

E 51125
nr. 180

zum mitnehmen | dezember | 2014

Freies Geistesleben
Urachhaus

a tempo

Das Lebensmagazin

im gespräch

Margarethe von Trotta
Filme wie Eisberge

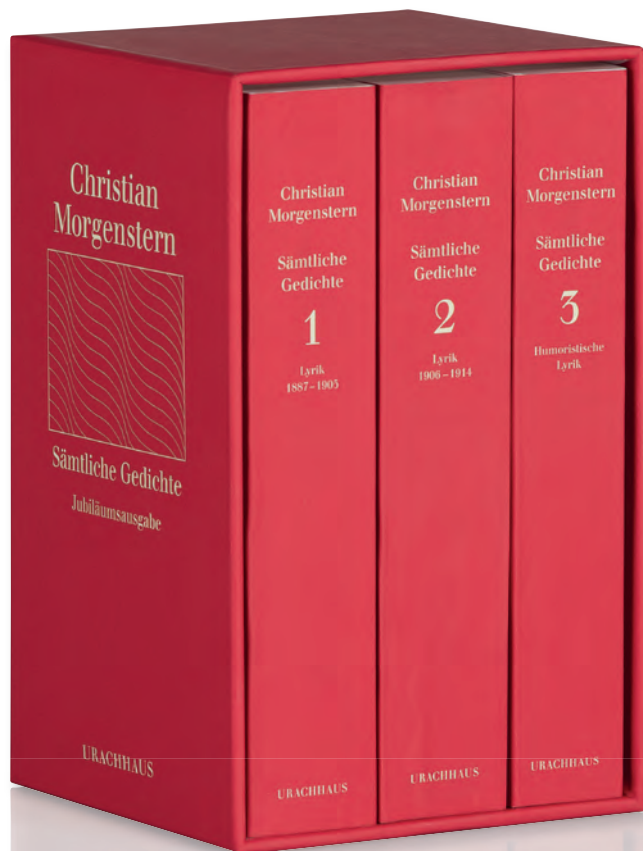
Das freie moderne
Individuum

Gedankengänge
durch Heidelberg



Unvergesslicher Christian Morgenstern

Sämtliche Gedichte als einmalige Sonderausgabe



1. Lyrik 1887–1905 | Hrsg. von Martin Kießig
2. Lyrik 1906 – 1914 | Hrsg. von Martin Kießig
3. Humoristische Lyrik | Hrsg. von Maurice Cureau

Urachhaus | www.urachhaus.de

Das Licht

In deine Flamme schau' ich, Kerzenlicht,
die wie ein Schwert die Finsternis durchbohrt.
Hab' Dank, du schonest auch den Schatten nicht,
der meinen schlafgemiednen Sinn umflort.

Ich nähre mich an deiner ruhigen Kraft,
du Bild der Seele, die das Dunkel trennt
und ihres Leibes erdenschweren Schaft
gleich einer Fackel in den Raum verbrennt.

Erster Schnee

Der Fjord mit seinen Inseln liegt
wie eine Kreidezeichnung da;
die Wälder träumen schnee-umschmiegt,
und alles scheint so traulich nah.

So heimlich ward die ganze Welt ...
als dämpfte selbst das herbste Weh
aus stillem, tiefem Wolkenzelt
geliebter, weicher, leiser Schnee.

«Die drei Dünndruckbände mit allem, was der Nachlass an Lyrischem hergibt, zeigen jetzt den ganzen Morgenstern, den ernsten, der uns, zum Beispiel, schöne, fast unbekannt Naturdichtungen schenkte. Den Verfasser gedankentief-melancholischer Strophen, den meisterhaften Ironiker, der mit erstaunten Kinderaugen und skurrilem Lächeln in eine verkehrte Welt blickt. Die opulente Sammlung ist, auch durch den starken Kommentarteil, das Beste, was Morgenstern-Leser heute finden können.»

Klaus Bellin, Lesart

■ Friede auf Erden.

Das sind die letzten Worte, die du für *a tempo* schriebst, lieber Frank. Mit ihnen endeten die Ausführungen deines Editorials für die Dezember-Ausgabe unseres Lebensmagazins im Jahr 2012. Du blicktest in die Geschichte, auf die Zisterziensermönche, die im Mittelalter an schwierigen, unwirtlichen Orten doch Zentren blühender Kultur erschufen – Wasser aus dem Felsen schlugen, Friedensarbeit leisteten. Und du wendetest dann deinen Blick nach dem heutigen Israel und seinen Konflikten.

Die Kriegsschauplätze haben sich seit dem Jahr 2012 erheblich vermehrt. Du selbst hast einen eigenen Kampf zu führen gehabt. Nach deinem schweren Herzinfarkt war gar nicht sicher, ob du den Weg zurück ins Leben wieder finden würdest. Nun wissen wir, dass dieser Weg für dich doch offen blieb, du aber nicht den weiteren Weg zurück zu deinem lieben Verlag und unserem Magazin gehen kannst. So ist das eigene Leben mit dem Schicksal verwoben, das eigene Innere mit dem verflochten, was von außen auf uns zukommt und einstweilen zustoßt.

Neunzehn Jahre lang warst du gestaltend und leitend für den Verlag Urachhaus tätig, dreizehn Jahrgänge von *a tempo* hast du mit herausgegeben – ein Compagnon an meiner Seite, ein Freund aus unseren Jugendjahren bis ins Jahr 1978 zurück, als wir uns erstmalig in den Weihnachtstagen bei der internationalen anthroposophischen Jugendtagung in Kings Langley kennenlernten.

Was Agnes Fink über die Kunst von Margarethe von Trotta sagt, könnte man ohne Wahrheitsverlust auch auf Menschen ummünzen: **Menschen sind wie Eisberge.** Wir nehmen jeweils nur eine kleine Spitze wahr. Was sie in Wirklichkeit noch sind, bleibt uns vielfach verborgen. Vielleicht fühltest du dich deshalb dem musikalischen Schaffen Gustav Mahlers so verbunden, weil er so stark das noch Verborgene in allen Erscheinungen dieser Welt empfand. «Alle Musik muss ein Sehnen enthalten – ein Sehnen über die Dinge dieser Welt hinaus», sagte er. Das war auch eines deiner Leitmotive beim Schreiben deines Buches über den visionären und Mythos schaffenden Gustav Mahler: wie alles Leben ein Sehnen enthalten muss, ein Sehnen über die Spitzen der Eisberge hinaus und hinunter in die verborgenen Tiefen des Lebens – dort, wo Innen und Außen, Leben und Schicksal eins sind und größer, als wir je in einem Augenblick sein können, ohne uns deshalb fremd zu sein.

Für dein prägendes, initiatives Mitwirken an unseren Büchern und Zeitschriften danken wir von Herzen – es war Musik dabei, wie ein Sehnen über die Dinge dieser Welt hinaus. Im Namen aller Mitwirkenden hier in den Verlagen Urachhaus und Freies Geistesleben wie sicherlich auch aller unseren lieben Leserinnen und Lesern von *a tempo*: Fühle dich aufgehoben und geborgen in den Klängen dieser Musik!

Dein Jean-Claude

Jean-Claude Lin.



Lieber Frank Berger

06 im gespräch
Margarethe von Trotta – Filme wie Eisberge

Wenn wir einen Film anschauen, vergessen wir unseren Alltag. Wir tauchen ein in das Leben der Helden auf der Leinwand, ahnen etwas von ihren Motiven, hoffen auf ein Happy End. So wie wir für unser eigenes Leben manches ahnen – und eigentlich wissen, dass wir nicht alles in der Hand haben. Davon erzählen Filme, die uns berühren, Szenen, die uns nicht mehr aus dem Kopf gehen. Die Schauspielerin, Drehbuchautorin und Regisseurin Margarethe von Trotta ist eine herausragende Chronistin eben dieser bewegenden Geschichten.



10 augenblicke
Gedankengänge durch Heidelberg



Wer das erste steile Stück des Philosophenwegs in Heidelberg auf sich genommen hat, erblickt die Stadt von ihrer schönsten Seite. Wie idealisiert in eine Landschaft hineingemalt, in die Schloss, Fluss und die alte Brücke nicht besser passen könnten, liegt sie da. Wenn zu den Randzeiten des Tages oder des Jahres der Strom der Touristen abebbt, dann lässt sich noch etwas vom alten Zauber spüren, den die Dichter der Romantik hier erlebten, als sie den Weg für sich entdeckten und Heidelberg mit ihren Liedern rühmten – und es lässt sich erahnen, warum dieser Weg zum Philosophieren verführen kann ...

16 einsichten aus der philosophenschmiede
Hat das Böse ein Gesicht?
 Hannah Arendts «Über das Böse»

17 zufälle
Oh wie lacht

18 thema
Das freie moderne Individuum und der Totalitarismus

23 freundschaft
Die Zumutung der Freundschaft

24 sprechstunde
Die Walnuss – Delikatesse und Heilmittel

27 weiterkommen
Die Kunst der Seele

Die Seiten der Zeit

editorial 3 | inhalt / impressum 4 | im gespräch 6 | augenblicke 10 | einsichten 16 | zufälle 17 | thema 18 | kalendarium 20 | freundschaft 23 | sprechstunde 24 | abschied 26 | weiterkommen 27 | aufgeschlagen 28 | serie: der mensch in bewegung 30 | literatur für junge leser 32 | spielplatz 33 | preisrätsel / sudoku 34 | kulturtipp 35 | suchen & finden 36 | ausblick / buchhandel 38

Das Lebensmagazin der
 Verlage Freies Geistesleben
 und Urachhaus

www.geistesleben.com
www.urachhaus.de

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
www.a-tempo.de
www.facebook.com/atempo.magazin

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 mit *alverde*, dem Kundenmagazin von dm-drogerie markt.

© 2014 Verlag Freies Geistesleben & Urachhaus GmbH

Druck:

Körner Druck / Sindelfingen



Crazy Dogs

Brigitte Werners Liebeserklärung an das Leben

«Leidenschaftlich, humorvoll, bildhaft erzählt, packt und berührt dieses Buch von Anfang bis zum Schluss. Viele Figuren, ob Mensch oder Tier, ob schrullig, witzig, charmant oder sonst irgendwie eigen, wachsen einem ans Herz. Ein Buch, so herzerfrischend wie es noch viele von der Art geben sollte!»

*Denise Racine,
Basler Biechergugge*

Roman



Brigitte Werner: **Crazy Dogs**. Roman
480 Seiten, geb. mit SU und Farbschnitt
€ 19,90 (D) | ISBN 978-3-7725-2648-0

Leseprobe!

www.geistesleben.com | @ auch als eBook erhältlich



Filme wie Eisberge – zum Begreifen der Wirklichkeit

Margarethe von Trotta im Gespräch mit Doris Kleinau-Metzler | Fotos: Wolfgang Schmidt

Wer kennt es nicht? Wenn wir einen Film anschauen, vergessen wir unseren Alltag. Wir tauchen ein in das Leben der Helden auf der Leinwand, ahnen etwas von ihren Motiven, hoffen auf ein Happy End. So wie wir für unser eigenes Leben manches ahnen – und eigentlich wissen, dass wir nicht alles in der Hand haben. Davon erzählen Filme, die uns berühren, Szenen, die uns nicht aus dem Kopf gehen – wie beispielsweise diese aus dem Film «Hannah Arendt» (2012) von Margarethe von Trotta, als die deutsch-jüdische Philosophin beim Billardspiel zu ihrer Freundin sagt, mit einem Blick in die Ferne: «Es gibt Dinge zwischen Menschen, die kann man nicht erklären ...» (über ihre alte Liebe zu ihrem Professor, Martin Heidegger). Die Schauspielerin, Drehbuchautorin und Regisseurin Margarethe von Trotta ist eine herausragende Chronistin bewegender Geschichten. Ihre Filme, wie beispielsweise «Die bleierne Zeit» (1981), «Rosa Luxemburg» (1985) oder «Hannah Arendt» (2012), stellen konkrete Frauen in den Mittelpunkt, weisen aber zugleich auf Wesentliches hin, das aktuell ist. So steht die Philosophin Hannah Arendt für ein Verstehen-Wollen dessen, «was ist», für ein unvoreingenommenes Denken – und für das Achten auf das eigene Fühlen. Genau dieser Prozess beginnt für Margarethe von Trotta mit jedem Film aufs Neue: Aufmerksames Denken und Fühlen bei der Arbeit an einem Film, der dann unseren Blick auf Vielfältigkeit und Tiefe der Wirklichkeit erweitern kann.

Doris Kleinau-Metzler | Frau von Trotta, aus welchen Gründen entscheiden Sie sich für einen bestimmten Filmstoff, was leitet Sie dabei?

Margarethe von Trotta | Es gibt für mich zwei Arten von Filmen, die ich meist abwechselnd drehe – das eine sind Filme, die nach draußen, in die Welt blicken (wie *Rosa Luxemburg* und *Hannah Arendt*) und wozu die Idee von jemand an mich herangetragen wird. Oft wehre ich mich erst, will eigentlich nicht. Dann lese ich einiges zu dem Thema, spreche mit anderen darüber, und so bohrt sich diese anfangs mir fremde Idee immer mehr in mich hinein. Ab einem bestimmten Punkt suche ich dann eine Entsprechung zu der jeweiligen Zeit, zur Hauptperson in mir selbst. Entscheidend für die Intensität einer Arbeit ist, dass man selbst darin etwas entdeckt, was für einen zutrifft, einen fasziniert. Rosa Luxemburg war eine radikale Revolutionärin, die im Grunde kein Blut sehen konnte und Anti-Kriegs-Reden hielt. Eigentlich wollte sie alles ausleben können, durfte es aber nicht: Frau sein und zugleich Kämpferin, Kinder haben und politisch aktiv sein. Der Film *Rosa Luxemburg* entstand Mitte der 1980er-Jahre, als in Deutschland die Friedens- und Frauenbewegung sehr stark war.

Die Filme der anderen Art kommen aus meinem eigenen Inneren. Ich setze mich zum Beispiel vor ein weißes Blatt Papier und warte ab; so entstand *Schwestern* oder *Balance des Glücks*. Die «aktive Imagination» (nach C. G. Jung), mit der ich auf eine Art bewusste

Traumreise in mein eigenes Inneres, mein Unbewusstes gehe, liefert mir Anregungen, die ich aufnehmen – oder verwerfen kann. Mancher ist nicht neugierig auf dieses Paket aus Bewusstem und Unbewusstem; das In-die-Tiefe-Schauen ist aber das Material, auch ein Teil der Motivation, mit dem wir Künstler arbeiten.

DKM | Als Zuschauer nehmen wir das Ergebnis Ihrer künstlerischen Arbeit über die Schauspieler wahr, die für uns als die jeweils dargestellte Person absolut glaubwürdig sind. Müssen Ihre Schauspieler den Text lernen und Sie als Regisseurin sagen ihnen, was zu tun ist?

MvT | Nein, das wäre schrecklich für mich, dann wären die Schauspieler ja Marionetten! Oft ist es so, dass wir zusammen das Drehbuch lesen und intensiv darüber reden, auch Original-Schauplätze besuchen. Die Vorträge, die Hannah Arendt im Film hält, sind beispielsweise gemeinsam mit Barbara Sukowa, die die Hannah Arendt spielte, intensiv erarbeitet worden. Bei den Vorarbeiten zu meinem neuen Film *Die abhandene Welt* sagte Katja Riemann beispielsweise einmal: «Das klingt irgendwie altmodisch, kannst du das nicht moderner sagen ...» Entsprechend ändere ich. Meine Schauspieler sehen nach unserer Vorarbeit ihre Rollen vor sich und bieten mir durch ihr Spiel dann etwas an. Nur wenn es nicht stimmt, greife ich ein. Barbara Sukowa meinte einmal, dass sie gerade deshalb den Mut haben kann, in ihrem Spiel ▶



Margarethe von Trotta

- ▶ auch ganz ins Extrem zu gehen, denn ich würde sie zurückholen, wenn es zu viel wird. **Ich lasse den Schauspielern große Freiheiten, aber sie wissen auch, dass ich ihnen helfe, wenn etwas in die falsche Richtung läuft.**

DKM | Damit umschreiben Sie, weshalb Schauspieler berühren, fesseln können – wenn «es stimmt», kann ich dieses Gefühl, diese Situation, die dargestellt wird, wie von selbst in mir nachvollziehen. Als Regisseurin müssen Sie – wie der Maler sein fertiges Bild – den abgeschlossenen Film vor Augen haben. Mit den einzelnen Pinselstrichen bzw. Szenen malen Sie «Seelenlandschaften», so zitieren Sie einmal den schwedischen Regisseur Ingmar Bergman. Was meinen Sie damit?

MvT | **Seele ist für manche vielleicht ein altmodisches Wort, aber ich kann damit etwas anfangen.** Das sind all diese Verästelungen in einem, die man nicht benennen oder klar definieren kann, die aber da sind, und die einem eine gewisse Orientierung geben und führen können. Die Schauspielerin Agnes Fink,

die in zwei Filmen von mir mitspielte, sagte einmal: «Deine Filme sind wie Eisberge. Man sieht nur eine kleine Spitze, aber die Hauptsache ist unterhalb des Wassers, unterhalb der sichtbaren Oberfläche.» Der Film als eine Seelenlandschaft, die Bewusstes und Unbewusstes umfasst. Sicher muss in jedem Film viel Faktisches berücksichtigt werden (Biografisches, die Zeit und ihre Moden, Gesellschaft und Politik). Aber in jede Szene muss auch etwas anderes hineingelegt werden, eine Art unterirdische Emotion mitspielen, damit es eine lebendige Erzählung wird. Das erfindet man auf der Grundlage der Informationen, die man sich erarbeitet hat – aber letztlich muss man sich darauf verlassen, dass man innerlich mit dieser Geschichte, diesen Personen mit empfindet, dass es so stimmen könnte. Und das geht nur, wenn man gleichzeitig bei sich selbst ist und in sich sucht, was man für die Szene brauchen könnte. Zum Beispiel bei Rosa Luxemburg: Wie fühlt sich Eifersucht für mich an? Oder: Was war sie für ein Mensch privat, im Umgang mit ihrer Katze, in der Liebe zu ihrem Mitstreiter und Freund?

DKM | Ihr Film *Hannah Arendt* hat den Untertitel *Ihr Denken veränderte die Welt*. Während des Films sieht man, wie Hannah Arendt sich immer wieder in die Stille zurückzieht und nachdenkt, darauf beharrt, dass ihr Denken weit vor dem Schreiben entstehen muss und Zeit braucht. Ich frage mich, wie oft wir unser Denken als eine eigene innere Tätigkeit ansehen, die Ruhe und Zeit braucht ... Wie kamen Sie dazu, das Denken so in den Mittelpunkt zu stellen?

MvT | Ja, auch Kollegen haben mir bestätigt, dass in diesem Film klar gezeigt wird, was Denken ist und sein kann. Für meine filmische Arbeit ist die Aussage von Hannah Arendt aus *Elemente und Ursprünge totaler Herrschaft* zentral: **«Begreifen bedeutet, sich aufmerksam und unvoreingenommen der Wirklichkeit, was immer sie ist oder war, zu stellen und entgegenzustellen.»** Auch ich will verstehen und nicht vorgegebene Bewertungen darstellen. Acht Jahre habe ich mich mit Hannah Arendts Texten, vor allem auch mit Briefen und dann Begegnungen mit Zeitzeugen, beschäftigt, war mit der Co-Drehbuchautorin und der Hauptdarstellerin Barbara Sukowa immer wieder im Gespräch. Irgendwann spät bildete sich heraus, dass Mittelpunkt des Films die vier Jahre sein sollten, als Adolf Eichmann (der für die Logistik der Juden-Transporte in Konzentrationslager verantwortlich war) 1960 in Jerusalem vor Gericht gestellt wurde. Hannah Arendt beobachtete als Reporterin den Prozess (sie hatte als Jüdin in die USA emigrieren müssen; durch ihr Buch *Eichmann in Jerusalem. Von der Banalität des Bösen* wurde sie später weltweit bekannt).

Letztlich ist es so, dass uns dies widerfahren ist, dass das Denken auf diese Art dargestellt werden konnte ... In jedem Film passiert manches, verbirgt sich unabhängig von meiner Absicht manches, das mir nicht bewusst war. In meinem Film *Heller Wahn* mit Hanna Schygulla und Angela Winkler ist Angela Winkler eine Frau, die malt, aber nicht den Mut hat, eigene Bilder zu malen. Sie geht in Museen und malt die Bilder, die ihr gefallen, ab. Ich habe das Drehbuch geschrieben, den Film gedreht – irgendwann später ist mir plötzlich eingefallen: Als ich als junges Mädchen das erste Mal in Paris war, wollte ich noch Kunstgeschichte studieren und bin oft in den *Louvre* gegangen. Mir fiel eine Frau auf, die mit ihrer Staffelei vor den großen Meistern saß und diese in Schwarzweiß abmalte (heute dürfte man das sicher nicht mehr). Das hatte ich völlig vergessen und im Film untergebracht, ohne daran zu denken. So setzen sich Dinge, die einen beeindrucken, in einem ab, und irgendwann holt man sie dann als Material für die eigene Gestaltung wieder hervor. Oder es verbirgt sich etwas, was sich erst später als wesentlich für mich selbst herausstellt – so erfuhr ich erst nach meinem Film *Schwestern*, dass ich eine ältere Schwester habe.

DKM | Sie stellen immer wieder Frauen und ihre Möglichkeiten in der jeweiligen Zeit dar. Wie gehen Sie in Ihrer Zeit mit Ihren Möglichkeiten um?

MvT | Ich bin noch in einer Zeit aufgewachsen, wo man den Frauen nicht viel zugestanden hat, was man heute leicht vergisst. Bis in die 1960er-Jahre hinein durfte eine verheiratete Frau nicht berufstätig sein, wenn der Ehemann nicht einverstanden war, durfte kein eigenes Konto haben usw. Meine Generation musste sich wirklich aus dieser Abhängigkeit herausarbeiten. Dabei ging es aber nicht nur um die äußere Abhängigkeit, sondern man war ja auch im Kopf entsprechend geprägt mit einer eingengten Sicht auf die Welt und die eigenen Möglichkeiten. Wenn der Kopf frei ist und man zunächst ahnt, dann immer klarer sieht, was man selbst will, kann der Wille wachsen, sich dafür mit aller Kraft einzusetzen. **Erst wenn man erkannt hat, in welchen Formen man abhängig ist, kann man seine eigenen Möglichkeiten nutzen und sein Leben selbst in die Hand nehmen.** ■

Der neue Film von Margarethe von Trotta, **«Die abhandene Welt»**, kommt im Herbst 2015 in die Kinos.



Bin ich Gestalter meines Lebens?

Ist das Leben, das ich führe, eigentlich mein Leben? Wie viel von dem, was mir im Leben gegeben wurde, gehört zu mir? Johannes W. Schneider schöpft aus einem Leben vielfältigster Begegnungen mit anderen Menschen und Kulturen, um den Leser zu einem tieferen Verständnis seines Selbst anzuregen.

«Schicksal ist nicht etwas, was mich trifft ... Schon gar nicht ist Schicksal eine dunkle Macht, sondern es ist eine helle, hohe Schicht unseres Lebens, die zu wirken beginnt, wenn wir aktiv werden, wenn wir unser Leben nicht nur leben, sondern wenn wir am gelebten Leben zu uns selbst erwachen.»

Johannes W. Schneider

Johannes W. Schneider
Unser Leben – unser Schicksal
Sich selber näher kommen.

falter 41 | 192 Seiten, Leinen mit SU
€ 15,90 (D) | ISBN 978-3-7725-2541-4
www.geistesleben.com



Gedankengänge durch Heidelberg



von Christian Hillengaß (Text) & Wolfgang Schmidt (Fotos)

Ein Einzelner, der seines Weges schreitet. Einfach so, ohne sichtbares Ziel. In sich gekehrt, einem Gedanken nachgehend oder etwas betrachtend, das ihm ins Auge gefallen ist. Vielleicht kurz nur im Vorübergehen, vielleicht länger. Vielleicht einen Baum, einen Raben, der mit einer Elster zankt, eine Bergkuppe, einen Fluss im Tal oder die rotgedeckten Dächer einer alten Stadt. Vielleicht auch ein Bild aus seinem Inneren, das in der Weite der Landschaft Raum bekommt. Vielleicht ist das ein Philosoph. Vielleicht auch nicht.

Ein alter Winzerweg, der sich an den sonnenverwöhnten Hängen gegenüber Heidelbergs Schloss und Altstadt entlang zieht, hat schon viele solcher Gestalten gesehen. Ob es Philosophen waren oder nicht – sie erfüllten zumindest eine Eigenschaft, die man den Freunden der Weisheit nachsagt: einzeln und nachdenklich voranzuschreiten. So bekam der Weg den Namen «Philosophenweg». Nicht zu Ehren eines bestimmten Philosophen also, sondern aufgrund «der seltsamen Neigung, die im 18. Jahrhundert, im Zeichen Rousseaus erstmals die Menschheit ergriff: allein Spazieren zu gehen». So erzählte es zumindest Hans-Georg Gadamer, der letzte große Philosoph, der ein halbes Jahrhundert lang in Heidelberg gelebt und gewirkt hat.

Wer das erste steile Stück des Philosophenwegs auf sich genommen hat, erblickt die Stadt von ihrer schönsten Seite. Wie idealisiert in eine Landschaft hineingemalt, in die Schloss, Fluss und die alte Brücke nicht besser passen könnten, liegt sie da. Im Westen reicht der Blick bis nach Frankreich, wo fern am Horizont die Vogesen grüßen. **Der Philosophenweg ist ein Weg, der Augen, Herz und Sinne öffnet.** Stets ist es hier oben ein paar Grad wärmer

als an anderen Orten der Umgebung. Palmen und andere exotische Pflanzen gedeihen im Mikroklima, alte Obstgärten liegen halb verwildert links und rechts des Weges und Eidechsen huschen über alte Trockensteinmauern, wenn sie der Schatten eines Spaziergängers berührt.

Wenn zu den Randzeiten des Tages oder des Jahres der Strom der Touristen abebbt, dann lässt sich noch etwas vom alten Zauber spüren, den die Dichter der Romantik hier erlebten, als sie den Weg für sich entdeckten und Heidelberg mit ihren Liedern rühmten. Allen voran Friedrich Hölderlin mit seiner Ode: *Lange lieb' ich dich schon, möchte dich, mir zur Lust, / Mutter nennen, und dir schenken ein kunstlos Lied, / Du, der Vaterlandsstädte / Ländlichschönste, soviel ich sah.* So ist es eigentlich ein Dichterweg, der Philosophenweg genannt wurde. Aber vielleicht weist gerade das auf die feine Verwandtschaft von Philosophie und Lyrik hin, von der die Stadt erzählt, wenn man ihr lauscht; wenn man die Schritte ein paar Einzelner verfolgt, die hier ihre Spuren hinterließen. Dann schimmert ein feines Netz von Wegen auf, die sich berühren, kreuzen, wegführen und wiederkehren. Dichterwege, Denk- und Schicksalswege. Oder: Philosophenwege.

Als Gadamer Anfang der 1920er Jahre Heidelberg zum ersten Mal besucht, erscheint ihm die Stadt «als die schönste, intimste und weltoffenste von allen» – und er verspürt den «tiefen Wunsch, hier einmal zu lehren». Immer wieder wird er in seinem philosophischen Forschen auch die Dichter befragen, überzeugt davon, «dass zwischen der Sprache der Dichtung und der Sprachfindung des philosophischen Gedankens eigentümliche Fäden hin und her laufen». ▶



«Von den Dichtern erwarten wir Wahrheit», schreibt Hannah Arendt in ihr Denktagebuch, «von den Philosophen nur Gedachtes». Um die Zeit, als Gadamer zum ersten Mal hier ist, kommt sie als junge Studentin der Philosophie nach Heidelberg. Hölderlin-Verse füllen die Liebesbriefe, die sie mit einem Mann wechselt, aus dessen mächtiger Aura sie eigentlich flieht, um hier ein Eigenes zu finden. Dieser Mann ist einer der einflussreichsten Philosophen seiner Zeit: Martin Heidegger. Bei einem Freund von ihm, Karl Jaspers, promoviert sie 1928 über den *Liebesbegriff bei Augustin*.

Jaspers ist wie Heidegger einer, der eigenes Denken wagen will, anstatt nur altes Wissen zu verwalten. Der studierte Mediziner hat sich als Psychologe bereits einen Namen gemacht, bevor er den Lehrstuhl für Philosophie übernimmt. Das eine schließt für ihn das andere nicht aus: «Mein Gebiet ist der Mensch, zu nichts anderem hätte ich dauernd Fähigkeit und Lust.» Auch für ihn ist die Philosophie ein Unterwegssein, allerdings kein strenges Alleingehen wie für Heidegger, sondern ein Weg, der auch durch Kommunikation voranführt: «Der Einzelne für sich allein kann nicht vernünftig sein.» Das Ziel des Weges verlegt er in die Unendlichkeit, um nicht in der trügerischen Sicherheit einer vermeintlichen Wahrheit stehenzubleiben. Bei all seinem denkerischen Fortschreiten gesteht er jedoch auch, daran zu leiden, dass er zu wenig träumt. «Die Fantasie» sei «doch der Weg zur tiefsten Wahrheit und Wirklichkeit». Die Dichter würden ihm zustimmen.

Eine andere Dichterin, die damals noch nicht weiß, dass sie eine ist, sitzt in seinen Vorlesungen: Hildegard Dina Löwenstein, besser bekannt unter dem Namen, den sie sich später im Anklang an ihr Exil in der Dominikanischen Republik gibt: Hilde Domin. Neben ihr sitzt ein junger Mann, Erwin Walter Palm. Sie sind sich zu Anfang des Sommersemesters in der Mensa im Marstallhof begegnet, in dessen alten Mauern auch heute noch die Studenten speisen. Es ist der Anfang ihres «Lebensgesprächs», fünf Jahre später werden sie heiraten.

Jaspers doziert über die «Grenzsituation», die Erfahrung von Krisen, Krankheit oder Tod, die den Menschen an die Grundfragen seiner Existenz führt und somit der eigentliche Ursprung der Philosophie sei. Die «Grenzsituation» eröffnet die Chance der Selbsterkenntnis. Jaspers fasst es im Satz zusammen: «Im Scheitern kommt der Mensch zu sich selbst». – «Ein Satz, den auszuprobieren wir Gelegenheit hatten», schreibt Domin rückblickend.

In der Tat hält die Zukunft Grenzsituationen bereit. Nicht nur für Palm und Domin, die ebenso wie Hannah Arendt wegen ihrer jüdischen Herkunft durch die Nazis ins Exil gezwungen werden. Auch für Jaspers, dessen Frau Jüdin ist und der mit Berufsverbot belegt wird, weil er weiter zu ihr steht. Ein altes Schwarzweißfoto zeigt den großen, hageren Mann, wie er nach seiner Absetzung mit weit ausholendem Schritt, tiefsitzendem Hut und hochgestelltem Mantelkragen die Universität verlässt – ein Einzelner, der seines Weges schreitet. Seine Beziehung zu Heidegger erreicht den Tiefpunkt, als dieser mit Lederhosen und Hitlergruß zu einem Gastvortrag in Heidelberg erscheint. Täglich muss mit der Deportation gerechnet werden. Zyankalikapfeln auf dem Nachttisch sollen für diesen Fall die allerletzte Flucht ermöglichen.

Doch der Griff zum letzten Mittel bleibt dem Ehepaar Jaspers erspart. Am Karfreitag, dem 30. März 1945, ►



Vom Kosmos zur Erde und zurück

Der Weg der zwölf Weltanschauungen führt von der Erkenntnis der Gleichberechtigung uns fremd oder irrtümlich erscheinender Anschauungen zur Wahrnehmung einer gesteigerten, uns mit dem Kosmos und den anderen Menschen wiederverbindenden Erkenntnisfähigkeit.

Spiritualismus | Steinbock –
Pneumatismus | Wassermann –
Psychismus | Fische – *Idealismus* |
 Widder – *Rationalismus* | Stier –
Mathematismus | Zwillinge –
Materialismus | Krebs – *Sensualismus* |
 Löwe – *Phänomenalismus* | Jungfrau –
Realismus | Waage – *Dynamismus* | Skorpion –
Monadismus | Schütze.

Corinna und Ralf Gleide
Der Sternenhimmel der Vernunft
 Über den Weg der zwölf Weltanschauungen.
 216 Seiten, Leinen mit Schutzumschlag
 € 15,90 (D) | ISBN 978-3-7725-1435-7
 www.geistesleben.com

► wird Heidelberg von amerikanischen Truppen befreit. Ihre Deportation, so erfahren die beiden später, war auf den 14. April angesetzt gewesen. Zehn Jahre nach seiner Entlassung durch die Nationalsozialisten kann Jaspers seine Lehrtätigkeit wieder aufnehmen. «Ich fahre fort, wo wir stehengeblieben waren», beginnt er seine erste Vorlesung.

Die Hungerzeit nach dem Krieg wird durch Versorgungspakete gemildert, die Hannah Arendt aus dem New-Yorker Exil schickt. Jaspers engagiert sich im Wiederaufbau der Universität, dann bekommt er einen Ruf nach Basel, dem er folgt. Es ist ein Weggehen, nachdem Heidelberg durch 40 Jahre Heimat, «geistig die einzige Heimat», geworden war. «Jetzt, dazu im Alter, sollten wir uns trennen? Hart schien es, und dann wieder wie eine Befreiung.»

Hans-Georg Gadamer tritt seine Nachfolge an, der tiefe Wunsch von damals, «hier einmal zu lehren» erfüllt sich. Die Anreise führt durch zerbombte Städte. Als er Heidelberg erreicht, empfindet er «so etwas wie Rührung. Welch ein Geschenk, dass diese einzigartige Stadt von den Zerstörungen verschont geblieben war.»

Für Hilde Domin sind 22 Jahre vergangen, als sie zum ersten Mal wieder deutschen Boden betritt. Erst jetzt veröffentlicht sie ihre ersten Gedichte. 1960 erhält ihr Mann eine Professur in Heidelberg, und so kehren sie nach langer Zeit und weiten Wegen an den Ausgangspunkt ihrer Odyssee zurück. Nicht nur deshalb bezeichnet Gadamer sie in einer Rede als die «Dichterin der Rückkehr», sondern auch weil er im Dichten eine Bewegung von Aufbruch und Wiederkehr sieht; das Verlassen des Gewöhnlichen, hinein ins Wortlose und die Rückkehr in die Sprache, die für Domin zur eigentlichen Heimat wird. Hier liegt auch für ihn die Verwandtschaft von Dichtern und Philosophen: «Dass wir immer wieder aus dem Selbstverständlichen auswandern – wir nennen das Denken – und zurückkehren in ein Andersgewordenes – wir nennen das Erkenntnis. Nur weil wir selber so gehen, gehen wir auch mit dem Dichter mit.»

Vermutlich braucht es für das Gelingen eines solchen Unterfangens eine Standfestigkeit, die nicht im Räumlichen verortet ist. Um es mit den Worten der Dichterin zu sagen:

Man muss weggehen können / und doch sein wie ein Baum: / als bliebe die Wurzel im Boden, / als zöge die Landschaft und wir ständen fest.

Wie der Philosophenweg ist auch der Heidelberger Bergfriedhof ein Ort, der poetisch und philosophisch zugleich ist. Im Gegensatz zu Ersterem fällt es hier jedoch leicht, alleine zu sein. Ein Geheimtipp, wenn man so will. Weit oben am Hang, am Ende einer kleinen Treppe steht ein Satz auf einem Grabstein: *Wir setzten den Fuß in die Luft und sie trug* – als wären Hilde Domin und Erwin Walter Palm nach dem Ende der Stufen einfach weitergegangen.

Durch die Bäume fällt der Blick auf die Weite der Rheinebene. Von dort weht oft ein frischer Wind, ganz anders als in den Gassen der Altstadt, wo die Luft zuweilen steht. Wer sich nicht wie ein Tourist auf Kurzbesuch an all dem Alten freuen kann, der wird vielleicht das erdrückende Gewicht spüren, mit dem der Mythos vom romantischen Alt-Heidelberg dort auf den Sandsteinmauern lastet, tagtäglich neu geschürt und fotografiert. *Wer es könnte*, mag sich ein Solcher denken, *Wer es könnte / die Welt / hochwerfen / daß der Wind / hindurchfährt*. Und wie ein heimlicher Gruß werden ihm die Initialen der Dichterin von einem der örtlichen Autokennzeichen winken.

Wenn er dann auf die Alte Brücke tritt – einer der wenigen Orte, wo in Heidelberg tatsächlich der Wind bläst – und um sich blickt, werden ihn vielleicht, wie Gadamer es schildert, «die unveränderliche Bestimmtheit der Berglinien, die die menschlichen Dinge und Bedingtheiten umrändern, mit Melancholie anrühren. Nicht nur die schicksalskundige Burg dort oben liegt in Trümmern. Alle menschlichen Geschehnisse gehen solchen Lauf. Und doch, wenn er den Blick flussabwärts schweifen lässt und der abendliche Himmel alles mit seinem Widerschein verklärt, dann mag er auch umgekehrt spüren, wie viel einem jeden Leben gewährt ist: von seiner Begrenztheit und Bedingtheit der Anfänge her ins Freie zu führen, in eine unbekannte Weite, in die sich langsam der eigene Weg einzeichnen wird.» Und da sind sich Philosoph und Dichter ganz nahe. «So komm!», würde Hölderlin ihm sagen, «dass wir das Offene schauen / dass ein Eigenes wir suchen, so weit es auch ist.» ■



«Das größte begangene Böse ist das Böse, das von Niemanden getan wurde, das heißt, von menschlichen Wesen, die sich weigern, Personen zu sein.»*

Hat das Böse ein Gesicht?

Hannah Arendts «Über das Böse»

von Madeleine Ronner

Sprachloses Entsetzen herrscht nach den Verbrechen in Nazi-Deutsch-

land. Das Wort versagt und das Denken scheitert. Kaum einer wagt diese Sprachlosigkeit derart unerschrocken anzugehen wie die jüdische Philosophin Hannah Arendt. Sie selbst emigriert 1933 aus Deutschland in die USA. 1961 reist sie als Reporterin nach Jerusalem, um dort den Eichmann-Prozess zu verfolgen. In der Gerichtsverhandlung macht sie eine schockierende Entdeckung: Sie sieht in dem Nazi-Verbrecher Adolf Eichmann die «Banalität des Bösen». Dieser Begriff wird für Arendt Ausgangspunkt einer Neuordnung der Ethik, die sie in vier Vorlesungen *Über das Böse* bespricht.

Ein banales Niemand tritt Hannah Arendt in Adolf Eichmann gegenüber. Er ist in ihren Augen kein Heuchler, kein altmodischer Verbrecher, dessen Unrechttat aus einem Wertesystem hervorklafft, sondern als Befehlsempfänger Teil eines monströsen Verwaltungsmassenmordes und totaler Zerstörung. – Brachte man bis dahin in der abendländischen Tradition das Böse mit Selbstsucht in Verbindung, spricht Arendt vom Bösen als der «Überflüssigmachung des Menschen als Mensch».

Arendt beschreibt, wie Eichmann die entscheidende Fähigkeit, die den Menschen ausmache, aufgegeben habe: das Vermögen zu denken. **Wenn der Mensch als denkendes und erinnerndes Wesen diese je eigenen Seinsweisen negiert, wird er zum Niemand und entsagt seiner Persönlichkeit.** Denken meint seit Sokrates und Platon den stillen Dialog mit sich selbst – in eigener Gesellschaft, als Zwei-in-Einem oder in Gesellschaft eines Freundes. Dieser Maßstab, das Zwiegespräch des Menschen mit sich selbst, begrenzt sein Handeln.

Als Wesen, das in seinen Gedanken und Erinnerungen wurzelt, weiß der Mensch, dass er mit sich selbst zu leben hat und sein Handeln lenken muss. So ist es besser, mit der ganzen Welt uneins

zu sein, als mit sich selbst nicht im Einklang zu stehen. «Selbstwiderspruch», so Sokrates, und «Selbstverachtung», so Kant, führen in Ohnmacht oder Selbstmord. Zu diesem Spiegelbild der eigenen Handlung kommt es jedoch nicht, wenn der Mensch aufhört zu denken – wenn er im Schlaf wandelt. Bewusstlos verliert er sein Gesicht.

Angesichts der Monstrosität der NS-Verbrechen empfinden es viele als Hohn, von der «Banalität des Bösen» zu sprechen. Freunde wenden sich von Hannah Arendt ab, sie sei – selbst als Jüdin – zu weit gegangen. Arendt interessiert sich jetzt für die einzelnen Gesichter, die gesagt haben: «Das kann ich nicht tun», ohne sich auf Vorschriften zu berufen. Denn da, wo der Mensch ohne Haltung – unwillens, sich durch Urteile zu anderen in Beziehung zu setzen – vegetiert, «entstehen die wirklichen Skandala, die wirklichen Stolpersteine, welche menschliche Macht nicht beseitigen kann, weil sie nicht von menschlichen oder menschlich verständlichen Motiven verursacht wurden. Darin liegt der Horror des Bösen und zugleich seine Banalität.»

Das reine Böse ist ziellos, es wird von Niemanden getan. Es hat keinen Ursprung im Menschen, es muss sich seiner Oberfläche bedienen. So wendet Hannah Arendt 1963 folgende Worte an einen Freund: «Ich bin in der Tat heute der Meinung, dass das Böse immer nur extrem ist, aber niemals radikal, es hat keine Tiefe, auch keine Dämonie. Tief aber und radikal ist immer nur das Gute.» Das heißt: Ein menschliches Gesicht kann uns nur im Guten entgegentreten. ■

Madeleine Ronner, geboren 1988, studiert seit 2009 Philosophie, Kunstgeschichte und Geschichte in Basel, mit den Schwerpunkten Dialogphilosophie, Wahrnehmung, Ästhetik, Erinnerung und Zeitlichkeit. Sie ist freie Journalistin und seit 2013 Redakteurin der Wochenschrift «Das Goetheanum».

* Hannah Arendt in ihrer Vorlesung *Über das Böse*

Oh wie lacht

von Brigitte Werner

Es würde kein fröhliches Weihnachtsfest werden – aber ich würde es überstehen, Besuche machen, leckere Sachen essen und ohne Ende alte Filme schauen, bei den kleinsten Kitschstellen grandios heulen und immerzu: «Oh, ich Armearmearme!» seufzen. Dazu habe ich Talent. Aber erst einmal diese letzte Weihnachtstheatervorstellung hinter mich bringen in dem etwas abgetakelten Jugendhaus mitten im Ruhrpott im sozialen Brennpunkt.

Kindertheater zur Weihnachtszeit ist IN. Nie, niemals wollte ich ein Weihnachtsstück machen, aber dann hatte ich mitten im Sommer eine geradezu geniale Idee für eine kleine, feine, märchenhafte Weihnachtsgeschichte, und schwupps – in drei Monaten war alles fertig, und ich war ausverkauft. Das hieß: Vier Wochen non stop spielen, was meine miesen Finanzen rettete, mich aber so fertig machte, dass ich von Weihnachten nichts mehr wissen wollte. Von meinem Stück auch nicht. Es hing mir zum Hals raus.

Nun, am 23. Dezember, ein letztes Mal. Die Räume viel zu eng, die Bühne hatte kaum Platz, aber die Betreuer und die Kinder und Jugendlichen dort sind einzigartig, so richtige «Schätzkes» mit ruhrpottgroßen Herzen. Ich bin Fan von ihnen. Und sie sind Fan von mir. Na Gott sei Dank.

In der Geschichte kommen zwei Engel vor, der Postengel und der Helferengel von Lucia, das bin ich. Die Geschichte heißt: *Der Weihnachtsmann ist eine Frau*. Nun, der Postengel war ein Winzling, gerade mal fünf, die Flügel hingen fast bis auf den Boden und das weiße Nachthemd, sein himmlisches Gewand, schlabberte um seine Füße. Und dieser Engel wollte nichts weiter tun, als die Flügel ausbreiten und mit Karacho um die Kulissen düsen. Als Assistenten wählte ich Lars aus, vierzehn Jahre, der das unbedingt wollte, trotz Sprachfehler, trotz Nachthemd. Das ging ihm bis an die Knie. Er wollte nicht fliegen, er wollte ernsthaft helfen.

Also gut, dann ab in die Wolkenkulisse und den Schlitten holen –



da klingelte ein Handy. Große Irritation im Himmel und auf Erden. Das Publikum schaute sich um und ich denke: Na Klasse, so was musste ja mal kommen. Da schiebt der himmlische Helfer Lars sein Gewand hoch, greift in seine Jeans, holt sein Handy heraus und sagt: «Ne, Mama, jetzt nich'. Später! Bin gerade Engel!» Und macht es wieder aus. Weiter geht's. Ich halte durch, ich kürze an keiner der möglichen Stellen, die Kinder spielen mit Leib und Seele, ich auch. Als es zu Ende ist, schwimme ich in meinem Weihnachtsfrau-kostüm: schwerer roter Samt für Jacke, Rock und Mütze. Dazu Stiefel. Und jetzt noch eine gute Stunde alles abbauen, einpacken, zum Auto tragen ... Ich bin fertig. Ich möchte umfallen, in meinem Bett wieder aufwachen und Weihnachten ist vorbei, Halleluja!

Aber nix da! Einen Raum weiter wartet noch eine Weihnachtsfeier, liebevoll und wunderbar gemütlich ausgerichtet und auf Wunsch der Kinder mit Pommes und Würstchen. Man riecht es schon. Aber es wird noch dauern. Ich packe ein, etwa siebentausend Requisiten, und die Kinder bleiben einfach sitzen und schauen zu. Sie wollen helfen, aber das geht nicht. Viel zu viele Erklärungen wären nötig. Ich merke, wie meine Erschöpfung beginnt in Gereiztheit umzuschlagen. Die Kinder in dem engen Raum tuscheln, ich höre sie Stühle verrücken, dann ist es still. Ich schaue über meine Pappwolke, da sitzen sie und strahlen mich an. Der große Engel Lars hat den kleinen Engel auf dem Schoss, der hat den Daumen im Mund, die anderen sind nah zusammengerutscht und lehnen sich aneinander. Und dann singen sie. Sie singen mir alle Weihnachtslieder vor, die sie kennen, manchmal krumm und schief, manchmal zum Heulen schön. Ich werde ganz ruhig, lösche die Scheinwerfer, setze mich vor die Wolken und höre zu. Die Kerzen im Zuschauerraum flackern. Die Zeit verrutscht. Weihnachten findet dieses Jahr einen Tag früher statt. **Und es ist, was es ist und was es immer sein sollte: Liebe. Und Frieden. ■**

Brigitte Werner (www.brigittewerner.de) lebt und arbeitet als Autorin im Ruhrgebiet und an der Schlei. In ihren Gutenachtgeschichten «**Weißt du auch, was in der Nacht Fledermausi gerne macht?**» (ISBN 978-3-7725-2782-1; auch als Hörbuch erschienen, ISBN 978-3-7725-2783-8) gibt es zwar keine Engel – und doch sind sie da ...

Das freie moderne Individuum und der Totalitarismus

von Peter N. Waage

Das moderne Selbstverständnis des Menschen hat lange und komplizierte Wurzeln. Eine der Voraussetzungen für die Auffassung vom Menschen als einem frei handelnden, selbstständigen Individuum ist das Gefühl, auf eigenen Beinen zu stehen, losgelöst und entfremdet von der übrigen Welt. Ob das tatsächlich der Fall ist, steht auf einem anderen Blatt. Die Vorstellung hat sich jedenfalls seit der Renaissance zunehmend konkretisiert.

Der Konterpart des Individuums, der Totalitarismus, zeigte sich in seiner ersten Gestalt bei den Hexen- und Ketzerprozessen. Zu seiner vollen Blüte kam er Jahrhunderte später, als das Ideal vom selbstständigen Individuum bereits erkannt und philosophisch fundiert war und als die materiellen, technischen und gesellschaftlichen Voraussetzungen zu dessen Verwirklichung gegeben waren, zumindest für einen Teil der Bevölkerung Europas und Amerikas.

Die Kulturgeschichte liest sich demnach entweder als Geschichte der Entwicklung des Totalitarismus oder als Geschichte der Entstehung des selbstständigen Individuums: Die Hauptpersonen sind häufig dieselben, die Triebkräfte identisch und die Formulierungen ähnlich.

Der Totalitarismus appelliert an die Zugehörigkeit des Einzelnen zu einer Gemeinschaft. Niemand kann auf eigene Faust ein Individuum werden. Der Totalitarismus hebt Identitätsmerkmale hervor, die jeder Mensch mit anderen gemeinsam hat wie Klasse, Geschlecht, Nationalität. Diese sind auch für das Individuum wichtig. Ohne sie würde ich weniger sein als ein Nichts – ein unförmiger Klumpen ohne Grenzen zu oder Gemeinsamkeiten mit anderen. Der Totalitarismus stellt den Staat über den Einzelnen – aber weder eine Gesellschaft noch selbstständig sich entfaltende Individuen sind möglich ohne einen Staat, der Gebiet und Rechte garantiert. Der Totalitarismus, das totalitäre Denken sind reduktionistisch; der Mensch wird als ein «nichts anderes als ...»

angesehen. Damit erscheint er als ein Kind der Wissenschaft. In ihrer mechanistischen Variante hat auch sie den Reduktionismus als Methode. Aber die Wissenschaft und das wissenschaftliche Denken sind wiederum entscheidende Voraussetzungen für das Auftreten und die Entfaltung des Individuums. Ja, sie sind in verschiedener Hinsicht Ausdruck für die Aktivität des Individuums. Dort bin ich selbstständig erkennend, unabhängig und zeitweise im Widerspruch zu religiösen und anderen Traditionen.

Allerdings appelliert der Totalitarismus auch an das religiöse Bedürfnis des Menschen. Seine Vertreter besitzen größere psychologische Einsicht als viele Verfechter der Demokratie. Letztere glauben zu leicht, dass der Mensch zufrieden ist, wenn seine materiellen Bedürfnisse befriedigt werden. Erstere wissen, dass der Mensch zusätzlich noch etwas anderes sucht: einen Sinn und das Erleben von Zugehörigkeit. Das zu bieten, dafür sorgen die Diktatoren der Welten, allerdings auf Kosten der Freiheit des Einzelnen. Deshalb bekommen sie Anhänger: «Wir dürfen nicht vergessen, dass Lenin, Stalin und Hitler von den Massen gewollt und geliebt waren», schreibt der bulgarische Schriftsteller und Wissenschaftler Tzvetan Todorov.

Bei all diesen Schnittstellen unterscheidet sich der Totalitarismus in einem wesentlichen Punkt von dem Selbstverständnis, wie es das freie Individuum kennzeichnet: die Beachtung eines Selbst, das Erkennen eines Selbst – und damit das Erscheinen des Anderen. Wichtig ist nicht, dass ich ein bestimmtes Geschlecht oder eine bestimmte Nationalität habe; wichtig ist auch nicht, dass ich der Bewohner eines bestimmten Staates bin oder mich zu genau dieser Wahrheit oder religiösen Überzeugung bekenne oder ob ich einen Sinn finde in einer fertig ausgearbeiteten und angebotenen Existenz. Wichtig ist vielmehr, dass ich weiß, dass ich all das mache – und folglich erkenne, dass es möglich wäre, etwas anderes zu tun,



Foto: UlrikeA / photocase.de

dass ich oder du einer anderen Nation, einem anderen Staat angehören, eine andere Überzeugung haben könnten. Wenn der Akzent von dem, was ich habe oder bin, zu mir selbst hin verschoben wird, als dem, der ist, oder dem, der hat, eröffnet sich die Möglichkeit, dass man auch auf andere Weise sein und andere Überzeugungen haben kann. Ich werde auf mich selbst aufmerksam und respektiere dich. Das vorige Jahrhundert demonstrierte sowohl den Totalitarismus in all seinem Grauen, aber auch, wie die Menschlichkeit durch individuelle Handlungen und Mut bewahrt werden kann.

Das Wissen, dass wir heute in einer offenen, einer liberalen Gesellschaft leben, die beansprucht, jedem Einzelnen alle Möglichkeiten zu bieten, und in der es kaum Grenzen gibt für die Entfaltung und Darstellung des Individuums, liefert noch keine Garantie gegen neue Formen des Totalitarismus. Im Gegenteil, die liberale Gesellschaft trägt den Keim für eine andere, nicht geringere Bedrohung des Individuums in sich, als es der klassische Totalitarismus war.

Der liberale Standpunkt hat einen Wert ganz oben in der Wertehierarchie: Freiheit. An sich ein leerer Begriff. Jeder muss seine Freiheit mit einem eigenen Inhalt füllen, wie es die Ideale des ethischen Individualismus beanspruchen. Aber damit geraten wir in einen Selbstwiderspruch. Wir werden autoritär. Wir wissen nämlich selbst am besten, was liberal und folglich gut ist und was illiberal und folglich böse ist, und erheben uns zum obersten Richter. Unser Standpunkt wird zum obersten Standpunkt erklärt, wird zum Maßstab, an dem alles andere gemessen werden kann. Dieses Dilemma hat die liberalen Ideale seit ihrem ersten Erscheinen verfolgt, seit der Ruf nach Freiheit, Gleichheit und Brüderlichkeit in Paris erschalle. Es dauerte nicht lange und der «unbestechliche Robespierre» setzte die Guillotine ein, um Freiheit, Brüderlichkeit und Gleichheit zu verwirklichen.

Die absolute Selbstüberschätzung und Rechtschaffenheit sind es, die das Individuum in die Flucht schlagen. Sie sind es, die unsere Augen vor den anderen verschließen. Wenn wir jedoch bereit sind, auch von den anderen etwas zu lernen, wenn wir folglich versuchen, mit den anderen in Dialog zu treten, sie zu respektieren und ihren Standpunkt zu sehen – und nicht zuletzt die Möglichkeit zulassen, selbst irren zu können und Fehler zu machen –, dann kann uns das Dilemma Einsicht und Verständnis bringen für uns selbst und die anderen. ■

Peter Normann Waage, geboren 1953, ist norwegischer Essayist, Journalist und Kulturhistoriker. Er schrieb viele Jahre Leitartikel für die Zeitschrift «Dagbladet» und veröffentlichte zahlreiche Bücher zur Kulturgeschichte und Politik, darunter eine prämierte Dostojewskij-Monografie und eine Darstellung der Weißen Rose aus der Perspektive von Traute Lafrenz. Sein neues Buch trägt den Titel **«Ich. Eine Kulturgeschichte des Individuums»** (ISBN 978-3-8251-7879-6).



Für
die ganze
Familie



Infludoron® – Die wirksame Abwehr bei Erkältung.

- Bei grippalem Infekt
- Bei fieberhaften Erkältungskrankheiten
- Ab dem Säuglingsalter

Im Einklang mit Mensch
und Natur

www.weleda.de

Infludoron® Streukügelchen **Warnhinweis:** Enthält Sucrose (Zucker) – Packungsbeilage beachten. **Anwendungsgebiete** gemäß der anthroposophischen Menschen- und Naturerkenntnis. Dazu gehören: Grippale Infekte und fieberhafte Erkältungskrankheiten. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. **Weleda AG, Schwäbisch Gmünd**

Dezember

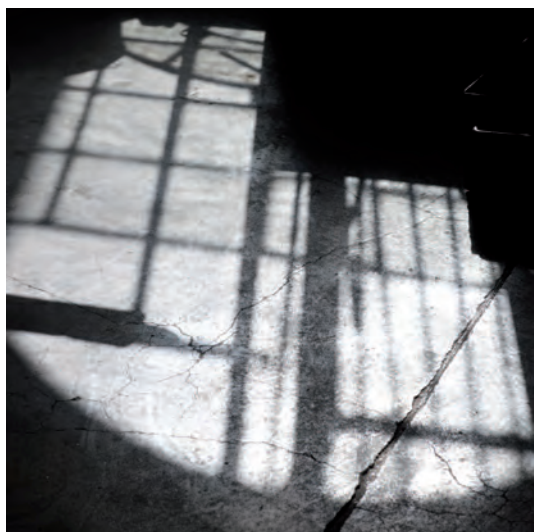


Foto: Charlotte Fischer

«**ALLER LIEBE UND EHE**
muss eine gewisse dauernde
sinnliche Anziehung zugrunde liegen.

Nun ist meine Sinnlichkeit sehr
leichter, flüchtiger Art, – ich
brauche nur den Duft der Welt,
die ganze Welt zu haben», so
steht im SOMMER, Genügsamkeit
(und doch Verherrlichung des
Lebens) ist überall mein Zeichen.
Genügsamkeit allen Realitäten
des Lebens gegenüber. Wenn es
sein müsste, könnte ich alles
entbehren; alles Privateigentum
an Menschen wie Dingen.
Nur im Geistigen bleibe ich
nach wie vor voll Verlangen.»

SO 30

33. Woche nach Ostern

November

☉ 08:03 / 16:18
☽ 13:19 / 00:30

Andreas, Apostel
1. Adventssonntag

MO 01

KW 49

in Rumänien Nationalfeiertag

DI 02

MI 03

DO 04

1974 Hannah Arendt † in New York, dt.-amerik. Philosophin
und Politologin (*14.10.1906)

Sankt Barbara-Tag

FR 05

☽ ♃ 8°

SA 06

☉ Vollmond 13:27, ☽ ♄ 11°

Sankt Nikolaus-Tag
in Finnland ges. Feiertag (1917 unabhängig)

Christian Morgenstern, Werke und Briefe,
Band V: Aphorismen.
Herausgegeben von Reinhard Habel
Verlag Urachhaus, Stuttgart 1987

In me ipsum [202]

SO 07

34. Woche nach Ostern

☾ ♀ 11°

☉ 08:12 / 16:15
☽ 17:36 / 08:34

2. Adventssonntag

MO 08

KW 50

1864 Camille Claudel * in Fère-en-Tardenois, franz.
Bildhauerin († 19.10.1943 in Mont de Vergues)

Mariä Empfängnis durch ihre Mutter Anna.
In Österreich, Italien, Spanien und Portugal ges. Feiertag

DI 09

MI 10

☾ ♁ 13°

Tag der Menschenrechte

Do 11

1964 Alma Mahler-Werfel † in New York City, österr.
Komponistin und Musikschriftstellerin, Lebensgefährtin
von Franz Werfel, Walter Gropius, Gustav Mahler
(*31.08.1879 in Wien)

FR 12

☾ ♃ 1°

SA 13

1204 Moses Maimonides †, Rabbiner Arzt u. Philosoph
(*30.3.1135)

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 14

35. Woche nach Ostern

☉ 08:19 / 16:14
☾ – / 12:22

3. Adventssonntag

MO 15

KW 51

SO 21

36. Woche nach Ostern

☉ 08:24 / 16:16 Thomas genannt Didymus, der Zwilling
☾ 07:15 / 16:15

4. Adventssonntag

MO 22

KW 52

Wintersonnwende 00:03, ● Neumond 02:36, ☾ ☿ ♃ 17^h
☼ Sonne tritt in das astrologische Tierkreiszeichen
Steinbock. Beginne mit der Monatstugend:
«Mut – wir zu Erlöserkraft.»

SO 28

37. Woche nach Ostern

☉ 08:27 / 16:20
☾ 11:53 / –

MO 29

KW 01

DI 16

Erew (Vorabend) Chanukka

DI 23

DI 30

David, Hirte, König, Psalmendichter

MI 17

1992 Günther Anders † in Wien, Dichter u. Philosoph.
1929 heiratete er Hannah Arendt, nach wenigen Jahren
trennten sich ihre Wege. 1987 erschien seine Erzählung
«Mariechen, Eine Gutenachtgeschichte für Liebende,
Philosophen und Angehörige anderer Berufsgruppen»
(*12.7.1902 in Breslau).

Chanukka, Erster Tag

MI 24

Chanukka, Achter Tag
Heiligabend
Adam und Eva
Beginn der 13 Heiligen Nächte

MI 31

Silvester

DO 18

1803 Johann Gottfried Herder †, dt. Philosoph (*25.8.1744)
☼ Sonne tritt in des astronomische Sternbild Schütze.

DO 25

☾ ☿ ♁ 6^h, ☾ ♃ ♃ 16^h

Geburt Jesu
1. Weihnachtstag

DO 01

Januar 2015

☾ ♁ ♃ 20^h, ☿ ♃ ♃ 21^h

Neujahrstag

FR 19

☾ ☿ ♃ 22^h

FR 26

496 Chlodwig I. getauft, fränkischer König aus der
Dynastie der Merowinger († 27.11.511 bei Paris)

Stephanus, erster christlicher Märtyrer
2. Weihnachtstag

FR 02

1801 Johann C. Lavater †, schweizer Theologe und
Philosoph (*15.11.1741)

Melchior

SA 20

SA 27

Vor 66 Jahren (1948) starb Marie Steiner-von Sivers,
Sprachkünstlerin und erste Herausgeberin der Werke
Rudolf Steiners (* 14.03.1867)

Johannes, «der Jünger, den der Herr lieb hatte», Evangelist

SA 03

Kaspar

Redaktion: Lin

AN DEN ANDERN

Ich hatte mich im Hochgebirg verstiegen.
Die Felsenwelt um mich, sie war wohl schön;
doch konnt ich keinen Ausgang mir ersiegen,
noch einen Aufgang nach den lichten Höhn.

Da traf ich dich, in ärgster Not: den andern!
Mit dir vereint, gewann ich frischen Mut.
Von Neuem hob ich an, mit dir, zu wandern,
und siehe da: Das Schicksal war uns gut.

Wir fanden einen Pfad, der klar und einsam
empor sich zog, bis, wo ein Tempel stand.
Der Steig war steil, doch wagten wir's gemeinsam ...
Und heut noch helfen wir uns, Hand in Hand.

Mag sein, wir stehn an unsres Lebens Ende
noch unterm Ziel, – genug, der Weg ist klar!
Dass wir uns trafen, war die große Wende.
Aus zwei Verirrten ward ein wissend Paar.

Christian Morgenstern
* 6. Mai 1871 in München
† 31. März 1914 in Meran

Sämtliche Gedichte
Sonderausgabe zum 100.
Geburtstag nach der Stuttgarter
Ausgabe der Werke und Briefe,
Band 2: Lyrik 1906-1914
Verlag Urachhaus, Stuttgart 2013

Herzerwärmende Geschichten für lange Winterabende



Mit farb. Illustr. von Mies van Hout
127 Seiten, Halbleinen | (ab 4 J.)
€ 12,90 (D) | ISBN 978-3-8251-7802-4



Mit farb. Illustr. von Linde Faas
160 Seiten, Halbleinen | (ab 8 J.)
€ 14,90 (D) | ISBN 978-3-8251-7803-1



Mit farb. Illustr. von Linde Faas
147 Seiten, Halbleinen | (ab 8 J.)
€ 14,90 (D) | ISBN 978-3-8251-7804-8



Mit farb. Illustr. von Charlotte Dematons
183 Seiten, Halbleinen | (ab 8 J.)
€ 15,90 (D) | ISBN 978-3-8251-7805-5



Mit farb. Illustr. von Charlotte Dematons
214 Seiten, Halbleinen | (ab 9 J.)
€ 16,90 (D) | ISBN 978-3-8251-7806-2



Mit farb. Illustr. von Linde Faas
189 Seiten, Halbleinen | (ab 7 J.)
€ 16,90 (D) | ISBN 978-3-8251-7807-9

«Paul Biegel gehört zu den Großen der niederländischen Kinderliteratur –vergleichbar mit Michael Ende in Deutschland.»

Süddeutsche Zeitung



Die Zumutung der Freundschaft

von Wolfgang Held

In der Bibel ist von Freundschaft kaum die Rede, während beinahe in jedem Vers von der Liebe gesprochen wird. Erst im Johannesevangelium rückt die Freundschaft in die Mitte, aber auf eine überraschende Art. Denn dort heißt es:

«Das ist mein Gebot, dass ihr euch untereinander liebet, gleichwie ich euch liebe. **Niemand hat größere Liebe denn die, dass er sein Leben lässt für seine Freunde.** Ihr seid meine Freunde, so ihr tut, was ich euch gebiete.»

Christus stellt hier für die Freundschaft eine Bedingung. Aber macht es nicht gerade die Freundschaft aus, dass sie bedingungslos ist, dass keiner etwas «muss», sondern beide nur «wollen»?

Die nächsten Zeilen werfen etwas Licht auf diesen Widerspruch: «Ich sage hinfort nicht, dass ihr Knechte seid; denn ein Knecht weiß nicht, was sein Herr tut. Euch aber habe ich gesagt, dass ihr Freunde seid; denn alles, was ich habe von meinem Vater gehört, habe ich euch kundgetan.»

Es herrsche also Offenheit – und deshalb sei es eine Freundschaft zum Gott und keine Herrschaft im alten Sinne. Die Frage bleibt aber bestehen, wie der Sohn mit einem Gebot eine Freundschaft begründen kann. Es gibt einen Schlüssel zu dieser Frage, den vermutlich Millionen von deutschen Schülerinnen und Schülern in der Hand halten, weil sie Friedrich Schillers Ballade *Die Bürgschaft* gelernt haben. Dort ist von den beiden Freunden Möros und Selinuntius die Rede (in der antiken Fassung heißen sie Damon und Phintias). Möros will einen Tyrannen töten, wird aber aufgegriffen und vor den Herrscher geführt. Zum Tode verurteilt, bittet er um dreitägigen Aufschub, um seine Schwester zu verheiraten, und sagt: «Ich lasse den Freund dir als Bürgen, / Ihn magst du, / entrinn ich, erwürgen.»

Der Tyrann willigt ein, der Freund wird zum Pfand und erst kurz vor seiner Hinrichtung erlöst.



Hätte Möros seinen Freund nicht fragen müssen, ob er zu diesem fürchterlichen und gefährlichen Schritt bereit sei? Wer Freundschaft von innen kennt, weiß, dass er nicht fragen kann. Zu großer Freundschaft gehört gerade, dass man den anderen so gut kennt, dass man weiß, was man ihm zumuten darf, zumuten kann.

Umgekehrt weiß die Freundin, weiß der Freund, dass man dieses intime Wissen besitzt. Den Freund zu fragen, würde bedeuten, man weiß nicht, ob er hilft. Aber gerade die Gewissheit macht die Freundschaft aus. Schiller, der nichts so sehr liebte wie die Freiheit des Menschen, zeigt in der Ballade, dass es etwas gibt, das die Freiheit überragt: die Freundschaft. In ihr hebt sich die Freiheit zugunsten der Freundschaft etwas auf. Oder anders: In der Freundschaft darf man gegenseitig das tun, was sonst nur die anonyme Macht des Schicksals vermag, nämlich einen Lebensweg vorzugeben – das darf in besonderen Momenten der Freund, die Freundin. Zur Freundschaft gehört deshalb die Zumutung, sie ist der intime Vertrag jeder großen Freundschaft. Ein Vertrag, der fortwährend in kleinen unausgesprochenen Zumutungen geübt und besiegelt wird. ■

...

Und blicket sie lange verwundert an.

Drauf spricht er: «Es ist euch gelungen,

Ihr habt das Herz mir bezwungen;

Und die Treue, sie ist doch kein leerer Wahn –

So nehmet auch mich zum Genossen an:

Ich sei, gewährt mir die Bitte,

In eurem Bunde der Dritte!»

Friedrich von Schiller, *Die Bürgschaft* (letzte Strophe)



Die Walnuss

Delikatesse und Heilmittel

von Markus Sommer

Walnüsse gehörten als Kind für mich zu Weihnachten. Nicht nur weil Theodor Storm mit seinem Gedicht *Knecht Ruprecht* die Überzeugung verbreitete, «Äpfel, Nuss und Mandelkern essen fromme Kinder gern», sondern vor allem, weil am Christbaum immer vergoldete Nüsse hingen – und eine Nussschale als Wiege mit einem kleinen Christkind darin. Natürlich wurden auch im Advent im Schein der zunehmenden Zahl an Kerzen schon fleißig Nüsse geknackt.

Tatsächlich sind Nüsse typische gut lagerbare Früchte, und in weniger üppigen Zeiten bildeten sie mit ihrem Fett einen wichtigen Teil der Wintervorräte. Heute werden Walnüsse wohl selten aus Gründen der Frömmigkeit, immer öfter aber wegen ihrer gesundheitsfördernden Wirkungen gegessen. Schon lange wusste man, dass Walnüsse neben einigen Vitaminen (u.a. mehr Vitamin C als alle anderen heimischen Früchte) in einem idealen Verhältnis und ungewöhnlicher Menge Omega-3- und Omega-6-Fettsäuren enthalten, dass sie Blutgefäße vor Arteriosklerose schützen und Mäuse vor Krebs. Im vergangenen Jahr wurden gleich mehrere Studien in anerkannten Fachzeitschriften veröffentlicht, die darauf hinweisen, dass regelmäßiger Genuss von Nüssen auch beim Menschen statistisch mit einer geringeren Sterblichkeit assoziiert ist, dass Nussesser schlanker sind und ihr Cholesterinspiegel niedriger ist als bei Nussverächtern – und das trotz des hohen Fettgehaltes der Nüsse.

Es ist recht erstaunlich, wie es der Walnussbaum schafft, so viel Sonnenkraft – denn nichts anderes ist das Fett – in seine Früchte zu packen, denn unter allen Bäumen, die bei uns wachsen, ist er der letzte, der seine Blätter entfaltet (noch nach Esche und Eiche). Und er ist auch der erste, der sie wieder zu Boden fallen lässt. Aber vielleicht hilft dem Baum hier eine weitere recht erstaunliche Fähigkeit: Er unterdrückt sehr wirksam das Keimen und Wachsen

von Samen anderer Bäume in seiner Umgebung. So wächst ihm kein Konkurrent über den Kopf und stellt ihn in den Schatten. Hierzu sondert der Walnussbaum (wissenschaftlich *Juglans regia*, was auf einer Zusammenziehung von Wörtern beruht, die «Eichel des Jupiter» bedeuten) die Substanz Juglon ab, das als Unterdrücker fremden Wachstums wirkt. Aus «Juglon» entsteht auch das an den Fingern fest haftende Braun, wenn wir die Nüsse aus ihrer grünen Hülle pulen. Die Kosmetikindustrie hat sich diesen Effekt zunutze gemacht, indem sie Walnussextrakte zu Haarfärbemitteln und «Selbstbräunungslotionen» verarbeitete. Heute werden allerdings meist andere Substanzen für diesen Färbefeffekt verwendet. Sehr wirksam können Walnussschalen und -blätter dagegen zum Färben von Wolle eingesetzt werden – und von der Türkei bis nach China wird noch heute die Wolle vieler Teppiche mit solcher Naturfarbe behandelt. Je nachdem ob man sie pur einsetzt oder Pottasche, Alaun und andere Zusätze verwendet, kann man verschiedene Braun- und gelegentlich auch Rottöne damit erzielen. Da Juglon auch bakterientötend, pilzhemmend und insektizid wirkt, können die Eiweißfasern so auch konserviert und bis zu einem gewissen Maß wohl auch gegen Motten geschützt werden.

Nicht zuletzt wegen der Insekten abwehrenden Wirkung ist der Walnussbaum auch oft in der Nähe von Bauernhäusern gepflanzt worden. Rudolf Steiner sprach einmal davon, dass «eine gewisse Bauernschläue» der Grund dafür war, dass früher am Rand von Friedhöfen Walnussbäume gepflanzt wurden. Ein Aspekt dieser Klugheit der Landbewohner mag darin bestehen, dass die Juglon-Abgabe durch die Walnusswurzeln eine hygienisch nützliche Wirkung hat. Aber auch oberirdisch sei der Baum wirksam: «Diese Walnussbäume sind so, dass sie auch durch den Duft, den sie verbreiten, außerordentlich stärkend auf die Gesundheit wirken.» Tatsächlich gibt es einen ganz bestimmten, schwer beschreibbaren,



Fotos: Markus Sommer

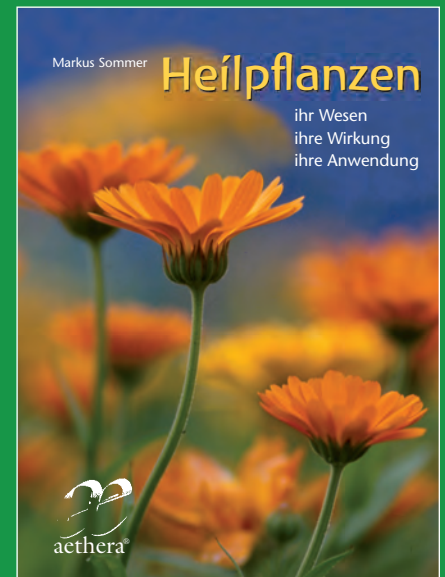
etwas aromatisch-fruchtigen, etwas herben, vielleicht schlicht «nussig» zu nennenden Duft, der von den Blättern ausgeht, der aber auch an noch nicht ganz durchgetrockneten Walnüssen gut wahrnehmbar ist. Kaut man auf einem Walnussblatt, so erlebt man zudem einen bitteren und etwas zusammenziehenden Geschmack, wie er für gerbstoffhaltige Pflanzen typisch ist. Solche Gerbstoffe wirken auch entzündungs- und juckreizmildernd – und so wundert es nicht, dass Abkochungen von Walnussblättern auch gegen Hautleiden eingesetzt wurden.

Noch ganz andere Einsatzgebiete finden potenzierte Walnusszubereitungen in der Anthroposophischen Medizin. Hier wird sie einerseits zusammen mit potenziertem Zinn (dem Metall, das traditionell dem Jupiter zugeordnet wird, und das potenziert unter anderem auf Leber und Gehirn wirken kann) zu einem Mittel verarbeitet, das unter anderem bei Leberleiden eingesetzt wird. Von Johannes Wilkens, einem geschätzten Kollegen, wurde dies aber auch Patienten, die eine Demenz entwickeln, gegeben. Auch ich habe dabei hilfreiche Wirkungen erlebt.

Schon traditionell war die Walnuss als günstig für die Gehirnfunktion empfohlen worden, und gemäß der alten Signaturenlehre, die Wirkungen von Heilpflanzen an ihrer äußeren Form ablesen wollte, kann man eine entfernte Ähnlichkeit der Nuss mit dem Gehirn nicht bestreiten. Auch die eingangs erwähnten Inhaltsstoffe der Nuss kann man als günstig für das Nervensystem ansehen, wobei aber immer wieder auch betont wurde, dass die gesundheitsfördernden Wirkungen der Nüsse stärker ausfallen, als man es durch einzelne Inhaltsstoffe erklären kann.

Ein besonders verblüffendes Arzneimittel aber geht unmittelbar auf den Begründer der Anthroposophie, Rudolf Steiner, zurück. Er empfahl, die Haut der Nüsse zusammen mit einem Extrakt aus Apfeln zu verarbeiten, um damit tiefgehende Wirkungen auf den Darm zu erzielen. Tatsächlich wirkt ein so zubereitetes Mittel – sprechen Sie zuvor mit einem erfahrenen Arzt – auf ganz bestimmte, manchmal auf tiefgreifenden Schädigungen der Darmnerven beruhenden, Verstopfungsformen. Wenn ich nicht selbst ebenso wie zahlreiche Kollegen von mir die Wirksamkeit dieses höchst ungewöhnlichen Rezeptes, für das ich keinerlei Parallele aus der Tradition kenne, mehrfach erlebt hätte, würde ich kaum glauben, dass aus diesen in jeder Küche vorkommenden Ingredienzien ein Heilmittel für ein Problem hergestellt werden kann, bei dem oft jedes andere Mittel versagt. So aber kann ich nur meine tiefe Dankbarkeit und mein großes Erstaunen sowohl für die vielfältigen Heilkräfte des Walnussbaumes wie für die verblüffenden Einsichten Rudolf Steiners ausdrücken. ■

Markus Sommer ist niedergelassener Arzt mit klinischer Erfahrung im Bereich Innere Medizin, Kinderheilkunde, Geriatrie, Neurologie und in der praktischen Anwendung von Homöopathie und Anthroposophischer Medizin. Im Verlag Urachhaus veröffentlichte er u.a. das Buch «Heilpflanzen. Ihr Wesen – ihre Wirkung – ihre Anwendung» (ISBN 978-3-8251-8001-0).



Unscheinbare Top-Talente

Dieses Standardwerk über die Heilpflanzen vereint die beliebten Artikel aus dem Lebensmagazin *a tempo*. In einfühlsamen Pflanzenporträts erkundet Markus Sommer – spannend und unterhaltsam – die tiefen Beziehungen zwischen dem Wesen der Heilpflanzen und den Erkrankungen, die sie heilen oder lindern können. Praktische Anwendungshinweise ermöglichen den Umgang mit ihnen, auch in Küche und Garten.

Für alle, die den Geheimnissen der Pflanzenwelt nachspüren wollen – auch als Hörbuch erhältlich, gelesen vom Autor.

Markus Sommer
Heilpflanzen
Ihr Wesen – ihre Wirkung – ihre Anwendung

Erweiterte Neuauflage mit 40 Pflanzenporträts
432 Seiten, gebunden
€ 28,90 (D) | ISBN 978-3-8251-8001-0

Ein Hörbuch mit 24 Pflanzenporträts,
gelesen vom Autor | 6 CDs in Pappschachtel,
mit Booklet, Laufzeit: 405 Minuten
€ 24,90 (D) | ISBN 978-3-8251-8004-1
www.urachhaus.de

Frank Berger Verleger und Künstler

von Markus Sommer

Ich stand auf dem Balkon, als das Telefon klingelte. Die Sonne schien, Vögel zwitscherten, ich nahm das Telefon mit nach draußen. Über 15 Jahre ist das nun schon her. Als ich den Hörer abnahm, erklang die warme, ruhige, gewinnende Stimme von Frank Berger. Schon ein paar Mal hatten wir darüber gesprochen, wie der Verlag seinen Lesern Bücher anbieten kann, die in Fragen von Gesundheit und Krankheit dazu beitragen können, sich selbst zu helfen und die Möglichkeiten einer anthroposophisch erweiterten Betrachtung des Menschen und der Natur kennenzulernen. Frank Berger erzählte, dass er gerade zusammen mit Jean-Claude Lin ein Magazin vorbereite, das sich dem Zeitgeschehen widmen, Lebensfragen aufgreifen und immer wieder Denkanstöße dafür geben wolle, mit neuem Blick auf die Welt zu schauen und darauf, wie man etwas grundsätzlich neu ergreifen könne. Das fand ich gut. Als mein Gesprächspartner mich aber fragte, ob ich mir denn vorstellen könne, die medizinische Kolumne «sprechstunde» zu übernehmen, reagierte ich verhalten. So eingespannt, wie ich mich fühlte, hätte ich dafür leider keine Zeit. Aber irgendwie sprach Frank Berger dann so überzeugend, betonte, dass man mich nicht binden wolle und er schon froh wäre, wenn ich erst einmal vorübergehend mitarbeiten würde, dass ich unvorsichtig wurde und zusagte – vielleicht trug auch das schöne Wetter dazu bei, dass alles leicht schien. Bereut habe ich es nicht. Noch immer schreibe ich für *a tempo* – und einige Bücher sind in der Zwischenzeit entstanden, die immer in ganz ähnlicher Weise von Frank Berger angeregt wurden.

Tatsächlich hat der Verlagsleiter es dem Autor leicht gemacht. Wenn man ihn anrief, so war er immer gleich am Apparat – besonnen, einfühlsam, hilfsbereit. Und wenn ich mich wirklich einmal über etwas ärgerte, dann erschien es nach einem solchen Gespräch klein und unbedeutend, und es kam auch wirklich nicht mehr vor.



Bestimmt muss Frank Berger guten wirtschaftlichen Verstand haben – sonst hätte sich der Verlag nach der Krisenphase, die seiner Berufung als Geschäftsführer vorausging, nicht unter seiner Führung so gut entwickelt.

Vor allem aber zeichnet ihn eine Künstlerseele aus (schließlich ist er ursprünglich Musiker) und ein fantasievoller Geist mit Weitblick sowie ein Gespür für Kommendes. Das machte die Zusammenarbeit und die gemeinsamen Gespräche schön und erfrischend. Dass er auch nicht gerade ein zwanghafter Ordnungsfanatiker war, der jeden Vertrag bis ins Kleinste ausarbeiten ließ und jederzeit im Überblick hatte, machte ihn nur noch sympathischer. Eine gewisse Großzügigkeit war in jeder Begegnung zu spüren – und dass es ihm vor allem darum ging, Gedanken zu verbreiten und gute Bücher zu machen.

Dass nun zumindest die Zusammenarbeit im Verlag endet, weil eine schwere Krankheit diese Entscheidung erzwungen hat, stimmt mich traurig. Aber ich bin gewiss, dass die gute Stimmung, die Frank Berger in seinem Arbeitsumfeld geschaffen hat, und die Atmosphäre, die den von ihm seit 1996 geführten Verlag Urachhaus auszeichnet und viele Autoren dauerhaft an ihn binden konnte, fortwirken wird. Für die Begegnung und die Gespräche mit Frank Berger empfinde ich große Dankbarkeit, glücklicherweise kann man ihn ja auch außerhalb der Landhausstraße erreichen. Ihm wünsche ich – neben guter Erholung – viel Freude und einen fruchtbaren neuen Lebensabschnitt. ■

Die Kunst der Seele

von Ute Hallaschka

Wie sehen wir eigentlich konkret die Welt ein? Mit welchem Wahrnehmungsorgan spüren wir atmosphärisch die Umgebung ab, sodass wir das Wesentliche erfassen? Was im Alltag unbemerkt bleibt, wird uns im Erleben des Künstlerischen fühlbar. Wir tragen ein Schwingungsvermögen in uns. Es ist eine freie Beweglichkeit in der Seele, mit der wir empathisch die Welt abtasten. Wie das genau vor sich geht, wo der Wille zum Mitschwingen wurzelt, wie wir die Form finden, in die wir unsere Spiegelneurone bringen – das scheint eine naturwissenschaftliche Fragestellung.

Doch die Empirie des Kunstwerks – so wie wir es unmittelbar erleben – kann uns in dieser Frage weiterkommen lassen, als wir denken. Ein Musikstück zeigt sich uns physisch unsichtbar, wir hören es scheinbar nur. Doch es ist wesentlich wirksam in uns. Innerlich spielt sich seine Bewegung in der Seele ab. Dort spüren wir sie und lassen uns von ihr ergreifen und mitnehmen. Die Bewegung wird in uns Gefühlsgestalt. Materiell gesehen ist sie unsichtbar, und doch wird Musik von jedem Hörer wahrgenommen – und aus dem eigenen Herzen hervorgeschöpft ins Wirkliche. Wie machen wir das?

Der erweiterte Kunstbegriff der Moderne lässt uns die gegenseitige Beziehung erkennen, ohne die kein Kunstwerk sein kann. Er vermittelt die Erfahrung, wie das Publikum tatsächlich auf Augenhöhe mit dem darstellenden, dem ausübenden Künstler kommuniziert. In der Wechselbeziehung, der gemeinsamen Hervorbringung des Werkes ist jeder ein Künstler, ein Mitspieler. **Das Werk ereignet sich im Augenblick der zwischenmenschlichen Begegnung.**

Eurythmie ist eine Kunst, die sich der Beziehungserfahrung in besonderer Weise widmet. Was der Musiker freispielt, instrumental als Stimmung erklingen lässt, das figuriert die eurythmische Darstellung leiblich. Ihre Gestik transzendiert den Körper zur musika-



lischen Gestalt. Der Zuschauer wird der Dritte im Bunde bei dieser buchstäblichen Übersetzung der musikalischen Erfahrung ins Sichtbare. Was sich sonst verborgen in der Seele zuträgt, ihre empathische Bewegung, wenn sie sich einstimmt und mit-schwingt, wird anschaulich.

Um sich selbst als Seelenkünstler am Werk zu erfahren, dazu gibt ein neues eurythmisches Bühnenprogramm nun Gelegenheit: *KONTRASTE KlangGeste – Musik und Eurythmie* wird an bedeutenden Spielstätten in der Schweiz und Deutschland aufgeführt. Eine Koproduktion des *Musikkollegium Winterthur*, (Musikalische Leitung: Ruben Dubrovsky), mit dem *Else Klink-Ensemble Stuttgart* (Künstlerische Leitung für die Eurythmie hat das bewährte Duo Benedikt Zweifel und Carina Schmid). Das renommierte Schweizer Orchester hat Musikgeschichte geschrieben und die Zusammenarbeit dieser beiden Choreographen bietet einen einzigartigen Erfahrungsschatz.

Das Programm selbst erschließt einen musikalischen Weg vom Gesamtkünstler Richard Wagner über die meditativen Klangschöpfungen von Anton Webern, die am Beginn der Moderne zu verorten sind, bis zum kulturellen Dialog mit der Gegenwart, hin zu einer Komposition des 1970 in Buenos Aires geborenen Oscar Strasnoy.

Was aber fangen wir in dieser Klangreise durch die Zeit mit der Komposition von Franz Schubert an, die auch Teil des Programms ist? Spielt seine *Tragische Sinfonie* in der Vergangenheit oder in der Zukunft? Wie lässt sich individuell erlittenes Leid in die Geste des Schöpferischen verwandeln? Das ist eine hochaktuelle Kulturfrage, auf deren Ausgang jeder Zuschauer gespannt sein darf. Die Antwort findet sich nirgendwo anders als in der eigenen Seele. ■

Die Premiere findet am 21. Januar 2015 im Theater Winterthur statt.

Weitere Termine: 23.1. Karlsruhe / 24.1. Dornach / 30.1. Frankfurt / 31.1. Stuttgart /

24.6. Lörrach / 25.6. Darmstadt / 26.6. Fellbach | Information unter: www.kontraste.info

Reich mir die Hand zum Tanze

Wie nur soll ein Kind verstehen, dass Blumen so schön blühen und doch irgendwann welken ...? In seinem Märchen *Die Blumen der kleinen Ida* gibt Hans Christian Andersen eine fantasievolle Antwort: Die Blumen welken nur, weil sie nachts ausgelassen tanzen! Ein wunderbar tröstlicher Gedanke – und eine unwiderstehliche Einladung an die Illustratorin Bettina Werchan, deren Bilder farbenprächtig über die Seiten tanzen.



Hans Christian Andersen | Bettina Werchan
Die Blumen der kleinen Ida

aus dem Dänischen von Julius Reuscher,
bearbeitet von Antje Subey-Cramer
32 Seiten, gebunden | 15,90 Euro
Verlag Urachhaus | ISBN 978-3-8251-7906-9

Reifen statt abnutzen!

von Petra Lutz

«Wir gehen mit dieser Erde um, als hätten wir noch eine zweite im Kofferraum», sagte vor langer Zeit die Schauspielerin Jane Fonda und wies damit auf unseren mechanistischen Umgang mit dem Planeten hin, der uns alle beheimatet. Mittlerweile ist uns klar, dass die Erde ein lebendiger Organismus ist, der in ständiger Entwicklung, in Bewegung, in Auf- und Abbau ist. Die Frage lautet: Wie können wir mit ihr so zusammenleben, dass sie nicht vor uns und unseren Kindern stirbt? Genau dieselbe Frage müssen wir auch für unseren eigenen Organismus stellen, denn wir gehen mit unserem Körper um, als hätten wir noch einen zweiten in der Hosentasche.

Unser Leben wird immer schneller und länger. Unser Körper ist der Träger dieses Lebens. Und wir sprechen so mechanisch von ihm wie vor Jahren noch vom Organismus Erde, nämlich von Abnutzung, von Verschleiß, von Alterserscheinungen. Wir unterstützen mit Einlagen, Brillen, Hörgeräten, was nicht (mehr) funktioniert. Gelenke, Gefäße, Organe werden ausgetauscht oder entfernt. Der Körper aber ist keine Maschine. Er folgt den Gesetzen des Lebendigen! Aufbau und Abbau, Wachstum und Regeneration bis zum Tod. Meinen wir wirklich, dass die Schöpfung bei uns Menschen so mittelmäßig am Werk war, dass das Funktionierenkönnen aufhört, bevor das Leben am Ende ist? Der Gedanke – analog zur Erde – liegt doch nahe, dass wir von Natur aus perfekt ausgestattet sind fürs Leben, aber unser Gebrauch nicht adäquat ist. Wir bekommen diesen Organismus geschenkt – ohne Gebrauchsanweisung. Welch ein Glück! Und wenn wir Säuglingen zuschauen, wie sie sich Stück für Stück den Umgang mit der Erdanziehung erarbeiten und von der Horizontalen zur Aufrichtung finden, können wir erkennen: Die Gebrauchsanleitung ist in uns und in der Welt. An der Welt und durch den Gebrauch entfalten sich die Fähigkeiten der Sinnes- und aller anderen Organe. Und der Leib wird zum Partner, zum Freund fürs Lebens. Und wir erleben an der Welt, *wie* etwas funktioniert. Das Kind lässt sich noch von den Dingen belehren – im besten Sinne des Wortes: Die Welt lehrt es ganz sachlich durch ihr Sein, durch Gewicht, Härte, Wärme. Und falls kein Erwachsener stört, ist jeder (kleine) Mensch von Natur aus ein unbestechlicher Forscher, der den Erscheinungen der Welt auf den Grund gehen möchte. Rudolf Steiner spricht vom «Erkenntnisdrang» in uns Menschen.

Jeder Mensch ist von Natur aus Forscher Wann haben wir aufgehört zu fragen? Warum haben wir angefangen, gegebene

Erklärungen anzunehmen und sie zu lernen? Und wann wurde aus dem freundschaftlichen Spielenlassen unserer im Kontakt mit der Welt erarbeiteten Fähigkeiten Anstrengung und später Erschöpfung, die nicht mehr regeneriert, sondern zu Hilfsmitteln oder Ersatz «zwingt»? Wie zum Beispiel bei den Augen: Kleinen Kindern fallen sie einfach zu, wenn es zu viel an Eindrücken ist oder auch konkret die Augenmuskulatur müde wird. Ihr Organismus sorgt noch selbst für sein Gesundsein. Später muten wir unseren Augen mehr zu, als ihnen meist guttut – lesend, Auto fahrend, in den Computer starrend. Das erlebende Sehen, das bei Kindern noch den ganzen Raum erfasst und den ganzen kleinen Menschen ergreift, wird allmählich eingeengt, starr, wird zum Glotzen. Die feine Muskulatur der Augen verkrampft und erschöpft. Wären wir gut Freund mit unserem Organismus, würden wir uns für die Augen und ihr Wohlbefinden interessieren, statt nur das Sehen haben zu wollen. Doch als Herrscher über unseren Organismus greifen wir zur (immer stärkeren) Brille. Und machen weiter. Es gibt viele Menschen, die durch ihre Biografie «gezwungen» worden sind, sich mit dem Funktionierenkönnen einzelner Organe auseinanderzusetzen. Wieder ohne Brille leben ist möglich – wie auch ohne Rückenschmerzen, ohne künstliche Gelenke, ohne Hämorrhoiden. Wer anfängt, von Neuem fragend zu werden, entdeckt schnell das «ganzheitliche Konzept» der Natur in uns, den Zusammenhang von Augen, Wirbelsäule, Füßen, Atem, Darm. Literatur dazu gibt es genug. Selten jedoch entdeckt man den Zusammenhang von der Qualität des Gebrauchs und der Funktion beschrieben.

Zweckmäßiger Gebrauch entfaltet unsere Natur Heinrich Jacoby (1889 – 1964) war sein gesamtes Leben ein umfassender Forschender auf genau diesem Gebiet. Als Musiker und Pädagoge



Foto: MPower / photocase.de

war er über die Frage der Begabung «gestolpert». Welches sind die Entstehungsbedingungen von dem, was wir so schnell «musikalisch» nennen? Wie kommt es überhaupt zu gegliückten Leistungen? Ihn interessierte die «biologische Ausrüstung» des Menschen und die dadurch angelegten Fähigkeiten. Und ihn interessierte die Verbesserung der Resultate allein durch dieses Spielenlassen der Natur in uns. Unsere Sinnesorgane etwa funktionieren wie Antennen. Um sehen, hören, riechen zu können, brauchen wir nur zu empfangen. Anstrengung ist dabei nicht nur sinnlos, sondern die damit verbundene Anspannung behindert sogar die Empfangsmöglichkeit.

In der Gymnastiklehrin Elsa Gindler und ihren Kolleginnen Elfriede Hengstenberg und Sophie Ludwig, die – angestoßen von den Reformbewegungen der 1920er-Jahre – den Bewegungsorganismus erforschten, fand er Partnerinnen für lebenslange anregende Auseinandersetzung zu allen Fragen des menschlichen Verhaltens. In ihren teilweise gemeinsamen Kursen konnten viele Menschen an sich selbst erleben, wie das bewusste Aufgeben von Anstrengung und die Haltung, sich von den Aufgaben einstellen zu lassen, statt etwas zu «machen», ihr ganzes Sein als Mensch spürbar verändern – zu mehr Stille und Gelassenheit. Und gleichzeitig verändert sich die Qualität: Sehen mit still gewordenen Augen wird räumlicher, weiter – wir sehen mehr als nur das, was wir sehen wollen. Stehen oder Sitzen wird mühelos und lange möglich, wenn statt «Haltung» die Schwerkraft sich ordnend durch den Organismus auswirken darf.

«**Machen**» oder bereit werden für etwas Fünfzig Jahre nach dem Tod von Heinrich Jacoby lautet auf der Grundlage seiner Arbeit also die gute Nachricht: Unser Organismus ist bestens von der Natur für das Leben ausgerüstet, sogar ein gehandicapter Organismus! Es ist eine Frage von «in Beziehung kommen können» mit den jeweils vor uns liegenden Aufgaben, egal ob das nun Klavierspielen oder Putzen ist. Und eine Frage der Konsequenz und Disziplin, der Weisheit des Organismus zu folgen, statt schnellen, mechanischen Erleichterungen oder den Aussagen von Experten. Die Kursteilnehmer von Elsa Gindler und Heinrich Jacoby hatten oft die Mitte des Lebens überschritten und bewiesen damit auch, dass Entfaltungsmöglichkeit und Veränderbarkeit überhaupt nicht altersgebunden sind. Von Natur aus können wir also in unserem Organismus lange genug reifen– nur nicht automatisch. ■

Petra Lutz studierte nach der Ausbildung zur Physiotherapeutin sieben Jahre bei Sophie Ludwig – Schülerin von Elsa Gindler und Heinrich Jacoby – sowie bei Charlotte Selver («Sensory Awareness»). Sie ist Mutter von vier erwachsenen Kindern und arbeitet in eigener Praxis (www.physiosophie-hamburg.de) sowie am Waldorfseminar in der Ausbildung von Krippenerzieherinnen.



€ 99,95

Minikleid aus Schurwolle
mit Kaschmir:
Die Verwönnmischung.
Best.-Nr. 30 846 25

Weich.Warm.
Und sinnlich.

Natürliche Merinowolle und feines Kaschmir: die edlen Naturfasern sind wie Balsam für die Seele, die sich gerade an kalten Tagen nach Wärme und Behaglichkeit sehnt. Entdecken Sie bei uns weitere schöne Lieblingsstücke und bestellen Sie telefonisch oder unter hessnatur.com/atempo.

hessnatur
humanity in fashion

hessnatur.com/atempo
0800 / 911 3000 (gebührenfrei)

Hess Natur-Textilien GmbH,
Marie-Curie-Straße 7, 35510 Butzbach



Katarina Genar
Der rubinrote Mantel

Übersetzt von Susanne Dahmann
Umschlagillustration und
Vignetten von Lina Bodén
127 Seiten, geb.
12,90 EURO

Verlag Urachhaus
ISBN 978-3-8251-7876-5

ab 9 Jahren

Der rubinrote Mantel

gelesen von Simone Lambert

Es ist Herbst, als Livia ihren elften Geburtstag feiert. Das Geburtstagsgeschenk ihrer Eltern ist ein roter Mantel – weich, warm und schwingend. Es ist ein antikes Stück und Livia ist glücklich damit. Mehr noch, der Mantel hat Einfluss auf sie, er scheint sie zu lenken. Livia folgt ihren Eingebungen, behält aber ihre neuen Erfahrungen als ein Geheimnis für sich. Ihre Eltern bemerken, dass sie die Zeit vergisst, gedankenverloren wird, und machen sich Sorgen.

Livias Schulweg führt über den Friedhof. Als sie einen Seitenweg einschlägt, entdeckt sie das vergessene Grab eines Mädchens: Elin starb 1932 und wurde nur elf Jahre alt. Livia will das vergessene Grab von Elin verschönern und geht noch vor der Schule heimlich auf den Friedhof, es ist noch Nacht. Immer wieder besucht sie den Friedhof und eines Tages trifft sie dort auf einen sehr alten Mann mit Pantoffeln und Rollator. Er erkennt Livias Mantel ...

Auszüge aus Elins Tagebuch bilden kapitelweise Rückblicke in die Vergangenheit. Elin war ein uneheliches Kind und hatte Tuberkulose. Sie war isoliert, wegen der Ansteckungsgefahr, und litt unter der Einsamkeit. Selbst ihre Mutter vermied Nähe und Berührung. Elins Wunsch war es, Schriftstellerin zu werden, sie führte ein Tagebuch. Krank lag sie im Bett oder saß am Fenster und sah auf denselben Friedhof, den Livia auf dem Weg zur Schule überquert. Sie kannte jeden Passanten, bis auf den Mann mit dem Schlapput, der eines Tages an der Wohnungstür klingelte und ihr ein Paket überreichte ...

Der Kinderroman von Katarina Genar erzählt die Geschichte des roten Mantels, eines 80 Jahre alten Kleidungsstücks, das den Schlüssel für ein lange verborgenes Geheimnis birgt.

Genar schreibt zugleich von einem hochsensiblen Mädchen, das für Unsichtbares, für Schwingungen empfänglich ist. Livia, die als

Einzelkind von ihren Eltern mit Respekt und Vertrauen behandelt wird, nimmt die Botschaften aus der Vergangenheit wachsam, aber angstfrei an. Ihre Erlebnisse sind etwas, das sie mit sich abmacht, etwas, das – wie eine Initiation – am Beginn ihres individuellen Lebens steht. Entscheidend ist, dass die Vergangenheit schließlich in der Gegenwart abgeschlossen wird und in einer konkreten Beziehung mündet – zu Johansson, dem alten Mann, der als Kind Elins nachbarlicher Freund war. Ein Versäumnis Elin gegenüber grämte ihn sein Leben lang. Livia kann dazu beitragen, seinen Kummer aufzulösen.

Und Livia entdeckt die Dimension der Vergangenheit. Die Leser erleben, dass Dinge eine Seele haben und eine Geschichte transportieren können. Livias Empfänglichkeit erinnert und würdigt Elins kurzes, tragisches Leben und ihre Wahrheit kommt ans Licht. Sie erfährt von Lebensumständen in der Vorkriegszeit, vom sozialen Stigma, ein uneheliches Kind zu sein oder zu haben, vom menschlichen Versagen einer noch zu Livias Zeit hochangesehenen öffentlichen Person, davon, dass eine verpasste Gelegenheit lebenslangen Kummer verursachen kann. Am Schluss ist Elin nicht mehr allein und vergessen – ein Ende, das dem Gerechtigkeitsgefühl des jugendlichen Lesers entgegenkommt.

Dies ist ein feiner, sensibler Kinderroman, fast eine Novelle, zugänglich durch eine klare, einfache Sprache, der einen Sinn für das Unsichtbare zu wecken vermag. ■

Simone Lambert lebt bei Hamburg, hat am Institut für Jugendbuchforschung der Goethe-Universität Frankfurt Germanistik studiert und ist als Rezensentin von Kinder- und Jugendliteratur für verschiedene Zeitungen und Zeitschriften tätig.

Liebe Kinder!

In den letzten Monaten sind wir mit euch ja oft zum Spielen rausgegangen – haben euch zum Rennen und Springen und Singen veranlasst.

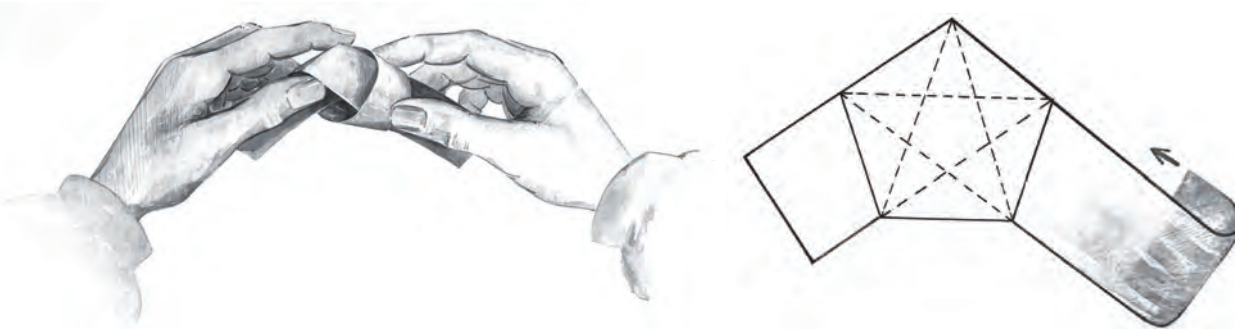
In der Dezemberausgabe aber bleiben wir drinnen und laden euch zum Bewegen der Finger und Hände ein. Und zum Bewegen im Herzen, wenn der schöne Sterstern, den wir mit euch basten wollen, am Fenster erstrahlt und die Weihnachtszeit begrüßt!



Und so wird er gemacht, der Stern aus **Transparentpapier-Knoten**:

Ihr braucht einen Transparentpapierstreifen, der ca. 3 cm breit und etwa 30 cm lang sein sollte, damit sich's leicht arbeiten lässt (für Geübtere gehen auch 2 cm breit, 20 cm lang oder 1,5 cm breit, 16 cm lang).

Mit einem Transparentpapierstreifen macht ihr zuerst ganz vorsichtig einen Knoten.



Beim Flachdrücken des Knotens achtet ihr darauf, dass die Ecken des Sterns schön spitz werden.

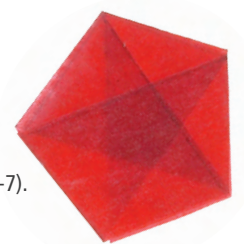
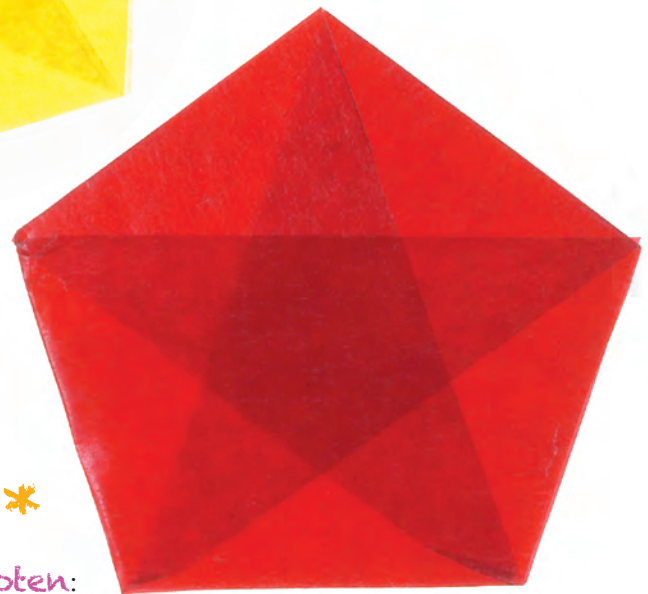
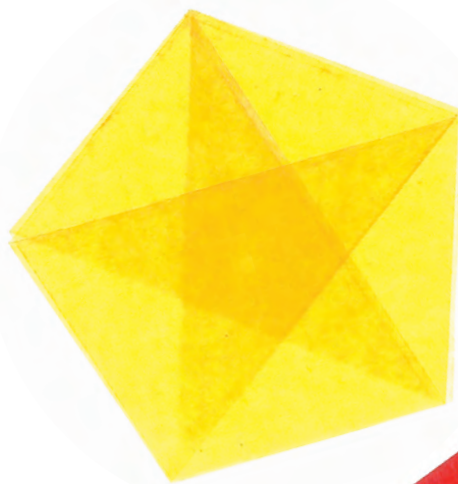
Das kürzere Ende des Streifens schneidet ihr entlang der Fünfeckkante ab, das längere Ende faltet ihr nach hinten um.

Es muss bis zur gegenüberliegenden Seite reichen.

Hier schneidet ihr es ebenfalls ab und klebt es leicht an.

Jetzt ist der Fünfstern vollständig und kann am Fenster erstrahlen ...

... oder ihr verschenkt ihn an Weihnachten!



Das a tempo Preisrätsel

In der zwölften Ausgabe für das Jahr 2014 lassen wir ein zwölftes Mal die Rätselkünstlerin Erika Belte zu Wort kommen. Das letzte Rätsel in dieser Reihe ist nicht nur passend zum nahenden Winter, es zeigt auch den poetischen Ton, den Erika Belte meisterlich in ihren Gedichten anzustimmen verstand. ■ (mak)

Die Wandelbare

Wenn es kalt ist,
kommt sie zu uns nieder,
mild und lautlos,
allermeist zuhauf.
Wird es warm,
verwandelt sie sich wieder,
schlüpft ins Dunkel
oder steigt hinauf:
fallend, in die Schwere
eingebunden,
steigend, leicht
und für den Blick
entschwunden.



Unter den richtigen Einsendungen verlosen wir 10 Exemplare des Buches von Erika Belte, *Der erste Bruder wird gebunden. 101 einfallsreiche Rätsel*, dem dieses Rätsel entstammt.

Lösungswort:

Das Lösungswort einsenden an:

a tempo Preisrätsel · Landhausstr. 82 · 70190 Stuttgart

oder an: raetsel@a-tempo.de

Einsendeschluss ist der **22. Dezember 2014** (Datum des Poststempels), der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Das Lösungswort der November-Ausgabe lautet **THEATER**. 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 112

zu guter letzt: fa bene

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

JC's irresistible hand-crafted sudoku. Urdruck a tempo 12 | 2014

Mehr «Square Magic» finden Sie im gleichnamigen Band mit 9 x 9 **hintersinnigen Sudokus**, herausgegeben von Jean-Claude Lin (ISBN 978-3-7725-2081-5, 9,90 Euro)

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

Lösung: Square magic 111: Erste Sahn

Meister ihrer Kunst

von Christian Hillengaß

Wim Wenders ist ein Meister des Films. Sebastião Salgado ein Meister der Fotografie. Meisterschaft meint hier, dass sie ihr Medium nicht nur technisch voll beherrschen, sondern es so ausfüllen, dass sie damit die Tore der Welt öffnen. Sie geben ihrem Handwerk die Essenz, das Salz hinzu. Wenn nun der eine Meister (Wenders) den anderen Meister (Salgado) aufsucht, um mit seiner Kunst dessen Können zu zeigen, sind die Erwartungen an das, was dabei herauskommt, hoch.

Herausgekommen ist der Dokumentarfilm *Das Salz der Erde*, den Wenders in Zusammenarbeit mit Salgados Sohn Juliano Ribeiro Salgado gedreht hat, der seinen Vater in den vergangenen Jahren oft mit der Filmkamera begleitete.

Nicht gerade bescheiden verknüpft der Titel des Films das Wort der Bergpredigt mit der Person Salgados, dessen Name auf Deutsch «Salz» bedeutet. Man mag es den Filmemachern nachsehen, denn Salgados Fotografien sind episch, archaisch, menschlich, göttlich, ikonisch, apokalyptisch und deshalb geradezu biblisch. Sie zeigen die Erde und den Menschen mal so, als ob ein Göttliches wie sicher hinter allem steht, und dann wieder so, als wäre alle Welt von Gott verlassen. Aber selbst in den verlassensten Momenten steht Salgado als Mensch da, wenn er das Unmenschliche fotografiert. Er bleibt respektvoll und versteht sich auf eine Komposition, die seine Schwarzweißfotografien zu ernsthaften, würdevolleren Bildern macht.

Salgado hat ins tiefste Leid geblickt und die erhabenste Schönheit gesehen. Der Film lässt daran teilhaben. Man muss es allerdings aushalten. Gerade dann, wenn es ums tiefste Leid geht, kann er an die Grenzen des Erträglichen führen. Dann, wenn in langen Einstellungen Salgados Fotografien der Hungersterbenden in Äthio-



Foto: «Das Salz der Erde» | Produktionsbild, Wim Wenders und Sebastião Salgado | © NFP marketing & distribution, Berlin

pien zu sehen sind, die Opfer des Völkermordes in Ruanda, die Flüchtlingsströme im Kongo oder im ehemaligen Jugoslawien. Seine Bildsprache mag bei diesem Aushalten helfen, aber sie verschleiert nicht den Schrecken.

Erlösend wendet sich der Film dann wieder ab und blickt in das Gesicht des Fotografen, während dieser im Anblick seiner Fotografien, ruhig erzählend nochmals an die Orte des Geschehens reist. Es ist das Gesicht eines Siebzigjährigen, in das sich Melancholie eingeschrieben hat. Rastlos war er als sozial engagierter Berichtersteller in der Welt unterwegs. Und beinahe wäre er an dem, was er gesehen hat, zugrunde gegangen. 1994, nach seiner Rückkehr aus Ruanda, ist ihm der Glaube an die Menschheit abhanden gekommen, er wird krank an Leib und Seele. «Es war mein innerliches Ende», gesteht er in einem Interview.

Er kehrt zurück nach Brasilien, das er während der Militärdiktatur Ende der 1960er Jahre verlassen hatte, um in Paris als Ökonom zu promovieren. Danach hatte er einen gut bezahlten Job bei der Weltbank aufgegeben um sich ganz der Fotografie zu widmen. Zurück auf der Ranch seines Vaters beginnt er zusammen mit seiner Frau die Wüste aufzuforsten, die mittlerweile den Regenwald seiner Kindheit verdrängt hat. Der Film bezeugt das Wunder, das den beiden da gelingt. Die nächsten acht Jahre vertieft sich Salgado auch fotografisch ganz in die Natur und bereist für sein Projekt *Genesis* jene Orte, in denen sie noch ursprünglich ist. «In *Genesis* sprach die Natur durch meine Kamera und ich durfte zuhören.» Salgado erfährt Heilung. **«Man könnte sagen, dass es die Natur war, die ihm geholfen hat, seinen Glauben an die Menschheit nicht zu verlieren»**, sagt Wim Wenders. Sein Film über den Mensch und Fotograf Salgado ist in der Tat meisterhaft. ■

Der Film von Wim Wender, «Das Salz der Erde» («The Salt of the Earth», Frankreich / Brasilien 2014, Verleih NFP marketing & distribution), läuft derzeit in den Kinos und erscheint im Frühjahr 2015 auf DVD. Mehr zum Film, der Entstehung und viele interessante Hinweise sind zu finden unter: www.dassalzdererde-derfilm.de



Ideen für die schönste Zeit des Jahres

Wer liebt sie nicht, die Zeit vor Weihnachten! Tag für Tag wächst die Vorfreude. Doch der Stress der Vorbereitungen, der Einkäufe und Verpflichtungen macht ein besinnliches, ein erfülltes Feiern nicht immer einfach. Das Advents- und Weihnachtsbuch von Christel Dhom bietet für jeden Tag Anregungen zum Basteln, zum Backen, zum Erzählen und zum Singen, sodass hier jeder, der die Zeit zwischen dem 1. Dezember und dem 6. Januar mit Kindern erleben und gestalten möchte, etwas Passendes findet.

«Die schöne Aufmachung des Buches im handlichen Format entspricht dem Inhalt. Liebevoll gestaltete, farbige Fotos nehmen den Leser in die weihnachtliche Stimmung hinein und machen Lust aufs Ausprobieren.»

Erziehungskunst

Christel Dhom
Unser Advents- und Weihnachtsbuch
 Ideen für die schönste Zeit des Jahres.
 191 Seiten, mit zahlreichen Fotos,
 durchgehend farbig, gebunden
 € 19,90 (D) | ISBN 978-3-7725-2537-7
www.geistesleben.com

Kleinanzeigen

Zu Verkaufen in Italien / Umbrien: ländl. Ferienbetrieb, 6 App., 500 qm + 20 ha Land. Alleinlage, herrl. Weitblick. EU 670.000 VB – sofort frei. Infos unter E-Mail: Caibarucci@outlook.it

Ursprüngliches Griechenland: Sonne! Traumhaus am Meer! Natur pur: Strand, Berge, Kräuterduft, Sternschnuppen, Reiten! Ganzjahresziel Mani/ Südpeloponnes, 2 FeWo, 2 – 8 Pers., Tel: 01 77/3 02 14 76

Stille Tage in den Wintermonaten Westerland, am Südwäldchen, Infos: 0 40/6 47 18 19, E-Mail: lindelambrecht@hotmail.com

Schloss Hamborn: Begleitete Auszeit
 Künstlerische Biografie-Arbeit / Kunsttherapie / Musiktherapie / Heileurythmie / Massage / Arbeit am Tonfeld / T. 0 52 51/38 92 58 / E-Mail: rainer.schnurre@gmx.de
www.begleitete-auszeit.de

Die Piste lockt! Skifahren in der Gasteiner Bergwelt! Gemütliche, gut ausgestattete 1-Zi.-Fewo (45 m²) für 2–3 Pers. in zentraler Lage dir. am Kurpark in Bad Hofgastein/ Österreich von Privat zu vermieten. Tel.: 0 71 56/3 19 67; gabihoch@gmx.de

Westerland, Südwäldchen, 2 Zi. Fewo, hell, strandnah. Tel. 0 40/6 47 18 19, lindelambrecht@hotmail.com

Ferienhäuschen, Südschwarzwald zu vermieten. Küche, Bad/Dusche, Holzofen, Fußbodenheizung, gr. Balkon. Ideal f. 2 Pers. NS 50,- €/ HS 60,- €/ Tag. Tel. +49(0)1 77/2 53 55 76

www.gemeinschaften.de Tel. 0 77 64/93 39 99

Das geistig-kulturelle Leben in Zeiten der Geldherrschaft – Wege der Befreiung: Tagung des Kulturzentrums Achberg vom 27.12.2014 – 6.1.2015
 Info: www.kulturzentrum-achberg.de

www.fastenzentrale.de Tel/F. 06 31/4 74 72

Ich schreibe Ihre Biografie: Tel.: 0 71 64/9 15 25 85
www.claudia-stursberg.de

Berufsbegleitendes Kunststudium, Intensivstudium f. Bildhauerei u. Malerei, Fortbildung Kunstpäd./-therapie, Kursprogramm: www.freieschule.com

Berufsbegleitendes Kunststudium Bildhauerei
www.bildhauer-kunststudium.com

www.rückführungs-und-reinkarnationstherapie-nrw.de

Erdung | www.artesana.de | Tel. 01 70/9 79 13 98

Geschenke + mehr: www.Varja-Natur.de

www.Anthro-Antiquariat.de

Orang-Utans in Not e.V. – endlich ist es soweit:
 Unsere Kalender 2015 kann ab sofort bestellt werden:
www.orang-utans-in-not.org/kalender2015.html

Aufgeschlossen, kreativ, kundenorientiert, buchverliebt?

Zum 01.09.2015 vergeben wir einen Ausbildungsplatz zur/zum

Medienkauffrau/-mann digital und print mit Zusatzqualifikation Medienwirtschaft

Wir freuen uns auf BewerberInnen, die aktiv an der Herstellung und dem Verkauf unserer Bücher mitwirken möchten. Das Abitur unserer wir voraus, der Besitz des PKW-Führerscheins wäre wünschenswert.

Ihre Bewerbung schicken Sie bitte per E-Mail an: neuerer@geistesleben.com oder an:
 Verlag Freies Geistesleben & Urachhaus GmbH,
 Thomas Neuerer, Landhausstr. 82,
 70190 Stuttgart.

Freies Geistesleben & Urachhaus Bücher, die verbinden

LUXUS DER WEITE
NAMIBIA
28.8.-12.9.2015

STUDIENREISE
mit Prof. Dr. Albrecht Schad
Biologe und Geologe
Er ist ein profunder Kenner
von Namibia und leitet seit
25 Jahren Studienreisen.

Besondere Orte wirklich erleben
Faszinierende Tierwelt. Gute Informationen
statt nackter Zahlen. Jenseits des Mainstream:
Das und mehr erwartet Sie auf unserer
Abenteuerreise nach Namibia.

+49 (0)711 470 42 15 | info@aventerra.de
facebook.com/aventerra
www.aventerra.de

Leben braucht Pflege –
vom Lebensbeginn bis zum Lebensende

Generalistisch konzipierte
**Ausbildung in Gesundheits-
und Krankenpflege**

Ziel der Ausbildung ist der Erwerb beruflicher
Handlungskompetenz in den Bereichen:

- Gesundheits- u. Krankenpflege
- Gesundheits- u. Kinderkrankenpflege
- Altenpflege

Grundlagen der staatlich anerkannten drei-
jährigen Ausbildung sind das anthroposophische
Menschenbild sowie die anthroposophisch
erweiterte Pflege und Medizin.

Der nächste Kurs beginnt am
01. April 2015

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!
Freie Krankenpflegeschule an der Filderklinik e.V.
Haberschlaide 1 · 70794 Filderstadt
07 11/77 03 60 00 · kontakt@fks-filderklinik.de
www.fks-filderklinik.de

Camphill
Werkstätten
Hermannsberg

**Wunsch-
teppich**

schadstofffrei
individuell angefertigt
sozialfair handgewebt in Deutschland
100% Naturfasern Schafwolle · 130 €/qm
www.hermannsberg.de · 07552 260122



Waldorfkindergarten am Schloß e.V.

Für die Leitung unseres eingruppigen Kindergartens im Herzen von Bonn suchen wir zum Kindergartenjahr 2015/2016 (ab August 2015) **eine/n liebevolle/n Waldorferzieher/in**
Sie verfügen über:

- eine Ausbildung zum/zur Waldorferzieher/in (staatl. anerkt.)
- Berufserfahrung
- Persönlichkeit und Kommunikationsfähigkeit
- Sie können ein Team wertschätzend führen
und pflegen einen liebevollen Umgang mit Kindern,

dann freuen wir uns auf Ihre schriftliche Bewerbung an:

Waldorfkindergarten am Schloß e.V. · Poppelsdorfer Allee 78 · 53115 Bonn
oder per eMail an: Vorstand-Personal@Waldorfkindergarten-am-Schloss.de

Doppelt Freude schenken! Stoffpuppen von Indiofrauen aus einem sozialen Projekt in Peru.
www.qewar.ch **100% des Erlöses für das Projekt!**

BEER
Buchhandlung Beer
St. Peterhofstatt 10,
8022 Zürich
Tel. 044 211 27 05
www.buch-beer.ch
Mo. bis Fr. von 9 bis 18.30 Uhr
Sa. von 9 bis 16 Uhr



**Die große Geschichte
eines kleinen Helfers**

Gunhild Sehlin erzählt die Geschichte
von dem kleinen störrischen Esel, der
von allen für faul und unnützlich gehalten
wird. Doch Maria wählt gerade ihn für
ihre Reise aus, und voller Anhänglichkeit
folgt er ihr bis nach Bethlehem, wo er
das Wunder der Christnacht miterlebt.
Er wandert mit der heiligen Familie bis
nach Ägypten und erlebt dabei viele
wunderbare Dinge.

*Die Geschichte ist wunderbar erzählt,
die Kinder können ganz empathisch
mitgehen und erleben innerlich
richtige Weihnachtsfreude. Denn
das Buch erzählt leise und herzlich
und mit ganz viel Wärme den Sinn
des Weihnachtsfestes nach.»*

Leserstimme

Gunhild Sehlin (Text) | Benjamin König (Illustrationen)
Marias kleiner Esel und die Flucht nach Ägypten
Aus dem Schwedischen von Katja Nordmann-Mörke.
Neuausgabe (16. Auflage)
188 Seiten, mit zahlr. s/w-Illustrationen, gebunden
€ 14,90 (D) | ISBN 978-3-8251-7907-6 | (ab 5 J.)
www.urachhaus.de

Die nächste Ausgabe Januar erscheint am 19. Dezember 2014

thema

Was heißt hier schon heimisch?

augenblicke

Krakau – Legenden einer Stadt

im gespräch

Krzysztof Penderecki – Am Anfang war die Form

Wir alle tragen Wünsche und Träume in uns – manche davon werden Wirklichkeit, viele bleiben unerfüllter Traum. Für Krzysztof Penderecki, einen der bedeutendsten Komponisten unserer Zeit, dessen Werke weltweit aufgeführt, gefeiert und mit Preisen ausgezeichnet wurden und werden, sind durch seinen unbändigen Willen und seine visionären Ideen ihm wesentliche Wünsche klingvolle Wirklichkeit geworden.



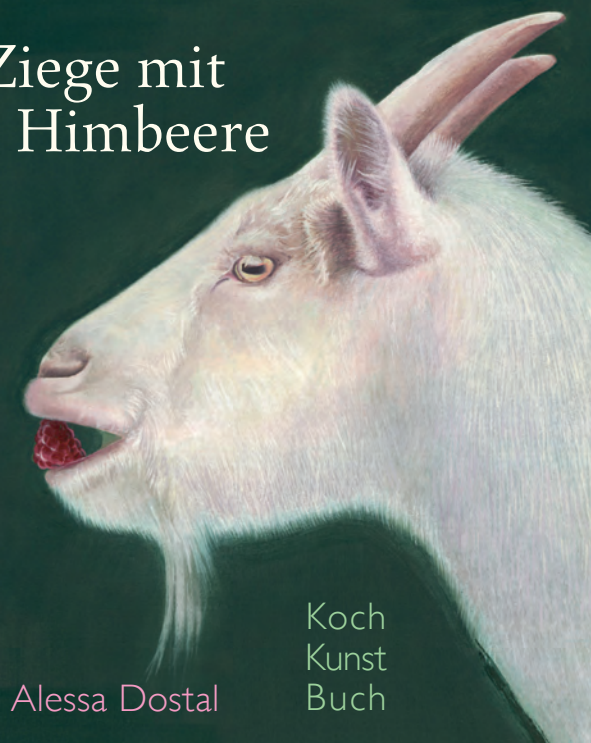
In diesen Buchhandlungen und Geschäften erhalten Sie *a tempo* und die Bücher der Verlage Freies Geistesleben und Urachhaus in guter Auswahl:

Aachen: Schmetz Junior | **Ahrensburg:** Stojan | **Alsfeld:** Buch 2000 | **Ansbach:** Fr. Seybold's | **Asperg:** Lesezeichen | **Bad Aibling:** Büchertisch-Droth | Lesezeichen | **Bad Hersfeld:** Hoehlsche Weinstraße und Klausstraße | **Bad König:** Paperback Literaturbuchhandlung | **Bad Liebenzell:** Bücherstube Untertengenhardt | **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 | **Bamberg:** Neue Colibri Buchhandels-GmbH | **Berlin:** Braun & Hassenpflug | Kaesbiersche Hofbuchhandlung | **Betzdorf:** Sarrazin | **Bexbach:** buchkultur – Schwartz | **Bielefeld:** Buchtipp | Lebensbaum | Buch Welscher | **Bietigheim:** Buchhandlung Exlibris | **Blankenheim:** Bücherecke | **Blaubeuren:** Buchhandlung Bücherpunkt | **Blekedede:** Hohmann | **Bochum:** Bücherstube Lesezeichen | **Bonn:** Buchhandlung am Paulusplatz | **Böhl-Iggelheim:** Buchhandlung Böhler Bücherwurm | **Braunschweig:** Graff | **Bremen:** Morgenstern Buchhandlung | **Bruchsal:** Buchhandlung am Kübelmarkt | **Brühl:** Bücherecke | **Bühl/Baden:** Papillon | **Butzbach:** Hess Natur | **Buxtehude:** Schwarz auf Weiß | **Celle:** Sternkopf & Hübel | **Chemnitz:** Buchhandlung Schulz | **Darmstadt:** Bessunger Buchladen | Lesezeichen | Schirmer | tegut ... (Weiterstadt) | **Diepholz:** Buchhandlung Schöttler | **Dillenburg:** Buchhandlung Rubezahl OHG | **Dreieich:** Sprendlinger Bücherstube | **Dresden:** Buchhandlung & Antiquariat Reimers | Bücheroase | **Duisburg:** Roskothel | **Düsseldorf:** Regenbogenbuchhandlung | **Echzell:** Allerleirauh Buchhandlung | Buch und Spiel | **Eckernförde:** Spielkiste | **Emden:** Lesezeichen | **Engstingen:** Libresso | **Erlangen:** Kornblume | **Essen:** Alex liest Agatha | Kinderkram v. Brinkmann | **Fellbach:** Ramm | **Filderstadt:** Spielzeug und Bücher | Filderklinik | Oesterlin | **Finntrop:** Bh. Am Rathaus | **Finning:** Finninger Buchhandlung | **Fleensburg:** Regenbogen | **Forchheim:** 's blaue Stäffala | **Frankenberg:** Buchhandlung I. Jakobi | **Frankfurt/M.:** Büchermiesche | Hillebrecht | Naturkost Eschersheim | **Freiburg:** Buch- und Medienservice Burkhart | **Freudenstadt:** Arkadenbuchhandlung | Buchhandlung Dewitz | **Friedrichshafen:** See-Verlag | **Fulda:** Paul + Paulinchen | Rathaus Buchhandlung | **Geldern:** Buchhandlung Keuck GmbH | Der Bücherkoffer | **Gelnhausen:** Brentano Buchhandlung | **Gera:** Fr. Brendel's Buchhandlung | Kanitz'sche Buchhandlung GmbH | **Gladbeck:** Humboldt | **Göttingen:** Hertel | **Großostheim:** Büchertreff | **Grünstadt:** Garamond Buchhandlung | **Hamburg:** Buchhandlung Christiansen | Buchhandlung Nienstedten | Ida von Behr | Hier + Jetzt | Kibula | Nautilus Buchhandlung | Rudolf Steiner Buchhandlung | **Hannover:** Bücherstube Bothfeld | Morgenstern Buchhandlung | Tao | **Heidelberg:** Eichendorff-Buchhandlung | Lichtblick | Wieblingen Buchladen | **Heidenheim:** Buchhandlung Konold | Buchhandlung Masur | **Heilbronn:** Naturata | Kinderparadies | **Heilsbrunn:** Buchhandlung am Turm | **Henstedt-Ulzburg:** Buchhandlung Rahmer | **Herdecke:** Herdecker Bücherstube | **Herdwangen:** Drei Meilenstiefel | **Herford:** Auslese UG | **Hermisdorf:** Buchhandlung Hofmann | **Herrenberg:** Buchhandlung Schäufele | **Hildesheim:** Bioladen im Klostergut Sorsum | **Hof:** Die kleine Buchgalerie (im Altstadt-Hof) | Kleinschmidt | **Hofheim:** Buchhandlung am alten Rathaus | Die Bücherkiste | **Horneburg:** Horneburger Bücherstube | **Husum:** Buchhandlung Dellf | Schlossbuchhandlung | **Idstein:** Hexenbuchladen | **Immenstaad:** Bücherstube Sabine Bosch | **Kaiserslautern:** Blaue Blume | **Kaltenkirchen:** Fiehland | **Kandern:** Buchhandlung Berger | **Karben:** Karbenener Bücherstube | **Karlsruhe:** Die Buchhandlung Karlsruhe-Mühlburg | Kaufladen | Kunsthandlung Gräff | Spinnrad | **Kassel:** Martinus-Buchhandlung | **Kehl:** Baumgärtner | **Keltern:** Tast | **Kempten:** Fingerhütchen | Kölsche Buchhandlung | Lesezeichen | **Kiel:** Buchhaus Weiland | Die Kinderstube | Mittendrin | Zapata Buchladen | **Kirchheim Teck:** Schöllkopf | **Koblenz:** Artem audere | Buchhandlung Heimes | **Köln:** Maßstab | Naturata (Lutz Göbel) | **Köngen:** Köngener Bücherstube | **Konstanz:** BuchKultur Opitz | **Krefeld:** Cosmas & Damian | Der Andere Buchladen | **Künzell:** Das Lädchen Loheland | **Landshut:** Bücher Pustet | **Landstuhl:** Buchhandlung Stützel KG | **Langen:** Litera GmbH | **Lauffen a. N.:** Hölderlin | **Laufen:** Buchgarten | **Lauterbach:** Das Buch | Lesezeichen | **Leipzig:** Shakunda Mineralien- und Buchhandlung | **Leonberg:** Bücherwurm | Röhm im Leo-Center | **Leverkusen:** Gottschalk | **Lienen:** Teuto-Apothek | **Lindau:** Buchhandlung Altemöller | Buch-Insel | **Ludwigsburg:** Mille Fleurs | Paradies-Gärtchen | **Lübeck:** Buchhandlung Arno Adler | **Lüdinghausen:** Buchladen Reminghorst | **Lüneburg:** Das Buch | Das Lädchen an der R.Steiner Schule | **Mainz:** Nimmerland | **Magdeburg:** BioLaden Alles Natur | **Mannheim:** Der Bücher-Wirthe | Quadrate Buchhandlung | Xanthippe | **Marburg:** Lesezeichen | **Markdorf:** Wältschmüller | **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:** Buchhandlung Andrieu | Kunst + Spiel | **Münsingen:** Bh. Im Pflügerhaus | **Münster:** Buchhandlung Laurin | Wunderkasten | **Nagold:** Zaiser | **Nastätten:** Bücherland | **Neu Wulmstorf:** Bücherforum | **Neuberg:** Lentner'sche | **Neunkirchen:** Bücher König | **Neunkirchen-Seelscheid:** Krein | **Neustadt:** Neustadter Bücherstube, Cherdron & Speckert | **Niederfischbach:** Buche | **Niefern-Öschelbrunn:** 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 | **Oettingen:** Oettinger Bücherstube | **Offenburg:** Akzente | Phantasia | **Oldenburg/Holst.:** Buchhandlung Glöss | **Oppenheim:** Buchhandlung am Marktplatz | **Osnabrück:** Altstaedter Bücherstube | Dombuchhandlung | **Ottersberg:** Froben | Kunst- und Bücherversand | **Pforzheim:** Gondrom | Kulturhaus Osterfeld e.V. | **Pforzheim-Büchenbrunn:** der-drehpunkt | **Pfullendorf:** Linzgau-Buchhandlung | **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 | **Rosenheim:** Buchhandlung Bücherfamulus | **Saarbrücken:** Janus | Naturata | Spiel & Kunst | **Salem:** Linzgau-Buchhandlung | **Schopfheim:** Regio Buch | Grünkern | **Schleswig:** Die Eule | **Selm:** Möller | **Siegen:** Buchhandlung Bücherkiste | Pustelbuche | **Sinzig:** Lesezeit, Bücher & Wein | **Soest:** Rittersche | **St. Blasien:** Törle-Maier | **St. Wendel:** EKZ | **Steinen:** Buchhandlung Schmitt | **Steinbrunn:** Steinenbrunner Buchhandlung | **Stuttgart:** Buch & Spiel im Markt am Vogelsang | Engel | Pörksen | Heidehof Buchhandlung | Klaus Ebert | Konrad Wittwer – Unibuch Hohenheim | Tausendschön | **Tettngang:** Lernwerkstatt Brundol | Montfort Buchhandlung | **Tittmoning:** Buch & Kunst am Gerberberg | **Trier:** Impuls | Gegenlicht Buchhandlung | **Tübingen:** Buch & Café Vividus | Kornblume Bio-Laden | **Tutzingen:** Buchhandlung Gebhard Held | **Überlingen:** Naturata | Odilia | Überlinger Antiquariat | **Ulm:** Jastram | **Usingen:** MOMO-Naturkost | **Vaterstetten:** Der Buchladen | **Versmold:** Buchhandlung Krüger | **Viernsen:** Dülkener Bücherecke | **Villingen-Schwenningen:** Bücherstube | Naturata | Natur und fein | **Waiblingen:** Der Laden | **Wächtersbach:** Dichtung & Wahrheit | **Wangen i. A.:** Ceres, Bücher und Naturwaren | **Wedel:** Wolland | **Weil der Stadt:** Buch & Musik | **Weilheim:** Zaubenberg Buchhandlung & Naturkost | **Wermelskirchen:** Bücher vom Stein | **Westerland / Sylt:** Bücher Becher | **Wetzlar:** Kunkel | **Wiesbaden:** Aeon | erlesen | **Wiesloch:** Dörner | Eulenspiegel | **Witten:** Lehmkul | Mayersche | **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 | Stauffacher Thalia Bücher AG | **Buchs:** GMG Buchhandlung | **Dornach:** Buchhandlung am Goetheanum | Libro | Pfister | Rudolf-Steiner-Buchhandlung | **Egg:** Vögelin | **Goldach:** Bigler | **Ins:** Schlössliaden | **Liestal:** Rapunzel | **Reinach:** Hauptstraße 12 | **Schaffhausen:** Allerleirauh | Gesundheit & Entwicklung GmbH | **St. Gallen:** Rösslirot Bücher | **Thusis:** Kunfermann | **Wetzikon:** Buchhandlung Kolb | **Wil:** Ad.Hoc | **Zofingen:** Mattmann | **Zürich:** Buchhandlung Beer | Im Licht | Vier Linden | **ÖSTERREICH:** **Feldkirch:** Cervantes & Co, Buch und Wein | **Gallneukirchen:** Bücherecke | **Graz:** Grün-Bunter-Laden | Moser | OASE – Buch und Spezerei | **Innsbruck:** Wagner'sche Buchhandlung | **Kirchschlag:** Buchhandlung Mayrhofer | **Leibnitz:** Hofbauer KG | **Linz:** Paireder | Buchhandlung Freie Waldorfschule | **Lustenau:** Bücherwurm | **Salzburg:** Fa. Mercurius Österreich-Bücherkiste | **Schiedlberg:** Bacopa | **Voitsberg:** Harmonie | **Wien:** Bücherstube der Goetheanistischen Studienstätte | Bücherzentrum | Gläsernes Dach | Herder | Lebens-Raum | Morawa Wollzeile | OM Esoterik | **LUXEMBURG:** Alinea Alnature | Ars Libri | Ernster | **BELGIEN:** **Antwerpen:** De kleine Prins | **NIEDERLANDE:** **Den Haag:** De Haagse Boekkerij | **Zeist:** De Nieuwe Boekkerij | **Amsterdam:** Zailing Boekkerij



Kunst kocht *köstlich!*

Ziege mit Himbeere



Alessa Dostal

Koch
Kunst
Buch

Der Geschmack unserer Kindheit begleitet uns ein Leben lang. Die Künstlerin Alessa Dostal hat ihre Lieblingsrezepte vom heimischen Herd ins Atelier und auf die Leinwand gebracht und so Kochen mit Kunst, Genießen mit Gestalten auf außergewöhnliche Weise verbunden. Die in Geschmacksrichtungen gegliederten Rezepte, die klassisch als Text und zudem als Piktogramme zubereitet sind, verführen dazu, selbst kreativ zu kochen, statt bloß nachzukochen.

«Eine wohltuend andere Rezeptsammlung, die Kunst und Kochen gekonnt miteinander in Verbindung bringt.»

West-Anzeiger

«An die Stelle perfekt ausgeleuchteter Hochglanz-Aufnahmen rücken liebevoll gestaltete Illustrationen, die obendrein dem Leser ein Schmunnzeln auf die Lippen zaubern ... Endlich mal ein Bilderbuch für Erwachsene, das aber jeglichen Komfort eines betexteten Kochbuchs bietet.»

BioKüche

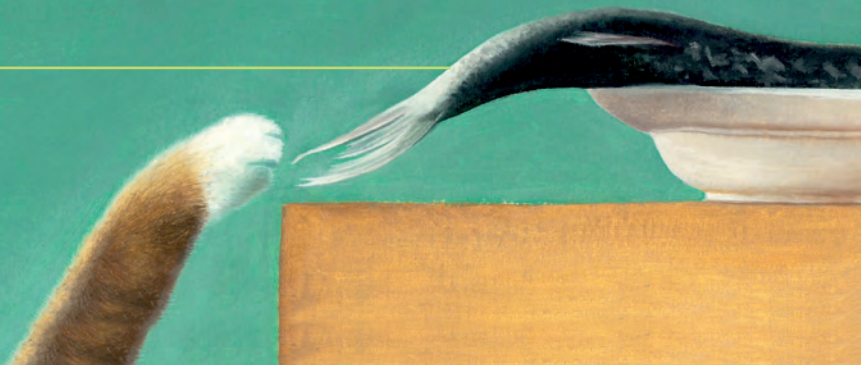
Freies Geistesleben : Ideen für eine kreatives Leben

Alessa Dostal: **Ziege mit Himbeere**. Kochkunstbuch

135 Seiten, durchg. farbig, gebunden

€ 19,90 (D) | ISBN 978-3-7725-2652-7

Leseprobe!



Von der Schönheit der Natur



Leseprobe!

«Bald ist Weihnachten. Es ist selten, dass der Schnee mit Weihnachten und der Mitternachtsmesse zusammenfällt. Sorgsam bewahre ich mir die märchenhafte Erinnerung an Schneeflocken auf dem Weg zur Kirche, an die hastende Eile der Gläubigen, an den weißen Boden auf dem Rückweg in der Nacht bei Glockengeläut. Eine wunderbare, verzauberte Nacht, in der die liturgischen Gesänge weiter zu klingen schienen, obwohl sie schon lange verstummt waren ...»

Das Rauschen des Wassers, die leuchtende Klarheit des Schnees, die herrlichen Düfte eines Juniabends, die geheimnisvollen Geräusche der Nacht ... Die Schönheit der Welt ist unendlich – wenn man sich für sie öffnet. Christian Signalol verbindet Gegenwart, Vergangenheit und Kindheitserinnerungen zu einem großen Ganzen und nimmt uns mit auf eine Reise durch die Schönheiten der Natur.

Urachhaus. Bücher für die Glücksmomente des Lebens