

E 51125
nr. 122

zum mitnehmen februar | 2010

Freies Geistesleben
Urachhaus

a tempo

Das Lebensmagazin

augenblicke

WIE EIN KINDERZIRKUS REIF FÜR DIE INSEL WURDE

thema
DER BLICK DES ENGELS

im gespräch
KARL GEBAUER
WARUM WIRD IN DER SCHULE GEMOBBT?





Von der Berlinale zu Ihnen nach Hause: 22 eindrucksvolle Filme aus 60 Festivals.

Holen Sie sich die eindrucksvollsten Filme aus 60 Jahren Berlinale nach Hause – mit der Jubiläums-Edition, zusammengestellt von der Kinoredaktion der Süddeutschen Zeitung. Freuen Sie sich auf neue Lieblingsfilme wie „Erdbeer und Schokolade“ und „Geständnisse“ und auf ausgezeichnetes Weltkino wie „William Shakespeare’s Romeo & Julia“ und „Die 12 Geschworenen“. 22 unvergessliche Glanzstücke für je 9,90 Euro (UVP) oder in der Jubiläumsbox für nur 176,- Euro (UVP). Dazu erhältlich „Die Berlinale“ – ein außergewöhnlicher Bildband mit mehr als 400 Abbildungen zur Geschichte des Festivals für nur 24,90 Euro. Jetzt im Handel oder unter www.sz-shop.de.

Seien Sie anspruchsvoll.

Süddeutsche Zeitung

SCHWELLENPHÄNOMENE

Der niederländischen Psychotherapeut und Unternehmensberater Manfred van Doorn fasziniert mich stets aufs Neue durch seine unkonventionellen Denkansätze, die neue Horizonte aufreißen. In seinem neuesten Buch *Paradoxien des Glücks* behandelt er virtuos die Frage, wie wir die unzähligen Paradoxien des menschlichen Lebens nicht nur auszuhalten lernen, sondern so mit ihnen umgehen, dass wir dadurch in eine neue, höhere Dimension eintreten können, die uns normalerweise meist verwehrt bleibt. Van Doorn bezeichnet diese Dimension als «das Sublime». Das lateinische Wort *limen* bedeutet Schwelle, Grenze. Wir lassen diese Schwelle hinter bzw. unter uns, wenn wir es schaffen, uns aus den existenziell erlebten Widersprüchen, den sich scheinbar ausschließenden Gegensätzen, zu einer höheren Sinn- und Glückserfahrung zu erheben: **«Das Leben ist ein einziges langes Martyrium. Und außerdem dauert es viel zu kurz»**, sagt Woody Allen einmal.

Recht hat er. Wir brauchen die Begegnung mit dem Tod, um das Leben schätzen zu lernen. Wir brauchen das Nichts, um darin das All zu finden, und den Verlust, um lieben zu können, was uns gegeben ist. Und wir brauchen den Kampf, um Frieden zu erlangen.

Einer der großen Meister der klassischen Kampfkunst, der Japaner Miyamoto Musashi (1584–1645) kannte das Geheimnis des Sublimen. Er schrieb: «Glückseligkeit ist die Erfahrung, dass man voll im Leben steht und dabei von großer Kraft durchzogen wird. Dieses Kraftgefühl macht uns verwundbar. Doch diese Verwundbarkeit macht uns reif für die Liebe. Und die Liebe macht uns wiederum verwundbar. Ja, es ist sogar empfehlenswert, sich durch einen unerwarteten Verlust verwunden zu lassen. Ein vollendeter Krieger verfügt über umfassende Erfahrungen mit Verlusten und Niederlagen ...»

Leben mit dem Sublimen bedeutet also nicht, dass wir darauf aus sind, Gegensätze zu nivellieren oder die rätselhafte Welt verständlich und handhabbar zu machen. Es bedeutet, dass wir mutig Ja sagen zur Welt, wie sie ist.

Aus Stuttgart grüßt herzlich für die *a tempo*-Redaktion

Frank Berger

Frank Berger



Liebe Leserinnen,
liebe Leser,

06 im gespräch
KARL GEBAUER
WARUM WIRD IN DER SCHULE GEMOBBT?



Die zunehmende Gewalt bei Kindern und Jugendlichen bereitet immer mehr Erziehern, Lehrern und Eltern große Sorgen. Was sind die Ursachen und welche Wege der Bewältigung und der Prävention gibt es? Welche zusätzlichen Hilfen brauchen Pädagogen, um der Gewaltproblematik entgegenzutreten und die Wege der Kommunikation in Richtung der Schlichtung und des liebevollen Verstehens zu lenken?

10 augenblicke
«DANN GRÜNDEN WIR EBEN EINE FIRMA»
WIE EIN KINDERZIRKUS REIF FÜR DIE INSEL WURDE



Im Februar sind ja bekanntlich verstärkt die Narren los. Für einen solchen hielten manche vielleicht auch Martin Kliewer, als er in einer heilpädagogischen Einrichtung ein Zirkusprojekt ins Leben rief, um im therapeutischen Arbeiten mit Kindern und Jugendlichen alternative Ideen auszuprobieren. Was mit zehn Kindern begann, entwickelte sich zu einer in mehrfacher Weise artistischen Erfolgsgeschichte.



16 glücksfälle
MEHR ALS EIN FLÜGEL

17 mensch & rhythmus
DIE 14 – BRÜCKE ZWISCHEN HIMMEL UND ERDE

18 thema
DER BLICK DES ENGELS

24 sprechstunde
DIE NEBENNIERE – ORGAN DER SEELE

27 weiterkommen
UNTERWEGS ZU DEN STERNEN

DIE SEITEN DER ZEIT

editorial 3 | inhalt / impressum 4 | im gespräch 6 | augenblicke 10 | glücksfälle 16 | mensch & rhythmus 17 |
thema 18 | kalendarium 20 | sonne, mond & sterne 23 | sprechstunde 24 | am schreibetisch 26 |
weiterkommen 27 | aufgeschlagen 28 | serie: querbeet – ein jahr im garten 30 | literatur für junge leser 32 |
die kinderseite 33 | preisrätsel / sudoku 34 | kulturtipp 35 | suchen & finden 36 | ausblick / buchhandel 38

Das Lebensmagazin der
Verlage Freies Geistesleben
und Urachhaus

www.geistesleben.com
www.urachhaus.com

Herausgeber

Jean-Claude Lin
Telefon: 07 11 | 2 85 32 21
Frank Berger
Telefon: 07 11 | 2 85 32 36

Redaktion

Jean-Claude Lin (verantwortlich)
Frank Berger
Maria A. Kafitz (& Layout)

Redaktionsanschrift

a tempo
Landhausstraße 82 70190 Stuttgart
Telefon: 07 11 | 2 85 32 20
Telefax: 07 11 | 2 85 32 10
e-mail: redaktion@a-tempo.de
internet: www.a-tempo.de

Leserservice

Maria A. Kafitz
07 11 | 2 85 32 20
redaktion@a-tempo.de

Anzeigenservice

Irmgard Feuss
Tel. 07 11 | 50 87 40 33
Fax 0711 | 50 87 40 34
ifeuss@anzeigenservice.info

Ansprechpartner Buchhandel

Simone Patyna
07 11 | 2 85 32 32

a tempo erscheint monatlich und liegt in über 2000 Einrichtungen des Kulturlebens und im Buchhandel aus. Auf Wunsch kann *a tempo* ins Haus geschickt werden durch Erstattung der Porto- und Verpackungskosten (24 Euro für 12 Ausgaben, 30 Euro für Auslandsversand). Bankverbindung auf Anfrage.

Abonnements

Antje Breyer
07 11 | 2 85 32 00

Alle Beiträge und Bilder in *a tempo* sind urheberrechtlich geschützt. Sie dürfen nur mit schriftlicher Erlaubnis weiterverwendet werden.

Eine Teilausgabe von *a tempo* erscheint in Kombination mit *alverde*, dem Kundenmagazin von dm-drogerie markt.

© 2010 Verlag Freies Geistesleben & Urachhaus GmbH

Druck:

Körner Rotationsdruck Sindelfingen



«Ich wollte etwas schreiben,
das wirklich und wahrhaftig die
Fantasie anregt. Ich liebe es, wenn
etwas Unerwartetes passiert.»

Benjamin J. Myers

Foto: Wolfgang Schmidt

Benjamin J. Myers
The Bad Tuesdays
Die verbogene Symmetrie
Aus dem Englischen von Alexandra Ernst
349 Seiten, gebunden mit SU
€ 16,90 (D) | € 17,40 (A) | sFr 29,90
ISBN 978-3-7725-2501-8 • (ab 14 Jahren)
www.geistesleben.com

«Chess und ihre Brüder Box und Splinter werden von einer bösen Macht verfolgt und einem guten Geheimbund geschützt. Wobei beide Seiten über Zauberkräfte und -wesen verfügen, die der britische Autor Benjamin J. Myers mal so eben aus Böden, Wänden und Stirnen wachsen lässt, dass es den Leser ins Staunen versetzt. Sogar verstörend ist dieses Buch stellenweise, wegen seiner gar nicht blutrünstigen, doch hintergründigen Grausamkeit. Gleichzeitig sind viele der Figuren so hervorragend gezeichnet und zeugt die gesamte Geschichte von einer dermaßen eigenwilligen Fantasie, dass der Fantasy-Fan dieses Buch nicht übergehen sollte.» *Hilal Sezgin, Die Zeit*

Verlag Freies Geistesleben: Bücher, die mitwachsen

WARUM WIRD IN DER SCHULE GEMOBBT?

KARL GEBAUER im Gespräch mit Andreas Neider

Andreas Neider | Sie haben Mobbing als soziales, nicht als ein individuelles Problem bezeichnet. Inwiefern gehört Mobbing heute zum Schulalltag?

Karl Gebauer | Mobbing hat es schon immer gegeben. Mobbing kann überall dort auftreten, wo Menschen in Gruppen zusammen sind. Also müssen wir auch in der Schule mit Mobbing rechnen und dürfen die Augen vor diesem ernstesten Phänomen nicht verschließen. Wir müssen uns Gedanken über Präventionsmaßnahmen machen und auch ein Konzept zur Verfügung haben, das dann greift, wenn Mobbing stattfindet. Die verantwortlichen Lehrkräfte sollten wissen, wie in solchen Situationen professionelles Handeln aussieht. In der Regel sind bei Mobbing alle Kinder einer Klasse mit den Vorgängen vertraut, auch wenn sie in unterschiedlichen Rollen agieren. Von daher ist Mobbing nicht nur ein individuelles, sondern vor allem ein soziales Problem.

AN | Was versteht man unter Mobbing?

KG | Mobbing ist ein aggressiver Akt und bedeutet, dass eine Schülerin oder ein Schüler über einen längeren Zeitraum belästigt, schikaniert oder ausgegrenzt wird. Ein Mobber scharf andere um sich und wählt einen Schüler oder eine Schülerin als Opfer aus. Die anderen versuchen dabei, der Täterin oder dem Täter zu gefallen und beteiligen sich an Aktionen, die das Opfer in der Regel beschämen und demütigen.

Dabei spielt das Gefühl der Angst eine große Rolle, denn nicht nur das Opfer leidet unter Angstgefühlen. Die Mitläufer spielen das grausame Spiel mit, weil sie Angst haben, sonst selbst zum Opfer werden zu können.

AN | Woran kann man Mobbing erkennen?

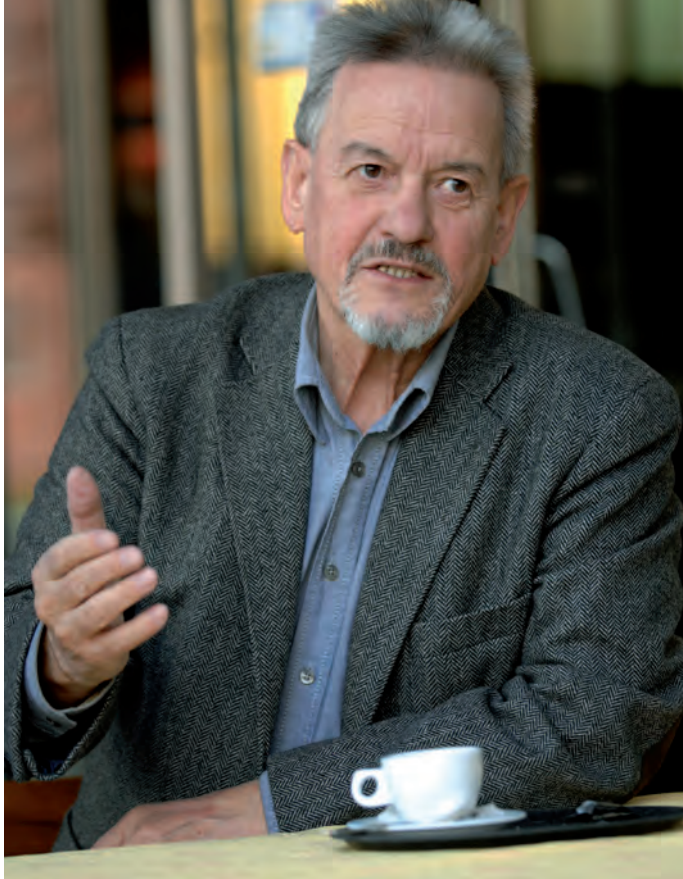
KG | Mobbing kann sich andeuten, wenn z.B. Kleidungsstücke versteckt oder zerstört werden, wenn Hefte und andere Materialien verschwinden, Schulsachen oder das Fahrrad beschädigt werden, wenn über ein Kind hinter seinem Rücken schlecht geredet wird. Manchmal wird ein Kind vor anderen lächerlich gemacht, z.B. beim Lösen einer Aufgabe an der Tafel. Es kommt vor, dass ein Schüler oder eine Schülerin nicht bei Gruppenarbeiten mitmachen oder sich nicht aktiv am Unterricht beteiligen darf; Kinder, die sich mit dem Mobbing-Opfer solidarisieren, werden unter Druck gesetzt, es kommt zu körperlichen Übergriffen; Demütigungen erfolgen mit Worten und Zeichnungen auf Zetteln, in Briefen, in E-Mails und durch Nachrichten auf dem Handy; neuerdings werden auch demütigende Szenen ins Internet gestellt.

AN | Wodurch wird ein Kind zum Opfer?

KG | Meine Beobachtungen zeigen, dass jedes Kind Mobbing-Opfer werden kann. Es gibt also nicht das typische Mobbing-Opfer. Warum ein Kind Mobbing-Opfer wird, ist bisher nicht hinreichend untersucht. Das Schwierige an der Opfer-Rolle besteht darin, dass es kaum einem Opfer gelingt, sich mit eigener Kraft aus der Situation zu befreien. **Ein Mobbing-Opfer braucht immer Helfer.**

AN | Wie sieht es auf der Täterseite aus? Wodurch wird ein Kind zum Mobber?

KG | Die Lebenssituation von Mobbern zeichnet sich durch große Unsicherheit aus. Oft haben spätere Täter während ihrer Kindheit



Karl Gebauer, Dr. phil., Rektor i.R., war 35 Jahre als Lehrer tätig. Davon war er 25 Jahre Schulleiter der Leinebergschule in Göttingen.

Wichtig sind für ihn Erkenntnisse aus der Säuglings-, Bindungs- und Hirnforschung. Zusammen mit dem Hirnforscher Prof. Dr. Gerald Hüther hat er die Göttinger Kongresse über Erziehung und Bildung ins Leben gerufen. Karl Gebauer hat zahlreiche Aufsätze zu Erziehungsfragen geschrieben und insgesamt 16 Bücher veröffentlicht. Einige sind in China, Süd-Korea, Italien, Polen und Spanien erschienen. Sein letztes Buch trägt den Titel: «Klug wird niemand von allein. Kinder fördern durch Liebe» (Patmos Verlag).

Weitere Informationen unter: www.gebauer-karl.de und www.win-future.de

nicht die Zuwendung und Beachtung erfahren, die zu einem gesunden Selbstwertgefühl führt. Manchmal sind sie selbst Opfer von Demütigungen und Gewalt gewesen. Das innere Muster eines Mobbers kann man als Versuch ansehen, eigene Ohnmachtserfahrungen zu überwinden, indem er gegenüber Schwächeren Macht ausübt. Es geht um den untauglichen Versuch, eigene Unsicherheit und Angst in ein Gefühl von Sicherheit zu verwandeln.

AN | Kann die Schule auch Mitverursacher von Mobbing sein?

KG | Mobbing kann in der Schule durch mehrere Faktoren begünstigt werden: Das kann passieren, wenn Lehrkräfte nur einen Blick für ihr Unterrichtsfach haben und dabei die Persönlichkeitsentwicklung ihrer Schülerinnen und Schüler aus den Augen verlieren. Wir sprechen dann von einer Missachtung der Dynamik in einer Klasse. Wenn Lehrkräfte Schüler beschämen, dann kann das mit dazu beitragen, dass sich destruktive Strukturen ausbilden. Lehrer müssen Ausgrenzungen wahrnehmen und als Machtdemonstrationen begreifen, die sich Schüler oder Schülerinnen vor ihren Augen erlauben. Wenn Lehrkräfte eine solche Situation nicht richtig einordnen, dann gerät das Opfer in eine hoffnungslose Lage. Merken das die Mobber, werden

sie immer mächtiger. Insofern können Lehrer, die das nicht beachten, Mobbing-Prozesse begünstigen. Hilfreich hingegen ist es, wenn Lehrkräfte eine gute Beziehung zu ihren Schülern aufbauen und das Klären von Konflikten zu einem zentralen Anliegen ihrer Unterrichtsarbeit machen. So entsteht Vertrauen. Darin liegt der wirksamste Schutz gegenüber Mobbing.

AN | Wodurch lässt sich Mobbing denn überhaupt entdecken?

KG | Eltern und Lehrer sollten auf ganz alltägliche Dinge achten. Wenn ein bisher guter Schüler in seinen Leistungen plötzlich stark nachlässt, wenn er morgens nicht aufstehen mag, keine Lust mehr auf die Schule hat, sich ständig unwohl fühlt, über Kopf- und/oder Bauchschmerzen klagt, können das Hinweise auf Mobbing sein.

AN | Was ist das Besondere an Mobbing gegenüber anderen Gewaltsituationen?

KG | Offene Gewaltsituationen, wie sie in der Schule häufig vorkommen, können z.B. gut durch Streitschlichter oder Schüler-Mediatoren bearbeitet werden. Mobbing-situationen laufen hingegen verdeckt ab. Mobber wollen treffen, selber aber nichts abbekommen. Mobbing-situationen sind sehr komplex und die erlebten Gefühle sind sehr





KARL GEBAUER |

- ▶ vielfältig. Das heißt, **bei Mobbing liegt die Verantwortung eher bei den Lehrkräften**. Und die müssen handeln. Wenn Lehrer oder Lehrerinnen nicht eingreifen, fühlt sich der Mobber in seinem Tun bestärkt. Seine Übermacht gegenüber dem Opfer, aber auch gegenüber den Mitläufern, nimmt immer mehr zu. Lehrkräfte, die nicht eingreifen, werden in der Folge als klein und inkompetent erlebt. Sie fallen als Vorbild aus.

AN | Was hat Mobbing in einer Schulklasse für Folgen?

KG | Durch Mobbing wird nicht nur das Opfer massiv geschädigt und in seinem Selbstwertgefühl verletzt, das ganze Beziehungsgefüge einer Klasse kann dadurch zerstört werden. Wenn Mobbing-situationen hingegen bearbeitet werden, dann können die beteiligten Schülerinnen und Schüler sehr viel lernen. Sie können in ihrem Gehirn Muster des Verstehens für destruktive Verhaltensweisen ausbilden. Führt der Lösungsversuch zu einem Erfolg, dann etablieren sich im Gehirn der beteiligten Personen Strukturen für ein konstruktives Miteinander.

AN | Wie kann dann ein Mobbing-Opfer seiner Situation überhaupt entkommen?

KG | Vertraut sich ein Opfer einer Person an, so gilt der Grundsatz, nichts ohne Wissen und Zustimmung des Opfers zu unternehmen. Oft ist es so, dass die Vertrauensperson das Leiden des Opfers nicht aushält und vorschnell eine Lösung herbeiführen möchte. Hier werden die meisten Fehler gemacht. Werden zum Beispiel ohne gründliche Vorbereitung die Schülerinnen und Schüler einer Klasse mit dem Vorwurf konfrontiert, sie seien an einem Mobbingprozess

aktiv beteiligt, so werden die Beschuldigten in der Regel eine Abwehrhaltung einnehmen. «Was, so etwas sollen wir getan haben?» Schnell passiert es, dass das Opfer der Lüge bezichtigt wird. Nun hat es oft noch mehr zu leiden als vorher. Zum professionellen Umgang mit Mobbing gehört es daher, dass die Vertrauensperson nichts ohne das Wissen des Opfers unternimmt und dieses in alle seine Überlegungen und Maßnahmen mit einbezieht.

AN | Worauf müssen Erwachsene bei der Unterstützung des Mobbing-Opfers also besonders achten?

KG | Um Mobbing wirklich frühzeitig erkennen und bearbeiten zu können, braucht eine Schule unbedingt eine Konzeption, in der die Art der Intervention beschrieben wird. Lehrerinnen und Lehrer sollten ein Interesse an psycho-sozialen Prozessen haben. Voraussetzung für einen konstruktiven Umgang ist eine emotional-soziale Kompetenz. Nur mit dieser Kompetenz kann im Ernstfall dann auch dem betroffenen Kind und seinen Eltern geholfen werden. Wichtig ist noch, dass Lehrer und Eltern gemeinsam an dem Problem arbeiten. Das ist nicht immer leicht, denn bei Mobbing werden alle Beteiligten starke Gefühle erleben: Wut, Ohnmacht, Ärger oder Angst werden spürbar und beeinflussen den eingeschlagenen Lösungsweg.

AN | Verfügen Lehrkräfte über diese Kompetenz?

KG | Im Rahmen der Aus- und Fortbildung von Lehrkräften wird hier zu wenig angeboten. Interessierte Lehrkräfte können sich das erforderliche Wissen in einer Supervisionsgruppe aneignen. Daraus können dann Mobbinginterventionsteams entstehen.



Solche Teams sollten Ansprechpartner für Betroffene sein. Mobbing ist noch immer ein Tabuthema. Damit in einer Schule offen darüber gesprochen werden kann, ist es sehr hilfreich, wenn Mobbing beispielsweise zum Thema eines Theaterprojektes gemacht wird.

AN | Können Sie das im Hinblick auf die Situation der Eltern noch etwas konkretisieren?

KG | Wenn Eltern davon erfahren, dass ihr Kind gemobbt wird, haben sie keine wichtigere Aufgabe als die, sich in den kommenden Wochen und Monaten auf die Seite ihres Kindes zu stellen und es bei allen weiteren Auseinandersetzungen zu unterstützen. Dabei sollten sie nach Personen ihres Vertrauens Ausschau halten und diese in den Klärungsprozess mit einbeziehen. Es muss zunächst ein Netz von Beziehungen aufgebaut werden, in dem sich das Opfer sicher und geborgen fühlen kann. Oft haben die Betroffenen keine Vorstellung davon, wie zerstörend ein Mobbingprozess sein kann.

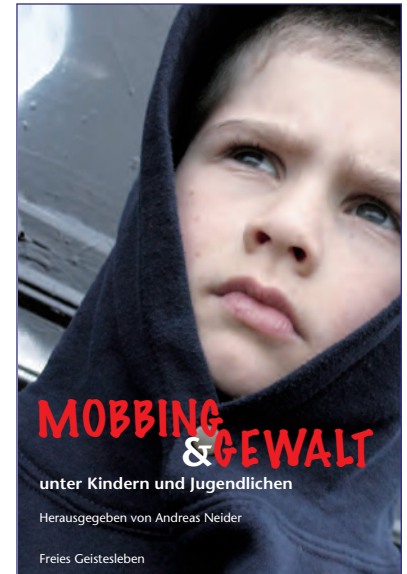
AN | Das heißt, dass das Selbstwertgefühl darüber entscheidet, wie ein Mobbing-Opfer wieder aus seiner Situation herauskommen kann?

KG | Ganz genau! Kinder mit einem aufgrund ihrer vorherigen Entwicklung gesunden Selbstwertgefühl können sich aus einer Mobbing-Situation eher befreien als Kinder, deren Selbstwertgefühl jahrelang herabgesetzt wurde.

AN | Welche Konsequenzen ergeben sich daraus für die Schule?

KG | Überall dort, wo die Schule die Kinder aufgrund von vordefinierten Leistungsstandards unter Druck setzt, ist die Gefahr von Mobbing enorm hoch. Wo sich Lehrer aber um die Beziehungen unter den Schülern kümmern können, wo die Atmosphäre an einer Schule im Mittelpunkt steht, wo es um Lernkultur anstatt um Leistungsprofile geht, wo nicht nur die Leistung des Schülers, sondern der ganze Mensch gesehen wird, überall, wo also das Du im Vordergrund steht, kann sich Mobbing nicht mehr entfalten. ■

In dem soeben erschienenen Buch «**Mobbing und Gewalt unter Kindern und Jugendlichen**», beschreibt Karl Gebauer in einem der Beiträge seinen pädagogischen Ansatz ausführlicher.



Hrsg. von Andreas Neider.
301 Seiten, mit sJw-Fotos, kartoniert
€ 19,90 (D) | € 20,50 (A) | sFr 33,90
ISBN 978-3-7725-2286-4
jetzt neu im Buchhandel!

Wege der Gewaltprävention und Konfliktlösung

Gewalt und Mobbing sind zu alltäglichen Phänomenen in der Schule geworden. Warum üben Kinder und Jugendliche körperliche und seelische Gewalt aus? Wo liegen die Ursachen für Amokläufe und tödliche Übergriffe auf Unschuldige? Welche Wege der Bewältigung und Prävention gibt es? Welche Rolle spielt die Erziehung im Elternhaus, welche zusätzlichen Hilfen brauchen Pädagogen, um der Gewaltproblematik entgegenzutreten? – Die AutorInnen gehen das Phänomen der Jugendgewalt und des Mobbings von einem breiten Spektrum aus an und geben konkrete Hilfestellungen.

Aus dem Inhalt: Quellen der Gewalt | Das Gehirn – ein Beziehungsorgan | Mobbing ist kein individuelles sondern ein soziales Problem | Seelisches Vakuum als Gewaltursache und sein therapeutisches Gegenbild | Gewaltfreie Kommunikation | Wege aus der Mobbingfalle | Streitschlichtung | Gemeinschaftsbildung durch Musik / Aussprechen statt Ausrasten





«DANN GRÜNDEN WIR EBEN EINE FIRMA»

WIE EIN KINDERZIRKUS REIF FÜR DIE INSEL WURDE Ralf Lilienthal (Text) & Wolfgang Schmidt (Fotos)

«Was würden Sie ändern, wenn ich Ihnen die Verantwortung für unser Haus übertrage?» Den frisch gebackenen Heilpädagogen erwiderte diese letzte Frage seines Einstellungsgesprächs auf dem falschen Fuß. «Ich wollte die Stelle doch erst antreten, wie konnte ich da sagen, was ich ändern würde.» Aber, frisch gewagt ... Die von Benita Quadflieg gegründete Institution hieß *Heilpädagogisch-therapeutische Arbeitsgemeinschaft zur Förderung des entwicklungsgestörten Kindes*. Viel zu lang, wie Martin Kliewer fand. «Ich würde der Einrichtung einen anderen Namen geben.» – «Welchen?» – «Haus Mignon!» Aus dem Bauch heraus gesagt, traf die Romanfigur aus Goethes *Wilhelm Meister* ins Herz der alten Heilpädagogin. Genau dieser Name schwebte ihr seit Jahren für die heilpädagogische Stätte in Hamburgs Westen vor.

Aus der Retrospektive betrachtet, steckt in diesem buchstäblich wunderbaren Prolog bereits die ganze Geschichte des Kliewerschen Lebensprojekts: **Akzeptierte Herausforderung, Mut und Phantasie** – eine Trias, deren immer neue Metamorphosen seinen Wirkungskreis in Bewegung hielten.

Mignon, das rätselvolle Gauklermädchen, half, den Blick der «Normalen» auf die Eigenarten der etwas «anderen» zu lenken. Und es stand, Jahre später, Pate für eine geniale Idee. «Ich habe für unsere Kinder und Jugendlichen nach alternativen therapeutischen Ansätzen gesucht und bin auf die circensischen Künste gestoßen.» In der Turnhalle der benachbarten Waldorfschule schritt der

Heilpädagoge mit den ersten zehn Kindern zur Tat und stellte überrascht die magnetische Anziehungskraft von Akrobatik, Jonglage oder Äquilibristik fest. Die Waldorfschüler drückten sich die Nasen an den Hallenfenstern platt und wollten unbedingt mitmachen. Aus zehn Zirkuskindern wurden beinahe über Nacht vierzig. Und drumherum geschah auch ganz viel. Ob Kostümschneider, Zirkusmusiker oder Manegentechniker – wen immer der Zirkus brauchte – die (jungen) Menschen waren da.

«Natürlich mussten wir dann auch auf Tournee gehen. Drei Wochen. Mit siebzig Kindern. Eigenem Zelt. Einem Trecker und vielen Fahrrädern. Und mit noch mehr Improvisation.» Nach den Strapazen der ersten Reise durch die norddeutsche Provinz stiegen die Therapeutenkollegen aus. Martin Kliewer blieb in der Verantwortung und teilte sie mit einer Handvoll engagierter Jugendlicher. «Das Erste, was ich gebaut habe, war ein Zaun. Der trennte Außen und Innen. «Innen» hieß: Eigene Gesetze, die anders waren, als «Außen» üblich.» Der Pädagoge und Zirkusdirektor las die notwendigen Regeln an der Realität des nomadischen Lebens ab. **Großzügig gewährte Freiheit und detaillierte Verabredungen**, ausbalanciert wie ein drehender Teller auf dem Holzstab. «Vertrauen und Verantwortung bei Aufbau, Transport oder Verpflegung waren kein pädagogisches Spiel, sondern harte Tourneenotwendigkeit – und ich bin niemals enttäuscht worden!»

1997, als Nienstedten, *Mignons* Hamburger Stadtteil, 700 Jahre alt ►



► wird und die Zirkustruppe zum Mitfeiern einlädt, steht die nächste große Herausforderung vor der Tür und wird ergriffen. «Mignon lädt 700 Jugendzirkus-Kinder aus der ganzen Welt ein!» Das war schnell ausgesprochen, kostete aber unsägliche Mühe und sehr viel Geld. Doch eine Briefkastenaktion spülte gut eine Viertelmillion DM in Mignons Kassen. Das Festival stand – und hatte Folgen. Denn die anschließende Vier-Insel-Belohnungs-Tournee der fleißigen Festivalhelfer führte den Power-Trupp unter anderem nach Sylt, wo die poetischen Vorstellungen nicht nur Urlauber und Insulaner begeisterten, sondern auch den Chef des Meerkabarets *Fliegende Bauten*. Der packte sich die Wennigstedter Kurdirektorin und den größten Gastronomen des Ortes und reiste den «Mignons» hinterher. Auf Rømø, im kleinen Zirkuswagen des Direktors, wurde der «historische» Kontrakt geschlossen: Drei Monate Inselcircus in der nächsten Sommersaison mit allen Schikanen. Artistik zum Mitmachen, Flohzirkus, wechselnde internationale Jugendzirkusensembles. Außerdem, über die notwendige Selbstverpflegung hinaus und locker aus dem Ärmel geschüttelt, noch Pizza, Pasta & Popcorn für alle Sommer-Sylter die Lust darauf hatten.

Spätestens als die nächste Investition – ein mobiler Küchenwagen – auf der Tagesordnung des *Haus Mignon* stand, war das Zirkus-Projekt an die pädagogisch-therapeutischen Verständnisgrenzen der Kollegen gestoßen. «Noch mehr Risiko?» – «Rien ne va plus!» – «Dann gründen wir eben eine Firma: *Herausforderung, Mut, Phantasie ...*». Ein munterer 42-Jähriger, vier kaum geschäftsfähige Schüler – und fertig war die GbR. Kein Bill-Gatesches-Turnschuh-Garagen-Milliarden-Projekt, aber eine ziemlich dynamische Veranstaltung, die alle Nase lang für Überraschungen gut ist. Heute, nach 11 Jahren Inselcircus, empfängt den Besucher zwischen Juni und August auf der grünen Wennigstedter Wiese ein respektales Ensemble von Zelten, Wagen und Fahrgeschäften. Und eine gut gelaunte, kompetente Zirkuscrew, allen voran das Direktorentrio: Martin und Mischa Kliever und Tobias Fiedler. Die acht Inselwochen folgen einer gesunden Routine. Nach gemeinsamem Frühstück zwischen 9 und 10 Uhr verteilen sich die etwa 35 Aktiven in ihre diversen Ämter, von denen jeder zumeist gleich mehrere hat. Markus etwa, 20 Jahre alt und demnächst Mathematikstudent, ist in seinem dritten Inseljahr für die Spülküche verantwortlich, daneben





trainiert er noch die Einrad- und Hochradfahrer und wenn andernorts Hilfe nötig ist, packt er selbstverständlich auch dort mit an.

Der Vormittag gehört den Mitmachkindern, die mit ihren Eltern Sylt-Urlaub machen, oder für ein, zwei Wochen auf dem Gelände wohnen. Während die Drei- bis Fünfjährigen im Floh-zirkus wuseln, geht es für die Älteren gruppenweise ans ernsthafte Üben. Diabolo, Jonglage und Teller drehen, Stelzen- oder Kugellaufen, Vertikaltuch und Trapez, Zaubern oder Fakirkünste – es ist für jeden etwas dabei. Drei Stunden am Tag, von Montag bis Freitag, bis es dann bei Generalprobe und Elternaufführung mit Musik auf begeisternde Art ernst wird.

Wie weit ein Kinder- und Jugendzirkus kommen kann, wird am späten Nachmittag ersichtlich. Schließlich gastieren im Inselcircus internationale Jugendartisten und präsentieren im wöchent-

lichen Wechsel ihr monatelang erübtes Programm. Wenn etwa die Züricher *Mezenthin*-Gruppe eine wunderbar poetische Zirkusadaption des *Kleinen Prinzen* in die Manege zaubert, hält selbst ein verwöhnter Zirkusbesucher gelegentlich die Luft an. Die Schweizer Kindertheater- und Akrobatikschule ist bereits zum fünften Mal auf Sylt und genießt, wie so viele andere auch, die einzigartige Kombination aus Auftritt gegen Kost und Logis und Strandurlaub.

Übrigens kommen auch die Höchstleistungen auf Sylt nicht zu kurz. Denn der Zirkussommer kulminiert alljährlich im *SOLyCIRCO*, einem der renommiertesten Profiwettbewerbe weltweit: **«Selbst in Moskau und Quebec weiß man auf einmal, wo Sylt ist!»**

Und auf Sylt weiß man am Ende der Saison, was man geleistet hat! «Es gibt Tage, da arbeitest du zwölf, vierzehn Stunden. Und viel ▶



Mit s/jw-Illustrationen von Maria A. Kafitz.
176 Seiten, mit integriertem Daumenkino, gebunden
€ 13,90 (D) | € 14,30 (A) | sFr 24,80
ISBN 978-3-7725-2281-9 • (ab 10 Jahren)

Manege frei für Ruffo und Ruffino!

Niccolo ist ein Naturtalent – er turnt atemberaubend schwierige Übungen und jongliert mit Bällen, dass einem schwindlig wird. Sein sehnlichster Wunsch ist es, Artist zu werden und im Zirkus aufzutreten. Doch alles, was mit Artistik zu tun hat, ist für seinen Pflegevater ein rotes Tuch. Nicht einmal ansehen darf sich Niccolo eine Zirkusvorstellung! Als der bekannte Circus Baresi seine Zelte in der Stadt aufschlägt, ist der Junge nicht mehr zu halten: heimlich fährt er zur Festwiese und trifft dort den schlagfertigen Domingo, der ihn mit dem aufregenden Zirkustreiben vertraut macht.

Ralf Lilienthal erzählt die Geschichte eines zwölfjährigen Jungen, dessen ganze Leidenschaft dem Zirkus gilt, und eines alten Clowns, der einen großen Kummer mit sich trägt. Ein spannendes, temporeiches und mit viel Witz geschriebenes Buch, das in die faszinierende Welt des Zirkus entführt.





- Privatsphäre hast du hier auch nicht. Aber wenn du selber willst, übertragen sie dir vom ersten Tag an echte Verantwortung. Es gibt eigentlich keine Hierarchie. Und am Abend isst der Chef den gleichen «Fraß» wie alle anderen auch.»

«Fraß» in Anführungsstrichen. Denn dafür, dass Personal, Artisten und Gäste sich auch kulinarisch wohl fühlen, sorgt Roman Kliever, der die strenge Schule der Hamburger First-Class-Küche im *Hotel Atlantic* absolviert hat. Wie seine Geschwister Mischa und Hannah ist auch er als Kind einfach so in den Zirkus hineingewachsen. Und weil *Mignon* Spaß macht und die ursprüngliche Kreativität aller daran Beteiligten herausfordert, ist der ausgebildete Koch wieder dorthin zurückgekehrt. Zum Glück! Schließlich hatte mit den Sylter-Sommer-Kochwochen ein gastronomisches *Mignon*-Experiment begonnen, das Jahr um Jahr neue Dimensionen erreicht und im *CircoRante*, dem auch auf Sylt zum Einsatz kommenden Restaurantzelt, beeindruckende Gestalt angenommen hat.

Wieder einmal kam die entscheidende Herausforderung von außen. Roncalli-Gründer Bernhard Paul erhielt 2001 den Zuschlag für die Ausrichtung des Hamburger Rathausweihnachtsmarktes. Wie die dynamische Unternehmung, *Clowns und Co.* – *Martin Kliever und Partner*, zuerst Roncallis Spiegelzelt mit artistischem Inhalt und ein Jahr später das prachtvolle Wiener Caféhaus mit dampfendem Grünkohl, Kaffee und Kuchen füllte, ist eine Geschichte, die der begeisternde Zirkusdirektor eigentlich Wort für Wort auf dem Sofa irgendeines Fernseh-Talks erzählen sollte. Und den wagemutigen Erwerb des *CircoRante*-Zeltes gleich noch dazu.

Inzwischen schätzen selbst namhafte Hamburger Familien das Zirkusunternehmen auch als Caterer und «bucht den ganzen

Zirkusstaat gleich mal für fünf Tage!» Insgesamt also eine profitable Angelegenheit!? «Doch, ja, ...», Mischa Kliever, der kaufmännische Kopf der *Mignons*, kann sich ein ironisches Lächeln nicht verkneifen. Nach 17 Jahren *Circus Mignon* in Hamburg und zwölf Jahren Inselcircus « ... können wir inzwischen tatsächlich regelmäßig Löhne zahlen». Doch während viele ehemalige BWL-Kommilitonen Porsche fahren und ihre Eigentumswohnungen abbezahlen, bilanziert der Einunddreißigjährige anders: «Was wir machen, hat Seele! Ich arbeite wahrscheinlich mehr als ein Investmentbanker. Aber ich fühle mich zu keiner Zeit wie im Hamsterrad. Manchmal verdiene ich als Schiffschaukelbremser in vier Stunden 36 Euro. Doch ich weiß genau, ich könnte morgen eine Schokoladenbonbonfabrik aufmachen und es würde funktionieren. **Und mit meinen Werten bin ich sowieso total im Plus!**»

Echtes Entrepreneurship. Mit Laptop, Gummistiefeln und Popcornautomat – *Mignon* und Hamburg passen zueinander! Und was ist aus dem ursprünglichen Projekt geworden? Martin Kliever zögert keine Sekunde: «Wie vor 17 Jahren ist *Mignon* noch immer ein kleiner Kosmos, in dem junge Menschen Eigenverantwortung ausprobieren können. Eine nicht enden wollende Reihe von Herausforderungen, die es ... *mit Mut und Phantasie* täglich neu zu meistern gilt». ■

Nähere Informationen zum «Circus Mignon»: www.circus-mignon.de

Clowns & CO. Martin Kliever und Partner GbR

Osdorfer Landstraße 380

22589 Hamburg

Tel. 0 40/320 82 802





MEHR ALS EIN FLÜGEL

von Brigitte Werner

Ich konnte einfach keine Heuschrecke sein. Oder ein Kamel. Ich war erbärmlich. Aber noch erbärmlicher war meine Angst, mich vor den vielen Menschen zu zeigen, die es liebten, sich auf der Bühne auszudrücken. Dieser Workshop war eine einzige Katastrophe, und ich beschloss schon nach dem ersten Tag, auszusteigen. Ich wollte die spanische Gegend um dieses schöne Seminarhaus erforschen, ich wollte mit dem Rad zum nahen See fahren, ich wollte den Pinienduft riechen und die Farben einsaugen. Und ich wollte keine weitere Übung vor den Augen der jungen, bereiten, theater-süchtigen Leute aus aller Welt. Draußen wartete der Sommer, meine kleine Schreibmaschine, meine erste richtige Kurzgeschichte, der grüngoldene Schatten über und unter meiner Hängematte neben meinem Campingbus. Mein Freund machte weiter. Ich sagte NEIN (auf spanisch). Ich war nicht mehr dabei. Ich durfte wieder leben. Ich schrieb und träumte und schrieb, ich entdeckte, dass die kleine Nachtratte, die mich immer mit ihrem Rascheln unterhielt, Tomatenstückchen liebte, ich hörte den Grillen zu und träumte und schrieb.

Und dann, irgendwann, war es immer Zeit für das fünfte Klavierkonzert von Beethoven. Nach meinem entschiedenen NEIN war genau der richtige, der perfekte, der einzig stimmige Moment dafür gekommen.

Ich schob die Kassette in den Recorder des alten, klapprigen Busses, rannte zur Hängematte in den Schatten, machte es mir bequem, schloss die Augen, und nun tanzten die grüngoldblauen Flecken hinter meinen Lidern. Die Pinien dufteten, die Grillen tobten, der Sommer war eine einzige Pracht. Mein Zitterherz war dabei, sich zu erholen.

Da erklang der erste Ton. Ich zuckte zusammen, wie immer. Die Grillen verstummten schlagartig. ALLE! Die Musik bekam

Knospen, sie wuchs, sie blühte auf und dann kam diese wunderbare Stelle, wo das Orchester mit voller Wucht das Leben begrüßt. Und die Grillen, diese abertausend versteckten Musikanten, begriffen. ALLE! Das war ihr Einsatz. Sie legten sich ins Zeug, sie fiedelten, sie strichen über Beinchen und Flügel, sie liebten jeden einzelnen Ton, sie liebten ihre menschlichen Kollegen, sie liebten Beethoven. Und genau mit dem letzten Ton verstummten sie, atemlos wie ich. Und ich lag da und war leer und voll gleichzeitig und traute dem nicht so recht, was ich da gerade erlebt hatte. Und die Grillen sagten keinen Mucks.

Benommen schlich ich zum Auto, spulte zurück, drückte auf Play und rannte los, zurück zur Hängematte, zurück zum Wunder. Einige Grillen hatten sehr zaghaft begonnen, zu kommunizieren, aber als die Musik begann, war es um mich herum wieder schlagartig Mucksmäuschen still. Das Orchester sammelte sich. Es schwang sich ein, es lauschte. Aber dann. Ganz genau, ganz wunderbar exakt setzten sie ein. Taktgenau bei dieser großartigen Stelle, die immer das Herz weg trägt an den geheimen Ort, an dem die Musik ein blühender Garten ist. Mit Grillen darin. Mit einer Hängematte und einem alten, rostigen Campingbus unter Pinien. Mit dem Tingeltangel eines wilden Sommers und mit jubelnden Musikanten. Die gerade Beethoven entdeckten. Oder nein, die Beethoven längst kannten, die Beethoven verstanden, ihn mit Herz, Bein und Flügel umarmten, und es schon immer gewusst haben: **Musik ist Leben. Leben ist Musik. Alles schwingt.**

Und immer mal wieder habe ich in meiner Zeit dort in Spanien Beethoven mit meinen Grillen geteilt. Und immer wieder waren sie hingerissen.

Ich auch. Von Beethovens fünftem Klavierkonzert. Mit mehr als einem Flügel. ■

Seit vielen Monaten erobert Brigitte Werner die Herzen vieler junger und älterer Menschen mit ihrer sprachschöpferischen und lebenspoetischen Geschichte um den Zauberer Kotzmotz und den kleinen Hasen.

Siehe auch: www.geistesleben.de/urheber/brigitte-werner





DIE 14 – BRÜCKE ZWISCHEN HIMMEL UND ERDE

von Wolfgang Held

Bei Amsel, Meise und Spatz, bei Schwalbe, Star und Nachtigall und einer ganzen Reihe weiterer Vögel dauert es 14 Tage bis aus den Eiern im Nest die Küken schlüpfen. Der Kuckuck ist aus bekannten Gründen zwei Tage schneller. Die Brutdauer der meisten Vögel orientiert sich tatsächlich am Wochenrhythmus und es beginnt mit einer Zeitlänge von etwa 14 Tagen. Andere Vögel wachsen 21 Tage oder etwa 28 Tage im Ei.

Die Zahl 14 ist die Verdoppelung der Sieben, ist der zweite Schritt in der Siebenerreihe und deshalb wie diese Zahl eng mit Zeit und Entwicklung verbunden.

Besonders deutlich zeigt sich dies in der menschlichen Biografie. Im 7. Lebensjahr, das heißt im Alter von 6 bis 7 Jahren, liegt die Schulreife. Die körperliche Entwicklung ist so weit fortgeschritten, dass nun mit Schreiben, Lesen und Rechnen die geistige Entwicklung Platz greifen kann. Mit dem 14. Lebensjahr – bei sehr guter Ernährung heute etwas früher – folgt der körperlichen Reife die seelische: die Liebe zum anderen Geschlecht, aber auch die Begeisterung für Ideen und Visionen erwacht. Vom Spross wird man zum Glied der Menschheit. So sind es vierzehn Jahre, vierzehn Schritte, um voll zur Menschheit zu gehören. Vielleicht bildete sich aus dieser Parallele im 16. Jahrhundert die Vorstellung der vierzehn Stationen auf dem Weg zur Kreuzigung. Verurteilung, Schultern des Kreuzes und erster Sturz sind dabei die ersten drei Stationen. Die vierzehnte ist die Grablegung des Leichnams. Dieser Weg hat – wenn auch im großen mythischen Bild überhöht – ebenfalls die Menschwerdung als Ziel. Eine andere christliche Tradition scheint davon abgeleitet zu sein: die katholische Vorstellung der 14 Nothelfer. Gemeint sind hierbei Heilige und Märtyrer der frühen Zeit, die jeweils in besonderen Zwangslagen angerufen werden sollen.

Zur 14 gehört, dass sie polar zu diesem geistigen Entwicklungsweg auch in der physikalischen Welt als eine wichtige Größe auftritt. Der französische Mathematiker Auguste Bravais untersuchte, auf welche verschiedenen Möglichkeiten sich kleinste Teilchen im Raum zu einem Kristallgitter anordnen können. Kochsalz bildet beispielsweise ein sogenanntes «kubisch-flächenzentriertes Gitter». Das bedeutet, die kleinste Struktur ist würfelförmig, wobei nicht nur an den acht Ecken eines solchen gedachten Würfels je ein Atom sitzen kann, sondern auch in den sechs Flächenmitten. Ein solcher Würfel hat demnach 14 Teilchen.

Es gibt aber auch andere Möglichkeiten: So können statt der Flächenmitten die Mitten der Kanten noch über ein Atom verfügen oder in einer Richtung können die Abstände verlängert sein, sodass die Struktur rechteckig wird. Durch solche Variationen sind bei der Kristallbildung insgesamt 14 verschiedene Raumstrukturen, 14 verschiedene sogenannte «Bravais-Gitter» möglich.

Die Vierzehn ist hier keine zeitliche Größe, sondern bestimmt interessanterweise die Mannigfaltigkeit im kristallinen Aufbau.

In der islamischen Zahlenmystik ist diese Weite der Zahl 14 bekannt. Sie gilt dort als Mondzahl, denn von Neumond bis Vollmond sind es kaum mehr als 14 Tage. Sie bestimmt den Rhythmus, in dem der Mond als die Brücke zwischen Erde und Kosmos sich füllt und wieder entleert. **14 ist damit ein vermittelnder Rhythmus zwischen Himmel und Erde.**

Die Kristalle in ihrem besonderen Verhältnis zum Licht stehen ebenfalls in dieser himmlisch-irdischen Achse wie auch die eingangs erwähnten Vögel, sodass es nicht verwunderlich ist, dass auch hier Fußspuren der 14 zu finden sind. ■

DER BLICK DES ENGELS

von Johannes W. Schneider

Der Blick eines Menschen kann sprechen. Nicht in der Art von Worten, die auf einen hinter ihnen liegenden Sinn, auf einen Gedankeninhalt hinweisen, sondern der Blick wird verstanden, weil der Blickende und der Angeblickte zusammenklingen oder vielleicht auch gegeneinander kämpfen. Die Sprache des Blicks ist über die Erde hin verständlich, ohne Worte.

Ich sitze auf einer Bank im Pekinger Sommerpalast und unterhalte mich durch Lächeln mit einem etwa fünfjährigen chinesischen Mädchen, das mir immer wieder freudig die bei jedem Schleckchen kleiner werdende Eisportion zeigt. Die Eltern gesellen sich hinzu und blicken liebevoll auf ihr Kind und dann zu mir herüber. Durch diesen Blick habe ich mehr als durch lange sozialwissenschaftliche Untersuchungen erfahren, welches Glück für Eltern das eine, das einzige Kind bedeuten kann, das sie im bevölkerungsplanenden China haben dürfen.

Der Blick kann nicht nur sprechen, er kann auch tragen. Ich komme in einen Kindergarten, in dem die erfahrene Erzieherin mit ihrer Handarbeit in einer Ecke sitzt, während die Kinder friedlich im Raum spielen. Der teilnehmende Blick des vertrauten Erwachsenen trägt das Spiel. Er fixiert nicht, er begleitet, was die Kinder tun, und weckt damit deren Initiative und deren Spielideen. Der tragende Blick wendet die Aufmerksamkeit der Kinder nicht auf die Erzieherin, sondern auf die Welt. Er bindet das Kind nicht an die Erzieherin, sondern macht es selbstständig.

Wie schön kann die Begegnung mit einem Menschen sein, der sich in seinem Blick offen zeigt. Das Licht seines Inneren, seines Herzens strömt uns entgegen. Und das verbindet uns miteinander. Der Blick des Engels ist nicht die Sprache seines Inneren, sondern durch ihn weht uns die Weite des Himmels an, den der Engel in seinem Rücken hat. Dieser Blick ist nicht aus dem Herzen geführt, sondern

aus dem Raum hinter dem Engel – wie auch der Blick eines Neugeborenen oder eines friedlich Sterbenden uns aus einer unendlichen Weite erreicht. Und uns daher nicht fixiert, sondern durch uns hindurchgeht, jedenfalls durch denjenigen, der wir als Erdenmensch sind. Wir fühlen uns als derjenige wahrgenommen, der wir wirklich sind, der wir eigentlich sein wollen. Deshalb können wir einen solchen Blick kaum ertragen. Wir können ihm nicht begegnen wie dem Blick eines Gesprächspartners, sondern wir können uns von seiner Weite, von seinen Schwingen tragen lassen – oder uns zurückziehen in das alltägliche Ego, das uns stützt.

Der Blick des Engels trägt, indem er unverwandt auf unser wahres Wesen gerichtet ist, während des ganzen Lebens. Diese Erfahrung hat Christian Morgenstern in seinem Gedicht *Der Engel*, das er wenige Monate vor seinem Tod im Jahr 1914 niedergeschrieben hat, formuliert. In Worten, die der Engel zum Menschen spricht, oder: in Worten, in die der Dichter den sprechenden Blick des Engels übersetzt:

O wüsstest du, wie sehr dein Antlitz sich verändert, wenn du mitten in dem Blick, dem stillen, reinen, der dich mir vereint, dich innerlich verlierst und von mir kehrst! Wie eine Landschaft, die noch eben hell, bewölkt es sich und schließt mich von dir aus. Dann warte ich. Dann warte schweigend ich, oft lange ...*

Nicht der Engel zieht sich vom Menschen zurück, wenn dieser seinem wahren Wesen untreu wird, sondern der Mensch wendet sich vom Engel ab, entschwindet dem Blick des Engels. Das Leben, das der Mensch dann führt, ist wie eine Landschaft, die der Engel unter

* Christian Morgenstern, Nachlese zu «Wir fanden einen Pfad», in: *Werke und Briefe*, Band II: Lyrik 1906–1914, hrsg. von Martin Riebig, Stuttgart 1992, S. 251.



«Der Engel-Blick wirkt weckend auf unser wahres Wesen, wir könnten als Erdenmenschen gar nicht gut sein ohne den liebevollen Blick des Engels, der in uns mehr sieht, als wir schon sind.»

Johannes W. Schneider

einer Wolkendecke ahnen, aber nicht sehen kann. Denn das ist eine Eigentümlichkeit des Engel-Blicks, dass er nur das Gute sieht. Wir Menschen wenden den Blick oft von dem Bösen weg, weil wir es nicht sehen wollen. Das tut der Engel nicht, er weicht nicht aus. Sondern die Liebe zu dem ihm anvertrauten Menschen ist so groß, dass er mit all seiner Kraft auf das Gute in ihm sieht. Nicht nur auf das bereits verwirklichte Gute, sondern durch seinen Blick aktiviert er das im Menschen vorerst noch ruhende Gute. Der Engel-Blick wirkt weckend auf unser wahres Wesen, wir könnten als Erdenmenschen gar nicht gut sein ohne den liebevollen Blick des Engels, der in uns mehr sieht, als wir schon sind.

Der Engel urteilt, indem er blickt. Er verurteilt nicht, er richtet nicht, aber er urteilt, indem er «zur Seite sieht», was nicht im Blick des Engels bestehen kann.

Auf eine weitere Qualität im Blick des Engels weist Christian Morgenstern hin: In ihm liegt die Kraft des Wartens. Selbstverständlich wartet ein Engel nicht ab, was geschieht, sondern sein Warten aktiviert, ermuntert. Was ein solches Warten bedeutet, verstehen wir am besten, wenn wir es vermissen, wenn niemand mehr auf uns wartet. Dann fühlen wir uns allein gelassen. Heute ist es eine der schwersten Belastungen für junge Menschen, in eine anonyme, erwartungslose Welt hineinzuwachsen. Ein moderner Pädagoge, Andreas Flitner, hat die Erwartung einmal als Geheimkraft der Erziehung bezeichnet. Und Christian Morgenstern spricht davon, dass der Engel uns erwartet, wann immer wir kommen.

Der wartende Engel ist eine der fundamentalen und vielleicht die am ehesten zugängliche Erfahrung von himmlischen Wesen, die der Mensch haben kann, wenn er nur fein genug beobachtet. Wir haben für kürzere oder längere Zeit uns verloren, sind abgewichen von dem Bild unserer selbst, auf das der Engel unverwandt blickt. Und dann fangen wir uns wieder. Da erleben wir nicht einfach, dass wir eine Höhe, die wir schon einmal erklommen hatten, von der wir aber abgerutscht waren, wieder erreichen, sondern wir kommen an einen Ort, an dem wir erwartet werden. In der Einigkeit mit uns selbst spüren wir die Freude dessen, der uns dort unentwegt erwartet, den Glanz in seinem Blick. Die Einigkeit mit uns selbst aktiviert, während die Selbstzufriedenheit lähmt.

Wie der tragende Blick der Erzieherin das Kind nicht an sie selbst bindet, sondern gegenüber der Welt öffnet, so vergisst der Mensch den tragenden Blick des Engels. Er denkt an die Welt, aber nicht an den verborgenen Quell der Kraft, mit der er dies tut. Die Liebe des Engels ist ein Geschenk, nicht eine Verpflichtung. Wenn der Mensch dem Engel für seine Gabe dankt, dann deshalb, weil er es will, nicht weil die Nähe des Engels ihn dazu nötigt. Der Engel will die freie Handlung des Menschen, nicht die Nötigung zum «Guten». ■

Johannes W. Schneider, geboren 1928, war nach dem Studium der Psychologie, Pädagogik, Geschichte und Germanistik lange Zeit als Lehrer und später als Psychologe tätig. Im Verlag Freies Geistesleben ist bereits sein Buch «**Träume besser verstehen**» (ISBN 978-3-7725-1264-3) und jüngst «**Engel und ihre finsternen Brüder**» (ISBN 978-3-7725-1440-1) erschienen, dem dieser Text entlehnt ist.



240 Seiten, gebunden
€ 17,50 (D) | € 18,10 (A) | sFr 32,-
ISBN 978-3-8251-7614-3

Das ungewöhnliche Leben einer großen Liebenden

«Der Kaplan saß stumm, die Hände vor das Gesicht geschlagen. Alles Kalte, aller Spott war von ihm gewichen, ein linder, wärmender Hauch wehte von dem Kinde zu ihm und drang durch seine zitternden Finger bis in sein Innerstes. Was ihm hier entgegenströmte, waren nicht die Worte einer Sechsjährigen, das war die Liebe einer ungewöhnlichen Seele. Er, das wusste er, würde einen weiten Weg zurücklegen müssen, um dorthin zu gelangen ...»

An einem lichten Septemberabend im 13. Jahrhundert wird auf der Burg des Rosenritters ein Mädchen namens Libussa – «die Liebende» – geboren. Sie macht ihrem Namen alle Ehre, ist sie doch ein ganz besonderes Kind, das alle, die mit ihr in Berührung kommen, verändert und verwandelt ...

Ein weiterer bewegender Roman der Meistererzählerin.

FEBRUAR

Ein Jahr der Farbe II Bild und Wirklichkeit

«Die farbige Welt ist keine Wirklichkeit, die farbige Welt ist schon in der Natur selber Bild: und das Bild des Toten ist das Schwarze, das Bild des Lebenden ist das Grüne, das Bild des Seelischen ist das Pfirsichblüt, das Bild des Geistes ist das Weiß.»

Rudolf Steiner
* 27. Februar 1861
† 30. März 1925

Das Wesen der Farbe, Erster Vortrag, 6. Mai 1921
Rudolf Steiner Verlag, Dornach 1973

Die (für Sonntag) angegebenen Zeiten für Auf- und Untergang von Sonne und Mond sind in mitteleuropäischer Zeit (MEZ) und gelten genau für Kassel. Bei Konjunktion (♌) und Opposition (♍) der Wandelsterne (Sonne ☉ und Mond ☾) und Planeten: Saturn ♄, Jupiter ♃, Mars ♂, Venus ♀, Merkur ☿) ist die Zeit in ganzen Stunden ebenfalls in MEZ angegeben. Der zunehmende Mond ist durch das Zeichen ☽, der abnehmende durch das Zeichen ☾ gekennzeichnet.

SO 31

43. Woche nach Ostern
☾ ☽ 19^h
Vor 66 Jahren (1944) starb der Schriftsteller u. Dramaturg Jean Giraudoux (* 29.10.1882)
☉ 08.01/17.10
☾ 19.19/08.19

Januar

SO 07

44. Woche nach Ostern
☉ 07.50/17.23
☾ 03.25/11.00

MO 01

KW 05
Vor 66 Jahren (1944) starb der Maler Piet Mondrian (* 07.03.1872)

MO 08

KW 06
1935 Max Liebermann †, impressionistischer Maler (* 20.07.1847)

DI 02

☾ ☽ 22^h

DI 09

1910 Jacques Monod *, Biochemiker († 31.05.1976)

Mariä Lichtmess

MI 03

MI 10

DO 04

Do 11

FR 05

FR 12

☾ ☽ 6^h, ☾ ☽ 10^h
1860 Isaak Bär Levinsohn † in Kremencz, wo er am 13.10.1788 auch geboren wurde. Der «russ. Mendelsohn» war ein Pionier der Aufklärung unter den Juden Russlands.

SA 06

● Letztes Viertel

SA 13

☿ ☽ 11^h



SO 14

45. Woche nach Ostern
● Neumond 03.51, ☾♌ 22^h

☉ 07.38/17.35
☽ 07.27/18.18

♥ Valentinstag

MO 15

KW 07
♌♌ 3^h

Rosenmontag

DI 16

☼ Sonne tritt in das Sternbild Wassermann.

Fastnacht

MI 17

♀♌ 3^h, ♃♌ 9^h

Aschermittwoch

DO 18

☼ Sonne tritt in das Tierkreiszeichen Fische.
Beginne mit der Monatstugend:
«**Großmut – wird zu Liebe.**»

FR 19

SA 20

1810 Andreas Hofer wird erschossen, Freiheitskämpfer
(* 22.11.1767)

SO 21

46. Woche nach Ostern

☉ 07.24/17.48
☽ 09.34/01.24

MO 22

KW 08
● Erstes Viertel

DI 23

Lazarus, der von Christus Auferweckte

MI 24

Matthias, der Jünger, der an Judas Stelle trat

DO 25

FR 26

♃♌ 4^h

SA 27

♃♌ 21^h
1760 Anna Magdalena Bach †, Komponistin u. Sängerin
(* 22. Sept. 1701), zweite Frau von Johann Sebastian Bach

SO 28

47. Woche nach Ostern
○ Vollmond 17.38, ☉♌ 12^h, ♃♌ 17^h

☉ 07.09/18.00
☾ 18.11/06.40

in Finnland Kalevala-Tag

MO 01

März

KW 09
☾♌ 14^h
1810 Frédéric Chopin *, Komponist († 17. Oktober 1849)

Redaktion: Lin

Winterliche Birke

Hast du die kahle Birke schon erblickt?
Des Laubs entschmückt, steht sie
im Abendblau
des Horizontes wie hineingestickt

von zarten Händen einer stillen Frau.
Und wenn die Wolken rosig aufgeblüht,
das Tal getaucht in Violett, dann schau,

wie sie die Himmelfarben einbezieht
in ihres Bildes zierliches Oval,
wie warm das Gold erwacht, das Rot
erglüht,

in zarte Zweige eingefasst – von
Mal zu Mal
im Abendwinde federleicht gebauscht.
Wird dann der Himmel leise um sie fahl,

hat er sein Blau mit dunklem Samt
vertauscht:
steht sie wie neu. Von Sternen übersät.
Die Säfte ruhn. Sie träumt vielleicht.
Und lauscht

dem Atem dessen, der sie still durchweht.

Claude Monet
* 14. November 1840
† 5. Dezember 1926)

Meule, dégel, soleil couchant
Getreideschober bei Tauwetter und Sonnenuntergang, 1890/91
Öl auf Leinwand, 65 x 92 cm
Art Institute of Chicago

Erika Beltle
* 19. Februar 1921

Gesammelte Gedichte
Verlag Urachhaus, Stuttgart 2008

Kinder?



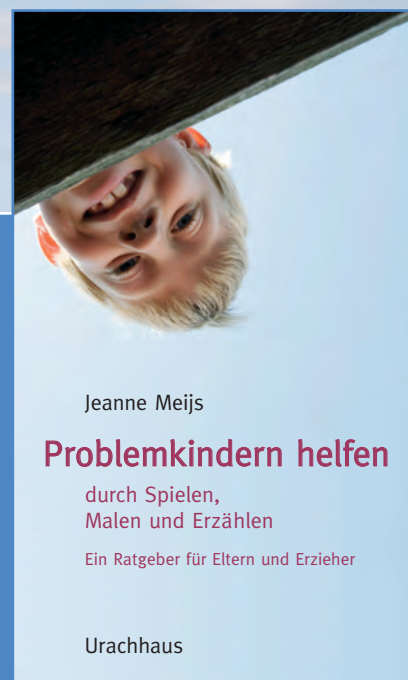
Ja bitte!



128 Seiten, gebunden
€ 15,90 (D) | € 16,40 (A) | sFr 27,90
ISBN 978-3-8251-7652-5

Wann ist der richtige Moment und wie viele Kinder möchten wir haben? Wie gehen wir mit einer ungewollten Schwangerschaft um? Was tun, wenn es mit der Schwangerschaft nicht klappt? Liegt es an ihm oder ihr? Und gibt es dafür nur biologische Gründe?

Solche und ähnliche Fragen werden der erfahrenen Familien-Therapeutin Jeanne Meijs häufig gestellt. In diesem Ratgeber wendet sie sich an alle Menschen, die eine Familiengründung planen oder sich fragen, wann ihre Familie komplett ist.



232 Seiten, kartoniert
€ 16,90 (D) | € 17,40 (A) | sFr 29,90
ISBN 978-3-8251-7651-8

Wie hilft man Kindern, die mit Ängsten, Aggressionen, frühem seelischen Altern oder anderen Entwicklungsstörungen zu kämpfen haben? In der «aktiven Bildtherapie», die Jeanne Meijs entwickelt hat, nehmen Kinder Bilder spielend, malend und hörend auf oder bringen sie selber hervor – Bilder, die ihre Seele dort erreichen können, wo sie besonders entwicklungsfähig ist.

Jeanne Meijs macht allen Eltern Mut, sich trotz aller Schwierigkeiten mit den Kindern auf den Weg zu begeben.

www.urachhaus.com

Urachhaus. Kompetenz in Sinnfragen



SATURN IN DER JUNGFRAU, JUPITER IN DEN FISCHEN

von Liesbeth Bisterbosch

Der gelbliche Saturn verweilt beim Kopf der Jungfrau. Dieses Sternbild ist sehr lang, man muss sich anstrengen, es als Ganzes zu überblicken. Der einzige auffallende Stern, die bläuliche Spika, geht erst zwei Stunden nach Saturn auf. Der Planet ist dank seiner gelben Farbe und seiner Position südlich des orangefarbenen Sterns Arktur gut erkennbar. Sie gehen fast gleichzeitig auf, Saturn steht dann weit rechts vom hellsten Stern des Bootes (Ochsenhüter). Anfang Februar findet ihr Aufgang am dunklen Abendhimmel statt, Ende Februar bereits während der Dämmerung.

Das Sternbild Jungfrau hat eine ganz besondere Beziehung zur Landwirtschaft. Die Babylonier bezeichneten um 700 v. Chr. das gesamte Gebiet der heutigen Jungfrau als AB.SIN, die Ähre. Oberhalb der Ähre befand sich eine Himmelsgöttin. Ihre Sterne erschienen in der Erntezeit am Morgenhimmel. Wenn Arktur sichtbar geworden war, dauerte es noch zehn weitere Tage, bis auch AB.SIN wiederum zu sehen war. Der Stern AB.SIN ist die Ähre der Göttin Shala. Diese Göttin des Kornes war mit dem Gott des Regens vermählt.

Der Grieche Arathos verfasste etwa 270 v. Chr. seine «Phainomena», ein Lehrgedicht über die Sterne. Unter den Füßen des Bootes steht ein Mädchen, es trägt in seiner Hand die strahlende Spika (unser Name für AB.SIN). Wahrscheinlich war sie das Kind des Astraios, des Vaters der Sterne. Früher, im sogenannten Goldenen Zeitalter, lebte sie unter den Menschen. Die unsterbliche Jungfrau hieß Dike, die Gerechtigkeit. Sie versammelte auf dem Markt alte Menschen um sich und rezitierte für sie Texte, die sie zum rechten Urteil anspornten. Im nächsten Zeitalter, dem «Silbernen», fühlte sie sich nicht mehr mit den Menschen verbunden und zog sich in die Berge zurück. Als sie um Hilfe gebeten wurde, erschien sie abends und warf den Menschen ihr gottloses Verhalten vor. Sie warnte vor

einem noch schlimmeren Geschlecht, das einst Krieg und Leid entfesseln würde. Im Bronzezeitler kämpften die Menschen mit Schwertern und aßen das Fleisch der Ochsen, die die schwere Feldarbeit verrichteten. Dike hasste dieses Geschlecht und flog zum Himmel zurück, wo sie nachts in der Nähe des Bootes noch stets sichtbar ist.

Das Sternbild hieß bei den Griechen *Parthenos* (Jungfrau) und später auch *Kore* (Mädchen) sowie Persephone. Diese einzige Tochter der Göttin Demeter wurde durch den Gott der Unterwelt geraubt. Aufgrund der Bemühungen ihrer Mutter kam es zu einer gütlichen Einigung; so durfte Persephone zwei Drittel des Jahres bei ihr, der Göttin der Landwirtschaft, leben.

Wenn Saturn am Abend aufgeht, ist Jupiter bereits untergegangen. Ab Mitte Februar ist er nicht mehr sichtbar. Er hat am 28. Februar eine Konjunktion mit der Sonne. Saturn dagegen tritt in Opposition mit der Sonne (22. März). Saturn und Jupiter können in diesen Jahren stets nur ganz kurze Zeit gleichzeitig oberhalb des Horizontes stehen. Wenn der eine aufgeht, geht der andere unter. Alle 20 Jahre haben sie eine drei- oder fünffache Opposition. Sowohl in den Jahren 1969 bis 1971 wie 1989 bis 1991 wie auch in den Jahren 2029 bis 2031 stehen Saturn und Jupiter einander fünfmal genau gegenüber. Wenn Jupiter im April wieder sichtbar wird, befindet er sich in den Fischen. In diesem Sternbild bewegt er sich relativ rasch vorwärts, dadurch ereignen sich in den Jahren 2010 und 2011 lediglich drei Oppositionen mit Saturn. ■

Abbildung: Saturn und die Jungfrau. Der gelbliche Saturn steht beim Aufgang viel höher als die bläuliche Spika. Spika geht 2 Stunden nach Saturn auf. Beim Untergehen steht Saturn viel weiter rechts, die beiden gehen fast gleichzeitig unter.

DIE NEBENNIERE – ORGAN DER SEELE

von Markus Sommer

In der Januar-Ausgabe wurde dargestellt, dass unsere Nebennieren ein Hormon bilden, das in Belastungssituationen unser Herz kräftigt, den Kreislauf anregt und verblüffenderweise identisch ist mit dem Gift einer afrikanischen Pflanze, das ursprünglich als tödliches Pfeilgift, später aber als wichtiges Herzmedikament eingesetzt wurde. Zu Beginn meines Medizinstudiums habe ich mit einem verwandten asiatischen Pfeilgift experimentiert, um an einzelnen Zellen dessen Wirkungen zu erforschen. Als ich Schwierigkeiten bei der Isolation von Anteilen des Giftes hatte, nahm ich Kontakt mit einem alten Forscher auf, der in seiner eigenen Jugend großartige Leistungen bei der Analyse eben dieses Pfeilgiftes veröffentlicht hatte. Dass der Anruf bei ihm auf seinen 90. Geburtstag fiel, war Zufall, und erstaunt hörte ich, dass der greise Forscher noch immer in seinem alten Labor arbeitete, wobei er leicht griesgrämig hinzufügte, dass sein 89-jähriger Assistent langsam etwas unbeholfen werde und ab und an beim Umfüllen wertvolle Reagenzien verschütte. Erst beim weiteren Recherchieren merkte ich, bei welchem berühmten Mann ich hier Hilfe erbitten hatte: Tadeus Reichstein hatte (zusammen mit zwei Kollegen) etwa 50 Jahre zuvor den Nobelpreis für die Entdeckung des Kortisons erhalten, des vielleicht wichtigsten Hormons der Nebenniere. Leider hat Prof. Reichstein wohl nicht mehr erfahren, dass die beiden Bereiche seines Forschens so innig miteinander verbunden sind.

Die Nebenniere ist ein richtiger Tausendsassa der Hormonproduktion. In ihrem Zentrum bildet sie Adrenalin (und verwandte Hormone), die bei Stress und Schreck ausgeschüttet werden und uns den berühmten «Adrenalinstoß» versetzen, der uns erleichen lässt und das Herz zum Rasen bringt. In der Hand des Notarztes kann dieses Hormon dazu beitragen, ein stillstehendes Herz wieder zum Schlagen zu bringen. Hier sehen wir unmittelbar, dass eine Seelenregung über die Nebenniere im Leib wirksam werden kann. Umgekehrt kann dieses Nebennierenhormon dazu beitragen, die Seele «im Leib zu halten», die sich beim Herzstillstand von ihm löst. **Im Großen und Ganzen haben alle Hormone mit dem Erscheinen der Seele im Leib zu tun, aber ganz besonders deutlich ist das tatsächlich bei den Hormonen der Nebenniere.** Eigentlich ist dieser Name auch nicht ganz glücklich, denn sie liegt nicht neben, sondern über den Nieren und bedeckt sie wie eine Kappe. So liegen die Nebennieren also gerade unterhalb des Zwerchfells, von dem sie bei jedem Atemzug «massiert» werden. Und auch an unserem Atem (der je nach Situation harmonisch fließt oder stocken kann) wird ja unser Seelisches leiblich erfahrbar.

Aber zurück zu den Hormonen, den winzigen Substanzmengen, die von einzelnen Hormondrüsen produziert und ins Blut abgegeben werden, um an anderen Orten des Leibes Wirkungen hervorzurufen, und vor allem zurück zur Nebenniere: Eben war von ihrem Zentrum, ihrem «Mark» und dessen Adrenalinbildung die Rede. Es ist umgeben von der «Nebennierenrinde», und diese bildet eine ganze Menge Hormone. Hier entstehen Sexual-

hormone, die auch in Hoden und Eierstöcken gebildet werden. Hormone, sogenannte «Mineralokortikoide», welche über eine Beeinflussung der Nierenfunktion den Salz(=Mineral)haushalt regulieren und unseren Blutdruck. Werden sie durch eine Krankheit unzureichend produziert, so dämmert der Patient liegend dahin und bricht bei jedem Versuch sich aufzurichten zusammen, weil er seinen Blutdruck nicht mehr dem beim Aufstehen geänderten Bedarf anpassen kann. Bei einer solchen «Addison-Krankheit» ist die Seele in ihren Äußerungsmöglichkeiten schwer eingeschränkt. Bei dieser Krankheit fehlen noch weitere Nebennierenrindenhormone, die sogenannten «Glukokortikoide». Sie heißen so, weil sie dafür sorgen, dass in unserem Stoffwechsel Zucker, also «Süßes», entsteht – und das heißt auf Griechisch **γλυκός** = glukus.

So eine Zuckerbildung ist immer dann nötig, wenn eine plötzliche Aktivität erforderlich ist, beispielsweise zum Laufen oder Denken. Wenn eine solche Aktivität mit großer Dringlichkeit von außen gefordert wird, erleben wir das als «Stress». Diesen Begriff hat der Forscher Hans Selye in alle Sprachen dieser Erde eingeführt, und er hat auch erforscht, wie erreicht wird, dass die von der Nebenniere produzierten Glukokortikoide, deren prominentestes das «Kortison» ist, im richtigen Moment in ausreichender Menge freigesetzt wird, damit wir adäquat auf den «Stress» reagieren können. Der Addison-Kranke, der nicht mehr ausreichend Gluko- und Mineralokortikoide bilden kann, hat keine Stresskompensationsmöglichkeit mehr. Ihn lässt im Extremfall schon der Versuch, sich aufzurichten, zusammenbrechen.



Foto: iStock

Die Kortisonbildung unserer Nebenniere ist im Tageslauf nicht konstant, sie steigt nicht nur an, wenn wir besonders gefordert sind, sie erreicht auch (was ebenfalls Selye erkannt hat) in den frühen Morgenstunden ihren Spitzenwert im Tagesverlauf und bereitet so unser Erwachen vor, den Vorgang also, bei dem unsere Seele wieder in den Leib taucht, ihn ergreift, durch ihn wirkt. Gerade dieser Tagesrhythmus der Hormonbildung ist bei Menschen, die dadurch krank geworden sind, dass sie den «Stress» nicht mehr bewältigen können, gestört. Das findet man bei Menschen mit sogenanntem «Burn-Out-Syndrom», die lange mit größtem Einsatz tätig waren, dann aber nicht mehr die kleinste Anforderung bewältigen und sich wie gelähmt erleben. Da dieser Zustand dem einer Depression sehr ähnelt, wundert es nicht, dass auch hier Veränderungen der Regulation der Nebennierenhormone zu finden sind.

Diese Zustände werden auf verschiedene Weise behandelt, in der Regel aber nicht mit Hormonen. Dass heute Addison-Patienten aber nicht mehr sterben, sondern fast normal leben können, weil wir ihnen die fehlenden Hormone verabreichen können, verdanken wir Tadeus Reichstein und seinen Mitarbeitern. Sie haben in den ersten Jahrzehnten des 20. Jahrhunderts die Nebennieren – die als Schlachtabfälle anfielen – von 25.000 Rindern «verarbeitet», um schließlich daraus weniger als ein Zehntelgramm Kortison (und verwandte Hormone) zu gewinnen. Wenn die eigene Nebennierentätigkeit nicht mehr reicht, kann man diese Hormone seither von außen zuführen, und man hat inzwischen entdeckt, dass sie in höheren Dosen, als sie in uns normalerweise vorkommen, vielfältige Wirkungen ausüben. So kann man mit ihnen beispielsweise Entzündungen bei manchen rheumatischen Erkrankungen dämpfen. Bei einem akuten Schub einer Multiplen Sklerose gibt man häufig ein Gramm des Hormons am Tag und kann dadurch oft eine Lähmung beseitigen oder einen durch Entzündung des Sehnervs Erblindeten wieder sehend werden lassen. Reichstein hätte dafür 250.000 Kühe gebraucht – glücklicherweise können die Hormone heute aber ohne Einsatz von Tierorganen hergestellt werden. Wir wissen, dass solche großen Hormonmengen auch schwere Nebenwirkungen – nicht zuletzt manchmal in Form seelischer Störungen – auslösen können. Dennoch schulden wir unermüdlich fleißigen Forschern wie Tadeus Reichstein großen Dank, ebenso aber auch den zahllosen Tieren, die diese Erkenntnisse ermöglicht haben. ■

Markus Sommer, geb. 1966, Medizinstudium in München, klinische Erfahrung im Bereich Innere Medizin, Geriatrie, Neurologie, Pädiatrie und der praktischen Anwendung von anthroposophischer Medizin und Homöopathie. Neben seiner Tätigkeit als niedergelassener Arzt ist er Autor und hält Vorträge.



Eckhard Roediger

Depression – die Sehnsucht nach Zukunft

Ein Ratgeber für
Betroffene und Angehörige

Ein Ratgeber für Betroffene u. Angehörige
256 Seiten, mit zahlr. farb. Abb., kart.
€ 18,90 (D) | € 19,50 (A) | sFr 32,90
ISBN 978-3-7725-5039-3

Wege aus der Depression

Die Erscheinungsformen der Depression sind vielfältig, die Auswirkungen auf den Einzelnen und sein Umfeld jedoch immer belastend. Wie man dieser Last mit ganz unterschiedlichen Methoden und Therapieansätzen begegnen kann, zeigt dieser umfassende, ganzheitliche Ratgeber.

Die Themen-Schwerpunkte:

- Das klinische Bild der Depression
- Die Ursachen der Depression
- Formen der Depression
- Handlungsmöglichkeiten
- Be-Handlungsmöglichkeiten
- Was kann ich für meinen Partner tun?
- Geschlechts- und altersspezifische Aspekte
- Übungen und Meditationen

«Den Betroffenen – und ihren oft überforderten Angehörigen – nimmt sich der Verhaltenstherapeut und Neurologe Eckhard Roediger an. Sein Ratgeber informiert umfassend über die schwarzen Welten der Depression, vor allem aber bietet er praktische Hilfestellung, wie man damit umgehen kann.» *buchjournal*



AUF VERTRAUTEM FUSS MIT DEN NATURWESEN

DIE AUTORIN UND MALERIN ANNIE GERDING-LE COMTE

von Frank Berger

Annie Gerding-Le Comte, geboren 1903 in Batavia/Indonesien, gestorben 1988 in Nunspeet/Niederlande, hat sich zeit ihres Lebens mit dem Thema Naturwesen beschäftigt. Schon als Kind besaß sie helllichtige Fähigkeiten, die besonders mit Naturerfahrungen in ihrer indonesischen Heimat verbunden waren. Im Laufe ihres Lebens lernte sie durch autodidaktisches Studium, ihre Wahrnehmungen in das Medium des Wortes sowie in Aquarelle und Zeichnungen zu übersetzen, und sie brachte es auf diesem Gebiet zu großer Meisterschaft. Durch ihr seit Kurzem auch in deutscher Sprache vorliegendes Buch *Zwerge, Gnome und Fantome. Begegnungen mit Naturwesen*,* das in den Niederlanden bereits 1979 erschien, wurde sie auf einen Schlag im ganzen Land bekannt. Presse und Fernsehen befassten sich mit ihrem Werk und ihren Berichten aus der Welt der Naturgeister. Außerdem hielt sie zahlreiche Vorträge im ganzen Land. Nebenbei betrieb sie mit ihrer Freundin Maria van Bemmelen eine Eurythmieschule in Nunspeet. Die urwüchsige und wilde Landschaft der Veluwe im Osten der Niederlande wurde ihr zu einer Quelle reicher Wahrnehmungen und Erfahrungen.

Annie Gerding betonte stets, ihr Werk sei lediglich ein unvollkommener Versuch, eine unsichtbare Welt mittels sichtbarer Farben und Formen wiederzugeben. Nicht nur die physische, auch die helllichtige Wahrnehmung ist subjektiv gefärbt. Die Wiedergabe solcher Wahrnehmungen kann nie vollkommen sein. Trotz ihrer «visionären» Veranlagung war Annie Gerding eine sehr nüchterne und naturwissenschaftlich geschulte Persönlichkeit. Nie sind ihre Schilderungen «abgehoben», sie geht mit ihren Lesern zunächst einen Weg, der auf exakter Naturbeobachtung gründet. Dadurch schafft sie das rechte «Milieu» für ihre Schilderung der subtilen Tatsachen der Welt der Naturwesen.

Betrachter ihrer Werke wundern sich manchmal darüber, dass Annie Gerding in ihren Bildern Naturwesen häufig so detailliert und «physisch» darstellte, manchmal komplett mit Kleidung, Mützen und anderen Attributen. Es handelt sich dabei natürlich nicht um physisch sichtbare Objekte. Die Naturwesen, die am stärksten mit dem Element der Erde verbunden sind (Zwerge und Gnome) imitieren häufig die physische Welt durch ihre Farben, Formen und Bewegungen – um schon im nächsten Augenblick in wieder anderen Gestalten und Farben zu erscheinen. Alle Bilder, die wir uns von ihnen machen, sind also nicht mehr als Momentaufnahmen innerhalb einer sich ständig verwandelnden Welt. Neben den mit dem Erdelement verbundenen Naturwesen (Gnomen) kennt die Menschheit schon von alters her die Undinen (Wasserwesen), Sylphen (Luftwesen) und Salamander (Feuerwesen).

Ihr ganzes Leben lang sprach Annie Gerding nie anders als mit großer Ehrfurcht über ihre Wahrnehmungen und Erfahrungen. Gut zwanzig Jahre nach ihrem Tod wurde nach langer Suche ihr eindrucksvolles malerisches Werk wiedergefunden und ist nun öffentlich zugänglich (Nähere Informationen unter: www.anniegerding.nl). ■



* Das Buch «Zwerge, Gnome und Fantome. Begegnungen mit Naturwesen» von Annie Gerding-Le Comte ist im Verlag Urachhaus erschienen (ISBN 978-3-8251-7609-9). Weitere Informationen sind zu finden unter: www.urachhaus.de/urheber/annie-gerding-le-comte



UNTERWEGS ZU DEN STERNEN

von Ute Hallaschka

Hand aufs Herz: Wer versteht, was da draußen vorgeht? Die Wirklichkeit, die sich im Weltall ereignet – Tag für Tag, Nacht für Nacht, jede Sekunde – in der wir leben. Der kosmische Tanz, die Beziehung der Gestirne untereinander: Sonne, Mond und Sterne auf all ihren Wegen, mit ihren Anziehungs- und Abstoßungsenergien, ihren Umläufen, Schleifen, Knoten und Kreuzungen, ihren gemeinsamen und gegenläufigen Verfolgungsbahnen – und nichts steht fest. Je nach Standpunkt sieht es in diesem schwebenden Zusammenhang immer wieder anders aus, als es scheint. Aber was heißt hier Standpunkt? Wir treiben schließlich mittendrin im Getümmel auf der guten alten Erde im kosmischen Reigen. Doch wer kann schon Schritt halten auf dem Tanzboden des Bewusstseins, mit dieser Lebensrealität? Der Verstand fasst es kaum, höchstens in Ausschnitten, in theoretischen Vorstellungen fixiert. Wer aber im Denken die Bewegungen gleichzeitig mitmachen will, der gerät bald ins Rotieren und weiß nicht mehr, wo hinten und vorne ist.

Hand aufs Herz: Wo liegt Japan? Im Osten gewiss, aber einer, der in Kalifornien an der Pazifikküste steht und aufs Meer hinausschaut, muss anderer Ansicht sein. Eine runde Sache, die Erde, auf ihr gelten eindeutige Himmelsrichtungen, die kann jedes Kind mit dem Kompass ermitteln – aber wo hört nun eigentlich Westen auf und fängt Osten an? Etwa an der Datumsgrenze, wo die Zeit vor eine unsichtbare Wand läuft und stillsteht, ehe sie sich umwendet? Ach ja, der Sonnenauf- und -untergang, der hilft auch nicht viel weiter, wir wissen doch genau, dass es die Erde ist, die sich herumtreibt, die in Wirklichkeit auf- und untergeht.

Hand aufs Herz: Steht die Sonne denn wirklich fest, ganz und gar fixiert an einem Ort im Weltraum? Aber da ist kein Ort, der sich denken ließe, außerhalb von Beziehung. Wir sind mittendrin im

Weltraum und zugleich ausgesetzt mit unserem Selbstbewusstsein im Weltall, unfähig, die eigene Wirklichkeit zu fassen. Muss man die Erde erst von außen, mit physischen Augen gesehen haben – wie die Astronauten –, um sie in ihrer kosmischen Dimension in sich tragen und halten zu können, oder kann man sein Denken so auf die Reise schicken, dass es nie den Bodenkontakt verliert? Viele Fragen. Nun gibt es ein Logbuch, das uns weiterhilft: *Erscheinungen am Sternenhimmel. Die Bewegungen der Gestirne beobachten und verstehen*. Für Erwachsene so wunderbar einfach geschrieben und illustriert, dass jedes Kind mitkommen kann auf die Reise, und in dieser Meisterschaft der Zurückhaltung wirklich weise. Der Autor, der seinem wissenschaftlichen Stoff innerlich souverän gegenübersteht, kann so weit auf die Bedürfnisse anderer eingehen, dass er – ohne sein Thema zu erniedrigen – die Leser zu sich emporzieht. Walter Kraul reicht uns die Hand, und selbst wer nur den kleinen Finger ergreift, befindet sich bald auf einem himmlischen Flug um die Erde. Dabei wird alles mitgenommen, auch die Verwirrungen unseres beschränkten Bewusstseins, die sich unweigerlich herausstellen, wenn es ums Ganze geht. Dafür muss niemand sich schämen, kosmisch gesehen sind wir Säuglinge, da gehört das menschliche Selbstbewusstsein zu den jüngsten Daseinsformen. Wer sich aber auf den Königsweg machen will, um einen tiefen Einblick in die Menschenwürde zu gewinnen, in die zentrale Fragestellung des Menschseins auf der Erde, der ist in diesem Buch auf dem richtigen Weg. Mit heller Freude im Herzen, wenn endlich ein Licht aufgeht. ■

Das Buch von Walter Kraul, *«Erscheinungen am Sternenhimmel. Die Bewegungen der Gestirne beobachten und verstehen»*, ist bereits in der 3. Auflage im Verlag Freies Geistesleben erschienen (ISBN 978-3-7725-1975-8).



KÖNIG ARTUS

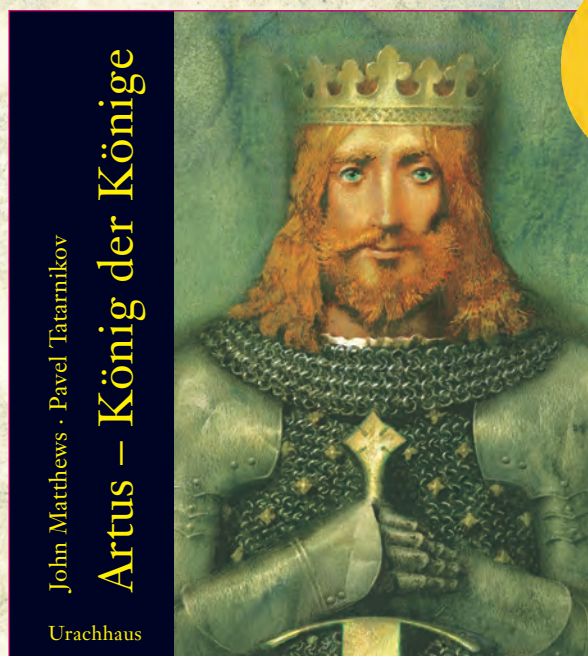
MYTHOS UND WIRKLICHKEIT

Wenn ein gefeierter Autor wie John Matthews sich dieses britischsten aller britischen Themen annimmt und noch dazu ein Illustrator wie Pavel Tatarnikov gewonnen werden kann, darf man schon etwas Besonderes erwarten!

Mit seiner intelligenten Mischung aus Informationen und Geschichten ist das Buch die Quelle für alles, was man über Artus, Tristan, Gawain, Lancelot und die anderen Ritter der Tafelrunde, Merlin und die Frauen am Königshof Camelot wissen möchte. Der Autor ist einer der bekanntesten Artusforscher Großbritanniens. Er verlässt die ausgetretenen Pfade und entführt uns mit seinen Erzählungen, die auch kaum bekannte Überlieferungen einbeziehen, in das Reich der Alten Welt und des Grals.

Von der Deutschen Akademie für Kinder- und Jugendliteratur zum Buch des Monats gekürt!

«Autor und Illustrator gestalten meisterhaft die Welt um König Artus in einer klugen, jugendgemäßen Mischung aus Information und Geschichten.» *Aus der Begründung der Jury*



JOHN MATTHEWS (TEXT)
PAVEL TATARNIKOV (ILLUSTRATION)
Artus – König der Könige

Aus dem Englischen von Michael Stehle
96 Seiten, durchgehend farbig, Halbleinen
Mit großer Landkarte des Reichs Albion als Poster
Format: 26 x 29 cm

24,90 Euro

Verlag Urachhaus
ISBN 978-3-8251-7682-2
(ab 9 Jahren)



Querbeet

FEBRUAR – SCHÜTZEN UND SCHNEIDEN

von Ralf Lilienthal

Während mit Mariä Lichtmess am 2. Februar die Tageslänge in großen Schritten zunimmt, rollen unerbittliche Kältewellen über das Land. Und den Garten! Die Kausalkette eines Kontinentalen Hochdruckgebiets aus dem fernen sibirischen Osten geht dann etwa so: Ein sternklarer Nachthimmel, der die Sonnenwärme des Tages ungehindert in den Kosmos zurückstrahlen lässt,* Temperaturen einige Grad unter Null, eisstarrer, betonfester Boden, blauer Tageshimmel und eine ungehindert strahlende Wintersonne, die vor allem dunkle Oberflächen erwärmt und an besonders exponierten Stellen Tag-Nacht-Temperaturschwankungen von über 30 Grad Celsius bewirken kann. Was für des Gärtners körperliches Wohlbefinden bestenfalls unangenehm und eine Herausforderung seiner textilen Fantasie ist, gerät für seine Schützlinge ganz schnell zur tödlichen Gefahr. Dabei sind es keineswegs nur die Feinen und Grazilen oder die Sonnenland-Kinder, die unsere Hilfe brauchen. Winterschutz ist ein Thema mit Variationen und macht selbst bei den Harten und Starken, den Sträuchern und Bäumen nicht halt.

Die größte und am meisten verkannte Gefahr: Vertrocknung. Denn alle Gartenpflanzen, die auch winters laub- oder nadelgrün sind, *leben*. Mit allen Konsequenzen! Februarsonnenschein und gefrorener Boden bedeutet dann Transpiration ohne Wassernachschub, allmähliches Eintrocknen der feinsten Leitungsbahnen, gelb werden, verschrumpeln, verenden. Ein abwendbares Schicksal!

Ein Buchsbaum im Terracotta-Topf, Azaleen im Pflanztrug – die Immergrünen ohne Anschluss an den gewachsenen Boden gehören eingemummelt und gegen die schlimmste Kälte geschützt. Ganz gleich ob Laubpackungen, Strohmatte oder Noppenfolie – wichtig ist ein Luftpolster, das die Gefäße gegen die auskühlenden Winde abschirmt. – So weit müssen wir bei den immergrünen Freilandpflanzen nicht gehen. Wenn etwa alt eingewachsene

Rhododendronbüsche mit ausreichend feuchtem Boden in den Dezember gehen, kommen sie auch ohne menschliche Assistenz durch die winterlichen Eiszeiten. Frisch gepflanzten oder umgesetzten Exemplaren dagegen hilft eine Extraportion Wasser zwischen zwei Frostperioden.

So viel zum H₂O in seinem gewöhnlichen Aggregatzustand. Während der Mangel daran eher schleichend schädigt, zerstört «festes Wasser» durch sein Festwerden manchmal geradezu mit einem Knall! Der Gärtner hat sogar ein Wort dafür: «Frostsprengrnis». Gerade an strahlend sonnigen Spätfebruartagen, im schnellen Wechsel von Gefrieren und Auftauen, Ausdehnen und Zusammenziehen geraten Borke, Stamm und Äste unter Zug und Druck und reißen auf – das kann man gelegentlich hören und immer sehen. Solche Frostrisse, die nur schlecht verwachsen und die Gehölze für Pilzsporen öffnen, sollten vorbeugend «behandelt» werden. Ein Anstrich mit Kalk- oder Lehmteig reflektiert das wärmende Sonnenlicht, puffert damit die stärksten Temperaturschwankungen ab und wird häufig zum Schutz freistehender Obstbäume benutzt. Rosen werden an der Basis mit der Erde angehäufelt. Pflanzen aus südlichen Gefilden packt man von oben bis unten ein. Und wenn sie mobil aufgestellt wurden: Nix wie weg in einen frostfreien, kühlen und lichten Raum, wenn es einen solchen denn in unserer Zentralheizungswelt überhaupt noch gibt.

Ein bisschen viel Physik und Physiologie? Eine Chance den Jahreslauf von innen zu erleben! Denn ob wir das Gartenjahr als eine ununterbrochene Kette zwingender Notwendigkeiten erleben oder als die Möglichkeit der Verbindung mit dem zugleich Fremden und Vertrauten der Natur, liegt an uns. Wenn ich daran denke, meinen Obstbaumstamm zu kalken, denke ich eben auch an den Obstbaumstamm. Wer dabei nicht ins Abstrakte und Mechanische

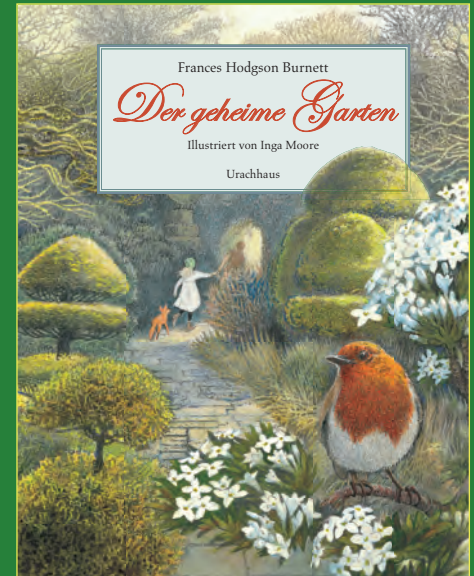




Fotos: Christiane Bach – www.fotografie-bach.de

verfällt, verbindet sich mit einem Stück lebendiger Welt, nimmt Nuancen und Wesentliches wahr und weitet damit zwangsläufig seinen Horizont ins Freie und Zwecklose. Und ins Schöne. Baumstämme und ihre Borke sind Offenbarungen der Winterzeit. Der Blick, der sonst von Prächtigerem abgelenkt wird, entdeckt jetzt eine breite Palette an Farben und Strukturen, die nicht weniger charakteristisch für eine Baumindividualität sind wie das Gesamtbild der Krone, wie Blatt, Blüte oder Frucht. Man kann – wie man im Garten so vieles kann – einen ganzen Garten oder Gartenbereich um einen einzelnen besonders schönen Stamm «herumbauen». Mahagonifarbene japanische Kirschen (*Prunus serrulata* in Sorten), die weißen Linienmuster eines nordamerikanischen Streifenahorns (*Acer rufinerve*) sind ebenso würdig umrahmt zu werden wie eine steinerne Gartenskulptur. Und dass vor allem in der englischen Gartenkultur Baumstämme gelegentlich abgewaschen und auf Hochglanz «poliert» werden, ist genauso skurril wie sympathisch – es gibt weiß Gott schlimmere und nebenwirkungsreichere Steckenpferde. Und wenn wir schon die Bäume in den Blick nehmen – wie halten Sie's mit dem Gehölzschnitt. Johannisbeersträucher, Birnenriesen, Forsythien oder Schmetterlingsflieder? Wie schneidet man die? Hier die drei Grundregeln: Finger weg! Finger weg! Finger weg! Als Anfänger zumindest. Warum? Weil die forsche Gärtnerin, der forsche Gärtner in drei Minuten eine dreißigjährige Wuchskarriere unwider-ruflich beenden kann – eine scharfe oder motorbetriebene Säge vorausgesetzt. Bäume schneidet man so: «Starke Äste werden schwach zurückgeschnitten, schwache Äste ...». Nein, Gehölzschnitt lässt sich nicht auf einer Seite erklären. Ein ganzes Buch ist dazu nötig, und zwar ein gut geschriebenes. Selbst Lehrgänge und Kurse können eines nicht ersetzen – Zeit. Die Beobachtungen von vorher, jetzt und danach. Die einzigartige Entfaltung und Wandlung der Gehölze in aufeinanderfolgenden Vegetationsperioden. Demgegenüber ist Wissen bestenfalls ein Einstieg, tatsächlich führen Beobachtung und Feinsinn mitunter schneller und sicherer zum Ziel. Anders ausgedrückt: Der kluge Gärtner lässt lieber einen gärtnerisch unerfahrenen «Künstler» an seinen Apfelbaum als einen beflissenen Gehölzschnitt-Anfänger mit Lehrbuch, Schere und einer etwas zu großen Portion Selbstvertrauen. Das Ende dieser Kolumne naht, das Ende des Winters auch. Wer Augen hat zu sehen, lässt sich von keinem Ostwind mehr täuschen. Knospen schwellen, Kätzchen werden lang und länger, gelb und pollenschmeibig. Amselpaare tun sich zusammen. Staudenspitzen schieben aus dem Boden. Zeit genug, zwecklos zu sein. Nichts zu wollen. Nur zu sehen. Einfach zu sein. Im Garten. Hier darf man's! ■

* **Der bewölkte Himmel wirkt wie ein Glashaus:** das einstrahlende Sonnenlicht wird von der Erde teilweise zurückgestrahlt, dringt aber, vom Wasserdampf festgehalten, nicht mehr durch die bewölkte Atmosphäre. Ein klarer Nachthimmel bedeutet daher immer eine deutliche Abkühlung am Boden. In der von Wärme nur schlecht speichernden Sandkristallen beherrschten Wüste kommt es daher häufig zu nächtlichen Temperaturen um den Gefrierpunkt.



Durchgehend farbig illustriert von Inga Moore
280 Seiten, gebunden • (ab 8 Jahren)
€ 22,90 (D) | € 23,60 (A) | sFr 38,90
ISBN 978-3-8251-7633-4

Eines der schönsten Kinderbücher

«Mary führte Dickon den Weg an der langen Mauer entlang bis zu der Stelle mit dem dicht wuchernden Efeu. Dickon folgte ihr und er sah aus, als würde er zu einem Vogelnest mit jungen Vögeln geführt, dem er sich nur vorsichtig nähern durfte. Als Mary an die Mauer trat und den Efeuvorhang zur Seite schob, zögerte er. Wo kam diese Tür her? Mary öffnete sie langsam. «Das ist er!», flüsterte sie. «Das ist mein geheimer Garten, und ich bin die Einzige, die will, dass er lebt.»

Seit beinahe hundert Jahren gehört Frances Hodgson Burnetts Klassiker zu den beliebtesten Werken der Kinderliteratur. Neben Inga Moores prachtvollen, atmosphärischen Illustrationen macht die frische neue Übersetzung die Geschichte der zehnjährigen Mary Lennox zu einem besonderen Lesevergnügen. Ein Buch für die ganze Familie und ein wunderbares Geschenk für alle Gartenfreunde.



ULRIKE FIEDLER
Das dreizehnte Tagebuch
Ricos erster Fall

Aus dem Englischen von Alexandra Ernst

127 Seiten, gebunden
12,90 EURO

Verlag Urachhaus
ISBN 978-3-8251-7685-3
(ab 8 Jahren)

DAS DREIZEHENTE TAGEBUCH

gelesen von Simone Lambert

Rico hat Glück, er lebt mit seiner Familie in Spanien, in Barcelona. Er ist ein ganz normaler Junge, der sich für Computer, Dinosaurier und Feuerwerkskörper interessiert.

Mit Kunst hat so einer nichts am Hut, auch nicht, wenn er eine Patentante hat, die im Museum arbeitet. Dann aber wird er in der Johannismacht von einem Knallkörper an den Augen verletzt. Es geht gerade noch gut aus, aber er muss einen Augenverband tragen. Als die einwöchige «Blindheit» überstanden ist, sehnt sich Rico geradezu nach Farben. Er folgt der Einladung seiner Tante ins Museum und versinkt schließlich in Imaginationen vor einem farbenprächtigen expressionistischen Bild. Und genau dieses Bild wird während seines Museumsbesuchs geraubt. Rico hat einen flüchtenden Schatten bemerkt und er glaubt zu wissen, wer der Dieb war. Bei der Augenärztin trifft er den großen, Respekt einflößenden Mann wieder und er verfolgt ihn mit seinen Freunden Julia und Bruno. Als dieser sie in seinem Haus empfängt, sich als Leopold Levin vorstellt und ihnen die lange Geschichte des gestohlenen Bildes erzählt, wendet sich das Blatt. Welche Rolle spielt der Museumsdirektor bei diesem Kunstraub und wo ist das dreizehnte Tagebuch des Malers geblieben, das über die Besitzrechte an dem Bild Auskunft geben könnte? Und dann verschwindet auch noch Tante Lola ...

Ulrike Fiedlers Debüt ist der Auftakt zu einer neuen Kinderkrimiserie, die mit mehreren Highlights punkten kann: der Schauplatz Barcelona bringt mit seiner fremden Kultur und dem anderen Lebensstil reizvolles Lokalkolorit in die Geschichte. Die Beschäftigung der Jugendlichen mit Kunst ist durch die vorübergehende Blendung Ricos plausibel und sensibel motiviert.

Rico nimmt seine Umgebung mit allen Sinnen wahr, er sieht bewusster – eine Idee, die auch seine Aufmerksamkeit für den

geschilderten Kriminalfall erklärt. Und dann gelingt der Autorin auch noch die Rückblende in die europäische Kunstgeschichte. Ulrike Fiedler spinnt ihre Detektivgeschichte um ein Bild von Wassily Kandinsky, das 1909 entstand. Der Name des Künstlers wird nicht genannt, auch die geschilderte Geschichte des Werks ist nicht authentisch. Dennoch bindet sie spielerisch Hinweise auf seine Entstehung ein. Vor allem aber beschäftigt an dem Kunstraub die kluge Frage, wem ein Kunstwerk eigentlich gehört: dem Besitzer oder dem Betrachter? Das Gemälde stand kurz vor dem Verkauf an einen griechischen Millionär, der es in seinem Safe verschlossen hätte. Rico, den ein starkes Erlebnis an das Bild bindet, versteht jetzt die demokratische Bedeutung von Museen. Mit poetischen Worten erklärt Levins Vater Kunst als universell: «Aber auch hier kam es mir wieder vor, als hätte er die Gestalten nicht gemalt, sondern als hätte er nur hervorgebracht, was eigentlich schon vorhanden war, nur eben nicht sichtbar. So wie wir die Sterne erst am Nachthimmel erblicken können, obwohl sie ja auch am Tag schon über den Himmel wandern.»

Daneben deutet die Autorin, indem sie dem vermeintlichen Dieb einen jüdischen Namen verleiht, auch noch die bis ins Heute reichenden Konflikte um Kunstraub im Dritten Reich an. Das komplexe Thema wird beileibe nicht doziert, sondern begleitet als tiefe, philosophische Frage die humorvolle und spannende Kriminalerzählung, die im nächtlichen Hafen und in riesigen dunklen Lagerhallen einem aufregenden Showdown entgegentläuft. Man darf auf Ricos nächsten Fall gespannt sein ... ■

Simone Lambert lebt bei Hamburg, hat am Institut für Jugendbuchforschung der Goethe-Universität Frankfurt Germanistik studiert, war Buchhändlerin in der Amselhof Buchhandlung Alt Niederursel bei Frankfurt am Main und ist als Rezensentin von Kinder- und Jugendliteratur für verschiedene Zeitungen und Zeitschriften tätig.

Hallo Kinder!

Allez Hopp! Kölle Alaaf! Hellau! Narri-Narro! Kowelenz Olau! Leila Helau!

... mit diesen Faschingsrufen sind nun wieder die Narren unterwegs. Besonders im Rheinland und im Süddeutschen Raum wird ausgiebig die «fünfte Jahreszeit», der Karneval oder Fasching gefeiert. Gilt in vielen Gegenden der 11.11. als offizieller Fasnachtsbeginn, so ist das in anderen Gegenden der 6. Januar, der Dreikönigstag, der den Auftakt zum Faschingstreiben gibt. Faschingsumzüge, Büttreden, Narrensprung, Mummenschanz und Guggemusik – vielfältig sind die verschiedenen Bräuche. Auf alle Fälle verkleiden sich die Großen genauso gerne wie die Kleinen, schlüpfen in ein Kostüm und sind für einige Stunden mal jemand ganz anderes.

Ich wünsche euch eine lustige Faschingszeit und viel Spaß,

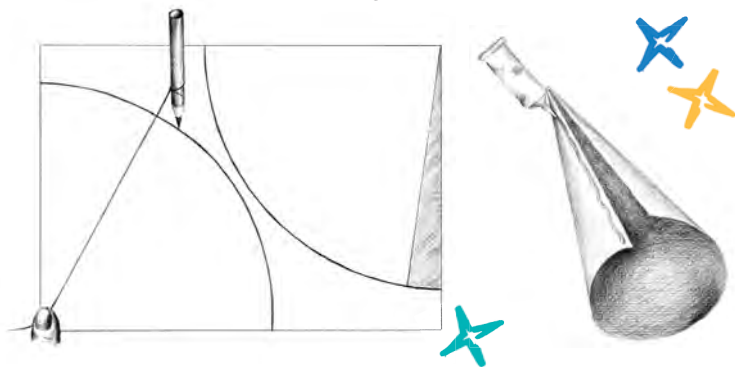
eure **SUSANNE** ✦

Vom Marienkäfer zur Prinzessin, von Rotkäppchen bis zum Esel – so vielfältig sind die Verkleidungen. Besonders beeindruckend ist auch die Figur des Zauberers, besonders, wenn ihr einige Zaubertricks beherrscht. Das Kostüm ist ganz leicht selbst herzustellen.*

Alles, was ihr braucht, ist ein großer Bogen Fotokarton – am besten in Königsblau, etwas Goldfolie, Klebstoff, Klebeband, Wäscheklammern, Hutgummi, einen Rundstab, etwas Goldfarbe, ein blaues Seidentuch und eine Schnur.

Aus einem Bogen Fotokarton könnt ihr gleich zwei Hüte herstellen. Auf der Skizze seht ihr, wie ihr zwei Kreisviertel aufzeichnen könnt: Bindet einfach einen Bleistift an einen Wollfaden, den ihr an einer Ecke des Kartons ansetzt und so wie mit einem Zirkel die benötigte Linie auf den Karton zeichnen könnt.

Nun wird das Kreisstück ausgeschnitten und vorsichtig zu einer Tüte zusammengerollt. Damit die Spitze schön wird, braucht ihr etwas Geduld! Nun streicht einen Seitenstreifen gut mit dem Klebstoff ein und klebt den Kegel zusammen. Damit der Karton



nicht aufspringen kann, klemmt ihr an die Spitze und an das Ende jeweils eine Wäscheklammer. Von innen und außen drückt ihr die beiden Kartonseiten aneinander, bis der Klebstoff getrocknet ist. Zur Not mit Klebeband verstärken. Aus der Goldfolie könnt ihr nun Sternchen ausschneiden und auf den Hut kleben. Mit der Scherenspitze stecht ihr vorsichtig (!) zwei Löcher in den Karton und zieht ein Hutgummi durch und verknotet die Enden sorgfältig. Nun wird der Holzstab mit der Goldfarbe angemalt, das Seidentuch wird als Umhang umgelegt.

Und nun: Hokuspokus und Simalabim ist der Zauberer fertig! Mit dieser Vorlage für den Hut könnt ihr euch auch Feenhüte oder den Kopfputz fürs Burgfräulein herstellen ...

Und so lautet unser neues **Rätsel**, das diesmal mehr eine **Rätselfrage** ist:

Wie lautet der andere Name für Zauberer, der oft auch für die drei Könige aus dem Morgenland verwendet wird?

Und unter denen, die mir außerdem noch ein paar tolle Zaubertricks verraten wird diesmal ein Extrapreis verlost!

Schreibt das gesuchte Wort auf eine Postkarte und schickt dieses bis zum 19. Februar 2010 an:

a tempo Susanne, Landhausstr. 82, 70190 Stuttgart

Unter den richtigen Einsendungen wird zwölfmal *Merlind, die kleine Zauberin* von Daniela Drescher verlost.

Die Lösung unseres Rätsels im Dezember war «die Mistel», gerne werden Mistelzweige in der Weihnachtszeit über die Tür, aber auch in der Wohnung aufgehängt – und das Küssen unter diesem Zweig gehört zu den Weihnachtsbräuchen, vor allem in Amerika. Die **Gewinnerinnen** und **Gewinner** sind diesmal • **Silvia Seegis** aus Balingen • **Marianne Wilhelmi** aus Murrhardt • **Marian Giebel** aus Weimar • **Anna Brotzer** aus Aalendorf • **Franz Anselm Griebel** aus Weimar • **Luca Oldenburg** aus Weede • **Neele, Alma** und **Arne Hoing** aus Luzern (Schweiz) • **Emma Marie Ritzen** aus Weilheim • **Daphne Steder** aus Würzburg • **Tetje Trieb** aus Münster • **Uta-Marei Martz** aus Welschingen • **Anton Rittmeister** aus Hamburg •

* Weitere tolle Ideen, was ihr an Fasching, im Frühling oder zur Osterzeit unternehmen könnt, findet ihr im Buch von Christel Dhom «Unser Frühjahrs- und Osterbuch» (ISBN 978-3-7725-2025-9).

DAS *a tempo* PREISRÄTSEL

Die britischen Inseln schienen im 18. Jahrhundert für Erfinder, Tüftler und Entdecker ein wahres Paradies zu sein, so auch für den 1726 in Sandwich geborenen und 1806 in London gestorbenen Edward Nairne, der als Instrumentenbauer und gelernter Optiker neben seinem Broterwerb stets testete und prüfte, bastelte und konstruierte. So ließ er beispielsweise diverse elektrische Geräte wie einen elektrostatischen Generator – hilfreich gegen «Krankheiten aller Art» – patentieren, baute ein portables Koffermikroskop und stellte für den berühmten Benjamin Franklin verschiedene Teleskope her. Eine seiner wohl nützlichsten Erfindungen, die sich später auch der Chemiker Joseph Priestley auf die Fahnen schrieb, kam durch einen falschen Handgriff zustande: 1770 griff Nairne neben den sonst zu diesem Zweck verwendeten Brotklumpen (!) und entdeckte so das aus Kautschuk bestehende Lösungswort unseres Februar-Rätsels. Um dieses zu finden, müssen Sie die hervorgehobenen Buchstaben in die richtige Reihenfolge bringen. Wenn dann beim Ziehen der Gewinnerinnen oder der Gewinner der Griff an Ihrer Karte haften bleibt, dann gehört eines der zehn verlostten Bücher, *Geistige Erfahrungen im Alltag – eine Einladung* von Andreas Heertsch, bald Ihnen. ■ (mak)

1 Wie heißt das rätselhafte Mädchen aus Goethes «Wilhelm Meister»?

_ _ _

2 Zwischen welchen Bereichen scheint die 14 als Rhythmus zu vermitteln?

_ _ _ _ und _ _

3 Wer entdeckte mit zwei Kollegen das Kortison?

_ _ _ _
 _ _ _ _ _ _

Lösungswort:

Das Lösungswort einsenden an: *a tempo* Preisrätsel · Landhausstr. 82 · 70190 Stuttgart oder an: raetsel@a-tempo.de

Einsendeschluss ist der **19. Februar 2010** (Datum des Poststempels), der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Das Lösungswort der Januar-Ausgabe lautet **ROLLSCHUHE**. Die **Gewinnerinnen** und **Gewinner** werden schriftlich benachrichtigt.

数独

DAS *a tempo* SUDOKU

Setzen Sie in jedes leere Feld eine Zahl von 1 bis 9, sodass in jeder Zeile und jeder Spalte und jedem der 3 x 3 Quadrate die Zahlen 1 bis 9 nur einmal vorkommen. ■

SQUARE MAGIC 057 Im magischen Hof: Wandlungen 4

8				3				4
		5				2		
	9		5		1		6	
		8		6		3		
1			7		2			9
		7		4		1		
	7		9		3		4	
		3				5		
6				7				2

JC's classical hand-crafted sudoku. Urdruck *a tempo* 02 | 2010

SQUARE MAGIC 056 Lösung

3	4	9	2	1	7	8	5	6
7	8	6	5	3	9	2	4	1
1	2	5	4	8	6	3	7	9
8	9	2	7	6	4	5	1	3
6	1	4	8	5	3	7	9	2
5	7	3	1	9	2	6	8	4
2	3	7	9	4	8	1	6	5
4	6	1	3	7	5	9	2	8
9	5	8	6	2	1	4	3	7

Im magischen Hof: Wandlungen 3

Für alle Sudoku-Liebhaberinnen und -Liebhaber:

www.einsame-hunde.de



ZERRISSENE UMARMUNGEN

ERINNERUNG, SPRICH!



von Dominik Rose

Seit ein Autounfall ihm Geliebte und Augenlicht raubte, arbeitet der frühere Filmregisseur Mateo Blanco (Lluís Homar) als Drehbuchautor, umsorgt von seiner langjährigen Agentin Judit und ihrem Sohn Diego, der ihm als Assistent zur Seite steht. Aus Schmerz über das tragische Ende seiner Beziehung zur attraktiven Lena (Penelope Cruz) hat er das Pseudonym Harry Caine angenommen. Als eines Tages ein mysteriöser junger Mann vor der Tür steht, der sich Ray X nennt und ihm eine Geschichte zur Adaption anbietet, holt Harry seine Vergangenheit wieder ein. Ray X ist nämlich niemand anderes als der Sohn des kürzlich verstorbenen Geschäftsmannes Ernesto, der nicht nur Mateos letzten Spielfilm «Frauen und Koffer» produzierte, sondern zur damaligen Zeit auch der offizielle Liebhaber Lenas war.

Pedro Almodovars jüngstes Werk *Zerrissene Umarmungen* enthält alle filmischen Zutaten, für die sein Regisseur berühmt geworden ist: Eine starke Frauenfigur, melodramatische Verwicklungen um Liebe und Obsession, verdeckte Identitäten, dazu eine Vielzahl popkultureller Zitate und eine farbenfrohe, stilisierte Bildsprache, die den Zuschauer mit eleganter Finesse verführt. Die äußerst komplexe Geschichte wird derart souverän erzählt, dass der Überblick über die turbulenten Ereignisse, die Harry dem neugierigen Diego schließlich anvertraut, nicht verloren geht: Als sich Mateo während der Dreharbeiten zu «Frauen und Koffer» in seine Hauptdarstellerin Lena verliebt, beginnt für die beiden ein gefährliches Versteckspiel, denn die Argusaugen des besitzergreifenden Ernesto wachen eifersüchtig über dem Geschick seiner Geliebten, deren körperliche Zuneigung er sich einst sicherte, indem er ihrem Vater eine teure Operation bezahlte. Sein Misstrauen ist so groß, dass er seinen Sohn aus erster Ehe unter

dem Vorwand, ein Making-of zu inszenieren, dazu beauftragt, die Geschehnisse auf dem Filmset zu dokumentieren, um das gedrehte Material jeden Abend an der Seite einer Lippenleserin zu sichten. Als er schließlich Zeuge einer heimlich gefilmten Unterhaltung des Liebespaares wird, ersinnt Ernesto einen perfiden Racheplan ...

Über die Liebesgeschichte hinaus erzählt Almodovar vor allem von der Liebe zum Kino. Schon der Filmtitel ist von einer berühmten Szene aus dem Rossellini-Film *Reise nach Italien* inspiriert, in der Ingrid Bergman an der Seite ihres Film-Ehemanns beim Anblick eines sich im Tode umarmenden Liebespaares erschauert, das im Rahmen von archäologischen Ausgrabungen freigelegt und in Gips gegossen wurde. **Liebe und Tod liegen bei Almodovar oft ebenso nah beieinander.** Darüber hinaus finden sich vielzählige Anspielungen an die düsteren Stoffe des «Film Noir», an den Meister des Suspense, Alfred Hitchcock, oder an das farbenprächtige Hollywood-Kino der fünfziger Jahre.

Penelope Cruz ist als Lena eine sinnliche Offenbarung, mühelos wechselnd zwischen erotischem Filmstar, trauernder Tochter, verruchtem Callgirl oder leidenschaftlich Liebender. Sie spielt gleich mehrere Rollen auf einmal, schauspielerisch makellos, aber vielleicht in ihrer ikonenhaften Überhöhung auch ein wenig der Anteilnahme des Publikums entzogen. So bildet Lluís Homar das emotionale Zentrum der Geschichte – als blinder Drehbuchautor, den das Unglück nicht gebrochen, sondern mit einer sanften, fast beiläufigen Melancholie versehen hat. In diesem Geiste ist der gesamte Film inszeniert. Hinter jeder großen Lovestory mag der Tod lauern – doch bei Almodovar wird er schließlich durch das Kino besiegt. ■

«Zerrissene Umarmungen», ESP 2009, ab 5. Februar 2010 auf DVD erhältlich



Mit Illustrationen von Kees de Boer
120 Seiten, gebunden
€ 11,90 (D) | € 12,30 (A) | sFr 21,50
ISBN 978-3-8251-7586-3
(ab 8 Jahren)

Ein Ferkel als Haustier?

Das erlaubt auch der beste Vater der Welt nicht! Aber wenn es Lucia nun zuläuft und ihre Hilfe braucht?

Schließlich sorgt Lucias Vater dafür, dass das Ferkel ein neues Zuhause findet. Dort geht es ihm prächtig und Lucia kann es jeden Tag besuchen – und sie lernt eine Menge dazu. Sie hört zum ersten Mal von Massentierhaltung und denkt sich sofort eine Aktion dagegen aus, die von Klassenkameraden bis Bürgermeister und Presse viel Interesse weckt. Das wuselige Ferkel bringt Trubel in Lucias Leben. Bald steht der Speiseplan Kopf, bald die Geburtstagspläne. Aber eines ist sicher: Noch nie war es so lustig!

«Wie ein Vater das Beste aus der Schweineliebe seiner Tochter macht ... erzählt Karen van Holst Pellekaan kurzweilig und zielstrebig ... Leser ab 8 beginnen unsere Essgewohnheiten zu hinterfragen, und auch Lucia und ihr Vater werden – fast! – Vegetarier.»

Der Landbote

Kleinanzeigen

Nordsee – Cuxhaven: 2 FeWos mit Seeblick, alte Villa, ruhig am Gründeich, Badebucht. Tel./Fax: 05 61/31 30 10

Arbeiten – Leben – Zukunft auf dem Lande: Eine gut eingeführte Internatsherberge in Niedersachsen wird aus Altersgründen zum Kauf angeboten. Existenziell gesichert und vor allem mit eigenen Ideen erweiterungsfähig. Zuschriften und Anfragen an: bakalesa@web.de oder an: Redaktion *a tempo*, Landhausstr. 82, 70190 Stuttgart (Betreff: Zukunft auf dem Lande)

Allgäu/Alpen: Große, günstige FW ca120 m², Tel. 0 83 23/76 43 oder 0 83 79/8 52

Seewalde.de 039828 20275 Freizeit – Urlaub – Biohof + Laden, Gruppen, Klausur, Natur

Kanutouren in Mecklenburg Tel. 03 98 29/2 03 24 www.paddel-paul.de

Gästezimmer: www.bel-etage-berlin.de

Ökodorf, 07764/933999, www.gemeinschaften.de

Haus Mandorla – Kurzzeitbetreuung für behinderte Menschen. Info: Tel. 0 75 64/94 92 94; www.haus-mandorla.de

Allergikerfreundliche Naturfarben in Profiqualität www.biofarben.de

Begleitung – Beratung – Betreuung: www.dahlinger-info.de

Lach-Yoga-Seminare – Es ist Ihr Leben – gestalten Sie es selbst. Lebenskrisen meistern. Ziele erreichen. www.lach-yoga-spezial.de

Praktikum für Schüler/innen ab 16 in GB, IRL, F, individuelle Vermittlung, freie Zeitwahl, Tel. 0 54 06/89 91 17, www.horizoninternational.de

Neue Berufe für neue Zeiten. T. 0 57 33/96 24 10
Auslandspraktikum für Schüler/innen ab 16 und besser Englisch, Französisch sprechen. Einzelvermittlung das ganze Jahr: Tel. 0 54 06/89 91 17, www.horizoninternational.de

Zeitschrift Märchenforum – 4-mal im Jahr (mit Kinderseiten). www.maerchenstiftung.org

Kaspar Hauser Führungen: Nbg-Ansbach, auch: Pilsach-Beuggen-Karlsruhe: josira@gmx.at

Lebenserinnerungen schreiben: Barbara Scheffler Tel. 0 72 33/35 80, www.ihrlebensbuch.de

Hier irren Papst und Wissenschaft ... Heft zum freien, schöpferischen Denken, 80 S. Mitteleuropäische Kultur der Begegnung über: treuezusichselbst@web.de

Kleinanzeigen können nun auch online aufgegeben werden unter: www.a-tempo.de

Wenn Sie inserieren möchten, wenden Sie sich an unseren Anzeigenservice unter:
Tel. 07 11 – 50 87 40 33 • Fax 0711 – 50 87 40 34
oder: ifeuss@anzeigenservice.info
(Anzeigenschluss ist der Erste des Vormonats!)

Friedrich Schiller hat auch nach 250 Jahren nichts an Kraft verloren



Kraftwerk Schiller
Was der Dichter uns heute zu sagen hat

Herausgegeben von Jean-Claude Lin und Herbert Arthen
96 Seiten, kartoniert EUR (D) 1,-
dm spendet den Kaufpreis für
Bildungsprojekte
ISBN 978-3-7725-1759-4
Exklusiv erhältlich in allen dm-Märkten

Eine Koproduktion des Verlags Freies Geistesleben und Arthen Kommunikation für dm-drogerie markt.

«Schiller will den Spieltrieb in uns wecken, damit wir Freiheit erleben können. Damit ist kein schrankenloser Konsum gemeint, kein zügelloses Leben und keine Börsenspekulation. Schiller will mehr: Er fordert uns auf, die Ideen der Vernunft mit den Interessen der Sinne zu versöhnen. Man muss Schiller lesen.»

Prof. Götz W. Werner, Gründer von dm-drogerie markt und Leiter des Instituts für Entrepreneurship am Karlsruher Institut für Technologie



Centro de Terapia Antroposófica

Das Therapie- Kultur- und Urlaubs-Zentrum auf der sonnigen Vulkaninsel LANZAROTE

www.centro-lanzarote.de
Tel: 0034 928 512842 • Fax: 0034 928 512844
info@centro-lanzarote.de

Lebenswege

Weiterbildung Methodik der Biographiearbeit

Ort: Anthroposophisches Zentrum, Kassel
Anmeldung jederzeit Beginn Oktober 2010
Grundlagenseminare: 27.–30.05. / 14.–17.10.2010
Tel. 0 30 / 611 089-21
info@Lebenswege.biz www.Lebenswege.biz

ab 295 €
für eine Woche

Eridanos
Zentrum für
Salutogenese auf Teneriffa

Ferien und Kuren in biographischen
Krisen, bei Burnout, Depression, Traumafolgen
Prävention und Therapie bei chronischen Erkrankungen

Regenerieren - Meditieren - Neue Impulse schöpfen
(0034) 922 50 62 96 www.eridanos.org

EURYTHMIE AUSBILDUNG

IN DER HAUPTSTADT
auf den klassischen Grundlagen
der Eurythmie

Die vierjährige Berufsausbildung
bildet die Basis für die Bereiche:

Eurythmie

- Bühnenkunst
- Pädagogik
- Therapie

Hospitation jederzeit möglich.
Jährlicher Studienbeginn am 29. September

AKTUELL

„ES WERDE LICHT“

Aufführung der Eurythmie-Bühnengruppe Berlin
Zürich am 5. Februar 2010
Dornach/Aesch am 6. Februar 2010
Berlin 13./14. Februar 2010

Argentinerische Allee 23 | 14163 Berlin-Zehlendorf
T 030 - 802 63-78
eurythmieschule.berlin@t-online.de
www.eurythmie-berlin.de

Schule für Eurythmische Art und Kunst Berlin



Harmen van Straaten

Ente für dich



Verlag Freies Geistesleben

www.geistesleben.com

30 Seiten, gebunden
€ 6,90 (D) | € 7,20 (A) | sFr 12,90
ISBN 978-3-7725-2188-1



Liebesbriefe für vier Freunde

Ente bekommt einen Brief. Oh! Da ist eine rote Rose drin und ein gemaltes rotes Herz. Doch von wem ...??? Ihre Freunde Frosch, Igel und Otter sind auch in Verzückung. Sie haben genauso einen Brief erhalten. Aber die Liebeserklärung kann doch nicht für jeden von ihnen gleich gemeint sein! Der Streit ist in vollem Gange. Da geht die Tür auf und herein kommt ein kleiner neuer Nachbar ...

Ente, Frosch, Igel, Otter – sind vier Freunde schon genug? Durch die Blume kündigt sich ein fünfter an. Ein kleines, originelles Buch zum Valentinstag oder um es Freunden mitzubringen.



DIE NÄCHSTE AUSGABE MÄRZ 2010 ERSCHEINT AM 22. FEBRUAR 2010

thema

FRÉDÉRIC CHOPIN ZUM 200. GEBURTSTAG

im gespräch

JOE BAUSCH. PATHOLOGE IM TATORT – GEFÄNGNISARZT IM ALLTAG

augenblicke

KÖNIGLICHES CORNWALL – AUF DEN SPUREN KING ARTHUR'S



Der Legende nach in Tintagel geboren und in Glastonbury begraben ranken sich ungezählte Geschichten um König Artus, seine Getreuen und Untreuen. Auf der Halbinsel Cornwall im Südwesten Englands begegnet man ihm und seiner Legende fast überall. Und man begegnet den zauberhaft schrulligen Sitten und Eigenheiten der Briten, die – eingebettet in eine wunderbare Landschaft – einen Besuch einfach königlich machen ...



In diesen Buchhandlungen erhalten Sie *a tempo* und die Bücher der Verlage Freies Geistesleben und Urachhaus in guter Auswahl:

Aachen: Schmetz Junior | **Ahrensburg:** Stojan | **Alsfeld:** Buch 2000 | **Ansbach:** Fr. Seybold's | **Asperg:** Lesezeichen | **Augsburg:** Der Bücherwagen | **Bad Aibling:** Droth | Lesezeichen | **Bad Dürkheim:** Bücher Baumann | **Bad Nauheim:** Lädchen am Goldstein | **Bad Hersfeld:** Hoehlsche Weinstraße und Klausstraße | **Bad König:** Paperback Literaturbuchhandlung | **Bad Kreuznach:** A. Schneider | **Bad Orb:** Spessart Buchhandlung | **Bad Schwalbach:** Lichtblick – Bücherkiste | **Bad Wildungen:** Buchhandlung Bing | **Balingen:** Neue Buchhandlung | b2 Biomarkt | **Berlin:** Bücherkabinett | Kaesebiersche Hofbuchhandlung | Hermes | JoCo | Kunsthandwerk Bräunlinger | Leselust | Mein Apfelbäumchen | **Besigheim:** Buchhandlung im Dreiegelhaus | **Betzdorf:** Sarrazin | **Bexbach:** buchkultur – Schwartz | **Bielefeld:** Buchtipp | Lebensbaum | **Bietigheim:** Buchhandlung Exlibris | Pinocchio | **Blankenheim:** Bücherecke | **Blaubeuren:** Buchhandlung Holm | **Bleckede:** Hohmann | **Böblingen:** Wohn- und Stilberatung Leopold | **Bochum:** Bücherstube Lesezeichen | **Bonn:** Buchhandlung am Paulusplatz | **Böhl-Iggelheim:** Buchhandlung Böhler Bücherwurm | **Braunschweig:** Graff | **Bredstedt:** Bücher Bahnsen | **Bremen:** Morgenstern Buchhandlung | **Bruchsal:** Braunbarth | Baier | **Brühl:** Bücherinsel Brühl | **Bühl/Baden:** Papillon | **Butzbach:** Bindemagelsche Buchhandlung | **Buxtehude:** Nicole's Kinderkiste | Schwarz auf Weiß | **Celle:** Sternkopf & Hübel | **Chemnitz:** Buchhandlung Schulz | **Coburg:** Novalisbuchhandlung | **Darmstadt:** Bessunger Buchladen | Buch Goldmann | Lesezeichen | Schirner | tegut ... (Weiterstadt) | **Deckenfronn:** Der Dorfäden | **Deggendorf:** Bücher Kelling | **Diepholz:** Buchhandlung Schöttler | **Dillenburg:** Buchhandlung Rubezahl OHG | **Dortmund:** Niehörster | **Dreieich:** Sprendlinger Bücherstube | **Dresden:** Buchhandlung & Antiquariat Reimers | **Duisburg:** Roskothel | **Düsseldorf:** Buchhandlung am Wehrhan | Regenbogenbuchhandlung | **Eberbach:** Buchhandlung Greif | Sigmunds Buchladen | **Echzell:** Buch und Spiel | **Eckernförde:** Spielkiste | **Eckwälden:** Eckwäldener Bücherstube | **Emden:** Lesezeichen | **Engstingen:** Libresso | **Eppingen:** Knoll + Holl | **Erfstadt:** Das Lädchen | **Erlangen:** Kornblume | **Eschwege:** Buchhandlung Braun | **Essen:** Alex liest Agatha | Kinderkram v. Brinkmann | **Fellbach:** Rapp | **Filderstadt:** Spielzeug und Bücher | Filderklinik | Oesterlin | **Finnentrop:** Bh. Am Rathaus | **Finning:** Trommler-Buch | **Flensburg:** Regenbogen | **Forchheim:** Sternschnuppe | **Frankenberg:** Buchhandlung J. Jakobi | **Frankfurt/M.:** Amselhof | Haus der Bücher | Hillebrecht | Naacher | Walkmühle | **Frankfurt/O.:** Jule's Spielkiste | **Freiburg:** Novalis Buchhandlung | Buch- und Medienservice Burkhardt | **Freudenstadt:** Saucke | **Fulda:** Paul + Paulinchen | **Geldern:** Buchhandlung Keuck GmbH | Der Bücherkoffer | **Gelnhausen:** Schatzkiste | **Geldern:** Buchhandlung Keuck GmbH | **Gera:** Fr. Brendel's Buchhandlung | **Gladbeck:** Humboldt | **Göttingen:** Eulenspiegel | Hertel | **Grossostheim:** Büchertreff | **Grünstadt:** Garamond Buchhandlung | **Haan:** Gruitener Buchhandlung | **Hamburg:** Ida von Behr | Hier + Jetzt | Kibula | Rudolf Steiner Buchhandlung | Weiland Mercado (Altona) | **Hannover:** Bücherstube Bothfeld | Morgenstern Buchhandlung | Tao | **Heidelberg:** Academia | Eichendorff-Buchhandlung | Buchhandlung Schmitt | Libresso Buchhandlung | Wieblingen Buchladen | **Heidenheim:** Buchhandlung Else Konold | Buchhandlung Masur | **Heilsbronn:** Bücherstube Hassler | **Henstedt:** Rhener Bücherstube | **Herdecke:** Herdecker Bücherstube | **Herdwangen:** Drei Meilenstiefel | **Herford:** Jackmann | **Hermisdorf:** Buchhandlung Hofmann | **Herrenberg:** Buchhandlung Öhm | Buchhandlung Schäufele | Phönix | **Hochheim:** Buchhandlung Eulenspiegel | **Hof:** Kleinschmidt | Buchhandlung Steinboss | **Hofheim:** Buchhandlung am alten Rathaus | Die Bücherkiste | Kunst- & Bücherstube | **Holzgerlingen:** Buch Plus | **Holzkirchen:** Der Kleine Blaue Laden | **Horneburg:** Horneburger Bücherstube | **Husum:** Schlossbuchhandlung | Weiland | **Idstein:** Hexenbuchladen | **Immenstaad:** Bücherstube Sabine Bosch | Buchhandlung Immenstaad | **Kaiserslautern:** Blaue Blume | **Kaltenkirchen:** Fiehlend | **Kandern:** Buchhandlung Berger | **Karben:** Karbener Bücherstube | **Karlsruhe:** Der Rabe | Kaufladen | Kunsthandlung Gräff | Spinrad | **Kassel:** Urbanietz | **Kehl:** Baumgärtner | **Keltern:** Tast | **Kempten:** Fingerhütchen | Köseleche Buchhandlung | Lesezeichen | **Kiel:** Mittendrin | **Kirchzarten:** Bücherstube | **Koblentz:** Buchhandlung Heimes | **Köln:** Buchhandlung Stein | Hänsel | **Köngen:** Köngener Bücherstube | **Konstanz:** BuchKultur Opitz | **Krefeld:** Der Andere Buchladen | **Landsberg:** Bücher Wild | **Landshtut:** Bücherinsel | Stützel KG | **Landstuhl:** Buchhandlung Stützel KG | **Langen:** Litera GmbH | **Lauffen:** Hölderlin | **Lauterbach:** Das Buch | Lesezeichen | **Leipzig:** Casa Libri | Shakunda Mineralien- und Buchhandlung | **Leonberg:** Bücherwurm | Rohm | **Leverkusen:** Gottschalk | **Lienen:** Teuto-Apotheke | **Lindau:** Kleine Eule | **Lübeck:** Buchhandlung Arno Adler | **Ludwigsburg:** Aigner | Mörikebuchhandlung | **Lüdinghausen:** Buchladen Reminghorst | **Lüneburg:** Das Lädchen an der R.Steiner Schule | Heinrich Böll Haus | Perl | **Magdeburg:** BioLaden Alles Natur | **Mainleus:** Unser kleiner Laden, Gisela Unger KG | **Mainz:** Buchhandlung Kiesel | Exlibris Buchhandlung | Wilke | **Mainz-Gonsenheim:** Kaleidoskop | **Mannheim:** Der Bücher-Wirth | Naturata | Quadrate Buchhandlung | **Marburg:** Roter Stern | **Markdorf:** Wällschmüller | **Markt Schwaben:** Buchhandlung am Markt | **Meerbusch:** Buch- und Kunstkabinett Mönter | **Meissen:** LesArt | **Melle:** Naturprodukte Tiarks | **Mendig:** Waldecker | **Merzig:** Naturzauber | **Michelstadt:** Büchermichel | **Mosbach:** Kindler's | Spielart | **Mülheim a. d. R.:** Buchhandlung Tara | **Müllheim:** Beidek | **München:** Esot. Buchl. Haidhausen | Hugendubel Nymphenburg | Heidi Jindrich | Kunst + Spiel | Libertà | Oehler | **Münsingen:** Bh. Im Pflügerhaus | **Münster:** Wunderkasten | **Muri:** colIBRI | **Nagold:** Zaiser | **Nastätten:** Bücherland | **Neu-Isenburg:** Leander's Bücherwelt | **Neu Wulmstorf:** Bücherforum | **Neubiberg:** Lentner'sche | **Neukirchen:** Rode | Bücher König | **Neunkirchen-Seelscheid:** Krein | **Neustadt:** Neustadter Bücherstube, Cherdron & Speckert | **Niederfischbach:** Buche | **Niefern-Öschelbronn:** Bücherstube Johanneshaus | **Nordhausen:** Gerhard Rose | **Nürnberg:** Buchladen | Bücher Raum | Bücherstube Martin | Bücherwurm | Gostenhofer Buchhandlung | Buchhandlung Else Weidinger | Hugendubel | KaKuze-Buchladen | **Offenburg:** Akzente | Phantasia | **Oldenburg:** Plaggenborg | Tabula | **Oldenburg/Holst.:** Buchhandlung Glöss | Buchhandlung Edo Dieckmann | **Oppenheim:** Buchhandlung am Marktplatz | **Osnaabrück:** Altstaedter Bücherstube | Dombuchhandlung | **Ottersberg:** Froben | Kunst- und Bücherversand | **Pforzheim:** Thalia | **Pfullendorf:** Heygster | **Pirmasens:** Jung & Buchheit | **Poing:** Mehr fürs Lesen | **Potsdam:** Kuckuck's Spielkiste | **Prien:** BUKS Buch und Kinderspiel | **Prüm:** Buchhandlung Hildesheim | **Ransbach:** Kannenbäcker Bücherkiste | **Rendsburg:** Coburg'sche Buchhandlung | **Reutlingen:** Radrutsch | **Roetgen:** Lesezeichen | **Rödermark / Ober Roden:** Seitenansicht | **Rosenheim:** Buchhandlung Bücherfamulus | **Saarbrücken:** Janus | **Schopfheim:** Grünkern | Regio | **Schleswig:** Die Eule | **Schramberg:** Kreativ Keller | **Schwetzingen:** Der Buchladen | **Selm:** Möller | **Siegen:** Pustelblume | **Sinzig:** Lesezeit, Bücher & Wein | **Soest:** Rittersche | **Stadtallendorf:** Buchhandlung Krämer | **St. Blasien:** Törle-Maier | **St. Wendel:** EkZ | **Steinen:** Schmidt | **Steinenbronn:** Steinenbronn Buchhandlung | **Stralsund:** Bücherstube Morgenstern | **Stuttgart:** Botnanger Bücherladen | Buch Hauser | Buchhandlung am Urachplatz | Buchhandlung des ejw | Buchhandlung Hans Martin | Engel | Pörksen | Heidehof Buchhandlung | Klaus Ebert | Quantensprung | Susanne Reiß | Konrad Wittwer – UniBuch Hohenheim | **Teningen:** Buchhandlung Marlies Lehmann | **Tettngang:** Lernwerkstatt Brunold | Montfort Buchhandlung | **Titmoning:** Buch & Kunst am Gerberberg | **Trebur:** Lesezeichen | **Trier:** Impuls | Gegenlicht Buchhandlung | **Tübingen:** Vividus BuchKaffee | **Tuttlingen:** Greuter | **Überlingen:** Naturata | Odilia | **Ulm:** Jastram | Kosmos Naturwaren | **Unterlengenhart:** Bücherstube | **Usingen:** Buchhandlung Wagner | **Vaterstetten:** Sterntaler | **Viersen:** Dülkener Büchereck | **Vlotho:** Regenwurm | **VS-Schweningen:** Bücherstube | **Wächtersbach:** Dichtung & Wahrheit | **Waiblingen:** Bücherecke | **Wangen i. A.:** Ceres, Bücher und Naturwaren | **Wedel:** Wolland | **Weil am Rhein:** Müller | **Wermelskirchen:** Bücher vom Stein | **Wetzlar:** Kunkel | **Wiesbaden:** Aeon | erLesen | **Wiesloch:** Dörner | Eulenspiegel | **Winterbach:** Buchhandlung in der Stütze | **Wirges:** Bonifatius | **Wittlich:** Buchhandlung Trierer Tor | **Witten:** Krüger | **Wolfsburg:** Buchhandlung Sopper | **Wuppertal:** Bücherladen | **Würzburg:** Body & Nature Naturkaufhaus | **SCHWEIZ:** **Arlenheim:** anthrosana | Buchhandlung Nische | Farbenspiel | **Basel:** Bider & Tanner | Sphinx | **Bern:** Anthrovita | Paul Haupt | **Buchs:** GMG Buchhandlung | **Dornach:** Buchhandlung am Goetheanum | Libro | Pfister | Rudolf-Steiner-Buchhandlung | **Egg:** Vögelin | **Goldach:** Bigler | **Ins:** Schlössliaden | **Kriens:** idée livre | **Liestal:** Rapunzel | **Muri:** Colibri | **Reinach:** Hauptstraße 8 | **Schaffhausen:** Allerleirauh | Gesundheit & Entwicklung GmbH | **St. Gallen:** Rösslior Bücher | **Thusis:** Kunfermann | **Wetzikon:** Buchhandlung Kolb | **Will:** Ad:Hoc | **Zofingen:** Mattmann | **Zürich:** Buchhandlung Beer | Im Licht | **ÖSTERREICH:** **Gallneukirchen:** Bücherinsel | **Graz:** Moser | **Innsbruck:** Wagner'sche Buchhandlung | **Kirchschlag:** Buchhandlung Mayrhofer | **Leibnitz:** Hofbauer KG | **Linz:** Paireder | Buchhandlung Freie Waldorfschule | **Lustenau:** Bücherwurm | **Oberndorf:** Flachgauer | **Salzburg:** Buch + Spiel | **Schiedlberg:** Bacopa | **Voitsberg:** Harmonie | **Wien:** Bücherstube der Goetheanistischen Studienstätte | Bücherzentrum | Gläsernes Dach | Herder | Lebens-Raum | Morawa Wollzeile | OM Esoterik | **LUXEMBURG:** Alinea | Ars Libri | Erner | Naturata | **BELGIEN:** **Antwerpen:** De kleine Prins | **NIEDERLANDE:** **Den Haag:** De Haagse Boekerij | **Zeist:** De Nieuwe Boekerij | **Amsterdam:** Zailing Boekerij



Fingerfertig – fantasievoll – fördernd



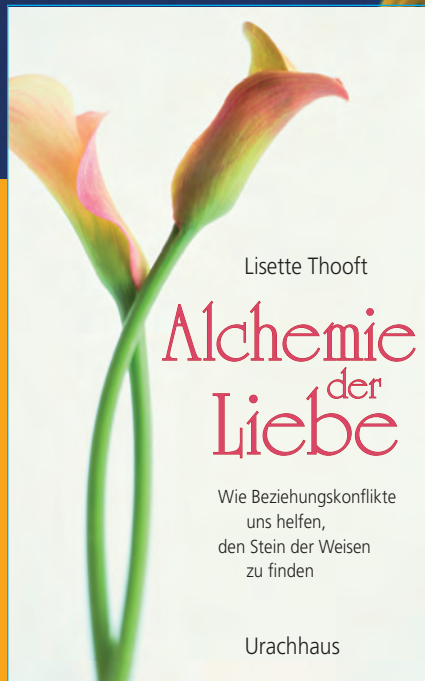
Mit nur einem Faden lässt es sich wunderbar spielen – und dabei spielend auch gleich noch etwas für die Konzentration und Motorik tun.

Die erfahrene Pädagogin Christel Dhom hat über 30 der beliebtesten Fadenspiele zusammengestellt und ergänzt. Sie erklärt nicht nur Schritt für Schritt die einzelnen Spiele, sondern auch deren hilfreiche Wirkung auf Kinder unterschiedlicher Altersstufen sowie ältere Menschen. Denn Fadenspiele sind nicht nur eine gute Übung für die Fingerfertigkeit, sie aktivieren zudem beide Gehirnhälften, steigern die Merkfähigkeit, fördern die Fantasie und Kreativität der einzelnen Spieler und tragen nicht zuletzt zu einem ausgeglichenen Sozialverhalten bei.

Und wie man sich verschiedene Fäden mit den eigenen Händen selbst herstellen kann – das wird natürlich auch gezeigt!

Christel Dhom: **Fadenspiele. Mit Freude Hände und Gehirn trainieren** • 136 Seiten, durchgehend farbig illustriert, gebunden
€ 19,90 (D) | € 20,50 (A) | sFr 33,90 • ISBN 978-3-7725-2296-3 • www.geistesleben.com

Verlag Freies Geistesleben: *Ideen für ein kreatives Leben*



152 Seiten, gebunden mit Schutzumschlag
€ 15,90 (D) | € 16,40 (A) | sFr 27,90
ISBN 978-3-8251-7650-1

Warum kämpfen Männer und Frauen miteinander, obwohl sie sich eigentlich lieben? Warum gelingt es nicht, die rosa Harmonie des Anfangs festzuhalten? Lisette Thoof zeigt anschaulich und praktisch mit Humor und Weisheit, wie sich die alten alchemistischen Prinzipien auf jede Partnerschaft fruchtbar anwenden lassen.



136 Seiten, gebunden mit Schutzumschlag
€ 14,50 (D) | € 15,- (A) | sFr 25,90
ISBN 978-3-8251-7531-3

Schaffen Sie sich mit den zehn Lebensmaximen von Lisette Thoof Besinnungsmomente in der Hektik des Lebens. Lernen Sie, aus der Kraft der inneren Ruhe die wirklich wichtigen Dinge von den unwichtigen zu unterscheiden und so zu einer neuen Lebensqualität zu gelangen! Ein inspirierender Leitfaden für ein entspanntes Dasein.



168 Seiten, gebunden mit Schutzumschlag
€ 15,50 (D) | € 16,- (A) | sFr 27,50
ISBN 978-3-8251-7567-2

Sie brauchen nicht viel, um im Überfluss zu leben – lediglich den Schatz, der in Ihnen selbst verborgen liegt. Wie Sie an ihn herankommen, erfahren Sie in diesem Buch. Lisette Thoof schreibt mit Leidenschaft und Freude und gibt inspirierende Antworten auf die Frage: Wie kann ich mich innerlich reich fühlen?

Urachhaus. Kompetenz in Sinnfragen