

E 51125
nr. 145

januar | 2012

Freies Geistesleben
Urachhaus

a tempo

Das Lebensmagazin



Wenn Wasserriesen die Welle reiten Ressourcen der Seele: Vertrauen

im Gespräch

Georg Schramm – der scharfsichtige Philanthrop

04 im gespräch

Georg Schramm Sagen, was verschwiegen wird

Wer das Kabarett kennt, kennt ihn und würde doch auf der Straße ohne aufzumerken an ihm vorbeigehen – Georg Schramm: gelernter Panzersoldat, gelernter Psychologe, gelernter Betriebsrat, der in seinen Rollen so vollkommen aufgeht, dass man minutenlang nicht glauben kann, tatsächlich ihm und nicht irgendeinem Komparsen gegenüberzusitzen, während er längst bereitwillig und ohne jede Starattitüde in ein Gespräch eingestiegen ist, an dessen Verlauf er um der Sache willen ehrlich interessiert ist.



08 thema

«Vertrauen, dieses schwerste ABC»

10 willis welt

Gefangen in der Extremnormalität

11 mensch & rhythmus

Die Sehnsucht nach dem Neuen

14 augenblicke

Wenn Wasserriesen die Welle reiten

Sie sind hochhaushoch und mehrfamilienhausbreit, sie transportieren auf den Wassern der Ozeane ungezählte Container und Kisten, die randvoll gefüllt sind mit allem, was in der Welt produziert wird. Sie sind selbst wie schwimmende Welten, sind die Riesen der Meere. Wenn sie ihr Ziel erreicht haben, dann brauchen diese Transportriesen einen Zwerg: den Lotsen in seinem Boot, das einer Nusschale gleicht. Dann kommt der Kleine an Bord und reitet mit dem Großen auf der Welle, die ihn sicher in den Hafen führt.



20 sprechstunde

Silber – im Spiegel des Mondes

23 weiterkommen

«Wirf den Helden in dir nicht weg!»

Die Seiten der Zeit

inhalt / impressum 2 | editorial 3 | im gespräch 4 | thema 8 | willis welt 10 | mensch & rhythmus 11 | kalendarium 12 | augenblicke 14 | sprechstunde 20 | sonne, mond & sterne 22 | weiterkommen 23

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

Christiane Woltmann
Tel. 07 11 | 2 85 32 34
Fax 0711 | 2 85 32 11
woltmann@geistesleben.com

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.

© 2012 Verlag Freies Geistesleben & Urachhaus GmbH

Druck:

VPM Druck KG, Rastatt

In jedem Augenblick

Als der ungarische Philosoph Georg Kühlewind am 15. Januar 2006 in seiner Geburtsstadt Budapest starb, blieb seine Arbeit an seinem letzten Buch über «das leere Bewusstsein» Fragment. Geschult in den Methoden und Inhalten der klassischen Philologie und griechischen Mythologie wie auch in den Phänomenen und Theorien der physikalischen Chemie, über die er als Professor an der Technischen Universität in Budapest lehrte, wandte er sich 1979 mit fünfundfünfzig Jahren der Philosophie und anthroposophischen Geisteswissenschaft als freier Autor und Vortragender zu. Drei Jahre zuvor war sein erstes Buch im Westen erschienen: *Bewusstseinsstufen – Meditationen über die Grenzen der Seele*. Es war ein gewagter Schritt für einen, der «hinter» dem «Eisernen Vorhang» lebte, und damals nur unter dem Pseudonym «Georg Kühlewind» möglich, ohne sich allzu sehr zu gefährden.

Einige Seiten nur vom ersten von vier Teilen seines letzten Buches hatte also Georg Kühlewind dreißig Jahre nach seinem ersten Buch verfasst gehabt, als er starb. Sie handeln vom «leeren Bewusstsein im Alltag» und von der «geistigen Struktur des Menschen und der Welt». In seinen Notizheften aber hatte er einiges an Beobachtungen und Gedanken, Zitaten und Übungen im Hinblick auf das vorgenommene Buch festgehalten. In seinem 17. und letzten Notizheft, das nun als Buch erschienen ist, finden sich sieben Zeilen, wie sieben Stufen zum Gewährwerden der Gegenwart. Jede Stufe ist eine freie Eroberung des erkennenden und schöpferisch tätigen Menschen zur Welt hin und zu sich selbst:

- In jedem Augenblick: Anfang
- Hebe deinen Blick
- Wir wachsen von oben
- Dies alles ist Licht
- Du bist
- Aufmerksamkeit – Welt
- Aufmerksamkeit *ist* Gegenwart.*

Mögen wir, liebe Leserin und lieber Leser, den Mut zu uns selbst und das Vertrauen in die Welt finden, um in jedem Augenblick gegenwärtig zu sein.

Von Herzen grüßt zum neuen Jahr,



Ihr Jean-Claude Lin



* Georg Kühlewind: *Licht und Leere. Das letzte Notizheft und ein Fragment*, erschienen im Verlag Freies Geistesleben, Dezember 2011.



Georg Schramm

Sagen, was verschwiegen wird

Georg Schramm im Gespräch mit Ralf Lilienthal | Fotos: Wolfgang Schmidt

Wer das Kabarett kennt, kennt ihn und würde doch auf der Straße ohne aufzumerken an ihm vorbeigehen – Georg Schramm. Der mit der Armprothese, «Dombrowski», die wahrscheinlich einzige kabarettistische Figur, die aufbrandenden Beifall mit ärgerlicher Handbewegung zum Schweigen bringt. Dombrowski, bekennender Preuße, ein Schimpfierer, der gelegentlich Sachen sagt, die ihm selbst die Sprache verschlagen, so klug sind sie. Georg Schramm. Der mit der hellgrauen Bundeswehr-Offiziersjacke, «Oberstleutnant Sanftleben», der gerne ein Glas über den Durst trinkt und Scherze unter der Gürtellinie macht und so unbekümmert Stammtschwahrheiten verkündet, dass die Stammtschpatrioten ihn darum beneiden dürften. Georg Schramm. Der alte hessische Sozialdemokrat, «August», der kaum einen Satz richtig zu Ende sprechen kann, dabei aber Sätze raushaut, deren resignativ-melancholische Botschaften ohne Umweg unter die Haut gehen. Georg Schramm, gelernter Panzersoldat, gelernter Psychologe, gelernter Betriebsrat, der in seinen Rollen so vollkommen aufgeht, dass man minutenlang nicht glauben kann, tatsächlich ihm und nicht irgendeinem Komparsen gegenüberzusitzen, während er längst bereitwillig und ohne jede Starattitüde in ein Gespräch eingestiegen ist, an dessen Verlauf er um der Sache willen ehrlich interessiert ist.

Ralf Lilienthal | Kabarettist ist nicht gerade ein klassischer Ausbildungsberuf. Und ein Blick auf die Großen der Zunft legt nahe, dass eigentlich nur die Summe der Biographie hinreicht, deren Wirksamkeit zu verstehen. Wo liegen die frühen Wurzeln des Kabarettisten Georg Schramm?

Georg Schramm | Ich bin 1949 geboren und in Bad Homburg, damals die Stadt mit der höchsten Millionärsdichte, in äußerst kargen Verhältnissen aufgewachsen. Mein Vater war Hilfsarbeiter, Alkoholiker und das schwarze Schaf der Familie. Dass ich das einzige Proletenkind auf dem Gymnasium war, verdanke ich dem Sputnik-Schock und dem Versuch der hessischen SPD, die Bildungsreserven des Landes auszuschöpfen. Ich war Außenseiter, wollte nicht so sein wie die anderen, wollte aber auch nicht als jemand erkannt werden, der anders ist. Klassenkaspar und Klassensprecher! Das prägt und macht bis heute meine ironische Stärke aus.

RL | Gab es Anleitung in angewandter Ironie? Lehrer, die Ihr Dilemma begriffen und Ihnen über den Abgrund geholfen haben?

GS | Nein. Aber es gab meine Mutter. Eine sehr bewusste und lebenskluge Sozialdemokratin. Eine einfache, ungebildete Frau, trotzdem sehr geschickt und voller Herzensbildung. Und es gab Tucholsky, dessen sämtliche Werke ich geschenkt bekommen hatte und den ich von vorne bis hinten und wieder zurück gelesen habe. Ich habe unendlich viel daraus gelernt. Inhaltlich und was die Feinheiten der Sprache betrifft. Eine Zeit lang habe ich im Tucholsky-Stil Rezensionen über mich geschrieben und mich total verrissen!

RL | Und wie war Ihr Zugang zum Kabarett selber?

GS | Ich kannte – allerdings nur aus dem Fernsehen – die Münchener *Lach- und Schießgesellschaft*. Dieter Hildebrand vor allem, der – rückblickend betrachtet – ein Stück demokratische

Kultur der Bundesrepublik ist. Dazu noch Lore Lorenz und das *Kom(m)ödchen*. Und die *Stachelschweine*.

RL | Und weil Sie irgendwann auch Kabarettist sein würden, haben Sie sich als Zeitsoldat bei der Bundeswehr verpflichtet?

GS | Genau! Nein, tatsächlich hatte ich nicht den «Mumm», den Kriegsdienst zu verweigern. Außerdem wollte ich meinen Eltern nicht auf der Tasche liegen und bin mit einer klaren Kalkulation dorthin gegangen. Mit 15.000 DM Abfindung und regelmäßiger Semesterferienarbeit wollte ich ein Studium finanzieren. Eine Rechnung, die allerdings nicht aufging. Am Ende der Offiziersausbildung gab es wegen «disziplinarischer Schwächen und negativem Einfluss auf die Offiziersanwärter» eine Fünf in «Charakter und Persönlichkeit». Unabhängig von meinen anderen Leistungen war ich durchgefallen, und die Hälfte meiner Abfindung war weg.

RL | Eine Entscheidung, die die Bundeswehr mit Blick auf «Oberstleutnant Sanftleben» bis heute bereuen dürfte! Auch der Psychologe Schramm hat sich in viele Bühnenprogramme hineingeschrieben. Wie kam es zu dieser Berufswahl?

GS | «Du kannst doch gut reden! Warum studierst du nicht Psychologie? Das Fach hat Zukunft.» Solche Sprüche im Bekanntenkreis haben mich letztlich in die Hörsäle der Bochumer Universität gelotet, wo mich ein sehr amerikanisiertes Fach erwartete. Lehrbücher in Englisch. Sehr viel Mathematik. Tatsächlich habe ich mein Studium nicht in die Tiefe getrieben, sondern mich lieber politisch weitergebildet. Kabarettistisch folgenreich war dann nach dem Examen mein Einstellungsgespräch an einer neurologischen Reha-Klinik am Hochrhein. Der Personalchef, dem mein Vollbart und die langen Haare missfielen, entdeckte drei fehlende Jahre in meinem Lebenslauf. Meine Antwort ließ ihn aufhorchen. ▶



► «Bundeswehr? Freiwillig? Welche Waffengattung, wenn ich fragen darf?» – «Ich bin Panzermann!» – «Nein! Das verheimlichen Sie mir?» Dann hat er alles über den neuen *Leopard* wissen wollen. «Dolles Ding!» In der Beurteilung hieß es später: «Den Mann nehmen wir, der ist gut!» Daraus wurde die erste Kabarettnummer, die ich in meinem Leben geschrieben und die ich dann zehn Jahre gespielt habe. Später hat sich herausgestellt, dass der Personalchef bei der Waffen-SS gewesen war und berüchtigte Kamaradentreffen organisiert hat.

RL | Sie waren dann immerhin zwölf Jahre Klinik-Psychologe und fest im bürgerlichen Leben installiert. Was hat ihr «innerer Kabarettist» dazu gesagt?

GS | Ihm fiel auf, dass ich zwar die Rolle eines Psychologen glaubwürdig spielen konnte, dass ich aber als echter Psychologe schlechter und schlechter wurde, mit meinem Berufsbild nicht mehr klar kam und ernsthaft über eine Gewerkschaftskarriere nachzudenken begann. Und dass mich die Vorstellung beunruhigt hat, so weiterzumachen, bis ich irgendwann eine Eigentumswohnung im Altersheim erwerben würde. In dieser Zeit kam das Angebot eines Freundes, bei der Gründung einer Laienspielgruppe mitzumachen. Zwei Jahre später sind wir dann mit einem Kabarettprogramm aufgetreten.

RL | Und der kometenhafte Aufstieg des Georg Schramm begann?

GS | Falsches Bild! Das Aufstiegstempo hatte nichts von einem Kometen, dafür ist aber das Abstiegstempo so langsam, dass ich bis heute nicht verglüht bin. Die Entscheidung, meine bürgerliche Existenz aufzugeben und als Unbekannter zu starten, war der Mut der Verzweiflung. Und was ich auf der Bühne tat, war der Mut der Ahnungslosigkeit, verbunden mit dem blinden Drang, systematisch gegen die Erwartungen der Zuschauer anzuspielden. Das hat dann den kleinen Ruhm begründet: «Der macht etwas völlig anderes.»

Tatsächlich hat es Jahre gedauert, bis ich mich auf niedrigem Niveau stabilisiert hatte.

RL | Als dann später im *Scheibenschwinger* die Kehraus-Monologe ihrer Dombrowski-Figur zur Institution wurden, kam ganz Kabarett-Deutschland in den Genuss einer wirklich originären neuen Variation des Spott-Genres. In Ihren Bühnenrollen kommentieren Sie nicht nur, zugleich spielen Sie diese Rollen, teilweise dialogisch, wie ein veritabler Schauspieler.

GS | Das Einpersonenkabarett ist eigentlich aus materiellen Gründen geboren, da man als Ensemblemitglied selten eine Familie ernähren kann. Ohne Mitspieler fehlen aber auf der Kabarettbühne bestimmte emotionale Elemente. Das wird durch meine Figuren teilweise wieder aufgehoben, indem ich sie nicht nur andeute, sondern versuche, in sie hineinzukriechen. August zum Beispiel – viele Zuschauer haben ihn deswegen ins Herz geschlossen, weil er ein Familienmitglied sein könnte. Mit seiner ganz eigenen Sicht auf die Dinge bewegt er sich immer in der Nähe dessen, was wir für wahr und wichtig halten. Das ist zu Dombrowskis intellektuellem Bombardement ein unverzichtbares Gegengewicht in meinen Programmen.

RL | Wer Dombrowskis scharfsinnigen Überlegungen folgt, wird immer wieder auf die manipulative Macht der Sprache aufmerksam gemacht – ein Thema, das sich durch Ihre Programme durchzieht?

GS | Das stimmt. **Ich habe von klein auf ein Gespür dafür entwickelt, was jemand meint, auch wenn er es nicht sagt.** Sprache kann ein sehr wirksames Herrschaftsinstrument sein. In einem früheren Programm habe ich fast eine halbe Stunde lang in Motivations- und Moderatorensprache zum Publikum geredet. Immer in der Hoffnung: Wer darauf hereinfällt, wird beim nächsten Mal vielleicht merken, dass er manipuliert werden soll.



Georg Schramm

RL | Es sei denn, er wurde bereits Opfer der «systematischen Verblödung», wie Dombrowski das nennt.

GS | Das ist keine Floskel! Nehmen Sie die Schule. In jeder Festtagsrede hören wir, dass wir in einem Land ohne Rohstoffe leben und unsere wertvollste Ressource die Bildung ist. Tatsächlich lässt die selbst-ernannte bürgerliche Elite unser Bildungssystem regelrecht verkommen. Ihr geht es gar nicht um die bestmögliche Bildung aller, sondern um Selektion und Auslese. Es geht ihr um Verführbarkeit und Konsum – oben eine solide Elite, unten Menschen, die man dazu bringen kann, jeden Mist zu kaufen.

RL | Was geht in jenen vor, die man als Akteure der systematischen Unterdrückung ausmachen kann?

GS | Diese Frage beschäftigt mich unentwegt. Wie geht es jemandem, der so systematisch lügt? Hat er keine Angst, dass man ihm dahinterkommt? Aber das ist zu naiv. Ich habe das deutliche Gefühl, diese Menschen glauben zumeist, was sie sagen. Genau wie bei Helmut Kohls legendärem Ehrenwort. Ich fürchte, er glaubt bis heute, er stehe über dem Gesetz, was ja ungeheuerlich ist!

RL | In *Meister Yodas Ende*, Ihrem aktuellen Bühnenprogramm, stimmen Sie reichlich melancholische, pessimistische Töne an – wohin geht Ihre kabarettistische Reise zukünftig?

GS | Ich habe über die Jahre hinweg viele Dinge vernachlässigt. Auch wenn ich weiterhin Sand ins Getriebe schütten möchte, reduziere ich systematisch meine Auftritte. Gleichzeitig versuche ich – im Rahmen meiner materiellen Möglichkeiten –, mich in der unmittelbaren Umgebung nützlich zu machen. Denn es gibt dort wirklich förderungswerte Projekte. Zum Beispiel bei einem Demeter-Gemüsehof, der auf der Basis privater Kredite gute Waren produziert, behutsam expandiert und dadurch in der Region Arbeitsplätze schafft. Oder die Stromrebellin aus Schönau, die ich von Anfang an aus der Nähe erlebt habe – Menschen die mit einer unglaublichen Kraft für ihre gute Sache arbeiten.

RL | Außerdem haben Sie an der Waldorfschule Ihres Sohnes ein Projekt mitinitiiert, in das Ihre eigenen, bitteren Erfahrungen einfließen.

GS | Ja, wir haben mit Benefizauftritten den Grundstock für einen Förderverein gelegt, der Familien hilft, die in materielle Bedrängnis geraten sind und sich Klassenfahrten und Ähnliches nicht mehr leisten können. Dabei handelt es sich ja keineswegs um Einzelschicksale. Es wird weitgehend totgeschwiegen, dass in den letzten zehn Jahren die deutsche Mittelschicht um über fünf Millionen Menschen kleiner geworden ist – fünf Prozent sind aufgestiegen, 95 Prozent sind abgestiegen. Die Bedeutung der Herkunft für das spätere Berufsleben ist wieder erschütternd dominant geworden. ■

Weitere Informationen und Termine sind zu finden unter: www.georg-schramm.de



Alt werden ist nichts für Feiglinge

Wer bin ich, wenn all das von mir abfällt, worauf ich mich bisher gestützt habe? Da bin ich ganz ich selbst. – Diese beiden Seiten des Alters entwickelt und vertieft

Johannes W. Schneider in seinem Buch: das schmerzvolle Abschiednehmen von so vielem, das den Menschen bisher ausgemacht hat; die Hilfen, die er annehmen lernen muss. Aber eben auch die besonderen Züge und neuen Qualitäten, die aus dem Ganz ich selbst erwachsen: die Selbstvergewisserung im wiederholten Erzählen aus dem eigenen Leben und die Fähigkeit zu grenzenloser Hingabe und Güte.

Ein Buch, das Mut macht, den eigenen Weg ins Alter mit all seinen Chancen und Herausforderungen anzunehmen.

Johannes W. Schneider

Mut zu mir selbst

Alt werden ist nichts für Feiglinge.

falter 42 | 120 Seiten, Leinen mit SU

€ 14,90 (D) | ISBN 978-3-7725-2542-1

www.geistesleben.com

gejagt.

«Vertrauen, dieses schwerste ABC»

streust

von Ruth Ewertowski

r dich.

ABC.

Zeichen

e Luft,

htbar,

ginnt,

salem,

ldene,

Nichts.

Je mehr davon die Rede ist, desto weniger ist es da. Je dringender man es haben will, umso mehr entzieht es sich. Das ist nicht nur das Zeichen der Krise, sondern liegt sachgemäß im Wesen des Vertrauens, ohne das doch nichts geht.

Wenn man Vertrauen hat wie ein Kind und lächeln kann wie ein Kind, ist es ganz einfach; wenn man es aber verloren hat und es wieder haben will, das Schwerste. Politik und Finanzmärkte singen derzeit ein Lied davon und werben um Vertrauen, doch tönt das schräg. Je mehr man den Missklang darin hört, umso besser. Denn wo Vertrauen selbst zum Kapital degradiert wird, das die Märkte beruhigen soll, wird eine der wertvollsten und unerlässlichsten Bedingungen unseres Daseins instrumentalisiert und damit missbraucht. Natürlich ist Vertrauen auch da nötig, wo's ums Geld geht. Wenn es aber mit ihm gleichgesetzt wird, hat man die Namen der Dinge verwirrt: Vertrauen kann uns nie so gehören wie Geld und offenbart sich gerade deshalb als das Wertvollere. Es ist die Basis menschlicher Existenz und wird, anders als Geld, nicht weniger durch seinen Gebrauch, im Gegenteil: es pflanzt sich fort. Die Metaphorik, die ihm angemessen ist, ist eine pflanzliche. Hingegen läuft die immer wieder bemühte ökonomische Rede, etwa auch vom «Sozialkapital», dem Vertrauen zuwider, weil sie im Grunde nur auf eine lineare Erhaltung und Steigerung sinnt, während das Wachstum des Vertrauens den vegetativen Charakter des Zyklischen hat. Es ist Same und Frucht zugleich, d.h. Vertrauen befähigt einen anderen zu dem, was ihm zugetraut wird, macht ihn zuverlässig und ehrlich, schöpferisch und fähig, über sich hinauszuwachsen. Logisch gesehen erzeugt es damit erst das, was seine Bedingung ist. Denn Vertrauen schafft die Vertrauenswürdigkeit des anderen, die eigentlich der Grund des Vertrauens ist. So geht aus der Frucht der neue Same hervor, der wieder Frucht bringen kann.

Daraus aber eine Strategie zu machen, weil statistisch gesehen Vertrauen in der Hauptsache wiederum Vertrauen und Misstrauen nur Misstrauen hervorruft, hieße auf einen Placeboeffekt bauen. Der führt, sobald er erkannt ist, nur wieder in einen Vertrauensschwund. Strategisches Vertrauen ist ein Widerspruch in sich. Es ist unglaublich wie alle vertrauensbildenden «Maßnahmen». Darin liegt eine Tragik, aber auch eine Schönheit und eine Souveränität. In den Angelegenheiten unserer Seele gehört es zu den schwierigsten, aber wichtigsten Fragen, wie wir wieder in den Zirkel des Vertrauens hineinkommen können, wenn wir einmal aus ihm herausgefallen sind. Und jeder Mensch fällt, wenn alles seinen normalen Gang geht, doch irgendwann aus ihm heraus. Denn zum einen gibt es kein Leben ohne Enttäuschungen, und zum anderen führt schon allein das Nachdenken über das Vertrauen in das Magnetfeld des Misstrauens. Wenn man nach Gründen sucht, ist es schon nicht mehr, was es einmal als ein Fragloses war. Wir fallen aus ihm heraus, weil wir rechnen oder Angst haben, weil die Gewalt einbricht oder unsere Welt so völlig unübersichtlich geworden ist und wir nicht mehr wissen, wo's langgeht. Wie kann es da wiederkommen?

Eine sehr feinsinnige Antwort auf diese Frage hat einmal Hilde Domin in ihrem Gedicht *Lied zur Ermutigung II* gegeben.

Wenn man etwas verloren hat, kann man es wiederfinden oder auch nicht. Findet man es, dann ist das wie ein Geschenk. So wird auch nicht selten und zu Recht vom Vertrauen gesprochen: Es ist eine Gabe, eine Gunst, die uns von anderswoher gewährt werden muss. Unsere eigentliche Aktivität ist dann die, dass wir die Gabe weitergeben. **Ja, man hat Vertrauen nur, wenn man es weiter-schenkt.**

Dass man Vertrauen aber auch lernen können soll wie das ABC, also wie Lesen und Schreiben, ist anders: schwer, aber doch

LIED ZUR ERMUTIGUNG II

Lange wurdest du um die türelosen
Mauern der Stadt gejagt.

Du fliehst und streust
die verwirrten Namen der Dinge hinter dich.

Vertrauen, dieses schwerste ABC.

Ich mache ein kleines Zeichen
in die Luft,
unsichtbar,
wo die neue Stadt beginnt,
Jerusalem,
die goldene,
aus Nichts.

Hilde Domin

irgendwie machbar. Wenn wir Vertrauen noch anfänglich lernen könnten ohne die Erfahrung der türelosen Mauern, des Ausgesperrt- und Auf-der-Flucht-Seins, so anfänglich wie ein Kind das Grundvertrauen und die Sprache im Zusammensein mit Mutter und Vater lernt, dann wäre es einfach. Da es aber ein Verlorenes ist, ist es das «schwerste ABC».

Die Sprache ist das Beziehungen stiftende Medium schlechthin. In ihr liegt die Sphäre des Vertrauens. Sie schließt die Welt auf, und zwar so, dass wir an ihr beteiligt sind. Dazu aber muss man sie wohl immer wieder von neuem lernen und dabei die Bedeutungen wie Beziehungen sachgemäß stiften. Das ist ein kreativer Akt, der im Gedicht Zeichensetzung und Selbstfindung zugleich ist. Denn in den ersten beiden Strophen ist das Ich sich selber fremd, was sich darin ausdrückt, dass es sich mit Du anspricht. Dennoch: es ist unterwegs zu sich, denn seine Rede gilt der Vergangenheit und steht im Passiv: «Lange wurdest du ...». Die Flucht und das Wegwerfen der verwirrten Namen der Dinge ist aktive Gegenwart, vielleicht der Nullpunkt, aber zugleich der Anfang eines Hinter-sich-Lassens.

Ein Nullpunkt, der den Begriff des Vertrauens selbst betrifft, ist sein Missbrauch als Kapital zur Geldvermehrung. Darin haben sich für uns heute die Namen der Dinge verwirrt. In jedem Babel, das einen Turm baut, herrscht Sprachverwirrung, Unverständnis und Misstrauen. Zu anderen Zeiten sind die Namen der Dinge anders verwirrt und verfälscht worden, immer aber ist der Wortbruch ein Vertrauensbruch und führt dazu, dass wir die Welt nicht mehr verstehen. **Verstehen aber führt zu Vertrauen.** Und das Verstehen kann man lernen und üben. Man kann z.B. dieses Gedicht zu verstehen suchen und dabei die Spur zu einem Vertrauen finden, an dem man selbst schöpferisch beteiligt ist. Das lyrische Ich setzt ein Zeichen in die Luft da, wo das neue Vertrauen beginnt.

Natürlich ist alles gewagt und aus Nichts gebaut, aber es ist echt, gerade weil das Ich als sein eigener Souverän an ihm beteiligt ist: es schafft aus dem Nichts, aber dieses ist nicht leer und hohl. Sein potenzieller Gehalt, den wir ihm geben, wird deutlich, wenn wir es mit seiner Karikatur vergleichen: jener eben nicht vertrauensvollen, sondern hochgradig spekulativen Form, aus nichts etwas zu machen, wie sie in der Geldwirtschaft unter dem Namen «Hedgefonds» bekannt ist. Dass das englische *hedge* ausgerechnet ein Absichern bedeutet, ein sich mit einer Hecke umgeben, eine Selbsteinzäunung, ist hier sachlich so wahr wie falsch. Eine Sicherheit, die nichts oder jedenfalls nicht einen selbst etwas kosten darf, schafft schließlich türelose Mauern, hinter denen nur noch Leere ist. Hier haben sich die Namen der Dinge so absurd und deutlich verwirrt, dass das ABC des Vertrauens in die goldene Stadt dagegen geradezu leicht fällt – wenn man will. Denn Vertrauen wächst auf dem Ackerboden der Verantwortung, der eigenen wie der fremden – und die kann man tatsächlich wollen. ■



Kräfte für das Leben

Nicht wenige Menschen fühlen sich in unserer Zeit wie ausgebrannt. Irgendwann machen sie die Erfahrung, dass ihnen die Kraft zur schöpferischen Betätigung abhanden gekommen ist oder dass die vertraute Ordnung ihres Lebens zusammenbricht und sie wie vor dem «Nichts» stehen.

Anregungen zu einer fruchtbaren Auseinandersetzung mit dem «Nichts» geben drei Vorträge Rudolf Steiners. In ihnen macht er auf überraschende Zusammenhänge mit den drei großen Idealen Wahrheit, Schönheit und Güte aufmerksam.

«Wenn wir uns eine wirkliche Vorstellung machen wollen von dem Begriff des Nichts, so ist das ebenso schwer als wichtig.»

Rudolf Steiner

Rudolf Steiner
Schöpfen aus dem Nichts
Wahrheit, Schönheit, Güte.
Herausgegeben von Jean-Claude Lin.
120 Seiten, kartoniert
€ 12,90 (D) | ISBN 978-3-7725-1780-8
www.geistesleben.com

Ressourcen der Seele



Gefangen in der Extremnormalität

von Birte Müller

Wenn ich anderen Müttern glauben darf, ist bei uns zu Hause alles ganz normal, eben so wie bei allen anderen Familien auch.

Allerdings hätte ich meinen Mann und mich schon vor der Geburt unserer Kinder als *nicht ganz normal* bezeichnet, deswegen passt es wohl auch ganz gut, dass gerade wir ein Spezialkind bekommen haben. Willi hat das Down-Syndrom (und noch einiges mehr) und bringt es tatsächlich fertig, sich noch bekloppter zu verhalten als wir selber. Mein Mann und ich sind alberne Menschen, aber wir haben wenigstens einen Grund dafür, wenn wir loslachen. Willi bringt seine Lachattacken ganz ohne ersichtlichen Anlass zustande. Respekt! Da mag man denken: Die arme kleine Schwester Olivia, die kurze Zeit später ebenfalls noch in diese Familie gekommen ist! Tatsächlich denke ich das auch manchmal. Allerdings verhält auch sie sich so normal, wie Kleinkinder sich eben verhalten: nämlich eben gar nicht. So erklärt sie mir morgens, dass sie sich nicht die Schuhe anziehen kann, weil sie *gerade endlich mal eine Pause macht*. Und wenn ich ihr dann lang und breit erläutere, dass sie in den Kindergarten gehen muss, und sie am Ende sagt: «Danke für das Gespräch, Mama!», dann weiß ich: Genau diese Tochter hatte uns noch gefehlt! Und so wundere ich mich gar nicht erst, wenn ich etwa den Klodeckel öffne und die Toilette bis oben hin mit Quetscheentchen gefüllt ist. Jedem meiner Hausgenossen traue ich zu, für die Enten im Klo verantwortlich zu sein. Ich frage nicht einmal, wer es war, mache den Deckel schnell wieder zu und freue mich lediglich, dass noch keiner draufgemacht hat.

Ich möchte gerne denken, dass wir eine ganz normale Familie sind, mit Höhen und Tiefen, nur dass unsere Tiefen mit Willi ein Albtraum sind und unsere Höhen vielleicht deswegen umso wunderbarer herausragen. – Es ist wohl so, dass wir wirklich dieselben Probleme haben wie alle anderen Familien (und Gummitiere im Klo sind da ganz sicher ein kleineres davon).

Warum darf man sich eigentlich nicht über Dinge beklagen, die die anderen auch haben? Und was ist das für ein komischer Wettbewerb unter den Müttern nach dem Motto «Wer hat es schwerer mit seinem Kind?» Weil ich kein Spielverderber sein will, mache ich das nicht mit, denn wir sind in vielen Bereichen einfach unschlagbar (oder kennen Sie ein Kind, das wie Willi acht eitrige Mittelohrentzündungen im Jahr schafft?). Denn selbst die vielen «Normalo-Kinder», die wie mein Sohn Willi ganz normal zur Logopädie gehen, können im Gegensatz zu Willi wenigstens überhaupt etwas sprechen! Und natürlich haben auch «normale» Vierjährige Brillen, Hörgeräte, Paukenröhrchen, Windeln, Ergotherapie, Atemwegsinfekte und werfen den Teller an die Wand oder ziehen sich nicht selber an und aus. Aber wir sind anscheinend in einer Art Hypernormalität gefangen! Wenn auf ein Kind all diese Dinge gleichzeitig zutreffen, dann nennt man das eben nicht mehr normal, sondern behindert. Warum etwas gleichreden, was nicht gleich ist?

Von unserem Leben in der Extremnormalität möchte ich Ihnen in diesem Jahr hier berichten. Ich werde über unseren Alltag mit Willi und Olivia schreiben, mich über tolle Begegnungen freuen, über blöde Kommentare auslassen, politisch unkorrekt sein und offen bekennen, dass ich manchmal völlig überfordert bin und der schönste Moment des Tages dann der ist, wenn beide Kinder schlafen. Ich werde mich angreifbar machen, weil ich offen zugebe, nicht jede Therapie für meinen Sohn mitzumachen, und weil ich «trotzdem» arbeite und Lesereisen ins Ausland mache. Ich nehme mir das Recht heraus, jeden noch so winzigen Fortschritt meines Sohnes wild zu feiern und daneben dem Wunder der normalen Entwicklung meiner Tochter zu huldigen. Und ich werde herumjammern über die Dinge, die den Alltag von allen Familien so schwer machen, aber über die man sonst nicht jammern darf, weil es ja jedem so geht! ■

Birte Müller studierte Buchillustration und Malerei in Hamburg, Mexiko und Bolivien. Sie macht Lesungen und Workshops mit Kindern überall in der Welt und lebt als Illustratorin und Kinderbuchautorin mit ihrer Familie extrem normal in Hamburg.



Foto: Pesky Monkey

Die Sehnsucht nach dem Neuen

von Wolfgang Held

Neu! Neuwertig! Die interessanteste Neuigkeit! Das Neueste vom Neuen! Wo vom «Neuen» die Rede ist, da ist unsere Aufmerksamkeit. Dem Neuen gilt unsere Zuneigung, gilt unsere Sehnsucht. Wer das Neueste schon weiß, dem hört man zu, und wer etwas wieder «wie neu» machen kann, dem ist man dankbar. Wer noch einmal ganz neu anzufangen vermag, dem schenkt man Respekt. «Was gibt's Neues am Himmel?» Das soll Friedrich der Große seinen Hofastronomen gefragt haben. Dieser antwortete lakonisch: «Kennen Sie denn das Alte?»

Spätestens jetzt entdeckt man die stillschweigende Parteilichkeit für das Neue gegenüber dem Alten. Allem Anfang, allem Neuen wohnt ein Zauber inne – dichtet Hermann Hesse in seinem wunderschönen Gedicht *Stufen*. Tatsächlich. Das Neue, das Noch-nicht-Dagewesene hat eine Anziehungskraft. Der neue Tag, das neue Jahr – unbelastet, jungfräulich liegen sie vor uns, wie das leere Heft am ersten Schultag nach den Ferien, wie das unberührte Schneefeld, in das man den ersten Schritt setzt. Wie aber kommt das Neue in die Welt? Diese Frage sollte ausgelotet und von verschiedenen Seiten beantwortet werden, denn es lohnt sich, das besondere Verhältnis, das wir, das unsere Kultur zum Neuen hat, sich etwas bewusst zu machen. Warum messen wir dem Neuen einen so hohen Wert zu? Woher nehmen wir den Glauben, dass das Neue besser ist als das Alte?

Dass diese Einseitigkeit zugunsten dem Zukünftigen tief in den Knochen steckt, entdeckt man am besten dadurch, dass man eine Kultur besucht, in der das nicht der Fall ist, eine Kultur, die genau das Gegenteil empfindet. Wer beispielsweise das alte Ägypten besucht, hat mit jedem Schritt die steinernen Zeugen eines Kulturlebens vor sich, das genau umgekehrt empfindet wie wir.

Nicht im Neuen liegt hier der Zauber, nicht der Zukunft gilt die Sehnsucht, sondern im Alten. Die gesamte altägyptische Kultur ver-

steht man nur, wenn man diese Sehnsucht nach dem Alten versteht. Jedes priesterliche Amt, die Tätigkeit der Wesire und Großwesire bis hinauf zum Amt der Pharaonen diente der Sorge dafür, dass das Alte bestehen bleibe, dass das Alte wieder anwesend sei. Es gab im Ägyptischen die Redewendung, wenn man jemanden für seine Tat besonders loben wollte, dann sagte man nicht: «Das hast du gut, das hast du schön gemacht», sondern man sagte: «Das hast du wie am Anfang gemacht» – «du hast das Alte wieder hergestellt.» Einmal, im 14. Jahrhundert vor Christus, trat ein Pharaon auf, der mit dem Alten brach und einen neuen Glauben begründen wollte: Amenohotep IV., oder wie er sich später «neu» nannte: Echnaton. Es war ein Skandal für die Ägypter, und die Tatsache, dass nach seinem Tod eine der schlimmsten Pestepidemien das Land heimsuchte, bestärkte die Ägypter im Glauben, dass man das Alte bewahren müsse.

Ägypten ist eine Kultur gewesen, in der alles von der Empfindung durchzogen war, dass man die Gemeinschaft mit den Göttern verloren habe und alle Kunst und Kultur nun dazu diente, dieses frühere Leben wiederzufinden. Der merkwürdig anmutende parallele Blick der ägyptischen Statuen ist in diesem Sinne ein Blick zurück – zurück in die alte Ewigkeit, die man einst verlassen hat.

Am Fremden das Eigene erkennen, das ist in Bezug auf das Verhältnis zu Vergangenheit und Zukunft besonders gut am alten Ägypten möglich. So wie man dort eine natürliche Hinwendung zur Vergangenheit hatte, so besteht heute umgekehrt die Orientierung auf die Zukunft. Fragten die Ägypter: «Wie bleibt oder wie kommt das Alte in die Welt?», so treibt die heutige Zeit die Frage nach dem Neuen: «**Nur wer sich ändert, bleibt sich treu.**» Dieser viel zitierte Satz des Liedermachers Wolf Biermann artikuliert das moderne Bewusstsein wohl am besten. Insofern sind die Suchbewegungen und Antworten auf die Frage nach dem Neuen in den nächsten Ausgaben von *a tempo* auch Wege zur eigenen Identität. ■

Wie kommt das Neue in die Welt?

Januar

MR PICKWICK

«Die Sonne, die pünktliche Allerweltdienerin, war eben aufgegangen und begann mit ihren Strahlen den Morgen ... zu erhellen, als sich Mr. Samuel Pickwick, einer zweiten Sonne gleich, von seinem Lager erhob, das Fenster seines Schlafgemachs öffnete und auf die Welt zu seinen Füßen hinablickte.»

Charles Dickens

Die Pickwickier, 2. Kapitel

Ins Deutsche übertragen von Gustav Meyrink

«The Pickwick Papers», Charles Dickens' erster Roman, erschien in Fortsetzung von April 1836 bis November 1837 20-teilig in 19 monatlichen Folgen.

Geboren am 7. Februar 1812 in Portsmouth, war Charles Dickens erst 24 Jahre alt, als er mit den «Pickwickier» begann; bis dahin war er Journalist und parlamentarischer Berichterstatter, der unter dem obskuren Pseudonym «Boz» seine Artikel schrieb.

Mit Mr. Samuel Pickwick, Sam Weller und den anderen Protagonisten seines ersten Romans schuf er einige der beliebtesten Gestalten der Mythologie der englischen Kultur und wurde in die Gesellschaft der hoch gefeierten Schriftsteller Englands katapultiert. «Einer zweiten Sonne gleich» kommt Mister Pickwick, unsere trüben Tage zu erheitern.

Die (für Sonntag) angegebenen Zeiten für Auf- und Untergang von Sonne und Mond sind in mittel-europäischer Zeit (MEZ) und gelten genau für Kassel.

Bei Konjunktion (♌) und Opposition (♍) der Wandelsterne (Sonne ☉ und Mond ☾) und Planeten: Saturn ♄, Jupiter ♃, Mars ♂, Venus ♀, Merkur ☿) ist die Zeit in ganzen Stunden ebenfalls in MEZ angegeben. Der zunehmende Mond ist durch das Zeichen ☾, der abnehmende durch das Zeichen ☾ gekennzeichnet.

SO 01

37. Woche nach Ostern

● Erstes Viertel

1912 Chinesische Republik wird von Sun Yat-sen ausgerufen

☉ 08.27/16.24

☾ 11.32/00.35

Neujahrstag

MO 02

KW 01

☾♁♃ 20^h

Melchior

DI 03

☾♁♃ 0^h

1912 Felix Dahn † in Breslau, war Professor für Recht und Rechtsgeschichte und Schriftsteller. Insb. sein Roman «Ein Kampf um Rom» vom Untergang des Ostgotenreiches ist viel gelesen worden (* 9.2.1834 in Hamburg).

Kaspar

MI 04

Balthasar

DO 05

1762 Constanze Mozart, Ehefrau des begnadeten Komponisten Wolfgang Amadeus.

Letzte der 13 heiligen Nächte beginnt

FR 06

1412 Jeanne d'Arc *, genannt Jeanne la pucelle, die «Jungfrau von Orléans», Hirtin, Königsmacherin und Heilige († 30. Mai 1431 in Rouen auf dem Scheiterhaufen).

Epiphania / Dreikönigstag
in Baden-Württemberg, Bayern und Sachsen-Anhalt
wie auch in Österreich ges. Feiertag

SA 07

☾♁♃ 21^h

SO 08

38. Woche nach Ostern

☉ 08.25/16.32

☾ 16.00/07.31

MO 09

KW 02

○ Vollmond 08.30

DI 10

MI 11

Do 12

☾♁♃ 6^h

FR 13

SA 14

☾♁♃ 2^h

Arabischer Friedhof
die blaue Tür zum Meer
weit offen

Hubertus Thum

Maghrebinische Gedichte 1

www.haikuscope.de

SO 15

39. Woche nach Ostern

☉ 08.21/16.42
☾ – /10.35

MO 16

KW 03

● Letztes Viertel

☾♊ 16°, ☾♋ 20°

1912 Georg Heym † in Berlin, «sprachgewaltiger Lyriker bei äußerster Formstrenge» (* 30.10.1887 in Hirschberg/Schlesien).

DI 17

1912 Robert Scott erreicht den Südpol einen Monat nach Amundsen.

MI 18

DO 19

FR 20

☽ Sonne tritt in das Sternbild Steinbock

☽ Sonne tritt in das Tierkreiszeichen Wassermann.

Beginne mit der Monatstugend «**Diskretion – wird zu Meditationskraft.**»

Nach Bauernregel: Wachstumsbeginn

SA 21

1862 Božena Němcová † in Prag, tschech. Schriftstellerin.

* 4.2.1820 in Wien, schrieb Romane und Erzählungen von großer Humanität. Besondere Beachtung erhielt ihr meisterhaftes autobiographisches Werk «Babička» («Großmutter»), das 1855 erschien.

SO 22

40. Woche nach Ostern

☾♌ 13°

☉ 08.14/16.53
☾ 07.20/16.17

MO 23

KW 04

● Neumond 08.39

1862 David Hilbert *, Mathematiker († 14.2.1943)

DI 24

1712 Friedrich der Große *

1962 Edith Wharton * in New York.

Für ihren größten Roman «The Age of Innocence» erhielt sie 1921 den begehrten «Pulitzerpreis» († 11.8.1937 in St. Brice-sous-Forêt).

MI 25

Gedenktag des Christus-Erlebnisses des Paulus vor Damaskus

DO 26

☾♍ 14°

Vor 70 Jahren (1942) nimmt sich der Mathematiker und Philosoph Felix Hausdorff zusammen mit seiner Frau Charlotte und seiner Schwägerin Edith Pappenheim das Leben, um ihrer bevorstehenden Deportation zu entgehen.

FR 27

☾♎ 6°

Gedenktag der Opfer des Nationalsozialismus

SA 28

SO 29

41. Woche nach Ostern

☉ 08.05/17.06
☾ 09.58/ –

MO 30

KW 05

☾♏ 06°

DI 31

Redaktion: Lin



Wassily Kandinsky
Murnau mit Kirche I, 1910
Städtische Galerie im Lenbachhaus, München
© akg-images, Maurice Babey | © VG Bild-Kunst

«Die Malerei ist eine Kunst und die Kunst im ganzen ist nicht ein zweckloses Schaffen der Dinge, die im Leeren zerfließen, sondern eine Macht, die zweckvoll ist, und muss der Entwicklung und Verfeinerung der menschlichen Seele dienen – ... Sie ist die Sprache, die in nur ihr eigener Form von Dingen zur Seele redet, die für die Seele das tägliche Brot sind, welches sie nur in dieser Form bekommen kann.»

Wassily Kandinsky: Über das Geistige in der Kunst, Bern 2004.

Im Dezember 1911 erschien Kandinskys Manifest und theoretisches Hauptwerk zur Kunst und insbesondere zur Malerei bei R. Piper & Co. in München, datiert 1912. Und Januar 1912 gibt Kandinsky im Vorwort zur zweiten Auflage, ebenso 1912, als Erscheinungsmonat seiner 1910 entstandenen und wegweisenden Arbeit selbst an.



JING





Wenn Wasserriesen die Welle reiten

Christian Kaiser (Text & Fotos)

Der Lotse

Das Lotsenboot rauscht mit voller Fahrt dem großen Containerschiff *Al Bahia* entgegen. Der schwarze Rumpf der Riesin ragt im Dunst mit gut 300 Metern Länge über dem Wasser auf. Die weiße Brücke ist doppelt haushoch. Das Bild könnte eine Hommage an Fellinis *Schiff der Träume* sein.

Das kleine Lotsenboot dreht bei. Eine Leiter wird an der Schiffswand heruntergelassen. Die beiden so unterschiedlichen Boote fahren jetzt in einer Geschwindigkeit, kommen sich näher, bis sich die Schiffsrümpfe aneinanderschmiegen. Wasser spritzt hoch. «Gute Reise», ruft der Bootsmann, und Lotse Kolb macht einen Satz, um sich behände an der spartanischen Leiter die Bordwand hinaufzuarbeiten. Im Rachen der stählernen Schiffshaut verschwindet er. Werner Kolb ist 56 Jahre alt, als Sportler fit und schlank geblieben wie ein Jüngling. Zwei Seeleute nehmen ihn in Empfang: «Welcome on board, Mr. Pilot.» Wir sind unterwegs auf der Unterelbe.

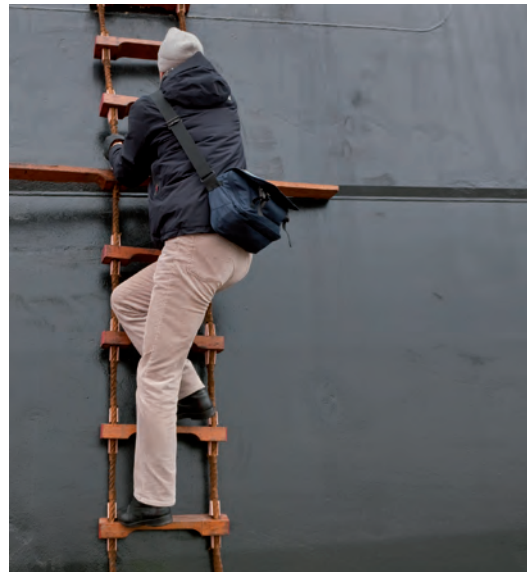
Revierfahrt

Brunsbüttel ist ein Verkehrsknotenpunkt für Schiffe. Hier mündet der Nordostseekanal in die Elbe, und Schiffe, die aus Nord- oder Ostsee rein und raus oder nach Hamburg unterwegs sind, begegnen sich zu jeder Stunde. Der Offiziersanwärter geleitet uns durch ein Labyrinth aus Gängen, die von Neonlicht nur spärlich erhellt sind. Schnell geht die Orientierung im verwinkelten Inneren des

Schiffes verloren. Während des Hinaufkletterns außenbords lässt einem die Gefahr das Herz schneller schlagen. Hier, im fremden Innern des riesig großen Schiffs, wird alles vom Takt der Maschine bestimmt, die Enge in einem kleinen Aufzug, der auch drei schmale Körper eng beieinanderstehen lässt, steigert die innere Aufregung noch. Mir verschlägt es den Atem. Acht Fahrstuhlebenen höher und über eine steile Treppe geht es noch höher hinauf auf die Brücke. Der Kapitän erwartet gemeinsam mit seinen Schiffsoffizieren den Lotsen und übergibt ihm nach kurzer freundlicher Begrüßung die Verantwortung für die Navigation. Die 180-Grad-Aussicht hier oben hoch über dem Wasser ist großartig. Auf der Brücke steht eine Tür zum Oberdeck offen – erstmal tief durchatmen. Die gestapelten Container versperren die Sicht nach vorne, erst in der Ferne kann das Geschehen auf dem Wasser genau beobachtet werden.

«Unsere Reise wird vier Stunden stromaufwärts nach Hamburg führen», sagt Kolb. «Die Revierfahrt, die Fahrt auf Flüssen, so sagen wir Nautiker, bedarf jahrelanger Erfahrung.»

Hoch oben über dem Brackwasser der Elbe scheint mir die Welt einen Moment lang fast grenzenlos. Doch Lotse Kolb hat ein anderes Gefühl, denn er trägt von jetzt an gemeinsam mit dem Kapitän die Verantwortung für das Schiff. Die Flut hat gerade eingesetzt, wir laufen mit der Tide. Kolb ergänzt im Seemannsjargon: «Das Schiff reitet jetzt auf der Flutwelle bis nach Hamburg, so haben wir während der ganzen Fahrt genügend Wasser unterm Bauch.» ▶



► **Lehrjahre und Lotsenpflicht**

Kolb erzählt: «Ich habe den Beruf von der Pike auf gelernt, mit 17 Jahren habe ich als Schiffsjunge an Bord eines Kümos (kleines Küstenmotorschiff) angefangen. Dann Seemannsschule und Lehrjahre bei *Hapag Loyd*. Nach bestandener Prüfung zum Schiffs-offizier, Kapitän auf großer Fahrt, habe ich bei der *Horn Linie* als Nautiker angefangen. Ich habe nach zehn Jahren Fahrzeit als Kapitän die Ausbildung zum Lotsen begonnen, seit zwanzig Jahren bin ich jetzt Lotse.»

Die Fahrrinne der Elbe beginnt in der Nordsee kurz vor Helgoland. Von dort ist die Elbe eine Bundeswasserstraße, der Kapitän jedes Schiffes über 90 Meter Länge ist verpflichtet, einen Lotsen an Bord zu nehmen. Dieser hat die Aufgabe, das ihm anvertraute Schiff samt Ladung sicher nach Hamburg zu lotsen. Im Hamburger Hafen wird er vom Hafenslotsen abgelöst, der bringt das Schiff sicher bis an den Kai.

Die Brücke

Auf der geräumigen Brücke, dem Arbeitsplatz für die Schiffs-führung, «nautische Besatzung» genannt, wirft Werner Kolb einen Blick aufs Radar, der Kapitän hatte ihm das Schiff mit «10 knots

boardingspeed», 10 Knoten Fahrt, übergeben. «Full ahead», so lautet Kolbs erstes Kommando: «volle Fahrt voraus» – später wird die Fahrt zwangsläufig langsamer. Die Elbe unter uns ist hier zwei Kilometer breit, aber die Fahrrinne hat nur 250 bis 300 Meter Breite. Für zwei Schiffe von über 300 Metern Länge und mehr als 40 Metern Breite, die sich entgegenkommen, bleibt gerade genug Platz zum Ausweichen. Neue Schiffe sind 400 Meter lang und 55 Meter breit – mehr geht jedoch nicht auf der Elbe, denn die Schiffe müssen vor ihrer Rückfahrt gewendet werden. Was für den Laien, der staunend am Ufer steht, nach Weite aussieht, ist aus Sicht der Nautiker fast ein Nadelöhr. «Überholen ist wegen der Sog-wirkung immer ein Risiko», sagt Kolb und gibt dem Offizier, der das Schiff nach seinen Angaben steuern lässt, genaue Kurs- und Geschwindigkeitsvorgaben.

Die Maschine

Ich lasse mich vom «dritten Ing» hinunterführen, hier arbeiten drei Maschinisten, besser gesagt Schiffsingenieure an ihrem Leitstand mit hunderten Kontroll- und Messgeräten. 100 000 PS erzeugt die von Hyundai gebaute Maschine, das entspricht der Leistung eines Kraftwerks.

Die Generatoren zur bordeigenen Stromerzeugung haben bereits die Größe eines Lastwagens. Überall herrscht ohrenbetäubender Lärm, der von den Wänden des Schiffsbauches widerhallt. Gut, dass ich Ohrenstöpsel vom «Chief», dem 1. Ingenieur, bekommen habe. Der Maschinenraum der Hauptmaschine entfaltet seine sakrale Wirkung – trotz fehlender Stille: drei Stockwerke tief und lang wie ein Häuserblock dehnt er sich aus. Ein Matrose wischt am Fuß der Hilfsmaschine den beige gemalten Boden aus Stahl. Ich muss an *Gullivers Reisen* denken, weil hier die Größenverhältnisse auch auf dem Kopf zu stehen scheinen.



Auf Kurs

«Kurs one-six-six», lautet Kolbs Kommando. Das große Schiff bewegt sich wie in Zeitlupe ganz leicht nach rechts, der Bug des Schiffes richtet sich 200 Meter vom Steuermann entfernt nach der geschwungenen Fahrrinne des Flusses aus. Die Bewegungen der Schiffe scheinen aus einer anderen, einer früheren Zeit zu stammen. Vielleicht unterschätzen Landratten, zu denen ich ja gehöre, aber auch nur die Geschwindigkeit auf dem trügerisch ruhig anmutenden Wasser. Werner Kolb erklärt hierzu: «Bremsen kann auch ich das Schiff nicht, nur Fahrt wegnehmen, das bedeutet, dass das Schiff erst nach fünf Kilometern zum Stehen kommen würde.» **Vorausschauend navigieren und gegebenenfalls ausweichen** – mehr tun kann weder Kapitän noch Lotse.

An Backbord kommt die Elbfähre *Ernst Sturm* aus Glückstadt «angebraust», sie ist mit Autos und Lastwagen beladen. Auf Steuerbord nähert sich die Fähre aus Wischhafen, der entgegengesetzten Richtung. Wie die Zähne eines Reißverschlusses gleitet der Verkehr im Fahrwasser ineinander. Am Horizont nähern sich weitere Schiffe. Kolb wirft einen Blick nach achtern: «Alles klar», meint er, «keiner auf der Überholspur.» Hinter dem Schiff kräuselt sich nur das Schraubenwasser – es ist goldbraun und verliert sich zu einer dünnen, weißen, schäumenden Spur auf dem Grau der Wasseroberfläche. Ein paar Wellen rollen an den Deichfuß und prallen von da zurück aufs Wasser wie Kugeln beim Billiard an der Bande.

«Schiff mit Kurs Hamburg voraus», ertönt es. Doch das kleine Küstenmotorschiff ist viel langsamer als die *Al Bahia* mit ihrem bordeigenen Kraftwerk; so ziehen wir auf der Überholspur an der *Greta* vorbei. Während das Fährschiff hinter uns immer kleiner wird, erzählt Kolb: «In den Schulferien besuchte ich gerne meine Großmutter im Kehdinger Land, da drüben zwischen Cuxhaven und Stade, sie wohnte direkt dort am Deich. Vom Balkon konnte ich fast in die Elbe spucken. Sie lag direkt vor dem Fenster. Meine Tante betrieb auf der Fähre Glückstadt-Wischhafen ihren Kiosk, da konnte ich den ganzen Tag mitfahren, wenn ich wollte.» Das war das große Abenteuer für Werner, den Jungen aus Frankfurt am Main.

Dem Ziel entgegen

Auf der Brücke wird es stiller, die Anspannung weicht sicherer Routine. Die Abendstille legt sich über den Strom und langsam auch auf die Gemüter. Andächtig schauen die fremden Seeleute in die Ferne. Der Lotse hat seine Sinne ganz auf die Navigation konzentriert, damit er das Schiff sicher durch das enge Fahrwasser nach Hamburg bringen kann. Die Schiffsbesatzung auf der Brücke wirkt, als sei jeder von ▶



Seemannsgarn vom Feinsten

Der kleine Kapitän und seine Freunde segeln über die Weltmeere, trotzen den größten Gefahren und bestehen die kühnsten Abenteuer. Ob ein Schiffbrüchiger vor einem Vulkanausbruch gerettet oder der Fluch gebrochen werden muss, der auf dem Seeräuber Schrubbebein und seinem Geisterschiff liegt – der kleine Kapitän weiß sich selbst in den verzwicktesten Lagen immer zu helfen ...

Paul Biegel, der große niederländische Erzähler in der Tradition von Michael Ende, spinnt Seemannsgarn vom Feinsten – für alle kleinen und großen Kapitäne der Weltmeere.

«Wer ihn kennt, wird ihn lieben ... Ein Hochgenuss beim Vorlesen und wie geschaffen zum endlosen Weitererzählen.»

Tilman Spreckelsen, FAZ

Paul Biegel
Das große Buch vom kleinen Kapitän
400 Seiten, mit zahlr. Illustrationen von Carl Hollander, Halbleinen, gebunden | ab 8 Jahren
€ 17,50 (D) | ISBN 978-3-8251-7800-0
www.urachhaus.com



- ▶ ihnen in seine eigenen Gedanken versunken. Was wird der nächste Hafen für sie bedeuten? In Hamburg werden die meisten Nachrichten ihrer Lieben aus der meist fernen Heimat empfangen.

Die Sonne neigt sich hinter dem Schiff bis auf den Horizont, rechts hinter dem Matrosen am Steuer kniet sich der zweite Offizier zum Abendgebet auf seinem Teppich nieder. Während wir die lange bewaldete Insel Rhinplatte passieren, betet der Mann gen Mekka. An Steuerbord ziehen Nonnengänse über Krautsand. Hinterm Deich ragen Industrieanlagen in der flachen weiten Landschaft auf. Die großartige Stromlandschaft breitet ihr Panorama aus. Bützfleth, das Industriegebiet Stader Sand, kommt in Sicht. Rote Bauxiterde wird hier zu Aluminium verhüttet. Davor liegt das abgeschaltete Atomkraftwerk, der Rückbau des Reaktors ist längst beschlossen. «Midship!», ruft Kolb dem Offizier zu. Der gibt es an den Mann am Ruder weiter. Der Rudergänger wiederholt das Kommando: «Midship!», den Kurs geradeaus halten. Die *Al Bahia* macht noch immer ganz ordentlich Fahrt.

«Reduce speed», sagt Kolb dem Schiffsoffizier. Die länglichen Inseln im Strom müssen umfahren werden. Hier nennt man sie «Sände», in Erinnerung an die Zeit, als sie noch Sandbänke waren. In den vergangenen hundert Jahren hat man die meisten dieser Sände mit dem Baggergut aus der Fahrrinne zu Inseln aufgespült. Heute stehen sie mit ihren wertvollen Wattgebieten unter Naturschutz.

Bevor der Pagensand erreicht ist, muss die *Al Bahia* mit gedrosselter Fahrt an den vertäuten Schiffen vorbeifahren. «Würden wir mit höherer Geschwindigkeit an diesen Schiffen vorbeifahren, könnten durch die Sogwirkung, die unser Schiff entwickelt, deren Trossen zerrissen werden. Taue und Ketten können diesem Sog nicht Stand

halten. Ein umhertreibendes Schiff wäre eine ernste Gefahr für den Verkehr auf der Elbe.»

Die Dämmerung setzt ein, sie zaubert sämtliche Rottöne an den nordischen Himmel und löscht sie wieder. Dunstschleier legen sich über den Elbstrom. Die Schatten sind verschwunden. Die Landschaft weicht optisch auf und verschwimmt zu einem wattierten Raum. In der Ferne gehen die Lichter am Horizont und auf den Schiffen an. Festlich geschmückt zeigt sich die Elbe mit ihrer stolzen Schwester, der Hansestadt Hamburg, am Abend. Zwei Leuchfeuer am Elbufer nutzt der Lotse zur Peilung. Aus dem UKW-Funkgerät plärren knarzig die Funksprüche aus der Lotsenstation für die anderen Schiffe, manchmal ist auch die *Al Bahia* zu hören.

Auf dem Radarschirm werden Ufer, Schiffe, sogar Umrisse der Stadt und die Tonnen, die das Fahrwasser markieren, gelb auf schwarzem Hintergrund abgebildet. Die Kontrolllampen auf der Brücke verschmelzen mit den Lichtern der Großstadt Hamburg. Die Reise ist bald zu Ende, ein kurzer Blick auf St. Pauli muss sein: «Da drüben am Ufer, an der Großen Elbstraße, stank es immer nach Fisch, es tummelten sich die Bordsteinschwalben.» Doch jetzt wird die einst schmutzige Waterside ganz schick gemacht. Der Captain sagt «Bye, bye, Mr. Pilot» zu Kolb. Der antwortet: «Bye, bye, Mr. Captain.» Dann klettert er über die Lotsenleiter runter, springt aufs winzig wirkende Boot, das ihn von Teufelsbrück abholen kommt. Ein paar Formalitäten auf der Lotsenstation sind noch rasch zu klären. Als Nautiker sind sie gewohnt, in aller Klarheit, ohne Schnörkel und überflüssige Formalitäten zu arbeiten. Und ab geht's nach Hause und nach kurzer Nacht wieder an Bord eines anderen Schiffes von einem fremden Kontinent. Jetzt heißt es aber erstmal Tschüss! ■



Silber – im Spiegel des Mondes

von Markus Sommer

Metalle sind geheimnisvoll. Steine zerbrechen, wenn wir energisch auf sie schlagen, Metalle nehmen elastisch den Schlag auf und biegen sich. Metalle glänzen, in ihnen fließt Wärme und elektrischer Strom. Sie selbst erscheinen «flüssiger» als die mineralische Welt, die uns umgibt. Metalle aus Erzen zu gewinnen, ist eine hohe Kunst, die erst gelernt werden musste – und so werden ganze Kulturepochen danach benannt, in welchem Maß der Mensch zur Beherrschung der Metalle in der Lage war: Steinzeit, Bronzezeit, Eisenzeit. Aus diesen Substanzen hergestellte Werkzeuge gaben diesen Zeiten den Namen. Werkzeug heißt auf Griechisch *organon*, unser Begriff des Organs rührt davon her.

Metalle weisen eine besondere Beziehung zur Bewegung auf. Besonders gilt das auch für den Klang, der auf Bewegungsvorgängen einer Metallplatte beim Metallophon oder des Rohres einer Flöte oder Orgelpfeife beruht. Auch in unserem Körper bringen Metalle Vorgänge in Bewegung. Viele Enzyme, die chemische Reaktionen beschleunigen und zum Teil erst ermöglichen, enthalten in ihren «aktiven Zentren» Metalle, ohne die sie nicht wirksam werden könnten. **Ohne Metalle gäbe es kein Leben.**

Bedenkt man, dass Metalle unabdingbar für die wichtigsten Lebensvorgänge sind, wundert es nicht, dass sie auch medizinisch bedeutsam sind. Paracelsus beschäftigte sich intensiv mit den Metallen zur Herstellung von Arzneien. In der heutigen «Schulmedizin» spielen sie keine so große Rolle mehr. Allerdings ist Eisen weiter *das* Heilmittel gegen Blutarmut, Antimon ist in einigen Mitteln gegen Infektionen enthalten, und das seltene Gadolinium ist wichtig für die Darstellung von Krankheitsherden in der Kernspintomographie. Eine gewisse Rolle spielen die Metalle in der Homöopathie. Die größte Bedeutung haben sie aber in der Anthroposophischen Medizin. Unter anderem wird hier untersucht, wie die großen Organe in Beziehung zu Metallen stehen und wie ihre Er-

krankungen durch Metalle behandelt werden können. In der Dezember-Ausgabe 2010 wurde hier vom Gold gesprochen und darüber, inwiefern es in feiner Zubereitung zum Heilmittel werden kann. Wie Gold findet man auch das Edelmetall Silber manchmal als reines Metall in der Erde. Oft ist es merkwürdig lockenartig geformt. Es ist hellglänzend, und es reflektiert mehr Licht als andere Metalle, weshalb es zu Spiegeln verarbeitet wird, die möglichst rein und «objektiv» das Bild eines Gegenstandes zurückwerfen sollen. Löst man Silber zu einem Salz auf, wozu sich besonders Salpetersäure eignet, erweist es sich als lichtempfindlich. Licht schwärzt Silbersalze, indem es dazu führt, dass feinste, jetzt schwarz wirkende Silberkörnchen entstehen. Die klassische Fotografie beruht auf diesem Phänomen. Ähnlich wie der Spiegel ein «Silberbild» entstehen lässt, tut dies auch das Foto, bei dem jedoch zunächst an einer belichteten Stelle das Schwarz des Negativbildes erscheint, das erst bei der Vergrößerung umkopiert wird und dann unzählige Reproduktionen des Ursprungsbildes ermöglicht.

Reflexion und Reproduktion sind Vorgänge, die besonders mit dem Silber verbunden sind. Ein mit Silber vollziehbares «Reproduktionsphänomen» sind die *Liesegangschen Ringe*. Tropft man auf eine mit Chromat versetzte Gelatineschicht Silbernitrat auf, so bilden sich im Lauf der Zeit rote Ringe von Silberchromat, die sich wie die Ringe in einem Teich, in den man einen Stein geworfen hat, ausbreiten. Die Ringe ähneln einander, wachsen aber immer weiter an, je entfernter sie vom Zentrum des aufgetropften Silbersalzes sind.

Schon die Dichter sahen im Mond, dessen «silbernes Licht» die Nacht erhellt, einen Wandelstern mit «Silberqualitäten». Der Mond beeinflusst das Wasser der Erde und führt zu den Gezeiten, die als Ebbe und Flut erscheinen und dem 28-Tage-Rhythmus von Vollmond zu Vollmond unterliegen. Auch in uns gibt es solche Rhythmen. Am bekanntesten ist der Zyklus der Frau, der aber meist



Fotos: links: Anne Sommer-Solheim & Markus Sommer / rechts: Santiago Ramon y Cajal

Links: Glänzendes, metallisches Silber findet man oft in Lockenform.

Rechts: In schwarzen Körnchen abgeschiedenes Silber färbt Nervenzellen bis in deren feinste Verästelungen.

nicht mehr unmittelbar mit dem Mondrhythmus parallel geht. Bei einer ganzen Reihe von Tieren ist das anders, und es sind vor allem Fruchtbarkeitsrhythmen, die dem Mond folgen.

Tatsächlich hat sich in der Praxis immer wieder gezeigt, dass die Reproduktionsorgane durch eine arzneiliche Silbertherapie angesprochen werden können. So werden in der anthroposophischen Medizin Fruchtbarkeitsstörungen, aber auch Entzündungen oder Eierstockszysten erfolgreich mit potenziertem Silber behandelt. Die Haut ist ein weiteres Organ, das von einem 28-tägigen, «mondverwandten» Rhythmus geprägt ist. Von der Neubildung einer Oberhautzelle bis zu ihrer Abstoßung als feines Schüppchen vergehen 28 Tage, und viele Hautkrankheiten zeichnen sich dadurch aus, dass dieser Vorgang überstürzt schnell oder zu langsam verläuft. Die elastischen Fasern, die der Haut Spannkraft verleihen, ziehen Silber besonders an und lassen sich so mikroskopisch gezielt darstellen. In der anthroposophischen Behandlung von Hautkrankheiten spielen Medikamente, die potenziertes Silber enthalten, eine große Rolle.

«Reflexion» hat eine Doppelbedeutung: das Zurückwerfen (z.B. von Licht), aber auch das Nachdenken über etwas. Zum Nachdenken jedoch benötigen wir das Gehirn. Im Idealfall «spiegelt» ein Gedanke objektiv einen Sachverhalt wieder. In diesem Sinn ist das Gehirn ein «Spiegelorgan», aber auch alle unsere Sinneswahrnehmungen finden sich an der Oberfläche des Gehirns in speziellen Zentren «gespiegelt». So ist beispielsweise in einer Region des Gehirns die Oberfläche unseres Körpers abgebildet, und jede Berührungswahrnehmung an unserer Haut findet einen exakten Spiegelungsort an der Hirnoberfläche. Seit ein paar Jahren spricht man sogar in etwas übertragenem Sinn von «Spiegelneuronen» (*Neuron* = Nervenzelle des Gehirns). So wird eine solche mit unserer Bewegungsorganisation verbundene Zelle aktiv, wenn wir in der Außenwelt eine Bewegung eines anderen Menschen wahrnehmen, die dadurch in uns «gespiegelt» wird. Wie passend erscheint es da, dass Neuronen sich spezifisch durch Silber färben lassen. Entdeckt hat das der italienische Forscher Camillo Golgi. Durch Silber lassen sich einzelne, oft baumartig wirkende Neuronen färben – dadurch können sie mikroskopisch genau verfolgt werden. Ohne diese Entdeckung wäre unsere heutige Hirnforschung wahrscheinlich nie entstanden. Vielfältig kann man erleben, dass in unserem Organismus und in der Welt gemeinsame Kräfte wirksam sind, die schließlich auch therapeutisch genutzt werden.

Gold erleben wir in Beziehung zur strahlenden Sonne, Silber am spiegelnden Mond. Wenn im Winter das Sonnenlicht vom glänzenden weißen Schnee widerscheint, in dem sich dunkle Spuren abzeichnen, erleben wir, dass die Urphänomene, an die wir uns heranzutasten versuchten, in immer neuen Wandlungen erscheinen. ■

Die Bücher des Arztes Markus Sommer sind in der Reihe «aethera» des Verlags Urachhaus erschienen. Weitere Informationen sind zu finden unter: www.urachhaus.de/urheber/markus-sommer

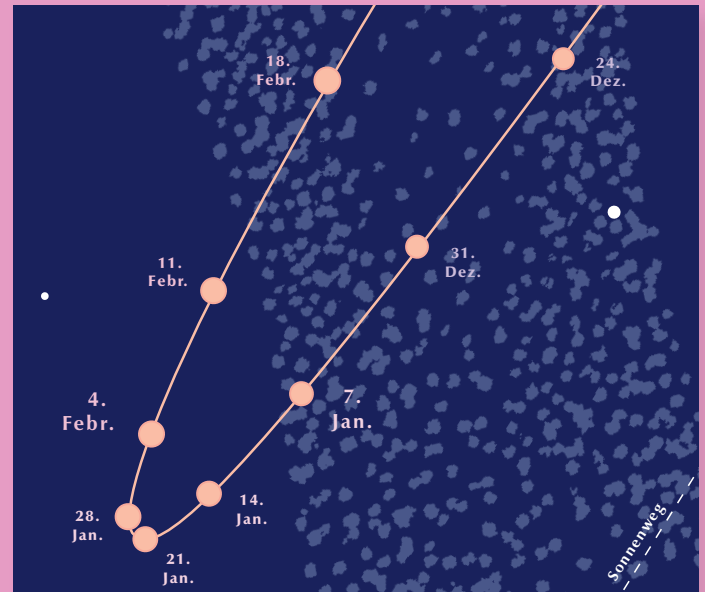


Die Haut – Spiegel der Seele

Unsere Haut ist der Grenzbereich zwischen innen und außen. Sie ist freudig empfänglich für eine zarte Berührung oder gereizt und entzündet, wenn schädliche Einflüsse zur Belastung werden. Der Dermatologe und Allergologe Dr. med. Lüder Jachens bietet Betroffenen die Möglichkeit, sich nicht nur über einzelne Krankheiten, ihre Ursachen und ihre Behandlung zu informieren, sondern zudem ein ganzheitliches Verständnis für die Haut zu gewinnen. Er zeigt dabei, welche Art der Selbstmedikation möglich und welche Behandlung durch den Arzt nötig ist.

Einige Themen: Neurodermitis, Schuppenflechte, Kontaktekzem, Akne, Sonnenallergie, Leberflecken, Warzen, Altershaut, Melanom, Fuß- und Nagelpilz, Herpes u.v.m.

Lüder Jachens
Hautkrankheiten ganzheitlich heilen
232 Seiten, m. zahlr. farb. Abb., kart.
€ 17,90 (D) | ISBN 978-3-7725-5037-9
www.urachhaus.com



Mars schießt im Löwen empor

von Liesbeth Bisterbosch

Der Löwe präsentiert sich beim Aufgang in seiner schönsten

Haltung: Der Brustbereich mit Regulus, dem hellblauen Stern beim Herzen, und die Vorderbeine sind nach oben gerichtet. Wenn dieser hellste Stern des Löwen sich gut eine Handbreit über dem östlichen Horizont befindet, geht der Schwanzstern Denebola auf (am 1. Januar um 22:10 Uhr, am 31. Januar um 20:10 Uhr).

Im Januar erscheint 20 bis 35 Minuten nach Denebola ein viel helleres, orangefarbenes Licht: Mars. Seine Anwesenheit bei den lichtschwachen Hinterbeinen des Löwen verleiht dem aufsteigenden Bild eine extra große Wirkung.

Wenn wir täglich um 22:30 Uhr Denebola und Mars betrachten, werden wir sehen, dass sie jede Woche höher stehen. Die Sterne gehen das ganze Jahr über jeden Tag vier Minuten früher auf. Mars bewegt sich auf seinem Himmelsbogen ebenfalls rasch voran, doch er hat keinen starren Takt. Anfang Januar geht er jeden Abend drei Minuten früher auf; Mitte Januar ändert sich seine Position genauso schnell wie die der Sterne; Ende Januar erscheint er jeden Abend fünf Minuten früher am östlichen Horizont. Vom 24. Januar bis 14. April erklimmt der Planet den östlichen Abendhimmel rascher als die Sterne. Am 24. Januar geht Regulus zwei Stunden vor ihm auf, am 14. April nur noch eine Viertelstunde. Was für ein Höhenunterschied zwischen 1. Januar, 22:30 Uhr, tief im Osten, und Mitte April: Mars steht auf einer Höhe von gut 50° im Süden. Von Mitte Februar bis Mitte März ist Mars am schnellsten – jeden Abend sechs Minuten früher!

Die Abbildungen zeigen die wöchentliche Position des Mars zwischen den Sternen des Löwen. Der nach Osten verlaufende

Kurs in Richtung der Hinterbeine schwächt sich im Dezember ab und kommt am 24. Januar zum Stillstand. Es erfolgt eine Richtungsänderung, und nun nähert er sich Regulus. Mars zieht über einen für seine Verhältnisse langen Zeitraum (82 Tage) westlich an den Sternen entlang und beschreibt eine außergewöhnlich lange Schleife (19°).

Sein Eigenglanz nimmt bis Anfang März deutlich zu – vergleichen Sie die Größe der Scheibchen. Doch diesmal wird er als Nachtplanet bei Weitem nicht so hell wie Jupiter, der bei seinem Aufgang bereits im Westen ist. Mars kann innerhalb weniger Wochen heftig aufblitzen. Beim Löwen-Mars geschieht dies jedoch nicht!

2018 wird der Steinbock-Mars eine andere Spitzenleistung erbringen. Mars wird als Nachtplanet so kräftig leuchten wie Jupiter im größten Glanz. Es ist typisch für Mars, dass er auf einem speziellen Gebiet sich auslebt. Was für ein Unterschied zwischen ihm und den beiden anderen sogenannten obersonnigen Planeten, Saturn und Jupiter! Bei ihnen ähneln die Schleifen den jeweils vorangegangenen, Tempo und Glanz nehmen einheitlich zu.

Der Löwen-Mars fällt durch seine Schnelligkeit auf, mit der er den östlichen Abendhimmel erklimmt. Sein Aufstieg vom 24. Januar bis 14. April ist eine Gipfelleistung.

Der Anblick eines aufsteigenden Löwen am dunklen Himmel erweckt ein bestimmtes Erleben: Jetzt fängt mit großem Schwung etwas Neues an. Ein rötlicher Mars, der vom Hinterlauf zur Brust emporsteigt, verstärkt gerade die Wirkung dieses Himmelbildes.

Anfang 2012 tritt etwas Neues mit tiefer Begeisterung und großer Tatkraft empor! ■



«Wirf den Helden in dir nicht weg!»

von Günther Dellbrügger

Helden – sind das nicht Antiquitäten wie in alten Heldensagen, also fremd und fern? Oder noch schlimmer: missbraucht, rot oder braun?

Wir sind heute vielfach bedrängt, vieles stürzt auf uns ein von allen Seiten. Komme ich dagegen an, kann ich dem etwas entgegensetzen, finde ich die Kraft, mich nicht unterkriegen zu lassen?

Bin ich nicht angewiesen auf Helden? Auf welche Helden?

Nietzsche fordert von uns: «Wirf den Helden in dir nicht weg!»

Wenn der Held *in mir* sein soll, muss er klein sein – habe ich ihn übersehen? Oder sogar belächelt – wie Goliath den David?

Bei der russischen Matroschkapuppe kommt immer eine neue zum Vorschein und noch eine und ... bis zuletzt die Kleinste

erscheint, klein, aber massiv – unscheinbar, aber von innen erfüllt, stark, Zentrum aller Hüllen.

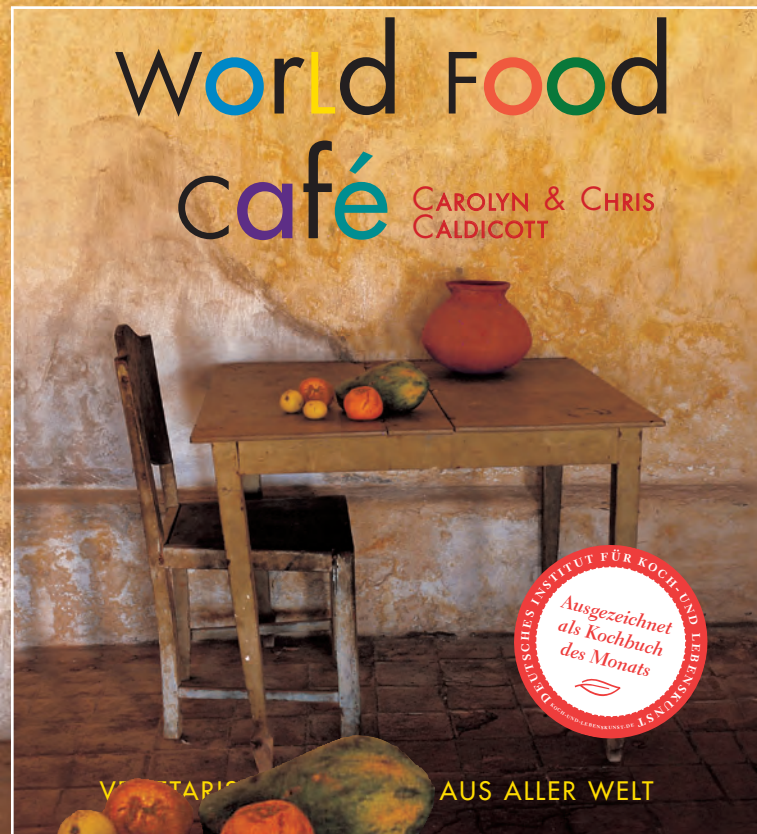
«Klein, aber fein!», sagt man und – fängt nicht alles Große klein an? Aus dem Zentrum, aus der Mitte, aus der Ruhe? Und das Drumherum – oft so lästig –, ist es nicht auch ein Schutz, Schutz für den «Helden in uns»?

Der kleine Held in uns ist die Kraft, sich nicht unterkriegen zu lassen, von nichts und von niemandem. Er ist die Kraft zur Zivilcourage.

«Wirf den Helden in dir nicht weg!» Denn er ist da, wenn auch sehr verborgen, leicht zu übersehen, wie die letzte, die kleinste Puppe. ■

Günther Dellbrügger hat in seinem Buch «Lichtanker. Texte zum Aufrichten», kleine Miniaturen geschaffen, die den Lesenden zu sich selbst führen. Sie sind kurze Besinnungshilfen, die ein Nachdenken über die Ecken, Kanten und Öffnungen des Lebens auslösen. Ein Nach-Sinnen mit nachhaltiger und aufbauender Tiefenwirkung, angeregt durch ausgewählte Evangelientexte, anregend bebildert von Maren Glockmann (ISBN 978-3-8251-7616-7).

wie schmeckt die welt?



www.geistesleben.com

Carolyn und Chris Caldicott: **World Food Café**. Vegetarische Gerichte aus aller Welt. Mit Fotos von Chris Caldicott (Reise) und James Merrell (Gerichte). | 192 Seiten, durchg. farbig, gebunden | € 19,90 (D) | ISBN 978-3-7725-2521-6

Vom Deutschen Institut für Koch- und Lebenskunst ausgezeichnet als Kochbuch des Monats:

«Wie die alten Entdecker haben sich Carolyn und Chris Caldicott ins Abenteuer der Genüsse gestürzt, die buntesten Rezepte erbeutet und ihre vegetarischen Leidenschaften mit erhellenden Reiseberichten garniert.»

Aus der Begründung der Jury

«Dieses Kochbuch ist eine gelungene Mischung aus Gourmetgenüssen, Abenteuer und Liebe zum Reisen.»

www.tours-magazin.de

Verlag Freies Geistesleben : Ideen für ein kreatives Leben