

E 51125
nr. 129

zum mitnehmen september | 2010

Freies Geistesleben
Urachhaus

a tempo

Das Lebensmagazin

im gespräch

JAGDISH MISTRY
MUSIK IM FLUSS DER ZEIT

thema

DEMENZ
WAS LÄSST SICH TUN, WENN DIE ERINNERUNG VERBLASST?

augenblicke

DIE RUHR LEBT!





WELEDA

Im Einklang mit Mensch
und Natur



Neurodoron® – natürliche Hilfe bei Stress und Erschöpfung

Die Komposition natürlicher Substanzen in Neurodoron®, wie z. B. Bergkristall und Gold, stärkt das Nervensystem und regeneriert bei Erschöpfung.

Neurodoron®

Anwendungsgebiete gemäß der anthroposophischen Menschen- und Naturerkenntnis.

Dazu gehören: Harmonisierung und Stabilisierung des Wesensgliedergefüges bei nervöser Erschöpfung und Stoffwechselschwäche, z. B. Nervosität, Angst- und Unruhezustände, depressive Verstimmung, niedriger Blutdruck, Rekonvaleszenz, Kopfschmerzen.

Enthält Lactose und Weizenstärke – bitte Packungsbeilage beachten.

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

Weleda AG, Schwäbisch Gmünd



IM FLUSS DER ZEIT

Lust und Liebe zu allem, was wir tun, ist eines der drei Zaubermittel des wirklich praktischen Denkens. Die Erfahrung dieser von Rudolf Steiner erstmals vor hundert Jahren vorgetragenen Einsicht liegt buchstäblich auf der Hand: beim Bügeln der wöchentlichen Wäsche etwa. Das ist eine allzu leicht als lästig empfundene Aufgabe. Und doch kann auch hier in besonders einfacher Weise Lust und Liebe an der sorgfältigen Entstehung eines glatt gebügelten Hemdes empfunden werden.

So verbinden wir uns mit der Welt, weil wir bei der Sache sind. Solange wir bei einer Tätigkeit Unlust empfinden, so lange fühlen wir uns dem eigenen Tun entfremdet. Wollen wir aber ein Denken entwickeln, das aus der Sache selbst fließt, so muss es aus ihr geschöpft werden. Oft merken wir das nicht, weil uns die wichtigsten Einsichten zeitversetzt wie zufällig einfallen: beim Zähneputzen etwa, oder auf dem Weg zur Bushaltestelle. Aber bei näherer Betrachtung kann uns der Zusammenhang nach und nach erfahrbar werden.

Dann wird uns auch etwas anderes bewusst: Wenn wir bei einer Sache sind, empfinden wir den «Zahn der Zeit» nicht. Wie oft haben wir das als Kinder beim Spielen erlebt, ohne dass wir es in Gedanken hätten formulieren können! Wir fließen mit der Zeit. Im wirklichkeitsgemäßen Denken sind wir bei der Sache selbst und fließen mit den Dingen. Vielleicht sind wir, wenn wir im Älterwerden das Vergehen der Zeit beklagen, nicht mehr ganz beim Leben dabei. Vielleicht sind diejenigen, für die die Zeit scheinbar nicht mehr existiert, auf eine uns noch rätselhafte Weise ganz bei sich. Der Mensch hat denkend diese spannungsreiche Möglichkeit: bei sich *und* bei der Welt zu sein – im Fluss der Zeit.

Zum Beginn des Herbstes wünsche ich uns allen Lust und Liebe zu allem, was wir tun.

Ihr Jean-Claude Lin

PS: Wer Näheres über die «Zaubermittel» des praktischen Denkens erfahren möchte, kann dies anhand der Vorträge tun, die Rudolf Steiner hierüber gehalten hat: *Die praktische Ausbildung des Denkens. Drei Vorträge* (ISBN 978-3-7725-1770-9).



Liebe Leserinnen,
liebe Leser,

06 im gespräch

**JAGDISH MISTRY
MUSIK IM FLUSS DER ZEIT**



Jagdish Mistry ist Geiger beim *Ensemble Modern*, das weltweit Werke der sogenannten «Neuen Musik» aufführt. Aber was ist «Neue Musik»? Für den aus Indien stammenden Mistry, der am Musikinternat des weltbekannten Geigers und Humanisten Yehudi Menuhin in England sein Geigenspiel vertiefte, ist die gesamte Musik – ob klassisch oder zeitgenössisch – der Fluss des Lebens und der Zeit.

10 augenblicke

STADT – LAND – FLUSS III: DIE RUHR LEBT!



Das Kulturhauptstadtjahr «Ruhr2010» hat zahlreiche kleine und große, ziemlich laute und auch ganz leise Ereignisse in sogenannte «Revier» gespült. Davon völlig unbeeindruckt fließt der namensgebende Fluss durch diese abwechslungsreiche Region, die auch an den Ufern der Ruhr weit mehr als bloße Industrielandschaft ist. Mit dem Abschluss der kleinen Serie «Stadt – Land – Fluss» lassen wir uns treiben.



16 glücksfälle

DER NACKTE MANN UND DER WÄCHTER

17 mensch & rhythmus

DIE 21 – DIE ZAHL ZWISCHEN EWIGKEIT UND ZEITLICHKEIT

18 thema

**DEMENZ
WAS LÄSST SICH TUN, WENN DIE ERINNERUNG VERBLASST?**

24 sprechstunde

DER GELBE ENZIAN – EIN BERGRIESE DER BITTERKEIT

27 weiterkommen

WARUM IST HARRY POTTER SO POPULÄR?

DIE SEITEN DER ZEIT

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

Druck:

100 Jahre Jakob Streit : 23. September 2010



Jakob Streit
Tiergeschichten
Erlauscht in den Waldwiesen am Brienzer See.
Mit Illustrationen von Hans Peter Weber.
96 Seiten, gebunden
€ 12,90 (D) | ab 6 Jahren
ISBN 978-3-7725-2084-6

Besonders liebenswert sind diese Geschichten von Bienen, Haselmäusen, Igel, Eidechsen und anderen Wild- und Waldtieren. Durch Jakob Streits fantasievolle Charakterisierung kommen sie den Kindern besonders nahe.

«Jakob Streit versteht es, die Tiere so zu beschreiben, dass man in ihr innerstes Wesen blicken kann. Gerade die kleineren Kinder sehen die Tiere dadurch aus einem anderen Blickwinkel. Alle Erzählungen haben eine optimale Länge ... Die Sprache ist absolut kindgerecht.»

GEW Baden-Württemberg



Jakob Streit
Milon und der Löwe
Mit Illustrationen von Henriette Sauvant.
Jubiläumsausgabe
236 Seiten, gebunden mit SU
€ 16,90 (D) | ab 12 Jahren
ISBN 978-3-7725-23007
jetzt neu im Buchhandel!

«Wenn man Latein lernt oder im Geschichtsunterricht das Römische Reich behandelt, dann gehört die Lektüre dieses Klassikers dazu ... Wenn man allerdings zwischen zehn und zwölf Jahre ist, dann glaubt man, dass das Wunder, um das es in dieser Geschichte geht, tatsächlich passieren kann: Aus Mitleid überwindet der junge Grieche Milon seine Angst vor dem verletzten Löwen, der seine Herde in die Flucht geschlagen hat. Es gelingt ihm sogar, den Dorn, der in der Pfote des Raubtiers steckte, zu entfernen, und er gewinnt damit dessen Freundschaft.»

Gabriele Hoffmann, Harry & Pooh

«Streits Ton, gütig und autoritativ zugleich, ist unnachahmlich. Stets geht es ihm darum, gewissermaßen aus den Urründen zu schöpfen und seine jungen Leser zu einem vertieften Verständnis von Natur und Menschlichkeit zu führen.»

Sezession. Zeitschrift für Politik und Kultur



Ich will dein Bruder sein
Die schönsten Heiligenlegenden erzählt von Jakob Streit.
Mit Scherenschnitten von Roland Marti.
150 Seiten, gebunden
€ 14,90 (D) | ab 8 Jahren
ISBN 978-3-7725-2085-3

Anschaulich und schlicht und doch eindrucksvoll hat Jakob Streit die Taten und Schicksale christlicher Heiliger – St. Martin, St. Georg, Franziskus, Odilie, Sebastian, Mauritius, Placidius, Elisabeth, Meinrad, Christophorus, Beatus und Rochus – neu erzählt.

«Der hohe pädagogische Wert dieser neu erzählten Legenden liegt in der menschlich aktivierenden Haltung der Heiligen und macht deren Auseinandersetzung mit ihren Mitmenschen und deren trotzig estandenen Gefahren anschaulich und erfahrbar.»

Schwäbisches Tagblatt

Verlag Freies Geistesleben: Bücher, die mitwachsen

MUSIK IM FLUSS DER ZEIT

JAGDISH MISTRY | im Gespräch mit Doris Kleinau-Metzler

Jagdish Mistry ist Geiger beim *Ensemble Modern*, das weltweit Werke der sogenannten «Neuen Musik» aufführt. Aber was ist «Neue Musik»? Seit Mitte des 20. Jahrhunderts gibt es immer mehr Komponisten, die sich nicht überwiegend an den Strukturen oder Instrumenten der klassischen Musik orientieren (wie Karl-Heinz Stockhausen, John Cage, Steve Reich, Wolfgang Rihm). Für den Geschäftsführer und Klarinettenisten beim *Ensemble Modern*, Roland Diry, ist Neue Musik «eine Herausforderung, ein Abenteuer, das diese Kompositionen mit neuen Klängen, Geräuschen und Rhythmen bieten. Während man aber die klassische Musik in Epochen einteilen kann, ist heute jeder Komponist sein eigener Kosmos.» Auch für die Zuhörer ist Neugier und Offenheit die beste Voraussetzung, um sich den oft ungewohnten Tönen zeitgenössischer Musik anzunähern. Und die Freude, Neues zu erforschen, scheint auch zu Jagdish Mistry zu gehören. Er stammt aus Indien und verließ gemeinsam mit seiner Familie mit zwölf Jahren Mumbai, um am Musikinternat des weltbekannten Geigers und Humanisten Yehudi Menuhin in England sein Geigenspiel auszubauen. Auch wenn Jagdish Mistry zunächst von der Vielfalt der westlichen klassischen Musik überwältigt wurde, ist für ihn die klassische indische Musik, die Ragas, wesentlich. «Man kann einen Raga wie einen Fluss betrachten – und wenn man ein Raga studiert, ist es, als ob man in einem Boot sitzt und eine Weile mit dem Boot auf dem Fluss schwimmt.» Der Fluss fließt ohne Unterlass weiter. Er bietet an, sich mittragen zu lassen, sich auf Stimmungen, Gefühle, Klangfarben einzulassen. Neue Musik aus dem Strom unserer Zeit ist in diesem Bild wie eine unbekannte Insel im Meer der Töne und eine Musik, die auch Jagdish Mistry immer wieder neu inspiriert.

Doris Kleinau-Metzler | Herr Mistry, wie kommt man als indisches Kind zum Geigenspiel?

Jagdish Mistry | (*er lacht*) Eigentlich wollte ich Gitarre lernen, nachdem ich mit meinem Vater mit acht Jahren einen Freund besuchte, der portugiesische Folklore auf der Gitarre spielte. Aber der Musiklehrer meinte, ich sei noch zu klein dafür und solle erst einmal mit der Geige anfangen. Das hat mir dann gefallen, obwohl es mit dem Üben oft ein Problem war.

DKM | Kommen Sie aus einem musikalischen Elternhaus?

JM | Ja, auch wenn meine Eltern selbst kein Instrument spielten. Mein Vater hat meinem Bruder und mir abends, wenn er von der Arbeit kam, immer Lieder vorgesungen – das war sehr schön. Am Wochenende versuchte ich, zu den Liedern etwas auf der Geige zu spielen – damals gab es wenige Möglichkeiten, sich abzulenken. Ich selbst war mit meinem Geigenspiel zufrieden, aber da ich als talentiert angesehen wurde, schickte mein Vater eine Tonbandaufnahme nach England an die *Yehudi-Menuhin-Schule*, denn in Indien gab es keine Möglichkeiten zur weiteren Ausbildung. Ich wurde aufgenommen, erhielt ein Stipendium, und die Familie zog nach London, als ich zwölf Jahre alt war. Zunächst war das wie ein Kulturschock für mich, allein mit vielen Kindern in einem Internat zu leben, aber vor allen Dingen war ich von der Kultur des Musizierens in Europa überwältigt: Während ich vorher nur wenige Schallplattenaufnahmen mit klassischer Musik kannte, konnte ich jetzt eine Vielzahl unterschiedlicher Aufnahmen hören und war mit anderen Kindern und Jugendlichen zusammen, die auch musizierten. Hier lebte



Fotos: Wolfgang Schmidt

man mit dieser Musik – und ich erlebte eine Flut von musikalischen Eindrücken.

DKM | Sie strahlen heute noch, wenn Sie davon erzählen, wie von der Entdeckung eines neuen musikalischen Kontinents.

JM | Ja, das war ein tiefes Erlebnis, worauf man nicht verzichten kann, wenn man Musiker werden will – auch wenn mir das damals noch nicht klar war. Die Schule und Yehudi Menuhin haben mein Verhältnis zur Musik geprägt. Yehudi Menuhin hat aber auch die indische Musik in der Welt bekannt gemacht und spielte beispielsweise gemeinsam mit Ravi Shankar, der wiederum Einfluss auf einige westliche Musiker hatte.

DKM | Auch für George Harrison von den Beatles war Ravi Shankar ein wichtiger Lehrer. Was sind die Besonderheiten indischer Musik?

JM | Indische Musikkultur ist völlig anders als die westliche Musik. Die Bandbreite reicht von Filmmusik, Folklore bis zur klassischen indischen Musik, den Ragas. Ragas haben sich über Jahrtausende entwickelt und werden mündlich von einem Lehrer an seine

Schüler weitergegeben, die sich oft ihr ganzes Leben lang damit befassen. Was sie sind, ist schwer zu definieren. Raga ist zunächst eine Tonleiter, und man benutzt die Töne nach bestimmten Regeln, Ausdrucksregeln. Vielleicht kann man sie sich wie eine Farbe vorstellen, wie Farbtöne, die viele Abstufungen haben können und Gefühle und Stimmungen auslösen. Am Anfang kann sehr langsam und lange ein Ton entfaltet werden, bevor nach vielleicht einer Stunde der rhythmische Teil beginnt. Man weiß nicht wirklich, wann das Stück anfängt – und auch nicht, wie lange es dauert. In der westlichen Musik kommt man dagegen meist sofort zur Sache und man weiß, wann ein Stück anfängt und aufhört und wie es klingen soll. Ragas in Indien sind eine eigene Welt; das Verhältnis zur Musik ist in Indien anders als in der westlichen Welt.

DKM | Sind Ragas eine spirituell ausgerichtete Musik?

JM | Auf jeden Fall. Die Ragas stammen aus der Mythologie – es ist, als würden wir heute Musik aus dem alten Ägypten spielen können. Ragas sind zudem in den Religionen Indiens verankert, dem Hinduismus und dem Islam. Sie sind auch Ausdruck eines völlig anderen Lebensstils, einer Lebensart, die gemächlicher ist als im Westen. Man muss sich einlassen, um die Ragas zu erfahren, sich ▶

Klänge suchen Menschen

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
33
34
35
36
37
38
39
40
41
42
43
44
45
46
47
48
49
50
51
52
53
54
55
56
57
58
59
60
61
62
63
64
65
66
67
68
69
70
71
72
73
74
75
76
77
78
79
80
81
82
83
84
85
86
87
88
89
90
91
92
93
94
95
96
97
98
99
100

Stadtwerke

VGF

modern.com

► Zeit nehmen. Zu meinen Erfahrungen in Europa gehört auch, dass es in Indien nicht diese Vorstellung von «richtig» und «falsch» beim Singen gibt. Ich fand es am Anfang meiner Zeit in England eine unglaublich komische Erfahrung, dass so viele Menschen sagten: «Ich kann nicht singen.» Niemand sagt das in Indien; wer singen will, der singt einfach, ob der Taxifahrer oder die Eltern.

DKM | Ist die Gesangsart auch anders als bei uns?

JM | Ja, in der indischen Musik können die Töne ineinander gleiten, aber ohne, dass es sehr ausdrucksstark ist (*er singt es vor*). Bei westlicher Musik singt man eindeutig voneinander abgegrenzte Töne, die sauber und rein klingen sollen (*er singt die Tonleiter*). Diese Eindeutigkeit führt vielleicht auch dazu, dass man hier gehemmt ist beim Singen. In Indien ist es dagegen das Normale, dass die Töne miteinander verbunden werden. Singen ist die Grundlage. Auch bevor die Tabla-Spieler ihr Schlaginstrument spielen (denn Rhythmus ist ein wichtiges Element der Ragas), müssen sie eine Reihe rhythmischer Vokale singen können.

DKM | Die westliche Kultur, das scheinbar eindeutige Einteilen in richtig und falsch, spiegelt sich demnach auch in der Art unserer Musik und unseres Musikgeschmacks wider. Als Norm fällt dies meist erst auf, wenn sie gebrochen wird – wie in der indischen klassischen Musik oder in der Neuen Musik.

JM | Im westlichen Denken ist das Individuum viel wichtiger als in Indien, entsprechend ist auch diese Musik immer Ausdruck einer eigenen Persönlichkeit und Selbstdarstellung. Eine Ausnahme ist allerdings die Musik von Johann Sebastian Bach, die vielen Indern nicht wie eine fremde Musik erscheint – vielleicht, weil er einer der letzten Komponisten war, für den Musik wirklich eine tiefe Suche nach Harmonie, nach Einheit war. Bei anderen späteren Komponisten merkt man ihre Persönlichkeit deutlich, ob bei Beethoven oder Mozart.

DKM | Sie haben in vielen Aufführungen klassischer Werke mitgewirkt. Wie sind Sie dann zur Neuen Musik und zum *Ensemble Modern* gekommen?

JM | Nach meinem Studium an der Musikhochschule in London spielte ich zunächst sechs Jahre in einem Streichquartett. Als ich dann 1993 zum ersten Mal als Gastmusiker zum *Ensemble Modern* kam, war es, als ob ich viele neue Farben entdecken würde, denn die Musik war anders, vielfältiger als das, was ich aus England kannte – sie war für mich wie eine Offenbarung, manchmal aber auch erschreckend. Sicher ist die Neue Musik auch schwieriger, aber die Arbeitsweise meiner Kollegen beim *Ensemble Modern* beeindruckte mich, denn sie war ähnlich wie in einem Streichquartett – in Bezug auf die Intensität und das Bemühen, den Ausdruck genau zu treffen, als Einzelne und zusammen als

JAGDISH MISTRY |

«Im westlichen Denken ist das Individuum viel wichtiger als in Indien, entsprechend ist auch diese Musik immer Ausdruck einer eigenen Persönlichkeit und Selbstdarstellung. Eine Ausnahme ist allerdings die Musik von Johann Sebastian Bach ...»

Ensemble. Die Selbstverwaltung des *Ensemble Modern*, bei der wir Musiker für alles verantwortlich sind, gehört zu dieser Intensität, denn wenn wir ein Stück spielen, wissen wir, warum wir es zusammen spielen: Wir haben es gemeinsam diskutiert und ausgesucht, genau wie den Dirigenten. Dennoch war es auch für mich ein großer Schritt zur Neuen Musik, weil ich die Klänge, das Gesamtbild, das entstand, anfangs oft als verwirrend erlebte.

DKM | So ähnlich geht es oft Zuhörern, die zum ersten Mal ein Stück aus der Neuen Musik hören. Wie kann man sich dem annähern?

JM | Indem man sich damit befasst. Ich kenne einige Menschen, die keinen besonderen Bezug zur Musik hatten, aber seit Jahren Konzerte der Neuen Musik besuchen und so Zugang zu dieser Musik gefunden haben. Für mich als Musiker ist es eigentlich wie mit aller Musik – man muss immer wieder zuhören, spielen und versuchen zu verstehen, wie der Komponist denkt und was er ausdrücken will. **Wenn wir keine Neue Musik hätten, ginge die Kultur nicht weiter**, aber zum Glück gibt es inzwischen überall auf der Welt Konzerte mit Neuer Musik. Und gerade Kinder und Jugendliche sind offen für Experimente und zeitgenössische Musik, wie wir vom *Ensemble Modern* bei Projekten in Schulen in Frankfurt immer wieder erleben.

DKM | Das Angebot an Musik auf CD ist inzwischen auch bei Neuer Musik groß. Gibt es für Sie große Unterschiede zur Live-Musik?

JM | Das ist ein sehr großer Unterschied. Die Energie, die Ausstrahlungskraft der Menschen, die vorne auf der Bühne musizieren, ist etwas Einmaliges, wie sicher viele Menschen, die Konzerte (gleich welcher Musikrichtung) besuchen, bestätigen können. Die Musiker sind ganz und gar präsent. Das wirkt sich auf die Zuhörer aus, ihre Bereitschaft, sich einzulassen, zuzuhören. **Jede elektronisch-mechanische Wiedergabe klingt nur «wie» in einem Konzert, aber es ist klingend nur so – eben wie eine perfekte Illusion.** Man kann auch über die Liebe viel lesen, aber nur wenn wir die Liebe erleben, ist sie real. ■

Informationen und Konzerttermine sind zu finden unter: www.ensemble-modern.com



Ruth Ewertowski
Revolution im Ich
 Einweihung als Wiedergeburt
 in Anthroposophie und Literatur.
 255 Seiten, gebunden mit SU
 € 24,- (D)
 ISBN 978-3-7725-2379-3

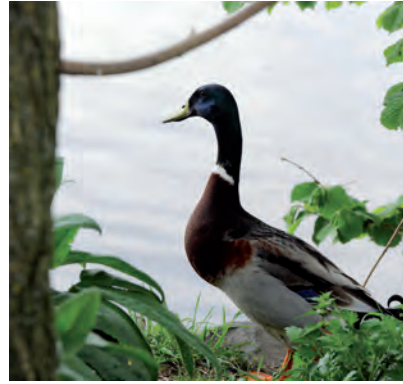
Schwellererlebnisse in der Literatur

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.

«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



STADT – LAND – FLUSS



DIE RUHR LEBT!

Ralf Lilienthal (Text) & Wolfgang Schmidt (Fotos)

Wer «Ruhrgebiet» sagt, meint die unverwechselbare Region: *Das Revier* – eine arrivierte «Marke», deren Macher im Kulturhauptstadtjahr 2010 recht glücklich mit ihren Pfunden wuchern. Wie aber denken sie andernorts über den namengebenden Fluss? «Die Ruhr?» – «Ein Industrie-Fluss! Fließt durch den größten Ballungsraum Europas und nimmt dabei nicht nur die Spiegelbilder von Werkshallen, Kaminen und Halden auf, sondern auch allerlei üble Ausflüsse industrieller Produktion!» Unsinn! Denn die Ruhrwasserqualität ist seit Jahrzehnten wieder im «grünen Bereich». Die heute noch rauchenden Kamine sind schnell gezählt, die Werkshallen auch. Und wer Halden sucht, muss sowieso ein gutes Stück weiter nördlich zu den Ufern der Fließ- und Stiefschwester Emscher ziehen. Die war tatsächlich lange Zeit wenig mehr als ein oberirdischer, brutal in Beton gefasster, im Winter dampfender Abwasserkanal – mit inzwischen allerdings guter Rückführungsprognose.

Nein, wer heute zwischen Schwerte und Mülheim dem Fluss per Pedes, Rad oder Kanu folgt, erlebt sein blaues und grünes Wunder. «Schön hier!» Das Wasser lässt tief blicken, wird umschattet, umflort und umbaut von reichlich Laubwald, Weideland oder halbwegs erträglicher Wohn- und Werksarchitektur. Ein viel besuchter Freizeitfluss. Anglerumständen, von schlanken oder plumpen Kielen durchpflügt, durchsegelt, umjoggt, von Grillschwaden und Bierfahnen überweht, von Kindergezeter und Fahrradklingeln und –

vor allem an den vier Stauseen – vom «Vorsicht!» der Skater beschallt.

Verfolgt man den Fluss von der Mündung an rückwärts wie einen 220 Kilometer langen Ariadnefaden, landet man nahe der beiden höchsten Erhebungen Nordrhein-Westfalens, dem Langenberg (843 m) und dem Kahlen Asten (841 m). Was da 670 Meter über Normalnull kaum handspannenbreit aus der bombastisch eingefassten Quelle rinnt und nach wenigen Metern in einer feuchten Wiese beinahe zu versickern scheint, das soll die Ruhr sein? Die zumeist radfahrenden Touristen jedenfalls, die hier oben dutzendweise den kläglichen Anfang des Flüsschens bestaunen, sind zufrieden und blicken dabei oft auf ein mit archaischer Befriedigung zurückgelegtes Stück Weg. Von der Quelle bis zur Mündung oder umgekehrt radeln oder wandern – das hat was. Und die Ruhr ist gerade lang genug für eine profunde «Erfahrung» – und überschaubar kurz, um einen solchen Ur-Wunsch auch in die Tat umzusetzen.*

* Wer den Weg an die Ruhr nicht schafft, mag sich mit einem schönen Bildband trösten. *Die Ruhr – Lebensader einer Region*. Klartext Verlag Essen, von Ralph Lueger und Joachim Schuhmacher («Ohne den Fluss hätte ich es im Ruhrgebiet nicht ausgehalten»). Mit einem sehr lesenswerten Essay von Jörg Bartel («Die Ruhr ist kein Heldenfluss, aber erst recht kein Kriechstrom!»).



► Wer auf seiner «Tour de Ruhr» über ein touristensimples «Schön» und «Interessant» hinauskommen möchte, sollte verschiedene Brillen aufsetzen. Eine von ihnen fokussiert die «Naturtatsache Fluss» und umfasst gleichermaßen Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft. «Die Ruhr samt ihrer Uferbereiche ist heute ein Schmelztiegel für sehr viele Tier- und Pflanzenarten: Karpfen aus Osteuropa, Zander aus dem Donauflussystem, Süßwasserkrebse aus Nordamerika oder so aufdringliche pflanzliche Neubürger wie Riesenbärenklau, Springkraut und Knöterich.» **Wenn Christa Schragmann, die Leiterin des Mülheimer Mitmachmuseums Haus Ruhrnatur, Fluss-Geschichte(n) erzählt, wird das sommerlich sanft unter den Museumsfenstern dahinziehende Gewässer höchst lebendig.** Der Zuhörer sieht den noch im Mittelalter schnell fließenden, fischreichen, unbändig mäandrierenden Fluss geradezu vor sich – sieht undurchdringliche Auwälder. Und er sieht nur vereinzelt Menschen, die sich an die vorgefundene Natur anpassen mussten. Bis sie den Spieß umdrehten! Die Ruhr wurde gezähmt. Aufgestaut. Sie begann Mühlräder und Hammerwerke anzutreiben. Lieferte immer größere Mengen Trinkwasser. Trieb Fäkalien und Unrat dem Rhein und der Nordsee zu. Wurde im Dienst des Kohlentransports zum meistbefahrenen Fluss Deutschlands. Als dann Kohle und Stahl Arbeitsplätze und

Wohlstand schufen und Hunderttausende ins Revier lockten, stank der Schaumkronen tragende Fluss schon bald zum Himmel. Und heute, nach Jahrzehnten konzertierter ökologisch-ökonomischer Aktion sämtlicher Beteiligten? «Die Menschen stehen hier und sagen: Das Wasser ist doch klar, der Uferstrand grün. Was sie nicht sehen: Der Fluss ist total festgelegt, kann seinen Lauf nicht verändern und ist durch unzählige Staustufen kaum mehr als eine Kette kleinerer Seen.» – «Ist das schlimm?», fragt der Reporter. «Es ist unabänderlich.» Doch statt über Verlorenes zu lamentieren, findet Christa Schragmann den goldenen Faden, der die Wohlwollenden mit der Realität versöhnt: «Vor allem Kinder sind heute der Natur entfremdet. Die Ruhr könnte mithelfen, das aufzubrechen. Sie wird intensiv genutzt, ist überall begehbar, anfassbar. Die Tiere sind Menschen gewöhnt und können ohne Fernglas beobachtet werden.» Die Ruhr als eine Art «Haustier», eine Hauslandschaft wie ein Garten oder Park? Eine Schule der Naturbegegnung für kleine und große Stadtkinder? Das stört nur den, der die ideale Natur ohne den Menschen denkt, was faktisch unmöglich ist und auch sonst philosophisch zu verhandeln wäre. Stattdessen lohnt ein Blick auf diejenigen, die den wie ein gutmütiger Arbeitsochse geduldig zu Tal ziehenden Hausfluss Ruhr hegen und pflegen, nutzen und schützen.



Der Fischereimeister, Markus Kühlmann, leitet den Fischereibetrieb des Ruhrverbands und kümmert sich nicht nur um den Fluss, sondern ebenso intensiv um die Talsperren der gestauten Nebenflüsse Bigge, Henne, Ennepe, Möhne, Sorpe und Verse. Mit ihren 460 Millionen Kubikmetern Wasservolumen sichern sie auch in trockenen Jahren sehr zuverlässig die Versorgung von annähernd fünf Millionen Menschen. Allerdings nur indirekt! Denn die Wasserentnahme erfolgt überwiegend unmittelbar aus dem Fluss oder dem Grundwasserleiter des Uferumlands. Und was macht der Fischwirt? Angelfische züchten? «In unserer Arbeit dreht sich alles um die Wasserqualität und um die ökologische Gesamtsituation.» Fische sind dabei Indikatoren. Und Regulatoren, die mehr oder weniger Zooplankton fressen, was wiederum die Algenproduktion und damit den Sauerstoffhaushalt eines Gewässers beeinflusst. «Ein wichtiger Teil unserer Arbeit ist die regelmäßige, wissenschaftlich ausgewertete Bestandskontrolle.» Wenn dabei ein aufsteigender Lachs oder ein kolossaler Wels herausgefischt wird, dann ist das medienwirksam. Doch es ist die Zunahme der Unscheinbaren – Bachforelle, Barbe, Elritze oder Neunauge –, die hohe Ansprüche an das Gewässer stellen, die den Fachmann wirklich freut. Fischwirtschaft im Einzugsgebiet der Ruhr ist langsames Bohren dicker Bretter und – so hört man den Grundton der Begeisterung aus Kühlmanns Worten heraus – offensichtlich ein befriedigendes Gewerbe: «In den nächsten zwanzig Jahren werden wir noch viele gute Ruhr-Geschichten zu erzählen haben!»

Und welches «Einfluss-Gebiet» hat der Wasserwerker Hansjörg Sander? Die Ruhr bei Wetter-Volmarstein und Witten-Bommern. Denn Wassergewinnung ist regionalisiert. Zwischen Henneohl und Styrum-West machen – unter ausschließlicher Anwendung naturnaher Verfahren – siebzehn Wasserwerke aus «Rohwasser» «Trinkwasser» für die Region. Und das Wasser ist gut! «Natürlich gibt es einige Stoffe mit hoher Beständigkeit: Schmerz-, Röntgenkontrast-, Flammenschutz- und Pflanzenschutzmittel. Aber deren Konzentrationen bewegen sich im Milliardstel-Gramm-Bereich. Tatsächlich stellen wir eines der bestkontrollierten und saubersten Lebensmittel her, die man in Deutschland kriegen kann.» Anerkennenswert, aber sicherlich nicht ruhr exklusiv? «Nein, aber was beim Ruhrwasser beeindruckt, sind die Bedingungen, unter denen es gewonnen wird. 300 Millionen Kubikmeter pro Tag für knapp fünf Millionen Menschen, während zugleich ein Siebtel davon über die Klärwerke als Abwasser in den Fluss zurückfließt. Natürlich gibt es andere Flüsse, deren Wasser besser ist – aber das will keiner haben, weil da keiner wohnt! Und es gibt Flüsse, die durch dichtbesiedeltes Gebiet fließen und tot sind. Unser Wasser ist vielen Einflüssen ausgesetzt, aber 100 Jahre Ruhrwasserwirtschaft haben es möglich gemacht, dass der Fluss nach wie vor ein Trinkwasserfluss ist!» ▶



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

«Hier geht es nicht darum, sich der stärkeren Seite anzuschließen, sondern der richtigen.»

«Myers führt den Leser auf eine unglaubliche Reise in phantastische Parallelwelten und vierte Dimensionen. Die Tuesdays sind zwischen die Fronten eines Kampfes um die Herrschaft der Zeit geraten. Auf der einen Seite die *Verbogene Symmetrie*, eine düstere Organisation voller angst-einflößender Kreaturen, die ewiges Leben sucht und dafür Kinder in der Stadt verschwinden lässt. Auf der anderen Seite das Komitee, das sich nach Kräften bemüht, den dunklen Mächten die Stirn zu bieten. Ständig müssen sich die Tuesdays der Frage stellen, ob sie noch auf der richtigen Seite kämpfen. Denn wo die Welten verschwimmen, ist auf niemanden Verlass. Benjamin J. Myers' Erstlingsroman ist eine rasante Geschichte mit ungewöhnlichen Helden, weil sie sich von niemandem ihre eigenen Entscheidungen abnehmen lassen. Dieser erste Band einer sechsteiligen Reihe ... ist ein literarischer Fund.»

Süddeutsche Zeitung



► Während der gewöhnliche Ruhrspaziergänger einen ruhig dahinfließenden Fluss erlebt, vermag der *Strom-Macher*, Michael Detering, Ingenieur bei der RWE-Innogy, den darin schlafenden Riesen zu wecken. Denn was da etwa am Pegel Hattingen mit im Schnitt siebzig Kubikmetern pro Sekunde angewalzt kommt, hat erhebliches energetisches Potenzial. Kein Wunder also, dass in einer Region, wo Energie seit langem Grundlage und Ziel vieler Anstrengungen ist, auch dieses Potenzial schon früh genutzt wurde. «Manche unserer Wasserkraftanlagen sind annähernd hundert Jahre alt und erscheinen mit ihrem altertümlichen Fachwerk, mit mechanischen Schaltern und Reglern, mit Lederdichtungen und Rindertalg wie Technikmuseen – aber sie funktionieren nach wie vor mit einem erstaunlich hohen Wirkungsgrad!» Wie das geht? Das Stauwehr sorgt für Wasserdruck, Fallhöhe und – bei Hochwasser – für kontrollierten Ablauf. Mühlräder oder Turbinen wandeln das Fließen in mechanische Energie. Generatoren machen CO₂-neutralen Strom daraus, der in die örtlichen Netze eingespeist wird.**

Und was denkt der «Ruhr» selbst über *seine* Ruhr? Es ist eine Selbstbefragung des Reporters, der den Fluss täglich und oft gedankenlos bis zu zehnmal kreuzt. Gut, dass es ihn gibt, diesen «gänzlich unsentimentalen Fluss»,*** der doch – etwa am buchenüberschatteten Uferstrand des Hengsteysees auf dem Leinpfad zwischen Hattingen und Dahlhausen oder an der Uferauwe nahe dem Mülheimer Wasserbahnhof – so viele echte «Sentiments» bereithält. Und das Schönste von allem: abends, auf einem kleinen Bootssteg am nördlichen Ruhrufer unterhalb des Wittener Hohensteins. Wer dort sitzt und flussaufwärts träumt, hat beste Aussichten auf einen zeitlosen Augenblick vollkommenen Glücks.

Fazit? «Sie hat ... alle Schicksale durchgemacht, die ein Fluss unter Menschenhand erleben und erleiden kann. Sie wurde gänzlich verdorben, zerstört, sie wurde aber auch gepflegt, geheilt – und man kann den Versuch nur bewundern, sie für die Natur und den Menschen wieder zurückzugewinnen ... Die Ruhr lebt!»*** ■



** Das Herdecker Ruhr-Pumpspeicher- oder Köppchenwerk wäre eine eigene kleine Erzählung wert: In Zeiten preiswerten Stroms pumpen sie dort Wasser den Berg hinauf, um es, zum Beispiel in den Halbzeitpausen der Fußball-WM, wenn Millionen Kühlschränke hochgefahren werden, in Spitzenlastzeiten wieder die Turbinen hinunterzujagen.

*** Zitiert aus dem wunderbaren Buch: *Flüsse Mitteleuropas* von Joachim von Königsłow.





Foto: Markus Schieder

DER NACKTE MANN UND DER WÄCHTER

von Jörg Ewertowski

Wir hatten es uns am Seeufer auf einem kleinen Strandplatz gemütlich gemacht, an dem wir noch ganz allein waren. Die morgendliche Sonne wärmte angenehm, ich cremte meiner Frau den Rücken mit Sonnencreme ein, und wir vertieften uns vor dem Schwimmen in die mitgebrachten Bücher. Plötzlich nehme ich aus den Augenwinkeln eine Bewegung wahr. Ein völlig nackter Mann kommt genau auf uns zu. Seine Unterschenkel und Waden sind unnatürlich verkürzt und verkümmert. Er humpelt deshalb und rudert beim Gehen heftig mit den Armen. Meine Fantasie ergänzt nachträglich die Behaarung und die nicht vorhandenen Bocksfüße, und dann sieht er einem mythischen Faun, den Begleitern des griechischen Gottes Dionysos, verblüffend ähnlich. Aber zu solchen Betrachtungen bleibt in der Situation keine Zeit. Der Mann will etwas von uns. Zwischen ihm und mir liegt meine Frau, und auch sie wird unruhig. Ich richte mich auf, und das Nein liegt schon auf der Zunge, ehe ich richtig verstanden habe, was der Mann stammelt: «Rücken einschmieren, bitte.» – «Nein!» Er kehrt um, als hätte er es schon fast erwartet, und schon bekomme ich aufgrund meiner barschen Absage ein schlechtes Gewissen. Der Mann ist offensichtlich ein «Behinderter».

Einige Zeit später, meine Frau macht gerade einen kleinen Spaziergang, kommt er wieder, immer noch nackt. Diesmal macht er schon von weitem eine beschwichtigende Geste: «Will nur vorbei, da drüben hin.» «Da drüben» beginnt ein schönes parkartiges Gelände. «Privatbesitz» steht übergroß auf einer Mauer, die aber eine Öffnung hat, durch die ein einladender Weg am Ufer entlangführt. Ich hatte da auch schon einmal hineingeschaut, aber wieder kehrtgemacht. Der Mann – ob er wohl lesen kann? – verschwindet um die Ecke. Kurz darauf ertönt laut eine tiefe Stimme: «Halt! Was machen Sie da? Sie befinden sich auf Privatbesitz!

Verlassen Sie sofort das Gelände!» Die Stimme ist der Inbegriff einer Wächterstimme. Zur Bekräftigung ertönt noch ein sonores Hundegebell. Genau so muss es für eine Aufzeichnung produziert werden, die zur automatisiert ausgelösten Abschreckung dienen soll. Aber relativ unbekümmert, nur ein wenig resigniert, humpelt der Mann armrudernd wieder an mir vorbei. Ich schaue ihn bemüht freundlich an und zucke mit den Achseln, zum Ausgleich für meine mangelnde Freundlichkeit vorhin. Erleichtert stelle ich fest, dass er mir nichts übelgenommen hat. Um die Ecke kommt wenig später aus dem Bereich des Privatgrundes ein Mann mit schwarzer Lederhose und einem Rasseschäferhund an der Leine. Der Hund schlägt an und zerrt kräftig an der Leine. Sein Herr maßregelt ihn, lässt ihn sitzen und wieder aufstehen und entfernt sich dann nach dieser Demonstration mit würdevoll aufrechtem Gang.

Die Geschichte geht mir nach, und ich sehe immer wieder diese beiden Gestalten vor mir, den humpelnden «Faun» und den Wächter mit Rassehund. Nachträglich vedichtet sich das Ganze: Der Wächter bleibt ein bloßer Typus, ein «Fafner», dessen Siegfried noch nicht gekommen ist. Aber der andere offenbart im Rückblick mehr und mehr Individualität. Die Selbstständigkeit, mit einer Behinderung allein unter die «normalen» Menschen zu gehen, die Unbeirrbarkeit, mit der er Zurückweisungen einzustecken vermag, all das zeugt von einer beeindruckenden Versöhntheit mit seinem Schicksal. Mit mir und meiner mangelnden Geistesgegenwart war ich unzufrieden, aber eigenartigerweise klingt das kleine Erlebnis trotzdem geradezu beglückend nach. Es kann nur an der guten Ausstrahlung des ungewöhnlichen Mannes liegen, der offensichtlich trotz seiner Behinderung alles andere als ein Unglücklicher ist. ■

Dr. Jörg Ewertowski wurde 1957 in Zweibrücken geboren. Nach seiner Ausbildung zum Goldschmied und der Tätigkeit in diesem Beruf, entschloss er sich zum Studium der Philosophie, Germanistik, Theologie und Kunstgeschichte in Frankfurt am Main. Seit 1994 ist er Bibliotheksleiter im Rudolf Steiner Haus in Stuttgart. 2007 erschien sein Buch «Die Entdeckung der Bewusstseinsseele» (ISBN 978-3-7725-1413-5).



DIE 21 DIE ZAHL ZWISCHEN EWIGKEIT UND ZEITLICHKEIT

von Wolfgang Held

21-mal donnerten die Kanonen, als die schwedische Kronprinzessin im Juni ihr Jawort gab, 21-mal als Präsident Obama vereidigt wurde, und auch 21-mal rollten die Salutschüsse, als 2008 die englische Queen Deutschland besuchte. Warum 21-mal?

Als im 14. Jahrhundert die Segelschiffe mit Kanonen ausgerüstet wurden, durften sie nicht gefechtsbereit in den Hafen einlaufen. So feuerten sie das Pulver aus ihren Kanonen ohne Kugel ab. Aus diesem Friedenszeichen wurden die Salutschüsse. Es waren sieben, denn so viele Kanonen hatten diese frühen Kriegsschiffe. Vermutlich, weil die Kanonen an Land schneller feuern konnten, wurde aus den sieben Salutschüssen 3×7 Schüsse. Dabei ist es bis heute geblieben.

Aber auch innere Gründe sprechen für den 21-fachen Donner, denn 21 ist eine große Zahl – nicht der Quantität nach, sondern vielmehr von ihrer inneren Beschaffenheit her. Sie ist das Produkt aus 3 und 7. Das sind nicht nur die drei Summen, die sich im Spielwürfel aus gegenüberliegenden Zahlen ergeben ($1 + 6, 2 + 5, 3 + 4$) = 21, sondern es sind beides besonders aussagekräftige Zahlen. 3 ist die Zahl des Geistes, die Zahl der göttlichen Trinität, und 7 ist die Zahl der Entwicklung, die Zahl der Zeit. 21 ist somit die Vereinigung von Geist und Zeit. Tatsächlich ist der menschliche Geist mit 21 Jahren vollständig in der Zeit, das heißt im Diesseits, angekommen, hat im umfassenden Sinn erst dann seine Volljährigkeit erreicht.

Wenn in religiösen Texten eine Aufzählung erscheint, so ist die Anzahl dabei kaum Zufall. Die wohl größte geschlossene Aufzählung, die sich in der Bibel finden lässt, führt wieder auf die 21, denn 21 Eigenschaften finden sich im sogenannten «Buch der Weisheit», wenn vom Wesen der Weisheit die Rede ist. **Es sind gewissermaßen 21 Salutschüsse, die bei dieser Lobesrede auf den göttlichen Wert der Weisheit donnern.**

Es heißt dort im 7. Kapitel, dass in der Weisheit ein Geist wohne, «der verständig ist, heilig, einzigartig, vielfältig, fein, behänd, durchdringend, rein, klar, unversehrt, freundlich, scharfsinnig, ungehindert, wohlütig, menschenfreundlich, beständig, gewiss, ohne Sorge; sie vermag alles, sieht alles und durchdringt selbst alle Geister, die verständig, lauter und sehr fein sind.» Wer mit den genannten Eigenschaften zählt, kommt auf 21 Eigenschaften, die hier – vermutlich aus der Feder Salomons – beschrieben werden. Das menschliche Vermögen der Weisheit ist nichts anderes als die Fähigkeit, aus der Welt der Ideen, aus der Welt des Ewigen etwas in die Sprache und Erinnerung und damit in das Zeitliche zu holen. Die Verzeitlichung des Ewigen ist gerade das, was durch das Zusammenspiel der 7 und der 3, der beiden Faktoren der 21, entsteht.

Im für die Schicksalsdeutung verbreiteten Tarotkartenspiel ist die 21. Karte die höchste Karte. Sie repräsentiert die Welt, das ganze Universum. Eine Bedeutung, die die 21 schon im Altertum hatte, ist es, die Dreieckszahl der Zahl 6 zu sein. Was ist damit gemeint? Während man zur Zahl 6 kommt, indem man sechsmal jeweils 1 hinzuzählt, nimmt man bei den Dreieckszahlen erst 1, dann 2, dann 3 hinzu. Dadurch entsteht eine besondere Zahlenreihe, zu der die besonderen Zahlen 36, 153 und 666 gehören. Das sechste Glied dieser Zahlenreihe ergibt 21, denn $1 + 2 + 3 + 4 + 5 + 6 = 21$. Die 21 ist somit ein höherer Ausdruck der Zahl 6, einer Zahl besonderer Vollkommenheit.

Im aktuellen Jahrhundert hat die Menschheit – bzw. vielmehr alle Kulturen mit christlicher Zeitrechnung – noch neunzig Jahre Zeit, die 21 ins Sprachgefühl einzuschreiben. Dass sich das lohnt, zeigt ihre besondere Beziehung zu Zeitlichkeit und Ewigkeit. ■

DEMENTENZ

WAS LÄSST SICH TUN, WENN DIE ERINNERUNG VERBLASST?

von Knut Humbroich

Im Medizinstudium kursierte der Witz: «Der Neurochirurg weiß nichts, kann aber alles, der Neurologe weiß alles, aber kann nichts, der Neuropathologe weiß alles, kann alles – aber kommt immer zu spät.» Wir Neurologen haben also ein hartes Los gezogen.

Was hier humoresk verpackt wurde, also die umfassenden theoretischen Kenntnisse der Neurologie bei vermeintlich nur geringen konventionellen therapeutischen Möglichkeiten, trifft einen tiefen Kern der physiologischen Besonderheiten des Nervensystems, dem wir uns zum Verständnis der dementiellen Syndrome zuwenden.

Hierzu lohnt es sich, den Blick zunächst Richtung Leber zu wenden. Sie erstaunt vor allem durch ihre StoffwechsellLeistungen bei der Synthese von Eiweißen und Speichersucker, aber auch bei der Entgiftung des Organismus von Abbauprodukten. Beachtlich ist auch ihre Regenerationsfähigkeit nach toxischen Schäden: Wären es über die Jahre einige Glas Rotwein zu viel, kann durch Alkoholabstinenz eine enorme Erholung des Organs einsetzen. Noch beeindruckender ist die Tatsache, dass beispielsweise bei der Eltern-Kind-Lebertransplantation ein Teil der elterlichen Leber dem eigenen Kind gespendet werden kann. Der verbliebene Rest des Spenders wächst wie bei einer Pflanze nach!

Die hierzu polaren Verhältnisse der Physiologie des Gehirns seien an den Vorgängen beim Schlaganfall veranschaulicht: Betrachten wir beispielsweise den Verschluss eines hirnversorgenden Blutgefäßes, dann stellen die Nervenzellen bereits nach wenigen Sekunden ihre Funktion ein. Bleibt das Blutgefäß über mehrere Minuten verschlossen, so beginnen die Nervenzellen abzusterben. Die Folge: ein Hirninfarkt, der nach ca. sechs Stunden Verschlussdauer seine maximale und endgültige Größe erreicht hat. Wie froh wären Patienten und Ärzte, wenn wir sagen könnten: «Kein Problem, das wächst nach!» Für diese Polarität in der Vitalität der Organe lassen sich zahlreiche weitere Beispiele aus der Physiologie finden.

Innerhalb der Entwicklung des menschlichen Organismus besticht die Entstehung des zentralen Nervensystems (Gehirn und Rückenmark) zunächst durch das Gegenteil: Eine atemberaubende Zell-

teilungsrate sowie ein kompliziertes Wachstum von Verbindungen zwischen den Nervenzellen lässt die astronomische Anzahl von 100 Milliarden Nervenzellen und 100 Billionen Verknüpfungen entstehen. Durch eine große Wachstumsleistung entstehen Nervenfasernlängen, die aneinandergelknüpft die Entfernung von der Erde bis zum Mond überbrücken. Es existiert eine Polarität innerhalb des Nervensystems, denn während im Gehirn und Rückenmark eine Durchtrennung von Nervenbahnen nicht in funktionellem Ausmaß «repariert» werden kann, kann ein beschädigter Nerv im Arm «nachwachsen».

Innerhalb des menschlichen Organismus, zwischen dem sich zur Funktionsausführung entvitalisierenden Nerven-Sinnes-System, das in sich damit die Anlage zur Degeneration und Sklerose trägt, sowie dem funktionsermöglichenden vitalen Stoffwechsel-Gliedermaße-System, das mehr die Tendenz zur auflösenden Entzündung besitzt, existiert eine Polarität. Wie hilft uns dieses Verständnis bei der Betrachtung dementieller Syndrome weiter? Bei allen primären Demenzformen lässt sich ein zunehmender Funktionsverlust kognitiver Leistungen wie z.B. Gedächtnis-, Orientierungs- und Sprachfähigkeiten feststellen, mit dem eine Sklerose- und Abbautendenz im Gehirn einhergeht. Gleich welchem dementiellen Syndrom wir uns zuwenden, wir können die Ablagerung von Stoffen und die Rückbildung von Nervenzellen und deren Fortsätzen erkennen.

Bei der häufigen primären Demenz vom Alzheimerstyp beispielsweise können «Verklumpungen» innerhalb der Nervenzelle wie auch zwischen den Nervenzellen im Mikroskop erkannt werden. In der Regel sind diese Ablagerungen umso zahlreicher vorhanden, je schwerer auch die kognitiven Einschränkungen sind. Erstaunlich sind dabei die Ergebnisse einer neuropathologischen Studie, dass

Dr. med. Knut Humbroich ist Facharzt für Neurologie und seit 2006 Leitender Arzt der Abteilung Neurologie am Gemeinschaftskrankenhaus Herdecke. Zudem ist er Mitglied der «Gesellschaft Anthroposophischer Ärzte in Deutschland» (GAÄD) und mit Vorträgen für den «Dachverband Anthroposophische Medizin in Deutschland e.V.» (DAMI) und das Dialogforum «Pluralismus in der Medizin» tätig.



Foto: iStock

bereits bei einem geringen Prozentsatz der 30-Jährigen erste Ablagerungen zu erkennen waren und dass zumindest in leichter Form bei 100 % der 90-Jährigen solche Veränderungen vorlagen. Somit ist anzunehmen, dass wir bei Ausbruch der Erkrankung schon auf einen seit Jahrzehnten laufenden Entstehungsprozess der Krankheit blicken. Augenscheinlich kann das Gehirn seiner Sklerosetendenz im Laufe der Zeit nicht entfliehen, auch wenn sie individuell unterschiedlich stark im Physischen und noch individueller im Seelischen in Erscheinung tritt.

In die Therapie übersetzt bedeutet dies: **Die Prävention ist die entscheidende Einflussmöglichkeit, die Therapie eines einmal eingetretenen dementiellen Syndroms ist deutlich schwieriger.** Welche durch Studien schon belegten Vorbeugemöglichkeiten gibt es? Aus dem eingangs Gesagten wird deutlich, dass zur Sklerosetendenz des Nerven-Sinnes-Systems sich die Entzündungstendenz des Stoffwechsel-Gliedmaßen Systems polar verhält. Und in der Tat können nach jeder stärkeren – z.B. sportlichen – Aktivität erhöhte Entzündungsparameter im Blut festgestellt werden. Mehrere Studien zeigten, dass die regelmäßige körperliche Betätigung das Risiko für eine spätere dementielle Erkrankung senken kann. Dieser Effekt ist so stark, dass sogar bei in Erscheinung getretenen kognitiven Einschränkungen eine Verbesserung durch die Aufnahme körperlicher Betätigung zu erzielen ist. Aber auch die Ernährungsseite ist nicht zu vernachlässigen. Stoffwechselanregende Nahrungsmittel wie beispielsweise Curcuma oder bestimmte rote Farbstoffe in Früchten können einer Sklerosetendenz entgegenwirken.

Darüber hinaus verfügt das Gehirn über die Fähigkeit, durch die Steigerung der Funktionsfähigkeit nicht betroffener Areale, Funktionsausfälle zu kompensieren. Hier gilt es die Anregung des Gehirns möglichst lebendig zu gestalten, d.h. nicht nur über Kreuzworträtsel, sondern durch Kreativität, wie sie bei sozialen Kontakten oder Musik gefragt ist. Was also schon lang praktizierte Vorbeugung und Therapie bei dementiellen Syndromen ist, ist nun auch in der Wissenschaft angekommen: der «Tanz-Tee».

Die anthroposophischen Therapien wie Rhythmische Massage nach Dr. Ita Wegman, Heileurythmie und die künstlerischen Therapien eignen sich ebenfalls hervorragend, um die Vitalitätskräfte des Menschen zu aktivieren. Eine differenzierte Auswahl der anthroposophischen Arzneimittel wirkt zusätzlich unterstützend. ■

Gesundheitskongress 2010

Möchten Sie die Anthroposophische Medizin persönlich kennenlernen? Auf dem **Gesundheitskongress 2010** am 11. September in Berlin können Sie den Workshop zum Thema «Demenz» von Dr. Knut Humbroich und 22 weitere Workshops, z.B. zur Heileurythmie oder Kunsttherapie, besuchen. Infos und Anmeldung unter www.kongress-gesundheit.de oder www.damid.de.

Sie dachten, der Sinn des Lebens sei ein großes Rätsel? Hier sind 50 weitere.



Nie war es so unterhaltsam, um die Ecke zu denken. Genießen Sie 50 Mal Wortwitz auf höchstem Niveau. Mit 50 ausgewählten Rätseln von CUS – dem vielleicht bekanntesten Rätselautor unter den Unbekannten. Das Penbook liefert Ihnen die Antworten gleich mit: So müssen Sprachjongleure nicht mehr eine ganze Woche auf die Lösung warten. Obwohl es immer noch genauso lange dauert, um alleine darauf zu kommen.

Jetzt für nur 14,90 Euro im Handel oder unter www.sz-shop.de.

Seien Sie anspruchsvoll.

Süddeutsche Zeitung

SEPTEMBER

GLEICHGEWICHT

Wir gehen
 jeder für sich
 den schmalen Weg
 über den Köpfen der Toten
 – fast ohne Angst –
 im Takt unsres Herzens,
 als seien wir geschützt,
 solange die Liebe
 nicht aussetzt.

So gehen wir
 zwischen Schmetterlingen und Vögeln
 in staunendem Gleichgewicht
 zu einem Morgen von Baumwipfeln
 – grün, gold und blau –
 und zu dem Erwachen
 der geliebten Augen.

Hilde Domin
 *27. Juli 1909
 † 22. Februar 2006

Nur eine Rose als Stütze
 Aufbruch ohne Gewicht, 1959

Sämtliche Gedichte
 S. Fischer Verlag
 3. Auflage, Frankfurt am Main 2009

SO 29

22. Woche nach Ostern

☉ 05.30/19.15
 ☾ 20.17/10.45

in der Slowakei Nationalfeiertag
 Gedenktag der Enthauptung
 Johannes des Täufers

MO 30

KW 35

in England ges. Bankfeiertag

DI 31

August

MI 01

● Letztes Viertel
 1939 Beginn des Zweiten Weltkriegs

DO 02

1902 Henri Rousseau †, Maler (* 21.05.1844)

FR 03

Vor 33 Jahren (1977) starb der am 27. März 1880 in Berlin geborene amerikan. Journalist u. Schriftsteller Moritz Goldstein in New York. 1977 erschienen seine Erinnerungen «Berliner Jahre».

SA 04

Vor 21 Jahren (1989) starb Georges Simenon (* 13.02.1903).

Moses

SO 05

23. Woche nach Ostern
 Vor 33 Jahren (1977) wurde Hanns-Martin Schleyer von der RAF entführt.

☉ 05.41/19.00
 ☾ 01.23/17.17

Nathanael

MO 06

KW 36
 1860 Jane Addams *, amerikan. Feministin, Sozialarbeiterin u. Friedensnobelpreisträgerin von 1931 († 21.05.1935)

Schulbeginn in Wien u. Niederösterreich

DI 07

☾ ☾ 22^h

MI 08

● Neumond 11.30
 1910 Jean-Louis Barrault *, Schauspieler († 22.01.1994)

jüd. Erew (Vorabend)
 Mariä Geburt

DO 09

☾ ☽ 10^h, ☽ ☾ 18^h

Rosch ha Schana: jüd. Neujahr 5771

FR 10

Ende der islam. Fastenzeit

SA 11

1860 Marianne von Werefkin *, russ. Malerin († 06.02.1938)
 Ihre Freundin Else Lasker-Schüler nannte sie die «blaue Reiterreiterin».
 2001 Anschlag auf die zwei Türme des World Trade Centers in New York

Tag der deutschen Sprache

Ein Jahr der Farbe IX: Blau

«Diese Farbe macht für das Auge eine sonderbare und fast unaussprechliche Wirkung. Sie ist als Farbe eine Energie; allein sie steht auf der negativen Seite und ist in ihrer höchsten Reinheit gleichsam ein reizendes Nichts. Es ist etwas Widersprechendes von Reiz und Ruhe im Anblick.»

Johann Wolfgang Goethe: Zur Farbenlehre (1810)
 Entwurf einer Farbenlehre. Sinnlich-sittliche Wirkung der Farbe

Farbenlehre. Band 1: Didaktischer Teil, Verlag Freies Geistesleben, 7. Auflage, Stuttgart 2003

SO 12

24. Woche nach Ostern
1960 Curt Goetz † in Grabs bei St. Gallen, Schriftsteller
u. Lustspiel-Dramatiker (* 17.11.1888 in Mainz)

☉ 05.52/18.44
☽ 11.32/20.02

MO 13

KW 37

Schulbeginn in Baden-Württemberg;
Schulbeginn in den restl. Bundesländern Österreichs

DI 14

1910 Rolf Liebermann *, Komponist († 02.01.1999)

Schulbeginn in Bayern

MI 15

● Erstes Viertel

DO 16

Vor 33 Jahren (1977) starb die Sängerin Maria Callas
(* 02.12.1923)

FR 17

☾ Sonne tritt in das Sternbild Jungfrau.

SA 18

jüd. Jom Kippur

SO 19

25. Woche nach Ostern

☉ 06.03/18.28
☽ 16.47/01.48

MO 20

KW 38

DI 21

☉♁ 13^h, ☽♁♃ 20^h
1860 Arthur Schopenhauer † in Frankfurt a. M., Philosoph
(* 22.02.1788 in Danzig). Im September 1859 schrieb
er die Vorrede zur dritten Auflage seines Hauptwerks
«Die Welt als Wille und Vorstellung».

Matthäus, Apostel u. Evangelist

MI 22

Welttag des Meeres

DO 23

☉ Vollmond 10.17, ☽♁♃ 6^h, ☽♁♃ 24^h
☼ Sonne tritt in das Tierkreiszeichen Waage.
Beginne mit der Monatstugend: **«Zufriedenheit – wird
zu Gelassenheit.»**

Sukot: jüd. Laubhüttenfest bis 29.09.

FR 24

SA 25

Kleophas, Jünger von Emmaus

SO 26

26. Woche nach Ostern
☾♁♃ 12^h, ☾♁♃ 18^h

☉ 06.14/18.12
☽ 18.48/09.46

MO 27

KW 39
1660 Vinzenz von Paul †, Philanthrop (* 24.04.1581)
Vor 66 Jahren (1944) starb der Bildhauer Aristide Maillol
(* 08.12.1861)

DI 28

MI 29

Michaeli

DO 30

FR 01

☉♁♃ 2^h, ☽♁♃ 24^h

Oktober

Redaktion: Lin

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
☾ gekennzeichnet.

**Wegen der Sommerzeit ist allen angegebenen Zeiten
eine Stunde hinzuzufügen.**

Claude Monet

* 14. November 1840; † 5. Dezember 1926

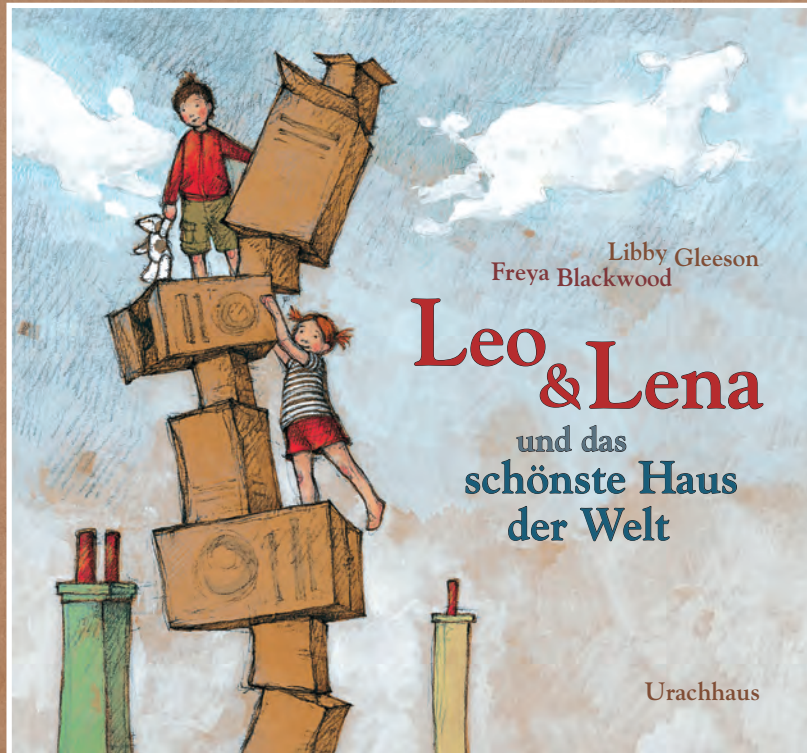
Un Chêne au Bas-Bréau (le Bodmer), 1865

Die Bodmer Eiche von Bas-Bréau
97 x 130 cm, The Metropolitan Museum of Modern Art, New York





Nur mit Freunden fühlt man sich zu Hause!



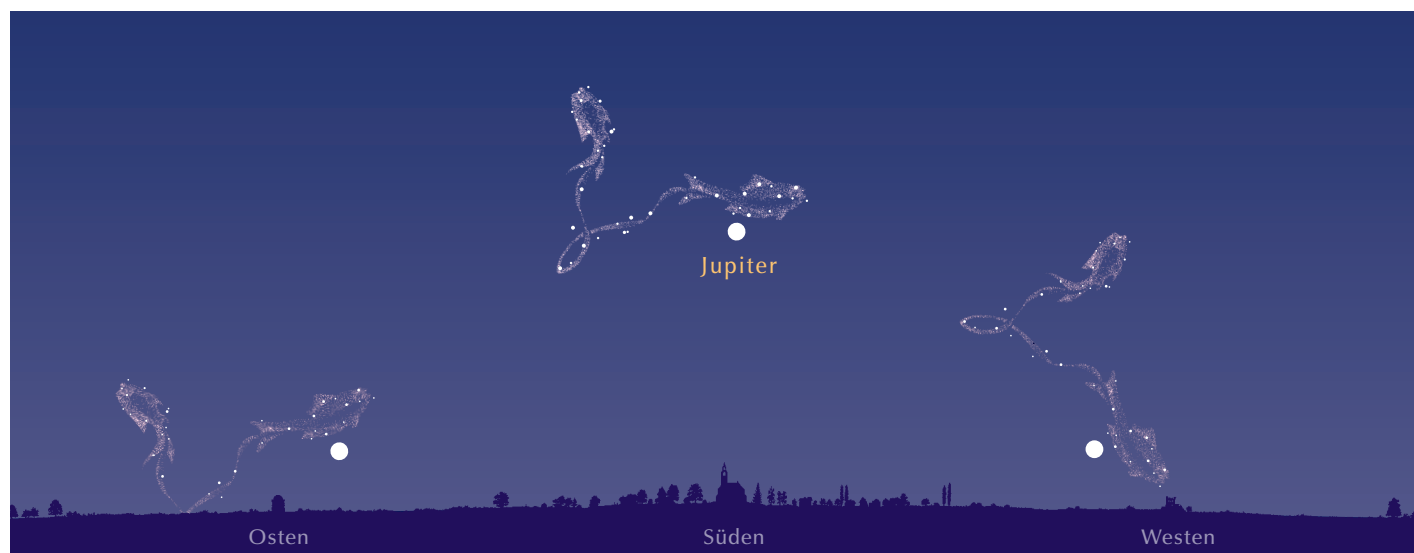
www.urachhaus.com

Ein wunderbar einfühlsames Bilderbuch, bestens geeignet für alle Kinder, die Schwierigkeiten damit haben, sich vor oder nach einem Umzug mit der neuen Umgebung anzufreunden.

Leo und seine Eltern sind vom Land in die Stadt gezogen. Wie soll er sich hier bloß zu Hause fühlen? Zum Glück ist da Lena – seine neue Nachbarin. Mit ihrer Hilfe erwachen die alten Umzugskartons zum Leben, und die beiden bauen das schönste aller Häuser.



Urachhaus



JUPITER GEGENÜBER MERKUR UND SATURN

von Liesbeth Bisterbosch

Das helle ruhige Licht, das während der Abendstunden immer höher steigt, ist Jupiter. Er erreicht um Mitternacht den höchsten Punkt seines Himmelsbogens und scheint besonders kräftig! Er ist in diesem Monat die ganze Nacht über sichtbar – und sein Eigenglanz hat die maximale Intensität erreicht. Jupiter beschreibt zusammen mit den Sternen der Fische einen Himmelsbogen von Ost nach West. Jedes Jahr im September gehen die Fische bei Sonnenuntergang auf und erreichen ihren Kulminationspunkt um Mitternacht. Wenn die Fische und Jupiter gegen Ende der Nacht im Westen sinken und die lichtschwachen Sterne der Fische verblassen, erscheint im Osten – in der entgegengesetzten Richtung – Merkur. Dieser schnelle Planet geht Mitte September anderthalb Stunden vor der Sonne auf. Er muss am aufleuchtenden Himmel erst ein wenig höher steigen, bevor er wahrgenommen werden kann.

Für die Babylonier gab es dann einen wichtigen Moment: zwei Planeten, die sich gewissermaßen anblicken und einander beim Aufgang und Untergang begrüßen. Ein solches «Einander-Gegenüberstehen» brachte Glück.

Merkur geht bis zum 20. September immer früher vor der Sonne auf (1:42 Uhr), danach nähert er sich der Sonne wieder. Seine Helligkeit nimmt jedoch zu, und so bleibt er bis Anfang Oktober sichtbar. Die helle Venus verschwindet jedoch um den 20. September herum, sie kann Jupiter gerade nicht mehr am Abendhimmel begrüßen. In den südlicheren Gebieten kann sie jedoch früh am Abend aufleuchten. Tief im Osten und Westen stehen dann die hellsten Planeten – ein einzigartiger Moment! Die Griechen führten eine mathematische Beschreibung von Planeten ein, die einander gegenüberstehen. Ihr Oppositionsbegriff ist heute sehr geläufig. Jupiter geht am 21. September auf, wenn die Sonne untergeht – er steht also in Opposition zur Sonne. Wenn wir einen

Kreis mit einer Mittellinie zeichnen und Jupiter und Sonne auf die jeweiligen Schnittpunkte platzieren, stehen sie einander exakt gegenüber.

Saturn bleibt im September unsichtbar, er ist in der Nähe der Sonne. Jupiter hat während seiner Sichtbarkeitsperiode drei Oppositionstage mit Saturn: Am 23. Mai, am 16. August und am 28. März 2011 haben sie einen Winkelabstand von 180° zueinander. Es ist interessant, wie häufig Jupiter in Opposition steht, während er in dem Monat, in dem er am besten sichtbar ist, fast nie von einem anderen Planeten «besucht» wird. Seine erste Konjunktion mit einem Planeten während seines Glanzmonats steht für das Jahr 2123 auf der Tagesordnung! Er wird mit Mars wochenlang zusammen um Mitternacht im Süden prangen. Erst im Jahr 2238 stehen Jupiter und Saturn bei ihrem Treffen im größten Glanz. Er und Saturn haben (meist) nach 20 Jahren ihre nächste Konjunktion. Etwa in der Mitte zwischen zwei Konjunktionen gibt es eine lange Periode, während derer sie nicht gleichzeitig wahrgenommen werden können und drei oder fünf Oppositionstage haben. Die vorigen Oppositionsperioden dauerten 20 bis 22 Monate, die jetzige 10 Monate, die kommende lange Oppositionsperiode hat wiederum fünf Oppositionstage (zwischen Dezember 2029 und Oktober 2031).

Jupiter kann jetzt Merkur begrüßen. Er muss noch warten, bis er auch Venus und Saturn anblicken kann. ■

Abbildung: Jupiter und die Fische in ihrem Glanzmonat. Während der Abenddämmerung steigen sie im Osten, um Mitternacht stehen sie in ihrem höchsten Punkt des Himmelsbogens, und während der Morgendämmerung sinken sie im Westen.

DER GELBE ENZIAN EIN BERGRIESE DER BITTERKEIT

von Markus Sommer



Wenn wir – zum Beispiel in den Alpen, wo es jetzt im September oft besonders schön ist – auf einen Berg steigen, so ist das mit vielen Erlebnissen verbunden. Wir müssen uns anstrengen, aber allmählich gewinnen wir Höhe – und wenn wir zurückschauen, so ist alles kleiner geworden. Das gilt für Bäume, Häuser, Autos, Menschen – und wenn wir Glück haben, dann gilt das auch für das eine oder andere Problem, über welches wir schon lange nachgedacht haben.

Wenn wir hoch genug gekommen sind, in Regionen, in denen der Himmel klarer zu sein scheint und das Licht stärker, so gilt die Verkleinerung auch für die Pflanzen. Jetzt handelt es sich aber nicht mehr um eine optische Illusion, denn die Flora zu unseren Füßen hat sich tatsächlich verändert. Wenn im Tal der Löwenzahn beim Gang durch eine Wiese unser Knie erreichen konnte, so reicht er jetzt zwergenhaft manchmal kaum über unseren großen Zeh. Der Kenner wird sagen: «Aber es ist ja auch nicht mehr dieselbe Löwenzahnart!» Das stimmt, aber für unseren Blick sind sie doch zumindest sehr ähnlich. Für viele Pflanzen gilt, dass hier jetzt niederwüchsige Verwandte auftauchen, die jedoch oft umso kraftvoller wirken. Die hohen, uns oft überragenden Disteln des Tals sind verschwunden, dafür erscheint die strahlende Silberdistel (in den Pyrenäen gibt es sogar eine goldfarbene), statt hoher Kiefern gibt es jetzt niedrige, duftende Latschen, und wenn auch die hohen Rhododendren der Gärten hier nicht wachsen würden, so vertreten sie doch kleinblütige und -blättrige Azaleen würdig, die «Alpenrosen», die ganze Hänge überziehen.

Es tauchen aber auch ganz neue Pflanzen auf. Zu den bekanntesten gehören die Enziane. Wie strahlend tiefblaue Augen schauen uns die niedrigen «Schusternagerl» an, ganz ähnlich – immer blau oder violett – der «Panonische», der «Stengellose» und mancher andere Enzian.

Und dann gibt es an einem sonnigen, nicht ganz trockenen Hang oder auf einer Lichtung eine Ausnahme: Beim Näherkommen sehen wir hohe Gestalten in größerer Zahl. Sind es Menschenfiguren, die da jemand aufgestellt hat? Nein, es sind doch Pflanzen. Ungemein kraftvoll stehen sie da. Sie sind streng rhythmisch gegliedert. Wie in Stockwerken aufgeteilt stehen sich Paare großer (bis ca. 20 x 30 cm!) blaugrüner, ungegliederter, ovaler Blätter mit kräftigen, parallelen Adern gegenüber. Jedes Stockwerk ist zum anderen um 90 Grad versetzt, und im oberen Bereich der Pflanzengestalt strahlen uns gelbe Blüten entgegen.

Es handelt sich um den berühmten «Gelben Enzian», der nun ganz offenkundig eine Ausnahme von der Verkleinerungsregel macht. Er kann gut eineinhalb Meter hoch sein und damit wirklich etwa Menschengröße annehmen. Auch in seiner Blütenfarbe bildet er eine Polarität zu der seiner meisten Verwandten aus. Ganz mit seinen Verwandten geht er allerdings im bitteren Geschmack, der alle Enzianarten auszeichnet. Aber so mächtig der Gelbe Enzian in seiner Gestalt ist, so kraftvoll ist er in seiner Bitterkeit. Noch zehntausendfach verdünnter Wurzelextrakt ist deutlich bitter, und der für den Gelben Enzian charakteristische Bitterstoff «Amarogentin» ist noch als bitter wahrnehmbar, wenn er um den Faktor 1 : 58.000.000 verdünnt ist, d.h. 1 g auf 300 Badewannen!

Damit stellt der Enzian wirklich einen Riesen unter den pflanzlichen Bittermitteln dar. Wie alle diese kräftigt er die Verdauung. Es ist nachgewiesen, dass er fast alle Verdauungssäfte zum Fließen bringt – vom salzsäurehaltigen Magensaft bis zur selbst bitter schmeckenden Galle. Das ist der Grund, weshalb Enzianzubereitungen schon immer als gute Begleiter fetten Essens galten. Am bekanntesten ist der Enzianschnaps. Er lässt sich aus der ver-



Fotos: Markus Sommer und Anne Sommer-Solheim

gorenen Wurzel bereiten, weil diese auch viel Zucker enthält, und seit urdenklichen Zeiten ist nahezu alles Zuckerhaltige auch zu Alkohol umgesetzt worden. Dass dies dem Enzian aber eigentlich gar nicht guttut, merkt man daran, dass sich beim Gärungsvorgang große Teile der Bitterstoffe zersetzen. Will man die Heilkraft möglichst vollständig gewinnen, so wird die Wurzel rasch getrocknet, später ausgekocht und zu Medikamenten (aber auch zu Diätetika) verarbeitet. Selbst ernten kann man diese Pflanze in der Natur allerdings nicht. Sie steht unter Naturschutz! Außerdem wird sie leicht mit dem hochgiftigen Germer verwechselt, dessen Gesamterscheinung sehr ähnlich ist, dessen Blätter aber nicht kreuzgegenständig, sondern spiralg um den Spross angeordnet sind. Manchmal wachsen Enzian und Germer sogar unmittelbar benachbart.

Weil viele Krankheiten in einer schlechten Verdauung eine wichtige (Mit)Ursache haben, können Bittermittel auch bei der Behandlung von Hauterkrankungen, Blutarmut, Kopfschmerzen, Nebenhöhlenproblemen und sogar Erkältungskrankheiten eine Rolle spielen. So kommt es, dass einerseits Enzian in vielen Mitteln gegen Infekte der Luftwege enthalten ist, andererseits sich die Meinung verbreitet hat, gute Medizin müsse bitter schmecken. Zeitweise galt der Enzian fast als so etwas wie ein Allheilmittel. Damit hat er einen ähnlich breiten Ruhm wie eine andere eindrucksvolle Bergpflanze: die Arnika. Diese trägt auch den deutschen Namen «Heil aller Schäden» oder «Bergwohlverleih» und damit einen sehr umfassenden Heilungsanspruch im Namen.

Wie man nach einem (zu) fetten Essen durch Enziangenuss erleben kann, wieder ein Stück besser zu sich zu kommen, so kann es einem manchmal auch gehen, wenn man sich bei großer Hitze schwach und wie ausfließend erlebt. **Bitteres kann unser Selbsterleben wie zusammenziehen und kräftigen.** Das kann durch einen selbst zubereiteten Bittertee (z.B. aus Enzianwurzel) ebenso geschehen wie durch Elixiere oder Tonika, denen noch andere bittere und aromatische Pflanzen wie Wermut oder Ingwer zugefügt sein können. Auch bei einer anstrengenden Bergtour kann ein solches Erleben von Bitterkeit dazu führen, dass wir neue Kraft spüren, um noch über den Standort des Enzians hinaus bis zum Felsgipfel hinaufklettern zu können, wo sich vor uns die Weite des Landes ausbreitet und wir das Gefühl haben, dem Himmel ein Stück näher gekommen zu sein. ■

Markus Sommer, geb. 1966, studierte Medizin in München, klinische Erfahrung erhielt er 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.



aethera® im Verlag Urachhaus: www.urachhaus.com

Die Havelhöher Herzschule
 Neue Perspektiven für Herzpatienten
 Hrsg. von Annette Bopp, Andreas Fried und Ursula Friedenstab
 267 Seiten, geb. | € 19,90 (D)
 ISBN 978-3-7725-5043-0

Gefahren frühzeitig erkennen – wirksam gegensteuern

Wer mit koronarer Herzkrankheit und der Gefahr eines Herzinfarkts konfrontiert ist, muss sein Leben ändern: sich bewegen, gesund ernähren, nicht rauchen, entspannen und auf sich selbst besinnen. Solche Lebensstilveränderungen fallen den meisten jedoch schwer. Das Team der Havelhöher Herzschule in Berlin hat deshalb dafür ein höchst erfolgreiches Konzept entwickelt.

In der Havelhöher Herzschule können Menschen lernen, was sie selber tun können, damit sich ein Herzinfarkt nicht wiederholt oder gar nicht erst eintritt.

Dieser hilfreiche Ratgeber für Patienten und Angehörige vermittelt in gut lesbarer Form alles Wissenswerte in Sachen Herzgesundheit und Infarktprophylaxe.



RUTH EWERTOWSKI – SCHREIBEN WIE AKANTHUS

Ich habe es immer bewundert, wenn mein Vater ein neues Blatt mit ganz exakten Buchstaben vorlegen konnte: eine Urkunde, einen Werbetext, den Spruch eines Philosophen, ein Gedicht, und das in ganz unterschiedlichen Schriften, auf ganz verschiedenem Material: auf Bütten, Japanpapier, Leinen, Pergament. Bei aller Genauigkeit gab es auch Blätter mit großer Geste, manche organisch, andere auch mal wild. Mein Vater war Schriftgrafiker oder Kalligraph, der genau sein konnte bis zur Pedanterie, aber auch frei und experimentell. In die Anfangsgründe der Schriftgestaltung hatte er mich eingewiesen, und ich schreibe heute trotz des unverzichtbaren Notebooks auch gerne mit der Hand: **Die Tinte entschuldigt nichts. Sie ist spontan und verbindlich und macht das Schreiben zum Ereignis, das auch misslingen kann.**

Bei meinem Vater blieb dann nur das Wegwerfen, wenn es nicht so gelungen war – also alles oder nichts. Das ist wohl letztlich nicht meine Art, wenn ich versuche, schreibend einem Gedanken auf den Grund zu kommen. Meist sind es auch Gedanken, die sich der scharfen Kontur entziehen: die Sowohl-als-auch-Gedanken, bei denen sich vor allem über Gut und Böse nicht eindeutig entscheiden lässt wie etwa bei Judas, Michael Kohlhaas, bei Kleist und Nietzsche beispielsweise – ja, auch bei Goethe. Es sind paradoxe Ambivalenzen, die das Heilige des Menschseins ausmachen, vom Tragischen bis zum Erotischen, vom Erhabenen bis zum Karnavalesken. Sie fordern einen denkerisch und darstellerisch heraus, können einen tief beunruhigen und machen es mir nötig, beständig zu ändern, zu korrigieren, mich anzunähern, bis ich meine, es verstanden und angemessen wiedergegeben zu haben.

Mein unerbittlichster Lektor wird es dann prüfen: Mein Mann braucht mir nichts aus bloßer Höflichkeit durchgehen zu lassen. Das kann schon einmal wehtun, aber wenn es dann gelungen ist, und

wenn der Gedanke schließlich auch noch «schön», also gewissermaßen kalligraphisch dasteht, dann ist es das Glück am Schreibtisch – ein Glück, das nie ganz kalkulierbar aus der Welt des Geistes gewährt wird.

In fast allen meinen Wohnsituationen habe ich Zugang zu einem Garten gehabt. Der Garten hat viel mit dem Schreiben zu tun: säen, keimen und wachsen lassen, es blühen sehen, gießen, düngen und natürlich das Unkraut und das Ungeziefer – das alles ist ein Metaphernpool fürs Schreiben. Es geht langsam, aber es entwickelt sich, und dann ist plötzlich eine Blüte offen. Es ist schön und dornig zugleich, und man muss sich jeden Tag darum kümmern. Nichts wirkt auf den ersten Blick dramatisch, und doch birgt der Garten jenen ganzen Kosmos von Glück und Traurigkeit, der auch das Schreiben so existentiell begleitet.

Seit Neuestem habe ich einen Akanthus im Garten, dessen Name im Altgriechischen «der Dornige» (ἄκανθος) bedeutet und dessen Blätter zum typischen Merkmal korinthischer Kapitelle gehören. Es ist ein Klassiker mit kalligraphischer Präzision und zugleich von einer Blütenfarbe, die schwer einzuordnen ist. Sie changiert zwischen Blau, Rosa und Weiß und tritt doch bei all dieser Unentschiedenheit ganz lebenskräftig in meinem Garten auf. So wie dieser Akanthus dasteht, wächst und sich verändert, so würde ich gerne schreiben können. ■



Von Ruth Ewertowski ist jüngst das Buch «**Revolution im Ich. Einweihung als Wiedergeburt in Anthroposophie und Literatur**» erschienen. Weitere Titel sind auch zu finden unter: www.geistesleben.de/urheber/ruth-ewertowski



WARUM IST HARRY POTTER SO POPULÄR?

von Lorenzo Ravagli

Harry Potter ist die erfolgreichste Romanfigur aller Zeiten. Gemessen an den Verkaufszahlen, ist der Harry-Potter-Zyklus das am meisten verbreitete Epos der Weltliteratur. J. K. Rowlings Erzählungen sind mittlerweile in rund 70 Sprachen übersetzt, darunter Latein und Altgriechisch. Damit reicht der Harry-Potter-Zyklus wohl bald an das Buch mit der größten Auflage heran: die Heilige Schrift. Im Gegensatz zu letzterer hat der Potter-Zyklus diese Verbreitung aber innerhalb eines Jahrzehnts erreicht.

Mit diesen Stichworten wird auf ein beispielloses Phänomen hingewiesen. Im Gegensatz zu manch anderen Büchern, die zwar auch viel gedruckt, aber wenig gelesen wurden, kann man davon ausgehen, dass zu der Verbreitung der Erzählungen über Harry Potter und seine Freunde vor allem das wirkliche Interesse der Leserschaft beigetragen hat. Denn würden die Erzählungen von J. K. Rowling nicht ein überall vorhandenes Bedürfnis befriedigen, hätten sie wohl nie einen solchen Erfolg gehabt. Doch was ist das für ein Bedürfnis, das Harry, seinen Freunden und ihrem Kampf gegen das Böse, das in Gestalt des finsternen Lord Voldemort und seiner Anhänger immer bedrohlicher hervortritt, einen solchen Zuspruch sichert?

Kurz gesagt: **Es ist die Frage nach der Rolle des Bösen. Kann es endgültig besiegt werden? Bricht nach seiner Überwindung das Paradies auf Erden an, in dem der Wolf und das Lamm friedlich nebeneinander liegen?** Nein, denn Harry ist nur ein einzelner Mensch, und jeder einzelne Mensch muss den Weg Harrys gehen. Erst wenn alle Menschen diesen Weg gegangen sind, wird das Böse endgültig aus der Welt verschwunden sein. Auch Lord Voldemort war nur ein Mensch, zwar größer als die meisten in seiner Hingabe an das Böse, aber doch nur einer von vielen. Er ist nicht das Böse selbst, als geistige Kraft. Er hat sich nur mit dieser Kraft eingelassen, mehr als die meisten anderen. Das Böse ist

eine geistige Kraft, die vom Menschen unabhängig ist. Es kann sich des Menschen bemächtigen, wenn er ihm Einlass gewährt. Es trat in verschiedenen Zeiten in unterschiedlichen Gestalten auf und hat in der Gegenwart eine Gestalt angenommen, die dem heutigen Bewusstsein des Menschen entspricht. Heute greift das Böse die Integrität des Menschen an, es versucht, die Einheit seiner Persönlichkeit zu zersetzen, indem es sich in das intimste Innere seiner Seele einschleicht und ihm mit seinem Todeskuss Hoffnung und Lebenszuversicht raubt. Der Dämon der Desintegration ist zugleich der Dämon, der auch das soziale Leben der Menschheit ergreift und der das Band, das die Einzelnen miteinander verbindet, zu zerstören versucht.

Jede Prüfung, die Harry besteht, fügt seiner Persönlichkeit eine Fähigkeit oder Kraft hinzu, durch die sie der in sich gestählten Ganzheit ein Stück näher kommt. Das Ich, das sich im Entschluss zum Opfer seiner einmaligen leiblichen Existenz verdichtet, ist von diamantener Härte und wird, wenn es durch den Tod des Selbstopfers hindurchgegangen ist, vom göttlichen Licht der Erkenntnis durchstrahlt. Es wird zu einem Quell der Wärme, die den erkaltenden sozialen Kosmos erfüllt und der Kälte der Gleichgültigkeit die Kraft der Liebe, die alle Wunden heilt, entgegenbringt. Allein diese Liebe vermag auch jene alte Wunde zu heilen, die das Böse schlug, jene Wunde, deren Spur Harry auf der Stirn trägt: seine Narbe. ■

Weitere Hintergründe über diesen modernen Menschheitsmythos erschließt Ihnen das Buch von Lorenzo Ravagli, **«Die geheime Botschaft der Joanne K. Rowling. Ein Schlüssel zu Harry Potter»**, das soeben in 2. Auflage im Verlag Urachhaus erschien (ISBN 978-3-8251-7747-8, Euro 18,90).

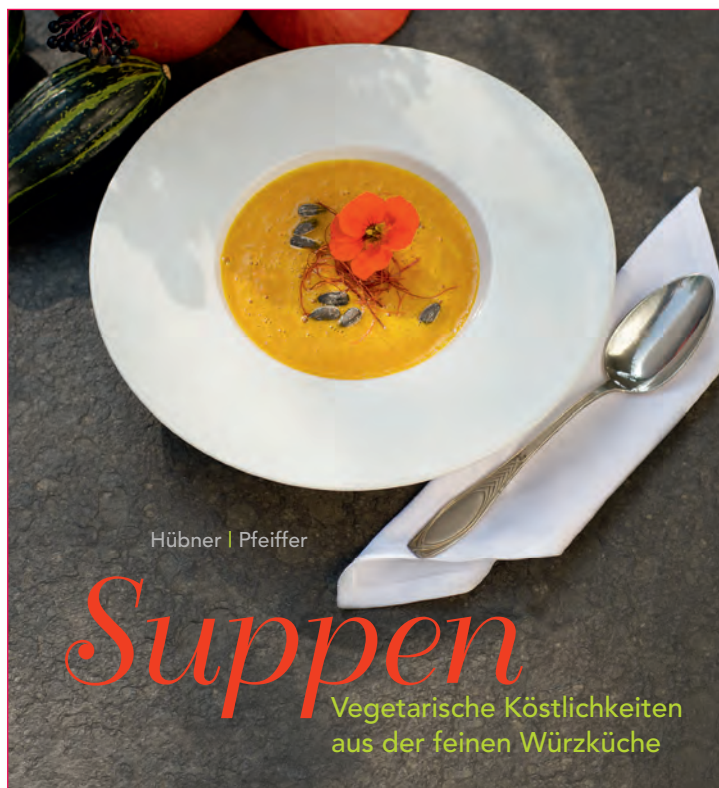


DIESE SUPPEN ESS' ICH GERN!

Selbst der Suppenkaspar würde bei dieser Rezeptauswahl aus Barbara Hübners feiner Würzküche – einem Klassiker der Vollwertküche – seinen Teller mit Genuss leer essen. Denn ob als Vorspeise, Hauptgang oder sogar Nachtisch – die von Barbara Hübner zusammengestellten Suppen- und Eintopfgerichte sind köstlich und gesund, klassisch und überraschend. Ulrike und Jürgen Pfeiffer haben zahlreiche der über 70 Rezepte in Szene gesetzt und machen durch ihre Fotos schon beim Blättern Lust zum Nachkochen.

Aus dem Inhalt:

Suppen als Vorspeise: Klare Kräuter- und Gemüsebrühen | Einlagen für Brühen | Klare Gemüsesuppen mit Einlagen | Ungebundene Suppen | Suppe für Eilige | Gebundene Suppen | Suppen als Hauptgericht: Eintopfgerichte | Obst-Suppen | Suppenregister ...



BARBARA HÜBNER (REZEPTE)
ULRIKE UND JÜRGEN PFEIFFER (ARRANGEMENTS & FOTOS)
Suppen.
Vegetarische Köstlichkeiten aus der feinen Würzküche.

155 Seiten, durchgehend farbig, gebunden

19,90 Euro

Verlag Freies Geistesleben
ISBN 978-3-7725-2523-0

jetzt neu im Buchhandel!

Querbeet

SEPTEMBER – ES IST ERNTEZEIT!

von Ralf Lilienthal

Septemberzeit ist Erntezeit, auch im Garten. Überall vollenden sich Zyklen, nur um aufs Neue zu beginnen. Es ist so unendlich befriedigend, den Lohn der Mühen einzusammeln, auch wenn in kopfigen Zeiten wie der unseren das Ernten oft genug als Müh' und Last erlebt wird und nicht wenige Früchte bereits am Baum verfaulen.

Die Steigerung der Erntegefühle kann bei Kartoffeln, Möhren oder Sellerie erlebt werden. Wurzeln und Knollen auszugraben ist wie Fischfang in unbekanntem Grund und eines der Urerlebnisse des Gärtners. Denn so, wie es die physische Unsichtbarkeit der unterirdischen Pflanzenorgane gibt, gibt es eine prinzipielle Unsichtbarkeit des Eigenwesens «Pflanze». Pflanzenhege und -anbau ist daher, trotz Gentechnik und industrieller Massenproduktion, im Entscheidenden mehr als «grüne Mechanik», bei der A plus B immer C ergibt.

Gärtnern heißt nicht «Pflanzen machen», sondern «Bedingungen herstellen, unter denen sich Pflanzen bestmöglich selber machen können». Und das geschieht – als offenes Geheimnis – vor unseren Augen und unsichtbar zugleich.

Wer übrigens glaubt, mit dem Ernten endet das Übermaß der Arbeit, hat sich getäuscht, stehen wir doch in einer Zeit der Fülle. Aus einer Kartoffelknolle wurden zwei Dutzend. Aus einem halben Tütchen feinsten Saat wurde ein Korb voller Möhren. Vom einstigen besenstielstarken Obstbaumstämmchen und den heute zentnerweise gepflückten Birnen ganz zu schweigen. Erntezeit ist daher die große Zeit der *Lagerhaltung*. Ein logistisches Geschäft, dem wir uns eigentlich schon während der Gartensaison hätten widmen müssen. Wer darin kein Vergnügen entdecken kann, sollte sich bereits beim Säen und Pflanzen maßigen.

Natürlich ist die Endlagerung des Ernteguts von der Hand in den Mund, den Teller oder den Kochtopf der Idealfall. Alles ist frisch, manches noch sonnenwarm und ursprünglich aromatisch. *Einfrischen* geht natürlich auch; wen wundert es da, dass passionierte Nutzgärtner eine eigene Gartenkühltruhe im Keller haben.

Überhaupt ist ein Keller alter Bauart in Zeiten moderner Isolations- und Heiztechnik ein echter Luxusartikel. Ziegelmauerwerk,

Sandsteintröge und Stampflehm Boden, eine kühle, luftfeuchte, aber nicht nasse Atmosphäre – daran denken manche Gärtner genauso schwärmerisch wie an ein beheizbares Gewächshaus oder einen großen Schwimmteich. Doch ganz egal, ob wir einen solchen Idealkeller haben, ein selbst gebautes Erdlager im Garten oder ein strohverpacktes Frühbeet – *einkellern* jedenfalls muss sein. So werden etwa Sellerie, Schwarzwurzeln, Rote Beete, Petersilienwurzel, Meerrettich, Möhren oder Radieschen in leicht feuchten Sand «eingemietet», während Kartoffeln zwar dunkel und kühl (am besten bei 7 – 8 °C), aber in einer offenen Kiste luftig gelagert werden.

Zwiebeln wiederum dürfen hoch hinaus. Nachdem ihr Laub «gilb» wurde und schlapp gemacht hat, lassen wir sie an zwei, drei sonnigen Tagen durchtrocknen, entfernen Erdreste und hängen sie als *lose Bündel* oder *perfekte Zöpfe* an einen trockenen und kühlen Ort. Auch *Nüsse* gehören in ein Netz verpackt und mäuseicher hoch an einen Balken des Dachbodens gehängt. Problematisch ist hier bereits die richtige Auslese. Keine angeknacksten oder schimmlichen Schalen zu sehen? Dann dürfen sie an einem dunklen, luftigen Ort in Stiegen oder Drahtkörben trocknen.

Wer je – in frostfrei-kühler und leicht feuchter Umgebung – einen englischen *Apfelschrank* gesehen hat, Schubfach über Schubfach voller einzeln in Papier eingeschlagener, sortengleicher Äpfel, wird nie gekannte Sehnsüchte nach Maß und Ordnung verspüren. Da wirkt eine gute alte Epoche in die Gegenwart hinein und macht deutlich, dass nur ein wahres Luxusgut existiert: Zeit haben für Wesentliches. So viel zu den Einfach-Methoden der Lagerung. Haltbarkeiten zweiten oder dritten Grades sind nur um den Preis der Metamorphose zu haben. *Trocknen* und *Dörren* reduziert nicht nur das Wasser, es verändert – egal ob bei Pflaume, Petersilie oder Tomate – immer auch den Geschmack in eine spezifisch andere Richtung.

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

Natürlich ist auch *Einkochen* eine Alternative mit Variationen: Ganze Früchte, Mus, Saft, Marmelade oder Konfitüre kommen am Ende dabei heraus. Bleibt noch, die Alchemie von *Einsalzen* und essigsaurem *Einlegen* zu erwähnen.

Nennt man den in Netzen, Kisten oder Gläsern verpackten Mehrwert des Nutzgartenjahres eine Rendite, dann ist *Samensammeln* Investition! Manchmal geht es gar nicht anders. Calendulasaat in Menge kaufen ist teurer Unsinn, denn sobald man die ersten Ringelblumenwürmchen steinhart und trocken in der Handfläche schütteln kann, braucht man sich um Nachkauf nicht mehr zu sorgen. Was kann man nicht alles – gut beschriftet – in Tütchen, Briefchen oder Schüsselchen packen: Irisminialerchen «am Stiel», Springkrautgeschosse «vom Katapult», Mohnkügelchen «aus der Papierdose» oder Sonnenblumenkerne «vom Dessertteller». Welche Farben, Formen und Materialien! Welche Überraschungen, wenn etwa der Same in der Frucht bereits gekeimt und ein ausgebildetes Pflanzenkind schon auf der Mutter veranlagt hat.

Hier tut sich ein unendliches Feld für Beobachten und Experimentieren auf. Wie keimt diese Saat? Braucht sie Licht oder Dunkelheit, Winterkälte oder Sonnenglut oder sogar die Passage durch einen Vogelmagen, um den Impuls zum Schwellen, Brechen und Aufwachsen zu erhalten? Da ist Pflanzenbestimmung und Fachliteratur gefragt – oder der passionierte Tüftler und Fummler. Tomaten vermehren etwa verlangt: sieben, auswaschen, wässern, trocknen und – bis zur Fensterbank-Aussaat und warmen Vorkultur ab Mitte März – lagern.

Ein letztes Erntegut: Blüten, Früchte und andere Pflanzenteile für das Auge und die Vase. *Trockenblumen* sind ein Muss, allen voran die Strohblumen, aber auch andere Haltbarkeiten wie Katzenpfötchen, Hahnenkamm, Schafgarbenblüten oder Schleierkraut. Dann die *Schmeichelfrüchte* – zarte, leichte und feine Federn wie Lampenputzergrasähren oder Clematiswolle. Und die «Blumenstrauß-Beeren» Hagebutten und Quitten gehören sowieso dazu.

Genug gearbeitet. Fällt doch in die späten Septembertage auch Kurt Tucholskys «fünfte und schönste Jahreszeit»: «Nun ruht es. Die Natur hält den Atem an; an andern Tagen atmet sie unmerklich aus leise wogender Brust. Nun ist alles vorüber: geboren ist, gereift ist, gewachsen ist, gelaicht ist, geerntet ist – nun ist es vorüber. Nun sind da noch die Blätter und die Gräser und die Sträucher, aber im Augenblick dient das zu gar nichts; wenn überhaupt in der Natur ein Zweck verborgen ist: im Augenblick steht das Räderwerk still. Es ruht.»

Ja, auch das geht im Garten. Tun und ruhen! ■

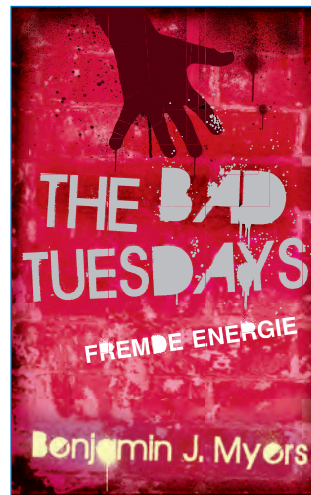


Irmgard Kutsch | Gudrun Obermann
Mit Kindern im Biengarten
 177 Seiten, durchgehend farbig, gebunden
 € 19,90 (D)
 ISBN 978-3-7725-2394-6
 jetzt neu im Buchhandel!
www.geistesleben.com

Die faszinierende Welt der Bienen entdecken

Bienenzucht kann man auch zusammen mit Kindern betreiben – das zeigen Irmgard Kutsch und Gudrun Obermann in ihrem neuen Buch. Neben zahlreichen interessanten Details aus dem Leben eines Bienenvolks beschreiben sie vor allem, was man mit Kindern im Laufe eines Jahres alles rund um das Thema Bienen machen kann: vom Nisthilfenbau für Wildbienen und Hummeln, dem Bemalen von Bienenwohnungen und der Honigernte bis zum weihnachtlichen Gestalten mit Bienenwachs.

Mit diesem Buch wird bei Kindern und Erwachsenen ein freudiges Interesse für die Welt der Bienen geweckt. Es enthält sowohl Angaben für eine eigene Bienenhaltung und die Gestaltung bienenfreundlicher Naturgärten als auch zahlreiche Anregungen zum Kennenlernen dieser bedrohten, für die Natur und den Menschen außerordentlich wichtigen Tierart. Erzieherinnen, Lehrer und Eltern erhalten so zahlreiche Hinweise, wie man mit Kindern die wunderbare Welt der Bienen erleben kann.



BENJAMIN J. MYERS
The Bad Tuesdays
Fremde Energie

Aus dem Englischen von Alexandra Ernst

359 Seiten, gebunden mit Schutzumschlag
16,90 EURO

Verlag Freies Geistesleben
ISBN 978-3-7725-2502-5
(ab 14 Jahren)

THE BAD TUESDAYS – FREMDE ENERGIE

gelesen von Simone Lambert

«**Vertraut niemandem. Wirklich niemandem.**» – Der zweite Band der auf sechs Teile angelegten Geschichte um die obdachlosen Tuesday-Geschwister führt direkt hinein in den Herrschaftsbereich der Verbogenen Symmetrie und ist wiederum eigentlich ein Kriegsroman: Die jugendlichen Protagonisten erreichen das Ziel ihres Auftrags als Gefangene, sie schlagen sich auf langen Fluchtmärschen durch gefährliches Gelände, es gibt Zweikämpfe, Schlachten und nächtliche Überfälle und eine militärische organisierte Feindesmacht. Mit Zähigkeit, Kraft, Schläue und vor allem Mut behaupten sich Splinter, Box und Chess im permanenten Ausnahmezustand.

Die Tuesdays sind, vom Schlingschlund aufgesogen und wieder ausgespuckt, auf den Planeten Surapoor gelangt, wo die Inquisitoren der Verbogenen Symmetrie eine Fabrik aufgebaut haben, in der Kinder verschwinden – warum, das zu ergründen ist der Auftrag der elfjährigen Chess und ihrer beiden vierzehnjährigen Brüder. Der Roman schildert die Deportation zu den Schreikammern und die Flucht der Tuesdays in die Vulkanlandschaft, den Aufenthalt bei Balthazar Broom, einem Gelehrten und Strafgefangenen aus der Zukunft, der die drei auf die Auseinandersetzung mit der Verbogenen Symmetrie vorbereitet. Dann folgt die Zeit bei den Steindrachen, edlen, hochentwickelten Echsen, an deren Seite die Kinder sich dem Kampf stellen. Dramatischer Höhepunkt der Geschichte ist Chess' «energetisches Duell» mit dem Inquisitor Behrens ...

Erneut entfaltet der Autor in seiner stark deskriptiven Erzählung eine beeindruckende gestalterische Kraft für eine außergewöhnliche Science Fiction: Zeitdimensionen werden geschmeidig verschoben und heben so Ursache-Wirkung-Verhältnisse auf, eine opulent-perfide Technologie spielt ihre Rolle im Machtkampf

zwischen Symmetrie und Komitee, und auch die wohl vertraute Gestalt des menschlichen Körpers erfährt ihre dichterischen Metamorphosen.

Die Annäherung an den Feind enthüllt nicht nur den grauenvollen Plan der fünf Inquisitoren: die Verbogene Symmetrie extrahiert in der Fabrik für ihr Ziel des ewigen Lebens und der unendlichen Macht «fremde Energie» aus Schmerz, Leid und Angst – den dunklen Emotionen, die sie durch brutale Herrschaft oder Kriege in Menschen, insbesondere Kindern, freisetzen. Die Nähe der Dunkelheit führt auch zu einer Spaltung der Geschwisterkonstellation: Splinter ist zunehmend fasziniert von der Macht des Feindes und steigert seinen Zynismus und eiskalten Spott in ein für den Leser kaum noch erträgliches Maß. Sein Sadismus und seine wachsende brüderliche Untreue sind Zeichen, dass der Jugendliche innerlich zum Feind überwechselt. Chess, die jetzt zunehmend die Führung des geschwisterlichen Sonderkommandos übernimmt, sieht sich nach der Rückkehr zum Komitee allein – und, nicht nur physisch, stark verändert. Die Worte des Inquisitors haben einen Eindruck in ihr hinterlassen, sie zweifelt selbst an Ethel, der Leiterin des Komitees, der sie sonst vertraute ...

Myers schildert einen zersetzenden Konflikt, in dem es um die Grundlage menschlichen Zusammenlebens geht: Vertrauen. Die Ambivalenzen von Gut und Böse spiegeln sich in bizarren Szenarien, von denen keines Geborgenheit oder Zuversicht vermittelt. Auf sich selbst zurückgeworfen, bleibt am Ende die Frage offen: Kann Chess sich selbst trauen?

Eine Fortsetzung des spannungsgeladenen Epos folgt. ■

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!

Regen, Regen,
Himmelsregen!
Bring uns Kühle, lösche den Staub
Und erquickte Halm und Laub! ...

Regen, Regen,
Himmelsregen!
Nimm dich auch des Bächleins an,
Dass es wieder rauschen kann!

Wie herrlich ist es, wenn nach heißen Sommertagen ein kräftiges Gewitter Abkühlung bringt, die ausgetrocknete Erde mit Regen versorgt und – so wie der Dichter Hoffmann von Fallersleben es beschreibt – die Bächlein in den Bergen wieder zum Rauschen bringt. – Doch was machen wir, wenn der Regen anhält und wir nicht draußen spielen können – besonders wenn noch Ferien sind?

Das ist vielleicht der Moment, wo wir unsere Schätze zusammentragen, die wir am Bach, im Wald, am Strand, auf der Wiese oder wo auch immer gesammelt haben. Damit kann man herrliche Sachen basteln. Und wenn die Sonne wieder durch die Wolken bricht, seht ihr vielleicht einen ... Regenbogen!

Es grüßt euch eure **SUSANNE**

Und hier ist ein Vorschlag für Regentage:

Windspiel basteln: Muscheln, Hölzlein, Federn, getrocknete Blüten, schöne Blätter, kleine Steine – das alles eignet sich, um daraus ein Windspiel zu basteln. Alles, was ihr braucht, sind schön geschwungene Äste, dünne Kordel oder Bastfaden, dünnen, biegsamen Draht (falls ihr Steine dranhängen wollt), eine Schere und eine dicke Nadel. In die Muscheln könnt ihr mit der Nadel vorsichtig kleine Löcher drehen und dann auffädeln – Federn umwickelt ihr mit dem Faden am Kiel, Steine müssen mit dem Draht umwickelt und dann erst aufgefädelt werden. Eurer Fantasie ist keine Grenze gesetzt, wie ihr eure verschiedenen Fundsachen miteinander kombiniert. Ganz Geschickte schaffen vielleicht auch ein Mobile, dafür braucht es einen guten Gleichgewichtssinn und eine ruhige Hand beim Ausbalancieren.

Jetzt habt ihr einen schönen Zimmerschmuck oder auch ein Mitbringsel aus dem Urlaub ... *

So lautet unser neues Rätsel:

Der Weg ist matschig und feucht das Gras,
Doch meine Füße werden nicht nass,
Angler, Jäger und auch Fischer
Geh'n wie ich auf Nummer sicher –
Regnet's draußen wie aus Kübeln,
lauf' ich nur in ...

Regenbogen war natürlich die Lösung unseres Julirätsels, das habt ihr ganz richtig geraten – und viele von euch haben ganz wunderschöne Bilder gemalt, von denen ich einige wenige heute zeigen möchte. Die **Gewinnerinnen** und **Gewinner** der tollen *Seccorell* Farben haben gleich eine weitere Beschäftigung für Regentage und das sind diesmal: • **Jacob Rosskopf** aus Berlin • **Thierry** und **Rosalie Lose** aus Märwil (Schweiz) • **Magdalena Grill** aus St. Martin (Österreich) • **Michelle Gocht** aus Ebikon (Schweiz) • **Salome Seeberger** aus Adelsdorf • **Pia Meuthien** aus Hamburg • **Isabella Bräuning** aus Stuttgart • **Frieder Nieweler** aus Rheine • **Elisabeth Scholucha** aus Ludwigsburg • **Martha Geiger** aus Bad Nauheim



Sibeta Tillmann



Inger Biesenthal



Hannah Heymel



Zora Camille Behr

Schickt die Lösung bis zum 20. September 2010 an: *a tempo* Susanne,
Landhausstr. 82, 70190 Stuttgart
Unter den richtigen Einsendern verlosen wir zehnmal *Oskar und der große Och* von Ralf Lilienthal.

* Weitere tolle Ideen findet ihr in dem schönen Buch von Christel Dhom, «Unser Sommer- und Herbstbuch» aus dem Verlag Freies Geistesleben.

DAS a tempo PREISRÄTSEL

Die Küche der Hausfrau Josephine Dickson im amerikanischen New Brunswick war zu Beginn des 20. Jahrhunderts, wie bei fast jedem von uns auch noch heutzutage, nicht nur ein Ort der alltäglichen kulinarischen Freuden, sondern auch Schauplatz zahlreicher größerer und kleinerer Haushaltsunfälle. Und so kam es, dass Josephines liebender Ehemann, der am 10. Oktober 1892 geborene und am 21. September 1961 verstorbene Baumwollereinkäufer der *Johnson & Johnson company*, Earle Dickson, über eine «praktische Lösung dieser Malheurs» nachdachte. Seine Lösung musste seinen hohen Ansprüchen genügen, denn sie sollte «nicht verrutschen, leicht anzubringen und dennoch steril» – vor allem aber immer auf Vorrat vorhanden sein. Eines Abends im Jahr 1920 ersann er schließlich aus einer speziell angeordneten Mischung aus Gaze, Krepp und einem Produkt, welches die Johnson & Johnson company produzierte, das Prinzip seiner erfolgreichen Erfindung, welche heute aus keinem Haushalt mehr wegzudenken ist. Earle Dickson stellte diese Idee seinem Chef vor, welcher sie nach anfänglichen Schwierigkeiten in größer werdendem Stil zu vermarkten begann. Seinen angestellten klugen Erfinderkopf beförderte er dabei zum Vizepräsidenten der Firma. Heute beschäftigt diese rund 120.000 Menschen und gehört mit rund 61 Mrd. Dollar Umsatz zu den wichtigsten pharmazeutischen Unternehmen der USA. Ein Aufstieg, den sie nicht zuletzt jener genialen Erfindung verdankt, deren betriebswirtschaftlicher Siegeszug mit einer Empfehlung in einer Drogistenzeitschrift begann. Diese Erfindung, welche ihren Anfang in der vermeintlichen Tollpatschigkeit der Hausfrau Josephine nimmt, bildet das gesuchte Lösungswort und lässt sich erraten oder aus den hervorgehobenen Buchstaben durch entsprechendes Sortieren bilden. Wer dann noch nicht genug geknobelt hat, der freut sich vielleicht über den Gewinn eines der zehn Sudoku-Bücher aus unserer Reihe *Einsame Hunde*. ■ (mak)

1 Was ist die Ruhr – trotz zahlreicher Belastungen – nach wie vor? Ein ...

— — — — — — — — — — — — — — —

2 Was ist laut Jagdish Mistry immer als Ausdruck in der westlichen Musik zu finden? (Ö = Ö)

— — — — — — —

Lösungswort:

Das Lösungswort einsenden an: *a tempo* Preisrätsel · Landhausstr. 82 · 70190 Stuttgart oder an: raetsel@a-tempo.de
Einsendeschluss ist der **20. September 2010** (Datum des Poststempels), der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Das Lösungswort der August-Ausgabe lautet **FERNSTEUERUNG**. Die **Gewinnerinnen** und **Gewinner** werden schriftlich benachrichtigt.

数独

DAS a tempo SUDOKU

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

SQUARE MAGIC 064

Will you still need me ...

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

JC's classical hand-crafted sudoku.

Urdruck a tempo 09 | 2010

SQUARE MAGIC 063

Lösung

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

Manchmal ist das Schwere leicht.

Für alle Sudoku-Liebhaberinnen und -Liebhaber:
www.einsamehunde.de





... UND DA SAHEN WIR ANNES TAGEBUCHPAPIERE AUF DEM BODEN LIEGEN. «AUFHEBEN», SAGTE ICH.

von Börries Hornemann

Das Ensemble
Fotograf: Kyrril Nussbaum

Was diese Worten aussprechen, wurde Weltkulturgeschichte: Als 1944 die Familie von Anne Frank aus ihrem Versteck in Amsterdam geholt und anschließend deportiert wurde, war es die wache Freundin Miep Gies, die ihnen zwei Jahre Unterschlupf gegeben hatte und das Tagebuch der Anne Frank für die Welt *aufhob*. Heute ist es das meistgelesene Tagebuch der Welt. Die Sätze der 13- bis 15-Jährigen tragen eine zeitlose Weite in sich.

Mit dem Bühnenprojekt *aufheben* widmen sich Künstler verschiedener Disziplinen einer Collage dieser Aufzeichnungen; jetzt ziehen sie mit einer Tournee durch Deutschland. Anders als die bisherigen Darstellungen der Geschichte von Anne Frank konzentriert sich das Ensemble darauf, der Welt nachzuspüren, die in den zwei Jahren der Tagebuchaufzeichnungen zwischen den Zeilen anklingt.

Die vierzig Künstler gehen mit Eurythmie, Gesang, Schauspiel, Kammerorchester und Solovioline einer feinen Dimension des Tagebuchs nach. «Ja, in der Tat, ich lebe noch, aber frage nicht «wo und wie», schreibt Anne am 8. Juli 1942, dem ersten Tag ihres Lebens im Versteck. Dieses «Wo und Wie» gibt den Texten, die das Mädchen in den folgenden zwei Jahren schreibt, ihre Aura. Es ist ihr offener Hintergrund und zugleich ihr Geheimnis: **Aus den Zeilen der jungen Schreiberin klingt die Einsicht in das unlebbar Leben, die dennoch Hoffnung atmet.** Mit dieser Sphäre des Lebens befasst sich *aufheben*.

Ausgehend von Regisseuren dreier Eurythmieausbildungen in Järna (Schweden), Den Haag (Niederlande) und Witten (Deutschland) kam die internationale Künstlertruppe seit August 2009 zusammen, um sich dem Thema zu nähern. Als Mehrspartenprojekt suchen sie die Stärken der jeweiligen Kunst in eine gelungene Verbindung zu bringen.

Es wechselt die Prosa Anne Franks mit Musik verschiedener Komponisten. Hierzu bewegt sich ein zwölfköpfiges Eurythmieensemble. Mit ruhigen, gleitenden Bewegungen werden die Gesten der Musik körperlich in Bewegung gebracht. Die Eurythmie dient dabei nicht der Ummalung von Musik, sondern versucht auf sichtbarer Ebene etwas zum Ausdruck zu bringen, das in der Musik hörbar vorliegt.

Eurythmie wechselt sich ab mit Schauspiel zu den Aufzeichnungen der reifen Gedanken Anne Franks. So kann die seelische Geste der Gedanken sichtbar werden. Auch in Arvo Pärts Komposition *Cantus in memoriam Benjamin Britten* schwingt eine zeitlos wirkende Klangästhetik mit. Franz Schuberts Vertonung von Goethes *Mignon* und Gustav Mahlers *Urlicht* aus der 2. Symphonie lassen Annes Vorahnungen ihres jähren Endes als klangliche Reflexion erfahren. Hinzu kommt Krzysztof Pendereckis Komposition *Agnus Dei* aus dem *Polnischen Requiem*. Zu all diesen melancholischen Stimmungen gesellen sich Vivaldis *Vier Jahreszeiten*. Dieses formstrenge und gleichwohl verspielte Stück als großes Eurythmieprojekt bietet Gelegenheit, dem Gesehenen eine weiterführende Ebene zu geben. Vivaldi greift den Jahreslauf als ewigen Zeitkreis in vielfältigen Nuancen der Streicherklänge auf.

Das Junge Orchester NRW spielt als Kammerorchester, die Solovioline kommt von Pia Grutschus. Die Sopranistin Nina Nussbaum singt, während die Schauspielerin Paulina Sich Anne Frank spielt.

Man darf gespannt sein! Was von dem Projekt bisher zu sehen ist, verspricht einen tiefen Einblick in die Geschehnisse des 20. Jahrhunderts. Nicht als Erinnerung, sondern als sichtbaren Prozess künstlerischer Verwandlung. ■

Das Projekt «**aufheben**» ist zu sehen am 18. September in Stuttgart; am 21. September in Witten (Saalbau); am 22. September in Hamburg (Freie Waldorfschule Nienstedten); am 26. September in Düsseldorf (Freie Waldorfschule); am 29. September in Bonn (Freie Waldorfschule); am 30. September in Kassel (Anthroposophisches Zentrum); am 01. Oktober in Dortmund (Freie Waldorfschule). Weitere Aufführungsorte sind noch in Vorbereitung und werden ständig aktualisiert angegeben unter: www.aufheben2010.eu

Kleinanzeigen

Langjährig bestehende Praxis für Ergotherapie in Lüneburg zum 1.1.11 zu verkaufen.
www.cbs-ergotherapie.de

www.Seewalde.de – Urlaub an Wald & See

Kulturwandern Schweiz: Alpenüberquerung auf Säumerpfaden – Hüttentrecking Rätikon – Wildes Tessin u. a. Tel. 00 41/(0) 61/7 12 19 79
www.bergwegs.ch

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

Goldener Herbst an meckl. See, FH & FW, Bauernhof, Bioladen, www.Seewalde.de

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

Gästezimmer: www.bel-etage-berlin.de

Allergikerfreundliche Naturfarben in Profiqualität
www.biofarben.de

Ich will Licht sein: www.gnosis.de

Goldschmiedekurse im Kloster, Oktober 2010: Schnupperkurse, Schmuckwerkstatt und mehr
www.karin-holfelder.de www.abtei-lichtenthal.de

www.creativ-in-skulptur-plastik.eu Bildhauer-
ausbildung, Steinhaukurse, Indivi. Arbeits-
angebot, Kinderkurse, Tel. 0 70 52/92 01 68
www.bildhauer-kunststudium.com
Tel. 0 76 64/48 03

Sich finden – im Suchen! Künstlerische
Zeiten: Tage, Wochen, Monate, Jahre ...
www.freieschule.com

Ökodorf, 07764/933999, www.gemeinschaften.de

Novembertagung der Freien Ausbildung zur biologisch-dynamischen Landwirtschaft: 5. bis 7.11. Kassel, 25 Euro Teiln.beitrag. Wir suchen Teilnehmer und Spender: BLZ 24050110, KN 3005626; Kontakt: 01 70/4 52 81 88, www.novembertagung.de

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

Neue Berufe für neue Zeiten. T. 0 57 33/96 24 10

Suche Lebens- o. Arbeitsgemeinschaft / sozial. Zusammenhang o. Ä., wo ich (w) in Haus, Hof u. Garten mitarbeiten darf. Tel. 0 70 52/59 36

Akut ins Krankenhaus?
www.integrativmedizin-hamburg.de

IPSUM-Institut München: Die nächste Weiterbildung «Erziehungskompetenz stärken – Elternberater/in Frühe Kindheit» beginnt am 15/16. Oktober 2010. Kursleitung Christiane Kutik. Näheres unter: Tel. 0 89/ 9 27 296 76, www.ipsum-institut.de

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

Aufklärende Bücher, die die Seele berühren: z.B. Vorbereitung auf den Ernstfall, wenn nach «7» fetten Jahren «7» magere folgen ... und die Banken geschlossen bleiben // Das 6. Siegel ist geöffnet – Christus entschlüsselt uns die geheime Offenbarung des Johannes // Prospekt: 0 93 42/ 91 84 18 / www.leser-verlag.de

Wir nehmen Ihre Bücherspende für ANTHROPOS-NJ in liebevolle Hände. ANTHROPOS-NJ ist ein kleiner gemütlicher Treffpunkt für Freunde der Anthroposophie im Süden Göttingens. Wir suchen laufend Bücher aus anthroposophischen Verlagen – von Steiner GA bis Momo. Wir streben nicht nach Gewinn. L. und R. Werth (ANTHROPOS-NJ), Hauptstr. 5, 37133 Friedland / OT Niedernjesa, Tel.: 0 55 09/ 4 40, E-Mail: ANTHROPOS-NJ@freenet.de

SEKEM

besuchen und sich begeistern lassen!

neu!
Kairo & Alexandria & Siwa & MersaMatruh & SEKEM
SEKEMpur • SEKEMpur & Dahabeya •
SEKEM & Luxor • SEKEM & Wüste •
SEKEM & DesertLodge • SEKEM & Rotes Meer in
Sahl Hasheesh **** El Gouna **** Safaga ****
und in Hurgada im Gästehaus des Deutschen
Honorarkonsuls

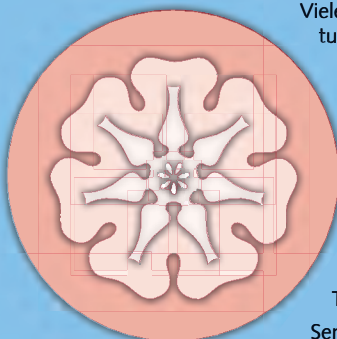
Kairo&Wüste&Luxor&SEKEM mit Dr. Jana Loose*
*Ägyptologin und Vorstand der AG der Niederlande
plus begleitet durch erfahrenen Reise-/Expeditionsarzt

SEKEMplus individuelle Termine und Ziele
Programm 2010/11

Oktober 10. und 17. und 31.
November 6.* / 7. und Dezember 19. / 26.
2. Januar und 20. Februar
17. / 24. April und 1. Mai
Anmeldeschluss in der Regel 4 Wochen vorher!

SEKEM-Reisen
Tel 0 75 56/93 17 77; Fax 0 75 56/93 13 85
info@sekem-reisen.de – www.sekem-reisen.de

Berufsbegleitendes Anthroposophisches Studienseminar 2010/2011



Viele Menschen suchen heute nach Vertiefung ihres spirituellen Lebens. Die berufliche und familiäre Situation ermöglicht aber häufig kein intensiveres Kennenlernen der Anthroposophie. Deshalb gibt es seit 2008 das Berufsbegleitende Anthroposophische Studienseminar in Stuttgart.

Das nunmehr dritte Studienjahr wird unter dem Motto stehen:

«Die Christus-Wesenheit, die Widersachermächte und der anthroposophische Schulungsweg».

Es ist für die bisherigen und alle neu hinzu kommenden Teilnehmer offen.

Seminartermine sind 5 Wochenenden in Stuttgart sowie jeweils eine 3-tägige Intensiv-Einheit zum Einstieg und zum Abschluss. Beginn: Oktober 2010, Abschluss: Juni 2011

Interessenten wenden sich an die Anthroposophische Gesellschaft in Deutschland, z.Hd. Agentur «Von Mensch zu Mensch», Zur Uhlandshöhe 10, 70188 Stuttgart, Tel. 0711 248 50 97, email aneider@gmx.de. Das Studienseminar kann als Fortbildung bescheinigt werden.

 Anthroposophische Gesellschaft in Deutschland

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

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



Sie haben Freude daran, an der konzeptionellen und strukturellen Weiterentwicklung einer sozialtherapeutischen Lebensgemeinschaft?

Die Camphill Lebensgemeinschaft Königsmühle sucht für eine ihrer drei Hausgemeinschaften **Hausverantwortliche** – Familie mit Kindern oder Ehepaar sind willkommen – für eine Person ist ein staatlich anerkannter Abschluss erforderlich.

Auch für den Aufgabenbereich der **Heimleitung** wird eine engagierte Persönlichkeit gesucht.

Ihre Bewerbung richten Sie bitte an

**Camphill Lebensgemeinschaft
KÖNIGSMÜHLE**

Schöntalstrasse 9 in 67434

Neustadt/Weinstrasse

z. Hd. Nils Ehmcke

Tel.: 0 63 21/72 89

E-Mail: koenigsmuehle@t-online.de

www.camphill-rheinland-pfalz.de



Wir sind eine moderne weltoffene Gemeinschaft von rund 250 Menschen mit oder ohne Behinderung, die ihre Wurzeln in der gelebten Antroposophie findet.

AUSBILDUNG HEILERZIEHUNGSPFLEGER/IN

STAATLICH ANERKANNT

- LEBEN** Leben Sie in Großfamilien, Arbeiten mit in der Landwirtschaft, den Werkstätten oder Haushalten.
- ARBEITEN**
- LERNEN** Lernen Sie den Aufgaben der Gegenwart und Zukunft zu begegnen.
- HEILEN** Voraussetzung ist ein mittlerer Bildungsabschluss und ein Vorpraktikum von 12 Monaten.
- ERZIEHEN**
- PFLEGEN**

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 Ausbildung im Tennental, weil mir nirgendwo sonst so viele außergewöhnliche Menschen begegnet sind.“
Marlies Towers, Seminaristin

www.tenntental.de

Achtsamkeit und Wertevermittlung die Wirksamkeit der Erlebnispädagogik



Fr. 1.10.2010 -

So. 3.10.2010

Stuttgart: Rudolf Steiner Haus,
Freie Waldorfschule Uhlandshöhe

Vorträge und Workshops:

Prof. Dr. Manfred Spitzer

Dr. Michaela Glöckler

Dr. Karl Gebauer

Prof. Hans Joachim Wagner

Prof. Dr. Peter Loebell

Informationen und Anmeldung unter:

www.aventerra.de/tagung

AVENTERRA® e.V.
Reisen und Lernen mit Hand, Herz und Kopf

www.aventerra.de
Email: info@aventerra.de
Tel.: 0711 470 42 15

In Kooperation mit
 Bund
der Freien
Waldorfschulen

EURYTHMIESCHULE BERLIN

Eine fundierte Ausbildung auf den klassischen Grundlagen der Eurythmie



STUDIEN
INFO
TAG

Samstag, 4. September 2010
10.00 bis 16.00 Uhr

Interessenten für eine Eurythmie-Ausbildung haben die Möglichkeit, einen Tag lang praktisch zu erleben, was es heißt Eurythmie zu studieren, sowie Lehrer und Mitstudenten kennen zu lernen. Anmeldung erbeten!

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

Berufsbegleitende Fortbildung zum/zur Pädagogischen Berater/in

Ein neuer Kurs beginnt im Oktober 2010

mit Henning Köhler (Hauptreferent), Dipl. Päd. Ute Wagner-Zavaglia (Gespräche), künstlerischen Kursen (Malen, Porträtzeichnen, Eurythmie, kreatives Schreiben, Bogenschiessen) und vielen Gastdozenten wie z.B. Dr. Ulf-Jürgen Beckmann, Prof. Dr. Manfred Gerspach, Jelle van der Meulen, Johannes Stüttgen, Dr. Markus Fingerle, Dr. Hartmut Sautter u.a.

Bitte fordern Sie die Unterlagen an im Sekretariat des JKI, Weberstrasse 20, D-72622 Nürtingen, Tel. 07022-55505, E-Mail: info@janusz-korczak-institut.de

jki



JANUSZ
KORCZAK
INSTITUT

Nürtingen | Köln | Verona | Karlsruhe



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

DIE NÄCHSTE AUSGABE OKTOBER 2010 ERSCHEINT AM 21. SEPTEMBER 2010

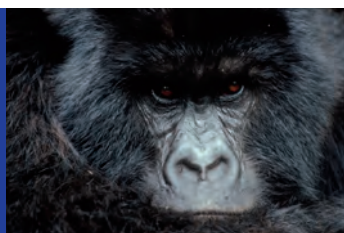
sprechstunde

BLAUBEEREN – EIN GESUNDES GESCHENK DES WALDES

augenblicke

WAFFEN, WALD UND SANFTE RIESEN – IM LAND DER GORILLAS

im gespräch

GREGOR RISI – VERANTWORTUNG ÜBERNEHMEN

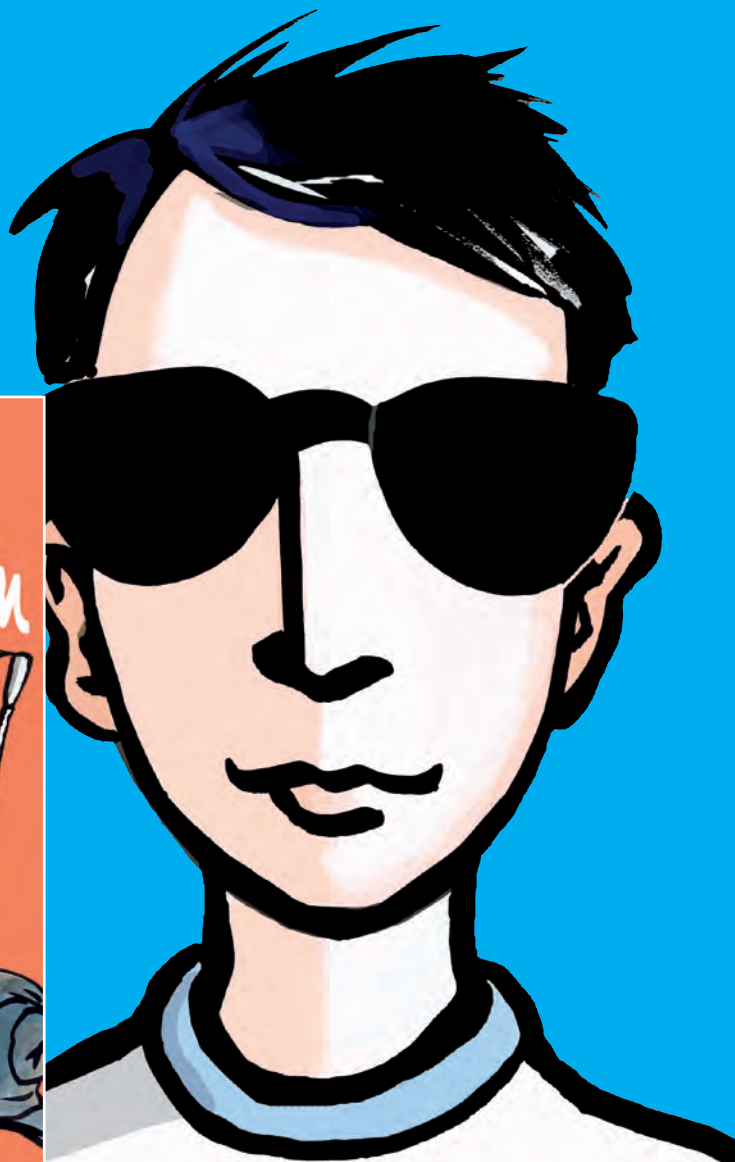
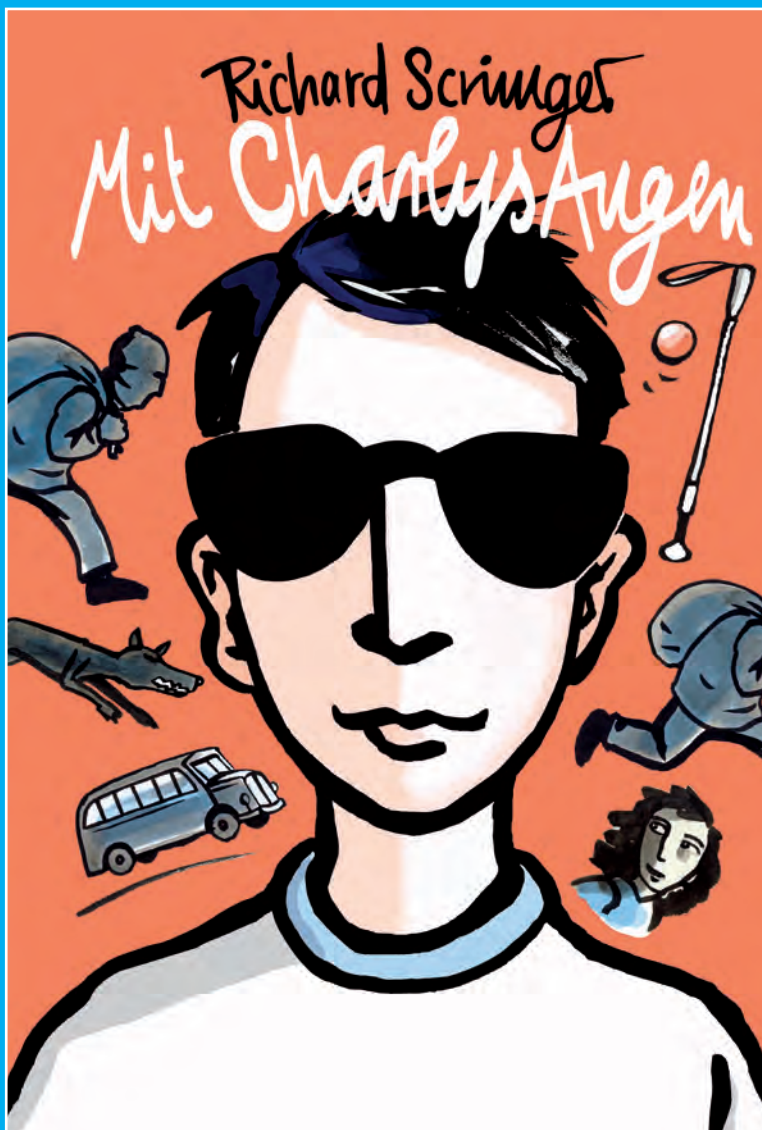
In allen westlichen Industriestaaten ist eine erhebliche Zunahme von Anträgen zur Rente wegen Erwerbsunfähigkeit festzustellen, deren Ursachen unklar sind. Der Arzt Gregor Risi ist an der medizinischen Fakultät der Universität Basel tätig, die u.a. medizinische Gutachten für Invaliden- und Unfallversicherungen erstellt und diese Probleme auch erforscht. Wie ist dieser Trend zu erklären? Welche gesellschaftlichen und individuellen Perspektiven gibt es, damit eine frühe Rente nicht zur biographischen Sackgasse wird?



In diesen Buchhandlungen und Geschäften 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:** Bücherkabinett | Braun & Hassenpflug | Kaesebiersche Hofbuchhandlung | **Betzdorf:** Sarrazin | **Bexbach:** buchkultur – Schwartz | **Bielefeld:** Buchtipp | Lebensbaum | **Bietigheim:** Buchhandlung Exlibris | Pinocchio | **Blankenheim:** Bücherecke | **Blaubeuren:** Buchhandlung Holm | **Bleckede:** Hohmann | **Bochum:** Bücherstube Lesezeichen | **Bonn:** Buchhandlung am Paulusplatz | **Böhl-Iggelheim:** Buchhandlung Böhler Bücherwurm | **Braunschweig:** Graff | **Bremen:** Morgenstern Buchhandlung | **Bruchsal:** Buchhandlung am Kübelmarkt | **Brühl:** Bücherinsel Brühl | **Bühl/Baden:** Papillon | **Butzbach:** Hess Natur | **Buxtehude:** Schwarz auf Weiß | **Celle:** Sternkopf & Hübel | **Chemnitz:** Buchhandlung Schulz | **Coburg:** Novalisbuchhandlung | **Darmstadt:** Bessunger Buchladen | Lesezeichen | Schirmer | tegut ... (Weiterstadt) | **Diepholz:** Buchhandlung Schöttler | **Dillenburg:** Buchhandlung Rübezahl OHG | **Dortmund:** Niehörster | **Dreieich:** Sprendlinger Bücherstube | **Dresden:** Buchhandlung & Antiquariat Reimers | **Duisburg:** Roskothlen | **Düsseldorf:** Buchhandlung am Wehrhan | Regenbogenbuchhandlung | **Echzell:** Allerleirauh Buchhandlung | Buch und Spiel | **Eckernförde:** Spielkiste | **Emden:** Lesezeichen | **Engtingen:** Libresso | **Erlangen:** Kornblume | **Eschwege:** Buchhandlung Braun | **Essen:** Alex liest Agatha | Kinderkram v. Brinkmann | **Fellbach:** Rampp | **Filderstadt:** Spielzeug und Bücher | Filderklinik | Oesterlin | **Finnentrop:** Bh. Am Rathaus | **Finning:** Finninger Buchhandlung | **Flensburg:** Regenbogen | **Forchheim:** 's blaue Stäffala | **Frankenberg:** Buchhandlung I. Jakobi | **Frankfurt/M.:** Amselhof | Hillebrecht | Naturkost Eschersheim | **Freiburg:** Buch- und Medienservice Burkhardt | **Freudenstadt:** Buchhandlung Leseinsel | **Fulda:** Paul + Paulinchen | Rathaus Buchhandlung | **Geldern:** Buchhandlung Keuck GmbH | Der Bücherkoffer | **Gelnhausen:** Schatzkiste | **Geldern:** Buchhandlung Keuck GmbH | Der Bücherkoffer | **Gera:** Fr. Brendel's Buchhandlung | Kanitz'sche Buchhandlung GmbH | **Gladbeck:** Humboldt | **Göttingen:** Hertel | **Großostheim:** Büchertreff | **Grünstadt:** Garamond Buchhandlung | **Haan:** Gruitener Buchhandlung | **Hamburg:** Buchhandlung Nautilus (Altona) | Buchhandlung Christiansen | Ida von Behr | Hier + Jetzt | Kibula | Nautilus Buchhandlung | Rudolf Steiner Buchhandlung | Weiland Mercado (Altona) | **Hannover:** Bücherstube Bothfeld | Morgenstern Buchhandlung | Tao | **Heidelberg:** Eichendorff-Buchhandlung | Lichtblick | Wiebinger Buchladen | **Heidenheim:** Buchhandlung Konold | Buchhandlung Masur | **Heilbronn:** Naturata | Kinderparadies | **Heilsbronn:** Buchhandlung am Turm | **Henstedt-Ulzburg:** Buchhandlung Rahmer | **Herdecke:** Herdecke Bücherstube | **Herdwangen:** Drei Meilenstiefel | **Herford:** Provinzbuchladen | **Hermisdorf:** Buchhandlung Hofmann | **Herrenberg:** Buchhandlung Schäufele | **Hof:** Die kleine Buchgalerie (im Altstadt-Hof) | Kleinschmidt | **Hofheim:** Buchhandlung am alten Rathaus | Die Bücherkiste | **Horneburg:** Horneburger Bücherstube | **Husum:** Buchhandlung Delf | Schlossbuchhandlung | **Idstein:** Hexenbuchladen | **Immenstaad:** Bücherstube Sabine Bosch | **Kaiserslautern:** Blaue Blume | **Kaltenkirchen:** Fiehland | **Kandern:** Buchhandlung Berger | **Karben:** Karbener Bücherstube | **Karlsruhe:** Kaufladen | Kunsthandlung Gräff | Spinnrad | **Kassel:** Martinus-Buchhandlung | **Kehl:** Baumgärtner | **Keltern:** Tast | **Kempten:** Fingerhütchen | Köfelsche Buchhandlung | Lesezeichen | **Kiel:** Buchhaus Weiland | Die Kinderstube | Mittendrin | **Koblenz:** Artem andere | Buchhandlung Heimes | **Köln:** Buchhandlung Stein | Maßstab | Naturata (Lutz Göbel) | **Köngen:** Köngener Bücherstube | **Konstanz:** Buchkultur Opitz | **Krefeld:** Der Andere Buchladen | **Landshut:** Bücherinsel | Bücher Pustet | **Landstuhl:** Buchhandlung Stützel KG | **Langen:** Litera GmbH | **Lauffen:** Hölderlin | **Lauterbach:** Das Buch | Lesezeichen | **Leipzig:** Shakunda Mineralien- und Buchhandlung | **Leonberg:** Bücherwurm | Röhm im Leo-Center | **Leverkusen:** Gottschalk | **Lienen:** Teuto-Apotheke | **Lindau:** Buchhandlung Altemöller | **Ludwigsburg:** Paradies-Gärtchen | **Lübeck:** Buchhandlung Arno Adler | **Lüdinghausen:** Buchladen Reminghorst | **Lüneburg:** Das Lädchen an der R.Steiner Schule | Perl | **Mainz:** Diehl Buchhandlung | Nimmerland | **Magdeburg:** BioLaden Alles Natur | **Mannheim:** Der Bücher-Wirth | Naturata | Quadrate Buchhandlung | Xanthippe | **Marburg:** Lesezeichen | **Markdorf:** Wälischmüller | **Markt Schwaben:** Tagwerk MS Bio-Markt | **Meerbusch:** Buch- und Kunstkabinett Mönter | **Melle:** Naturprodukte Tiarks | **Mendig:** Waldecker | **Mosbach:** Kindler's | **Mülheim a. d. R.:** Buchhandlung Tara | **Müllheim:** Beidek | Naturkost Löwenzahn | **München:** Hugendubel Nymphenburg | Kunst + Spiel | **Münsingen:** Bh. Im Pflegerhaus | **Münster:** Buchhandlung Laurin | Wunderkasten | **Nagold:** Zaiser | **Nastätten:** Bücherland | **Neu Wulmstorf:** Bücherforum | **Neubiberg:** Lentner'sche | **Neunkirchen:** Bücher König | **Neunkirchen-Seelscheid:** Krein | **Neustadt:** Neustadter Bücherstube, Cherdron & Speckert | **Niederfischbach:** Buche | **Niefern-Öschelbronn:** Bücherstube Johanneshaus | **Nordhausen:** Gerhard Rose | **Nürnberg:** Buchladen | Bücher Raum | Bücherstube Martin | Bücherwurm | Gostenhofer Buchhandlung | Buchhandlung Else Weidinger | Hugendubel | KaKuze-Buchladen | **Nürtingen:** Buchhandlung im Roten Haus | **Offenburg:** Akzente | Phantasia | **Oldenburg:** Plaggenborg | **Oldenburg/Holst.:** Buchhandlung Glöss | **Oppenheim:** Buchhandlung am Marktplatz | **Osnabrück:** Altstadter Bücherstube | Dombuchhandlung | **Ottersberg:** Froben | Kunst- und Bücherversand | **Pforzheim:** Gondrom | Kulturhaus Osterfeld e.V. | **Pfullendorf:** Heygster | **Pirmasens:** Jung & Buchheit | **Poing:** Mehr fürs Lesen | **Prien:** BUKS Buch und Kinderspiel | **Prüm:** Buchhandlung Hildesheim | **Ransbach:** Kannenbäcker Bücherkiste | **Rendsburg:** Buchhandlung Albers | Coburg'sche Buchhandlung | **Roetgen:** Lesezeichen | **Rödermark / Ober Roden:** Seitenansicht | **Rosenheim:** Buchhandlung Bücherfamulus | **Saarbrücken:** Janus | Naturata | Spiel & Kunst | **Schopfheim:** Grünkern | **Schleswig:** Die Eule | **Selm:** Möller | **Siegen:** Buchhandlung Bücherkiste | Pustebäume | **Sinzig:** Lesezeit, Bücher & Wein | **Soest:** Rittersche | **St. Blasien:** Törle-Maier | **St. Wendel:** EKZ | **Steinen:** Buchhandlung Schmitt | **Steinenbronn:** Steinenbronn Buchhandlung | **Stuttgart:** Buch & Spiel im Markt am Vogelsang | Buchhandlung am Urachplatz | Engel | Pörksen | Heidehof Buchhandlung | Klaus Ebert | Konrad Wittwer – Unibuch Hohenheim | Tausendschön | **Tettmang:** Lernwerkstatt Brunold | Montfort Buchhandlung | **Tittmoning:** Buch & Kunst am Gerberberg | **Trier:** Impuls | Gegenlicht Buchhandlung | **Tübingen:** Kornblume Bio-Laden | **Tuttlingen:** Greuter | **Überlingen:** Naturata | Odilia | Überlinger Antiquariat | **Ulm:** Jastram | **Usingen:** MOMO-Naturkost | **Versmold:** Buchhandlung Krüger | **Viersen:** Dülkener Büchereck | **Villingen-Schwenningen:** Bücherstube | Naturata | Natur und fein | **Waiblingen:** Der Laden | **Wächtersbach:** Dichtung & Wahrheit | **Wangen i. A.:** Ceres, Bücher und Naturwaren | **Wedel:** Wolland | **Wermelskirchen:** Bücher vom Stein | **Wetzlar:** Kunkel | **Wiesbaden:** Aeon | erLesen | **Wiesloch:** Dörner | Eulenspiegel | **Winterbach:** Buchhandlung in der Stütze | **Witten:** Krüger | **Wittlich:** Buchhandlung und Antiquariat Rieping | Hofladen | **Wolfsburg:** Buchhandlung Sopper | **Wuppertal:** Bücherladen | Grüner Laden | **Würzburg:** Buchladen Neuer Weg | **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:** Schlössliaden | **Kriens:** idée livre | **Liestal:** Rapunzel | **Muri:** Colibri | **Reinach:** Hauptstraße 8 | **Schaffhausen:** Allerleirauh | Gesundheit & Entwicklung GmbH | **St. Gallen:** Rösslior Bücher | **Thusis:** Kunfermann | **Wetzikon:** Buchhandlung Kolb | **Will:** Ad:Hoc | **Zofingen:** Mattmann | **Zürich:** Buchhandlung Beer | Im Licht | **ÖSTERREICH:** **Feldkirch:** Cervantes & Co, Buch und Wein | **Gallneukirchen:** Bücherinsel | **Gratz:** 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 | Ernster | Naturata | **BELGIEN:** **Antwerpen:** De kleine Prins | **NIEDERLANDE:** **Den Haag:** De Haagse Boekeriej | **Zeist:** De Nieuwe Boekeriej | **Amsterdam:** Zailing Boekeriej

**Ich sehe was, was
Du nicht siehst!**



Richard Scrimger

Mit Charlys Augen

Aus dem Englischen von Michael Stehle

285 Seiten, gebunden

€ 13,90 (D) | (ab 11 Jahren)

ISBN 978-3-8251-7745-4

jetzt neu im Buchhandel!

Charlys Vater wird verdächtigt, mit einer Strumpfmassage verkleidet eine Bank ausgeraubt zu haben. Natürlich ist Charly von der Unschuld seines Vaters überzeugt, aber warum sollte die Polizei einem 14-Jährigen glauben? Es gibt nur noch eine Möglichkeit, seinen Vater vor dem Gefängnis zu bewahren: Charly und seine Freundin Bernadette müssen den echten Strumpfmassen-Räuber finden.

Dabei hat Charly im Moment ganz andere Sorgen. Immerhin muss er sich an seine neue Schule gewöhnen, und das ist gar nicht so einfach, wenn man ein paar ziemlich Idioten in der Klasse hat, von denen der Schlimmste es auch noch auf Charly abgesehen hat. Außerdem stellt eine neue Schule immer eine große Herausforderung dar – vor allem wenn man blind ist.

Urachhaus



Wollige Fantasien

Die Designerin Angelika Wolk-Gerche hat schon früh erkannt, dass sich mit dem als «Märchenwolle» bekannt gewordenen wollig-zarten Material wunderbar künstlerisch und fantasievoll arbeiten lässt. Nun hat sie ihre Erfahrungen beim Herstellen, Färben und Verarbeiten gesammelt und regt mit zahlreichen Ideen – von der Einzelfigur bis zum dreidimensionalen Wandbild – zum eigenen kreativen Gestalten an.

Angelika Wolk-Gerche
Das große Buch der Märchenwolle
Herstellen – Verarbeiten – Gestalten
213 Seiten, durchg. farbig, gebunden
€ 24,90 (D) | ISBN 978-3-7725-2270-3
jetzt neu im Buchhandel!



www.geistesleben.com

Verlag Freies Geistesleben: *Ideen für ein kreatives Leben*

