

A close-up portrait of Andrea L'Arronge, a woman with blonde hair, resting her chin on her hand. She is wearing a light-colored, long-sleeved shirt and large hoop earrings. The background is a soft-focus view of a lemon tree with yellow lemons.

# Andrea L'Arronge

## Der Zitronenbaum in meinem Garten

*Durch innere Freiheit  
zu mehr Lebensfreude*

WESTEND

W E S T E N D



© ManuTheobald

Seit ihrem achten Lebensjahr steht Andrea L'Arronge, bekannt aus TV-Serien wie »SOKO Kitzbühel« oder »Anwalt Abel«, vor der Kamera. Sie ist als sogenanntes Filmkind aufgewachsen: vormittags Schule, nachmittags Show-Geschäft, abends Hausaufgaben. Mit 15 Jahren verbrachte sie ein Jahr in Israel – der Vater war Kameramann und im Auslandsstudio der ARD beschäftigt. Mit 17 hat sie die Schule geschmissen, sich auf die Schauspielerei konzentriert und nebenbei Englisch studiert. 2003 absolvierte sie eine Ayurveda-Ausbildung am Ayurveda Seva Institut in München. 2007 gründete sie das Naturkosmetikbusiness SHANTI. Seit 2017 bloggt sie und hat so die Liebe zum Schreiben entdeckt.

ANDREA L'ARRONGE

# Der Zitronenbaum in meinem Garten

Durch innere Freiheit  
zu mehr Lebensfreude

W E S T E N D

## Impressum

Mehr über unsere Autoren und Bücher:  
[www.westendverlag.de](http://www.westendverlag.de)

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.  
Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.



ISBN: 978-3-98791-340-2

1. Auflage 2026

© Westend Verlag GmbH, Waldstr. 12 a, 63263 Neu-Isenburg

Umschlaggestaltung: Buchgut, Berlin

Satz: Publikations Atelier, Weiterstadt

Druck und Bindung: Friedrich Pustet GmbH & Co. KG,

Gutenbergstr. 8, 93051 Regensburg

Printed in Germany

# Inhalt

1 Der Zitronenbaum in meinem Garten	11
2 So geht's nicht weiter	21
3 Familiäre Prägungen, woher wir kommen	25
4 Wie alles begann	31
5 Verliebt, verlobt, verheiratet	51
6 Wenn uns die Seele krank macht	65
7 Was ist Glück?	71
8 Das »neue« Leben	83
9 Spiritualität	99
10 Die längste Reise meines Lebens	129
11 Stein auf Stein	147
12 Die Welt im Wandel	155
13 Das Älterwerden als Chance	171
14 Alleine leben und heilen	181
15 Am Ende meiner Träume?	189
Dank	201
Literatur	203



Jedes Ereignis, alles auf der Welt hat seine Zeit:  
Geborenwerden und sterben,  
Pflanzen und ausreißen,  
Töten und heilen,  
Niederreißen und aufbauen,  
Weinen und lachen,  
Klagen und tanzen,  
Steinewerfen und Steine sammeln,  
Umarmen und loslassen,  
Suchen und finden,  
Aufbewahren und wegwerfen,  
Zerreißen und zusammennähen,  
Schweigen und reden,  
Lieben und hassen,  
Krieg und Frieden.

Was also hat der Mensch davon, dass er sich abmüht?

*Lutherbibel Prediger 3 – Hoffnung für alle*



So kam ich zu dem Schluss, dass es für den Menschen nichts Besseres gibt, als fröhlich zu sein und das Leben zu genießen. Wenn er zu essen und zu trinken hat und sich über die Früchte seiner Arbeit freuen kann, ist das Gottes Geschenk.

*Lutherbibel Prediger 3 – Hoffnung für alle*



## 1. Kapitel

# Der Zitronenbaum in meinem Garten

Morgens, wenn ich aufwache, und die Fensterläden öffne, sehe ich ihn, meinen Lebenstraum: den kleinen Zitronenbaum, der in meinem Garten steht. Solange ich denken kann, hatte ich dieses Bild vor Augen und das hat mir durch so manche Lebenskrise geholfen. Nun habe ich es geschafft. Er steht für das, was ich mir immer erträumt habe, nämlich im Süden zu leben. Er ist noch sehr klein, meist hängen gerade mal zwei bis vier Zitronen dran. Er muss noch wachsen und gedeihen, Wurzeln schlagen so wie ich. Erst wenn mir das gelungen ist, werde ich sehen, ob ich hier richtig bin.

Wo genau dieser Süden sein sollte, wusste ich lange nicht. Mallorca, wo ich einen Großteil meiner Ferien als Kind verbracht hatte, weil mein Vater nach der Scheidung von meiner Mutter dorthin ausgewandert war? Wochenlang gab es nur Strand und Meer und Sonne. Wahrscheinlich wurde damals der Grundstein zu meiner Liebe für den Süden gelegt. Auch Griechenland fand ich romantisch. Oder doch lieber Italien? Dort kamen mehrere Orte in Frage wie zum Beispiel der Gardasee, quasi ein Vorort von München. Das war aber dann genau der Grund, weshalb ich den Gedanken ad acta legte. Wenn schon, dann wollte ich ein ganz typisches italienisches Umfeld. Was war zum Beispiel mit der Toskana, wo eine Schulfreundin mit ihren Eltern hinzog? Ich hatte sie oft besucht, die sanften Hügel, die wunderschöne Landschaft dort sind mir noch wärmstens in Erinnerung. Natürlich spielte auch das Essen eine Rolle, was eindeutig für Italien sprach. Auch gefiel mir die Leichtigkeit der Italiener ... Da kam mir der Zufall zur Hilfe, oder genau genommen gibt es ja keine Zufälle, vielmehr schloss sich der Kreis ...

Vor circa 40 Jahren lebten meine Eltern für einige Jahre in Rom. Mein Stiefvater war Kameramann beim Bayerischen Rundfunk in München und verpflichtete sich, für einige Jahre im Auslandsstudio der ARD zu arbeiten. Er war ein großer Rom-Liebhaber ebenso wie schon sein Vater, den ich als meinen Großvater ansah und dessen Schwester in Rom lebte. Er schlug sich tatsächlich damals dort mit Latein durch, das er fließend beherrschte. Dann gab es da noch weitere Berührungs punkte in meiner etwas weitläufigeren Verwandtschaft wie zum Beispiel Aldo von Pinelli, Liedtexter, Drehbuchautor und Filmproduzent. Er schrieb für Filme wie »Wenn die Conny mit dem Peter« und war unter anderem auch Produzent des Kinofilms »Onkel Toms Hütte«. Seine Mutter war die jüngste Tochter von Theaterdirektor (und Gründer des Deutschen Theaters Berlin) Adolph L'Arronge, die Anfang des 20. Jahrhunderts Manfredo von Pinelli heiratete und ihm nach Italien in die Nähe von Rom folgte, wo sie auf dem Gut Tenuta Cervaro lebten. So viel zu den italienischen Familienbanden.

Während ihrer Zeit in Rom habe ich meine Eltern dort natürlich oft besucht. Mein zweiter Mann musste seinen Antrittsbesuch dorthin machen und um meine Hand anhalten. Er fand es natürlich toll, Schwiegereltern in Rom zu haben.

Jedenfalls war ich wieder mal zu Besuch und im sechsten Monat schwanger. Ich war unglaublich stolz und wollte, dass alle Welt meinen Zustand mitbekam. Leider sah man fast nichts, weshalb ich mir angewöhnte, mit vorgeschobenem Bauch durch die Gegend zu laufen, und das klappte! Überall wurde ich durchgewunken – »Passate, Signora, passate« an der Supermarktkasse, wild-fremde Leute lächelten mich auf der Straße an und wünschten mir Glück. Was für ein Unterschied zu Deutschland, wo man die Sache eher etwas distanzierter behandelte, zumindest damals.

Es war Juni und schon ziemlich warm, meine Eltern schlügen deshalb vor, aufs Land zu fahren, um Freunde vom ZDF zu besuchen. Es gab immer so eine deutsche Clique, alles Leute, die im

Ausland arbeiteten, das waren Film- und Fernsehleute, Botschafts-Angehörige etc. Jedenfalls stimmte ich zu und so fuhren wir an einen See, etwa 45 Minuten außerhalb von Rom. Das Apartment lag an einem Hang und ich werde nie vergessen, wie ich auf die Terrasse trat und es mir schier den Atem verschlug. Ich war komplett benommen von der Schönheit des unter mir liegenden Sees und dachte bei mir, wie schön es wohl wäre, hier zu leben. An diesen Augenblick kann ich mich auch heute noch genau erinnern und bekomme jedes Mal eine Gänsehaut. Wie auch immer, abends fuhren wir wieder heim und im Laufe der Zeit vergaß ich das alles. Ich wurde Mutter, arbeitete fleißig, lebte mein Leben und meine Eltern kehrten irgendwann nach München zurück.

2016 trennte ich mich nach über 30 Jahren von meinem Mann, es ging einfach nicht mehr. Wir hatten beide Eltern, die sich am Ende ihres Lebens nur noch gestritten hatten, und wir haben uns mal geschworen, dass, sollte es auch bei uns irgendwann so sein, wir dem ein Ende setzen würden. So gingen wir auseinander, ohne Streit, aber wir waren beide tieftraurig. Im Sommer 2017 wurde ich für Dreharbeiten in Südtirol angefragt, die ich erst mal absagte, weil ich zu der Zeit noch »Soko Kitzbühel« drehte und man mir nicht für drei Wochen freigeben wollte. Interessanterweise war die »Pilcher«-Produktion dermaßen beharrlich, dass das Ganze doch noch zustande kam. Ich kannte den Regisseur, da ich schon einmal mit ihm zusammengearbeitet hatte, und der ließ nicht locker. Als wir uns sahen, war natürlich die erste Frage, wie es mir denn gehe, er habe natürlich von der Trennung gelesen und wolle wissen, was ich denn nun so vor habe. Ganz spontan erzählte ich ihm von meinem Wunsch, mir endlich meinen Traum zu erfüllen, nämlich ein Haus im Süden zu kaufen und abzuhauen – so drückte ich mich damals aus. Seine Antwort: »Komm doch nach Bracciano, ich hab ein Haus für dich!« Marco, der Regisseur, lebte dort mit seiner Frau, und eine Freundin der beiden, die sich auch von ihrem Mann getrennt hatte, wollte ihr Haus verkaufen. Da

machte es aber immer noch nicht klick. Zunächst googelte ich den Lago di Bracciano. Er liegt zwischen Rom und dem Meer und ich beschloss, hinzufahren und mir das alles anzuschauen. Im November war es dann so weit. Ich mietete ein Auto, fuhr um den See und verliebte mich in diese Gegend, obwohl es in Strömen regnete. Tags drauf besichtigten wir das Haus der Freundin. Das Haus war viel zu groß und zu teuer für mich, wenngleich wunderschön. Es lag direkt am See. Das Haus habe ich nicht gekauft, aber Angela, die Besitzerin, wurde meine erste Freundin vor Ort. Bei einem gemeinsamen Abendessen erzählte sie mir auch von Bekannten, die beim ZDF gearbeitet hatten, aber mittlerweile verstorben waren. Da wurde ich hellhörig. Ich fragte nach dem Namen und jetzt war alles klar: Das waren die Bekannten, die ich damals mit meinen Eltern besucht hatte und hier war der See, der meine Seele so berührt hatte. Der Kreis schloss sich: Ich war an meinem Schicksalsort gelandet.

Dennnoch sollte es noch vier Jahre dauern, bis ich mein Traumhaus fand. Alles hat eben seine Zeit, man kann die Dinge nicht beschleunigen. Aber die Spur war gelegt, ich war auf dem richtigen Weg. So kam ich jedes Jahr ein-, zweimal hierher und klappte die Agenturen ab. Was ich da so alles gesehen habe! Der Standard hier im Süden von Italien ist bei Weitem nicht so hoch, wie wir »perfekten« Deutschen das gewohnt sind. Viele haben ihre Häuschen selber gebaut, der Anspruch ist nicht so hoch, es zählt vielmehr, dass man überhaupt ein eigenes Haus hat. 80 Prozent der Italiener wohnen im eigenen Heim, das ist wichtig – in Deutschland sind das gerade mal 42 Prozent. Auf die Frage nach einem Plan der elektrischen Leitungen habe ich oft nur ein Achselzucken und verständnislose Blicke geerntet. Vieles ist nicht genehmigt, also schwarz gebaut, was beim Erwerb einer Immobilie für Ausländer ziemlich problematisch werden kann. Die Geschichten, die ich hier erlebt habe, würden ein eigenes Buch füllen.

Das erste Haus, das mir so gut gefiel, dass ich es kaufen wollte, lag etwas erhöht an einem Hügel, der Blick über den See war atemberaubend. Es gehörte einem alten Herrn mit Namen Pietro, der dort mit 20 Katzen lebte, Überbleibsel seiner verstorbenen Frau. Bei ihm war die Alzheimer-Krankheit im Anfangsstadium festgestellt worden, weshalb er mir das Haus auf Nießbrauch anbot. Eigentlich schrecklich, aber ich dachte mir natürlich, dass die Zeit bis zu seinem Ableben überschaubar war. Die Verträge waren schon fertig, da half das Universum mal wieder nach: Pietro entschied sich kurzerhand, das Haus seiner Pflegerin zu vermachen. In Italien kümmert sich meist die Familie um pflegebedürftige Alte oder es organisieren sich Nachbarn und Freunde, Pfleger gibt es wenige. Da Pietro keine Kinder hatte, war er also wirklich angewiesen auf diese Dame. Übrigens lebt Pietro heute noch, das Haus ist mittlerweile völlig runtergekommen und ich habe etwas viel Besseres gefunden.

Bei den weiteren Besichtigungen wurde schnell klar, sollte ich den Wunsch verspüren, auch mal den Winter hier verbringen zu wollen, würde ich aufwendig renovieren müssen. Beispiel Heizung: In manchen Häusern gibt es nur einen Ofen oder einen Kamin, die Familie sitzt in warmen Mänteln oder Decken drum herum und lediglich morgens und abends wird die Heizung für zwei Stunden angestellt. Da aber auch hier die Temperatur im Januar und Februar auf null Grad und drunter fallen kann, kann man sich vorstellen, wie kalt es in den Häusern ist. Und nicht nur das, die Feuchtigkeit dringt durch alle Mauerritzen, wie das so ist in See-Nähe. Die Häuser sind in der Regel schlecht isoliert und die Fenster oft alt, man hatte sich deshalb ob eines beständigeren Klimas früher nicht so viele Gedanken gemacht. Ich habe selten so viel gefroren wie hier, bevor ich in mein eigenes Haus einzog.

Jedenfalls machte ich mir damals noch keine Sorgen, im Gegen teil, ich freute mich sehr auf das Projekt! Wäre ich nicht Schauspielerin geworden, hätte ich wahrscheinlich Innenarchitektur