer und steiniger Weg gewesen. «Ich habe eine Therapie gemacht», erklärt sie. Die Sitzungen hätten sie immer wieder sehr gefordert. «Ich jedoch auch meinen Therapeuten», wie sie lachend verrät.

## Eine glückliche Patchworkfamilie

Julia Keller ist in Nyon in der Westschweiz geboren. Als sie zehn Jahre alt war, zog die Familie nach Sevelen. «Mein Vater hat mir den Umzug schmackhaft gemacht, indem er mir einen Hund versprach», erinnert sie sich. Ein grosses Herz für Tiere habe sie immer schon gehabt. Bereits in ihrer Kindheit habe sie immer wieder welche mit nach Hause gebracht. «Sie haben mir Trost gespendet», meint sie.

Mit jungen 17 Jahren ist sie ausgezogen. «Ich habe die Situation zu Hause nicht mehr ausgehalten», erklärt sie. Sie zog in eine Wohnung im selben Dorf. Drei Jahre hat sie dort gelebt. Die Mutter hat sie nie be-

sucht. Auch im Krankenhaus nicht, als Julia Keller nach zwei Schlaganfällen und einer anschliessenden Herzoperation dort lag. «Sie hat mir nie verziehen, dass ich ausgezogen bin.» Zumindest habe sich durch die Distanz das Verhältnis zwischen ihnen gebessert.

Heute lebt die 44-Jährige wieder im Elternhaus in Sevelen. Sie ist zum zweiten Mal verheiratet, hat zwei Kinder aus erster Ehe und ein weiteres aus einer späteren Beziehung. Ihr zweiter Ehemann hat ebenfalls zwei Kinder. «Wir sind eine glückliche Patchworkfamilie», sagt sie und strahlt. Ihre fünf Kinder sind ihr ganz stolz.

## Das Ich und den Mut gefunden

Beim Malen komme sie zur Ruhe. Dann sei sie für einmal ganz bei sich. «Ich bin sonst ein eher zappeliger Mensch», erklärt Julia Keller. Bei sich sein, das falle ihr noch immer schwer. Das Malen hilft, die Gedanken zu ordnen. Dann bringt sie ganz farbenfroh ihr Innerstes auf die Leinwand – traurige Gesichter mit Tränen oder Kriegsbemalung, aber auch bunte Vögel. «Erst nach dem Malen kann ich schreiben.»

Sie schreibt über viele Dinge in ihrem Leben, ihre Kindheit, ihre Schicksalsschläge, ihre Beziehungen. Nur über ihren Mann schreibe sie nicht. «Was traurig ist und zugleich auch nicht», wie sie erklärt. Denn sie schreibe nur, wenn sie nicht glücklich ist. «Und mit Peter bin ich glücklich verheiratet.»

Geschrieben habe sie schon früher viel, Tagebuch vor allem. Eine ganze Kiste habe sie voll mit Büchern und anderen Schriftstücken. Als sie wieder einmal durch ihre Werke geblättert habe, sei der Entschluss für ihr Buch entstanden. Es dauerte jedoch noch eine Weile, bis sie die Bilder und Texte – und vor allem den Mut – aufbrachte, ihre Idee in die Tat umzusetzen.

Es sei ihr Therapeut gewesen, der sie für das Buch inspiriert habe. «Wenn ich mich nach einer Sitzung geärgert habe oder mich nicht verstanden fühlte, habe ich meine Gedanken zu Papier gebracht», erzählt Julia Keller. Meist in Form von Gedichten. Beim Vortragen habe sie bemerkt, wie ihre Worte ihr Gegenüber berührten. «Ich dachte mir, dass das vielleicht noch ganz gut ist, was ich da schreibe.»

Heute hält die 44-Jährige stolz ihr Buch in den Händen. Immer wieder werde sie darauf angesprochen. «Viele fühlen sich berührt und finden Parallelen zu ihrem Leben», sagt sie. Mittlerweile sei ihr bewusst geworden, dass viele Menschen mit ihrem Schicksal hadern, so wie sie. «Doch fehlt vielen der Mut, ihr wahres Gesicht zu zeigen. Ich hoffe, dass ich ihnen mit meinem Buch diesen Mut geben kann.»

Im Erdgeschoss des Hauses hat sich Julia Keller ein Zimmer eingerichtet, in dem sie malt und schreibt. Daraus ist ein Zwitschern zu hören. Vor Kurzem hat sie sich zwei Vögel gekauft. Wellensittiche, einen gelben und einen blauen. «Sie bereiten mir unglaublich grosse Freude. Und bald kann ich sie im Haus fliegen lassen.»