

E 51125  
nr. 189

zum mitnehmen september | 2015

Freies Geistesleben  
Urachhaus

# a tempo

Das Lebensmagazin

augenblicke

## Lindy Hop

Glück in Bauch  
und Beinen

## Yilmaz Dziewior

Kunst lesen lernen

Was heißt hier rein?





# Der Himmel ist überall

«Kleiner Fuchs – großer Himmel ist eine tolle, eine berührende Geschichte für Kinder über Trauer und die Frage nach dem Danach; und sie zeigt, wie man die Nähe zum Opa oder anderen Menschen, die man liebt, auch über den Tod hinaus spüren kann.»

Nina Petri

Großvater Fuchs ist gestorben, und das Fuchskind ist traurig. «Wo ist Großvater Fuchs jetzt?», fragt es. «Ist er wirklich im Himmel? Wie sieht es dort oben aus? Geht es ihm gut? Weiß der GroßeLiebeFuchs im Himmel, dass er nichts Hartes mehr fressen kann und nicht mehr gut sieht? Und dass er so gern in der Sonne liegt?» Die Tiere im Wald geben Trost und überraschende Antworten.

*Dieses poetische, glänzend illustrierte Kinderbuch regt zum Nachdenken und Träumen an und zeigt, was die Religionen miteinander verbindet.*



Brigitte Werner: **Kleiner Fuchs, großer Himmel** | Mit farbigen Illustrationen von Claudia Burmeister. | 48 Seiten, gebunden | € 16,90 (D) | (ab 5 J.) | ISBN 978-3-7725-2793-7 | [www.geistesleben.com](http://www.geistesleben.com)

Brigitte Werner: **Kleiner Fuchs, großer Himmel. Ein Hörbuch** | Gelesen von Nina Petri. | Mit Musik von Sebastian Hoch. | CD, 45 Minuten Spielzeit | empf. LP € 12,90 (D) | (ab 5 J.) | ISBN 978-3-7725-2794-4



**Freies Geistesleben : Bücher, die mitwachsen**

Hörprobe!



# ■ Am Urquell sich erneuern

Am Vorabend zu Michaeli 1942, also am 28. September, notiert Etty Hillesum eine denkwürdige Begebenheit. Seit August 1942 lebt sie im niederländischen Durchgangslager *Westerbork* mit Hunderten weiterer Mitbürger jüdischer Herkunft. Und seit dem 9. März 1941 schreibt die Sieben- und zwanzigjährige Tagebuch. «Neun eng beschriebene Hefte in kleiner, schwer lesbarer Handschrift» hinterließ die studierte Juristin und an Psychologie und russischer Literatur Interessierte, wie der spätere Herausgeber der Tagebücher J. G. Gaarlandt mitteilt.

Am Vorabend zu Michaeli notiert Etty Hillesum also, dass «der flirtende Internist mit den melancholischen Augen» ihr sagte: «Sie leben geistig zu intensiv, das ist schlecht für Ihre Gesundheit, Ihre Konstitution kann das nicht verkraften.» Der Hinweis, ja der Vorwurf vielleicht, geht ihr lange nach. Schließlich befindet sie: «Er hat nicht recht. Es stimmt, ich lebe intensiv, wenn es mir auch manchmal wie eine dämonische und ekstatische Intensität vorkommt, aber ich erneuere mich von Tag zu Tag am Urquell, am Leben selbst, und ruhe mich von Zeit zu Zeit in einem Gebet aus.» Wie in eine Klosterzelle, mitten im Krieg und unter nationalsozialistischer Aufsicht, kann sie sich in ein Gebet zurückziehen und mit erneuerter Kraft und wiedergewonnener Ruhe weiter leben. Dank dieser Begebenheit zieht Etty Hillesum ein bemerkenswertes Fazit:

**«Es ist, glaube ich, gerade die Angst der Menschen, sich zu sehr zu verausgaben, die ihnen die besten Kräfte raubt.** Wenn man nach einem langen und mühseligen Prozess, der täglich weiterschreitet, zu dem Urquell in sich vorgedrungen ist, den ich einfach Gott nennen möchte, und wenn man dafür sorgt, dass der Weg zu Gott frei bleibt und nicht verbarrikadiert wird – und das geschieht durch «Arbeit an sich selbst» –, dann erneuert man sich immer wieder an der Quelle und braucht nicht zu befürchten, dass man seine Kräfte zu sehr verausgabt.»\*

Am 7. September 1943 wurde Etty Hillesum mit ihrer ganzen Familie nach Auschwitz deportiert – ihr Leben dort grausam beendet. Immer wieder aber haben geistig suchende und strebende Menschen empfunden, dass der Erzengel Michael der weisende unter den Engeln Gottes ist zu dem Urquell menschlicher Existenz und Schaffenskraft. Es ist ein glückliches Schicksal, dass wir an der Einsicht von Etty Hillesum teilhaben können.

Von Herzen grüßt im Michaeli-Monat,

*Jean-Claude Lin.*  
Ihr Jean-Claude Lin



Liebe Leserinnen,  
liebe Leser,

\* *Das denkende Herz. Die Tagebücher von Etty Hillesum 1941 – 1943.* Rowohlt Taschenbuch Verlag



«Wer den Lindy lernt, lernt auch eine Sprache, mit der man zu den schönsten Unterhaltungen fähig ist – nah und lebendig, ganz unabhängig von Landessprachen ... Egal, in welcher Stimmung man zum Tanzen kommt, man geht fröhlich wieder nach Hause.»

**Lindy Hop –  
Glück in Bauch und Beinen**  
augenblicke ab Seite 10

- 06** im gespräch | **Kunst «lesen» lernen ...**  
Yilmaz Dziewior im Gespräch mit Doris Kleinau-Metzler
- 10** augenblicke | **Lindy Hop – Glück in Bauch und Beinen**  
von Christian Hillengaß
- 16** geheimtipp | **Taschenhimmel**  
von Maria A. Kafitz
- 17** mama müller – es muss ja! | **Gebrauchskaninchen**  
von Birte Müller
- 18** thema | **Was heißt hier rein?**  
von Marie-Thérèse Schins
- 23** mensch & kosmos | **Mit dem Herzen eines Löwen**  
von Wolfgang Held
- 24** sprechstunde | **Latschen- und Zirbelkiefer  
Die Bergbewohner unter den Bäumen**  
von Markus Sommer
- 28** serie: werte der kindheit | **Seelennahrung**  
von Christiane Kutik

#### die weiteren seiten der zeit

editorial 03 | kalendarium 20 | am zeichentisch 26 | weiterkommen 27 | literatur für junge leser 30 | mein buntes atelier 31 | eine seite lebenskunst 33 | preisrätsel / sudoku 34 | ereignis 35 | suchen & finden 36 | ausblick / buchhandel 38

#### impressum

a tempo – Das Lebensmagazin  
der Verlage Freies Geistesleben und Urachhaus  
www.geistesleben.com | www.urachhaus.de

Herausgeber:  
Jean-Claude Lin

Redaktion:  
Jean-Claude Lin (verantwortlich)  
Maria A. Kafitz (& Layout)

Redaktionsanschrift:  
a tempo | Landhausstraße 82 | 70190 Stuttgart  
Tel.: 07 11 / 2 85 32 20 | Fax: 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  
E-Mail: woltmann@geistesleben.com

Ansprechpartner Buchhandel:  
Simone Patyna | Tel.: 07 11 / 2 85 32 32  
E-Mail: simone.patyna@geistesleben.com

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.

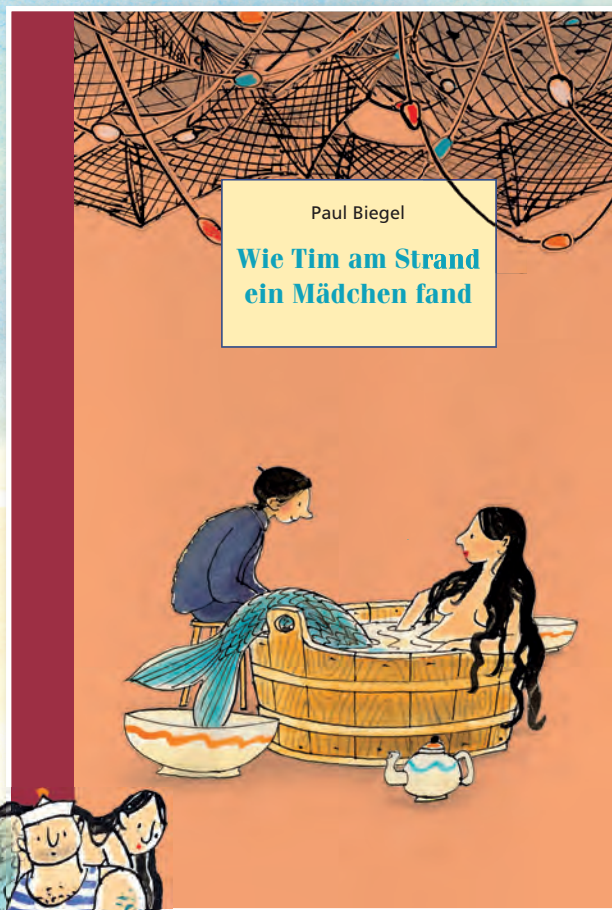
Abonnements:  
Antje Breyer | Tel.: 07 11 / 2 85 32 28  
E-Mail: antje.breyer@geistesleben.com

Druck: Körner Druck / Sindelfingen

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.

© 2015 Verlag Freies Geistesleben & Urachhaus GmbH

# Von einem, der auf keinen Fall *zur See* fahren wollte ...



Tim will auf keinen Fall zur See fahren, auch wenn alle anderen das tun: seine Eltern, Brüder und Schwestern. Als er zwölf Jahre alt ist, beschließt seine Mutter, er sei nun alt genug, allein zu Hause zu bleiben und auf das Haus aufzupassen. Das tut Tim – und nebenbei sammelt er nach Herzenslust Strandgut. Was er da nicht alles an Schätzen findet: ein Fernrohr, mit dem man in die Vergangenheit sieht, eine waschechte Meerjungfrau, eine Galionsfigur und ein rotzfreches Mädchen ...



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

Süddeutsche Zeitung

*Lesespaß pur, kunst- und humorvoll illustriert von Annemarie van Haeringen!*

Paul Biegel: **Wie Tim am Strand ein Mädchen fand** | Aus dem Niederl. von Ita Maria Neuer | Mit farb. Illustrationen von Annemarie van Haeringen | 158 Seiten, Halbleinen | € 16,90 (D) | (ab 8 J.) | ISBN 978-3-8251-7807-9 | Jetzt neu im Buchhandel! | [www.urachhaus.com](http://www.urachhaus.com)

Leseprobe!



**Urachhaus**

# Kunst «lesen» lernen ...

## Yilmaz Dziewior

im Gespräch mit Doris Kleinau-Metzler  
Fotos: Wolfgang Schmidt



Unser Alltag ist geprägt von Arbeit und Familie, Kunst ist meist kein Thema. Auch der Direktor des «Museum Ludwig» in Köln, Dr. Yilmaz Dziewior, kommt aus einer Familie, in der Kunst oder Museumsbesuche keine Rolle spielten. Doch als Schüler wurde seine Neugier für zeitgenössische Kunst entfacht. Nach dem Studium der Kunstgeschichte und der Tätigkeit als freier Kurator wurde er Direktor des «Kunstvereins» in Hamburg und ab 2009 des «Kunsthauses» Bregenz, bevor er nun seit Februar 2015 in Köln das «Museum Ludwig» (für die Kunst des 20. und 21. Jahrhunderts) leitet. Er will das Museum für neue Kreise öffnen, nicht zuletzt für Familien und Kinder – und ist offen für alle Fragen, wie zum Beispiel: «Wie kann ich ein abstraktes Gemälde eigentlich «lesen» lernen?» Oder: «Warum kosten manche Kunstwerke mehrere Millionen Euro?»

**Doris Kleinau-Metzler** | Herr Dziewior, wie hat sich Ihr Interesse an moderner Kunst entwickelt?

**Yilmaz Dziewior** | Mein Vater, der Türke ist, und meine Mutter, deren Familie aus Polen stammt, interessieren sich bis heute nicht für Kunst, aber ich hatte eine sehr gute Kunstlehrerin in der Oberstufe des Gymnasiums, die uns Schüler an die moderne Kunst herangeführt hat. Ich habe auch nicht verstanden, warum das Kunst ist, wenn wir beispielsweise über die Nachkriegskunst von Joseph Beuys gesprochen haben, seine Installationen, Fettecken usw. Doch während meine Mitschüler sich darüber lustig gemacht haben, fand ich das interessant; irgendetwas daran hat mich weiter beschäftigt ... In der 13. Klasse wusste ich dann, dass ich Kunstgeschichte studieren wollte. Während des Studiums habe ich gemeinsam mit anderen in einer Gruppe gearbeitet, die Ausstellungen mit zeitgenössischen unbekanntem Künstlern vorbereitete. Dabei habe ich gelernt, wie man die Werke am besten präsentiert und wie man die Öffentlichkeit auf Ausstellungen aufmerksam macht. Vor allem war und ist der Umgang mit den Künstlern für mich faszinierend. Bis heute finde ich es spannend, neuen Menschen zu begegnen – das ist ein wichtiger Motor meiner Arbeit.

**DKM** | Künstler – was sind das für Menschen?

**YD** | **Das Schöne an der Kunst ist für mich, dass sie keine eindeutigen Antworten gibt.** Wer ist Künstler? Es gibt Künstler wie Pablo Picasso oder Andy Warhol, die relativ jung Anerkennung gefunden haben und schon zu ihren Lebzeiten etabliert waren. Aber es gibt nicht dieses *eine* Modell, sondern Künstlerinnen und Künstler mit unterschiedlichsten Künstlerlaufbahnen – und vor allem unterschiedlichen Herangehensweisen, wie sie sich in ihrer Kunst ausdrücken wollen. Mit ihren verschiedenen Temperamenten, Charakteren und Themen. Das reicht von eher wild-emotional arbeitenden Künstlern bis zu intellektuell oder fast bürokratisch vorgehenden Künstlern (wie On Kawara, der systematisch nach demselben Schema ab 1966 über 2000 Bilder malte, *Date Paintings*). Das Spektrum ist riesig – und das macht die Arbeit so bereichernd für mich, denn der Kontakt mit Künstlern ist immer wieder ein Erlebnis.

Im Kunstfeld nehmen meist eher unkonventionelle Personen teil, die häufig einen sehr eigenen Zugang haben, wie sie die Welt sehen und sich damit auseinandersetzen. Beispielweise habe ich vor Kurzem mit Dahn Vó übers Internet geskyped, einem vietnamesischen Künstler, dessen Werke wir im Sommer im *Museum Ludwig* ausstellen. Er hat mir den Titel seiner Ausstellung geschickt. Als ich ihn las, verstand ich überhaupt nichts. Lange habe ich die Buchstaben angeschaut, dachte dann, es sei Vietnamesisch, habe es in eine Suchmaschine eingegeben, was alles nichts ergab – bis ich nach zehn Minuten sah: Wenn ich den Titel rückwärts lese, bedeutet es: «it is warm in the body». Dass ich das selbst erst nach längerer Zeit herausgefunden habe, hat mich innerlich viel stärker beteiligt, mich gefesselt, als wenn es mir jemand sofort gesagt hätte. Ähnlich kann auch Kunst auf den Betrachter wirken – sich langsam erschließend, unbewusst. Und doch auf das Bewusstsein zurückwirken.

**DKM** | Kann man als Laie, als Zufallsbesucher, der unsicher vor einem zeitgenössischen Kunstwerk steht – das ihn vielleicht befremdet –, so ein abstraktes Bild oder eine Installation irgendwie «lesen», verstehen lernen und etwas dabei erleben?

**YD** | Ja, sicher. Grundvoraussetzung ist, dass man eine Offenheit hat, sich auf das Dargestellte einzulassen – ohne zu denken: Ich muss jetzt etwas für meine Bildung tun oder möglichst viele Kunstwerke in einer Stunde anschauen. Die erste Ebene ist, dass ich genau hinschaue, was ich dort sehe. Ich sehe vielleicht so etwas wie eine Komposition, manche Farben und Formen sprechen mich an, andere rufen vielleicht widersprüchliche Empfindungen oder Abwehr in mir hervor. Genauso wichtig wie die Ebene der Farben und Formen ist das Thema der Arbeit. Häufig geht es um Inhalte, die uns alle berühren, wie zwischenmenschliche Beziehungen, Identität, Glaube. **Wenn der Inhalt mich anspricht und eine Form gefunden wurde, die über eine inhaltliche Aussage hinausgeht, dann weckt es mein weiteres Interesse.** Beispielsweise bei der amerikanischen Malerin Joan Mitchell, von der das *Museum Ludwig* ab November 2015 Gemälde ausstellen wird. Die Bilder sind sehr unterschiedlich, aber es gibt Bilder, da würden Sie wahrscheinlich auf die Frage, was Sie sehen, antworten: ►

- «Linien und Farbflecken». Ja, es sind keine Figurationen unmittelbar zu erkennen, aber wenn Sie sich auf die Betrachtung einlassen, auf die Art, wie die Pinselführung ist, welche Farben gegenübergestellt wurden, wie überhaupt mit Farbe als Material umgegangen wurde (manchmal dickteilig aufgetragen, manchmal mit krustiger Oberfläche, dann wieder glasierend und fast durchsichtig), dann merken Sie, dass durch die Art des Farbauftrags von der Komposition eine Stimmung erzeugt wird. Sie ist vielleicht ähnlich der, die Sie erleben, wenn Sie durch ein sonnendurchflutetes reifes Kornfeld gehen. Die Sinneseindrücke des Windes, des Lichtes auf dem Feld erleben Sie jetzt, wenn Sie auf das Bild schauen – ohne dass Sie es sich genau erklären können, wie das eigentlich passiert. Es ist nicht dasselbe, aber das Bild wirkt auf uns, wenn wir uns offen auf es einlassen. Sich auf eine andere Sprache als die gewohnte einzulassen, mit anderen Formen, wie jemand sich äußert, ist aus meiner Sicht sehr bereichernd.

**DKM** | In einem Gespräch in der Sendung «Zwischentöne» des *Deutschlandfunks* sprachen Sie im Zusammenhang mit Kunst davon, dass Ihnen im Moment zur Muße und Kontemplation wenig Zeit bleibe. Was meinen Sie genau damit?

**YD** | Muße bedeutet für mich eine Zeit des Rückzugs aus dem Alltäglichen. Der Arbeitsalltag eines Museumsdirektors sieht so aus, dass man von einem Treffen zum nächsten geht, sich darauf vorbereitet usw. Es ist sehr interessant, mit den unterschiedlichen Personen zu tun zu haben, aus der Verwaltung, mit potenziellen Sponsoren, mit Kunstsammlern, mit Künstlern und natürlich den Kolleginnen und Kollegen hier im Haus. Aber wenn es darum geht zu überlegen, was die nächsten Ausstellungsprojekte sein könnten, oder einen Text für den Kunstkatalog zu schreiben, dafür brauche ich Muße. Die nehme ich mir in der Regel am Wochenende – oder manchmal kommen morgens beim Frühstück gute Ideen. Auch zur Kontemplation, die nicht zweckgebunden ist, sondern bedeutet, sich ruhig in etwas zu versenken und intensiv damit auseinanderzusetzen, ist Muße notwendig. **Gerade dieses Nicht-Zweckgebundene ist das, was mit der Kunst einhergeht – und Offenheit voraussetzt und Entwicklung ermöglicht.**





## Yilmaz Dziewior



Auch ein Museumsbesuch beinhaltet dieses Element der Muße, denn es ist ein Herausziehen aus dem Alltag, indem man einen Raum betritt, der gezielt eine andere Art des Wahrnehmens ermöglicht. Unser Alltag ist in der Regel von vielen Sinneseindrücken und einem hohen Tempo geprägt (durch die Medien, die Arbeits- und Konsumwelt). Das Museum kann entschleunigen. Gleichzeitig werde ich auf einer anderen Ebene als der alltäglichen im Ausstellungsraum zu Formen und Themen hingezogen, die dennoch mit meinem Alltag, meinem Leben zu tun haben. Ein Beispiel ist die Pop-Art der 60er-, 70er-Jahre, die thematisiert, wie sich unsere Gesellschaft durch die Massenproduktion verändert hat, der Konsum alles prägt. Daraus ergeben sich ganz ursprüngliche Fragen, die uns alle berühren, wie beispielsweise: «Was ist eine Beziehung im Zeitalter des Konsums, der Massenmedien?» Aber es gibt kein «Muss» in der Kunst – **ich empfinde es als eine große Befreiung, das alles auch ganz anders sein kann.**

**DKM** | Warum kosten manche Kunstwerke Millionen Euro?

**YD** | Der Kunstmarkt ist aus meiner Sicht mit äußerster Vorsicht zu betrachten, gerade wenn es um Qualität geht, die Bestand hat. Die hohen Preise geben nicht unbedingt die Bedeutung oder Qualität eines Werkes wieder, sondern richten sich rein nach Angebot und Nachfrage. Das ist für einen Museumsleiter eigentlich nicht interessant. Aber durch hohe Versteigerungserlöse steigen die Versicherungswerte für Wechselausstellungen mit Werken von hochdotierten Künstlern, und diese Ausstellungen werden dann in den Medien und vom Publikum mit mehr Aufmerksamkeit bedacht.

**DKM** | Was sind Ihre Pläne?

**YD** | Mein Anliegen ist, unseren umfangreichen Sammlungsbestand mit den Kuratorinnen und Kuratoren unseres Hauses noch stärker ins Bewusstsein zu rufen; dazu gehört die Pop-Art, die russische Avantgarde, das große Picasso-Konvolut, die große Fotografie-Sammlung und auch Kunst aus Afrika, aus Lateinamerika und Asien, die Peter und Irene Ludwig schon sehr früh gesammelt haben. Weiter ist mir wichtig, bildungsferne Schichten verstärkt anzusprechen (zum Beispiel mit unserem *Art-LAB*, einem Raum für Familien mitten im Museum); wir arbeiten auch viel mit Schulen zusammen. Köln ist eine sehr heterogene Stadt, mit einem hohen Arbeiter- und Migrationsanteil, aber auch einem sehr engagierten Bürgertum, und bietet dadurch viele Möglichkeiten für die zeitgenössische Kunst. ■

Informationen zum **Museum Ludwig**, den laufenden und kommenden Ausstellungen und vieles mehr finden Sie unter: [www.museum-ludwig.de](http://www.museum-ludwig.de)

ERNA SASSEN

DAS HIER IST KEIN TAGEBUCH

## Wut im Bauch

«... lass mich die Stärke deiner Schmerzen spüren, dass ich mit dir trauern kann.»

Stabat Mater Dolorosa

Der Kurzschluss in Boudewijns Kopf kommt verspätet – Jahre nach dem Tag des großen Schocks. Was soll das bringen, wenn er auf Anordnung seines Vaters jetzt jeden Abend das *Stabat Mater* von Pergolesi hört und Tagebuch führt?

*Was kommt zutage, wenn sich der 16-jährige Boudewijn über seine gegenwärtige depressive Verfassung hinaus an die Vergangenheit vor und nach dem Selbstmord seiner Mutter erinnert? Manchmal nichts als maßlose Wut, riesengroße Angst, Verweigerung und Isolation. Aber immer öfter auch Verständnis, Humor und ein distanzierter Blick auf sich selbst.*

Erna Sassen: **Das hier ist kein Tagebuch**

Aus dem Niederl. von Rolf Erdorf.

183 Seiten, Steifbroschur | (ab 14 J.)

€ 17,90 (D) | ISBN 978-3-7725-2861-3

Jetzt neu im Buchhandel! | [www.geistesleben.com](http://www.geistesleben.com)

@ auch als eBook erhältlich



# Lindy Hop

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

## Glück in Bauch und Beinen

Vor den Fensterscheiben des Cafés wiegen sich die Bäume. Ein erster kalter Wind macht sich daran, den Sommer aus der Stadt zu fegen. Auch wenn noch nicht einmal der Herbst ganz da ist, streift mich eine sachte Vorahnung des Winters. Oder ist es eine Erinnerung an den letzten? Bei einem Schluck Kaffee träume ich mich zum Fenster hinaus, die Straßen hinunter. Ein paar Ecken weiter befindet sich die *Rosenau*, eine Lokalität im Stuttgarter Westen, an der mein Gedankenflug langsamer wird. Irgendwo in mir beginnt ein flotter Jazz zu klingen, der meine Knie zum Wippen bringt. Wie damals, als ich an einem dunklen Winterabend fröstelnd aus dem Auto stieg und mich der Leuchtschrift über dem Eingang näherte, von wo die Musik leise auf die Straße drang. Ich höre FrankyDoo's Worte wieder: «Im familienduseligen Vorweihnachtsrausch stolpern wir, hypnotisiert von zwei durchdringenden Fettaugen auf der winterlichen Suppe, in einen Zauberwald aus dichten Akkorden und seltsam glänzender Dunkelheit. Die Stimme Karolina Trybalas lockt uns mit ihrem Sirenenzauber in ein tanzendes Labyrinth aus plötzlichen Richtungswechseln, unvorhersehbarer Komik und vibrierender Wärme. Der Jazz gibt den Puls und der wird vorangetrieben von den *Jazzmadame All Stars*, die an diesem Abend die weit gereiste Gastsängerin begleiten ...»

FrankyDoo, der als Conferencier alter Schule durch die Nacht führte, hatte nicht zu viel versprochen. An jenem kalten Abend im Dezember waren an die 140 Tanzende seiner Einladung gefolgt und hatten die Temperatur zu den Klängen einer Liveband in die Höhe getrieben. Und plötzlich bin ich wieder mittendrin. **Draußen ist Winter. Drinnen ist Swing.** Die Band gibt ihr Bestes, Karolina Trybala maunzt, Paare wirbeln umeinander, Damen in kurzen Kleidern biegen die Knie bis zum Anschlag und zurück, Herren schlurften lässig ins Vergnügen – die Temperatur klettert noch mal um zwei Grad.

Nicht nur FrankyDoo hat sich in Schale geschmissen, auch seine Gäste sind stilvoll gekleidet. Hemden, Westen, Hüte, Federboas, Perlen, Charlestonkleidchen und aufwendig gelegte Frisuren, alles glänzt und wirbelt im Stil der *Roaring Twenties*, jener 1920er-Jahre, an deren Ende der Swing über den Atlantik in die Metropolen Europas schwappte und dort Kellerbars und Tanzpaläste flutete. ▶



► Das Epizentrum der Welle lag in den Schwarzenghettos der USA, insbesondere im New Yorker Stadtteil *Harlem*, wo der ungebändigte Jazz der Afroamerikaner mit europäischen Klang- und Harmonievorstellungen zusammenprallte. Dabei sprang die Kraft des rauen, improvisierenden und solodurchsetzten Jazz schwarzer Prägung auf große Tanzkapellen über, die ihn im Sinne der Orchesterdisziplin allerdings durch notierte Arrangements zügelten und mit mehr Melodie und Konstanz dem Verständnis weißer Ohren anpassten.

Ob nun schwarz oder weiß – das, was den Ohren da entgegen getragen, geblasen, gefetzt, gegrooved und geswingt wurde, war ein Jazz in ziemlich flottem Gewand: etwas glattgebügelt, aber immer noch verrückt genug – heiß, treibend, pulsierend, witzig, charmant und vor allem äußerst tanzbar! Big Bands wie die von Benny Goodman, Duke Ellington und Glen Miller schmetterten den Swing einem Tanzvolk in aller Welt vor die Füße, kleine Combos lockten mit Rhythmus und Humor aufs Parkett.

Es waren «jene Zeiten», so schrieb der tschechische Autor Josef Škvorecký über seine Jugend, «da der große Duke jenseits des großen Teiches die magische Formel geprägt hatte, in der eine Grundwahrheit unseres Jahrhunderts zum Ausdruck kam: **It Don't Mean A Thing If It Ain't Got That Swing ...**»

Aber bald auch «jene Zeiten, da die Soldaten mit ihren schnellen Panzerverbänden das Leben und die Freiheit von der Landkarte Europas radierten und wir vielleicht gerade darum so klar und

deutlich erkannten, was an Sinn und Bedeutung, Geschmack und Aroma, Freude, Fluch und Segen in jener zauberischen Wirklichkeit steckte, die wir Jazz nannten».

Für die Nationalsozialisten war der Jazz dagegen vor allem eines: «Negermusik», die aus dem Gleichschritt brachte. Insbesondere ärgerten sie sich über die «Swing-Jugend»: Jugendliche, die sich dem militärischen Einheitszwang von HJ und BDM entzogen, den Jazz auf ihr Grammophon und aufs Parkett legten und sich zum «Lottern» und «Hotten» in Parks, Cafés und Salons trafen. Die «Swing-Heinies», wie sie auch abschätzig bezeichnet wurden, nannten sich bald selbst so. Sie grüßten mit «Swing heil!» oder «Heil Hottler» und fielen durch britische Manieren und einen betont lässigen Kleidungsstil auf: zurückgegelte Haare, Hornbrille, Jimmyhosen, den Regenschirm auch bei Sonnenschein dabei und das karierte Sakko immer ein paar Nummern zu groß. Die Mädchen schminkten sich zu Damen, trugen Parfüm, rauchten lange Zigaretten und scherten sich wenig um das uniformierte Kernseifenideal des Hitlermädchens. Vor allem Töchter und Söhne aus dem Hamburger Großbürgertum setzten diesen Trend, der aber bald auch in anderen Städten und Schichten lebte.

«Der gewohnte Jazztänzer geht und steht immer mit elastisch-beugtem Kniegelenk!», wird in einer Nazi-Akte akribisch vermerkt. Von einer Veranstaltung im *Kaiserhof Altona* berichtet ein HJ-Spitzel im Februar 1940: «Der Anblick der etwa 300 tanzenden

Personen war verheerend. Kein Paar tanzte so, dass man das Tanzen noch einigermaßen als normal bezeichnen konnte. Es wurde in übelster und vollendetster Form geswingt.» Was sich heute eher amüsanter liest, war damals bitterer Ernst. Bespitzelung und Schikanierung nahmen zu, Razzien und Verhaftungen folgten. 1942 befahl SS-Chef Heinrich Himmler: «Alle Rädelsführer, und zwar die Rädelsführer männlicher und weiblicher Art, unter den Lehrern diejenigen, die feindlich eingestellt sind und die Swing-Jugend unterstützen, sind in ein Konzentrationslager einzuweisen. Dort muss die Jugend zunächst einmal Prügel bekommen und dann in schärfster Form exerziert und zur Arbeit angehalten werden.» Die Durchsetzung des Befehls und das Fortschreiten des Krieges sorgten dafür, dass der Jazz nur noch leise über die Wellen der «Feindsender» ins «Reich» drang oder heimlich auf privaten Partys gespielt wurde. Wer weitertanzen wollte, brauchte Mut oder eine gute Portion Leichtsinn.

Zeitsprung, Luftsprung: Günes landet wieder auf ihren Füßen, nachdem Marcus sie in einem Salto durch die Luft gewirbelt hat. Kess streckt sie den Arm aus, verdreht lustig die Augen und «swivelt» in ausladenden Schritten auf ihn zu, bevor sie wieder wie ein Jojo von ihm weg und zurück schnürt. In der *Rosenau* ist die Temperatur weiter geklettert. Irgendwo in der bunten, schwitzenden Menge kichert, quietscht und gluckst es. Anika Kopfüber und Thomas fegen mit einem Wippen herum, als hätten sie Gummibälle verschluckt, die der Takt der Musik auf und nieder drückt – der perfekte «Bounce». Sie haben den «Lindy Hop» in den Beinen, im Po, im ganzen Leib. Den «Lindy was»? ▶



## Eine faszinierende Biografie

Jahrelang kämpft May Chinn darum, als Ärztin arbeiten zu dürfen. Nach langem Ringen absolviert sie die medizinische Ausbildung am Harlem Hospital und startet schließlich ihre Karriere als erste farbige Ärztin New Yorks. Es beginnt ein Leben des leidenschaftlichen Kampfes für die Ärmsten der Armen in Harlem. Immer wieder setzt sie ihr eigenes Leben aufs Spiel, um andere zu retten, führt Operationen auf Küchentischen durch und kämpft darum, junge Mädchen vor einem Leben auf der Straße zu bewahren.

*«Ein mitreißender Roman, der das Leben einer faszinierenden Frau in den 1920er Jahren für uns lebendig werden lässt.»*

[www.weiberkraft.net](http://www.weiberkraft.net)

Kuwana Haulsey  
**Der Engel von Harlem**  
Die Lebensgeschichte der ersten farbigen Ärztin in New York  
Aus dem Amerikanischen von Dieter Fuchs  
416 Seiten, gebunden mit SU | € 22,90 (D)  
ISBN 978-3-8251-7698-3 | [www.urachhaus.com](http://www.urachhaus.com)



- Noch mal Zeitsprung, Atlantiksprung: zurück ins Epizentrum, ins New York der späten 1920er-Jahre. In Harlem ist der *Savoy-Ballroom* der Ort für Musiker und Tänzer. Hier gilt keine Rassentrennung, hier wird der «neue Swing» rauf und runter gespielt – und hier entwickelt sich ein ganz besonderer Tanzstil. Als Charles Lindbergh 1927 den Atlantik im Non-Stop-Flug überquert, titeln die New Yorker Zeitungen die Sensation: «Lindy hops the Atlantic». Der Legende nach wird an diesem Tag der begnadete Tänzer Shorty George Snowden nach ein paar spektakulären Hüpfen von einem Reporter gefragt, was er denn da tanze. «**I'm doing the Lindy Hop**», war die spontane Antwort.

Über zwei Jahrzehnte erlebte der Lindy Hop einen Höhenflug. Shorty George Snowden und sein ebenso legendärer Kollege Frankie Manning konnten ihre Leidenschaft – wie manch andere Hopper – zum Beruf machen, lebten vom Ruhm und zahlreichen Engagements. Dann, in der Zeit nach dem Zweiten Weltkrieg, ebte die Swingwelle ab. Rock 'n' Roll und Boogie spielten und tanzten sich in den Vordergrund. Manning musste seine Tänzerkarriere aufgeben und einen Job bei der Post annehmen. Einunddreißig Jahre arbeitet er dort, als er 1986 einen Anruf erhielt: «Are you Frankie Manning, the Swing-Dancer?» – «No, I am Frankie Manning, the Postman», soll die bescheidene Antwort gelautet haben. Eine Gruppe aus Schweden, die sich den Lindy Hop aus alten Filmen abschaute, hatte ihn ausfindig gemacht. Mit seinen 72 Jahren kam er ihrer Bitte nach, sie zu unterrichten, ging bei der Post in den Ruhestand und tanzte in den folgenden zwanzig Jahren nicht nur nach Schweden, sondern über die ganze Welt, um einer stetig wachsenden Fangemeinde den Lindy beizubringen.

Das Revival, das er und die Schweden anstießen, verbreitete sich wie ein fröhlicher Virus. Heute kann man zum Tanzen nach Paris, Budapest, Karlsruhe, Krakau, New York, Simferopol, Stuttgart Peking, Moskau oder sonstwohin reisen. Wer den Lindy lernt,

lernt auch eine Sprache, mit der man zu den schönsten Unterhaltungen fähig ist – nah und lebendig, ganz unabhängig von Landessprachen. Als ich für eine Reportage nach Sarajevo reiste und abends allein durch die unbekannte Stadt streifte, fand ich eine Bar, in der ein paar Studenten Swing tanzten. Während unsere Köpfe noch nach englischen Vokabeln suchten, um eine Konversation einzuleiten, begannen unsere Körper schon zu tanzen. Wir verstanden uns auf diese Weise bestens – es war ein sehr herzliches Willkommen.

Zum ersten Mal ist mir der Lindy an einem Frühlingstag in Freiburg begegnet, wo eine bunte Schar auf der Straße tanzte. So lustig und lebensfroh, dass ich sehr lange dastand und zusah. Es war ein Gefühl, als würde mir jemand einen charmanten Witz nach dem anderen ins Ohr flüstern und mich in eine fröhliche Welt aus Schönheit und Leichtigkeit entführen. Meine ganze Seele schmunzelte. Das wollte ich auch lernen. Und was ich schon beim Zuschauen fühlte, bestätigte sich beim Ausprobieren: Es macht sehr, sehr glücklich. Darin sind sich wohl alle einig, die es tun. **Egal, in welcher Stimmung man zum Tanzen kommt, man geht fröhlich wieder nach Hause.** So auch in jener Winternacht in Stuttgart, als ich am frühen Morgen wieder auf die Straße trat. Neben mir stand eine Tänzerin mit roten Wangen und demselben Glück im Blick, das ich auch fühlte. «Warum sollte ich noch in Diskotheken gehen, wo jeder für sich allein zappelt und die Musik nur mit Drogen schön klingt? So einen warmen Zauber erlebe ich woanders kaum mehr», meinte sie. Ja, so ein Zauber ...

Ich schrecke auf, als die Kellnerin neben mir steht und fragt, ob ich noch einen Wunsch habe. Draußen ist es schon fast dunkel, Regenschlieren hängen an der Scheibe. Ich bestelle die Rechnung, trete vor die Tür und schlage den Kragen meines Mantels hoch. Ja, der Winter wird unweigerlich kommen. Aber wenn er zu kalt und zu dunkel wird, tanzen wir einfach. ■



Informationen und Termine rund um Swing-Tanz sind zu finden unter: [www.swingscout.de](http://www.swingscout.de)

Was alles in der «Rosenau» in Stuttgart geschieht – von Poetry Slam über Kabarett bis zum Lindy Hop-Abend – erfährt man unter: [www.rosenau-stuttgart.de](http://www.rosenau-stuttgart.de)



# Taschenhimmel

von Maria A. Kafitz

Es geschieht nicht allzu oft, dass ich eine Literatursendung sehe und der kleine Ärger darüber, dass aus der Fülle an Büchern und Verlagen meist überall die Immergleichen vorgestellt werden, plötzlich verfliegt. Aber es geschieht! So auch jüngst in der Sendung *Druckfrisch*, als Denis Scheck die ihm häufig begegnende Aussage, dass man fürs Lesen keine Zeit habe, mit einem einzigen Satz widerlegte: «Wer keine Zeit für langfaserige Romane hat, soll Gedichte lesen, dafür braucht man oft nur ein paar Minuten – und trotzdem ist in ihnen alles enthalten, was in einem Menschenleben Platz hat.» Scheck schwärmte dann in der ihn auszeichnenden Art für die Gedichte von Emily Dickinson, die in einer Neuübersetzung erschienen sind. Mir kam beim freudig zustimmenden Zuhören in den Sinn, dass es jene Gedichte gibt, in denen ein ganzes Menschenleben Platz hat, und solche, die einen festen Platz in einem Menschenleben haben. In meinem gilt Letzteres für *Alles!* von Antonia Keinz. Dieser Text ist denen bekannt, die den Film *POEM* gesehen oder das Begleitheft dazu gelesen haben. Den anderen blieb er jedoch, da nirgends publiziert, verborgen.

Hinter diesem «Geheimtipp» schlummern zudem zwei «Geheimnisse». Eines verriet mir die Autorin: «**Einer meiner ersten «richtigen Jobs» nach dem Studium war «Gedichtesucherin» für den Film *POEM*. Ich setzte den Fuß in die Luft und sie trug** von Ralf Schmerberg. Ralf stellte mich ein, um die Gedichte für seinen Film zu suchen und das Drehbuch für die filmische Umsetzung zu schreiben. Der rote Faden war, dass verschiedene Gedichte verschiedene Lebensphasen/-stationen symbolisierten. Am Ende fehlte uns nur noch das Gedicht, mit dem der Film beginnen sollte. Ich suchte und suchte und brachte Ralf hundert verschiedene Gedichtvorschläge, aber keines gefiel ihm, um den Film damit zu beginnen. Und eines Tages sagte er zu mir: «Schreib du es!»

Sie hat es geschrieben – es ist bis dato ihr einziges Gedicht geblieben. Und doch hat Antonia Keinz, die für Film, Fernsehen, Werbung und Theater tätig war, drei Jahre in einem buddhistischen Kloster lebte und derzeit wieder in Berlin wohnt und arbeitet, mit *Alles!* einen Text formuliert, der seither einen festen Platz in meinem Leben hat. Denn – es gilt ja noch das zweite Geheimnis zu lüften – auf einem mittlerweile schon ziemlich zerknitterten Zettel trage ich dieses Gedicht immer und überall in meiner Tasche mit mir. Ab und an nehme ich es wieder zur Hand, und augenblicklich beginnt beim Lesen die Freude in mir zu tanzen ... Machen Sie sich doch auch auf die Suche nach einem Gedicht, das Sie als «Himmel in der Tasche» mit sich tragen können! ■

Den überaus lohnenswerten Film «*POEM – Ich setzte den Fuß in die Luft und sie trug*» gibt es auf DVD. Mehr über die aktuellen Aktivitäten von Antonia Keinz finden Sie unter: [www.impulsejetzt.com](http://www.impulsejetzt.com)

Alles!

Weite im Kopf  
Im Herzen Welten  
Die Füße auf der Erde  
Will ich in die Wolken

Mein Unglück  
unbeständig wie das Glück

Werfen möchte ich mich in diesen Wandel  
Tanzen und reiten im Augenblick

Könnten doch Alle, Alleallealle  
Glücklich sein!  
In allen Welten, zu allen Zeiten  
Jahrtausend Universen lang

Könnten doch Alle  
wie Nomaden wandern,  
wandernwandern  
immer weiterziehen

Vogel werden  
Himmel sein  
Schwimmend ein Meer  
frei und offen für Jeden

Aber immer gehen wir schlafen  
mit Gedanken an kommende Jahre  
glauben Alles, Allesallesalles sei für immer so!

Was würde mir fehlen ohne mein Leben?

Das Leben!  
Alles!  
Allesallesalles!

Könnten doch Alle,  
sich wie Blütensamen  
dem Wind anvertrauen  
frei von morgen und gestern  
wie Blitze in der Dunkelheit

Den Himmel in der Tasche



# Gebrauchs- kaninchen

von Birte Müller

Wenn es um das Wohl der eigenen Kinder geht, sind Eltern zu fast ALLEM bereit. Sogar dazu, sich einen Stall mit Kaninchen auf die Terrasse zu stellen. Auf jeden Fall haben wir das für Willi getan, obwohl alle Welt die Nase rümpfte und mich vorwurfsvoll mit dem Die-armen-Kaninchen-Blick anschaute. *Die armen Kaninchen*, was für ein Quatsch! Sie sind einfach Nutztiere, es sind «Gebrauchskaninchen». Wir sind doch überall umgeben von Produkten, die von Tieren stammen, die meisten Leute essen Tiere sogar auf – und dann soll es Tierquälerei sein, dass hier drei Kaninchen Blasmusik hören und ein behindertes Kind ab und zu gegen die Gitter haut? Nö, das sehe ich nicht ein.

Da wir fest entschlossen waren, die Kaninchen wieder zurückzubringen, falls sie uns keinen Nutzen bringen sollten (unsere Kaninchenpender sind jederzeit bereit, sie wieder in ihre Herde zu nehmen), versuchte ich, keine zu enge Bindung zu ihnen aufzubauen. **Ich nannte die drei von Anfang an konsequent nur «Fellbeutel» und nicht bei ihren richtigen Namen:** Alexandros, Bärbel und Hänsel & Gretel. Die Tiere sollten einzig dazu da sein, Willi zu erfreuen und zu beschäftigen. Und tatsächlich klappt das ganz wunderbar. Seit vier Monaten geht Willi nach der Schule immer sofort in den Garten und steckt ein Löwenzahnblatt nach dem anderen zu den Fellbeuteln hinein. Es ist das tollste Steckspiel der Welt. Man kann sich daneben setzen und einen Kaffee trinken und muss nur ab und zu frischen Löwenzahn pflücken. Aber den Rücken kehren darf man Willi trotzdem nicht! Kaum bin ich außer Sichtweite, versucht Willi die Kaninchen aus dem Stall zu ziehen oder selbst hineinzuklettern. Und für diese Art Gebrauch sind die Tiere dann doch nicht gedacht. Deswegen gleichen bei uns Stall und Außengehege so einer Art «Kaninchen-Guantanamo Bay!» Übrigens bin ich nicht sicher, wer geschickter ist: Willi beim Hineinkommen oder die



Fellbeutel beim Herauskommen. Auf jeden Fall habe ich, seit die Viecher bei uns sind, schon viel, sehr viel Zeit mit Einfangen verbracht ... Aber wiederum laaange nicht so viel wie Willi mit Füttern. Die Kaninchen amortisieren sich voll. Nur doof ist es, wenn sie satt sind. Willi hat beim Blätter-in-Karnickel-Stecken so viel Geduld, dass die armen Tiere in der Zeit, die er in der Schule ist, Diät machen müssen, sonst sind sie nicht hungrig genug. Übrigens haut Willi erst gegen den Käfig, wenn die Kaninchen nicht mehr fressen wollen. Sie mögen Willi trotzdem sehr; wann immer er auftaucht, hüpfen sie aufgeregt vorne am Gitter umher, denn sie wissen, dass ER der ganz große Futterspender ist. Ich wette, wenn sie Trompeten hören, haben sie schon Speichelfluss! Genau betrachtet beginnen die harten Zeiten für die Kaninchen immer nur dann, wenn Olivia und ihre Freundinnen mit ihnen spielen. Sie haben nicht länger als drei Minuten Spaß am Füttern vor dem Gitter, danach werden die armen Tiere in Puppenwägen gelegt, müssen im Zirkus auftreten und werden frisiert. Spätestens dann merke ich, dass es mit meinem Vorsatz, die Fellbeutel nicht zu sehr ins Herz zu schließen, nicht so gut geklappt hat, denn ich erlaube das den Mädchen nie lange – die armen Kaninchen! Aber ich könnte es vielleicht auch schon daran merken, dass ich beim Fernsehen jetzt oft statt in die Glotze lieber aus dem Fenster schaue, um unsere süßen Fellbeutelchen zu betrachten. Oder daran, dass ich ständig mit ihnen spreche? Egal, sie sind und bleiben Nutztiere – denn jemanden zum Reden zu haben ist ja auch von Nutzen. ■

Mehr über die ersten Jahre mit Willi und seiner Schwester Olivia erzählt Birte Müller in ihrem Buch «Willis Welt. Der nicht mehr ganz normale Wahnsinn» (ISBN 978-3-7725-2608-4; auch als eBook erhältlich); Infos zur Autorin und Illustratorin Birte Müller finden Sie unter: [www.illuland.de](http://www.illuland.de)

# Wege der Reinheit

von Marie-Thérèse Schins

Reinheit und Indien. Woran denkt man dabei? Diese Frage habe ich Schülern mehrfach gestellt. Die Antwort war oft: «Gibt es das überhaupt in Indien?» Auch ich hatte vor meiner ersten Reise nach Indien so wenig Ahnung. Nun, nach mehr als 20 Jahren Reisen durch diesen Kontinent, ist der Fluss Ganges für mich ins Zentrum der spirituellen und körperlichen Reinheit Indiens gerückt.

Anfänglich war es mein erster alter und weiser Yoga-Lehrer, der mit unendlicher Geduld die ersten Schritte zu den *Asanas* (Körperhaltungen) im *Hatha-Yoga* lehrte. Nichts begriff ich von all den anstrengenden Körperhaltungen aus dem 10. Jahrhundert, die das Ziel haben, durch *Pranajamas* (Atemkontrolle) zur inneren Reinigung zu führen. Zwei weitere Lehrer führten mich auf den Weg der spirituellen Reinigung durch Meditation. In der Grundstruktur des *Yantra* (Diagramm), das als Hilfe für die Meditation genommen wird, steht der optische Mittelpunkt *Bindu* (Punkt) für die Quelle der Schöpfung. Intensive, körperliche Behandlungen der uralten indischen Medizin *Ayurveda* öffneten mir zudem eine neue Tür zur Reinheit in Indien.

Während ich diese Sätze schreibe, tauchen andere Reisebilder auf. Bilder aus dem alltäglichen Leben der Menschen in Indien, die für sich und in ihrer Welt eine eigene Reinheit ausüben ...

Ein alter Mann geht Schritt für Schritt gelassen neben seiner mageren Kuh zu einem kleinen See. Er führt sie langsam in das sich kräuselnde Wasser, auf dem weiße Seerosen dümpeln. Im Licht der untergehenden Sonne öffnet er sein Lendentuch, taucht es ins schimmernde, rosafarbene Wasser ein und legt das feuchte Tuch auf den Widerrist der Kuh. Mit behutsamen Bewegungen fängt er an, das Tier und später sich selbst zu waschen.

Mit einem einheimischen Boot bin ich am frühen Morgen auf den Kanälen im Norden von Kerala unterwegs. Der altersschwache Motor stottert und protestiert hin und wieder leise. Im Palmenwald treten die Dorfbewohner aus ihren Hütten und Häusern in die noch klare, frische Morgenluft. Vorsichtig gehen sie vom Ufer aus ins ruhige Wasser. In Tücher gewickelt baden sie andächtig und scheinen ganz versunken in ihre Rituale.

Am Ende des Flussbetts ziehen kreischend Vögel ihre Runden über den Fischern, die sich ausruhen. Sie teilen sich *Toddy*-Schnaps und

schreien mir mit rauhen Stimmen Worte zu, die ich nicht verstehe. Ungläubig starre ich auf sie und auf die Müllberge, die sich überall ausgebreitet haben wie riesige, beängstigende Krebsgeschwüre. Es riecht nach Menschenkot, Fäulnis und Verwesung. Nur wenige Minuten brauche ich für dieses Bild einer enthüllenden Zeitenwende, einer zerstörenden Apokalypse meines Indienbildes über Reinheit.

In der kniehoch überschwemmten Stadt nach dem Monsunregen taste ich mir den Weg zu einer Hochzeitsfeier und hoffe, nicht in irgendeines der vielen Schlaglöcher zu treten. Ich möchte die Einladung zur Hindu-Hochzeit nicht verpassen. Der Festsaal liegt auf einem kleinen Hügel. Die Gäste klettern fröhlich schnatternd zum geschmückten Eingang. Von einer Frau neben mir erfahre ich, dass es Einschränkungen bei den Einladungen gibt. Alle, die ihre Menstruation haben, schwanger sind, Fleisch gegessen oder Alkohol getrunken haben, sollen nicht an der Hochzeit teilnehmen, weil sie rituell als unrein gelten. Das gilt auch für Ehepaare, deren Kind jünger als vier Wochen ist und für Trauernde auf Zeit. Die Braut lässt am Tag vor der Hochzeit rituelle Reinigungen über sich ergehen. Kurz vor der Trauung sieht sie noch einmal in einen Spiegel. Sie ist sich bewusst, dass sie in der kommenden Nacht ihre Reinheit und ihre Familie verliert und Eigentum der Familie des Bräutigams wird. Der erste Hochzeitssari, den sie an diesem Tag trägt, hat die Farbe weiß, die Farbe der Reinheit. Während der Zeremonie legt sie ihre Hand in die des Bräutigams. Die Hände werden mit einem weißen Schal bedeckt. Danach kleidet sich die Braut in einen roten Sari. Rot, die Farbe der Fruchtbarkeit.

Varanasi (auch Banaras genannt) ist die hinduistische Nachbarstadt von Sarnath. Es ist die Stadt von Shiwa, dem Gott der Reinigung und Zerstörung, am heiligen Fluss Ganges und Buddhisten ebenfalls heilig.



Foto: Am Ufer des Ganges | © Marie-Thérèse Schins

# Sich selbst entdecken

Karl-Dieter Bodack

## Sich selbst entdecken – Andere verstehen

Schritte zu Selbstentwicklung  
und erfolgreicher Zusammenarbeit

Karl-Dieter Bodack:

***Sich selbst entdecken – Andere verstehen***

190 Seiten, 20 Abb., geb., 18,- Euro

ISBN 978-3-8440-3598-8

im Buchhandel oder

portofrei vom Shaker Verlag, Aachen

Tel.: 0 24 07/95 96-0 | Fax: 0 24 07/95 96-9

**Ein «Wegweiser», der Sie zu Ausblicken und Einblicken in die eigene Seele und Ihr Ich-Selbst führt – mit dem Ziel, dass Andere Sie besser verstehen und dass Sie erfolgreicher mit Anderen zusammen wirken und arbeiten.**

**«Landkarten» sind Rudolf Steiners Einsichten und Vorschläge, vor allem zur sogenannten «sozialen Dreigliederung»; hier im Zusammenhang mit aktueller Philosophie und Sozialwissenschaft: Abraham Maslow, Ken Wilber, Marshall B. Rosenberg.**

*Aus dem Inhalt:*

- Die «Drei» erleben und verstehen
- Ich und Selbst entdecken
- Das sogenannte «Böse»
- Gemeinsamkeit schaffen
- Rechtsverhältnisse gestalten
- Gemeinschaftlich leben und arbeiten
- Die Märchen Goethes und Endes als Spiegel unserer Arbeitswelt
- *Stellt Euch dem Bösen nicht entgegen*
- Niedergang verhindern
- Heilung schaffen ...

Vor sieben Jahren streifte ich mit Yajantha, einem jungen Journalisten, vor Sonnenaufgang durch die engen, noch stillen Gassen der mittelalterlichen, spirituellen Hauptstadt Indiens: Varanasi. Wir waren unterwegs zum Gangesufer, um dort mit gläubigen, badenden Pilgern die aufgehende Sonne zu begrüßen. Zum ersten Mal würde ich die Verbrennung von Verstorbenen am Ufer des Ganges erleben. Flammen und Rauchschwaden des ewigen Feuers in Varanasi trug ich sieben Jahre lang in mir herum. Nun bin ich nach einigen Tagen in Delhi wieder am Ganges. Fern von Glitzerboulevards und Prachtpromenaden Delhis, wo in Nebenstraßen und Slums Menschen und Familien zwischen Müllbergen ihr Zuhause haben, wo die tiefe Kluft zwischen Arm und Reich rasant und unaufhaltsam steigt. Nach sieben Jahren stehe ich neben Yajantha hoch über der Shiwa-Stadt auf der Terrasse meines Guest-House mit atemberaubendem Blick auf die bunte Dächerlandschaft und den glitzernden Fluss Ganges. Yajantha ist Brahmane und inzwischen verheiratet mit einer Frau aus einer niedrigeren Kaste. Er hält nichts von der Einteilung nach ritueller Reinheit und Aufgabenbereich.

Durch Yajantha begreife ich, dass die indische Kultur der Reinheit so weitgreifend, so umfassend, so unbegreiflich für mich bleiben wird, dass ich auf der Dachterrasse am heiligen Fluss entscheide, mich von ihm durch diese Stadt des ewigen Lichts (*Kashi*) führen zu lassen. Fünf Tage lang glaube ich, an seiner Hand durch Bilder von Hieronymus Bosch zu gehen. *Sadhus*, heilige Männer, die wie mittelalterliche Gaukler aussehen, überall Bettler, spielende Kinder, die am Rand der Verbrennungsorte für obere und untere Kasten spielen und ihre Drachen steigen lassen, Sterbende, mitten auf der Straße. Kühe, deren Hörner mit gesegneten Blumengirlanden geschmückt sind, trommelnde Priester im gleißenden Kerzenlicht bei reinigenden Abendritualen am Flussufer: **Himmel und Hölle sind überall und gleichzeitig da.** Die Symbolik und Tragweite der Bilder von Bosch sind allgegenwärtig an diesem rätselhaften, geheimnisvollen Ort der Verneigung vor der Göttin Ganga. Dort spielt am frühen Morgen zwischen zerfallenen Palästen und bröckelnden Fassaden das Kastenwesen im Wasser keine Rolle mehr. An den fünf wichtigsten *Ghats*, den Badeplätzen, wird der Kern des klassischen Reinigungs-Zyklus zelebriert. Einige Schritte weiter baden dennoch «Unberührbare» ihre Verstorbenen noch einmal im Gangeswasser. Wenn die Toten sich im Radius von fünf Meilen des *Panchakroshni*-Tempels befinden, gibt es für die Seele die Chance, ins *Nirvana* zu kommen.

In Indien habe ich gelernt und akzeptiert, dass Religion und Wissenschaft dort zwei Wege auf der großen Suche nach der Erleuchtung sind. Dass die Zeit weder einen Anfang noch ein Ende hat und es somit nicht nur einen einzigen Schöpfer gibt. Und dass ein anderes Verständnis als unseres für das Göttliche und die Reinheit praktiziert wird. ■

Mehr über die Autorin Marie-Thérèse Schins, ihre Bücher und Reisen ist zu erfahren unter: [www.marie-therese-schins.de](http://www.marie-therese-schins.de)

# Andere verstehen

# September

## Liebesgedicht einer Kirchenräuberin

und ich habe meinen Sebastian  
gesehen – die Pfeile waren  
nicht aus Metall

nein  
nein  
nein  
ich lese deinen Roman  
nicht weiter  
der ist sowieso nicht für  
mich geschrieben

den Salbei erntet man  
im weißen Hemd  
und darf kein Metall  
an sich haben  
den Geliebten reißt man aus  
der Erinnerung  
im schwarzen Hemd  
und braucht eine Seele  
aus Eisen

Helga M. Novak  
\* 8. September 1935 in Berlin-Köpenick  
† 24. Dezember 2013 in Rüdersdorf

Liebesgedichte  
Herausgegeben von Silke Scheuermann  
Schöffling & Co., Frankfurt am Main 2010

SO 30  
22. Woche nach Ostern

☉ 05:31 / 19:13  
☾ 19:28 / 06:16

MO 31 August  
KW 36  
☾ ☿ 17<sup>h</sup>

In England ges. Bankfeiertag

DI 01  
☾ ☿ 6<sup>h</sup>  
1715 Ludwig XIV. †, König von Frankreich (\* 05.09.1638).  
1939 Beginn des Zweiten Weltkrieges.

MI 02  
1965 Johannes Bobrowski † in Berlin, Dichter  
(\* 09.04.1917 in Tilsit).

DO 03

FR 04  
☾ ☿ 11<sup>h</sup>, ☿ größte östliche Elongation  
1965 Albert Schweitzer † in Lambaréné / Gabun, dt.-franz.  
Arzt, evang. Theologe, Organist, Philosoph und Pazifist  
(\* 14.01.1875 in Kaysersberg bei Colmar).

SA 05  
☉ Letztes Viertel

Nathanael, der «rechte Israelit, in dem kein Falsch ist»

SO 06  
23. Woche nach Ostern

☉ 05:42 / 18:58  
☾ 23:55 / 14:48

MO 07  
KW 37

DI 08  
Vor 66 Jahren (1949) starb der dt. Komponist Richard Strauss  
(\* 11.06.1864)

MI 09  
9 Armin der Cherusker besiegt Varus im Teutoburger Wald

DO 10  
☾ ☿ 8<sup>h</sup>, ☾ ☿ 21<sup>h</sup>

FR 11  
2001 Terroristischer Anschlag auf die zwei Türme  
des World Trade Center in New York City

SA 12  
☾ ☿ 5<sup>h</sup>

«Das ist eigentlich unsere einzige moralische Aufgabe: sich selbst  
große Flächen urbar zu machen für die Ruhe, für immer mehr  
Ruhe, sodass man diese Ruhe wieder auf andere ausstrahlen kann.  
Und je mehr Ruhe in den Menschen ist, desto ruhiger wird es auch  
in dieser aufgeregten Welt sein.»

Etty Hillesum, am 29. September 1942 in ihrem Tagebuch während ihrer Internierung im Arbeitslager Westerbork notiert.  
Am 7. September wurde Esther Hillesum, die am 15. Januar 1914 in ein «liberales, intellektuelles, religiös nicht mehr gebundenes  
jüdisches Milieu hineingeboren wurde», mit ihrer Familie aus dem niederländischen Westerbork nach Auschwitz deportiert.

Etty Hillesum, Das denkende Herz der Baracke  
Die Tagebücher 1941 – 1943. Aus dem Niederländischen von Maria Csollány. Verlag Herder, Freiburg im Breisgau, 2014.

**SO 13**

24. Woche nach Ostern  
● Neumond 07:41, partielle Sonnenfinsternis

☉ 05:53 / 18:42 Erew Rosch ha Schana,  
☾ 05:58 / 18:41 Vorabend des jüdischen Neujahrs 5776

**MO 14**

KW 38  
1515 Die Schweizer Eidgenossenschaft erklärt sich  
«auf ewig» für neutral.

Rosch ha Schana,  
Jüdisches Neujahr 5776

**DI 15**

☾ ☿ 12<sup>h</sup>

**MI 16**

1915 Haiti wird Protektorat der USA

**DO 17**

☿ ☼ Sonne tritt in das astronomische Sternbild Jungfrau.

**FR 18**

**SA 19**

☾ ☿ 5<sup>h</sup>  
1865 Rosetta Sherwood Hall \* in Liberty/N.Y. Ärztin,  
Pädagogin, und Missionarin. In Korea widmete sie sich insb.  
den Blinden und Tauben († 05.04.1951).  
1985 Italo Calvino † in Siena, ital. Schriftsteller  
(\* 15.10.1923 in Santiago de las Vegas / Kuba).

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

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

**SO 20**

25. Woche nach Ostern

☉ 06:04 / 18:26  
☾ 13:06 / 22:13

**MO 21**

KW 39  
● Erstes Viertel  
1415 Friedrich III., \* Kaiser des Heiligen Römischen Reiches  
Deutscher Nation († 19.08.1493).

Matthäus, Apostel u. Evangelist

**DI 22**

**MI 23**

Herbst-Tagundnachtgleiche 09:21  
☼ Sonne tritt in das astrologische Tierkreiszeichen Waage.  
Beginne mit der Monatstugend «Zufriedenheit – wird zu  
Gelassenheit.»

Jom Kippur

**DO 24**

**FR 25**

☾ ♁ ♁ 5<sup>h</sup>, ☾ ♁ ☽ 22<sup>h</sup>

Kleophas, Jünger von Emmaus

**SA 26**

☾ ♁ 13<sup>h</sup>  
1945 Béla Bartók † in New York, ungar. Komponist  
(\* 25.03.1881 in Groß-Sankt-Nikolaus / Nagyszentmiklós,  
Österr.-Ungarn)

**Henri Matisse**  
\* 31. Dezember 1869 in Le Cateau-Cambrésis  
† 03. November 1954 in Cimiez

Plakat Nice Travail & Joie mit dem Bildmotiv  
Nature morte aux grenades, 1947  
Stilleben mit Granatäpfeln  
Lithographie, 24 x 15,5 cm  
© Succession H. Matisse / VG Bild-Kunst, Bonn

**SO 27**

26. Woche nach Ostern

☉ 06:15 / 18:10  
☾ 17:54 / 05:06 Cosmas und Damian, Ärzte im 6. Jhdt.

**MO 28**

KW 40  
○ Vollmond 03:51, ☾ ☿ 12<sup>h</sup>, totale Mondfinsternis

Sukkot / Laubhüttenfest 1. Tag

**DI 29**

1015 Bernward von Hildesheim weiht die Michaeliskirche  
in Hildesheim.

Michaelitag  
Sukkot / Laubhüttenfest 2. Tag

**MI 30**

☿ untere ☾ ☉ 16<sup>h</sup>  
1985 Simone Signoret †, eigentl. Simone Henriette  
Charlotte Kaminker, franz. Schauspielerin und Schrift-  
stellerin (\* 25.03.1921 in Wiesbaden). Für ihre Rolle in  
dem Film «Der Weg nach oben» erhielt sie einen Oscar.  
1951 heiratete sie Yves Montand.

Redaktion: Lin





# Das große Buch vom *kleinen Volk*



Versteckt in Wurzeln und hinter Kristallen gehören sie zum Kindsein wie Feen und Ritter: die Zwerge. So vielfältig wie die Orte, an denen sie sich tummeln, so vielfältig sind auch ihre Erscheinungsformen. Sybille Adolphi begleitet das «kleine Volk» seit Kindertagen – nun hat sie ihnen ein Buch voll kreativer Ideen gewidmet, damit die Pilzzwerge Goddi, Gorin und Gottri oder die Hauszwerge Samu und Ilmar mit ihren zahlreichen anderen Freunden durch Kinderzimmer huschen und Klein und Groß erfreuen können.

*Mit den zahlreichen Anleitungen von Sybille Adolphi lassen sich auf vielfältige Weise Zwerge und ihre Häuser stricken, filzen und nähen. – Ein Buch für alle kreativen Familien und Kindergärten.*

**Freies Geistesleben : Ideen für ein kreatives Leben**

Sybille Adolphi: **Kreatives aus dem Zwergenreich** | Mit Fotos von Ulrike und Jürgen Pfeiffer. | 192 Seiten, durchg. farbig, geb. | € 19,90 (D) | ISBN 978-3-7725-2747-0 | Jetzt neu im Buchhandel! | [www.geistesleben.com](http://www.geistesleben.com)



# Mit dem Herzen eines Löwen

von Wolfgang Held

Eine Konstellation passend zum Fest – so könnte man die besondere Zusammenkunft der drei Planeten Ende September überschreiben. Es beginnt mit dem Aufstieg von Mars. Schon im August hat man den roten Planeten am östlichen Horizont in der Morgendämmerung entdecken können. Tag für Tag stieg er etwas höher. Ende August folgte Venus. Zügig wanderte auch sie über den morgendlichen Horizont, sodass ab Anfang September die beiden planetarischen Nachbarn der Erde am Osthimmel stehen. Gerade in dem Moment, in dem beide Planeten die gleiche Höhe erreicht haben, stellt sich die Mondsichel zwischen sie. Es scheint, als würden sie der Mondsichel ein Tor eröffnen, so wandert die Sichel zwischen den Planeten am 10. und 11. September hindurch.

Es zeigt sich so ein Himmelsbild, das irdischen, menschlichen Gefühlen gut vertraut ist. **Eine Begegnung wird zum Tor für etwas Drittes, das sich in die Gemeinschaft zu senken vermag.** Doch diese malerische Konstellation ist nur das Vorspiel zur eigentlichen Versammlung. Denn nun steigt ein weiterer Planet aus dem Sonnenkreis am Morgenhimmel empor. Mit Glück kann man Jupiter als Dritten im Bunde schon am 10. September links unterhalb des Tores von Mars und Venus entdecken.

Was nun folgt, ist eine besonders regelmäßige Choreografie, denn in der letzten Septemberwoche stehen die drei Planeten in gleichem Abstand zueinander über der östlichen Landschaft. Mars, als der Mittlere der drei Wandler, steht direkt bei Regulus, dem Hauptstern des Löwen. Dieser Stern, der im Tierkreis als das Herz gilt, bildet den stellaren Hintergrund. Es ist tatsächlich eine Löwenkonstellation, die sich in den Tagen des Michaelifestes (29.09.) ereignet.



Der Erzengel Michael, der mit diesem Fest angesprochen wird, besitzt im Kreis der Erzengel besondere Eigenschaften. Wird dem Erzengel Gabriel beispielsweise die Fähigkeit zugesprochen, die Tradition zu überliefern und Wirklichkeit werden zu lassen, und ist es deshalb gerade dieser Erzengel, der den Hirten die Botschaft verkündet, so werden dem Erzengel Michael vor allem die drei umfassenden Eigenschaften Güte, Stärke und Weisheit zugesprochen. Als wissender, als kämpfender und als liebender Erzengel findet man ihn deshalb auf den vielen Abbildungen in der christlichen Tradition wieder.

Interessanterweise sind es genau diejenigen Planeten, die für diese «michaelischen Tugenden» stehen: Venus repräsentiert die Güte, die Liebe, Jupiter wird seit der Antike als Träger der Weisheit verstanden, und Mars gilt als der tätige, kämpfende Geist. Diese drei Planeten als Vertreter der michaelischen Tugenden versammeln sich nun zum Fest des Michael am Herzstern des Tierkreises. Es wird wohl erst der konkrete empfindende Anblick dieser Konstellation beantworten können, ob das Bild, das sich durch die Läufe der Planeten Ende September fügt, tatsächlich etwas mit diesem geheimnisvollen Erzengel Michael zu tun hat. Man kann diese Konstellation auch so lesen: Wenn der Wille (Mars) sowohl die Güte (Venus) als auch die Erkenntnis (Jupiter) in sich trägt, dann scheint in diesem Willen als eine Sternenformation das Herz des Löwen auf. ■



# Latschen- und Zirbelkiefer

## Die Bergbewohner unter den Bäumen

von Markus Sommer

Als Bewohner der Ebene kann ich mir an einem freien Tag im Spätsommer und Herbst nichts Schöneres vorstellen, als «in die Berge» zu gehen. Es ist zwar etwas anstrengend, wenn es steil hinaufgeht. Die ersten Stunden wandert man ja meist noch im schützenden Wald, aber irgendwann ist die Waldgrenze erreicht, jetzt tritt man ins Freie und damit in eine Welt von Sonne und Licht – zumindest wenn man Glück mit dem Wetter hat. Ab jetzt bieten sich immer wieder freie Blicke auf majestätische, schroffe Gipfel und ins grüne Flachland, das sich in der Tiefe weit erstreckt. Auf den Weiden, die nun folgen, wächst manche typische Gebirgspflanze. Freudig werden Silberdistel und Enzian, Kugelblume, Soldanelle und Wundklee begrüßt. Aber auch auf Bäume muss der Wanderer noch nicht ganz verzichten. Fast immer tragen sie jetzt Nadeln, auch wenn die eine oder andere Eberesche mit ihren roten Beeren und sich von ersten Nachtfrosten ebenfalls rötlich färbenden, fiedrigen Blättern noch zu finden ist. **Vor allem aber sind es zwei Kiefernarten, die man bis weit über 2000 Meter über Meereshöhe hinauf immer wieder sieht** (und manchmal gar bis 2700 Meter!). Sie könnten gegensätzlicher kaum sein: die hoch aufragende Zirbe, die oft zu einzigartig individueller Gestalt findet (*Foto oben rechts*) – und die niedrigen, manchmal fast polsterartigen Bestände der Latsche, die auch Latschenkiefer, Legföhre oder etwas unfreundlich «Krüppelkiefer» genannt wird (*Foto links*).

Beide Bäume gehören zu den Kiefern, von denen es in den subpolaren Zonen von Amerika bis Japan und in den Gebirgen eine ganze Menge verschiedener Arten und manchmal schier unendlich scheinende Wälder gibt. Die Zirbe reckt ihre Äste weit in den blauen Himmel und laue Lüfte wie heftige Stürme wehen und rauschen durch sie hindurch. Tatsächlich hört man unter diesen Bergriesen unter den Kiefern immer ein charakteristisches Säuseln und Rauschen – es erinnert meine Frau immer an die Laute,

welche die Kiefern auf der Insel im Oslofjord verursachten, wo sie in Kindertagen ihre Ferien verbrachte. Aber natürlich «singen» die Zirben – oder Arven, wie sie in der Schweiz genannt werden – auch in den Bergen, und *Das Lied der Arve*, ein zu Herzen gehendes, wunderbares Buch von Edda Singrün-Zorn, hat von diesem Gesang seinen Titel erhalten. Es handelt von einem in den Bergen geborenen Menschen und wie er seine ganz eigene Bestimmung in der und für die Welt findet.

Das Zirbenholz ist wegen seiner rötlichen Farbe und seinem feinen Duft beliebt, und in Betten, die aus ihm gefertigten werden, soll man besonders erholsam schlafen. Es wird ja behauptet, dass Gespräche im feinen Bergduft zirbengetäfelter Räume besonders harmonisch verlaufen sollen – darüber, dass es aber um solche (heute sehr kostspieligen!) Räume dennoch Streit zu geben vermag, hätte ein ehemaliger Ministerpräsident Bayerns ein sicher weniger fröhliches Lied singen können. Seine Idee, seinem Amtssitz eine «Zirbelstube» einzufügen, hat keine ungeteilte Begeisterung im Land gefunden und u.a. zu seinem vorzeitigen Abgang aus der Politik beigetragen.

Die scheinbar so krüppelhaften Latschen(kiefern) oder Legföhren bestechen zwar nicht durch eine eindrucksvolle Gestalt, ich bin ihnen aber sehr zugetan, weil ihr warmer, harziger Duft, den die Bergsonne aus ihnen hervorlockt, für mich ein unverzichtbarer Bestandteil einer gelungenen Bergwanderung ist. Mir scheint er immer wie eine Belohnung für den anstrengenden Aufstieg – und im Halbschatten der ein, zwei Meter hohen Latschen zu liegen und die mitgebrachte Brotzeit zu verzehren ist eine ideale Erholungsmöglichkeit. In ihrer Art sind die Latschen gewiss nicht weniger imposant als die Zirben. Latschen können noch auf Steilhängen wachsen, auf denen kein anderer Baum mehr seine Wurzeln ins Gestein zu krallen vermag. Die biegsamen Latschen ducken sich an





Fotos: Markus Sommer / Anne Sommer-Solheim

solchen Orten unter der Gewalt im Winter abgehender Lawinen und richten sich unbeschadet wieder auf, wenn diese über sie hinweggerollt sind, während jeder andere Baum zersplittern würde. Gleichzeitig bremsen die Nadelzweige der Latschen aber auch wie emporgestreckte Bürsten die Macht des Schnees, und ihre Wurzeln verankern brüchiges Gestein. So bilden die Latschen den wirksamsten Schutz für im Tal liegende Hütten und Häuser. Wo sie verschwinden, wird es für die Talbewohner gefährlich.

Man muss aber nicht unbedingt in Bergeshöhen klettern, um Freude an Latschenwirkungen zu empfinden und ihre Kraft zu erfahren. Seit Jahrhunderten wird in den Alpen (aber auch in den Karpaten und gewiss in vielen anderen Bergregionen) aus Latschenzweigen durch Wasserdampfdestillation ätherisches Latschenkiefernöl gewonnen. Wenn im Winter die Bergeshöhen tief verschneit sind und man eher in der Sauna als in den Bergen Erholung und Durchwärmung sucht, leitet der Saunameister einen Aufguss oft mit den Worten ein: «Heute habe ich Ihnen etwas ganz Klassisches mitgebracht» – und dann durchzieht der Duft, der Monate zuvor auf Berggipfeln wehte, die heiße Luft. Manchmal murrst ein Saunagast dann etwas, weil ihm dieser Duft zu wenig originell scheint, denn schon sein Großvater wurde mit «Franzbranntwein» eingerieben, um die Schmerzen in Rücken und Gelenken zu lindern. Mir ist Latschenkiefernduft, auch in der Sauna, zwar hundertmal lieber als der von «Wildkirsch», «Cassis», «Menthol» (aus der Chemiefabrik) oder gar «Weißbier», aber über Geschmack zu streiten ist ja bekanntlich wenig fruchtbar ... Tatsächlich wirken Latschenkieferzubereitungen durchblutungsfördernd, entspannend und schmerzlindernd für Muskeln und Gelenke. Und dass die Welt sinnvoll eingerichtet ist, sieht derjenige sofort ein, der seinen aus den Bergen mitgebrachten Muskelkater mit Latschenkiefernöl wirksam behandelt, das in denselben Bergen gebildet worden ist.

Die Latsche stemmt sich aber nicht nur den winterlichen Schneemassen entgegen, sie hilft auch gegen andere unangenehme «Wintererscheinungen». Als Bestandteil von Bronchialbalsamen und Einreibungsmitteln wirkt Latschenkiefernöl auch lösend auf zähes Sekret in den Bronchien, das zum Husten reizt. Und ein Öldispersionsbad mit Latschenöl – bei dem in einer kleinen Glasapparatur (Oliven-)Öl, in dem ätherisches Öl gelöst ist, durch einen Wasservirbel in feinste Tröpfchen verteilt wird – wirkt nicht nur gegen Erkältungsbeschwerden und Muskelverspannungen, es durchwärmt den ganzen Körper auch ganz ähnlich wie eine lange Bergtour und führt – jedenfalls bei mir – zu einem Wohlgefühl, wie es sonst nur eine Rast unter einer Latschengruppe in Bergeshöhen hervorzurufen vermag. ■

**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.**



# ÆNIGMA

100 JAHRE  
ANTHROPOSOPHISCHE  
KUNST

16.08. – 25.10.2015  
KUNSTMUSEUM MORITZBURG HALLE (SAALE)



Titel unter Verwendung zweier Details:  
Wilhelm von Heydebrand: Licht und Finsternis, 1938, Kupfer, Email, geschnitztes Holz, 32 x 23 x 6,5 cm, Privatsammlung  
Hans Itel: Pulpit-Kerzenleuchter-Meditationsobjekt, (1930–1940), Holz, Birkenfurnier, 98 x 82 x 88 cm, Privatsammlung  
Fotos: Kunstmuseum Olmütz

Mit freundlicher Unterstützung



GEMEINDE PETERSBERG

Schloss Ostrau e.V.  
www.ostrau.de

# Claudia Burmeister

## Weglassen und erfinden

Millionen von Farbspritzern und Rändern aus Farbe vor mir – wie eine unfertige Landkarte zieren sie die dicke Holzplatte. «Ist das Kunst oder kann das weg?» Diese Frage stellt sich jemand, der den Zufall liebt, ihn erwartet wie einen unangekündigten Besucher, der Neues zu erzählen weiß – von der Welt der Farben und fabulanten Wesen ... Als Kind sammelte ich Kaulquappen, geordnet nach Größe in unzähligen Gläsern. Stunden konnte ich damit verbringen. Heute verbringe ich nicht mehr den halben Tag mit dem Hintern im Wasser, sondern drucke, male und zeichne täglich. Die dabei entstandenen Schnipsel, auf denen sich die Farbreste wie geheime Botschaften verteilen, haben es mir angetan. Ich kann sie einfach nicht wegwerfen. Ich mag die gedruckten Strukturen, Linien und Ränder von Übermalungen. Sie sind die Reste, die während eines Arbeitsprozesses entstehen und können doch manchmal so an Gewicht gewinnen und Anlass sein, ein ganzes Bild zu überdenken.

Ich finde es spannend und sehr wichtig, bei meiner Arbeit nicht ganz festgelegt zu sein. Ich möchte, dass man beim Betrachten noch den Schaffensprozess erahnen kann, so als hätte die Illustratorin gerade das Blatt verlassen. Das vermittelt Lebendigkeit und eine Leichtigkeit. Deshalb ist bei mir wohl auch alles Handarbeit. Das von Hand Gedruckte ist ein wichtiges Element in meinen Arbeiten. Darin liegt etwas Zufälliges. Hinzu kommen die Linie und die gemalte Fläche. Ich mixe bedingungslos verschiedene Stile: Aquarell und Buntstift mit Acryl und Collageelemente aus selbstgedruckten Strukturen.

Ich habe im Jugendalter angefangen, unregelmäßig Tagebuch zu schreiben. Auch hier sammle ich Schnipsel, lose Gedankenketten, die mir einfallen. Ich habe versucht, mein Schnipseltagebuch zu illustrieren, wenn ich sie schon nicht in eine Geschichte fassen kann. Und so fügt es sich wieder zusammen: Ich bin nach einigen beruflichen Umwegen eine Illustratorin geworden, die weglassen darf und Neues erfinden kann. Das Schreiben überlasse ich denen, die es wirklich können.

**Es hat ein Weilchen gedauert, aber jetzt übe ich meinen Traumberuf aus.** Schon als Kind habe ich mir das gewünscht, und schon damals erhielt ich kleine «Aufträge» von Kindern, ihnen etwas zu zeichnen, z.B. Duplikate von seltenen Aufklebern aus dem Westen!

Mein erstes Buch\* ist nun erschienen – und ich wünsche mir, dass es noch viele, viele Bücher mehr werden ... ■

\* Claudia Burmeisters ([www.papierziege.de](http://www.papierziege.de)) erstes Buch begleitet in Bildern die Geschichte von Brigitte Werner: «Kleiner Fuchs – Großer Himmel» (48 Seiten, geb., 16,90 Euro, Verlag Freies Geistesleben, ISBN 978-3-7725-2793-7. Siehe auch Seite 2 dieser Ausgabe).



# Wut ist ein Motor – Angst lähmt

von Erna Sassen

Als Kind war ich sehr oft böse. Böse, weil ich immer von Erwachsenen abhängig war, zu Hause ebenso wie in der Schule. Leider konnte ich mit meiner Wut nirgendwohin. Meine Mutter hatte ganz andere Dinge im Kopf, nämlich einen psychisch kranken, chronisch depressiven Ehemann. Kinder spüren untrüglich, dass sie sich in solch einer familiären Situation nicht beliebt machen, indem sie noch zusätzliche Probleme aufwerfen. Also halten sie sich bedeckt und passen sich den Bedürfnissen der Eltern an.

Ich werfe es meinem Vater nicht vor, dass er an Depressionen litt, im Gegenteil; ich hatte als Kind und auch noch, als ich älter wurde, Mitleid mit ihm. Worunter ich als Kind gelitten habe, war, dass es keinen Raum für meinen Kummer gab. Und der beinhaltete, dass wir alle (meine Schwester, meine beiden Brüder und ich) ständig Rücksicht auf die Überempfindlichkeit meines Vaters nahmen und unsere eigenen Bedürfnisse den seinen unterwerfen mussten. Wir durften keinen Lärm machen, also auch nicht lautstark fröhlich sein und erst recht nicht böse, durften weder Unordnung, Chaos noch Probleme verursachen und nicht zu viel Aufmerksamkeit von unserer Mutter beanspruchen.

Meine innere Wut wuchs mit den Jahren, wie das so geht mit Wut, die unterdrückt werden muss, und richtete sich zuletzt gegen mich selbst. In der Pubertät entwickelte ich eine schwere Essstörung, die letztendlich elf Jahre dauern sollte.

Ich weiß, dass mein Essproblem ein Signal war, und zwar ein recht deutliches, wahrscheinlich gedacht für meine Eltern. Im Stillen und für niemanden sichtbar, ja sogar lautlos erbrach ich meine ganze Wut und meinen ganzen Widerwillen dem Leben gegenüber.

Zurzeit läuft auch bei mir zu Hause eine Pubertierende herum. Ein großartiges, sechzehn Jahre altes Mädchen. Wenn sie mal wieder die Türen zuknallt oder mit den Füßen stampft, zucke ich zusammen.

Wenn sie schlechte Laune hat, möchte ich nichts lieber, als sie schnellstmöglich wieder aufmuntern.

Mein buddhistischer Coach fleht mich an: **«Gönne deiner Tochter ihre «negativen» Gefühle! Wut, Trauer und Negativität gehören zum Leben, und sie soll lernen, damit umzugehen. Sie soll ihre eigenen Gefühle kennenlernen, denn sie soll wissen, wer sie ist. Wenn du ihr beibringst, dass sie sich bei euch zu Hause, an dem Ort, der für sie der sicherste sein sollte, zusammenehmen und ihre negativen Gefühle unterdrücken muss, dann bekommt sie zuletzt Angst davor. Dann schlägt ihre Wut in Angst um.»**

So wie bei mir geschehen. Der Coach machte mir klar, dass ich es meiner Tochter schuldig bin, das Muster, in dem ich selbst erzogen wurde, zu durchbrechen.

Weil ich als Kind meine Wut und Trauer daheim nicht zeigen konnte, war meine Schlussfolgerung, sie auch nicht fühlen zu dürfen, denn derartige Gefühle wären falsch. Ich versuchte, diese «falschen» Gefühle zu unterdrücken, was zur Folge hatte, dass sie mich zuletzt überfluteten.

Ich lerne an meiner Tochter, dass Gefühle vorübergehen. Dass sie sich umso leichter wieder verziehen, je weniger man sie unterdrückt oder sich an sie klammert. Ihre Wutanfälle dauern nie lange. Und wenn sie traurig ist, brauche ich nicht für sie die Lösung zu finden. Manchmal will sie mir ihre Geschichte erzählen und manchmal nicht. Sie ist ziemlich deutlich. Wenn man gut hinschaut. Das ist vielleicht unsere wichtigste Aufgabe als Erziehende: gut hinzuschauen und hinzuhören bei unseren Kindern. Und uns nicht vor dem zu fürchten, was sie zu sagen haben. Pubertierende geben Signale. Vielleicht nicht viele. Und vielleicht nicht oft. Aber wer sich über seine eigene Angst hinwegsetzt, kann eine Menge von ihnen lernen! ■

*Aus dem Niederländischen von Rolf Erdorf*

Von Erna Saasen ist jüngst der Roman **«Das hier ist kein Tagebuch»** erschienen, in dem ein depressiver Junge nach dem Selbstmord seiner Mutter durch das Schreiben zu sich selbst findet (ISBN 978-3-7725-2861-3; auch als eBook erhältlich).

# Seelennahrung

von Christiane Kutik

Eine Mutter mit ihrem Kind im Supermarkt. Beide vor dem Süßigkeitsregal. «Such dir was aus», sagt die Mutter. Doch das Kind tut es nicht. «Na, nun sag schon endlich, was du willst», drängt die Mutter. Da meint ein in der Nähe stehender Kunde: «Na ja, vielleicht braucht es was ganz anderes ...» Die Mutter würdigt ihn keines Blickes und geht mit dem Kind weiter.

Der Mann hat recht. Abgesehen davon, dass Kinder schon mal was Süßes brauchen, benötigen sie natürlich mehr als materielle Dinge. Aber wie viele Kinder gibt es heute, die zwar äußerlich keine Entbehrung kennen, aber dennoch etwas Wesentliches missen müssen: Seelennahrung!

«Seelennahrung» – was soll das denn sein, wird sich mancher vielleicht fragen. Seelennahrung bekommen die Kinder durch schöne Klänge: wenn sie ein schönes, selbst gespieltes Musikstück oder Konzert hören, wenn ihnen Märchen der Brüder Grimm vorgelesen oder erzählt werden und wenn gesungen und gereimt wird.

**Schöner Klang beseelt Kinderherzen** – und hilft über manche Hürde hinweg. So wie bei diesem Zweijährigen, der eben mit seinem Vater in die Entbindungsstation gekommen ist, um die Mama und das neue Baby zu besuchen. Da steht er nun ein bisschen verloren. Der Vater bemerkt das – er nimmt seine Hände, dreht mit ihm ein Tänzchen und singt das bekannte Kinderlied: «Brüderlein, komm tanz mit mir ...» Der Bub strahlt und ruft: «Noch mal!» – Dieses «Nochmal», das aus tiefstem Kinderherzen kommt, ist immer ein sicheres Zeichen, dass ein Kind wirklich Seelennahrung bekommen hat.

«Noch mal», sagen Kinder auch, wenn Eltern mit ihnen Fingerspiele spielen, etwa wie Luisas Mama: «Kommt ein Mäuschen, kommt ein Mäuschen, klingelingeling, ist die Luisa zu Hause?» Während sie das sagt krabbelt sie mit ihrem Zeige- und Mittel-

finger den Kinderarm hinauf bis zum Ohrläppchen. Luisa lacht. Und die Mama auch.

Gönnen Sie sich und Ihren Kindern doch auch öfter dieses Vergnügen, mal eben in eine gute Stimmung zu kommen: Spielen Sie mit Ihrem Kind eines dieser klassischen und fröhlichen Reimspiele. Beim Abholen, wenn irgendwo gewartet werden muss oder einfach so zwischendurch. Sie werden etwas Erstaunliches bemerken: Wie von selbst erhebt sich Ihre Stimme in eine höhere Tonlage. Und diese bewirkt, dass Kinder auf einmal «ganz Ohr» sind.

**Singend und klingend geht alles viel leichter.** Sogar das Aufräumen, wenn Sie es mit einem kleinen Aufräumlied einstimmen: «Wer will fleißige Aufräumer sehn? Ja, der muss zu uns her gehn. Räume auf, räume auf. Wir räumen alle Sachen auf.» Und da Sie, liebe Eltern, ja Vorbild sind, räumen Sie ebenfalls mit auf, bis es eingeübt ist und Ihre Kinder es selbst können. Singen Sie das Lied jedes Mal zur Aufräumzeit. Überhaupt: Singen Sie mehr!

Auch in der Früh erspart ein heiteres Gutenmorgenlied Schimpfen, Mahnen, Deckewegziehen und missmutige Blicke. Der Einwand, «Aber ich bin morgens selbst noch nicht so gut drauf, da kann ich das nicht» zählt nur bedingt. Wie wäre es, wenn Sie über Ihren eigenen Schatten springen – und es einfach mal ausprobieren?

Stellen Sie Ihr Licht auf den Scheffel und lassen Sie sich von niemanden einreden, dass Singen «peinlich» ist. Denn Singen ist für Kinder unbedingt notwendig: So hat der Musikforscher Andreas Mohr\* ermittelt, dass «ohne Singen und insbesondere im frühen Kindesalter ganz bestimmte neuronale Vernetzungen nicht oder nur unvollkommen erfolgen und es dadurch zu einer weniger reichen Hirnfunktion kommt». Es macht die Kinder also «klüger», wenn Sie mit ihnen singen. Und es beruhigt sie auch, was Eltern

\* Andreas Mohr: 5. Osnabrücker Symposium – «Singförderung im Kindesalter» ([www.kinderstimm-bildung.de](http://www.kinderstimm-bildung.de))



Foto: SirName / photocase.de

rasch merken, wenn sie ihren schreienden Kindern vorsingen. Untersuchungen zeigten, dass der Spiegel des Stresshormons Cortisol im Blut der Kleinen sinkt. Beruhigende Worte hingegen waren nicht ganz so wirksam, und der Effekt hält weniger lange an.

**Und wie ist es am Ende des Tages?** «Haben Sie ein Abendritual?» – «Ja», antworten die meisten Eltern. Und überlassen dann häufig der Technik die Oberhand: «Vor dem Schlafengehen darf mein Kind immer noch diese Sendung sehen.» Oder: «Bei uns gibt's zum Abschied noch eine Geschichte auf CD.» Kinder werden ihre Eltern nie zur Rede stellen: «Mama, Papa, warum speist ihr mich mit einem Gerät ab?» – und doch hungert jedes Kind danach, mit Seelennahrung von Mensch zu Mensch in die Nacht geleitet zu werden.

«Ich habe Glück gehabt», sagt ein Vater, «meine Eltern haben mit mir gebetet.» Auf die Frage, warum das Glück sei, antwortet er, dass er als Kind niemals Angst vor der Nacht hatte. «Bei uns geht das nicht. Wir sind nicht gläubig», erwidert eine Mutter aus der Runde. Auch das ist ein wichtiger Hinweis, denn wenn man ein Abendgebet spricht, dann nur, wenn es auch authentisch ist. Sonst ist es ehrlicher, anderweitig für eine heilsame Stimmung zu sorgen.

«Abends vor dem Schlafengehen zünden wir die Abendkerze an», erzählt ein Kind. «Und dann sagt jeder etwas, was heute schön war. Und das mag ich ganz gerne, weil dann ist immer so eine gute Stimmung.» – Eltern berichten: «Wir singen ‹Weißt du, wie viel Sternlein stehen?› mit allen Strophen. Das mögen unsere Kinder immer noch. Obwohl sie schon elf und zwölf sind.» – Eine Mutter: «Ich pflücke für meine Kinder immer Sternengold!» Und sie erzählt, wie es jeden Abend zum Abschied noch einmal knisternd spannend wird. Sie geht dann – «psst, ganz leise» – zum Fenster. Öffnet es. Streckt ihre Hand hinaus. «Und dann», erzählt sie, «pflücke ich Sternengold. Für jedes Kind. Damit sie schöne Träume haben.» – «Und wenn Wolken da sind? Oder wenn es regnet?» – «Da sind die Sterne doch trotzdem da. Auch wenn man sie nicht sieht.» Wie recht sie hat! Sie sind da – genauso wie der Schutzengel. Die Kinder wissen das.

Dass jeder Mensch einen Stern hat, das wusste selbst Napoleon. Als er einmal als junger Offizier abends mit seinem Vorgesetzten draußen im Freien stand, zeigte er zum Himmel. «Was sehen Sie, mon général?» – «Wolken!» – «Und dahinter, da ist mein Stern.» ■

**Christiane Kutik** ([www.christiane-kutik.de](http://www.christiane-kutik.de)) ist Coach für Eltern und pädagogische Fachkräfte, hält als Referentin Vorträge und Seminare und ist zudem Autorin erfolgreicher Elternratgeber wie beispielsweise «Erziehen mit Gelassenheit».



## Vom ersten Lebenstag bis ins Jugendalter

Dieser medizinisch-pädagogische Ratgeber gibt Ihnen zuverlässig Auskunft über Erkrankungen im Kindesalter und die Möglichkeiten der Heilung mit den Mitteln einer integrativen Medizin. Eine ganzheitliche Betrachtung der kindlichen Entwicklung hilft Ihnen zudem, die einzelnen Lebensabschnitte Ihres Kindes zu verstehen und zu begleiten. Praxiserprobte Antworten auf viele kleine und große Erziehungsfragen des Alltags machen dieses Buch zu einem hilfreichen Begleiter.

*Die Autoren der Kindersprechstunde verfolgen einen ganzheitlichen Ansatz – Erziehung und Gesundheit des Kindes lassen sich nicht voneinander trennen. Eine gesunde Erziehung wirkt sich bis tief in die körperliche Entwicklung aus.*

Dr. med. Michaela Glöckler | Dr. med. Wolfgang Goebel | Dr. med. Karin Michael  
Kindersprechstunde

Ein medizinisch-pädagogischer Ratgeber  
Neuausgabe, 720 Seiten, mit zahlr. Farbabb., geb.  
€ 34,- (D) | ISBN 978-3-8251-7928-1 | @ auch als eBook  
Jetzt neu im Buchhandel! | [www.urachhaus.com](http://www.urachhaus.com)

# Alles geschieht heute

gelesen von Simone Lambert

**Es ist ein einziger Tag im Leben des siebzehnjährigen Wes, den dieser Roman aufzeichnet.** Der Tag nach der Partynacht, in der er seine Unschuld verlor. Der Samstag vor dem Abgabetermin einer Facharbeit über *Krieg und Frieden* von Tolstoi am Montag. Der Tag, an dem er ein ambitioniertes Dinner für seine zerrüttete Familie kochen will. Um diese Essensvorbereitungen herum ordnen sich seine sozialen Begegnungen und seine Gedanken, Erinnerungen, Reflexionen.

Wes geht auf eine Eliteschule in Manhattan und wohnt mit seiner Familie – der sterbenskranken Mutter, dem desillusionierten Vater, den er verachtet, und seiner geliebten jüngeren Schwester Nora – in einem heruntergekommenen Haus in Greenwich Village. Übermüdet, voller Zweifel und Sorgen betrachtet er seinen moralischen Zusammenbruch, denn als solchen empfindet er die Nacht mit Lucy. Seine reine Liebe für Delia, die unnahbare Buddhistin, hat er verraten, als er mit Lucy, die als promiskuitiv gilt, geschlafen hat. Sein Freund James ist derjenige, der ihm die Wahrheit ins Gesicht sagt: «Welche Sache mit Delia? Da ist nichts mit Delia. Eine Sache mit Delia hat es nie gegeben, das ist alles nur in deinem Kopf und steckt da fest wie ein Schrapnellsplitter.»

Jesse Browner zeigt die Frauenfiguren seines Entwicklungsromans als lebensechte Charaktere, nicht als falsche oder richtige Option. Die schicksalhafte Entscheidung von Wes zwischen der klugen Delia, die nach seiner Hand greift, und der schwer fassbaren Lucy fällt, als diese via SMS von nebenan («Bin im Zimmer, such mich») ein verführerisches Versteckspiel mit ihm spielt. Lucy überrascht Wes mehrfach. Sie ist mit ihrer Stabilität und Integrität der Hoffnungsschimmer in der Geschichte – und die Person, an der sich Wes wieder aufrichten wird.

**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.



Jesse Browner  
Alles geschieht heute

Übersetzt von Anne Brauner

249 Seiten, gebunden mit  
Schutzumschlag  
19,90 EURO  
Verlag Freies Geistesleben  
ISBN 978-3-7725-2775-3

ab 14 Jahren

auch als eBook erhältlich

Wie lebt es sich, wenn man von sich selbst enttäuscht ist? Es ist diese am Selbstkonzept nagende Erkenntnis, die Wes seinen Vater schließlich verstehen lässt. Wes ist verantwortungsbewusst, ehrgeizig und loyal. Er will ein guter Mensch sein, ein zärtlicher Mann, sorgt sich liebevoll um seine kleine Schwester und pflegt seine Mutter. Er zweifelt an sich selbst ebenso wie an seiner Liebe und macht sich kluge Gedanken über Figuren aus Tolstois Roman. Mit Wes erhält die zeitlose Existenzangst Jugendlicher vor dem eigenen Weg ein modernes Gesicht.


Am Ende des Romans, am Ende des Tages sitzen Wes und die Frauen in seinem Leben – Nora, seine Mutter und Lucy – im Krankenzimmer der Mutter. Bei gedimmtem Licht essen sie das Kalbsbries, das er so aufwendig zubereitet hat, und sehen gemeinsam einen Malkurs auf DVD. Die Facharbeit hat er noch nicht einmal begonnen. Sein Vater hat sich dem Dinner verweigert, das Essen wird kaum angerührt. In diesem Augenblick versteht er, dass das Leben und die Liebe sich nicht ereignen, wenn die Dinge richtig und nach Plan gemacht werden, sondern sie sich, in all ihrer Fragilität, organisch entfalten können, weil man sich anständig verhält. «Nicht die Liebe war schwierig, sondern die Botschaft der Liebe ... Und was ihm gerade geschehen war, war, dass er Lucy auf exakt die Weise in die Augen gesehen hatte, wie er es sich immer gewünscht hatte, dass Delia es mit ihm täte, und in diesen Augen tatsächlich eine Botschaft gefunden hatte.»

**Ehrlich, intensiv und schmerzlich erzählt  
Alles geschieht heute über einen bemerkenswerten  
jungen Mann. Ein kleines Wunder von einem  
Roman. ■**

# Liebe Kinder!



Es krabbelt und flattert in meinem Garten, und der eine oder andere Käfer oder Schmetterling verirrt sich auch schon mal in mein Atelier.

3  Ich habe sie für euch gemalt und bin gespannt, ob ihr wisst, wie meine kleinen Besucher heißen (die Auflösung findet ihr unten auf der Seite).

Und wenn ihr für eure nächste Sommerparty oder Geburtstagsfeier noch eine Idee sucht, hier bitte sehr: eine Flatterkarte!

Ich schicke euch herzliche Sommersonnengrüße aus meinem bunten  Atelier,

eure Daniela  
Drescher



Für die **flatternde Schmetterlingskarte**

braucht ihr:

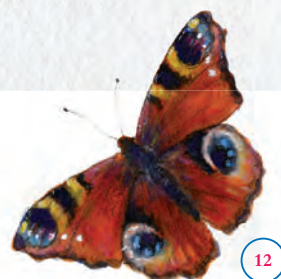
- Klappkarte (mit Kuvert)
- Schere
- Kleber
- Stifte

So wird's gemacht:

Eine Schmetterlingsform vorzeichnen und die Vorder- und Rückseite bemalen.

Die Form ausschneiden und in der Mitte knicken.

Dann eine Flügelhälfte auf die Karte kleben und den Schmetterlingskörper sowie die Fühler dazu malen – fertig!



# Drei Freunde in wichtiger Mission



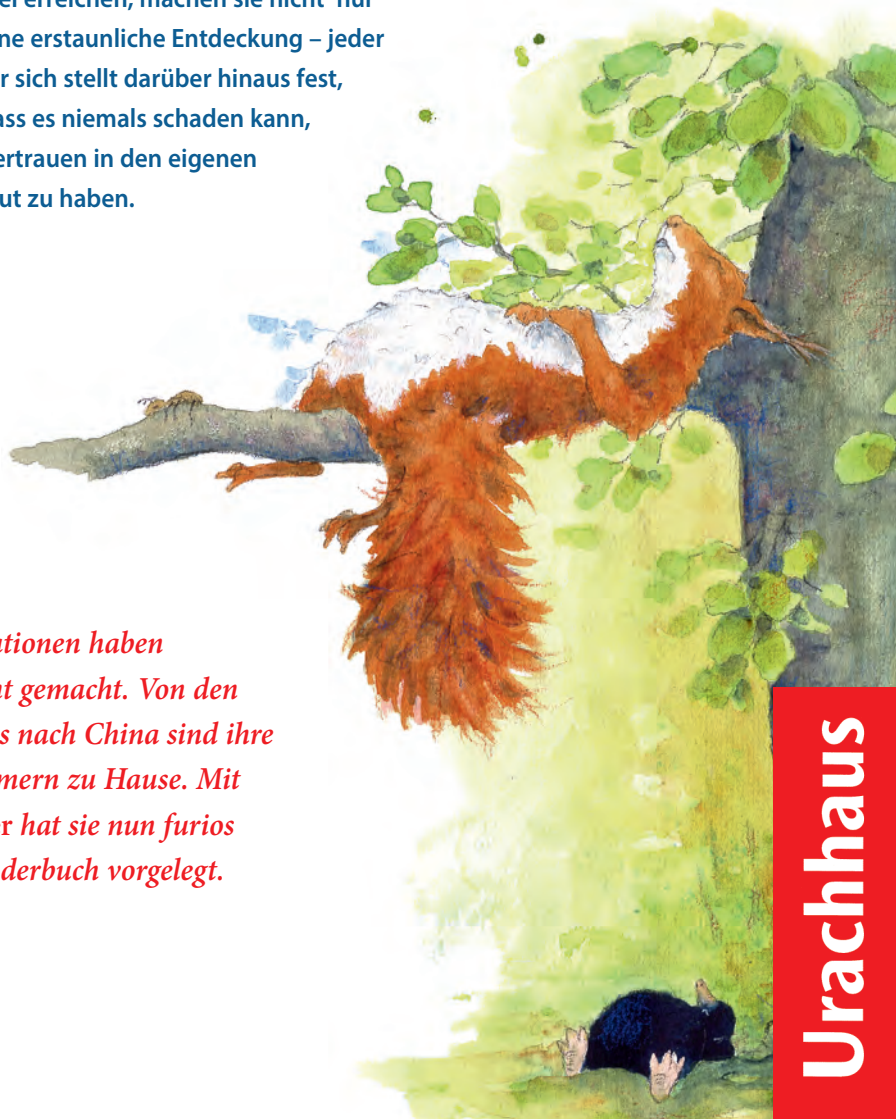
Ein furchtbares Ungeheuer treibt im Wald sein Unwesen, davon ist das Eichhörnchen Piff felsenfest überzeugt. Er bittet seine Freunde, den Wichtel Tock und den Maulwurf Eduard, um Hilfe, und so beginnt ihre Suche, die sie ausgerechnet in den tiefsten Wald führt, zum See des finsternen Wassermann-Königs. Als sie ihr Ziel erreichen, machen sie nicht nur eine erstaunliche Entdeckung – jeder für sich stellt darüber hinaus fest, dass es niemals schaden kann, Vertrauen in den eigenen Mut zu haben.

Daniela Drescher: **Abenteuer mit Ungeheuer**  
144 Seiten, gebunden | Format: 17 x 24 cm  
€ 19,90 (D) | ISBN 978-3-8251-7937-3 | ab 5 J.  
Jetzt neu im Buchhandel! | [www.urachhaus.com](http://www.urachhaus.com)



Leseprobe!

*Ihre zauberhaften Illustrationen haben Daniela Drescher berühmt gemacht. Von den USA über ganz Europa bis nach China sind ihre Bücher in den Kinderzimmern zu Hause. Mit Abenteuer mit Ungeheuer hat sie nun furios ihr erstes erzählendes Kinderbuch vorgelegt.*



Urachhaus





# Ich bin Alles

von Peter Normann Waage

**Viele haben sich im Lauf ihres Lebens schon einmal die Frage gestellt: «Wer bin ich eigentlich? Was an mir ist Individuum, was Prägung?» Der norwegischer Kulturhistoriker, Essayist und Journalist Peter Normann Waage folgt in seinem tiefgründigen und dennoch kurzweiligen Buch *ICH. Eine Kulturgeschichte des Individuums* den großen Spuren des Individuums von der Antike bis zur Gegenwart, in der Philosophie von Sokrates bis Sartre und Foucault, in der Literatur von Homers Odyssee bis zu Harry Potter. Und dabei gelingt es ihm, nicht nur Kultur- und Geschichtsinteressierte zu erreichen, sondern auch junge Menschen, die Fragen an unsere multikulturelle Gesellschaft haben. Aktuell ein überaus drängendes Thema!** (mak) ● ● ● ● ● ● ● ● ● ●

Es wird erzählt, dass der Philosoph Arthur Schopenhauer eines Tages in einem Park spazieren ging, der sich als Privateigentum herausstellte. Ein Aufseher erblickte den ungebetenen Gast und fragte barsch: «Wer sind Sie?» – «Ja, wenn Sie mir das mal verraten könnten, guter Mann», antwortete Schopenhauer. – **Wenn niemand die Frage stellt, weiß ich die Antwort. Wenn ich gefragt werde, bleibe ich die Antwort schuldig.**

Auf der einen Seite ist «Ich» unproblematisch: dieser Körper, dieses Selbstbewusstsein, diese Lebenserfüllung – aber zugleich bin ich auch alles andere. Ohne mich kein anderer. Ich sehe, empfinde, beobachte und erkenne die Welt und alles – durch mich. Deshalb weiß ich, dass ich da bin. Was wird aus all dem anderen, aus der Welt, wenn ich nicht mehr bin? Verschwindet es ebenfalls? Ich bin außerdem von dem geformt, was mir begegnet, meiner Zeit, meinem Ort. Ich bin meine Gesellschaft, mein Geschlecht und mein Alter. Warum bin ich alles das und nicht das andere? Wann werde ich ich selbst, ein Teil der konkreten Zeit und des bestimmten Ortes? Wann höre ich auf, alles zu sein?

Diese Thematik wird ausgezeichnet behandelt in dem Film von Wim Wenders und Peter Handke *Der Himmel über Berlin*. Die Haupthandlung ist einfach und klar: Der Engel Daniel, einer der vielen Schutzengel, die die Berliner ständig im Auge haben und versuchen, ihnen zu helfen, möchte ein Mensch werden. Er will nicht mehr der abstrakte Geist sein, möchte riechen, schmecken, spüren, Farben sehen, die Zeit erfahren. Die Begegnung mit der Trapezkünstlerin Marion, auch sie mit Flügeln in der Zirkusmanege, liefert den Anstoß für seine endgültige Verwandlung. Durch den ganzen Film rezitiert Daniel ein Prosagedicht über das Staunen des Kindes: «Warum bin ich hier und warum nicht dort? Wann begann die Zeit und wo endet der Raum? Wie kann es sein, dass ich, als der, der ich bin, nicht früher war und dass ich als

der, der ich bin, einmal nicht mehr der eine sein werde, der ich bin?» Und wie ein Echo klingt Marions Monolog: «Ich kann nicht sagen, wer ich bin. Ich habe nicht die geringste Ahnung. Ich bin ein Mensch ohne Hintergrund, ohne Geschichte, ohne Land. Und ich gestehe: Ich bin hier, ich bin frei. Ich kann mir alles vorstellen. Alles ist möglich. Ich brauche nur die Augen zu öffnen und ich werde wieder – zur Welt. Jetzt. An diesem Ort. Ich bin glücklich.» – Die beiden, halb Engel, halb Mensch, schaffen den Spagat zwischen nichts und alles. Deshalb sind sie fähig, einander wahrzunehmen. Sie werden ganze Menschen. Sie wagen es, «gemeinsam einsam zu sein», wie Marion sagt, und Daniel erfährt etwas, was «kein Engel kennt». Sie werden Individuen.

Das Individuum ist wie sie eingespannt zwischen alles und nichts. Die beiden Außenpunkte symbolisieren sowohl verschlingende Abgründe wie positive Möglichkeiten ... Daniel und Marion nutzen die Chance der Offenheit, als seien sie «nichts» in Erwartung von «allem», von sich und von der Welt. Damit werden sie sie selbst. In der Anekdote über Schopenhauer klingt dasselbe kindliche Staunen an, wenn auch pessimistisch gewürzt. Sein Seufzer dem Parkwächter gegenüber ist keine Bitte um Verzeihung, sondern ein Festhalten der Frage: Wer bin ich wohl? Hier lebt das Individuum in der Spannung zwischen «nichts» und «alles», als Blick, Absicht, Vorhaben und Wahl. Als Ich. ■



**Peter Normann Waage**  
**ICH. Eine Kulturgeschichte des Individuums**

Aus dem Norwegischen von Lothar Schneider  
797 Seiten, geb. mit Schutzumschlag

48,- Euro | ISBN 978-3-8251-7879-6 | Verlag Urachhaus

auch als eBook erhältlich

## Das a tempo Preisrätsel

In dieser Ausgabe erzählt Yilmaz Dziewior, der Direktor des unweit des imposanten Kölner Doms gelegenen *Museums Ludwig*, von seiner Begeisterung für Kunst in all ihren Facetten. Und Begeisterung, gar Euphorie, war es wohl auch, die Robert Schumann (1810 – 1856) nach für ihn schweren Jahren in Sachsen bei seiner Ankunft im September 1850 spürte, als er in Düsseldorf das Amt des Städtischen Musikdirektors antrat. In einem wahren Schaffensrausch schrieb der große romantische Komponist und Musikkritiker in weniger als einem Monat seine letzte von insgesamt vier Sinfonien. Heute kennen wir dieses fünfsätzige, von einer betont optimistischen, fast fröhlichen Stimmung durchdrungene Werk in Es-Dur als seine Dritte. Der Komponist selbst war es, der die vom Publikum begeistert aufgenommene Uraufführung am 5. Februar 1851 in Düsseldorf leitete. Und auf ihn, der als glühender Verfechter der «absoluten» Musik gilt, geht auch der gesuchte Beinamen des Werkes zurück. Es sei nämlich, so Schumann, der überwältigende Eindruck des Miterlebens einer Kardinalsweihe im Kölner Dom gewesen, durch den er sich angeregt gefühlt habe, die klassische Viersätzigkeit einer Sinfonie einmalig um einen fünften Satz zu ergänzen. Die Euphorie und Fröhlichkeit der ersten Düsseldorfer Monate wich alsbald aber wieder beruflichen Sorgen und dem

Schumann eigenen seelischen Dunkel. Einem gescheiterten Selbstmordversuch durch einen Sprung in den eiskalten Rhein am Rosenmontag 1854 folgten zwei letzte Lebensjahre in der Nervenheilanstalt von Endenich bei Bonn. Das gesuchte Opus 97, die «inoffiziellen Hymne dieser Region», atmet aber für immer die schöpferische Fröhlichkeit ihrer Entstehung. (sh)

Unter den richtigen Einsendungen verlosen wir 5 Exemplare der *Löwensköld-Trilogie* von Selma Lagerlöf. Das Werk der Nobelpreisträgerin vereint die mythische Sage vom Fluch, der auf dem Ring des Generals Löwensköld liegt, mit den Lebensgeschichten der beeindruckenden Frauen Charlotte Löwensköld und Anna Svärd. ■

Lösungswort:

Das Lösungswort einsenden an:

a tempo Preisrätsel · Landhausstr. 82 · 70190 Stuttgart

oder an: [raetsel@a-tempo.de](mailto:raetsel@a-tempo.de)

Einsendeschluss ist der **20.09.2015** (Datum des Poststempels), der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Die gesuchte Sinfonie und somit das Lösungswort der August-Ausgabe lautet **TRAGISCHE**.

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. ■

EINSAME HUNDE: ZUGABE 9

Level 2

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

Die schönsten Sudokus aus Japan

a tempo 09 | 2015

Weitere 100 schwere bis extrem schwere Sudokus aus Japan – in neun Schwierigkeitsgrade eingeteilt von Level 2 bis Level 10 – finden Sie im Band «Einsame Hunde – extrem 3» (in Leinen gebunden, 10,90 Euro, ISBN 978-3-7725-2059-4)

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

Lösung: Einsame Hunde – Zugabe 8

# MENSCH ENTWICKLUNG ZUKUNFT

von Stefanie Seidl

«Es kommt darauf an, Brüderlichkeit zu verwirklichen, und zwar aus freien Stücken, den Egoismus des Einzelnen wie den der Organisation zu überwinden», forderte Dr. Ernst Mahle, einer der beiden Gründer des Automobilzulieferers MAHLE in seiner Rede zu dessen 50. Jubiläum. Von dieser Einstellung geleitet, übertrugen er und sein Bruder Hermann Mahle die Geschäftsanteile an ihren Unternehmen 1964 in die gemeinnützige MAHLE-STIFTUNG. Rudolf Steiner hatte sie mit seinen Vorträgen zu sozialen, wirtschaftlichen und gesellschaftlichen Fragestellungen im Hinblick auf den Umgang mit Kapital zu diesem Schritt inspiriert. Durch die Stiftungsgründung verbanden die Brüder ihren unternehmerischen Erfolg mit gesellschaftlicher Verantwortung.

Mit dem Leitgedanken «Heute stiften – mit der Vision für morgen» unterstützt die Stiftung seither Projekte und Initiativen, die nachhaltigen gesellschaftlichen Fortschritt vorantreiben. Wertschätzung und Verantwortungsbewusstsein gegenüber dem Menschen und der Natur stehen im Zentrum aller Stiftungsaktivitäten. Pro Jahr fördert die Stiftung derzeit etwa 150 Projekte – der Fokus liegt dabei auf den Lebensbereichen Gesundheit und Pflege, Landwirtschaft und Ernährung, Bildung und Erziehung sowie Kunst und Kultur.

In einer globalisierten Welt entstehen mit dem Auftrag, für das Gemeinwohl zu stiften, zudem neue Herausforderungen: Verbunden mit dem weltweit tätigen MAHLE Konzern, engagiert sich die Unternehmensstiftung im Rahmen ihrer Förderbereiche zunehmend an dessen internationalen Standorten, wie etwa in Brasilien, Polen, Japan und Rumänien.

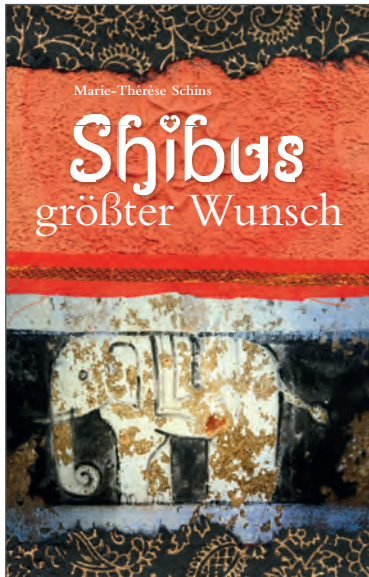
**Im Jahr 2015 feiert die MAHLE-STIFTUNG ihr 50. Förderjubiläum** nun mit einem dreitägigen Informations- und Erlebnisprogramm: Im Zentrum der Begegnungstage «Mensch – Entwicklung – Zukunft» stehen ausgewählte von der Stiftung unterstützte Initiativen, die ihre Aktivitäten als Aussteller präsentieren.

Den zweiten Schwerpunkt bilden Vorträge und Diskussionsrunden, überwiegend zu Themen aus Pädagogik, Erziehung, Ernährung, Landwirtschaft und Gesundheit, wobei die Fragestellungen von Krankheitsprävention und den Ursachen für Burn-Out über den Umgang mit besonders schwierigen Kindern bis hin zur sinnvollen Gestaltung der Landwirtschaft reichen. Ein Highlight des kulturellen Rahmenprogramms gestaltet der Kulturbeauftragte von Slowenien, Konzertviolinist und Professor für Kunst und Führungsmangement, Miha Prozacnik. Mit seinen Darbietungen baut der Querdenker Brücken zwischen klassischer Musik und Wirtschaft: Themen wie Kreativität, Zusammenarbeit und Leadership verbindet er mit Werken von Brahms, Mozart oder Bach.

«Unser Ziel ist es, den Bürgerinnen und Bürgern sowie den engagierten Initiativen, die unsere Gesellschaft mit innovativen, nachhaltigen Ansätzen voranbringen, Austausch und Begegnung zu ermöglichen. Es geht uns darum, das Nachdenken und die Kommunikation über die verantwortungsvolle Entwicklung unserer Welt voranzutreiben – nicht mit dem erhobenen Zeigefinger, sondern mit einer erlebnisreichen und unterhaltsamen Veranstaltung.» So erklärt Jürgen Schweiß-Ertl, geschäftsführender Gesellschafter der MAHLE-STIFTUNG, warum es anlässlich des Jubiläums die Begegnungstage geben wird und lädt ganz herzlich dazu ein. ■

**Die Begegnungstage «Mensch – Entwicklung – Zukunft» finden vom 18. – 20. September 2015 im Stuttgarter Hospitalhof statt.**

Die Besucher erwarten 20 Aussteller, rund 40 Vorträge und Diskussionen, verschiedene Mitmach-Aktionen, kulinarische Verköstigungen und kulturelle Beiträge. Auch für Kinder ist vom Filzen bis zur Märchenstunde einiges geboten. Der Besuch aller Programmpunkte ist kostenlos. Informationen und Voranmeldung zu den Vorträgen unter: [www.jubilaum.mahle-stiftung.de](http://www.jubilaum.mahle-stiftung.de)



## Indien fern und nah

In Indien auf dem Land, wo Shibu lebt, ist eine ganze Mango ein großes Geschenk. Doch zu diesem Geburtstag bekommt er nicht das kleinste Stückchen einer Frucht. Im Gegenteil! Seitdem Shibu neun Jahre ist, überschlagen sich die Ereignisse. Er muss sich von seiner Familie trennen, um in der fernen Stadt zur Schule zu gehen. Der Weg dorthin ist riesig aufregend und die Stadt eine völlig neue Welt für ihn. Er lernt ein liebes, schönes Mädchen kennen. Wenn er jetzt auch noch den heiligen Tempel-elefanten berühren dürfte ...

*«Eine intensive Geschichte, die die Vielfalt des Lebens in Indien zeigt. Jungen Lesern macht sie Mut, wie Shibu auch schwierige Herausforderungen zu meistern.»*

Der evang. Buchberater

Marie-Thérèse Schins  
**Shibus größter Wunsch**  
 Mit farbigen Collagen der Autorin.  
 142 Seiten, gebunden | (ab 9 Jahren)  
 € 15,90 (D) | ISBN 978-3-7725-2696-1  
 www.geistesleben.com

### Kleinanzeigen

**Hinterland Costa Brava: Haus im Paradies** am Fuß der Pyrenäen zu verkaufen mit gr. Pool und gr. Garten am Dorfrand. Brigitta Bach, brig.bach@gmail.com

**Einsames, wildes Tal mit Haus, Hütte, alter Mühle** in verlassenem Dorf für Visionssuche, Stillertreats gesucht, gerne in Italien, aber auch sonstwo, zu kaufen, zu pachten oder zu mieten. gabriele.kaupp@gmx.de, [www.gemeinschaftlich-leben.net](http://www.gemeinschaftlich-leben.net)

**Insel Wolin (PL)** bei Usedom, Ferienwohnung ab 40,- Euro. Tel.: 0 77 54/9 25 88 45, [www.villalui.de](http://www.villalui.de)

**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

**Dresden – gepflegte Gästewohnung**, 3 ZiKB, 4 km zur City, ab 40,- €/ Nacht, Tel.: 0 61 51/5 11 16

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

**Wandern 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 zu vermieten. Tel.: 0 71 56/3 19 67; E-Mail: gabihoch@gmx.de

«**Hin ... und Watt ...**» Ruhe und Erholung zu jeder Jahreszeit an der Nordseeküste und der Elbmündung in gemütlichen Zimmern, bzw. der Ferienwhg. des Gästehaus der Christengemeinschaft in Cuxhaven. Näheres unter Tel. 0 47 21/5 33 89 (Fr. Parnow) oder unter: [www.christengem.cuxhaven.de](http://www.christengem.cuxhaven.de)

**Westerland, Südwäldchen, 2-Zi.-Whg.** ab 315,- € Tel. 0 40/6 47 18 19, lindelambrecht@hotmail.com

**Die Oberlausitz: unberührte Naturlandschaften ... Kulturelle Reichtümer ...** Bio-Holzferienhäuser (2–8 Pers.), charmantes kl. Hotel, bes. kulinarische Highlights, Nähe Fürst-Pückler-Park in Bad Muskau. 035771-6860 [www.Parkstadthotel](http://www.Parkstadthotel), [www.Ferienhaus-Bad-Muskau.de](http://www.Ferienhaus-Bad-Muskau.de)

**Alter Apfelgarten nahe Flensburg**, FeWo für 2–8 Pers. Tel. :0 46 35/27 45 [www.urlaub-im-alten-apfelgarten.de](http://www.urlaub-im-alten-apfelgarten.de)

[www.seminar-fuer-kunsttherapie.de](http://www.seminar-fuer-kunsttherapie.de) in Freiburg, Tel.: 07 61/2 17 75 31

**Ich schreibe Ihre Biografie:** Tel.: 0 71 64/9 15 25 85 [www.claudia-stursberg.de](http://www.claudia-stursberg.de)

[www.fastenzentrale.de](http://www.fastenzentrale.de) Tel/F. 06 31/4 74 72

[gemeinschaften.de](http://gemeinschaften.de) | Tel. 07 7 64/93 39 99 Ökodorf

**Berufsbegleitendes Kunststudium**, Intensivstudium f. Bildhauerei u. Malerei, Fortbildung Kunstpäd./-therapie, Kursprogramm: [www.freieschule.com](http://www.freieschule.com)

**Skulptur und Kultur, Skulpturkurs** Premia de Dalt/Barcelona 13.–17.Okt., [klaus-christ-art.com](http://klaus-christ-art.com), Tel.: 0 171/6 80 70 05

**Über Themen wie Gesellschaft, Kunst, Kultur, Literatur und Philosophie** möchte ich mich in einem Briefwechsel mit einem schreibfreudigen und nachdenklichen Menschen austauschen. Ich verfolge keine kommerziellen Absicht. Ziel ist das Wachsen eines Briefwechsels, egal ob Papier und Briefmarke oder E-Mail. Bei Interesse Kontakt über: [mail-an-wortwahl@web.de](mailto:mail-an-wortwahl@web.de).

**Anthroposophischer Pflegedienst: Pflegefachkraft/helferIn gesucht** in München-Schwabing, Tel. 0 89/39 58 86 | [www.fuer-einander.de](http://www.fuer-einander.de)

**Aufgezugene Kunstdrucke fürs Kinderzimmer.** Wunderschöne Motive, auch nach Ihrer Wahl möglich. [www.DaWanda.de](http://www.DaWanda.de). (Suche: buntalund)

**Liebevoll Handgefertigtes** | [www.billinchen.de](http://www.billinchen.de) & [www.dawanda.com/shop/billinchen](http://www.dawanda.com/shop/billinchen)

**Kleinanzeigen können auch online aufgegeben werden unter:** [www.a-tempo.de/ads.php](http://www.a-tempo.de/ads.php)

(Bitte achten Sie auf die Angabe des Monats, die Unterscheidung gewerblichen u. privaten sowie bei Mehrfachschaltung auf die entsprechende Anzahl. Danke)

Das Kur- und Wellnesszentrum in Roncegno, am Fuß der Dolomiten, 60 km vom Gardasee und 120 km von Venedig entfernt.

# CASA DI SALUTE RAPHAEL

Roncegno/Trentino



Wohlbefinden im Einklang mit Körper, Geist und Seele. Das Kurzentrum vereint Anthroposophische und klassische Medizin. Ein deutschsprachiges Ärzte- und Therapeuten-team betreut Sie bei Stress, Allergien u.v.m. Stimulieren Sie in unseren Thermalbädern Ihre Vitalkräfte durch das eisenhaltige Levico-Wasser. Exzellente (biologisch-dynamische) Küche. Angebote für Mitarbeiter in anthroposophischen Einrichtungen.

Kurbetrieb: 15. 03. - 9. 12. 2015

mail.info@casaraphael.com  
www.casaraphael.com  
Fon: 0039 0461 77 20 00  
Fax: 0039 0461 76 45 00



## Centro de Terapia Antroposófica

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



Ruhe, Erholung und anregende Begegnung in der offenen Atmosphäre unserer kleinen Oase. Im Centro ein vielfältiges Kultur- und Therapieangebot genießen. Die Insel erkunden, sich vom Licht und den erfrischenden Passatwinden beleben lassen.

### Urlaub im Centro

7 Übernachtungen in einem Zweizimmer-Apartment  
Preise je Woche, gültig ab 01.10.15  
1 Person € 392,- 2 Personen € 518,-

Weitere Informationen unter: [www.centro-lanzarote.de](http://www.centro-lanzarote.de)  
Telefon: 0034 928 512842 • Fax: 0034 928 512844  
E-Mail: [info@centro-lanzarote.de](mailto:info@centro-lanzarote.de)

### Biografiearbeit & Coaching

1-jährige berufsbegleitende Ausbildung

Beginn: 30. Okt. 2015  
Leitung: Annette Kurz, Gastreferent: Dr. Olaf Koob  
Infoabend: 18.09.2015, 18.00 Uhr  
(Formlose Anmeldung erbeten.)

Annette Kurz T 030/253 222 66  
Claussewitzstr. 6 E [ankurz@web.de](mailto:ankurz@web.de)  
10629 Berlin www.annette-kurz.de

WERKSTATT KREATIV ENTWICKLUNG

## FAMILIENFREUNDLICHE DOPPELHAUSHÄLFTE in KLEINMACHNOW bei BERLIN



### ZU VERKAUFEN

Außergewöhnlich helles Haus mit unsymmetrischer Aufteilung. Es ist voll unterkellert und hat eine rote Klinkerfassade. Das Objekt befindet sich in einem gepflegten und guten Zustand. Baujahr 1998.

Das Haus hat eine Wohnfläche von ca. 193 qm, die sich mit 7 Zimmern auf 3 Etagen verteilt.

Kaufpreis: 495.000 €

Die ausgewiesene Grundstücksgröße von 576 qm beinhaltet das komplette Grundstück des Doppelhauses. Dieses besteht noch aus einer weiteren kleineren Hälfte, die ebenfalls verkauft wird.

Diese Immobilie ist ein nicht alltägliches Liebhaberobjekt mit vielen Nutzungsmöglichkeiten:

- \* ideal für die Großfamilie
- \* Wohnen und Arbeiten
- \* Selbst wohnen plus vermieten

Kontakt: Schriever, Tel.: 03 32 03/2 56 59  
E-Mail: [edith.schriever@mac.com](mailto:edith.schriever@mac.com)



## GÜLDENHOLM - EIN ORT VOLLER LEBENSFREUDE, LICHT, GELASSENHEIT UND FRIEDEN

Wir verkaufen diesen Gutshof, ein ehemaliges Kloster, in dem schon vor 800 Jahren eine kleine Gruppe von Mönchen lebte. Umgeben von 60.000 m<sup>2</sup> wunderschöner Natur mit Auen, Wiesen, Wald und See, bietet der Hof heute Wohn- und Seminarräume für Gruppenarbeiten.

Aus Altersgründen suchen die heutigen Eigentümer würdige Nachfolger, die gerne bei der Umsetzung des Projektes unterstützt werden. Wenn Sie Interesse haben, finden Sie weitere Informationen unter [www.hessgueldenholm.de](http://www.hessgueldenholm.de) und [www.upmax.de](http://www.upmax.de)

Bauernhaus: Wohn- + Nutzfläche: 351 m<sup>2</sup> gesamt | Scheunenhäuser: Wohnfläche: 269,61 m<sup>2</sup>  
Nebenzimmer: 108,55 m<sup>2</sup> | Pferdestall: 100,74 m<sup>2</sup> | Tenne: 35,83 m<sup>2</sup> | Landgrundstück: 6 ha  
mit Reitplatz und Paddock | Bedarfsausweis 74,8 kWh/(m<sup>2</sup>a), Heizöl BJ 1996, Klasse B

VB 1,7 Mio. Euro zzgl. 3,57 % Maklerprovision | Ansprechpartner: Jürgen Lange

Förd.estr. 65 | Flensburg | [0461] 160 260 - 90 | [www.upmax.de](http://www.upmax.de)



## «Studienreise zu den Mysterienstätten Ägyptens»

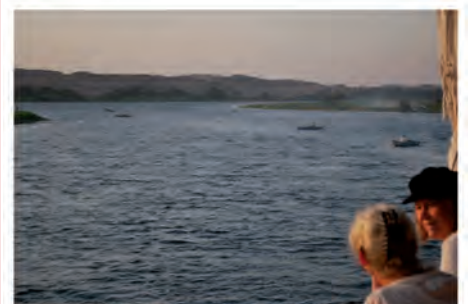
15 Tage – Abydos, Dendera, Luxor, auf dem Nil, Assuan, Kairo und SEKEM  
mit Denis Ruff, Basel 2. – 16. Oktober 2015

und

## Sandkühlerreise

(8+) 15 Tage – (SEKEM &) Luxor & auf dem Nil & Assuan

mit dem Ägyptenkenner Dr. Bruno Sandkühler  
(22. –) 29. November – 13. Dezember 2015



### SEKEM-Reisen

Tel +49 (0)75 51-6 00 37 24 Fax...-6 00 37 26  
[info@sekem-reisen.de](mailto:info@sekem-reisen.de) [www.sekem-reisen.de](http://www.sekem-reisen.de)

Wenn Sie inserieren möchten, wenden Sie sich an unseren **Anzeigenservice**,  
Frau Christiane Woltmann, unter:  
Tel. 07 11/2 85 32 34 | Fax 0711/2 85 32 11  
E-Mail: [woltmann@geistesleben.com](mailto:woltmann@geistesleben.com)

(Anzeigenschluss ist der Erste des Vormonats!)

Camphill Werkstätten Hermansberg

# Wunsch-teppich

schadstofffrei  
individuell angefertigt  
sozialfair handgewebt in Deutschland  
100% Naturfasern Schafwolle · 130 €/qm  
[www.hermansberg.de](http://www.hermansberg.de) · 07552 260122

## Die nächste Ausgabe Oktober erscheint am 24. September 2015

## thema

## Was heißt hier sein?

## augenblicke

## An der Schlei – Ruheort für Unruhige

## im gespräch

## Nina Petri – Unabhängig und sprachverliebt



Es gibt Gesichter und Stimmen, die sieht und hört man und hat sie dennoch bereits nach wenigen Momenten wieder vergessen. Und es gibt jene, an die erinnert man sich auch nach Jahren sofort wieder, wenn sie auf der Leinwand erscheinen oder aus einer Box erklingen. Zu Letzteren gehört die Schauspielerin und Sprecherin Nina Petri, die – obwohl alleinerziehende Mutter von Zwillingen – durch Theater-, Film- und Fernsehproduktionen bekannt wurde und mit ihrer Band *Nina between Don & Ray* nun auch als Sängerin die Bühne erobert.

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 | **Augsburg:** bios / Haunstetten | **Bad Aibling:** Büchertisch-Droth | Lesezeichen | **Bad Hersfeld:** Hoehlsche Weinstraße und Klausstraße | **Bad König:** Paperback Literaturbuchhandlung | **Bad Liebenzell:** Bücherstube Unterlengenhardt | **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 Collibri Buchhandels-GmbH | **Berlin:** Braun & Hassenpflug | **Betzdorf:** Sarrazin | **Bexbach:** buchkultur – Schwartz | **Bielefeld:** Buchtipp | Lebensbaum | Buch Welscher | **Bietigheim:** Buchhandlung Exlibris | **Blankenheim:** Bücherecke | **Blaubeuren:** Buchhandlung Bücherpunkt | **Blackede:** Hohmann | **Bochum:** Bücherstube Lesezeichen | **Bonn:** Buchhandlung am Paulusplatz | **Böhl-Iggelheim:** Buchhandlung Böhler Bücherwurm | **Braunschweig:** Graff | **Bremen:** Morgenstern Buchhandlung | **Bruchsal:** Buchhandlung am Kübelmarkt | **Brühl:** Bücherinsel Brühl | **Bühl/Baden:** Papillon | **Butzbach:** Hess Natur | **Buxtehude:** Schwarz auf Weiß | **Celle:** Sternkopf & Hübel | **Chemnitz:** Buchhandlung Schulz | **Darmstadt:** Bessunger Buchladen | Lesezeichen | Schirmer | tegut ... (Weiterstadt) | **Diepholz:** Buchhandlung Schöttler | **Dillenburg:** Buchhandlung Rübezahl OHG | **Dreieich:** Sprendlinger Bücherstube | **Dresden:** Buchhandlung & Antiquariat Reimers | Bücheroase | **Duisburg:** Roskothlen | **Düsseldorf:** Regenbogenbuchhandlung | **Echzell:** Allerleirauh Buchhandlung | Buch und Spiel | **Eckernförde:** Spielkiste | **Emden:** Lesezeichen | **Engstingen:** Libresso | **Erlangen:** Kornblume | **Essen:** Alex liest Agatha | Kinderkram v. Brinkmann | **Fellbach:** Rampf | **Filderstadt:** Spielzeug und Bücher | Filderklinik | Oesterlin | **Finnentrop:** Bh. Am Rathaus | **Finning:** Finninger Buchhandlung | **Flensburg:** Regenbogen | **Forchheim:** 's blaue Stäffala | **Frankenberg:** Buchhandlung I. Jakobi | **Frankfurt/M.:** Büchermieseche | 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 | Wieblinger Buchladen | **Heidenheim:** Buchhandlung Konold | **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 Delff | Schlossbuchhandlung | **Idstein:** Hexenbuchladen | **Immenstaad:** Bücherstube Sabine Bosch | **Kaiserslautern:** Blaue Blume | **Kaltenkirchen:** Fiehland | **Kandern:** Buchhandlung Berger | **Karben:** Karbener Bücherstube | **Karlsruhe:** Die Buchhandlung Karlsruhe-Mühlburg | Kaufladen | Kunsthandlung Graff | Spinnrad | **Kassel:** Martinus-Buchhandlung | **Kehl:** Baumgärtner | **Keltern:** Tast | **Kempten:** Fingerhütchen | Köseleche 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-Apotheke | **Lindau:** Buchhandlung Altemöller | Buch-Insel | **Ludwigsburg:** Paradies-Gärtchen | **Lübeck:** Buchhandlung Arno Adler | **Lüdinghausen:** Buchladen Reminghorst | **Lüneburg:** Das Lädchen an der R.Steiner Schule | **Mainz:** Nimmerland | **Magdeburg:** BioLaden Alles Natur | **Mannheim:** Der Bücher-Wirth | Quadrate Buchhandlung | Xanthippe | **Marburg:** Lesezeichen | **Markdorf:** Wällischmüller | **Markt Schwaben:** Tagwerk MS Bio-Markt | **Meerbusch:** Buch- und Kunstkabinett Mönter | **Melle:** Naturprodukte Tiarks | **Mendig:** Waldecker | **Mosbach:** Kinder'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:** Bücherforum | **Neu Wulmstorf:** Bücherforum | **Neubiberg:** Lentner'sche | **Neunkirchen:** Bücher König | **Neunkirchen-Seelscheid:** Krein | **Neustadt:** Neustadter Bücherstube, Cherdron & Speck | **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/Holzst.:** Buchhandlung Glöss | **Oppenheim:** Buchhandlung am Marktplatz | **Osnabrück:** Altstaedter Bücherstube | Dombuchhandlung | **Ottersberg:** Froben | Kunst- und Bücherversand | **Pforzheim:** Gondrom | Kulturhaus Osterfeld e.V. | **Pforzheim-Büchenbronn:** derdrehpunkt | **Pfullendorf:** Linzgau-Buchhandlung | **Pirmasens:** Jung & Buchheit | **Poing:** Mehr fürs Lesen | **Prien:** BUKS Buch und Kinderspiel | **Prüm:** Buchhandlung Hildesheim | **Ransbach:** Kannenbäcker Bücherkiste | **Ravensburg:** Anna Rahm mit Büchern unterwegs | **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 | Pusteblyume | **Sinzig:** Lesezeit, Bücher & Wein | **Soest:** Rittersche | **St. Blasien:** Törle-Maier | **St. Wendel:** EKZ | **Steinen:** Buchhandlung Schmitt | **Steinenbronn:** Steinenbronn Buchhandlung | **Stockach:** Bücher am Markt | **Stuttgart:** Buch & Spiel im Markt am Vogelsang | Engel | Pörksen | Heidehof Buchhandlung | Klaus Ebert | Konrad Wittwer – Unibuch Hohenheim | Tausendschön | **Tetttnang:** Lemwerkstatt Brunold | 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 | **Viersen:** Dülkener Büchereck | **Villingen-Schwenningen:** Bücherstube | Naturata | Natur und fein | **Waiblingen:** Der Laden | **Wächtersbach:** Dichtung & Wahrheit | **Wangen i. A.:** Ceres, Bücher und Naturwaren | **Wedel:** Wolland | **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 | **Winterbach:** RundUm | **Witten:** Lehmkul | Mayersche | **Wittlich:** Buchhandlung und Antiquariat Rieping | Hofladen | **Wolfsburg:** Buchhandlung Sopper | **Wuppertal:** Bücherladen | Grüner Laden | **Würzburg:** Buchladen Neuer Weg | **SCHWEIZ:** Amriswil: Buchladen Häderli | **Arlesheim:** anthrosana | Buchhandlung Nische | Farbenspiel | **Basel:** Bider & Tanner | Sphinx | **Bern:** Anthrovita | Christengemeinschaft | Paul Haupt | Stauffacher Thalia Bücher AG | **Buchs:** GMG Buchhandlung | **Dornach:** Buchhandlung am Goetheanum | Libro | Pfister | Rudolf-Steiner-Buchhandlung | **Goldach:** Bigler | **Liestal:** Rapunzel | **Reinach:** Hauptstraße 12 | **Schaffhausen:** Allerleirauh | Gesundheit & Entwicklung GmbH | **St. Gallen:** Rösslirot Bücher | **Thuis:** Kunfermann | **Wetzikon:** Buchhandlung Kolb | **Wil:** Ad:Hoc | **Zofingen:** Mattmann | **Zürich:** Buchhandlung Beer | Im Licht | Vier Linden | **ÖSTERREICH:** **Baden:** Concept Store «fünnf!» | Buchhandlung Schütze | Buchhandlung Zweymüller | **Feldkirch:** Cervantes & Co, Buch und Wein | **Gallneukirchen:** Bücherinsel | **Graz:** Grün-Bunter-Laden | Moser | OASE – Buch und Spezerei | **Innsbruck:** Wagner'sche Buchhandlung | **Kirchschlag:** Buchhandlung Mayrhofer | **Leibnitz:** Hofbauer KG | **Linz:** Paireder | Buchhandlung Freie Waldorfschule | **Listenau:** Bücherwurm | **Salzburg:** Fa. Mercurius Österreich-Bücherkiste | **Schiedberg:** Bacopa | **Voitsberg:** Harmonie | **Wien:** Bücherstube der Goetheanistischen Studienstätte | Bücherzentrum | Gläsernes Dachl | Herder | Lebens-Raum | Morawa Wolzeile | OM Esoterik | **LUXEMBURG:** Ars Libri | Ernster | Naturata Biobau Munsbach | **BELGIEN:** **Antwerpen:** De kleine Prins | **NIEDERLANDE:** **Den Haag:** De Haagse Boekery | **Zeist:** De Nieuwe Boekery | **Amsterdam:** Zailing Boekery



# Die Maus, die *keine Furcht* kannte



In einer außergewöhnlichen Nacht, als die Uhr gerade zum dreizehnten Mal geschlagen hat, erwacht der Manxmaus-Mäuserich zum Leben.

Moment! Was bitte ist ein Manxmaus-Mäuserich? Tatsächlich weiß dies zu Beginn der Geschichte nicht einmal der Mäuserich selbst. Um es herauszufinden, begibt er sich auf Wanderschaft – und erfährt schon bald, dass alle Welt ihn zu kennen scheint. Jeder erzählt ihm, dass der Manx-Kater auf ihn warte, um ihn zu verschlingen. Doch Manxmaus scheut nicht davor zurück, seinem vermeintlich letzten Abenteuer mutig entgegenzugehen ...



*«Ein großartiges Buch! Gallico beherrscht die Kunst des schmalen Grats zwischen Magie und Realität so meisterhaft, dass einem sogar die phantastischsten Ereignisse glaubhaft erscheinen.»*

J. K. Rowling

Paul Gallico: **Vom mutigen Manxmaus-Mäuserich** | Aus dem Englischen von Adolf Himmel | Mit farb. Illustrationen von Linde Faas | 205 Seiten, gebunden | € 15,90 (D) | (ab 7 J.) | ISBN 978-3-8251-7938-0 | **Jetzt neu im Buchhandel!** | [www.urachhaus.com](http://www.urachhaus.com)



Leseprobe!



**Urachhaus**

# Viel mehr als Lambraten und Minzsoße



Carolyn und Chris Caldicott haben die ganze Welt auf der Suche nach verführerischen Rezepten bereist. In ihrem neuen Buch sind sie in ihrer Heimat fündig geworden und laden zu einer kulinarischen Reise durch die Köstlichkeiten der traditionellen britischen Küche ein. Vom klassischen Frühstück mit Bacon and Beans, einem Ploughman's Lunch oder Shepherd's Pie bis zum Roly-Poly als Nachspeise zeigen sie, dass in Großbritannien neben einer bezaubernden Landschaft, historischen Orten und den Royals auch für den Gaumen allerlei geboten ist.

*Die Autoren des «World Food Café» bieten Köstliches aus Großbritannien für Kenner und Neugierige. Die vielfältigen Rezepte werden durch wunderschöne Landschaftsaufnahmen ergänzt: Very British!*

**Freies Geistesleben : Ideen für ein kreatives Leben**

Carolyn Caldicott: **Great British Cooking**. Das Beste aus der englischen Küche. | Mit Fotos von Chris Caldicott; Food Styling von Carolyn Caldicott. | Aus dem Engl. von Gabriele und Sebastian Hoch. | 160 Seiten, durchg. farbig, gebunden | € 19,90 (D) | ISBN 978-3-7725-2525-4 | Jetzt neu im Buchhandel!

