



Helga Schubert

Vom Aufstehen

Ein Leben in Geschichten

Ein Jahrhundertleben – verwandelt in Literatur

Drei Heldentaten habe sie in ihrem Leben vollbracht, erklärt Helga Schuberts Mutter ihrer Tochter: Sie habe sie nicht abgetrieben, sie im Zweiten Weltkrieg auf die Flucht mitgenommen und sie vor dem Einmarsch der Russen nicht erschossen. Helga Schubert erzählt in kurzen Episoden und klarer, berührender Sprache ein Jahrhundert deutscher Geschichte – ihre Geschichte, sie ist Fiktion und Wahrheit zugleich. Mehr als zehn Jahre steht sie unter Beobachtung der Stasi, bei ihrer ersten freien Wahl ist sie fast fünfzig Jahre alt. Doch erst nach dem Tod der Mutter kann sie sich versöhnen: mit der Mutter, einem Leben voller Widerständen und sich selbst.

Helga Schubert

Vom Aufstehen

Ein Leben in Geschichten

Originalausgabe 224 Seiten

ISBN: 978-3-423-43897-1

EUR 9,99 [DE] ET 18. März 2021



© 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.



Helga Schubert liest aus >Luft zum Leben‹ beim

Wortlaut Literaturfestival St. Gallen

Veranstaltungen und Medientermine

☐ Sonntag, 19.04.2026, 17:00 Uhr

Helga Schubert liest aus ›Luft zum Leben‹

Oprication of the Dorfkirche Groß Trebbow	Moderation: Gallus Frei
Pingelshagener Str. 28a 19069 Groß Trebbow	Samstag, 28.03.2026, 18:30 Uhr Lokremise Grünbergstrasse 7 9000 St. Gallen
	Weitere Informationen
Pressestimmen	
»Vom Verbundensein mit allem, was war und ist, erzählt d Haltung, die den Klagenfurter Text insgesamt auszeichnei	
	Mannheimer Morgen, Thomas Groß, 14. April 2021
»Im Kleinen erkennt Helga Schubert die Gesetze des Lebe	ns.« anienburger Generalanzeiger, Welf Grombacher , 15. April 2021
»In klarer, einfacher Sprache erzählt sie aus ihrem Leben, weinerlich zu werden, stattdessen humorvoll.«	in kurzen, knappen Sätzen, ohne jemals sentimental oder gar
	feuilletonfrankfurt.de, Simone Hamm, 18. April 2021
»Ihr neues Buch ›Vom Aufstehen‹ ist DIE Überraschung di	eses Bücherfrühlings.« Münchner Merkur, 20. April 2021
»>Lebensweise< könnte man diese Geschichten nennen, vo	om >heiteren Darüberstehen< im Sinne Fontanes bestimmt.« Passauer Neue Presse, Andreas Wirthensohn, 20. April 2021



»Aus kleinen, unscheinbaren Elementen, Miniaturen, setzt sich das zusammen, was im Ganzen als die Geschichte eines Jahrhunderts in Erscheinung tritt.«
Stuttgarter Zeitung, 23. April 2021
»Aus kleinen, unscheinbaren Elementen, Miniaturen, setzt sich das zusammen, was im Ganzen als die Geschichte eines Jahrhunderts in Erscheinung tritt.«
Stuttgarter Zeitung, 23. April 2021
»Helga Schubert erzählt in kurzen Episoden deutsche Geschichte - ihre Geschichte.«
Kölner Illustrierte, 1. Mai 2021
»Verdichtung eines Jahrhunderts: Helga Schubert erzählt von einem Jahrhundert der Widrigkeiten und Irrläufe.«
Der Freitag, Björn Hayer, 6. Mai 2021
»Beobachterin im eigenen Leben.«
Kieler Nachrichten, Lisa Fors, 19. Mai 2021
»In ihrem Buch ›Vom Aufstehen‹ setzt die Bachmannpreisträgerin Helga Schubert ein Leben aus lauter Einzelheiten zu einer großen Geschichte der Versöhnung zusammen.«
Stuttgarter Zeitung, Stefan Kister, 20. Mai 2021
»Der Erzählband strahlt in schnörkelloser Sprache pure Menschlichkeit aus.«
Passauer Neue Presse, Barbara Fröhlich, 27. Mai 2021
»Es sind einzelne Passagen, die aus diesem so unprätentiös geschriebenen Buch sich im Gedächtnis festhaken.«
Allgäuer Zeitung, Stefanie Wirsching, 28. Mai 2021
»Wie heruntergeschnittene Blumen, die darüber umso prächtiger aufblühen, lässt ihre Sprache beiläufig die Fülle eines Lebens auferstehen.«









»Besser geht's kaum: Das ist biografisches Erzählen der Meisterklasse.« reformiert. Kirchenbote, 16. Juli 2021
»Schubert blättert in 29 Erzählungen ihr Leben auf, lässt uns teilhaben an ihren Erinnerungen, die deutsche Geschichte sind.«
Neue Presse, 30. Juli 2021
»Die Lebensrückschau der 81-jährigen Schriftstellerin schildert erlebtes Leid, bezeichnet Brüche, berichtet von Hoffnung, Freude, Glücksmomenten und erzählt von ihrer tiefen Verankerung im christlichen Glauben.«
Badische Zeitung, Kai Kricheldorff, 31. Juli 2021
»Sie erzählt lakonisch, dicht, niemals weinerlich und berührt in Ihrer Beiläufigkeit die LeserInnen umso mehr. Unbedi lesenswert!«
Evangelisches Sonntagsblatt, Petra Kellermann, 1. August 2021
»Befreit von allem Zierrat und literarisch hoch verdichtet passt ein so langes und ereignisreiches Leben tatsächlich 224 Seiten.«
Evangelisches Gemeindeblatt für Württemberg, Antje Schmitz, 2. August 2021
»In jeder ihrer Geschichten gibt es etwas, was mich innerlich anspricht.«
seniorweb.ch, Maja Petzold, 13. August 2021
»Das ist weit mehr als bloße Autobiographie, als geschriebenes Zeitdokument. Das ist große Literatur.« kultkomplott.de, Jörg Konrad, 20. August 2021
»Dieses Buch ist lebensklug und gütig und nicht zuletzt auch die Geschichte einer Versöhnung: mit der Mutter, einem Leben voller Widerstände und sich selbst.«
Wann & Wo am Sonntag, Christa Küng, 11. September 2021



»Ein wunderbares poetisches Buch, an dessen Ende Versöhnung und Barmherzigkeit stehen.« Der Sonntag, 17. Oktober 2021
»Die 29 kurzen Texte kommen ohne Pathos aus, skizzieren hellsichtig, feinfühlig und berührend nicht nur ihre Biografie, sondern die Lebenserfahrungen einer ganzen Generation.«
Hessische Allgemeine, Mark-Christian von Busse, 7. Dezember 2021
»So prosaisch und zugleich nüchtern ist die Einordnung der eigenen DDR-Vergangenheit selten.« Heilbronner Stimme, Tanja Ochs, 11. Dezember 2021
»Wunderbar formulierte Gedanken am Lebensabend.« Kleine Zeitung, Eleonore Wildgruber, 18. Dezember 2021
»Krieg, Flucht und Diktatur haben Helga Schubert geprägt - aber nicht gebrochen.« tip (Berlin), Julia Schmitz, 23. Dezember 2021
»Mitreißende Geschichten aus einem bewegten Leben: Hautnah erlebt Helga Schubert die großen historischen Ereignisse seit dem Ende des Zweiten Weltkriegs.« Stadt und Land, 1. April 2022
»>Vom Aufstehen‹ erzählt in lakonischen Geschichten aus einem bemerkenswerten Leben und ist eine Versöhnung mit der eigenen Mutter.« Empfehlungsliste Evangelischer Buchpreis 2022, 1. Juni 2022
»Schuberts Band ist ein großes Stück deutscher Gegenwartsgeschichte und zugleich eine wunderbare Autobiographie, deren Zentrum die komplizierte Beziehung zur Mutter bildet.« Saarbrücker Zeitung, 8. Juni 2022
»Es ist ein Buch voll zarter und warmer Poesie, Ehrlichkeit, Lebensweisheit.«









»Helga Schubert beschreibt die DDR, das wiedervereinigte Deutschland und ihre schwierige Mutter unsentimental und anrührend.«

NZZ am Sonntag, Obermüller Klara, 27. Juni 2021

»Ein Erzählungsband, der lange in der Imagination nachhallt.«

Der Tagesspiegel, Denis Scheck, 1. August 2021

»Und das schönste Buch des letzten Jahres war der späte Triumph der wunderbaren und viele Jahre unbemerkten Helga Schubert: ›Vom Aufstehen‹«

Die Zeit, Volker Weidermann, 9. Juni 2022



Autor*in Helga Schubert bei dtv

- Luft zum Leben, Hardcover, ISBN: 978-3-423-28513-1
- 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