

E 51125
nr. 126

zum mitnehmen juni | 2010

Freies Geistesleben
Urachhaus

a tempo

Das Lebensmagazin

augenblicke

DER HÜTER DER HEIDE

im gespräch

HERBERT FEUERSTEIN
TRIEBFEDER NEUGIERDE

thema

ZU ROBERT SCHUMANN'S
200. GEBURTSTAG

Paradoxien

Leere Bewegung Kampf Tanz

Leben ist das, was passiert, während du eifrig dabei bist, andere Pläne zu machen ...
John Lennon



Ein Vulkanausbruch kann eine extreme Bedrohung darstellen und zugleich ein faszinierendes Naturschauspiel sein, ein Lottogewinn kann zur persönlichen Katastrophe werden und eine schmerzvolle Trennung das Tor zu einer glücklicheren Zukunft ...

Die gleichzeitige Erfahrung scheinbar unvereinbarer Widersprüche, wie sie uns ständig begegnen, kann zu einer Zerreißprobe werden, aber auch einen «Funken sprung» bewirken, der unser Bewusstsein erweitert. Die Frage ist nur: Wie lernen wir mit solchen Lebenssituationen so kreativ umzugehen, dass dies eintritt? Der niederländische Coach, Lebenskünstler und Psychotherapeut Manfred van Doorn nimmt in diesem fesselnden und befreienden Buch seine Leser mit auf eine faszinierende Reise zum tieferen Sinn des Lebens.

Manfred van Doorn: **Paradoxien des Glücks**
Die Kunst kreativ mit Widersprüchen zu leben
376 Seiten, mit zahlr. Abb., gebunden
€ 28,- (D) | ISBN 978-3-8251-7492-7

des Glücks
Spiel Opfer Dank Stille

Urachhaus. Kompetenz in Sinnfragen

VOM GLÜCK DER EINFACHEN DINGE

Je abstrakter unsere Lebensverhältnisse werden, je stärker unsere Umwelt mechanisiert und technisiert wird, desto unüberhörbarer meldet sich ein Bedürfnis nach Einfachheit und Unabhängigkeit. Das «einfache Leben» ist freilich kein Ideal, das unserer Zeit entstammt. Schon in der griechischen und römischen Antike gab es den Gegensatz zwischen dem anstrengenden Leben in Polis und Civitas, der Welt der Städte und Gemeinwesen, und dem bukolisch-idyllischen Land der Hirten, Winzer und Bauern, wohin sich die Begüterten und Privilegierten in die Sommerfrische zurückzogen. Noch heute profitiert die Tourismusbranche erheblich von dieser Polarität. Denn unsere Sehnsucht nach Arkadien, einem freien Leben jenseits gesellschaftlicher Zwänge im ungetrübten Einklang mit der Natur, ist ungebrochen.

Doch jeder Toscana-Urlauber weiß, dass solches Glück nur von kurzer Dauer ist. Wenige verschreiben sich einem dauerhaften Aussteigerdasein. Denn hinter der schönen Idylle wartet harte, mühevollen Arbeit. «Auch ich war in Arkadien geboren, ... doch Thränen gab der kurze Lenz mir nur», dichtete bereits Friedrich Schiller unter dem bezeichnenden Titel «Resignation».

Dass ein echtes Schäferleben überwiegend von Mühsal, Entbehrung und Arbeit geprägt ist, wird hautnah erlebbar in der Biografie der französischen Hirtin Marie des Brebis (wörtlich: «Schaf-Marie»), deren Leben der Schriftsteller Christian Signol in einem bewegenden Buch für die Nachwelt festgehalten hat. Marie, ein Findelkind, wuchs zusammen mit den Schafen ihrer Herde auf und wurde später selbst Schäferin. Sie erlebte fast das gesamte 20. Jahrhundert mit, überstand zwei Weltkriege, Besatzung, Résistance, Armut und bitterste materielle Not. Bis auf eine größere Reise hat sie ihre Heimat nie verlassen. Trotz vieler tragischer und schwerer Schicksalsschläge formulierte sie das Fazit ihres Lebens im Alter so: **Danke für alles. Danke für jede Minute, die kommt; danke für das Leben, das vor mir liegt! Danke!**

Wenn man Mariens Erinnerungen liest, wird einem plötzlich klar: Das wahre Arkadien liegt gar nicht in der Ferne, irgendwo «dort draußen»; es liegt in uns selbst, in jener Region unserer Seele, wo wir dem Ursprung des Lebens nahe sind ...

Mit besten Frühsommergrüßen aus Stuttgart

Frank Berger

Frank Berger

Liebe Leserinnen,
liebe Leser,



06 im gespräch
HERBERT FEUERSTEIN
TRIEBFEDER NEUGIERDE



Herbert Feuerstein ist ein wahrer Tausendsassa – und daran ändert auch das Alter nichts, denn das genießt er mit entspannter Freude und aufgeregter Gelassenheit und jenem neugierigen Eifer, der ihn zum Musiker, Redakteur, Herausgeber, Verleger, Satiriker oder Fernsehmacher werden ließ und ihn auch mit 70 Jahren immer noch Überraschungen entdecken lässt.

10 augenblicke
DER HÜTER DER HEIDE



Wenn wir an die Lüneburger Heide denken, dann denken wir zartviolett und buschig und sandig ... Und hinter einem Erikastrauch oder Wacholderbusch hoffen wir zudem, eines der Schafe durch sein Blöken ausfindig zu machen. Wer dort als Schäfer arbeitet, hat natürlich auch andere Vorstellungen von dieser Gegend und reichlich Erzählstoff, dem man gerne lauscht.



16 glücksfälle
«... DOCH DAS GLÜCK KOMMT VON OBEN» – ODER WIE WAR DAS?

17 mensch & rhythmus
DIE 18 – DES LEBENS FÜLLE

18 thema
VON FLORESTAN, EUSEBIUS UND MEISTER RARO
«VIELLEICHT VERSTEHT NUR DER GENIUS DEN GENIUS GANZ.»
ZU ROBERT SCHUMANN'S 200. GEBURTSTAG

24 sprechstunde
DER STERNIGE HOLUNDER LÖST VERHÄRTETES AUF

27 weiterkommen
DAS REDEN BEDENKEN

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: querebet – ein jahr im garten 30 | literatur für junge leser 32 |
die kinderseite 33 | preisrätsel / sudoku 34 | kulturtipp 35 | suchen & finden 36 | ausblick / buchhandel 38

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

«Das ist das Charakteristische des Geistigen,
dass der Mensch es erst erkennen kann, wenn
er sich bemüht, wenigstens im geringen Maße
anders zu werden, als er von vornherein ist.»

Rudolf Steiner, 3. April 1912

Keime für die Zukunft in der Gegenwart



204 Seiten, kartoniert | € 9,90 (D)
ISBN 978-3-7725-2102-7

In der Sprache teilt der Mensch nicht nur etwas über die Welt und sich selbst mit, sondern er nimmt teil am Schöpferischen, aus dem alles entstanden ist.



222 Seiten, kartoniert | € 9,90 (D)
ISBN 978-3-7725-2107-2

Wie hängt unser Bewusstsein mit unserer Ernährung zusammen? Wie findet Ernährung statt und welche Wirkungen haben einzelne Lebensmittel auf unsere geistige Entwicklung?



226 Seiten, kartoniert | € 9,90 (D)
ISBN 978-3-7725-2110-2

Warum erkrankt ein Mensch und wie kann er geheilt werden? Welche Bedeutung hat eine Krankheit, die zum Tode führt, für die weitere Entwicklung eines Menschen?



267 Seiten, kartoniert | € 10,90 (D)
ISBN 978-3-7725-2118-8

«Elementarwesen» wurden in früheren Zeiten konkret erlebt. Heute wird der Zugang zum Wesenhaften in der Natur wieder gesucht. Welche Bedeutung hat dies für unsere Zukunft?

Verlag Freies Geistesleben: *Wissenschaft und Lebenskunst*

TRIEBFEDER NEUGIERDE

HERBERT FEUERSTEIN im Gespräch mit Ralf Lilienthal

Ralf Lilienthal | Wie muss man sich die Kinderjahre des deutschen MAD-Herausgebers und Fernseh-Humoristen Herbert Feuerstein vorstellen – spaßig?

Herbert Feuerstein | Spaßig? Ich habe oft überlegt, der Frage nachzuspüren, welche Faktoren zusammenwirken mussten, um so etwas Schreckliches zu produzieren wie mich. Ich bin 1937 in einer sehr zerrissenen Zeit geboren, mit Eltern, die es mir nicht unbedingt leicht gemacht haben: ein Nazi-Vater, eine lieblose Mutter. Das heißt aber nicht, dass ich mich über «meine schwere Kindheit» beklage. Man hat nur dieses eine Leben zur Verfügung, in dem so viel schief gehen kann. Letzten Endes wird man daran nichts ändern können, selbst wenn man noch so viel hadert und sich etwas völlig anderes wünscht. **Man muss mit seinen Begabungen und Unzulänglichkeiten auskommen** und sich sagen: «Das ist alles, was du hast, mach das Beste daraus!»

RL | Findet sich rückblickend in diesen ersten Lebensjahren bereits etwas von dem späteren Herbert Feuerstein?

HF | Ich habe sehr früh vor allem gewusst, was ich nicht sein will. «Werde doch normal» – das ist ein Satz meiner Mutter, den ich bis heute im Ohr habe. Ich wollte anders sein und habe mich nicht irremachen lassen, sonst wäre ich wahrscheinlich irgendwas ganz Fürchterliches geworden wie österreichischer Justizminister oder Festspielpräsident von Salzburg ... Dieses Bewusstsein, nicht dazuzugehören, hat mich unweigerlich in Richtung Kunst getrieben – und ich hatte das Glück, als Siebenjähriger eine sehr alte ehemalige Schuldirektorin kennenzulernen, die, wie man so sagt, einen Narren an mir gefressen hatte. Sie hat mir Klavierunterricht gegeben und

mich trotz der damaligen Nachkriegswirren klassisch gebildet. Das war wie eine Insel, auf der ich Schutz vor den Unbilden der Zeit und dem, was meine Eltern für Erziehung hielten, gefunden habe.

RL | Viele Fernsehzuschauer kennen nur einen kleinen Ausschnitt des ganzen Herbert Feuerstein und wissen beispielsweise nichts von Ihrem Musikstudium am Salzburger *Mozarteum*.

HF | Obwohl ich lange an meine Begabung zum Pianisten geglaubt habe, hätte ich nie das Zeug zu einem «Vollblutmusiker» gehabt. Meine eigentlichen Talente liegen ganz woanders. In der Sensibilität des Nachempfindens, im Hineinhorchen in andere – Fähigkeiten, die in Richtung Schreiben oder Theater weisen. Ich kann Stile nachmachen und relativ gut parodieren. Das weiß man natürlich alles nicht sofort. Es war schon gut, dass ich meine Musikerlaufbahn rechtzeitig abgebrochen habe und zum Schreiben gekommen bin.

RL | Wobei Sie das Ende Ihrer Musikerlaufbahn selber herbeigeschrieben haben!?

HF | Ja, durch eine Musikkritik im *Linzer Volksblatt*. Eines Tages wurde ich zum Hofrat Bernhard Paumgartner zitiert, dem Leiter der Akademie. Kurz vorher hatte ich ein paar boshafte Kritiken über Mozarteumskonzerte geschrieben, auch eine Paumgartner-Oper war dabei – nicht unbedingt sachlich, denn damals hätte ich für eine gute Pointe meine Oma verkauft! Nun ja, jedenfalls bin ich nicht rausgeflogen, sondern habe im Lauf des «Gesprächs» selbst angeregt, dass ich die Akademie doch verlassen könnte ... Nach dieser Geschichte war ich dann endgültig auf der Seite der Schreibenden angekommen.



Fotos: Wolfgang Schmidt

RL | Und haben wenig später, mit 22 Jahren, die Flucht nach vorne, nach New York, angetreten.

HF | Wenn ich mir das heute überlege: Nach Amerika zu reisen auf Geratewohl, ohne Rückfahrkarte, ohne Kontakte, ohne Geld ... Aber Kühnheit ist nun mal das Vorrecht der Jugend. Es gab da eine amerikanische Studentin, die ein Studienjahr in Salzburg absolvierte und dann zurück in die USA musste – und ich bin einfach mitgegangen. Mit einem Visum, das ich mir mehr oder weniger erschwindelt hatte, das mir aber erlaubte, für österreichische und deutsche Zeitungen zu arbeiten. Nur haben die fast nichts bezahlt und ich wäre beinahe vor die Hunde gegangen. Zum Glück habe ich dann nach meiner Heirat – und der damit verbundenen Green Card – schnell einen Job bei der einzigen in den USA noch existierenden deutschsprachigen Tageszeitung bekommen, für die ich immerhin zehn Jahre, zuletzt als Chefredakteur, gearbeitet habe.

RL | Wirtschaftlich auskömmlich gearbeitet?

HF | Absolut! Wir haben uns bereits nach drei Jahren ein Häuschen gekauft. Existenzangst war immer eine Triebfeder in meinem Leben. Wenn man aus dem sozialen Netz herausfällt und in eine Leistungsgesellschaft katapultiert wird, ändert sich die Denkart. Für meine Seelenruhe brauchte ich immer das, was ich das «Leck-mich-am-Arsch-Geld» nenne – also immer so viel zu haben, dass man jederzeit ohne Reue alles verändern kann. **Die größte Bedrohung ist für mich Abhängigkeit.** Von jemandem. Von etwas. Unabhängigkeit war ein Ziel, das ich relativ früh erreicht habe.

RL | Wie haben Sie den Weg zurück nach Europa gefunden?

HF | Irgendwann war es genug. Man kann nicht ewig nur Gast und Beobachter sein – nach zehn Jahren hätte ich den Übertritt in die andere Kultur vollziehen müssen. Ich habe gern für die *Deutsche Zeitung* gearbeitet. Es war vielschichtig – Nachrichten, Interviews, Politik, Kultur. Als einziger Österreicher in der ▶

HERBERT FEUERSTEIN



► Redaktion habe ich sämtliche Wiener Außenminister und Bundeskanzler dieser Jahre kennengelernt und in der Presseabteilung des österreichischen Konsulats mitgearbeitet – mit der Option, Beamter zu werden. Ich war ziemlich fleißig! Habe einen Roman fertiggestellt. Eine Barock-Oper übersetzt. Mit meiner kleinen Presseagentur ein paar deutsche Tageszeitungen bedient. Und als Korrespondent für die Satirezeitschrift *Pardon* geschrieben ...

RL | ... die sie dann, 32-jährig, nach Deutschland geholt hat.

HF | Ja, nach Frankfurt, allerdings als Buchverlagsleiter. Zwei Jahre später bekam ich dort den Anruf, der die «MAD-Zeit» einläutete: Ob ich jemanden kenne, der das deutsche MAD übernehmen könnte. Ich sagte: «Ich frag mal nach», drehte mich einmal um die Achse, «ja, ich!» Und dann hab ich es gemacht, fast 20 Jahre lang, was ich bis heute als meine Hauptarbeit ansehe. MAD war gut. Besser, als viele das eingeschätzt haben. Es hat einen Nerv getroffen. Meine Philosophie war: Keine Satire, kein erhobener Zeigefinger, nicht sagen, wie es geht, sondern zweifeln – die Welt ist blöd, aber ich selbst auch!

RL | Am Ende der MAD-Zeit taucht Herbert Feuerstein im Fernsehen auf. Wie kam es dazu?

HF | Wegen meiner Unruhe und Umtriebigkeit. Neben MAD habe ich immer auch andere Sachen gemacht. Über 1000 Radiosendungen zum Beispiel. Irgendwann fing ich an, für das Fernsehen zu schreiben. Und wenn man als Autor bei Live-Sendungen dabei ist, kommt früher oder später eine Situation, wo

es heißt: «Mach du mal schnell ...!» Und so bin ich dann eines Tages für *Pssst!* gecastet worden.

RL | Hier haben Sie auch zum ersten Mal mit Harald Schmidt gearbeitet. Oder?

HF | Ja. Seit New York habe ich mich für die ersten Talkmaster begeistert – Steve Allen, Jack Paar, Johnny Carson. Auch der Aufstieg von David Letterman blieb mir bei späteren USA-Besuchen nicht verborgen. Ich hätte mir nur zu sehr gewünscht, so was selbst zu können. Als ich dann Schmidt kennenlernte, wusste ich sofort: Das ist der, der das kann. Und dann habe ich mich das einzige Mal in meinem Leben ganz sorgfältig in etwas hineintrigiert. Bin zu seinen Kabarettabenden gepilgert, habe mich ein bisschen mit ihm angefreundet. Und als er einen Sendeplatz beim WDR bekommen sollte, habe ich ihm vorgeschlagen, für ihn zu schreiben. Ich habe mich als seinen «Sidekick» gesehen. Denn wenn ein Showmaster immer nach vorne, zum Publikum spielt, kann er nur auf breiter Schiene arbeiten. Wenn aber jemand neben ihm sitzt, mit dem er sich austauschen kann, kommt er auf eine andere, persönlichere Ebene, kann viel mehr wagen und ausprobieren. So habe ich mich gesehen – als Autor und Anmacher. Das hat eine Eigendynamik bekommen, aus der dann *Schmidteinander* entstanden ist.

RL | Eine inzwischen legendäre Sendung, in der Sie und er die Möglichkeiten des Genres ausgelotet haben.

HF | Das war eine wunderbare Arbeit mit viel Improvisation und Experiment. Wenn ich wieder eine neue, verrückte Idee hatte und es bei den Redakteuren hieß: «Unmöglich!», dann musste ich mich

«Neugier. Ich bin in der glücklichen Lage, meine Neugierde ausleben zu können.»

eben zum «Chef» durcharbeiten, ihm die Sache mit ein paar Worten erklären. Dann hieß es: «Ja, klar!» Selbst unmittelbar vor der Sendung. Das war das Tolle mit Schmidt – er hatte die Macht und ich habe sie ausgenutzt. Man musste mit ihm nicht üben, konnte alles ausprobieren. Das war eine Lehrzeit, der ich sehr viel zu verdanken habe.

RL | Auch in der Nach-Schmidt-Zeit haben Sie nicht gekleckert, sondern geklotzt – Reisesendungen, Bücher, unzählige Radiobeiträge, Theater-, Oper- und Konzertarbeiten. «Kürzer treten» scheint auch für den Siebzigjährigen keine ernstzunehmende Devise zu sein.

HF | Mein Leben ist nie regelmäßig verlaufen und hat sich alle sieben bis zehn Jahre komplett verändert. Alle glauben noch, ich mache Fernsehen, was aber nicht stimmt – und eigentlich nie gestimmt hat. Jetzt bin ich wieder zurück bei der Musik. Und habe das große Glück, auswählen zu können. Aber wenn es um Musik geht, kann ich selten widerstehen, auch wenn das fast immer mit sehr viel Arbeit verbunden ist.

RL | Das sieht nach einem eher fragmentarischen Leben aus. Wie kriegen Sie die verschiedenen Bereiche unter einen Hut? Und vor allem: Wo liegen die Quellen Ihrer Regeneration und Inspiration?

HF | Was Sie fragmentarisch nennen, hat eine klare Struktur: Neugier. Ich bin in der glücklichen Lage, meine Neugierde ausleben zu können. Hier versteckt sich aber auch das, was ich die «Grundsuld meines Lebens» nennen würde. Während die andern aus meinem österreichischen Umfeld «der Kunst gedient» haben und dann, je nach Begabung, in die Grube des Vergessens oder den Himmel der Anerkennung gerieten, bin ich nach Amerika geflohen und habe mich für lebenslängliches Dilettieren entschieden. Aber was soll's – was man «eigentlich» hätte machen sollen, weiß man ohnehin nicht. Ich glaube an keine Berufung oder Vorbestimmung, also bin im Zweifelsfall bei der Neugierde geblieben. Und Regeneration? Wovon? **Ich lebe mein Leben ohne äußeren Zwang und habe immer gespürt, dass Energie Energie erzeugt.** Würde ich eine Woche nichts tun, wäre ich mit Sicherheit körperlich krank. Natürlich kann man mit siebzig nicht leben wie ein Zwanzigjähriger. Das Erträgliche am Alter ist aber, dass man unmerklich hineingleitet und schließlich glaubt, schon immer ein Greis gewesen zu sein. ■



Doris Kleinau-Metzler
Lebenskunst
 Sieben Begegnungen.
 192 Seiten, mit s/w-Fotos, Klappenbroschur
 € 10,- (D)
 ISBN 978-3-7725-2221-5
www.geistesleben.com

Zwischen gestern und morgen

Doris Kleinau-Metzler erzählt – und lässt erzählen – von ihren Begegnungen mit sieben eindrucksvollen Menschen und der Freude an der Kunst des Lebens.

Jean-Christophe Ammann | Kunsthistoriker
Judith Hermann | Schriftstellerin
Jürgen Kadow | Maler
Henning Köhler | Heilpädagoge
Georg Kühlewind | Philosoph
Christian Nickel | Schauspieler
Dorothee Sölle | Theologin

Sieben Begegnungen, sieben Menschen, sieben Lebenswege im weiten Feld zwischen Geist und Kunst, zwischen Museum und Atelier, Kanzel und Praxis, Bühne und Schreibtisch. Aus unterschiedlichen Motiven und Anlässen heraus wurde Doris Kleinau-Metzler auf diese Menschen aufmerksam, begann sich für sie und ihr Leben zu interessieren: «Kein Schema passt für die Vielschichtigkeit und Bewegtheit eines Menschen. Eine Annäherung daran ist möglich im Gespräch, in dem beide, Interviewte und Interviewerin, Erzählende sind.» Und so erzählt die Autorin – und mit ihr die Porträtierten – von den ersten zaghaften Schritten, dem sicheren oder zweifelnden Gang in einen Beruf und vom Lauf des Lebens.





DER HÜTER DER HEIDE

Christian Kaiser (Text & Fotos)

«Ja, hier ist der Jürgen ...» Es meldet sich die freundliche, jugendhafte Stimme des Schäfers am Telefon. Wir verabreden uns im Steingrund inmitten der Lüneburger Heide.

In Sudermühlen lasse ich mich morgens absetzen, dann geht es zu Fuß über den Mühlbach weiter in die Landschaft hinein. Nach einer Stunde erreiche ich Undeloh, das bekannte Tor zum Naturschutzpark Lüneburger Heide. Die Entfernungen hier in der Heide sind nicht weit, wenn man geübt ist zu wandern – oder auf einem Fahrzeug sitzt. Ich habe viel Gepäck zu tragen, so entscheide ich mich aufzusatteln. Ein Leihfahrrad ist hier schnell gefunden, und ich bin damit schnell und flexibel. Am Ortsausgang der Wegweiser nach Wilsede – noch vier Kilometer. Dahinter soll der Steingrund liegen, und so fahre ich am Rand der Kopfsteinpflasterstraße durch die blühende Heidelandschaft. Im historischen Dorf Wilsede weist ein Findling den Weg zum Steingrund. Der Pfeil zeigt nach rechts, doch nach der Landkarte müsste der Steingrund von meinem Standort aus links sein. Nach kurzer Weiterfahrt höre ich auch die Schafe hinter Wachholdern blöken. Doch ich sehe nichts als blühendes Heidekraut zwischen dem Wacholder. Erst geht es bergauf, dann plötzlich steil bergab. Schon rutscht das Vorderrad im lockeren Sand seitlich weg. Baumwurzeln queren den Pfad – also besser absteigen. **Die Umgebung wirkt unwirklich – wie aus einem Traum, die Wacholder ähneln Riesen.**

Da bellt ein Hund. Nein, es sind zwei. Dort hinten ragt das Dach eines Schafstalls über die Bäume. Der Pfad führt darauf zu, knickt dann jedoch nach links in den Wald ab. Ein deutlicher Wechsel

der Landschaft, sie ist so anders hier als in der Marsch, dem grünen, fruchtbaren norddeutschen flachen Land entlang der Küste und der Elbe.

Hügel aus Sand. Eiszeitliche Moränen – sie waren einst dicht bewaldet – bilden das Profil der Landschaft. In der Tiefe unter den ebenen Hochflächen und den Hügeln Niedersachsens liegt das Salz. Um das versteinerte Salz sieden zu können, brauchte man Unmengen von Brennmaterial, und so wurden die Kiefern und Eichenwälder im Lauf von nur drei Jahrhunderten abgeholzt. So entstand diese von Menschenhand geschaffene Wüste, die sich zuerst Gräser und dann die Heide eroberten.

«Lotte, komm her!» Ein grauer Hund läuft dicht an mir vorbei und bleibt dann bellend vor mir stehen.

Der baumlange Kerl kann nur der Schäfer sein, er steht ungerührt zwischen hohen Wachholdern in einem violetten Blütenmeer. Ein Bild wie an der Wand des Wohnzimmers der Großeltern. Meine Vorfahren zog es schon zum Wandern in dieses Heideland.

«Moin, ich bin Jürgen. Du musst der Journalist sein.» Hände werden geschüttelt. Die beiden Hunde sind neugierig, beschnuppern mich, lecken mir die Hand zur Begrüßung. Um uns herum stehen geschätzt gut einhundertfünfzig Tiere. Sie sind sehr beschäftigt, einen Besucher wie mich beachten sie kaum. Eine Kutsche rollt beschaulich vorbei, der Schäfer hebt die Hand zum Gruß. Der Kutscher erwidert den Gruß. Hinten auf dem Pferdewagen sitzen zehn ältere Menschen, die zücken ihre Kameras. Ein Bild fürs Album als Erinnerungstütze? Eine Staubwolke – dann ist ▶



- ▶ schon im nächsten Moment nichts mehr von der Kutsche zu sehen.

In der Herde kommt Unruhe auf. Die Heidschnucken, so werden die gehörnten Schafe hier genannt, haben glattes graues, braunes oder weißes Fell. Ihre Köpfe sind alle tiefschwarz. Eine frisch geschorene Schnucke tritt auf Lisa, den kleineren der beiden Hunde, zu. Lisa leckt dem Schaf über die Nase. Ob das eine Freundschaftsgeste ist?

Jürgen erzählt: «Ich wollte schon als Schuljunge gerne mit Tieren arbeiten, nur nicht im Zoo oder gar in einer Geflügelfarm. Da hab ich mich mit 16 Jahren hier in der Heide um eine Lehrstelle als Schäfer beworben. Jetzt mache ich das hier seit dreißig Jahren.» Seitdem sei er kaum aus dieser Gegend herausgekommen, berichtet er. **Was so romantisch aussieht, sei in Wirklichkeit eine ziemliche Knochenarbeit.** «Als Schäfer hast du kein Wochenende frei, denn die Schafe müssen jeden Tag früh morgens zum Fressen auf die Heide geführt werden. Sommers wie

Winters.» Früher hatte ein Schäfer höchstens ein- bis dreihundert Tiere, jetzt sind es bis zu eintausend Schafe pro Schäfer. «Im Sommer habe ich 750 Tiere in meiner Herde. Im Winter gebe ich zwar welche davon weg, dann muss man zufüttern und die Tiere tränken. Im Winter, in der Zeit von Februar bis März, werden die Lämmer geboren.» Die Lämmer können nachts im Stall oder auch tagsüber draußen im Schnee geboren werden. Eine Schnucke fällt auf, sie trägt ein Glöckchen um den Hals. «Die habe ich mit der Flasche großgezogen.» Die Handaufzucht bedeutet extra Arbeit und unruhige Nächte.

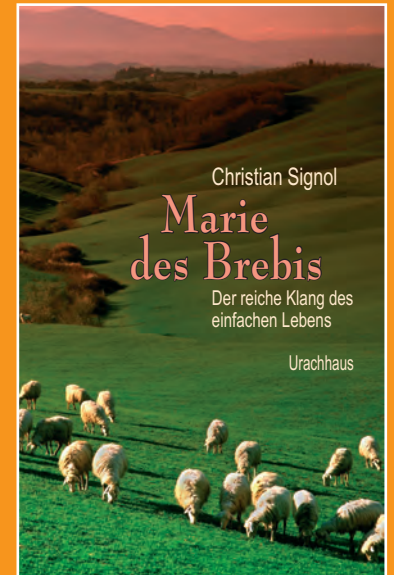
Jürgen lehnt sich an seinen selbstgeschnitzten Hirtenstab – so entlastet er seine Beine, behält aber den Überblick über die Herde. Die Hunde sind jetzt an der Leine. Ein Buntspecht ruft, sonst ist es vollkommen still, vom Rascheln der Blätter in den Bäumen abgesehen. Die Herde zieht sich fressend den Hügel hinauf, verteilt sich dabei. Also kommt Arbeit auf Lotte zu. Jürgen macht sie von der Leine los. Wie ein Pfeil saust die Hündin los,



und im Nu bringt sie Ordnung in die Schafherde. Jürgen ruft sie zurück, lobt sie und lässt sie an seiner Seite laufen. Doch die Bewegung macht ihr Spaß und gleich ist sie wieder bei den Schafen. Lisa will es ihr nachmachen. Die beiden Hunde sind wie die Instrumente in einem Orchester. Die erste Geige spielt Lotte, der erfahrenere der beiden Hunde. Jürgen geht langsam weiter, tritt auf eine kleine Kiefer – knack. Er zieht seine Handsäge aus der Tasche und sägt sie um. «Sonst wächst hier alles bald zu», erklärt er. «Die Bäume säen sich ständig selbst aus. Es würde nur wenige Jahre dauern und von der Heide wäre nichts mehr zu sehen.» Heidelandschaft ist immer eine Vegetation des Übergangs. Zuerst Düne oder Wüste, dann siedeln sich die Pioniere unter den Pflanzen an: zuerst robuste Grasarten, dann erst wächst Heide auf dem Sand, darauf folgen die Wacholder, auf diese die Birken und Kiefern.

Julia Hallmann, für die Öffentlichkeitsarbeit des *Naturschutzparks Lüneburger Heide* zuständig, berichtet: «Der vor hundert Jahren auf private Initiative gegründete Verein, kurz VNP, war der erste dieser Art in ganz Deutschland. Die Heide hatte schon vor hundert Jahren Verehrer mit Weitblick, darunter Pastor Bode. Der Heidepastor war gut zu Fuß, er liebte es, über die menschenleere Heide zu wandern. Durch Eisenbahn und Automobil war die Heide zu Beginn des vorigen Jahrhunderts nicht mehr fern, sondern in einer Stunde von Hamburg aus gut zu erreichen. Die wanderbewegten Städter kamen in Scharen. Man wollte raus aus der stickigen Großstadt.»

Wochenendhäuser entstanden, wo immer ein Fleckchen Erde bebaut werden konnte. Ein Siedlungsring entstand rings um die Heide. Die Bauern frohlockten ob des fetten Gewinns für ihre mageren Äcker. Die waren eh karg und kaum ertragreich. Pastor Bode hatte wieder mal tief ins Glas geschaut. Er fluchte im *Heidekrug* zu Hanstedt: «Wenn die Städter hier alle ihre Sommerhäuser aufstellen, ist bald kein Platz mehr für die Heide.» **Ein Plan zum Schutz der Heide musste also her.** Bei der ersten sich bietenden Gelegenheit entschlossen sich die Heidefreunde den «Totengrund», ein besonders schönes Plätzchen, zu kaufen. 1910 war die Sache unterschrittsreif. In den folgenden Jahren wuchs der erste Naturschutzpark Deutschlands, beschwingt durch die romantischen Werke von Dichtern wie Hermann Löns und ungezählte bildende Künstler. Kein Wohnzimmer ohne Heidegemälde. Im Dritten Reich sollte die Heide wieder groß aufblühen, sie passte ins wirre nationalsozialistische Konzept von Blut und Boden. Neu gebaute Autobahnen führten bald direkt am Naturschutzpark vorbei. Der Zweite Weltkrieg selbst führte zu noch mehr Not und Hunger. Die Menschen hatten danach ganz andere Sorgen, als sich um ihre Heide zu kümmern. Die Heide hatte ▶



www.urachhaus.com

Christian Signal
Marie des Brebis
 Der reiche Klang des einfachen Lebens
 Urachhaus
 Christian Signal
Marie des Brebis
 Der reiche Klang des einfachen Lebens
 192 Seiten, gebunden mit SU
 € 15,90 (D)
 ISBN 978-3-8251-7580-1

Vom großen Glück der kleinen Dinge

Die einfache Schafhirtin Marie des Brebis hat dem französischen Erfolgsautor Christian Signal ihre Lebensgeschichte erzählt – und es entstand ein beeindruckendes Lebenszeugnis, das vom Zauber der kleinen Dinge erzählt.

«Selten hat mich ein Buch so berührt wie *Marie des Brebis*. Immer wieder standen mir Tränen der Anteilnahme, der Rührung, des Mitgefühls, des Glücks oder der Trauer in den Augen – so authentisch liest sich die Lebensgeschichte dieser «einfachen» Frau, wenn man den gesellschaftlichen Einteilungen folgt und sie nur als Schafhirtin kategorisiert. Diese ungebildete Frau birgt einen solchen Reichtum an Wahrnehmungsqualität ihres so vielfältigen Lebens ... Die Lebensgeschichte von Marie ist ein Geschenk.»

Körper, Geist, Seele. Berliner Magazin für Gesundheit und bewusstes Leben



- ihre Schafe, die meisten Ställe und die noch junge Infrastruktur des Parks eingebüßt.

Da trat Alfred C. Toepfer auf den Plan. Noch bevor die Städter Erholung suchend in ihren Nachkriegs-Isettas und -Heinkels an den Wochenenden anrollten, gab der wohlhabende Hamburger Mäzen mit einer großzügigen Spende und dem Plan zur weiteren Entwicklung und Vergrößerung des Naturschutzparks das in die Zukunft weisende Signal. Neue Schafställe wurden gebaut, Schafe gekauft, Schäfer eingestellt. Zudem wurden Bienen angeschafft, denn ohne die fleißigen Insekten wäre es auch mit der Heideblüte bald vorbei. Ein Netz aus Gastwirtschaften und Pensionen in typischer Holz- und Fachwerkbauweise kamen hinzu. In Wilsede, im Herzen des Gebiets, entstand ein Heidebauerndorf.

Ganz in der Nähe sind die Schafe, Lotte, Lisa, Jürgen und ich derweil unterwegs. Der Wilseder Berg, mit 145 Metern die höchste Erhebung der Heide, ist nah. Von hier aus hat man einen fantastischen Rundumblick, kann bei klarem Wetter die Türme Hamburgs erkennen. Jürgen winkt gerade den Passagieren einer weiteren vorbeierollenden Pferdekutsche zu. Nostalgie gepaart mit frischer Luft und ein bisschen Wildwest. Es ist schwer in Worte zu fassen, welcher merkwürdigen Reiz die alte Kulturlandschaft auf Menschen ausübt. Und auf die Schäfer, auch wenn die ein hohes Arbeitspensum haben. Reichtum ist für Jürgen etwa ein freies Wochenende «Ich bin Sammler aus Leidenschaft. Aus zwei kaputten Fahrrädern eins zu machen, macht mir mehr Freude als ein neues ganz zu kaufen.» – Die Hektik der Städte, der ewige Kaufanreiz sei nichts für ihn. Er bedauert die Menschen, die ständig auf der Suche nach Statussymbolen und Schnäppchen seien. Er selbst trägt alte Kleider, sucht alle verwendbaren Dinge aus

dem Schrott, um daraus etwas Neues zu bauen oder es zu reparieren. Wachsam verfolgt Jürgen das Leben wie durch ein Fernrohr. Manchmal fragt er sich, wofür das alles gut sein soll. Fragt sich, ob er etwas ganz anderes wagen sollte!? Ernst, sein vor Jahren verstorbener Freund und Kollege, sagte ihm: «Jürgen, du bleibst am besten hier bei deinen Schafen bis ans Ende deiner Tage.» Diese Worte klingen nach. Jürgen suchte sich einen neuen Gehilfen. Er fand ihn schließlich in Form eines grünen Traktors. Der wird seitdem Willy genannt. Und dann war Jürgen gemeinsam mit Dana, seiner Liebsten, kürzlich in Polen unterwegs. «Alles ganz billig da drüben – und die Leute sind so nett! Und die haben Autos, die sind noch älter als meins.» Aber dort leben? Nein. Er ist wieder in die Heide gekommen und bleibt ihr und sich auch in den kommenden Jahren treu – und damit seinen Schafen und Lotte und Lisa. ■

Weitere Informationen rund um die Lüneburger Heide sind zu finden unter:

www.lueneburger-heide.de

Und über den die Arbeit des Verein Naturschutzpark e.V. unter:

www.verein-naturschutzpark.de







Foto: Wolfgang Schmidt

«... DOCH DAS GLÜCK KOMMT VON OBEN» ODER WIE WAR DAS?

von Arnica Esterl

Der Winter 1940/41 war in Holland sehr kalt. Und wir drei, meine Brüder und ich – neun, sieben und sechs Jahre alt – hatten einen beschwerlichen Schulweg zu gehen. Wir mussten mindestens eine halbe Stunde einen gewundenen Deich entlang gehen, der die umliegenden, topfebenen Wiesen um mindestens drei Meter überragte.

Nachdem die Waldorfschule in Den Haag geschlossen worden war, hatten unsere Eltern uns in den Poldern der Provinz Friesland bei Pflegeeltern «versteckt», damit wir nicht zwangsweise eine «großdeutsche» Schule besuchen mussten. Wir lebten in dieser Zeit in einem winzigen ehemaligen Zollhäuschen: unten ein Wohnzimmer, oben ein Schlafzimmer. Die Pflegeeltern schliefen unten, wir in einem großen Doppelbett oben.

Frühmorgens machten wir uns auf. Der Wind fegte den Schnee über die Fläche und türmte ihn an den Deichrändern zu fast unüberwindlichen Schneewehen auf. Einzelne Bauernhöfe säumten den Weg, und wir kämpften uns in Schräglage von Haus zu Haus. Aber der jüngste, Wijnand, war bald erschöpft und blieb beim zweiten Hof stehen: «Ich kann nicht mehr!» Die Bäuerin hatte uns gesehen und holte uns in die warme Stube. Sie stärkte Wijnand mit einem Teller Haferbrei und sagte: «Ich bringe euch nachher heim.» Rudolf aber, der pflichtbewusste Älteste, machte sich wieder auf den Weg. Er hat den ganzen Winter die Schule nicht geschwänzt.

Wijnand und ich hingegen landeten krank im Bett. Und weil es oben so kalt war, durften wir tagsüber sogar in der mit einem Bollerofen geheizten Wohnstube liegen. Aber die Kälte drang von oben durch die dünne Zimmerdecke, und so wurde beschlossen, eine extra Schicht Bretter dagegen zu zimmern. Der Dorfschreiner arbeitete fleißig über unseren Köpfen, und wir schauten begeistert zu.

Plopp! Etwas fiel auf die Bettdecke. Wir fanden einen großen, wohl 8 cm langen Zimmermannsnagel. Wijnand versteckte ihn blitzschnell unter der Decke. Ein so schöner großer Nagel war ja eine Kostbarkeit! Aber der Schreiner hatte es bemerkt und forderte uns auf, ihm den Nagel zurückzugeben. Was tun? Mem, unsere Pflegemutter, hatte ein Einsehen: «Ihr müsst den Nagel freilich zurückgeben. Aber wenn noch weitere herunterfallen sollten, bekommt ihr für jeweils fünf Nägel ein Bonbon.» Das war ein Angebot! **Ein Bonbon! Das war ein seltener süßer Traum für uns.** Und der Schreiner hatte dabei auch keinen Schaden. Also lagen wir ungeduldig da und warteten ... Plopp! Ach, wenn das in dem Tempo weiterginge, wäre am Ende höchstens ein Bonbon fällig.

Plopp! Plopp! Waren die Bretter so morsch, dass die Nägel nicht mehr hielten? Aber dann sahen wir, wie der Schreiner uns zuzwinkerte. Plopp! Wir zwei waren wohl nie so lieb und still wie in diesen Stunden. Das Glück fiel uns sozusagen direkt ins Bett. Und als die Zimmerdecke abgedichtet war, besaßen wir 20 schöne große Nägel. Die bekam der Schreiner zurück und uns hatte er augenzwinkernd die Krankheit mit je zwei Bonons versüßt. ■

Arnica Esterl, 1933 in Den Haag geboren, studierte nach abgeschlossener Schneiderlehre Germanistik, Philosophie und Friesisch in Amsterdam und Tübingen. Seit 1976 ist sie aktives Mitglied der Europäischen Märchengesellschaft und seit 1989 im Stuttgarter Märchenkreis engagiert. Neben ihrer Seminartätigkeit für Erwachsene gilt ihre Hingabe und Leidenschaft dem lebendigen Erzählen – besonders dem Erzählen für Kinder. Im Verlag Freies Geistesleben ist u.a. ihr Buch **«Die Märchenleiter. Welches Märchen erzähle ich meinem Kind?»** (ISBN 978-3-7725-2166-9) erschienen.

18

DIE 18 – DES LEBENS FÜLLE

von Wolfgang Held

Wie 12 oder 24 ist auch die 18 im griechischen Sinne eine reiche Zahl. Dieses Attribut erhalten Zahlen, wenn die Summe ihrer Teiler über die ursprüngliche Zahl hinausragt. Es sind Zahlen, die eine solche innere Struktur besitzen, dass sie über sich selbst hinauszuwachsen vermögen. Die Teiler von 18 sind 1, 2, 3, 6 und 9. Zählt man sie zusammen, erhält man 21, denn $1 + 2 + 3 + 6 + 9 = 21$. Das bedeutet, dass in der Zahl mehr steckt, als sie äußerlich zeigt. Diese innere Kraft findet sich auch in der jüdischen Zahlmystik. Da hier jede Zahl als Buchstaben geschrieben wird, lässt sich jede Zahl als Wort verstehen. Die 18 ist dem Laut «a» oder besser «chaj» zugeordnet, was «das Leben» bedeutet. Altertumswissenschaftler vermuten in dieser Beziehung der 18 im jüdischen Glauben zum Leben auch den Grund, warum das zentrale jüdische Gebet, das dreimal am Tage gesprochen wird, um die 18 rangt. Es wird «Schmone Esre» genannt, was «achtzehn» bedeutet, und enthält eine Folge von 18 Bitten.

Um diese Lebensfülle der 18 geht es auch in der einzigen Stelle in der Bibel, in der von dieser Zahl die Rede ist. «Und siehe, ein Weib war da, das hatte einen Geist der Krankheit achtzehn Jahre; und sie war krumm und konnte nicht wohl aufstehen.» Auch hier ist die Zahl nicht zufällig. Es ist das Bild von 10 und 8, von Gesetz und Gnade, aber sicher auch Ausdruck der Fülle des Lebens.

Auch im Islam steht die 18 an zentraler Stelle: Die Eingangsformel, die den Suren des Koran voransteht, lautet: «Bismillāhī'r-rāḥmānī'r-rāḥīm» (= im Namen Gottes des Allbarmherzigen des Allererbarmers). Sie besteht aus 18 Konsonanten. In den Konsonanten gewinnt das Sprechen Bewusstsein. **18 Konsonanten heißt deshalb 18 Momente des Aufwachens.** In der islamischen Mystik kommt darüber hinaus der 18 eine Sonderstellung zu. Das Eingangsgedicht des großen Dichters und Mystikers Dscheladluddin

Rumi, das «Lied der Rohrflöte», besteht aus 18 Versen. Um diese Dichtung mitzuvollziehen, musste jeder, der ein tanzender Derwisch werden wollte, 18 Tage im Kloster dienen und auf 18 Arten – von Brotbacken, Geschirrwaschen bis Gemüseschneiden – Küchendienst leisten. Nach dieser weltlichen Eignung folgte die spirituelle: Er wird mit einem achtzehnmigen Leuchter in eine Zelle geführt, um sich 18 Tage in einsamer Meditation zu prüfen.

Im Buddhismus sind die «achtzehn Arme des Buddha» auch ein besonderer Ausdruck. Sie gehen auf Bodhidharma zurück, den ersten geistigen Führer des Zen-Buddhismus. Er entwickelte am Shaolin-Tempel in Zentralchina körperliche Übungen, um das stundenlange Stillsitzen in der Meditation aushalten zu können. Die bekannteste Übungsreihe hieß «Shi-ba-lo-han-shou» (= die 18 Hände des Buddha). Später entdeckte man den Nutzen dieser Übungen für die Selbstverteidigung – aus den Händen Buddhas wurden beispielsweise Kampfsportarten wie Kung Fu.

In der großen Natur, dem Weltall, findet sich die 18 ebenfalls als Rhythmus eines bestimmten Lebens. Sonnenfinsternisse sind die beeindruckendsten Unterbrechungen des Lebens. Die besonderen Konstellationen, dass der Mond auf der Erde einen Finsternisstreifen zeichnet, wiederholen sich im Rhythmus von 18,03 Jahren. Da 42 solcher 18-jährigen Finsterniszyklen ineinandergreifen, kommt es zu zwei bis drei Finsternissen jährlich.

Die stärkste Beziehung zur 18 liegt natürlich in der Volljährigkeit. Am 20. November 1989 beschloss die Generalversammlung der UNO die Kinderrechtskonvention, nach der mit 18 Jahren die Volljährigkeit oder Mündigkeit erreicht ist. Bis auf einige afrikanische und arabische Staaten, in denen noch 19, 20 oder 21 Jahre zählen, hat sich 18 Jahre als Grenze der Kindheit, als Moment des Schritts ins Leben weltweit verbreitet. ■

VON FLORESTAN, EUSEBIUS UND MEISTER RARO

«VIELLEICHT VERSTEHT NUR DER GENIUS DEN GENIUS GANZ.»

von Sebastian Hoch

Lieder für die Jugend op. 79, Clavier-Sonaten für die Jugend op. 118, Album für die Jugend op. 68 – so betitelte Robert Schumann seine in den Jahren 1848/49 entstandenen und wohl bekanntesten Klavierwerke, die bis heute gleichsam als Synonyme für lyrische Charakterstücke gelten und seit nunmehr gut 160 Jahren jedem jungen Menschen, der in den Genuss oder das Muss von Klavierunterricht kam, nicht entgangen sein dürften. *Erster Verlust, Wilder Reiter, Träumerei* – der große Romantiker entfaltete poetische Miniaturwelten, welche die Klavierdidaktik prägten und deren Ästhetik zeitlos ist. Und mit diesen klanglichen Kurzreisen für das bürgerliche Instrument Klavier, welche schon bald nach ihrem Entstehen zu einem der größten Erfolge Schumanns wurden, schenkte uns der oft schweigsame Komponist einen Blick in jene Bürgerlichkeit des 19. Jahrhunderts, dessen Kind er selbst durch und durch war.

Und doch irritieren diese gleichsam komprimierten Stücke Musik durch den Zeitpunkt ihres Entstehens. Denn Schumann schrieb sie in eben jenen Monaten und Jahren, in denen sich halb Europa in Aufruhr und Revolution befand und sich das Gesellschaftssystem gewissermaßen selbst in Frage stellte. Richard Wagner wurde als Aufrihrer steckbrieflich gesucht, Lortzing stellte streikende Arbeiter auf die Bühne, Marx verfasste sein *Kommunistisches Manifest* ... Und Schumann? Der eigentlich idealistische Anhänger des Freiheitsgedankens, der schon als Schüler geschrieben hatte: «Die politische Freiheit ist vielleicht die eigentliche Amme der Poesie», wandte sich introvertiert dem scheinbar heilen, kleinen Idyll der Familie zu und flüchtete sich in das, was der Musikwissenschaftler Bernhard Appel als «kompositorische Ausformung kollektiver Kindheits-Erfahrungen» beschreibt. Die Revolution schien diesen großen Komponisten zu ängstigen, und statt im Wortsinne auf die Barrikaden zu gehen, zog er sich zurück und konzentrierte sich

auf ein Kind – genauer auf Marie, seine älteste Tochter, welcher die 43 Stücke des Jugendalbums zugeordnet sind. Statt voranzustürmen komponierte er einen in seiner lyrischen Schönheit zeitlosen pädagogischen Entwurf, in dem die Naivität des Anfangs, die Freiheit des Kindes und die Fantasie jene Räume findet, die Schumann zeitlebens zu suchen schien. «Sehr fleißig war ich in dieser ganzen Zeit – mein fruchtbarstes Jahr war es – als ob die äußeren Stürme den Menschen mehr in sein Inneres trieben, so fand ich nur darin ein Gegengewicht gegen das von Außen so furchtbar Hereinbrechende.»

Am 8. Juni diesen Jahres jährt sich nun zum 200. Mal der Geburtstag des großen Komponisten, der wie kaum ein anderer das romantische Streben nach dem Ideal in der Kunst verkörperte und zeit seines kurzen Lebens zwischen dem «Inneren» und «Äußerem» zerrissen blieb. Geboren in Zwickau als jüngster Sohn des bibliophilen Verlagsbuchhändlers August Schumann bestimmten Bücher, die Literatur und vor allem die Dichtkunst die Jugendjahre Roberts, dessen Musik, durchdrungen vom «Poetischen» im Sinne der romantischen Kunsttheorie, auch heute noch einen jeden Hörer den Idealisten in sich entdecken lassen kann.

Die Liebe des Vaters zur Schriftstellerei und Literatur hatte der Sohn übernommen, genau wie die Entschlossenheit, in der Kunst, mit der Kunst und von der Kunst zu leben. Und dieses Streben manifestierte sich alsbald in leidenschaftlichem Studieren der zeitgenössischen Poeten wie Hölderlin, Heine, Jean Paul oder Lord Byron – für ihn «hohe», weil poetische Menschen. Und dieses Streben zeigte sich in starken Schwärmereien sowie in einer «krankhaften Sehnsucht nach Musik», welche nicht zuletzt durch den Eindruck der Musik des «geheimnisvoll-genialen» Großmeisters Beethoven genährt und bestärkt wurde. Früh erhielt Robert Schumann Klavierunterricht,



a tempo 06 | 2010

Robert Schumann, 1850

Daguerreotypie von Johann Anton Völlner

schrrieb 11-jährig, ohne jemals Unterricht in Kontrapunkt oder Harmonielehre gehabt zu haben, seine erste größere Komposition, *Le psaume cent cinquantième* für Gesang, Klavier und Orchester, und wirkte als Pianist in Schulkonzerten und «musikalischen Abendunterhaltungen» mit. 1828 schließlich begegnete er der zweiten väterlichen Überfigur seines Lebens, dem Klavierpädagogen und Vater seiner späteren Frau Clara, Friedrich Wieck. Die immer stärker anvisierte Karriere als Pianist schien für kurze Zeit zum eigenen, zum möglichen Weg zu werden. Und doch immatrikulierte er, der stetig Zweifelnde, sich im selben Jahr an der juristischen Fakultät der Universität Leipzig, da sich die gleichsam stürmischen wie unbestimmten Wünsche nach einem ohne bloße Nützlichkeit der Kunst gewidmeten Leben noch der bürgerlichen Realität und dem Wunsch der Familie nach beruflicher Struktur unterordnen mussten.

Zwei Jahre zuvor war der eigene «herrliche Vater» kurz nach dem Selbstmord der Schwester Emilie verstorben – mehr und mehr trat zum poetischen Stürmer der einsam leidende Mensch, dessen Ängste und innerliche Kämpfe sein feuriges Leben prägten. Das Tagebuch wurde zu seinem «vertrautesten Mitding», und in diesem offenbaren sich – mal aphoristisch, mal lyrisch, mal als Dialog mit imaginären Personen – die vielen Gesichter und Masken des melancholischen Schumann, welche ihn zeitlebens antrieben und quälten, mit welchen er dennoch gleichsam kunstvoll und spielerisch agierte und in die er sich zum Schutz und als Flucht zurückziehen konnte – und musste. Masken und fiktionales Ideal waren für den oft Unsicheren, der schon als Jugendlicher an der Frage «bist du's oder bist du es nicht?» litt, scheinbar jener Grund zur Fantasie, den er benötigte und nach dem er strebte. Und so war es wohl nicht zufällig der Düsseldorfer Rosenmontag, an welchem er sich als 43-jähriger Patient der Endericher Heilanstalt nur mit einem geblühten Schlafrock gekleidet in die kalten Fluten des Rheins stürzte; der idealistische Kampf gegen die eigenen «Philister» schien den «Davidsbündler» in seinen letzten Lebensjahren – er starb zwei Jahre darauf am 29. Juli 1856 – müde gemacht zu haben.

Uns Nachgeborenen aber öffnet die Musik dieses tiefühlenden Mannes die Augen für sein eigentliches Wesen. Und wir dürfen in der von ihm 1834 gegründeten *Neuen Zeitschrift für Musik*, herausgegeben durch einen Verein von Künstlern und Kunstfreunden in Schumanns erdachten und miteinander diskutierenden Charakteren *Florestan*, *Eusebius* und *Meister Raro* unsere eigenen vielen Gesichter erkennen lernen. Wir können unseren feurig-voranstürmenden Florestan ebenso wie den sanft-lyrischen Eusebius freudig willkommen heißen und mit dem ausgleichend-weisen Meister Raro die Worte aus den im Anhang zum Jugendalbum befindlichen *Musikalischen Haus- und Lebensregeln* befolgen: «**Du musst nach und nach alle bedeutenderen Werke aller bedeutender Meister kennenlernen.**» ■



Ruth Ewertowski
Revolution im Ich
Einweihung als Wiedergeburt.
255 Seiten, gebunden mit SU
€ 24,- (D)
ISBN 978-3-7725-2379-3
jetzt neu im Buchhandel!

www.geistesleben.com

Schwellererlebnisse in der Literatur

«Zwei Vorzüge sind es, die die Literatur mitbringt und mit denen sie uns das Thema unmittelbar nahe bringt, auch wenn wir selbst von unserer Lebenspraxis her weit davon entfernt sind, die Erfahrung einer Einweihung zu machen. Das ist zum einen der, dass sie Einblick gibt in das, was sich dabei seelisch im Verborgenen abspielt und nur schwer zu fassen ist, und zum anderen, dass sie unmittelbar Zugang zu höheren Wirklichkeitsformen schaffen kann als denen, die uns gewöhnlich umgeben ... Denn Literatur spricht nicht nur auf der vermeintlich realistischen Ebene, sondern auch aus der Sphäre des Traums, der Imagination, Inspiration und Intuition.» *Ruth Ewertowski*

Einweihung hat viele Formen. Vor allem im Sinne von Lebenswandlung und Wiedergeburt betrifft sie die ganze Existenz und Lebenssicherheit eines Menschen. Eine neue Daseinsqualität wird errungen – eine Unerschütterlichkeit, die nur das Ergebnis eines durchlaufenen Untergangs sein kann. Der Mensch bringt sich selbst neu hervor, durchläuft eine Revolution in seinem Ich.

JUNI

Bernsteingelb ist das Geblüt der Erde,
Mohnsud tropft aus allen Freudenarten
in der Zeit, dem immergrünen Garten,
wächst der Apfel, den ich pflücken
werde.

Muß zuvor aus überglasten Stunden
Weh- und Wermut in dein Herz
verpflanzen,
während Sterne durch den Mittag
tanzen,
die der Hunger in uns losgebunden.

Bei den Hornissen- und Wespennestern
stiehlt mein Denken ein paar wilde
Waben,
um ein Brot für dich und mich
zu haben,
und die Erde blutet gelb wie gestern.

Trink mit mir von allen Freudenarten!
Weh- und Wermut wachsen jetzt
von selber,
auch der Apfel wird schon immer
gelber,
wenn er reif ist, steht der Tod im Garten.

Oh, wir werden sie verückt verzehren,
Tod und Apfel und die schwarzen
Kerne –
doch das Feuer unsrer Hungersterne
wird das Erdblut röten und vermehren.

Christine Lavant

eigentlich Christine Habernig geb. Thonhauser
* 4. Juli 1915 in Groß-Edling bei St. Stefan / Kärnten
«... nach harter Kindheit, Stickerin im Heimatdorf ...
lebte zuletzt halb blind und taub in St. Stefan im Lavanttal.»
† 7. Juni 1973 in Wolfsberg / Kärnten

Die Bettlerschale. Gedichte
Otto Müller Verlag, Salzburg 1956

SO 30

9. Woche nach Ostern
☾ ☿ ♀ 20^h
Vor 33 Jahren (1977) starb die Schriftstellerin Claire Goll
(* 29.10.1890)
☉ 04.13/20.26
☾ 22.56/05.59
Trinitatis

MO 31

KW 22
Mai

in England Bankfeiertag

DI 01

Vor 40 Jahren (1970) starb der ital. Dichter Guiseppe
Ungaretti (* 10.02.1888).

Nikodemus

MI 02

in Italien ges. Feiertag (1946 Republik)

DO 03

☾ ☿ ♀ 15^h
Fronleichnam
in Baden-Württemberg, Bayern, Hessen, Nordrhein-Westf.,
Rheinland-Pf., dem Saarland und anderen
kathol. Ländern ges. Feiertag

FR 04

● Letztes Viertel

SA 05

Vor 10 Jahren (2000) starb Jeanne Hersch, eine der ersten
Frauen in der Schweiz, die eine Professur für Philosophie
erhielt (* 13.07.1910).

in Dänemark ges. Feiertag (Grundgesetz)

SO 06

10. Woche nach Ostern
☾ ☿ ♀ 3^h, ☾ ☿ ♀ 7^h
☉ 04.08/20.34
☾ 00.49/13.58

MO 07

KW 23

DI 08

1810 Robert Schumann * in Zwickau, Komponist
(† 29.07.1856 in Endenich)

UNO-Tag des Meeres

MI 09

Vor 10 Jahren (2000) starb der Wiener Dichter Ernst Jandl
(* 01.08.1925).
1910 Auguste Fickert †, österr. Frauenrechtlerin, Lehrerin u.
Schriftstellerin

Do 10

in Portugal Nationalfeiertag

FR 11

☾ ☿ ♀ 2^h
1910 Jacques Cousteau *, Meeresforscher u. Umweltschützer
(† 25.06.1997)

SA 12

● Neumond 12.15

in Russland Tag der Staatssouveränität

Die (für Sonntag) angegebenen Zeiten für Auf- und Untergang von Sonne und Mond sind in mittel-europäischer 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.

Wegen der Sommerzeit ist allen angegebenen Zeiten eine Stunde hinzuzufügen.

SO 13

11. Woche nach Ostern
 1810 Johann Gottfried Seume † in Treplitz (Böhmen),
 er verfasste kulturhist. Memoiren, Reiseschilderungen,
 Aphorismen u. Lyrik (* 29.01.1763 in Poserna / Sachsen).
 ☉ 04.06/20.39
 ☽ 04.45/21.50

MO 14

KW 24

DI 15

☾♂♀ 7^h

MI 16

Vor 33 Jahren (1977) starb der Raketebauer Wernher von
 Braun (* 23.03.1912).

DO 17

☾♂♂ 16^h
 1810 Ferdinand Freiligrath *, Dichter u. demokrat. liberaler
 Freigeist u. Übersetzer († 18.03.1876).

FR 18

SA 19

● Erstes Viertel
 ☽♂♂ 6^h, ☽♂♂ 12^h

SO 20

12. Woche nach Ostern
 1910 Grete Salus *, sie veröffentlichte einen der ersten
 Bereiche über ihr Überleben im KZ Theresienstadt: «Eine
 Frau erzählt», der 1958 erschien († 02.02.1996 in Israel).
 ☉ 04.05/20.42
 ☽ 14.21/00.11

MO 21

Sommersonnenwende

KW 25
 ☽ Sonne tritt in das Tierkreiszeichen Krebs. Beginne
 mit der Monatstugend: «Selbstlosigkeit – wird zu
 Katharsis.»
 ☿ Sonne tritt in das Sternbild Zwillinge.

DI 22

MI 23

1910 Jean Anouilh *, Dramatiker († 03.10.1987)

in Luxemburg ges. Feiertag (für den Großherzog)

DO 24

1910 Elisabeth Thommen †, schweiz. Schriftstellerin,
 Journalistin u. Frauenrechtlerin

Johanni
 Johannes der Täufer

FR 25

in Slowenien Nationalfeiertag

SA 26

○ Vollmond 12.30, ☽♂♂ 7^h
 partielle Mondfinsternis

in Schweden u. Finnland Mittsommertag

SO 27

13. Woche nach Ostern

☉ 04.08/20.42
 ☾ 21.26/04.52

Siebenschläfer

MO 28

KW 26
 1910 Erich Kuby * in Baden-Baden, Journalist, Gegner der
 atomaren Aufrüstung u. bedeutender Chronist im
 Nachkriegsdeutschland († 10.09.2005).

in England Bankfeiertag

DI 29

Petrus u. Paulus, Apostel

MI 30

☾♂♀ 2^h

DO 01

Juli

1860 Charles N. Goodyear †, Chemiker, Erfinder des
 Hartgummis (* 29.12.1800)

Redaktion: Lin

Ein Jahr der Farbe VI:
 Furcht vor dem Theoretischen

«Man fand bisher bei den Malern eine Furcht,
 ja eine entschiedene Abneigung gegen alle
 theoretische Betrachtungen über die Farbe
 und was zu ihr gehört, welches ihnen jedoch
 nicht übel zu deuten war.

Denn das bisher sogenannte Theoretische
 war grundlos, schwankend und auf Empirie
 hindeutend. Wir wünschen, dass unsre
 Bemühungen diese Furcht einigermaßen ver-
 mindern und den Künstler anreizen mögen,
 die aufgestellten Grundsätze praktisch zu
 prüfen und zu beleben.»



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

Juan-les-Pins, 1888
 73 x 92 cm, Privatbesitz, Schweiz

Johann Wolfgang Goethe
 Entwurf einer Farbenlehre (1810) § 900

in: Farbenlehre, Band 1
 Verlag Freies Geistesleben, Stuttgart 2003

Ein Blick hinter die Kulissen

Gerd Weidenhausen

Russland und die USA

Das Drama
zweier
Weltmächte

Urachhaus

www.urachhaus.com

Wie groß ist der reale Einfluss, den die USA heute auf Russlands Politik haben? Wie ernst zu nehmen sind die Annäherungsbemühungen der Präsidenten Medwedew und Obama? Entspricht, was Medien und staatliche Propaganda uns vorspiegeln, den wirklichen Tatsachen?

Gerd Weidenhausen zeigt, belegt durch zahllose, teils völlig unbekannte Fakten, welche Strategien im spannungsvollen Verhältnis der beiden Großmächte zueinander heute bestimmend sind. Vor dem Hintergrund der globalen Wirtschaftskrise weist er auf historische und aktuelle Entwicklungen hin, die auch für unsere europä-ische Zukunft von größter Bedeutung sind.

Ein Buch für alle, die hinter die Kulissen blicken wollen.

Gerd Weidenhausen: **Russland und die USA**
Das Drama zweier Weltmächte
346 Seiten, mit slw.-Abb, gebunden
€ 19,90 (D) | ISBN 978-3-8251-7655-6
jetzt neu im Buchhandel!

Urachhaus. Kompetenz in Sinnfragen

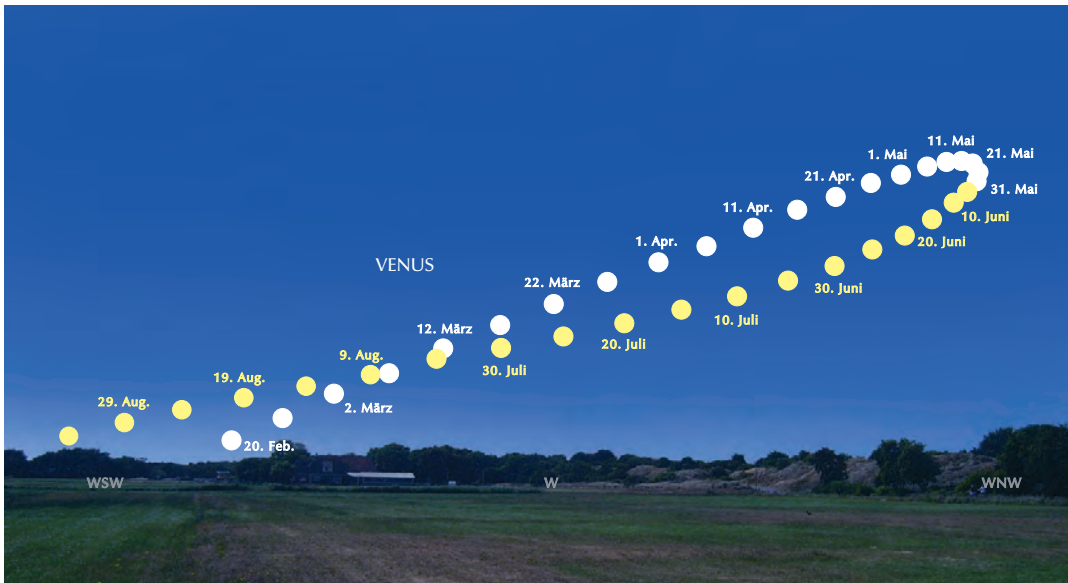


Abbildung: Die Position der Venus am westlichen Himmel vom 20. Februar bis zum 3. September, 40 Minuten nach Sonnenuntergang. – Bis Mai erscheint sie höher und weiter rechts, nördlicher, danach immer tiefer und weiter links, südlicher. Mitte Mai geht sie fast drei Stunden nach der Sonne unter und kann am dunklen Himmel beobachtet werden. Ab Anfang Juli wird sie weniger als zwei Stunden nach der Sonne untergehen, dann ist sie nur während der Dämmerung sichtbar. (Nach: Sterrengids, De Koepel, Utrecht)

VENUS NÄHERT SICH VON DER SEITE

von Liesbeth Bisterbosch

Drei Planeten erscheinen zu Beginn der Nacht nahe beieinander. Die helle Venus, Mars und Saturn befinden sich auf einem Bogen, der sich von Nordwesten, wo die Sonne untergegangen ist, nach Südwesten erstreckt. Das helle Licht tief am (nord)westlichen Himmel ist Venus, sie befindet sich der Sonne am nächsten. Links über ihr steht der orangefarbene Mars. Noch weiter links und höher erglänzt der gelbliche Saturn. Sie sind ungefähr gleich hell wie die auffallendsten Sterne in ihrer Umgebung. Die Planeten können an ihrer individuellen Farbe und dem ruhigen Glanz erkannt werden.

Die Sichtbarkeitsperiode der Venus begann ganz «normal». Sie wurde im Februar, März und April mit jedem Abend immer besser und länger sichtbar. Ihre Position verschob sich nach rechts; sie ging, etwa wie die Sonne, immer nördlicher unter (siehe Abbildung). Im Mai erschien sie jedoch jeden Abend fast an derselben Stelle. Eine solches «stillstehendes Himmelslicht» ist ein außergewöhnliches Phänomen. Denn die Sterne erscheinen immer weiter westlich auf ihren Himmelsbögen, und der Mond und die Planeten Merkur, Jupiter und Saturn werden auch in immer anderen Richtungen sichtbar.

Venus beginnt sich bereits in diesem Monat vom Abendhimmel zurückzuziehen. Sie kann im Jahr 2010 nicht aufblühen, sie wird nicht monatelang jeden Abend gut vier Stunden lang am Himmel prangen. Im Gegenteil, in den kommenden Monaten wird sie während der Dämmerung immer tiefer stehen. Ihre eigene Lichtintensität wird zwar bis Ende September zunehmen, doch weil sie immer tiefer über dem Horizont erscheint und immer kürzer nach der Sonne untergeht, erscheint sie weniger hell. Im Juli wird sie bereits untergegangen sein, wenn der westliche Himmel nicht mehr nachleuchtet. So schön wie die Venus in diesem Monat

am Abendhimmel aufleuchtet, so glänzend werden wir sie (jedenfalls in Deutschland) in diesem Sommer nicht mehr sehen.

Die tiefe Position der Venus hat Folgen für das Zusammenspiel mit Mars und Saturn. Die kommenden Konjunktionen können nicht am dunklen Himmel bewundert werden. Löwe, Jungfrau und Saturn nähern sich der Sonne mit großen Schritten. Sie erscheinen jede Woche tiefer und näher bei der Venus. Saturn geht Anfang Juni gut fünf Stunden nach der Sonne unter, Anfang Juli gut drei Stunden. Mars nähert sich Sonne und Venus viel langsamer als Saturn. Wegen der immer tieferen Position der Venus wird es noch extra lange dauern, bis Mars und Saturn an ihr vorbeigezogen sind. Sie werden gewissermaßen eine zusätzliche Entfernung überbrücken müssen. Es kann durchaus spannend sein, sich zu fragen, wer von ihnen zuerst so tief stehen wird, dass er eine Konjunktion mit der Venus haben kann: Ist es Mars, der in diesem Monat Vorreiter bleibt, aber viel von seinem Vorsprung an Saturn verliert?

Venus hat ein kompliziertes Verhältnis zu Mars und Saturn. Sie wird immer tiefer stehen, kommt ihnen also nicht frontal entgegen, sondern nähert sich ihnen aus einer anderen Richtung! Im Mai ging sie viel nördlicher unter als Mars und Saturn. Sie erscheint im Juni und auch in den darauffolgenden Monaten am westlichen Himmel immer weiter links, südlicher, und trägt auf diese Weise dazu bei, dass ihr Abstand zu Mars und Saturn geringer wird. Während diese Planeten aus einer hohen Position absteigen, zieht Venus von rechts nach links am westlichen Horizont entlang. Sie nähert sich Mars und Saturn seitlich von unten her.

Dank Venus ist die gegenseitige Annäherung der Planeten ein echtes «Spiel»: Wir lassen uns gern überraschen, wie sich das Geschehen weiterentwickelt. Wie werden Venus, Mars und Saturn einander begegnen? ■

DER STERNIGE HOLUNDER LÖST VERHÄRTETES AUF

von Markus Sommer



Im Hochsommer bleibt er nicht unbemerkt. Hell, fast weiß leuchten seine Blütenschirme über dem Dunkelgrün der Blätter des hohen Busches oder niedrigen Baumes – und sie scheinen fast über dem Laub zu schweben. Und noch etwas umschwebt ihn: eine Wolke von Duft, die sich an diesen warmen Sommertagen ausbreitet. Aber wie riecht es? Man kann es nur schwer sagen. Da gibt es einen etwas krautigen, grünen, feuchten Grundton, der auch schon vor der Blüte von den dunklen Blättern ausgeht. Und «darüber» (ein Parfumeur würde von der «Kopfnote» sprechen) liegt ein zart-süßer Blütenduft. Weit weniger dicht als der schwere süße Duft der Linde, die jetzt ebenfalls in Blüte steht; heller ist er, leichter. Wer den Holunderduft einmal gerochen hat, wird ihn immer wieder erkennen. Das amtliche Arzneibuch macht es sich leicht: Die Blüten «riechen eigenartig», heißt es dort. Das soll nicht «merkwürdig» oder «seltsam» heißen, sondern «charakteristisch», ihrer Art, ihrem Wesen entsprechend.

Was aber ist das Wesen des Holunders? Er hat zwei Seiten, die wir schon im Duft erleben. Eine dunkle, füllige, erdige und eine helle, schwebende, kosmische. Der Holunder wächst gerne auf leicht feuchtem, nahrhaftem Boden, an einem Komposthaufen zum Beispiel. Für den der Schatten spendende, einen dunklen Innenraum bildende Busch ebenfalls nützlich ist. Ziemlich genau zum Sommerbeginn im Juni/Juli, wenn die Sonne am höchsten steht, die Tage am längsten sind und es uns hinaus in die Natur drängt, entfalten sich die ebenen, hellen Blütenschirme. Sie setzen sich aus lauter winzigen, fünfzipfligen Blütensternen zusammen, von denen der Duft ausgeht. Es ist fast, als wollten sie sich von dem dunklen Grund abheben, der sie hervorgebracht hat. Und in gewisser Weise gelingt ihnen das auch, wenn ihr Geruch sich in der sonnendurchfluteten Sommerluft verbreitet.

Eine Geste der Auflösung begegnet uns nicht nur an der Peripherie der Pflanze, sondern auch in ihrem Zentrum. Überraschend leicht können wir auch dickere Zweige entzweibrechen und sehen, dass die älteren im Inneren hohl sind, die jüngeren aber von einer trockenen, weißen Substanz erfüllt, die sich leicht eindrücken lässt und an Schaumstoff erinnert. Schneidet man sie in feine Scheiben und legt sie unter das Mikroskop, so sieht man, dass es sich um feine Luftbläschen handelt, die von Zellwänden eingeschlossen sind. Tatsächlich hat man die Pflanzenzellen auf diese Weise im Holundermark entdeckt. Während andere Bäume besonders festes Kernholz bilden, löst sich hier das Holz quasi in Schaum auf.

Mit den gefundenen Gesten haben wir auch schon die Heilwirkung der Pflanze erkannt. Auch hier steht das «Auflösungsvermögen» im Vordergrund. Am berühmtesten ist der Holunder dafür, dass er «schweißtreibend» ist. Gerne wird er auch zu Beginn einer Erkältung als Blütentee verwendet, wobei er auch zähes Sekret, das belästigend in Nase und Bronchien steckt, zu verflüssigen vermag. In der Homöopathie ist das sogar die zentrale Indikation. Holunder ist hier berühmt zur Behandlung von Schnupfen bei Säuglingen. Da ihr Kehlkopf noch höher steht als später im Leben, ist es ihnen unmöglich, bei verstopfter Nase zu trinken. Globuli potenzierten Holunders (lateinisch *Sambucus*) befreien sie oft schnell von dieser Plage.

Trotz relativ umfangreicher Forschung hat man keinen Inhaltsstoff im Holunder gefunden, der für diese Wirkungen verantwortlich ist. So wurde dann unterstellt, die schweißtreibende und verflüssigende Wirkung käme nur vom heißen Wasser, mit dem der Tee zubereitet wird. Für diese Erklärung muss man sich aber anstrengen und ein klassisches Experiment vergessen, das der Heilpflanzenforscher Madaus mit Pulver getrockneter Holunderblüten (also ganz ohne heißes Wasser!) angestellt hat. 75 % der 20 Prüfer, die während des



Fotos: Anne Sommer-Solheim / Markus Sommer

Experiments bei normaler Zimmertemperatur Schreibtisch­­tätigkeit ohne körperliche Anstrengung nachgingen, fühlten sich nicht nur durchwärmt, sondern schwitzten am ganzen Körper. «In einem Fall war der Prüfer ganz heiß und fließend nass, starker Schweißgeruch machte sich schon von weitem bemerkbar, und der Prüfling klagte über Herzklopfen», heißt es im Bericht.

Auch andere Pflanzenteile als die Blüte wirken ausscheidungs­­fördernd. So wurden Zubereitungen aus der Wurzel in Zeiten, als es noch keine gut wirksamen und ungefährlichen synthetischen Mittel dafür gab, dafür berühmt, bei krankhaften Wasseransammlungen die Harnausscheidung anzuregen. Wenn man die äußere grau-braune Borke entfernt, stößt man auf die grünliche innere Rinde. Merkwürdigerweise wird behauptet, dass sie Durchfall erzeugend und damit auch hartnäckige Verstopfung auflösend wirke, wenn man die Rinde von oben nach unten abschabe, jedoch Erbrechen verursache, wenn man sie umgekehrt von unten nach oben vom Untergrund abhebe. Ich habe nie ausprobiert, ob das stimmt (und möglicherweise auch sonst niemand, der diese Aussagen verbreitet), aber dies wird nicht nur in der Volksmedizin in Deutschland, Russland und Rumänien behauptet, sondern auch in einer Schrift des berühmten Albertus Magnus (von der aus es vielleicht Einzug in die Volkstradition gefunden hat?). Für roh genossene Früchte steht eine Brechreiz erzeugende Wirkung zweifellos fest. Erst durch Kochen werden die Früchte in Form von Saft, Marmelade oder Kompott genießbar. Ihre kräftige schwarz-rote Farbe (die aus Textilien kaum noch zu entfernen ist) beruht auf Anthozyanen, Pflanzenstoffen, die stark antioxidativ wirken und daher Alterungsvorgängen entgegenwirken (die auch als «Verhärtungsprozesse» aufzufassen sind). Sogar krebsvorbeugend sollen sie sein. Kein Wunder, dass der Holunder früher als «Apotheke des Bauern» galt – ja, so viel Verehrung genoss, dass man vor ihm den Hut zog. – Am stimmungsvollsten erfasst die Dichterin Oda Schaefer den blühenden Holunder:

Sitze ich im Dunkelgrün
Träumend an der grauen Rinde
Eingewiegt vom Sommerwinde –
Sehe ich dein helles Blühn
Überall im Dunkelgrün,
Sehe still dein Wunder,
Sterniger Holunder.

Blätter spielen über mir
Fingergleich im Licht und Schatten
Auf den zarten Phloxrabatten,
Und ich ruhe ganz im Hier,
Glut und Mittag über mir,
Lausche Deinem Wunder,
Sterniger Holunder. ■

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.



Christof Schnürer
Mehr Luft – Atemwegserkrankungen
verstehen und überwinden
216 Seiten, mit zahlr. Abb., kartoniert
€ 16,90 (D) | ISBN 978-3-7725-5038-6

Lust auf Luft

Atemwegserkrankungen werden häufig unzureichend wahrgenommen, vielfach bagatellisiert und nicht oder nicht früh genug diagnostiziert. Mehr als 20 Jahre hat sich der erfahrene Internist Dr. med. Christof Schnürer mit den immer häufiger werdenden Erkrankungen der Atemwege und insbesondere mit dem Asthmaleiden beschäftigt. Er bietet mit seinem Ratgeber Betroffenen die Möglichkeit, sich umfassend über einzelne Therapieformen zu informieren und die für den jeweiligen Patienten individuell richtige zu finden.

Einige Themen:

Asthma bronchiale, Allergien, COPD und Rhino-Sinusitis • Wege zu einer individuellen Therapie von Atemwegserkrankungen • Therapeutische Ergänzungen und Alternativen zur Schulmedizin • Kortison, das zweischneidige Schwert • Gebrauch und Missbrauch von Antibiotika u.a.



JOHN MATTHEWS – LANG LEBE DER KÖNIG!

von Michael Stehle

Das Mobiliar seines Hauses in Oxford besteht zu einem großen Teil aus schweren, dunklen Holzmöbeln. Wenn man hin und wieder etwas Weißes sieht, ist es in der Regel eine der beiden Katzen, die sich das Haus mit John Matthews und seiner Frau Caitlin teilen. Während die beiden Vierbeiner aus gutem Grund getrennte Stockwerke bewohnen, trifft man John und Caitlin Matthews eigentlich nur dann allein an, wenn sie ausnahmsweise einmal nicht an einem gemeinsamen Projekt arbeiten. Dass auch dies zuzeiten vorkommt, beweisen unter anderem die vielen Bücher, die John rund um den unerschöpflichen Themenbereich König Artus verfasst hat.

«Ich wuchs in einem Haushalt mit wenigen Büchern auf. Eines davon war Rosemary Sutcliffs *König Artus und die Abenteuer der Ritter der Tafelrunde*. Als ich es ausgelesen hatte, wusste ich, dass ich Schriftsteller werden wollte – und mein Thema hatte ich ebenfalls schon gefunden!»

Tatsächlich ließ der sagenhafte König ihn nicht mehr los. John las Hunderte Bücher über ihn und vertiefte sich in alle Bereiche, die in irgendeiner Form mit seinem Helden zu tun hatten, von historischen Sachbüchern bis zu hysterischen New-Age-Romanen, einfach alles. Und dann begann er, ebenfalls ausgesprochen produktiv zu werden – mit dem Ergebnis, dass er weltweit zu einem der meistgefragten Artus-Kenner wurde.

«Seit über dreißig Jahren lese, schreibe und halte ich Vorträge über Artus, ohne dass das Thema auch nur einen Hauch seiner Faszination eingebüßt hätte.»

Dass das Interesse an den Gestalten um Artus, Merlin & Co. nicht abnimmt, schreibt Matthews der Zeitlosigkeit der Themen zu, um die es in der Tafelrunde oder bei der Suche nach dem Heiligen Gral geht. Das zeigt sich auch darin, dass immer neue

Verfilmungen des Stoffes in die Kinos kommen. Für John Bruckheimers *King Arthur*, bei dem neben Clive Owen auch Til Schweiger vor der Kamera stand, zogen die Produzenten John Matthews als Berater heran. Vor zwei Jahren gründete er dann mit Mythwood Films seine eigene Produktionsfirma. «Wir glauben an die Bedeutung der handlungs- und charakterorientierten Stories, die wir in allen Bereichen der sogenannten Unterhaltungsindustrie fördern wollen, sei es im Kino, TV oder im Bereich der Spiele.»

Doch damit nicht genug: Derzeit arbeitet John an einer Graphic-Novel-Version der Artus-Sage. In Großbritannien nennt man Artus gern *The King who was and will be* – Der König, der war und immer sein wird. Und von solch einem Herrscher, so Matthews, wird man doch wohl erwarten dürfen, dass er mit der Zeit geht. ■



Im Verlag Urachhaus erschienen das Buch von John Matthews, «**Artus – König der Könige**», mit Illustrationen von Pavel Tatarnikov. Es wurde es von der Deutschen Akademie für Kinder- und Jugendliteratur Volkach zum Kinderbuch des Monats gewählt (ISBN 978-3-8251-7682).

DAS REDEN BEDENKEN

von Adam Bittleston



Wie ein Mensch denkt und Entscheidungen trifft, wie er redet und handelt, wie er sein Leben einrichtet und nach Zielen strebt, wie er vom Leben lernt und sich sammeln kann – das zeigt erst an, inwiefern er zu den Meistern des Lebens gerechnet werden kann. Aus Adam Bittlestons Betrachtungen zur Praxis des «achtgliedrigen Pfads» des Buddhas drucken wir hier den Anfang seiner Ausführungen über die dritte Übung ab: das Reden bedenken. (lin)

Wer sich die eigene geistige Entwicklung zur Aufgabe macht und nach einer Orientierungshilfe bei denen sucht, die sich dazu in kundiger Weise geäußert haben, der wird sich recht bald mit der Anforderung konfrontiert sehen, sehr viel aufmerksamer als in der Vergangenheit auf seine Sprache zu achten. Schon zu einem recht frühen Zeitpunkt seiner Arbeit als Lehrer der geistigen Entwicklung hat Rudolf Steiner einigen seiner Schüler eine Zusammenfassung der Grundsätze des *achtgliedrigen Pfads* an die Hand gegeben, in der der dritte Grundsatz folgendermaßen dargestellt wird: «Nur was Sinn und Bedeutung hat, soll von den Lippen desjenigen kommen, der eine höhere Entwicklung anstrebt. Alles Reden um des Redens willen – zum Beispiel zum Zeitvertreib – ist in diesem Sinne schädlich.

Die gewöhnliche Art der Unterhaltung, wo alles bunt durcheinandergeredet wird, soll vermieden werden; dabei darf man sich nicht etwa ausschließen vom Verkehr mit seinen Mitmenschen. Gerade im Verkehr soll das Reden nach und nach zur Bedeutsamkeit sich entwickeln. Man steht jedem Rede und Antwort, doch gedankenvoll, nach jeder Richtung hin überlegt. **Niemals ohne Grund reden! Gerne schweigen.** Man versuche, nicht zu viel und nicht zu wenig Worte zu machen. Zuerst ruhig anhören und dann verarbeiten.»

Wenn wir diesen Rat bezüglich des richtigen Wortes ernst nehmen, stoßen wir unweigerlich auf die Tatsache, dass wir ständig in Situationen geraten, die einen starken Einfluss auf unsere Redeweise haben. In fast jeder Gemeinschaft, an der wir beteiligt sind, begegnen wir bestimmten Erwartungen bezüglich des Tons, der Wortwahl und des Inhalts unserer Rede. Meist entspricht jeder Einzelne von uns solchen Erwartungen, ohne dabei irgendeine Beschränkung der persönlichen Freiheit zu bemerken. Wenn wir uns aber bewusst vornehmen, die eigenen Worte zu überwachen, sind wir im allgemeinen bemüht, unsere Sprache umso sorgsamer auf das abzustimmen,

was unsere Hörer als verständlich und akzeptabel empfinden. Dabei stellen wir möglicherweise fest, dass zwischen dem, was wir selbst als wahr empfinden, und dem, was von unseren Mitmenschen akzeptiert wird, ein Konflikt entsteht. Vielleicht trifft der Einzelne sogar in seiner direkten Umgebung auf Personengruppen, denen er nicht ausweichen kann und deren Sprechweise ihm insgesamt oder in bestimmten Teilaspekten nicht länger hinnehmbar erscheint. Diese manchmal tragische Erfahrung wird sehr häufig von jungen Menschen, ja sogar von Kindern gemacht.

Die Lehre des Buddha unterscheidet zwischen vier großen Gefahren für die rechte Rede. Es sind die Lügenhaftigkeit, die Neigung, andere zu verleumden, die Neigung, andere zu verletzen, und die Schwatzhafigkeit, die Trivialität. Normalerweise sind in jeder Gruppe bestimmte Sperren vorhanden, die solche Gefahren verhindern, aber es gibt auch einen gewohnheitsmäßigen Hang dazu. So kann zum Beispiel eine Gruppe ständig eine andere verleumden, während sie auf jede Verleumdung ihrer Mitglieder untereinander sehr empfindlich reagiert. Ein Schüler des geistigen Lebens sieht sich daher vor folgendem Problem: Wie soll ich mich im Falle einer allgemein akzeptierten Unwahrheit oder Verleumdung in der Gruppe, der ich angehöre, verhalten? Wie soll ich mein Verhalten ändern, wenn ich feststelle, dass von meiner Rede eine bestimmte Grundstimmung oder ein bestimmter Inhalt erwartet wird, die ich beide nicht mehr für richtig halte?

So mag jemand in manchen Augenblicken seines Lebens die Empfindung haben, dass es ihm im Kreis seiner eigenen Familie am wenigsten gelingt, die vier genannten Gefahren zu überwinden. Dennoch kann die Familie auch ein Ort sein, an dem Gespräche entstehen, die während des gesamten Lebens eine Stütze sind. ■

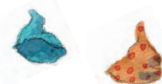
Ein Wort über Wichtel

In den alten Zeiten waren das Innere der Berge, steinerne Höhlen und die unbekanntes Tiefen undurchdringlicher Wälder allesamt von Wichteln bevölkert. Kleine Gestalten waren sie, kaum einen halben Meter groß, und sie kleideten sich mit Vorliebe in wallende, farbig-leuchtende Mäntel, die bis zum Boden reichten und ihre Füße bedeckten. Auf ihrem langen, schneeweißen Haar trugen sie kleine rote Zipfelmützen, und ihre silbernen Bärte schienen wie Wasser zu Boden zu fließen. Ihre freundlichen Gesichter waren gerötet und voller Runzeln.

Es ist lange her, seit man die Wichtel zum letzten Mal gesehen hat. Aber die Geschichten, die man von ihnen erzählt, werden noch immer weitergegeben; der Vater erzählt sie dem Sohn, der Sohn dem Enkel, und so gerät nie in Vergessenheit, wie sie aussahen, wie sie lebten, welche übernatürlichen Kräfte sie besaßen, wie undankbar die Menschen sie behandelten und wie sie sich zuletzt immer mehr zurückzogen. Die Wichtel waren gutherzige kleine Kerlchen, hilfsbereit und dankbar. Wann immer man sie brauchte, zögerten sie nicht, den Menschen bei ihrer Arbeit im Haus und auf dem Feld hilfreich zur Seite zu stehen, sie halfen beim Pflügen und beim Ernten, polierten das Geschirr der Pferde und hüteten die Rinder. Sogar die Heilkunst pflegten sie und brauten aus besonderen Kräutern eine Medizin, mit der sie jedes Gebrechen der Menschen kurieren konnten.

Die Wichtel aßen nur wenig oder gar nichts, und wenn sie ein Feuer machten, wussten sie es so anzustellen, dass die Scheite dabei nicht verbrannten. Sie hielten sich gern in der Gesellschaft von Menschen auf und liebten es, lange Winterabende in den warmen Stuben der Bauern zu verbringen, wo sie sich sowohl an den Gesprächen als auch an ihren Arbeiten beteiligten. Auch brachten sie den Kindern oft Geschenke mit, Spielsachen oder Süßes.

Wenn eines aber zu gierig auf Geschenke aus war, pflegten die Wichtel zu sagen: »Schließe deine Augen, öffne deine Hand und nimm das hier mit in die Ecke.« Das taten die Kinder dann auch gehorsam, denn obwohl sie wussten, dass der Wichtel ihnen nur ein kleines Stück Kohle in die Hand legte, hatten sie doch das Funkeln in seinen Augen gesehen, als er sie zuvor noch einmal streng angeschaut hatte. Am nächsten Morgen war das Kind noch immer enttäuscht und nahm sich vor, das Stückchen Kohle aus dem Fenster zu werfen. Doch was fand es, als es ging und danach schaute? Einen wunderbaren Edelstein. Sorgsam wurde dieser aufbewahrt, und mehr als einmal geschah es, dass der Stein, wenn sein Besitzer oder seine Besitzerin erwachsen geworden war, in Gold gefasst wurde und einem Ehering zur Zierde diente.





BEI DEN ZWERGEN IST IMMER WAS LOS!

Wer hätte sie in seiner Kindheit nicht geliebt, die Sagen und Märchen von Zwergen und Erdmännlein, die den Menschen auf wundersame Weise nahe sind und ihnen helfen, wenn die Not am größten ist! Sie wissen Rat und Trost – aber sie strafen auch hart, wenn ihnen Habsucht, Geiz, Neugier oder Undankbarkeit begegnen.

Die vierzig aus ganz Europa stammenden Märchen und die wunderbaren, eigens für diese Sammlung geschaffenen Illustrationen von Daniela Drescher versetzen uns unmittelbar in die geheimnisvolle Welt des Zwergenvolks.



ELS BOEKELAAR | INEKE VERSCHUREN (HRSG.)
DANIELA DRESCHER (ILLUSTRATIONEN)
Hinter den sieben Bergen. Das große Buch der Zwergengeschichten

176 Seiten, durchgehend farbig, gebunden
19,90 Euro

Verlag Urachhaus
ISBN 978-3-8251-7752-2
(ab 5 Jahren)



Querbeet

JUNI – VON WASSERGÄRTEN UND BIOTOPEN

von Ralf Lilienthal

Spätestens im Juni wird es Zeit, ans *Wasser* zu denken. Wasser aus der Kanne oder dem Schlauch. Vor allem aber Wasser als Lebensraum im Garten. «Sie meinen ein Biotop?» Richtig, auch wenn es im Garten über den «Teich» hinaus ungezählte «Lebensräume» gibt. Genau das ist nämlich die wörtliche Übersetzung des griechischen Begriffs. Dabei ist der Teich längst nicht der einzig denkbare Wasser-Lebensraum des Gartens.

Ganz klein und doch wirkungsvoll ist die *Vogeltränke*. Damit ist nicht unbedingt ein kaufbares Gefäß gemeint, auch wenn eine hübsche Tonschale besser ist als nichts. Stattdessen lassen sich Vogelwasserstellen (als Tränke *und* Bad!) auf sehr einfache Weise herstellen. Man braucht Teichfolie über einer bis maximal 50 cm tiefen Mulde im Erdreich, abgedeckt mit ortsüblichem Splitt und vielleicht zur Dekoration ein paar passende Natursteinbrocken sowie ein Gras und ein paar Stauden daneben. Im Hochsommer verdunstet das Wasser oftmals so schnell, dass man bei Bedarf nachfüllen sollte.

Ebenfalls klein und fein ist der *Miniteich*. Auch hier lässt sich mit Teichfolie arbeiten. Aber auch eingegrabene oder freistehende Speißfässer, alte Badewannen oder Steintröge sind alternativ möglich. Natürlich ist ein Miniteich ökologisch «unkorrekt» und nicht annähernd zu vergleichen mit einem großen, üppig bepflanzten Gartenteich, der nach ein paar Jahren einen halbwegs stabilen Gleichgewichtszustand erreichen kann. Doch selbst Miniteiche bringen einen zusätzlichen «Klang» in unseren Garten. Oder vielmehr eine lokal andere, weil feuchtigkeitsprägte «Atmosphäre» – zudem ein anderes, weil von unten reflektiertes Licht. Und – Erwachsene, die sich nicht mehr an das Zauberland der Kindheit erinnern können, mögen darüber hinweglesen – eine Dimension des geheimnisvoll Verborgenen, die

eine Pflanze genauso ausstrahlen kann wie ein Stück bemoostes Holz oder die Aushöhlung einer freigelegten Wurzel am Hang. Ungewöhnlich ist auch der *Wassergraben*, eine rechteckige, durchaus auch größere Wasserfläche, die sich an den Grenzen oder Wegrändern unseres Gartens einbauen lässt und stufenweise jene Tiefen erreichen kann, die auch für Gartenteiche geboten sind (Frostfreiheit ab 80 cm Tiefe).

Als Vorstufe zum Teich und selten realisiert ist das *Sumpfgelände*; eine Fläche, die mit Hilfe von Teichfolie oder gestampftem Lehm so präpariert wird, dass der aufgelegte Mutterboden mehr oder weniger nass ist und möglichst niemals ganz austrocknet und verkrustet. Warum einen Sumpf im Garten? Warum überhaupt Garten!? Sumpf im Garten mag der, der einen Sumpf im Garten mag und die dort heimischen Pflanzen – Wollgras und Sumpfschwertlilie, Wasserdost und die auch als Dauersalat nutzbare Brunnenkresse.

Natürlich ist auch der *Bach* im Garten denkbar oder seine Miniaturausgabe, der *Quellstein*. Ökologische Bedenken angesichts der Energiebilanz von Pumpe und Springquell? Die verbrauchten Wattzahlen drücken sicherlich auf die eine Seite der Waage, aufgewogen werden sie auf der anderen Seite von weniger leicht zu bilanzierenden Faktoren: das beruhigende Plätschern fließenden Wassers, der Experimentierplatz spielender Kinder, hier ein laichender Salamander, da eine spezialisierte Libellenart.

Dann bleibt also der eigentliche *Teich*. Oder gar seine Luxusversion, der *Naturschwimmteich*, der sportiven Naturen Vergnügen bereitet und darüber hinaus buchstäblich ein Rundum-Wasser-Erlebnis für alle Sinne bietet. Was den Teich betrifft, gilt dann tatsächlich: Groß genug sollte er sein – und tief. Ein Meter Wassertiefe Minimum ist wünschenswert und die, wenn es geht,



Ralf Lilienthal, geboren 1961 in Duisburg, arbeitet seit 1986 als selbstständiger Gartengestalter und -pfleger in Witten. Außerdem schreibt er seit 1994 für verschiedene Zeitungen und Zeitschriften – so auch für unser Magazin a tempo – und ist Autor mehrerer Kinderbücher. Weitere Informationen unter: www.ralf-lilienthal.de



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

auf einer Fläche von mindestens fünf Quadratmetern. Wo ein solches «Kaltwasserkubikmeter-Reservoir» fehlt, werden lange heiße Sommer das Wasser immer wieder auf Algentemperatur hochkochen, vor allem in den ersten Jahren, wenn die Unterwasser- und Uferpflanzenproduktion noch nicht auf Touren gekommen ist. Dadurch ist der (knapp bemessene) Teich ein Garten-Kapitel für sich und eigentlich eine fast wissenschaftliche Herausforderung. Filter ja oder nein? Sauerstoffanreicherung und UV-Licht? PH-Wert-Abminderung und Schlammabsaugung – man gerät da sehr schnell auf technisches Terrain, das vor allem teichgärtnernden Männern durchaus Freude macht.

Alle anderen sollten am Teichufer vor allem den glücklichen Moment «der kleinen Begebenheit» abpassen: Das erste ablaichende Erdkrötenpaar über der Tausendblattkolonie. Der steil aus der Tiefe aufsteigende, luftschnappende Bergmolch. Die schlüpfende Libelle aus der papierenen Puppenhülle am Stängel einer Wasseriris. Räubernde Gelbrandkäferlarven unter, im Flug trinkende Rauchschnalbe über den Wassern. Wer einen Teich im Garten hat – und geduldig ausharren kann – wird nicht zuletzt mit der Tierwelt Begegnungen haben.

Ansonsten noch ein schneller Juni-Blick in den *Gemüsegarten*. Dort wünscht man sich jetzt die sechszehn Arme mancher indischer Gottheiten. Wässern, Jäten, Hacken, Aufbinden, Aussäen, Auspflanzen, Vereinzeln, Entspitzen, Ausgeizen, Düngen, Stützen, Mulchen, Häufeln, Ernten, Lagern und – natürlich biologisch – Spritzen. Hab' ich etwas vergessen? Bestimmt! In all dem, was es zu tun gibt, steckt aber auch ganz viel Spaß! Besonders dann, wenn zum Beispiel die ersten, üppigeren Frühsommerernten anstehen – etwa von Kohlrabiknollen, Möhrenfingern, Erdbeerkugeln, Zuckererbsenmurmeln oder Frühkartoffelbällchen! Wer es dagegen alchemistisch mag, setzt spätestens jetzt Kräuterjauchen an: Brennessel düngt und vertreibt Blattläuse, Beinwell stärkt die Vitalität, Schachtelhalm oder Zwiebelchale beugt Pilzbefall vor.

Selbst Schicksalspielen ist im Nutzgarten möglich und erlaubt! Man streiche einen weichen Malerpinsel zuerst über die Staubgefäße der männlichen Zucchini- oder Kürbisblüte, dann über die Narben der weiblichen Blüte – und die reiche Ernte der beiden südamerikanischen Verwandten wird noch zuverlässiger und konstanter! ■

* Wer trotz allem auf den Einsatz fossiler Energiequellen verzichten möchte, sollte sich mit den inzwischen auf hohem Niveau angebotenen Solarpumpensystemen auseinandersetzen.



Hannegret Bausinger
Das natürliche Wohlfühlbuch
 2., überarbeitete Auflage
 96 Seiten, mit zahlr. Abb., kartoniert
 € 14,90 (D) | ISBN 978-3-7725-5011-9

Alte Hausmittel – einfach angewendet

Gegen viele Beschwerden ist ein Kraut gewachsen – aber welches? Hannegret Bausinger zeigt, wie man ohne großen Aufwand sein Wohlbefinden verbessern kann – bei Erkrankungen, aber auch, wenn man einfach nur entspannen und sich mal etwas Gutes tun möchte. Alle hier vorgestellten Wickel, Tees und Bäder sind verblüffend unkompliziert in der Anwendung und von spürbar wohltuender Wirkung. Eine kleine Einführung in die Heilpflanzen- und Kräuterkunde rundet das Buch ab.

Aus dem Inhalt: Sechs wichtige Faktoren: Ernährung, Rhythmus, Wärme, Bewegung, Ruhe, Humor und Fröhlichkeit | Ölwickel: Wann hilft was? | Heilpflanzen- und Kräuterkunde | Was ist in einem Krankheitsfall zu tun? – Allgemeine natürliche Hausmittel und ihre Anwendung | Öldispersionsbad oder Jungebäd | Pflegebäder, Erfrischungsbäder, wohltuende und beruhigende Bäder | Tipps und Tricks für die Küche



MARIE BERTHERAT
Das Mädchen mit dem goldenen Pinsel

Aus dem Französischen von Corinna Tramm

207 Seiten, gebunden

13,90 EURO

Verlag Urachhaus

ISBN 978-3-8251-7687-7

(ab 12 Jahren)

DAS MÄDCHEN MIT DEM GOLDENEN PINSEL

gelesen von Simone Lambert

Auf der Suche nach Arbeit zieht die junge Maria Brugada Mitte des 17. Jahrhunderts von San Fernando nach Madrid und tritt dort eine Stelle im Haushalt des Malers José Pacheco an. Als der eine Putzhilfe sucht, öffnet sich für Maria die Tür ins Atelier. In der Umgebung der Bilder und Gemälde, der Farben und Werkzeuge fühlt sie, die Heimatlose, sich zuhause.

Denn Maria liebt das Zeichnen. Und sie liebt Tiere, sie sind ihr Motiv. Sie zeichnet sie lebendig oder tot, ruhend und in Bewegung, nach dem Modell oder aus der Erinnerung, auf Papierfetzen oder nackten Wänden. In San Fernando trug ihr diese Fähigkeit den Ruf einer Hexe ein – dem Abbild haftete der Ruch der Beschwörung an. Für Maria ist aber das Zeichnen und Malen beinahe ein Zwang, etwas, das ihr Inneres ganz erfüllt.

Maria will lernen. Des Nachts zeichnet sie im Atelier, bis Pacheco sie entdeckt und sich bereit erklärt, sie heimlich auszubilden, gegen die Regeln der Malergilde, die Frauen nicht zulassen. Ihre raschen Fortschritte führen dazu, dass er sie mit immer anspruchsvolleren Aufgaben betraut. Maria entwickelt einen eigenen Arbeits- und Malstil. Sie besucht Menagerien und geht in die Landschaft um die Tiere, die sie malen will, genau zu studieren. Juan, der Geselle, reagiert neid- und hasserfüllt auf das überragende Talent. Er droht dem Meister, die Schergen der Inquisition auf ihn und seine hexenhafte Schülerin zu hetzen ...

Die Kunstgeschichte kennt nur wenige große Malerinnen. Das ist zum einen ein Problem der Kunstgeschichtsschreibung; Marie Bertherats Roman aber fragt nach den sozialen Hintergründen. Die bürgerliche Gesellschaft belächelte die künstlerische Betätigung von Frauen als Zeitvertreib. Frauen durften der Zunft nicht beitreten und ihnen wurde keine Ausbildung zuteil. Wenige Ausnahmen von

dieser Regel sind bekannt, so wurde die 1593 in Rom geborene Artemisia Gentileschi von ihrem Vater unterrichtet. Maria Sibylla Merian erhielt ihre künstlerische Ausbildung von ihrem Stiefvater Jacob Marrel, einem Schüler Georg Flegels. Auch Angelika Kaufmann, ebenfalls eine berühmte Malerin des 18. Jahrhunderts, wuchs quasi im väterlichen Atelier auf. Große Begabungen wussten sich offenbar durchzusetzen, allerdings benötigten diese Talente auch Ausbildung und Förderung. Die Hauptfigur dieses Künstlerromans ist in doppelter Hinsicht ungewöhnlich, weil Maria nicht nur ein Mädchen ist, sondern auch von einfacher Herkunft, ohne Bildung oder künstlerfamiliären Hintergrund. Es ist ihr unbedingter Wille, der Maria eine um die andere Hürde nehmen lässt. Und sie begegnet in José Pacheco einem Mann, der ihrer Leidenschaft mit Verständnis und Unterstützung begegnet.

Marie Bertherat hat einen mitreißenden historischen Roman geschrieben, der die leidenschaftliche Hingabe seiner Protagonistin an die Malerei auch jenen vermitteln kann, denen diese Neigung abgeht. Wie Maria die Welt des Bildes für sich entdeckt, beschreibt die Autorin mit Frische und Intensität. Es ist auch die Entwicklungsgeschichte eines jungen Mädchens von geringem Stand, das durch die Entwicklung und Anerkennung seiner Fähigkeiten aus großer Schüchternheit und Zurückhaltung zu Selbstbewusstsein und Lebensfreude findet. Und noch eine Weisheit erzählt die Geschichte auf anrührende Weise: dass der große Schüler immer den Lehrer überragen wird. ■

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!

die Eisheiligen sind vorbei, die Nächte werden nicht mehr so kalt, die Balkonkästen und Kübel sind längst bepflanzt, im Garten grünt's und blüht's – gerade die richtige Zeit für ein Gartenfest – oder ein fröhliches Picknick mit vielen lieben Menschen. So oder so wünsche ich euch vergnügte Stunden in der herrlichen Natur.

Eure **SUSANNE**



Foto: Charlotte Fischer

Zwei leckere Rezepte habe ich für euch entdeckt – die werden sicher «der Renner» auf eurem Fest sein. Sie sind einfach zu machen und auch fürs Picknick geeignet.

Ansonsten braucht ihr jede Menge Sandwichs, vielleicht Wurst zum Grillen, einen großen Korb mit Erdbeeren oder anderem Obst, Rohkost, verschiedene Dippes, selbstgemachten Eistee, Holunderblütensirup – oder auf was ihr sonst alles Appetit habt. Die Natur bietet genügend Dekorationsmaterial, um alles hübsch zu schmücken, und Windlichter könnt ihr leicht selber machen. Ihr braucht nur alte Marmeladengläser, bemalt sie mit entsprechender Farbe oder klebt buntes Transparentpapier von außen drauf. Wenn ihr aus Draht oben eine große Schlaufe drumwickelt, könnt ihr sie auch als Laternchen an die Zweige hängen.

Aber jetzt ab in die Küche zum Vorbereiten!

Käse-Muffins

Dazu braucht ihr 115 g Mehl, 1 Päckchen Weinstein Backpulver, 1 TL Salz, 225 g Maismehl, 150 g mittelalten Gouda (gerieben), 55 g Butter, 2 verquirlte Eier, 300 ml Milch und eine zerdrückte Knoblauchzehe.

Zunächst den Ofen auf 200° C vorheizen, Muffinförmchen zurechtlegen, dann das Mehl, das Backpulver und das Salz in eine Schüssel sieben und das Maismehl und den Käse dazugeben. Nun die geschmolzene Butter, die Eier, die Milch und den Knoblauch in einer zweiten Schüssel verquirlen und dann vorsichtig unter die Mehlmischung mengen. Den Teig nun in die Papierförmchen verteilen, mit etwas geriebenem Käse bestreuen und 20 – 25 Minuten backen, bis die Muffins goldbraun sind. Sie schmecken kalt genauso gut wie warm!

Und hier eine Idee zum Nachtisch:

Amarettini-Creme

Ihr braucht 200 g Amarettini (das sind kleine italienische Kekse mit Amaretto-Geschmack), ½ l Schlagsahne, 50 g Zucker und 3 Eigelb.

Die Kekse kleinhacken, die Sahne steif schlagen und mit dem Zucker und dem Eigelb zu einer glatten Masse verrühren. Vor dem Servieren die Creme im Kühlschrank kühlen. Wer eine Eismaschine besitzt, kann die Masse auch zu Eis verarbeiten – hm, das schmeckt lecker!

So lautet unser neues Rätsel:

*Glutrot geht die Sonne unter
Das Gartenfest verläuft noch munter
Die Luft ist lau, die Sterne funkeln
Doch sitzt man nicht so gern im Dunkeln.
Die Lampions hängen in den Bäumen
Wo längstens schon die Vögel träumen,
Das Teelicht brennt, auch die Laterne –
Doch ein Licht hat man besonders gerne:
Ein langer Stab, der lange brennt,
Ihr sicherlich den Namen kennt!*

Schickt die Lösung bis zum 21. Juni 2010 an:

a tempo Susanne, Landhausstr. 82, 70190 Stuttgart

Unter den richtigen Einsendungen wird 10-mal die Ideensammlung von Anne & Peter Thomas, *Das große Ferien- und Freizeitbuch*, verlost!



Die Lösung des April-Rätsels lautet *Schäferhund*, aber Hirtenhund und Hütehund habe ich auch gelten lassen. Ich danke euch für all eure Post, worunter auch diesmal wieder schöne Bilder waren. Und das sind unsere **Gewinnerinnen** und **Gewinner**: • **Elia Luca Callenberg** • **Annika Hosch** aus Bättwil / Schweiz • **Lukas Saust** aus Bad Liebenzell • **Lennart Bespaluk** aus Steinheim • **Sarah Preining** aus Linz / Österreich • **Maja De Amicis** aus Ludwigsburg • **Veronika Hellmundt** aus Dresden • **Viktoria Frenzel** aus Wuppertal • **Emilio Vukusic** aus Ludwigsburg • **Eva Hartig** aus Sievershütten • **Cäcilia Meyer** aus Täferrot • **Felix Egerter** aus Bodelshausen •



DU MUSST DEIN LEBEN UMSTÜLPEN

EIN MOTIV, ZWEI AUSSTELLUNGEN IM
KUNSTMUSEUM WOLFSBURG

von Walter Kugler

«Du musst dein Leben ändern» – so tönte es einst dem Dichter Rilke aus dem Torso Apollos entgegen und 1907 aus seinem Gedicht «Archaischer Torso Apollos» heraus. Seitdem haben Generationen von Lesern diese Aufforderung zu deuten und so mancher wohl auch zu leben versucht. So befreiend diese Order für jeden sein mag, so quälend wird sie, wenn man sich entschlossen hat, sie zu akzeptieren. «Du sollst dein Leben ändern» – aber wie? – ist dann das nächste Problem. Da bleibt dem Zeitgenossen im Moment nur eines: auf nach Wolfsburg.

Zwei Ausstellungen gleichzeitig werden dort von Mitte Mai bis Anfang Oktober zu sehen sein: *Rudolf Steiner – die Alchemie des Alltags* und *Rudolf Steiner und die Kunst der Gegenwart*. Zwei Ausstellungen und ein Motiv: Du musst Dein Leben umstülpfen! Diese Aufforderung stammt aus der Feder von Markus Brüderlin, Direktor des Kunstmuseums in Wolfsburg. Wenn man ihn fragt, wie er darauf gekommen ist, dann ist er, der sich seit Jahrzehnten mit der ihm eigenen Sicherheit auf dem Parkett der Kunst des 20. und 21. Jahrhunderts bewegt, ganz schnell bei Rudolf Steiner, denn seine Erfahrung lehrte ihn: An Steiner kommt man einfach nicht vorbei, wenn es um Substanz geht. Zunächst als Goetheforscher, Philosoph und Literaturkritiker in Fachkreisen geschätzt, bahnte sich Rudolf Steiner (1861 – 1925) seinen Weg durch den von materialistisch imprägnierter Fortschrittsgläubigkeit durchsetzten wissenschaftlichen und gesellschaftspolitischen Diskurs. Er proklamierte eine neue Geisteswissenschaft, die Anthroposophie, und stellte schließlich mehr vom Kopf auf die Füße als sich so mancher erträumt hatte. Mehrere tausend Waldorfschulen und Kindergärten weltweit und ebenso über den ganzen Globus verteilte Kliniken, therapeutische Einrichtungen, ökologisch geführte Landwirtschaftsbetriebe und Bankinstitute stützen sich auf sein Ideengebäude, das immer auch für Irritationen gut war und noch ist. **Das Heilige und das Profane war jenes Spannungsfeld, in dem sich Steiner scheinbar mühelos bewegte. Da ging es nicht um die Zementierung von Positionen, sondern um Wechselbeziehungen** z. B. zwischen Geist und Materie, Innen und Außen und eben auch um Umstülpungen. Im Ausstellungskatalog liest sich das so: «Steiner hat bei dem Versuch, das Verhältnis zwischen der äußeren, physischen und der inneren, geistigen Welt darzustellen, eine Denk- und Fühl-Methode entwickelt, die auf eigentümliche

Weise ein Grundprinzip der modernen Kultur, des Denkens bis hin zur Praxis der Gestaltung vorwegnimmt, und ihn als eine Schlüsselfigur des Aufbruchs in die Moderne ausweist. Es handelt sich um das Prinzip der ‚Umstülpung‘, der Inversion.»

All dies wird nun im Kunstmuseum Wolfsburg sichtlich erlebbar. In der von den dortigen Kuratoren konzipierten Ausstellung *Rudolf Steiner und die Kunst der Gegenwart* werden neben Steiner-Objekten Werke von namhaften Künstlern wie Olafur Eliasson, Tony Cragg, Katharina Grosse u. a. zu sehen sein. Dabei geht es nicht um Konvergenz, sondern Differenz, wobei die partielle Nähe zu Steiners Gedankenkosmos für entsprechende Spannung sorgt.

Die andere Ausstellung *Die Alchemie des Alltags*, konzipiert vom Vitra Design Museum in Weil, konzentriert sich in einer ersten Abteilung auf die Verbindungslinien zwischen Steiner und seiner Zeit, in der neben der Reformbewegung vom Anfang des 20. Jahrhunderts vor allem auch die Avantgarde der Künstler von Kandinsky bis Mondrian, von Bruno Taut bis hin zum Bauhaus zu Wort kommt.

Eine zweite Abteilung steht im Zeichen der «Metamorphose», dargestellt anhand von Steiners Entwürfen für Bauwerke, Skulpturen, Malereien und Möbel aber auch seiner Vorgaben für eine neue Bewegungskunst, die Eurythmie. Und in einem dritten Komplex werden die praktischen Folgerungen aus seinem Gedankenuniversum sichtbar gemacht. In einem Text der Ausstellungsmacher heißt es abschließend: «Vor allem aber erstaunt, wie früh hier Aufgaben pointiert wurden, die heute auf der Agenda gesellschaftlicher Diskussionen ganz oben stehen: Naturschutz, die Qualität unserer Lebensmittel, Wirtschaftswachstum, soziale Gerechtigkeit, das Verhältnis von Individualität und Gesellschaft, oder eine ganzheitliche Medizin.» ■

Die Ausstellungen können im Kunstmuseum Wolfsburg, Hollerplatz 1, 38440 Wolfsburg, vom 13. Mai bis 3. Oktober 2010 besucht werden. Weitere Infos unter: www.kunstmuseum-wolfsburg.de



Barbara Denjean-von Stryk
Sprich, dass ich dich sehe
 Die Sprache als Schulungsweg in Kunst,
 Erziehung und Therapie.
 217 Seiten, geb. mit SU | € 19,90 (D)
 ISBN 978-3-7725-1580-4
 jetzt neu im Buchhandel!

Ein Weg zur lebendigen Quelle der Sprache – zu sich selbst

«Man soll die Worte sprechen, als
 seien die Himmel geöffnet in ihnen,
 und als wäre es nicht so, dass du
 das Wort in deinen Mund nimmst,
 sondern als gingest du in das Wort
 ein. Denn wenn einer in das Wort
 wirklich eingegangen ist, so ist es,
 als schüfe er Himmel und Erde und
 alle Welten von neuem.»

Chassidischer Zaddik

Wissen wir, was wir tun, wenn wir
 sprechen? In der Sprache offenbart
 sich der Mensch – mehr, als dies
 ihm oft bewusst ist. In der Sprache
 liegen aber auch noch vielfach zu
 erschließende Quellen der Selbst-
 entfaltung.

Barbara Denjean-von Stryk schildert
 aus jahrelanger therapeutischer und
 künstlerischer Praxis einen Weg zu
 einer der bedeutendsten Lebens-
 quellen menschlicher Entwicklung.

Kleinanzeigen

Bewirtschaftete Berghütte zu pachten gesucht!
 Erfahrener Bergsteiger und erfahrene Gastro-
 nomin suchen als gemeinsames Lebenswerk
 eine zu bewirtschaftende Berghütte. Kontakt:
 info@astro.office.com Wir freuen uns!

**2 ZW bevor. EG in Stgt. Möh, Degl. von Ang. in
 soz. Einr./Teilzeit, ges. 48, NR, übern. gern
 leichte Gartenarb. Tel.: 07 11/46 92 19 26,
 a.christi@web.de**

Wochenendhaus, 55 qm gut ausgestattet
 in sonniger Aussichtslage, Löwensteiner-
 Bergen, **zu verkaufen.** Tel: 07 11/24 67 43

**Allmende am Hasenkopf – gemeinsames Leben
 aller Generationen.** Wir planen eine Wohn-
 anlage auf einem Natur- und Innenstadt nahen
 Grundstück neben dem Gemeindehaus der
 Christengemeinschaft in Marburg und suchen
 Mitstreiter. Auskunft bei Dr. Friedrich Stöhr,
 Tel. 0 64 24/44 50, E-Mail: dr.stoer@t-online.de

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

Dresden – schöne FeWo, 4 km zur City, für
 2–5 Pers ab 40,- €/N. Tel.: 0 61 51/5 11 16

Wendland/NS: 2 FH Wald 50-110 m², 2–10
 Pers., 45–75 €, Tel.: 01 76/64 12 16 67

Ferienhaus an der Ostsee – idyll. Holzhaus
 für 4–6 Per., behindertenger., Lehmofen, Garten.
 Tel. 04 31/52 15 61; www.ferienhausostsee.eu

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. Zu-
 schriften und Anfragen an: bakalesa@web.de
 oder an: Redaktion a tempo, Landhausstr. 82,
 70190 Stuttgart (Betreff: Zukunft auf dem Lande)

Gästezimmer: www.bel-etage-berlin.de

Ökodorf, 07764/933999, www.gemeinschaften.de

Allergikerfreundliche Naturfarben in Profiquität
www.biofarben.de

**Anthroposophische Medizin – erleben, fragen,
 verstehen:** Gesundheitskongresses 2010 am
 11. September 2010 in Berlin. Infos unter:
www.kongress-gesundheit.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!)
 Unsere Mediadaten finden Sie auch unter: www.a-tempo.de

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

Tagungshaus in Rhld.-Pfalz, bestehend seit 25
 Jahren mit vielen Stammgästen (20 Betten, 300
 qm Wohnfläche)+ gr. Wohnhaus (200 qm)
 + Nebengebäude (150 + 50qm) + 2 ha Land,
 ehem. Bauernhof, **zu verkaufen:** 349.000,- €,
 Tel. 0 63 64/209, www.tagungshaus-gangloff.de

www.creativ-in-skulptur-plastik.eu Bildhauer-
 ausbildung, Steinhaukurse, Indivi. Arbeits-
 angebot, Kinderkurse, Tel. 0 70 52/92 01 68

www.seminar-fuer-kunsttherapie.de – Infotag
 am 10. Juli 2010 in Freiburg

www.bildhauer-kunststudium.com
 Tel. 0 76 64/48 03

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

**Schulleitungsteam sucht als Ergänzung Sonder-
 schullehrer/in** (e, gb, f) mit Führungsqualitäten.
www.institut-eckwaelden.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

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

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

**Geldanlage Transparent, ökologisch, nach-
 haltig:** Die Waldorfschule Biberach zahlt
 jedem, der ihr 1000,- € leiht, 20 kg Demeter-
 kartoffeln jährlich, deutschlandweit freie
 Lieferung. Informationen und Unterlagen bei
 Frau Delfino, Tel. 0 73 51/52 85 55

**IPSUM-Institut München: Ausbildung «Er-
 ziehungskompetenz stärken»** – 12 Wochen-
 endkurse ab Oktober 2010, auch einzeln be-
 legbar. Kostenloser Info-Nachmittag: 23. Juni
 2010, 16.30 – 18.30 Uhr im Movimento,
 München, Neuhauserstraße 15., Tel. 0 89/
 927 296 76, www.ipsu-institut.de

Feiern Sie mit: www.rudolf-steiner-2011.com

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
Tag der offenen Tür
Samstag, 5. Juni 2010
15.00 - 21.00 Uhr

Argentinische 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



Centro de Terapia Antroposófica


Das Therapie- Kultur- und Urlaubszentrum
auf der sonnigen Vulkaninsel LANZAROTE

www.centro-lanzarote.de
Tel: 0034 928 5128-42 • Fax: -44 • info@centro-terapia.com



**primates
helping
primates**

www.bos-deutschland.de
www.schafft-lebenswald.de




Wir sind eine moderne weltoffene
Gemeinschaft von rund 250
Menschen mit oder ohne Behinde-
rung, die ihre Wurzeln in der geleb-
ten Antroposophie findet.

AUSBILDUNG
HEILERZIEHUNGSPFLEGER/IN
STAATLICH ANERKANNT

LEBEN Leben Sie in Großfamilien,
ARBEITEN Arbeiten mit in der Landwirtschaft,
den Werkstätten oder Haushalten.
LERNEN Lernen Sie den Aufgaben der
Gegenwart und Zukunft
zu begegnen.

HEILEN Voraussetzung ist ein
ERZIEHEN mittlerer Bildungsabschluss und
ein Vorpraktikum
PFLEGEN von 12 Monaten.

Bewerbung bitte an:
Dorfgemeinschaft Tennental
Diana Dürr & Michael Dackweiler
Ita-Wegman-Str. 7
75392 Deckenpfronn
Fon 07056 926-0
info@tenntental.de



„Ich mache die Ausbil-
dung im Tennental, weil
mir nirgendwo sonst so
viele außergewöhnliche
Menschen begegnet sind.“
Marlies Towers, Seminaristin

www.tennental.de

**VERWAIST.
VERTRIEBEN.
VERWANDT.**



BOS Borneo Orangutan
Survival Deutschland

Marleen Nelen

Glasflügler



Urachhaus
www.urachhaus.com

Marleen Nelen
Glasflügler
256 Seiten, gebunden
€ 14,90 (D) | (ab 12 Jahren)
ISBN 978-3-8251-7738-6

Nour: 14 Jahre, zu große Augen, zu kleiner Mund

Nach der x-ten heftigen
Auseinandersetzung zwischen
seinen Eltern weiß Nour:
Seine Mutter Tille wird ihn
und seinen Vater verlassen.

Während Nour sich in seine
Insektensammlung vergräbt,
verfällt sein Vater Len zunehmend
in Resignation. Als Nour auch
noch die Schule wechseln muss,
gerät er ins Schussfeld seiner
streitsüchtigen Mitschüler. Aber
da ist auch noch Jutta, die sofort
sein Interesse weckt – und
plötzlich entdeckt er, dass es
auch ein Leben jenseits der Welt
der Insekten gibt.

Marleen Nelen errichtet einen
Spannungsbogen, der den Leser
mitnimmt auf dem Weg aus
einer beklemmenden Fluchtwelt
zurück in die helle Realität.

DIE NÄCHSTE AUSGABE JULI 2010 ERSCHEINT AM 21. JUNI 2010

augenblicke

STADT – LAND – FLUSS: KULTURLANDSCHAFT RUHRPOTT

sprechstunde

MELISSE – VORBILD BESEELTER LEBENDIGKEIT

im gespräch

GÖTZ W. WERNER – DEN SOZIALSTAAT NEU GESTALTEN!



Man kennt den Gründer der Drogeriemarkt-Kette dm, Götz W. Werner, als einen erfolgreichen und innovativen Unternehmer. Seit Jahren engagiert er sich zudem für die Einführung eines bedingungslosen Grundeinkommens, das jedem Bürger eine Existenzgrundlage garantieren soll. Das Grundeinkommen bietet eine Alternative zum traditionellen Sozial- und Steuersystem, setzt aber Bereitschaft zum Umdenken und Initiative voraus. Was wird aus dieser engagierten Idee, wenn sie auf die Wirklichkeit trifft?

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 | **Bad Aibling:** Lesezeichen | **Bad Hersfeld:** Hoehlsche Weinstraße und Klausstraße | **Bad König:** Paperback Literaturbuchhandlung | **Bad Nauheim:** Lädchen am Goldstein | **Bad Nenndorf:** Nenndorfer Buchhandlung | **Bad Orb:** Spessart Buchhandlung | **Bad Schwalbach:** Lichtblick – Bücherkiste | **Bad Wildungen:** Buchhandlung Bing | **Balingen:** Neue Buchhandlung | **B2 Biomarkt:** Berlin: Kaesebiersche Hofbuchhandlung | Hermes | Leselust | Mein Apfelbäumchen | **Besigheim:** Buchhandlung im Dreigiebelhaus | **Betzdorf:** Sarrazin | **Bexbach:** buchkultur – Schwartz | **Bielefeld:** Buchtipp | Lebensbaum | **Bietigheim:** Buchhandlung Exlibris | Pinocchio | **Blankenheim:** Bücherecke | **Blaubeuren:** Buchhandlung Holm | **Blekkede:** Hohmann | **Böblingen:** Wohn- und Stilberatung Leipold | **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 | Schirmer | tegut ... (Weiterstadt) | **Deckenfronn:** Der Dorfladen | **Deggendorf:** Bücher Kelling | **Diepholz:** Buchhandlung Schöttler | **Dillenburg:** Buchhandlung Rübezahl OHG | **Dortmund:** Niehörster | **Dreieich:** Spredlinger Bücherstube | **Dresden:** Buchhandlung & Antiquariat Reimers | **Duisburg:** Roskothlen | **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:** Rampff | **Filderstadt:** Spielzeug und Bücher | Filderklinik | Oesterlin | **Finntrop:** Bh. Am Rathaus | **Finning:** Trommler-Buch | **Fleensburg:** Regenbogen | **Forchheim:** Sternschnuppe | 's blaue Stäffala | **Frankenberg:** Buchhandlung I. Jakobi | **Frankfurt/M.:** Amselhof | Haus der Bücher | Hillebrecht | Naacher | Walkmühle | **Frankfurt/O.:** Jule's Spielkiste | **Freiburg:** 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:** 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 | Wieblinger 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 | Spinnrad | **Kassel:** Urbanietz | **Kehl:** Baumgärtner | **Keltern:** Tast | **Kempten:** Fingerhütchen | Kölsche Buchhandlung | Lesezeichen | **Kiel:** Mittendrin | **Kirchzarten:** Bücherstube | **Koblenz:** Buchhandlung Heimes | **Köln:** Buchhandlung Stein | Hänsel | **Köngen:** Köngener Bücherstube | **Konstanz:** Buchkultur Opitz | **Krefeld:** Der Andere Buchladen | **Landshut:** Bücherinsel | Stützel KG | **Landstuhl:** Buchhandlung Stützel KG | **Langen:** Litera GmbH | **Lauffen:** Hölderlin | **Lauterbach:** Das Buch | Lesezeichen | **Leipzig:** Casa Libri | Shakunda Mineralien- und Buchhandlung | **Leoberg:** Bücherwurm | Rohm | **Leverkusen:** Gottschalk | **Lienen:** Teuto-Apotheke | **Lindau:** Kleine Eule | **Lübeck:** Buchhandlung Arno Adler | **Ludwigsburg:** Aigner | Mörkebuchhandlung | **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:** Wällichsmüller | **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:** BuchHe | **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 Göss | Buchhandlung Edo Dieckmann | **Oppenheim:** Buchhandlung am Marktplatz | **Osnabrück:** Altstaedter Bücherstube | Dombuchhandlung | **Ottersberg:** Froben | Kunst- und Bücherversand | **Pforzheim:** Thalia | **Pfulendorf:** 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:** Radlrutsch | **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 | **Stadallendorf:** Buchhandlung Krämer | **St. Blasien:** Törle-Maier | **St. Wendel:** EKZ | **Steinen:** Schmidt | **Steinbronn:** Steinbronnener 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 | **Tettwang:** Lernwerkstatt Brunold | Montfort Buchhandlung | **Tittmoning:** Buch & Kunst am Gerberberg | **Trebur:** Lesezeichen | **Trier:** Impuls | Gegenlicht Buchhandlung | **Tübingen:** Vividus BuchKaffee | **Tuttlingen:** Greuter | **Überlingen:** Naturata | Odilia | **Ulm:** Jastram | Kosmos Naturwaren | **Unterlengenhardt:** Bücherstube | **Usingen:** Buchhandlung Wagner | **Vaterstetten:** Sternaler | **Versmold:** Buchhandlung Krüger | **Viersen:** Dülkener Büchereck | **Vlotho:** Regenwurm | **VS-Schwenigen:** 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:** **Arlesheim:** 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:** SchlössliLaden | **Kriens:** idée livre | **Liestal:** Rapunzel | **Muri:** Colibri | **Reinach:** Hauptstraße 8 | **Schaffhausen:** Allerleirauh | Gesundheit & Entwicklung GmbH | **St. Gallen:** Rössliator Bücher | **Thusis:** Kunfermann | **Wetzikon:** Buchhandlung Kolb | **Wil:** 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 | Erster | Naturata | **BELGIEN:** **Antwerpen:** De kleine Prins | **NIEDERLANDE:** **Den Haag:** De Haagse Boekery | **Zeist:** De Nieuwe Boekery | **Amsterdam:** Zailing Boekery

«Myers Spannungsroman ist eine Klasse für sich.»

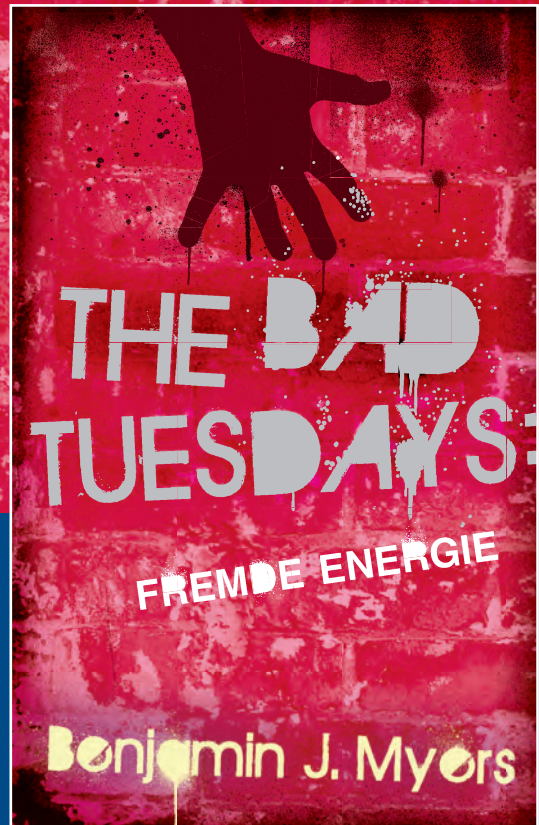
Hans ten Doornkaat, NZZ am Sonntag

«Ein literarischer Fund.»

Süddeutsche Zeitung



Benjamin J. Myers
The Bad Tuesdays – Die verbogene Symmetrie
Aus d. Englischen von Alexandra Ernst
357 Seiten, gebunden mit SU
€ 16,90 (D) | ISBN 978-3-7725-2501-8 | (ab 14 J.)



Benjamin J. Myers
The Bad Tuesdays – Fremde Energie
Aus d. Englischen von Alexandra Ernst
359 Seiten, gebunden mit SU
€ 16,90 (D) | ISBN 978-3-7725-2502-5 | (ab 14 J.)

Mit *Die verbogene Symmetrie* startete Benjamin J. Myers seine temporeichen Serie *The Bad Tuesdays* um die auf der Straße lebenden Geschwister Chess, Box und Splinter. Nun legt er mit dem zweiten Band *Fremde Energie* die fulminante Fortsetzung vor.

«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

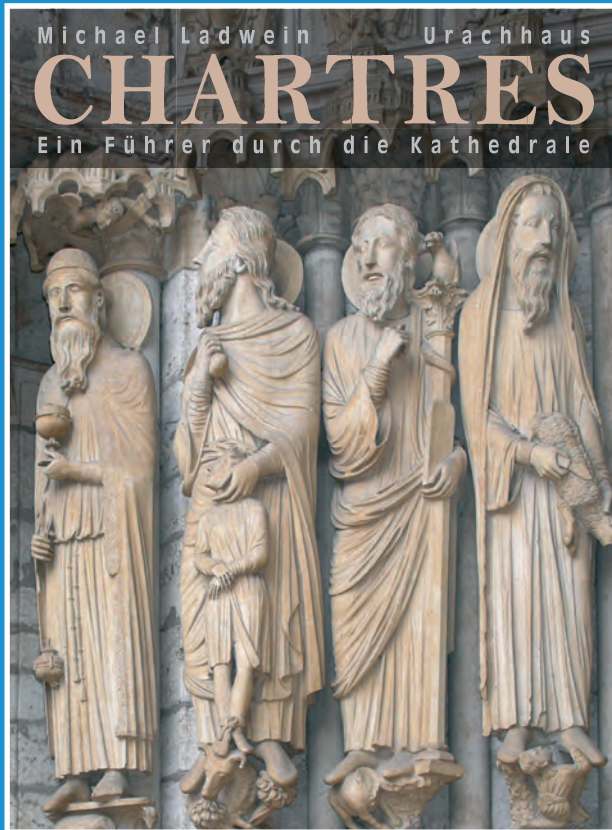
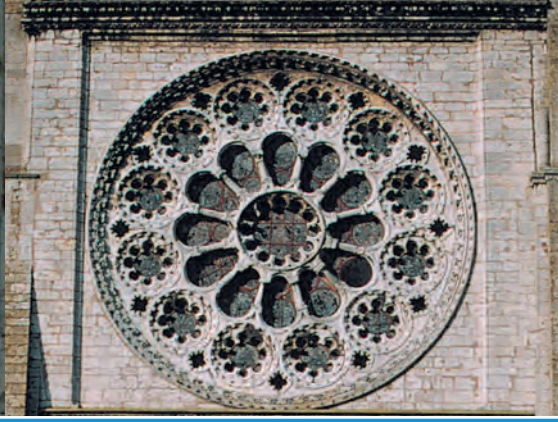
«Genauso spannend und düster wie der erste Teil. Dieses Buch zu lesen lohnt sich!»

Sarah Dold, Buchhandlung Friedlein, Überlingen

«Absolut phantastisches Buch! Genauso spannend wie das erste. Benjamin J. Myers ist ein genialer Schriftsteller!!»

Diane Wagner, Echternach

Verlag Freies Geistesleben: Bücher, die mitwachsen



Michael Ladwein
Chartres
Ein Führer durch die Kathedrale
240 Seiten, durchgehend farbig,
mit zahlreichen Fotos, Plänen und
Skizzen, kartoniert

22,- (D)
ISBN 978-3-8251-7732-4
Aktualisierte Neuauflage 2010
jetzt neu im Buchhandel!

www.urachhaus.com

Der kompetente Führer zu einer der beeindruckendsten Kathedralen Europas

Der renommierte Chartres-Experte Michael Ladwein beantwortet umfassend und aktuell alle Fragen rund um eines der großartigsten Bauwerke abendländischer Kunst. In seinem Führer finden Sie:

Alle wichtigen Informationen auf einen Blick. | Neue Fotos des restaurierten Skulpturenschmucks sowie der berühmten Glasfenster. | Aktuelle Forschungsergebnisse zur Bedeutung und Komposition der Kathedrale und ihrer Kunstschätze. | Vertiefende Kapitel zu philosophischen, theologischen und historischen Hintergründen des Bauwerks.

 **Verlag Urachhaus**

