Schritt für Schritt

Wilhelm Kleinöder





Frühlingsboten

Titelbild und Rückseite: Rommelwood



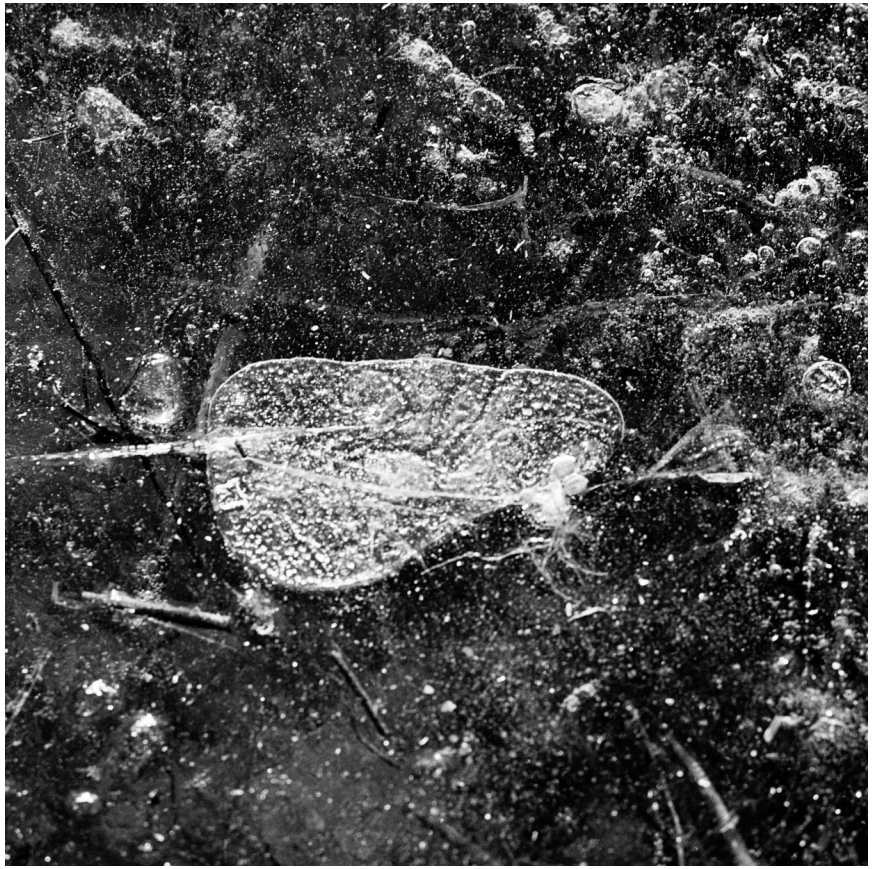
Gleich und doch nicht gleich 1

Schritt für Schritt

Wilhelm Kleinöder

Meine unfreiwillige Auszeit 2025





Luftblasen im Eis



Vorherige Seite: Zweige und Eisschollen im Tümpel

Zurück auf Anfang





Vorherige Seite: Meine 1200 m Marke



Fest im Griff des Winters 1 und 2



Erste Runde am Morgen



Bin gleich wieder weg



Von analog zu digital



Vater, Mutter, Kinder



Meine 1000 m Marke



Sonnenstern



Meine 500 m Marke





Gleich und doch nicht gleich 2 und 3





Mond- und Sonnenlicht

Vorherige Seite: Verneigung



Hier ist was schief gelaufen



Waldlurch



Drei Schwestern



Tanne Emma



Meine 1300 m Marke





Links: Von analog zu digital

X-Chromosom





Reif



Vorherige Seite: Morgennebel

Auf dem Weg nach oben



Sterne am Wegrand

Nächste Doppelseite: Holzstrukturen



Mein Weg zurück zur Bewegung

„Ich bin dann mal weg“ – Hape Kerkelings Buchtitel ist längst zur Redewendung geworden, wenn es um eine Auszeit vom Alltag geht. Meine Auszeit war unfreiwillig und hatte nichts mit dem Jakobsweg zu tun. Dennoch erkenne ich Parallelen.

Erste OP

Jetzt, Mitte Dezember 2025, blicke ich ein Jahr zurück. Damals begann alles. Ich wusste vage, dass im Bauchraum etwas nicht stimmte – ein Zufallsfund des Urologen. Drei Monate lang suchte ich verschiedene Ärzte auf, doch niemand konnte mir sagen, was los war. Ich blieb gelassen, fühlte mich ja gesund. Erst am 2. Januar 2025 brachte eine CT-Untersuchung mit Kontrastmittel Klarheit. Plötzlich war Eile geboten. Termine, die sonst Monate dauern, bekam ich innerhalb von zwei Wochen. Trotzdem blieb ich ruhig. Es hieß nur, ein Gefäß müsse verschlossen werden. Was genau, erfuhr ich erst auf dem OP-Tisch: Ein 5,5 Zentimeter großes Aneurysma in der rechten Beckenarterie. Zusätzlich setzten die Chirurgen zwei Stents in die Beinarterie, um den Blutfluss umzuleiten. Alles geschah minimalinvasiv über die Beinarterien. Fünf Stunden lang konnte ich den drei Operateuren bei ihrer präzisen Arbeit zusehen. Dass ich heute schreiben kann, verdanke ich ihrer Kunst.

Die ersten Tage nach der OP waren hart. Ich schaffte kaum zwanzig Meter ohne Schmerzen, weil die Muskulatur nicht mehr durchblutet wurde. Der Chefarzt erklärte, dass sich neue Blutbahnen von der linken Beckenseite bilden müssten, um die rechte Muskulatur zu versorgen. Wie lange das dauern würde, blieb offen. Heute, ein Jahr später, weiß ich: Es wird noch lange dauern.

Mit dem Rollator übte ich dreimal täglich, ging um den Block – in kleinen Etappen, mit langen Pausen. Jede Woche schaffte ich ein Stück mehr, bis ich schließlich mehrere Hundert Meter am Stück laufen konnte. Die Physiotherapie half, die Muskeln langsam wieder aufzubauen.

Seit Mitte März steht der Rollator im Keller – ein schöner Moment. Jetzt drehen wir mit Walking-Stöcken unsere Runden, inzwischen über vier Kilometer. Das gibt mir ein Gefühl von Normalität und Fortschritt.

Zweite OP

Kurz vor einer geplanten Berlinreise im Juni kam der nächste Rückschlag: ein Leisten- und Nabelbruch, die operiert werden mussten. Die Reise fiel aus, ebenso unser Österreich-Urlaub. Doch die Genesung verlief gut, und die Ärzte erlaubten mir, weiter zu walken – vorsichtig, aber regelmäßig.

Bilder

Die Bilder im Buch und in meiner Galerie entstanden auf meinen Wegen draußen. Anfangs wollte ich keine Kamera mitnehmen, griff dann aber doch zum Handy, um besondere Stimmungen einzufangen. Hunderte Male lief ich an denselben Motiven vorbei und entdeckte das „Sehen“ neu – aus meiner eingeschränkten Perspektive. Später holte ich meine alte Olympus hervor, belichtete zwei analoge Filme. Nun bin ich so weit, mit meiner Fuji GFX wieder auf Fototour zu gehen. Auch das fühlt sich wie ein Schritt in die Normalität an, doch der Weg ist noch nicht zu Ende.

Wegen der Einschränkungen habe ich dieses Jahr weniger fotografiert als sonst. Doch gerade die wenigen Bilder, die ich gemacht habe, sind mir besonders wichtig. Meine Runden waren anfangs klein, und ich kam oft an denselben Motiven vorbei – zu allen Tageszeiten und bei jedem Wetter. Viele dieser Orte wurden zu Wegmarken, die mir zeigten, wie weit ich gekommen war. Die Fassade des Studentenwohnheims Rommelwood war der entfernteste Punkt meines Rundwegs. Dort machte ich mit dem Rollator Pause, beobachtete die Studenten und fotografierte. Diese Wegmarken sehe ich heute auf unseren Walking-Runden wieder. Ich beobachte, wie sich alles im Laufe des Jahres verändert. Manchmal nehme ich auch jetzt meine Kamera mit und mache aktuelle Bilder.

Rückblickend war das Jahr eine echte Herausforderung – und eine Übung in Geduld. Bewegung bedeutet für mich heute nicht nur Fortkommen, sondern auch inneres Vorankommen – Schritt für Schritt.

2. Auflage

Der Buchdruck bereitete mir einige Probleme: Statt tiefem Schwarz erschien nur dunkles Grau. Ein Probedruck im 4/4-Modus schaffte Abhilfe. Für die zweite Auflage habe ich aktuelle Winterbilder hinzugefügt, die die Schönheit der schneebedeckten Natur einfangen.





Dreieck 1

Vorherige Doppelseite: Winterliche Strukturen



Dreieck 2

Nächste Doppelseite: Birkenstämme im Schnee





Dreieck 3



Kahle Zweige im winterlichen Schnee und spiegelndem Wasser

Nächste Doppelseiten: Zugedeckt
Eisige Schneetextur mit Zweig







https://bit.ly/S-f-S

W.K. Edition

2. Erweiterte Auflage 2026

Impressum

Herausgeber & Urheber:
Wilhelm Kleinöder
Luise-Kiesselbach-Str. 38
91052 Erlangen

wilhelm.kleinoeder@w14r.de

Inhalte & Urheberrecht:
© Copyright 2026 – Wilhelm Kleinöder.
Alle Inhalte dieses Werkes, insbesondere Texte und Fotografien, sind urheberrechtlich geschützt. Soweit nicht anders angegeben, liegen alle Rechte beim Herausgeber.

Nutzungsvorbehalt:
Der Urheber behält sich eine Nutzung seiner Inhalte für kommerzielles Text- und Data-Mining im Sinne von § 44b UrhG ausdrücklich vor. Eine automatisierte Analyse, das Auslesen von Daten (Scraping) sowie die Verwendung der Inhalte zum Trainieren von Systemen der Künstlichen Intelligenz (KI) sind ohne vorherige schriftliche Zustimmung untersagt.

Haftungsausschluss:
Trotz sorgfältiger inhaltlicher Kontrolle übernimmt der Herausgeber keine Haftung für die Richtigkeit, Vollständigkeit und Aktualität der bereitgestellten Informationen.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über https://dnb.dnb.de abrufbar.

Seite	Titel	Kamera	Metadaten
Titelseite: Rommelwood		Samsung S23 Ultra	1/270s, f/1,7 @ISO 10
Rückseite: Rommelwood		Samsung S23 Ultra	1/300s, f/1,7 @ISO 10
1	Frühlingsboten	Olympus OM 2	Kodak Ektar 100
2	Gleich und doch nicht gleich 1	Samsung S23 Ultra	1/188s, f/1,7 @ISO 10
4/5	Zweige und Eisschollen im Tümpel	Olympus OM 2	Kodak Ektar 100
6	Luftblasen im Eis	Olympus OM 2	Ilford XP2 400 super
7	Zurück auf Anfang	Olympus OM 2	Kodak Ektar 100
8/9	Meine 1200 m Marke	Olympus OM 2	Kodak Ektar 100
10/11	Fest im Griff des Winters 1 und 2	Olympus OM 2	Ilford XP2 400 super
12/13	Erste Runde am Morgen	Olympus OM 2	Ilford XP2 400 super
14	Bin gleich wieder weg	Samsung S23 Ultra	1/640s, f/1,7 @ISO 10
15	Von analog zu digital 2	Olympus OM 2	Kodak Ektar 100
16/17	Vater, Mutter, Kinder	Samsung S23 Ultra	1/100s, f/1,7 @ISO 64
18	Meine 1000 m Marke	Olympus OM 2	Ilford XP2 400 super
19	Sonnenstern	Olympus OM 2	Kodak Ektar 100
20/21	Meine 500 m Marke	Samsung S23 Ultra	1/530s, f/1,7 @ISO 10
22/23	Gleich und doch nicht gleich 2 und 3	Samsung S23 Ultra	1/150s, f/1,7 @ISO 10
24/25	Verneigung	Olympus OM 2	Ilford XP2 400 super
26	Mond- und Sonnenlicht	Samsung S23 Ultra	1/350s, f/1,7 @ISO 10
27	Hier ist was schief gelaufen	Samsung S23 Ultra	1/100s, f/1,7 @ISO 32
28/29	Waldlurch	Samsung S23 Ultra	1/180s, f/1,7 @ISO 10
30	Drei Schwestern	Olympus OM 2	Ilford XP2 400 super
31	Tanne Emma	Samsung S23 Ultra	1/150s, f/1,7 @ISO 10
32/33	Meine 1300 m Marke	Olympus OM 2	Ilford XP2 400 super
34	Von analog zu digital 1	Olympus OM 2	Kodak Ektar 100
35	X-Chromosom	Olympus OM 2	Ilford XP2 400 super
36/37	Morgennebel	Olympus OM 2	Ilford XP2 400 super
38	Reif	Olympus OM 2	Ilford XP2 400 super
39	Auf dem Weg nach oben	Samsung S23 Ultra	1/100s, f/1,7 @ISO 10
40/41	Sterne am Wegrand	GFX50S II	55 mm f/ 4,0 1/125 Sek @ISO 100
42/43	Holzstrukturen	GFX50S II	55 mm f/ 1,7 1/4000 Sek @ISO 100
46/47	Winterliche Strukturen	GFX50S II	55 mm f/ 8,0 1/6 Sek @ISO 100
48	Dreieck 1	GFX50S II	55 mm f/ 5,6 1/15 Sek @ISO 125
49	Dreieck 2	GFX50S II	55 mm f/ 5,6 1/4 Sek @ISO 125
50/51	Birkenstämme im Schnee	GFX50S II	55 mm f/ 8,0 0,8 Sek @ISO 100
52	Dreieck 3	GFX50S II	55 mm f/ 8,0 1/4 Sek @ISO 100
53	Kahle Zweige im Schnee	GFX50S II	55 mm f/ 5,6 1/15 Sek @ISO 125
54/55	Zugedeckt	GFX50S II	55 mm f/ 8,0 1/6 Sek @ISO 100
56/57	Eisige Schneetextur mit Zweig	GFX50S II	55 mm f/ 8,0 0,6 Sek @ISO 100
59	Winterliche Formen	GFX50S II	55 mm f/ 8,0 0,4 Sek @ISO 100

W.K. Edition