

Michael J. Fox und sein Weg zum **GLÜCK**

VON AMY WALLACE

Fragt man Michael J. Fox, warum er sein drittes Buch *A Funny Thing Happened on the Way to the Future** (Etwas Komisches geschah auf dem Weg in die Zukunft) geschrieben hat, antwortet er erwartungsgemäß humorvoll. Der 48-jährige Ex-Schauspieler und Schriftsteller setzt sich für medizinische Forschung ein – 1991 wurde bei ihm die Parkinsonkrankheit diagnostiziert – und sagt, er sei endlich an den Punkt gelangt, wo er „bis zu einem gewissen Grad Ratschläge mit ernster Miene geben“ könne. Doch kurz darauf merkt er noch an: „Sachverstand steckt keiner drin. Es ist alles meine persönliche Erfahrung, unbelastet von jeglicher Fachkenntnis.“

Zwei Jahrzehnte nach seiner Rolle als Marty McFly in der letzten Folge der Filmtrilogie *Zurück in die Zukunft* hat Fox die Schauspielerei fast ganz aufgegeben. Doch für viele Fans, das weiß er, werden sein Gesicht und seine Stimme stets Erinnerungen an Alex P. Keaton heraufbeschwören, den konservativen Teenager, dem er in den 80er-Jahren in der Fernsehkomödie *Familienbande* Gestalt verlieh. Dabei lautet sein Rezept fürs Glücklichein ganz einfach: Lass die Vergangenheit ruhen – ja, wohl, samt den 80ern! – und lebe im Hier und Jetzt.

Michael Fox sagt, dass er täglich zwei Grundsätze beherzigt: Akzeptanz und Dankbarkeit





Fox mit (v.l.) Gattin Tracy und den Kindern Sam, Esme, Schuyler und Aquinnah

FOTO: © PAUL HIFFMEYER/DISNEYLAND/AP IMAGES

Reader's Digest: Sie schreiben in Ihrem neuen Buch scherzhaft, dass Sie zu Ihrem Glück eine Person – nämlich die Schauspielerin Tracy Pollan – geheiratet haben, die schlauer ist und besser aussieht als Sie. Sollte Eheglück Ihres Erachtens etwa darauf hinauslaufen, dass letztlich nur eines zählt: die Richtige oder den Richtigen zu heiraten?

Michael J. Fox: Sicher, das ist die Basis. Aber der Schlüssel zu unserer Ehe ist die Fähigkeit, einander eine Chance zu geben. Und zu erkennen, dass es nicht auf den Zusammenklang unserer Ähnlichkeiten ankommt, sondern darauf, wie unsere Verschiedenheiten sich vernetzen.

RD: Meinen Sie: fünf gerade sein lassen? Nicht im Kleinkram wühlen?

MJF: Ja. Warum sich aufregen. Man muss es gelassen sehen und erkennen, dass jemand einen mögen kann und doch nicht alle Motive, Gefühle, Bedürfnisse und Wünsche versteht.

RD: Sie haben vier Kinder, die beiden mittleren sind Zwillinge.

MJF: Sind es nur vier? Manchmal scheint's mir, es wären fünf.

RD: Ein Tipp zum Thema Kindererziehung, der mit „immer“ beginnt?

MJF: Immer für Ihre Kinder greifbar sein. Wenn Sie erst vorgeben: „In fünf Minuten, sagen wir zehn“, dann werden es 15, 20. Und sind Sie dann endlich verfügbar, ist der Glanz ab von dem, was sie mit Ihnen teilen wollten. Immer wenn ich gleich zur Stelle war,

sobald mir eines meiner Kinder etwas zeigen wollte, wurde ich belohnt.

RD: In Ihrem Buch „Always Looking Up“ geht es um Optimismus. Derart positiv eingestellte Menschen wie Sie findet man selten. Welches Rezept haben Sie für den Umgang mit sehr negativen, schwierigen Leuten?

MJF: Am meisten fürchte ich die Humorlosen. Haben Sie bei jemandem Zweifel, lassen Sie ein paar Witze los. Findet Ihr Gegenüber nichts komisch – Vorsicht. Bei negativ eingestellten Menschen rate ich zur Geduld, denn die haben es wirklich schwer.

RD: Sie hatten einige Gastauftritte in Denis Learys Fernsehserie „Rescue Me“. Stehen weitere Auftritte an?

MJF: Nein, ich habe länger nichts gemacht. *Rescue Me* bot mir die Gelegenheit, einen menschenfeindlichen jähzornigen Typen zu spielen, der das krasse Gegenteil dessen war, was die Leute mit mir verbinden. Ergibt sich mal wieder eine solche Gelegenheit, greife ich zu. Doch bis dahin überlasse ich Tracy die Arbeit.

RD: Sie haben freimütig bekannt, dass Sie nach Ihrer Parkinson-Diagnose versucht haben, sich „Gleichgültigkeit“ anzutrinken. Ihre ersten nüchternen Jahre beschreiben Sie als eine Art Messerstecherei im Schrank. Müssen Sie Nüchternheit noch immer erkämpfen?

MJF: Keinesfalls will ich die Prinzipien verletzen, durch die ich trocken geworden bin. Von Erkämpfen möchte ich nicht sprechen. Heute würde ich

ehrer Batteriesäure trinken als ein Bier. Aber ich sage auch: Ich habe Hilfsmittel gegen die Parkinsonkrankheit benutzt. Die lehrreichste Erfahrung in Sachen Kontrollverlust ist, selbst Parkinson zu haben. Man lernt schnell, was man unter Kontrolle halten kann und was nicht. Akzeptanz ist die einzige Antwort. Das praktiziere ich täglich: Akzeptanz und Dankbarkeit.

RD: Sie zeigten viel Mut bei der Darlegung Ihrer eigenen Symptome, sogar Ihres Verzichts auf Medikamente. Manche haben Sie deswegen kritisiert.

MJF: Ich konnte die Gegenreaktion nicht verstehen. Bin ich denn verpflichtet, mein wahres Sein zu verstecken? In den Folgejahren hatte ich erkannt, dass es nicht mein natürlicher Zustand ist, wenn ich durch Medikamente symptomfrei bin, sondern Zittern, Verlangsamung, Sprachstörungen. Also bin ich froh über die Schonfrist, lasse mich aber nicht täuschen. Wenn ich in der Öffentlichkeit Symptome zeige, hat das nichts damit zu tun, wer ich bin oder was ich machen möchte. Ohne philosophisch zu werden – doch wenn ich mich vom Hier und Jetzt distanzieren und sage: „Nun muss ich kämpfen und kann nicht machen, was ich will“, dann war das ein verlorener Augenblick, weil ich abseits stand und darüber rechtete.

RD: Das klingt nach Ihrem Lebensmotto.

MJF: Es ist wie in der Ehe: Da geht's ums Urteilen. Je weniger wir das tun, umso besser sind wir dran. ■