



Helga Schubert

## Luft zum Leben

Geschichten vom Übergang

*Vom Einverstandensein mit dem Leben – so, wie es ist*

**»Es gibt immer einen Ausweg in eine Rettung, es gibt immer einen Übergang in eine vorher unsichtbare unvorstellbare Lösung.«**

Eine Frau flaniert in den frühen Achtzigerjahren nach Feierabend durch Ostberlin, weil sie einmal nicht als Erste zuhause sein möchte. In Moskau soll eine Schriftstellerin die Primaballerina Ulanowa portraituren, wartet tagelang auf ein Treffen und erlebt dann Unverhofftes. Ein Kind atmet zum ersten Mal ein, eine Großmutter zum letzten Mal aus. Und eine Frau in den mittleren Jahren versucht, mit einer Krebsdiagnose umzugehen.

Von Sehnsucht und Fernweh, von Diktatur und innerer Freiheit, vom Menschsein und Menschbleiben erzählen diese Geschichten. So treffsicher, so lakonisch kann nur Helga Schubert dem Leben auf den Grund gehen.

**»Helga Schubert ist eine Zuversichtsautorin.«** *Melanie Mühl, Frankfurter Allgemeine Zeitung*

**»Leicht heißt nicht leichtgewichtig; das spürt man am nächsten Morgen, wenn die Sätze von Helga Schubert nachhallen.«** *Claudia Ingenhoven, hr2*

**»Die Ausbeute eines langen unbeugsamen Lebens. Anrührend und unverwechselbar.«** *Klara Obermüller, Neue Zürcher Zeitung*

Helga Schubert  
**Luft zum Leben**  
 Geschichten vom Übergang

Originalausgabe Ebook  
 288 Seiten

ISBN: 978-3-423-44847-5  
 EUR 19,99 [DE]  
 ET 13. November 2025



© Eddy Zimmermann / Rabauke  
 Filmproduktion

Autor\*in

### Helga Schubert

Helga Schubert, geboren 1940 in Berlin, war Psychotherapeutin und Schriftstellerin in der DDR. Sie zog sich aus der literarischen Öffentlichkeit zurück, bis sie 2020 mit der Geschichte ›Vom Aufstehen‹ den Ingeborg-Bachmann-Preis gewann. Der gleichnamige Erzählband erschien 2021 bei dtv und war für den Preis der Leipziger Buchmesse nominiert. 2023 erschien ›Der heutige Tag. Ein Stundenbuch der Liebe‹, 2024 wurde Helga Schubert mit dem Bundesverdienstkreuz und dem Landeskulturpreis MV ausgezeichnet.

**Veranstaltungen und Medientermine**

Helga Schubert liest aus ›Luft zum Leben‹

📅 Sonntag, 19.04.2026, 17:00 Uhr

📍 Dorfkirche Groß Trebbow

Pingelshagener Str. 28a

19069 Groß Trebbow

Im Osten Nichts Neues? Lukas Rietzschel und Helga Schubert zu Gast beim Münchner Literaturfest

Moderation: Marie Schoeß

📅 Mittwoch, 29.04.2026, 20:30 Uhr

📍 Literaturhaus München

Salvatorplatz 1

80333 München

🔗 [Weitere Informationen](#)

20,00 €, Erm. 15,00 €

Helga Schubert liest aus ›Luft zum Leben‹ im Rahmen von LiteraTurm

📅 Donnerstag, 11.06.2026, 18:00 Uhr

📍 A&O Shearman

Große Gallusstraße 14

60315 Frankfurt am Main

Helga Schubert liest aus ›Luft zum Leben‹

📅 Mittwoch, 06.05.2026, 19:30 Uhr

📍 Literaturhaus Villa Clementine

Frankfurter Str. 1

65189 Wiesbaden

🔗 [Weitere Informationen](#)

13,41 €, Erm. 10,31 €

Helga Schubert liest aus ›Luft zum Leben‹

Moderation: Annette Hager

📅 Samstag, 09.05.2026, 19:30 Uhr

📍 Internationales Begegnungszentrum

Hünefeldstraße 54A

42285 Wuppertal

🔗 [Weitere Informationen](#)

Helga Schubert liest aus ›Luft zum Leben‹

📅 Dienstag, 28.04.2026, 19:00 Uhr

📍 St.Lamberti Kirche

Neustädter Markt 26

31134 Hildesheim

🔗 [Weitere Informationen](#)

8,00 €

Helga Schubert liest aus ›Luft zum Leben‹

📅 Samstag, 16.05.2026, 18:00 Uhr

📍 Grand Hotel Heiligdamm

Prof.-Dr.-Vogel-Str. 6

18209 Bad Doberan-Heiligendamm

🔗 [Weitere Informationen](#)

20,00 €

## Pressestimmen

»Aus Geschichten wie diesen spricht eine existenzialistische Wucht, wie sie typisch ist für diese Generation, die Krieg und Flucht überlebt hat.«

Märkische Allgemeine, Welf Grombacher, 11. November 2025

---

»Helga Schubert versammelt teilweise unveröffentlichte Texte aus 65 Jahren und zeigt, wie lebendig, reich und zerbrechlich ihre Welt ist.«

Madame, 13. November 2025

---

»Helga Schubert ist ein Phänomen.«

DONNA, 13. November 2025

---

»Liebenswert und vor allem sanft, aber dennoch beharrlich, wie Wasser, dessen steter Tropfen den Stein höhlt - so blickt diese alterskluge Schriftstellerin auf das Leben.«

Kölnische Rundschau, Axel Hill, 13. November 2025

---

»Nach der Lektüre dieser Erzählungen wünscht man Helga Schubert vor allem Zeit. Und noch mehr Mut. Für Geschichten aus dem Heute.«

SR 2 KulturRadio, Lenore Lötsch, 19. November 2025

---

»Treffsicher, Mutmachend und lakonisch.«

»Im Alter von 85 Jahren erlebt sie gerade eine sagenhafte Renaissance. Ihr Geheimnis ist bedachtes Weglassen, Konzentration auf das Anschau-bare, Streben nach Fühlbarkeit.«

Süddeutsche Zeitung, 18. Dezember 2025

---

»Helga Schubert erzählt unverstellt, wahrnehmungsstark, verständlich und mit schnörkelloser Lakonie. (...) Ein Buch, das aufstört. Ein Buch, das angeht. Das von „Übergängen“ erzählt: persönlichen, politischen, auch seelischen.«

Mitteldeutsche Zeitung, Christian Eger, 13. Januar 2026

---

»So schön und so traurig, so lesenswert sind diese Geschichten vom Übergang!«

rbb Radio 3, Frank Dietschreit, 13. November 2025

---

»Leicht heißt nicht leichtgewichtig; das spürt man am nächsten Morgen, wenn die Sätze von Helga Schubert nachhallen.«

HR 2, Claudia Ingenhoven, 13. November 2025

---

»Dieses Buch zeigt, wie außergewöhnlich beständig Helga Schuberts Blick auf das Menschliche geblieben ist.«

SWR Kultur, lesenswert Magazin, Theresa Hübner, 13. November 2025

---

»Helga Schubert ist eine Zuversichtsautorin.«

Frankfurter Allgemeine Zeitung, Melanie Mühl, 28. November 2025

---

»Da ist ein Wärmestrom, der nie kitschig wirkt, sondern sich mit erzählerischer Lakonie verbindet. Schuberts Sprache ist knapp, rhythmisch und genau. Eine eindrucksvolle Sammlung Leben von einer Schriftstellerin, die nie Parteigenossin, aber immer wache Zeitgenossin war.«

WDR 3 & WDR 5, Westart lesen, Wolfgang Schneider, 28. November 2025

---

»Sie stellt infrage, zweifelt an und hält Gerichtstag über sich und das eigene Schaffen. Sie tut es nüchtern, lakonisch, unsentimental und doch voller Gefühl.«

NZZ am Sonntag, Klara Obermüller, 30. November 2025

---

»Luft zum Leben« ist die Einladung zum Gang durch das Werk einer Autorin, die zwei Dinge ganz sicher stets bewahrt hat: ihre innere Freiheit und den klaren Verstand.«

Deutschlandfunk, Christoph Schröder, 3. Dezember 2025

---

»Hellsichtig, beklemmend, sehnsüchtig, hoffnungsvoll: Über die Liebe zum Leben in allem, was es uns aufgibt, erzählt niemand wahrhaftiger und niemand schöner.«

Buchkultur, Dagmar Kaindl, 5. Dezember 2025

---

### Autor\*in Helga Schubert bei dtv

- Luft zum Leben, Hardcover, ISBN: 978-3-423-28513-1
- Die Woche danach, Hardcover, ISBN: 978-3-423-28575-9
- Luft zum Leben, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-14952-5
- Judasfrauen, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-14821-4
- Der heutige Tag, Hardcover, ISBN: 978-3-423-28319-9
- Vom Aufstehen, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-25129-7
- Der heutige Tag, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-14910-5
- Lauter Leben, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-14849-8
- Vom Aufstehen, Hardcover, ISBN: 978-3-423-28278-9
- Vom Aufstehen, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-14847-4
- Die Welt da drinnen, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-14820-7