

E 51125  
nr. 193

zum mitnehmen

januar | 2016

Freies Geistesleben  
Urachhaus

# a tempo

Das Lebensmagazin

im gespräch

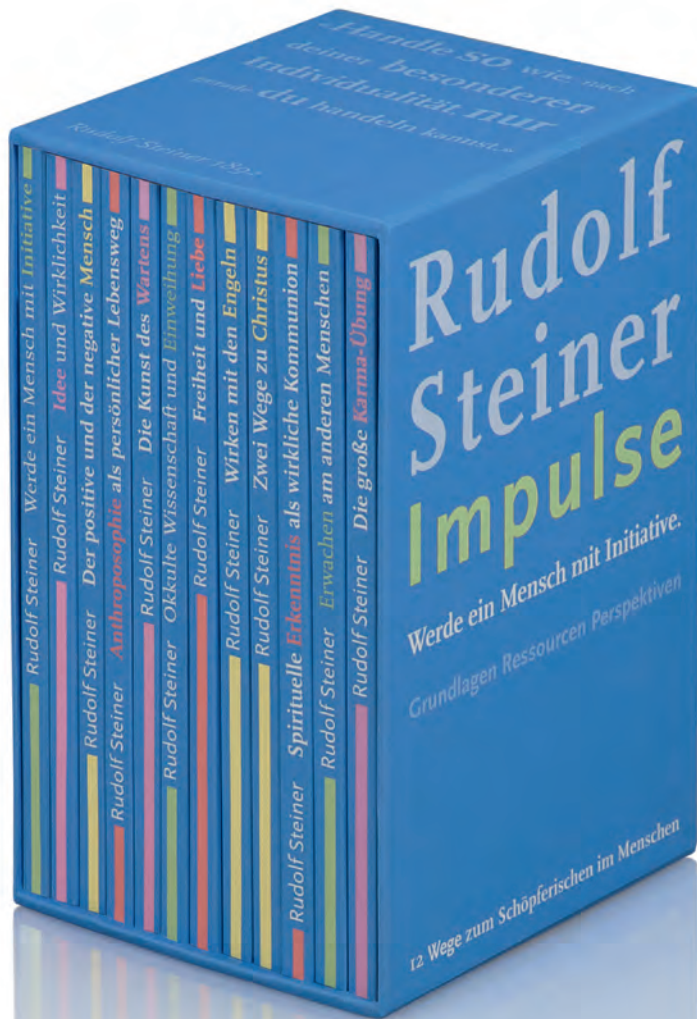
**Ilija Trojanow**  
Denkwiderstand  
überwinden

**Willkommen**  
in der Fremde

**Wo die Liebe**  
hinfällt



# Rudolf Steiner Impulse : *Die kleine Energiebox*



## Freies Geistesleben : *Wissenschaft und Lebenskunst*

Rudolf Steiners Leben und Werk ist mit seinen rastlosen Reisen und über 6000 gehaltenen Vorträgen quer durch Europa ein einzigartiges Phänomen des 20. Jahrhunderts.

Einen kleinen Einblick in seine vielfältigen Anregungen zur eigenen spirituellen Entwicklung gibt die Reihe **Impulse: Werde ein Mensch mit Initiative.**

### Die Bände im Einzelnen:

#### *Grundlagen*

1. Werde ein Mensch mit Initiative
2. Idee und Wirklichkeit
3. Der positive und der negative Mensch
4. Anthroposophie als persönlicher Lebensweg

#### *Ressourcen*

5. Die Kunst des Wartens
6. Okkulte Wissenschaft und Einweihung
7. Freiheit und Liebe
8. Wirken mit den Engeln

#### *Perspektiven*

9. Zwei Wege zu Christus
10. Spirituelle Erkenntnis als wirkliche Kommunion
11. Erwachen am anderen Menschen
12. Die große Karma-Übung

# Ist es vernünftig?

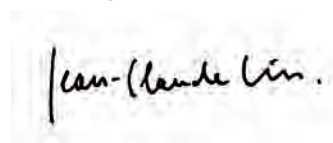
**Soll ich auf meine geplante Reise nach Paris im neuen Jahr verzichten?** Manche werden sich diese Frage nach dem Blutbad vom 13. November 2015 erneut stellen oder haben bereits für sich beantwortet: Sie werden nicht nach Paris reisen. Das Risiko, dass weitere terroristische Anschläge in dieser so schönen wie symbolträchtigen Stadt verübt werden, sei zu hoch. Und es sei ein Gebot der Vernunft, sich nicht unnötig auf ein hohes Risiko einzulassen. Alle Toten unter den Opfern vom 13. November können hier nicht genannt werden. Aber an die Menschen, die am Morgen des 7. Januars 2015 von zwei islamistisch verblendeten jungen Brüdern in den Redaktionsräumen der satirischen Wochenzeitung *Charlie Hebdo* ebenfalls in Paris ermordet wurden, kann und soll hier sehr wohl gedacht werden:

Ermordet wurden der Wartungstechniker Frédéric Boisseau, der Herausgeber und Zeichner Stéphane Charbonnier, die Zeichner Jean Cabut, Bernard Verlhac, Philippe Honoré und Georges Wolinski, der Ökonom und Mitinhaber der Zeitung Bernard Maris, der Lektor Mustapha Ourrad, der Kulturveranstalter Michel Renaud, die Psychiaterin Elsa Cayat und der Sicherheitsbeamte Franck Brinsolaro. Auf der Flucht erschossen die beiden Brüder noch kaltblütig den am Boden liegenden Polizisten Ahmed Merabet. Sie seien aus der Anonymität, in der solche feigen Gräueltaten von Terroristen meist verhüllt sind, hervorgehoben.

Auch wenn ich selbst kein Leser einer fast ausschließlich satirisch ausgerichteten Zeitung bin, halte ich es für fundamental, dass es in unserer Gesellschaft solche Zeitschriften geben kann. In der Nacht vom 13. November wurde viel willkürlicher getötet. Umso größer ist nun die Angst, die sich verbreitet, dass weitere terroristische Anschläge dieser Art geschehen werden. Es ist nach Lage der Verhältnisse nicht abzu-sehen, dass sie nicht geschehen werden. Dennoch kann es nicht vernünftig sein, aus Angst vor einem weiteren Anschlag nicht nach Paris zu reisen. Ein solcher Anschlag könnte mich in jeder Metropole dieser Welt treffen.

Es liegt oft eine tiefe Tragik in den Lebensläufen der meist jungen männlichen Terroristen, dass sie nicht die Fähigkeit in sich ausbilden konnten, sich aus einer empfundenen Demütigung zu erheben und die Probleme unserer Welt frei denkend zu durchdringen. Sie flüchten in die Scheingewissheit der Gewalt. Rache und Verzweiflung sind oft maßgebliche Triebfedern ihrer Handlungen. Vernünftig wäre es, sich weder der Rache noch der Verzweiflung oder der Angst anzuvertrauen, sondern dem eigenen besonnenen Denken. Das können wir täglich versuchen, jede und jeder. Und das – wie wir im Gespräch mit Ilija Trojanow nachlesen können – ist Leben und ist Glück.

Auf dass wir vernünftig sind in diesem neuen Jahr,  
grüßt von Herzen Ihr



Jean-Claude Lin

**Liebe Leserin,  
lieber Leser!**



«Nachdenken ist eine der schönsten und beglückendsten Tätigkeiten, die es gibt, weil es einen lebendig werden lässt!»

*Ilija Trojanow*

im gespräch ab Seite 06



**06 im gespräch | Denkwiderstand überwinden**

Ilija Trojanow im Gespräch mit Doris Kleinau-Metzler

**10 augenblicke | Willkommen in der Fremde**

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

**16 rätsel der kunst ... | Verführte Verführer**

von Ruth Ewertowski

**17 willis welt | Ich wollte Gelb!**

von Birte Müller

**18 thema | Wer sind eigentlich «die Fremden»?**

von Rolf Bauerdick

**23 mensch & kosmos | Wie Neues beginnen kann**

von Wolfgang Held

**24 kindersprechstunde | Gesunde Entwicklung  
Was brauchen Babys wirklich?**

von Dr. med. Karin Michael

**28 serie: beziehungsweise | Wo die Liebe hinfällt  
Der Blick durch die rosarote Brille**

von Monika Kiel-Hinrichsen

**die weiteren seiten der zeit**

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

**impressum**

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

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.

© 2016 Verlag Freies Geistesleben & Urachhaus GmbH



## Tante Brauns Geburtstag



Elsa Beskow

Urachhaus

*Elsa Beskow erzählt ein turbulentes Abenteuer aus der gemütlichen alten Zeit – eine weitere herrlich-komische Geschichte aus der Reihe der kultigen Tanten-Bücher!*

Was ist schwerer, als Geburtstagsvorbereitungen geheim zu halten? Der neue Hut, der neue Kragen für Tante Braun müssen farblich genau abgestimmt werden. Als Tante Grün und Tante Lila in braunen Kleidern durch die Straßen huschen, um die Geschenke zu besorgen, steht die Kleinstadt kopf. Und Onkel Blau, der sich nachts ein Laken umhängt wie die alten Griechen und darin sein Geburtstagsgedicht übt, wird glatt für ein Gespenst gehalten. Ob Peter und Lotta ein rundum gelungenes Fest erleben werden?

Elsa Beskow (Text und Illustrationen):  
**Tante Brauns Geburtstag**

Aus dem Schwedischen von Diethild Plattner  
24 Seiten, Halbleinen | Format: 24 x 29,5 cm  
€ 15,90 (D) | ISBN 978-3-8251-7942-7  
ab 4 Jahren | [www.urachhaus.com](http://www.urachhaus.com)



**Urachhaus**



# Denkwiderstand überwinden

## Ilija Trojanow

im Gespräch mit Doris Kleinau-Metzler

Fotos: Wolfgang Schmidt

Manchmal beschäftigt ein Buch uns lange, auch wenn wir uns mit seinem Thema eigentlich nicht näher befassen wollten. So kann es dem Leser mit dem neuesten Buch des Schriftstellers, Übersetzers und Verlegers Ilija Trojanow gehen, seinem Roman «Macht und Widerstand». Ilija Trojanow wurde in Bulgarien geboren; als er sechs Jahre alt war, flohen seine Eltern mit ihm über Jugoslawien und Italien nach Deutschland, wo die Familie politisches Asyl erhielt. Er erzählt die Geschichte zweier Männer in Bulgarien zwischen 1944 und 2007: Konstantin leistete Widerstand, weil er die Verhältnisse unerträglich fand, und verbrachte Jahre als politischer Gefangener in Lagern, wurde gefoltert. Metodi will die Ordnung bewahren, damals und heute, war Stasi-Offizier (Stasi = Staatssicherheit) und nach der politischen Wende 1989 erfolgreicher Politiker und Unternehmer. Für Ilija Trojanow ist «der Roman die richtige Form für offene Fragen, große persönliche Fragen an jeden von uns. Er schubst uns an, jenseits unseres alltäglichen Trotts – zum Nachdenken.» Nachdenken als ein Weg mit offenem Ziel.

**Doris Kleinau-Metzler** | Herr Trojanow, Bulgarien ist für deutsche Leser weit weg; die politische Wende 1989, als der Ostblock sich auflöste, scheint Geschichte, auch wenn die Stasi-Vergangenheit der DDR präsent bleibt. Warum soll ein Leser sich heute damit befassen?

**Ilija Trojanow** | Literatur handelt ja, außer sie ist Science-Fiction, fast nur von der Vergangenheit. Aber man weiß beim Lesen von Literatur tatsächlich nie genau, was einen ganz persönlich betrifft und was die Handlung und die Figuren mit dem eigenen Leben zu tun haben. Ein Beispiel: In jedem Betrieb gibt es Hierarchien. Wie verhalte ich mich, wenn es Anordnungen gibt, die mir unsinnig erscheinen, wenn Kollegen gedemütigt werden? Wann und wie kämpfe ich für meine Rechte und Pflichten als Angestellte, als Angestellter? Das sind Überlegungen, die ähnlich der Frage sind: Wie bewahrt man seine eigene Würde in einer Diktatur? Auch in einer Demokratie gibt es den Grundwiderspruch zwischen der Individualität des Menschen, der seinen eigenen Weg gehen will, und dem Druck der Gesellschaft, konform zu sein, Regeln einzuhalten oder zu Bedingungen zu arbeiten, die man nicht beeinflussen kann. Diesen Druck verspüren heute viele Menschen, denke ich.

**DKM** | Aber der «Böse», der ehemalige Stasi-Offizier Metodi (der oft gar nicht unsympathisch wirkt), der die schlimmsten Folterungen vornimmt, was hat das mit uns zu tun?

**IT** | Das Spannende an Literatur ist, dass wir mit ihr die Sicht eines anderen Menschen einnehmen können. Wir schauen im Alltag oft auf andere Menschen und denken: «Wie können die nur so oder so handeln? Das ist ja unglaublich.» So schauen wir auf jemand wie Metodi, der im Geheimdienst war, Menschen geschlagen und gefoltert hat, und fast jeder von uns würde sagen: Das ist ja ekelhaft! Aber aus seiner Sicht stellt sich das anders und komplizierter dar. Er hat ein ganzes Repertoire von Erklärungen, die meiner Ansicht nach nicht nur typisch für diese Figur des Metodi sind, sondern sich überall finden, besonders wenn Menschen in irgendeiner Weise in Behörden arbeiten, in Armeen, in Geheimdiensten – und sich ihre Tätigkeit zurechtlegen müssen. Sie sagen sich dann: Es ist eine notwendige soziale Aufgabe, denn diese nonkonformen Leute gefährden den sozialen Frieden, sie zerstören die öffentliche Ordnung. Die zweite Rechtfertigung ist: Wir halten uns immer an die Gesetze, und es ist nicht unsere Aufgabe, die Gesetze zu hinterfragen. Das Dritte, was sich am fatalsten auswirkt, ist, dass man seine persönlichen Ambitionen, erfolgreich zu sein, gleichsetzt mit dem, was auch für die Gesellschaft gut sei. Man hält sich dann für besonders geeignet, eine bestimmte Position auszufüllen, und macht es deshalb gewissenhafter als die anderen.

**DKM** | ... was Voraussetzung einer Karriere ist. Am Fall des Metodi schildern Sie, was geschieht, wenn der eigene innere ►

► Maßstab für das, was richtig ist, dabei verloren geht. Umso rätselhafter ist, dass Konstantin Widerstand leistet, auch während der jahrelangen Lagerhaft. Wie ist das zu erklären?

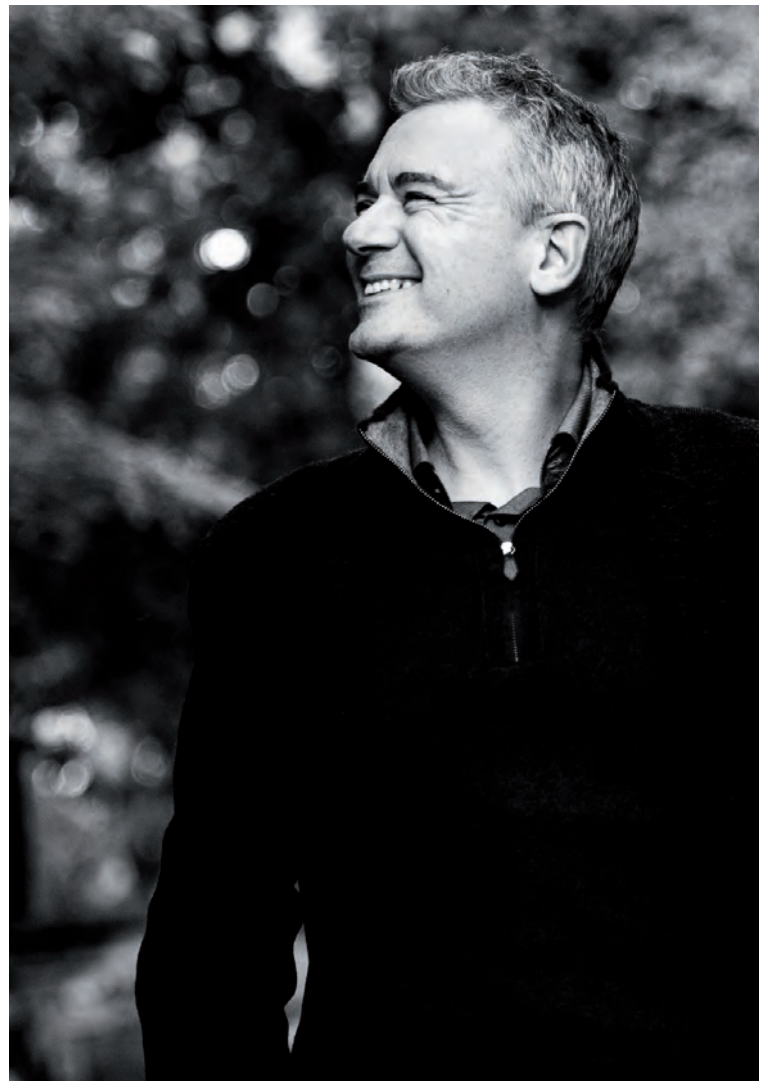
**IT |** Ich glaube, die grundsätzliche Haltung Konstantins ist ganz einfach, und die teilen viele Menschen: Ich ertrage Ungerechtigkeiten nicht, und ich will frei leben, leben, wie ich will. Diese Überzeugung oder dieses Ideal eines menschlichen Lebens könnte man als eine Art geistige Währung bezeichnen, von der wir fast alle ausgehen. Aber wir leben mit dieser Einstellung zunächst wie auf Pump, das heißt, wir nehmen einen Kredit auf, denn wir haben das, was aus dieser Haltung eingefordert wird, noch nicht verdient – und fühlen uns in unserem normalen Alltag meist nicht herausgefordert, es einzulösen. Mysteriös ist und bleibt, wenn jemand sein ganzes Leben an seinen Idealen ausrichtet, immer wieder dafür kämpft, obwohl es nur Nachteile für ihn hat.

**DKM |** Es ist für Konstantin ein mühseliger Weg. Einmal hat er panische Angst, sein Gewissen, das heißt für ihn seine Menschlichkeit, durch einen Verrat zu verlieren. Aber er ist wahrhaftig sich selbst gegenüber, auch in der Extremsituation der Lagerhaft. Nach der Wende betreibt er unnachgiebig die Erforschung der Wahrheit, fordert die Herausgabe der Stasi-Akten, entdeckt Verrat. Er ist selbstkritisch, doch isoliert und allein. Andere waren nicht so stark wie er – aber hatten sie denn eine Wahl?

**IT |** Wir haben immer eine Wahl! Selbst in Isolationsfölder, das erzählt der Roman, das zeigen reale Schicksale. Aber Konstantins alte Weggefährten, die schwach wurden, fordern nun nach der Aufdeckung ihres Verrats Nachsichtigkeit von ihm ein und sagen: Kannst du denn nicht mal vergessen? Wir konnten damals nicht anders, das musst du doch begreifen. – Doch nicht eine bestimmte Wahrheit oder die persönliche Stärke oder Schwäche in einem Augenblick ist letztlich das Entscheidende: Selbst wenn man keine Möglichkeit sieht, großen Widerstand zu leisten, kann man ein bisschen seine Menschlichkeit bewahren – auch in dem, wie man zu seiner Vergangenheit steht. Es ist dieses nachträgliche Rechtfertigen, das Konstantin nicht akzeptieren will, und das Weiteragieren der alten Funktionsträger in Führungspositionen. «Du kannst doch nicht erwarten, dass jeder Mensch ein Held ist.» – «Nein, das erwarte ich nicht, aber dass er wenigstens kein Schuft ist», entgegnet Konstantin Dora, seiner Nachbarin.

Konstantin wird sogar erneut zum Beschuldigten, denn er bemerkt: Sie werfen mir vor, ich würde nicht lieben! Aber Liebe ist doch kein Wert, denn jeder liebt irgendetwas, auch der Folterknecht hat seine Liebste zu Hause, auch der Offizier hat seine Kinder, die er abends liebevoll begrüßt. – Hier tut sich ein unglaublicher Abgrund zwischen Konstantin und seinen Mitmenschen auf, der oft nicht überbrückbar ist und zu seiner Vereinsamung führt.

**DKM |** Aber trotz seiner schonungslosen Charakterisierung der Liebe («Was ist die Liebe außer Streben nach emotionalem Komfort?») nähert sich Dora ihm an, jenseits von Mitleid, das er nicht will, und ohne emotionalen Anspruch. Sie hat echtes Interesse an dem, was er erlebt hat und was er sagt. Einmal äußert Konstantin: «Wer die schwerste Strafe ertragen kann, ist ein freier Mensch.» «So habe sie es noch nie betrachtet», sagt Dora. Sie lässt Minuten vergehen. Nachdenken ist für sie eine Tätigkeit.» Nachdenken als Tätigkeit, wie kann man sich das vorstellen?







**IT** | Die Fähigkeit nachzudenken wird in unserer Gesellschaft nach meinem Eindruck primär Intellektuellen zugeschrieben, vermutlich weil sie sich durch ein bestimmtes Vokabular hervortun und gut reden können. Dora ist sehr beharrlich und will verstehen, aber sie ist keine Intellektuelle; sie ist eine Krankenschwester, die davon träumt, dass eine bessere Krankenversorgung möglich wäre. – Nachdenken in dem obigen Sinn als Tätigkeit bedeutet zunächst, dass ich einige Schritte zurücktrete von dem, was mir spontan aufgrund der bisherigen Lebensprägung und des angelesenen Wissens glaubwürdig und plausibel erscheint. Es ist ein Prozess des Sich-Öffnens und Infragestellens. Dora tut es: Sie hört Konstantin zu, ohne sofort zu antworten, zieht sich zurück, verarbeitet es einige Tage, prüft nach, recherchiert seine Zitate von Berühmtheiten – und kommt dann einige Tage später mit der nächsten Frage oder mit einer Aussage, bei der man sieht: Sie ist nicht stehengeblieben, sondern hat sich in der Zwischenzeit damit auseinandergesetzt, mental fortbewegt. So wie Konstantin über die Versuche, seine Vergangenheit aufzuarbeiten, auch einen Prozess durchlebt, der ihn freier für das Jetzt macht, ohne sich zu verraten, so bewegt sich Dora, in anderer Art, auch auf ihn zu.

**DKM** | Der letzte Satz des Buches, gesprochen von Konstantin, lautet: «Es hat sich ge-

lohnt.» Aber viele Fragen bleiben, wie seine Frage: «Was war am Anfang – die Freiheit oder das Handeln?», die ich an Sie weitergebe.

**IT** | Ich weiß auch keine einfache Antwort darauf, aber ich weiß, dass es extrem wichtig ist, dass wir über solche Fragen nachdenken. Und weil wir uns in den Abläufen unseres Alltags oft verfangen, kann ein Roman, kann die Literatur uns manchmal so in die notwendige Unruhe versetzen, dass wir innehalten, aufblicken und denken: Vielleicht ist es doch nicht so klar, so fest, wie ich bisher dachte ... Vielleicht ist es ein Gewinn, die stabile Weltsicht, die man oft nur weiter bestätigt haben will, zu hinterfragen? – Viele Leute meinen, selbst zu denken statt Meinungen zu übernehmen sei nur anstrengend, doch es ist wie bei fast allen Dingen eine Sache der Übung: Wenn man beispielsweise lange keinen Sport gemacht hat, ist es zunächst schwer, sich zu motivieren, und man bekommt danach Muskelkater. Aber wenn man regelmäßig trainiert, stellt sich allmählich eine Natürlichkeit der Bewegungen ein, der Körper verlangt es. So ist es auch mit dem Denken, das dazu führt, dass ich mit mir selbst und durch mich selbst einen neuen Schritt machen kann. **Nachdenken ist eine der schönsten und beglückendsten Tätigkeiten, die es gibt, weil es einen lebendig werden lässt!** ■

Mehr zu und von Ilija Trojanow auf: [www.trojanow.de](http://www.trojanow.de)



## Flucht über die Berge

«Spannend wie ein Thriller erzählt Peter Carter von einer merkwürdigen Flucht aus dem Jahre 1943 ... Peter Carter erzählt nicht nur davon, wie der Mann und der Junge sich langsam aneinander gewöhnen, ... sondern er weitet auch immer wieder den Horizont über das konkret-individuelle Geschehen dieser Flucht hinaus, indem er den geschichtlichen Kontext als Hintergrund der geschilderten Ereignisse transparent hält.»

*Stuttgarter Zeitung*

**Rasant und ergreifend erzählt Peter Carter die Geschichte eines italienischen Soldaten und eines jüdischen Jungen auf der Flucht vor den Nazis und der französischen Geheimpolizei.**

Peter Carter

**Gejagt**

Aus dem Englischen von Susanne Levin.

354 Seiten, geb. mit Schutzumschlag

€ 18,90 (D) | ab 14 Jahren

ISBN 978-3-7725-1604-7

[www.geistesleben.com](http://www.geistesleben.com)



# Willkommen in der Fremde

Sehr schnell musste es gehen, als im September letzten Jahres die ersten 450 Flüchtlinge im Rottenburger Stadtteil Ergenzingen ankamen. Über Nacht wurde aus einer ehemaligen Fabrikhalle ein Ort der Hilfsbereitschaft. Die Dankbarkeit der Aufgenommenen ist groß. Diejenigen, die helfen, erleben das jeden Tag. Und sie finden dabei etwas, das aus der Fern- und Mediensicht unsichtbar bleibt: eine Wirklichkeit, die herausfordernd, aber erfüllend und keineswegs bedrohlich ist. ►

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



- **«You are in (72108) Rottenburg-Ergenzingen near Stuttgart (60 km)».** Ein kleiner Anhaltspunkt auf einem Plakat an einer Wand in einer ehemaligen Fabrikhalle, irgendwo in Germany. Irgendwo zwischen weiten Feldern in einem Gewerbegebiet unweit der Autobahn, über die die Busse angerollt sind, mit denen sie hergebracht wurden. Nach langer Fahrt von der Grenze in Bayern, ohne eine Rast, sodass manche von ihnen hier mit nassen Hosenbeinen aussteigen.

Wie die, die hier ankommen, wenig bis nichts über die Gegend wissen, in der sie gelandet sind, wissen die, die hier leben, wenig bis nichts über die Gegenden, aus denen die Menschen aus den Bussen kommen. Fremde treffen auf Fremde. Trotzdem ist Hilfe da. Und diese Hilfe hat nicht lange nach dem Warum gefragt, sondern gleich nach dem Wie: «Wie schaffen wir es, innerhalb von ein paar Stunden eine Unterkunft für 560 Menschen aufzubauen?» Das war die Frage, die Bruno Gross vom Deutschen Roten Kreuz Tübingen um- und antrieb, als er vom Krisenstab des Innenministeriums am 15. September 2015 gegen 15 Uhr über das Kommen der Flüchtlinge informiert wurde. Anschaulich erzählt er vom Ablauf dieses Countdowns, als ungefähr 200 rasch mobilisierte Helfer vom Deutschen Roten Kreuz, dem Technischen Hilfswerk, den Johannitern und dem Bundesgrenzschutz anpackten, um aus dem Nichts, beziehungsweise einer leer stehenden Fabrikhalle, eine Unterkunft mit Schlafplätzen, medizinischer Versorgung, Küche und sanitären Anlagen aufzubauen. Kurz bevor am Abend die ersten 450 Flüchtlinge eintrafen, war es tatsächlich geschafft.

Immer noch ist Gross merklich angetan vom Engagement der meist ehrenamtlichen Helfer. Noch nie, sagt der erfahrene Rotkreuzler, habe er so viele Leute gesehen, die so eine große Hilfsbereitschaft gezeigt haben. Menschen, die Hygieneartikel, Kleidung und Geld gespendet haben, die Fahrdienste oder Übersetzungen anboten, Essen kochten, eine Wäscherei aufbauten, Kleidung wuschen und sortierten oder einfach nur für Fragen da waren wie: «Wo bin ich hier?» – «Gibt es einen Arzt?» – «Wo kann ich eine deutsche SIM-Karte bekommen?»

Mittlerweile ist in der Erstaufnahmeeinrichtung für Flüchtlinge in Ergenzingen Routine eingekehrt, aber die Hilfsbereitschaft hält an. Menschen aus Syrien, Afghanistan, Pakistan, aus dem Iran und dem Irak und anderen Teilen der Welt werden unter dem Dach der großen Halle beherbergt. Die Betten reihen sich eng aneinander, Bauzäune mit Planen unterteilen den Raum. Für manche Familien ergibt sich so ein sichtgeschützter Bereich – von Privatsphäre zu reden wäre übertrieben, die gibt es hier nicht. Ein Dach über dem Kopf, Essen und vor allem Sicherheit für Leib und Leben sind aber ohnehin erst einmal das Wichtigste.

«Die Menschen sind oft in dreifacher Hinsicht traumatisiert», sagt Gross, «zum einen durch die Geschehnisse in ihrem Heimatland, die sie zur Flucht brachten. Dann durch die Erlebnisse auf der Flucht. Und zum Dritten durch den Verlust der Heimat, durch die Tatsache, aus der alten sozialen Rolle, aus ihrem Beruf, ihren Lebensgewohnheiten herausgefallen zu sein und jetzt wie Obdachlose dazustehen.»



Obwohl mittlerweile beinahe 600 Menschen hier untergebracht sind, ist es in der Halle an diesem Nachmittag nicht besonders laut. Gedämpftes Stimmengemurmel, hin und wieder scheppert ein Funkgerät des Sicherheitsdienstes. In einer Ecke klackert ein Tischkicker, dann und wann ein Lachen, wenn ein Tor gefallen ist. Kinder fahren mit Dreirädern die Gänge entlang, die Luft ist schlecht und macht müde. Junge Männer dösen auf ihren Betten oder bereiten sich auf den Deutschunterricht vor, andere sitzen vor einer Steckdosenleiste und warten, dass ihre Mobiltelefone geladen sind.

Warten ist hier Hauptbeschäftigung. Aber das Warten tut nicht gut, sagen sie. «Wir wollen arbeiten. Warten ist ein schlechter Beruf.» – Draußen auf dem Hof fliegt ein Fußball senkrecht in die Luft, ein paar Männer recken den Nacken zurück und warten, auf welchem Fuß er wieder landen wird. An der Autowaschstraße nebenan strahlt ein Hochdruckreiniger über einen Mercedes, ein Laubbläser dröhnt, Blätter und Plastikbecher wirbeln über den Asphalt. Aziz Almohamad Aldarwish sitzt auf einer Bierbank vor der Halle, den Rücken aufrecht an die Wand ge-

lehnt. Ein großer Mann mit intelligentem Blick und schlanken Händen, die er lebendig, aber unaufdringlich mit seinen Worten mit-sprechen lässt. In fließendem Englisch erzählt er von Ar-Raqqa, der Stadt am Euphrat im Nordosten Syriens, aus der er kommt. Im Sommer 2013 wurde sie von den Truppen des sogenannten «Islamischen Staats» eingenommen. Seitdem gilt Raqqa als die Hauptstadt der Verbote, als die Hochburg des IS. Das habe er bald zu spüren bekommen, seine Tätigkeit als Englischlehrer wurde von den Besatzern mehr und mehr behindert. Erst verlangten sie, Mädchen und Jungen getrennt zu unterrichten. Dafür fehlten jedoch sämtliche Kapazitäten. Dass Aziz dieses Problem ansprach, brachte ihm den gefährlichen Stempel des Ungläubigen ein. Ein zweites Mal fiel er auf, als der Unterricht vollständig untersagt werden sollte. Weltlicher Unterricht sei unnötig, habe die Ansage gelautet, es gehe allein darum, die Kinder zum Paradies zu führen. «Ja», erzählt Aziz, «ja», habe er ihnen gesagt, «lasst uns die Kinder ins Paradies führen, aber lassen wir sie vorher noch etwas lernen. Lasst sie vor dem Paradies noch zur Universität gehen!» ▶



## Wer bist du?

Henrietta ist sauer. Seit sie in die Stadt gezogen sind, hat Mama fast die ganze Zeit gearbeitet, und Freunde in der neuen Schule hat sie auch noch nicht. Wer ist das geheimnisvolle Mädchen, das sie manchmal auf den Schaukeln im Hof sieht?

Als Henrietta eines Tages ihre Schlüssel verliert, verrät ihr bald ein Zettel, dass jemand diese gefunden hat. «Eine heimliche Freundin» steht darunter. Wer das wohl sein mag? Henrietta hat viele Fragen und ist entschlossen, Antworten zu finden.

*Ein einfühlsames Mädchenbuch über das Alleinsein und den Zauber eines Neuanfangs – voller Magie und Wärme erzählt!*

Katarina Genar  
**Heimliche Freundin**  
 Aus dem Schwed. von Susanne Dahmann  
 109 Seiten, gebunden | ab 9 Jahren  
 € 12,90 (D) | ISBN 978-3-8251-7943-4  
 @auch als eBook erhältlich  
 www.urachhaus.com

- Ein Lächeln huscht ihm beim Erzählen übers Gesicht, hier, weit weg von der Gefahr. In Raqqa wurden er und seine Kollegen in eine Moschee gebracht. Umstellt von Scherfbewaffneten sei ihnen dort das Unterrichtsverbot erteilt worden. Innerlich gekocht habe er vor Wut, die Kollegen mussten ihn beruhigen – zu groß die Gefahr, besser ruhig bleiben. Das, womit er rechnen musste, wenn er weiter als «Ungläubiger» auffiel, das habe er in den Straßen von Ar-Raqqa deutlich vor Augen geführt bekommen: die zur Strafe Verstümmelten und die Leichen derer, die in Ungnade gefallen waren, hingerichtet und zur Abschreckung liegen gelassen, von Hunden gefleddert. Sein Vater habe ihn schließlich beiseite genommen und ihm zur Flucht geraten. Der Vater war es auch, der das Geld aufbrachte, aus seinem Besitz und dem Geld von Freunden und Verwandten, die er darum bat.

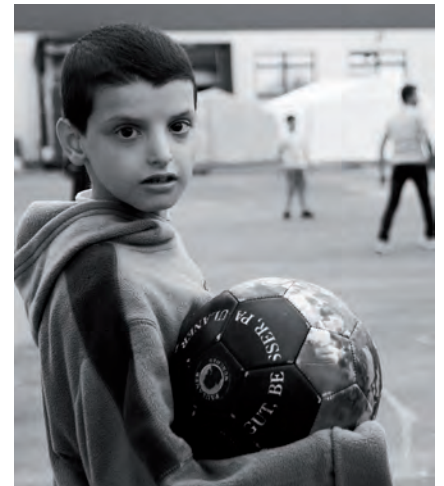
Zwölf Tage hat Aziz' Flucht gedauert, in zwölf Tagen aus der Hauptstadt des IS nach Ergenzingen. Über die Länder, die hier viele der Reihe nach aufzählen, wenn man sie nach ihrer Flucht fragt: Türkei, Griechenland, Mazedonien, Kosovo, Bosnien-Herzegowina, Kroatien, Slowenien, Österreich.

«Für Syrer», sagt Aziz, «ist Deutschland zuallererst eine Verheißung von Frieden, ein Ort der Sicherheit. Dann eine Möglichkeit, Wissen zu erwerben und zu arbeiten.» Syrer seien – für alle liebe sich das natürlich nie behaupten – friedvoll, ihre alte, reiche Kultur bewahre sie davor, dem IS zu folgen. Syrien mit seiner alten Kultur, das Zweistromland, die Wiege der Menschheit. Sollten sich die Verhältnisse dort ändern, will er wieder zurück. Zur Familie, zu den Freunden, zu seinen Schülern und seinem Gemüsegarten. Auf dem Handy zeigt er Bilder von seinen drei kleinen Söhnen. Hin und wieder hat er Kontakt zu ihnen, wenn das Netz in Raqqa funktioniert. Er wiegt das Gerät in der Hand. Wichtig, sehr wichtig sei so ein Smartphone für Leute wie ihn. Mit den Fingern zählt er Gründe auf: Für den Kontakt mit zu Hause. Für die Organisation der Flucht, zur Orientierung auf der Strecke und für den Informationsaustausch mit anderen, die ebenfalls unterwegs sind. So manchen hat das Mobiltelefon auf hoher See durch das Senden eines Hilferufs mit genauen GPS-Angaben vor dem Ertrinken bewahrt. Das Gerät ist Lebensretter, Kompass, Tagebuch und Familienalbum. Speicher für wichtige Dokumente und Nachrichtenquelle. Außerdem nutzen viele es für Übersetzungen.

Eine Frau kommt mit dynamischen Schritten über den Hof und reicht Aziz die Hand. Er erwidert den Händedruck mit einem Lächeln. Alexandra Wirtz ist von hier, ein echtes «Ergenzinger Mädel», wie sie sagt. Sie unterrichtet täglich bis 16 Uhr an einer Grundschule und kommt anschließend ins «Camp», um den Flüchtlingen Deutsch beizubringen. Seit den Anfängen ist sie dabei, als für den Unterricht nur ein Zelt zur Verfügung stand. Für die zwanzig Personen, mit denen sie angefangen hat, reichte das gerade so aus. Aber es kamen immer mehr, die lernen wollten. Schon eine Stunde vor Unterrichtsbeginn standen sie da, um noch einen Platz zu bekommen. Mittlerweile ist die Zahl der Schüler auf 120 gewachsen, und es sind weitere Lehrer hinzugekommen. Statt dem Zelt können nun die Klassenräume einer benachbarten Schule genutzt werden.

Die Klasse von Alexandra Wirtz füllt sich. Bald sitzen siebzug Personen in den Reihen – die Altersspanne reicht von fünf bis über sechzig Jahre. Mit ganzer Aufmerksamkeit folgen sie dem Unterricht und machen sich Notizen. Siebzug hoch konzentrierte Menschen, ein erstaunliches Bild, wenn man die Atmosphäre deutscher Klassenzimmer oder Uniseminare kennt. Wirtz geht das Alphabet durch, jedem Buchstaben ordnet sie ein Ding zu. Alle sprechen nach, laut und begeistert: A – Ampel, B – Banane. M – Mmmaus. Das CH, das Wirtz mit dem Fauchen einer Katze veranschaulicht, ist der Renner. Chhhhhh. Chhhhhh. Chhhhhh. Vielstimmiges Lachen erfüllt den Raum.

«Die wollen», resümiert Alexandra Wirtz den Unterricht. Und sie will auch. Immer wieder hat sie erlebt, wie die anfänglich misstrauische Stimmung bei vielen Bürgern in Ergenzingen umschlug, wenn Flüchtlinge ihnen ein «Hallo» oder «Guten Tag» entgegenbrachten. «Das Eis bricht relativ schnell, wenn Sprache da ist. Das ist meine Antriebsfeder.» Aber auch sie war anfangs skeptisch. Wie würden vor allem die vielen jungen Männer sich ihr gegenüber verhalten? Das sei allerdings überhaupt kein Thema, die seien sehr respektvoll. Überhaupt: die große Dankbarkeit, die da auf sie zukommt, die großen Bemühungen der Menschen, voranzukommen, ihre Offenheit und Freundlichkeit, trotz all dem, was ihnen widerfahren ist. Das zu erleben sei ihr enorm wertvoll. Das alles sei so ganz anders als das mulmige Gefühl, das sie zuvor aus den Medien kannte. Die beängstigenden Bilder aus der Distanz haben sich hier vor Ort in Luft aufgelöst. **«Die Wirklichkeit ist ganz anders», sagt sie. «Aber wenn man nicht da war, spürt man es nicht.»** ■



# Verführte Verführer

von Ruth Ewertowski

Man kann ihn geradezu jammern hören, den kleinen rotnäsigen Amor. Er beschwert sich bei der schönen Frau darüber, dass ihn die Bienen stechen, was freilich kein Wunder ist, da er ihnen ja den Honig gestohlen hat. Außerdem macht er es ja selbst auch nicht anders als die Bienen: So klein, wie er ist, verursachen die Wunden seiner Pfeile doch oft große Schmerzen. Es ist Venus, seine Mutter, die Göttin der Schönheit, bei der er sich beklagt. Sie aber geht gar nicht auf ihn ein. Einzig ihre rechte Hand, die über der Honigwabe schwebt, steht in einem Verhältnis zu Amor. Schwer zu sagen, ob sie ihn besänftigen oder abwehren will. Ansonsten steht sie in unausdeutbarer Haltung mit einem Blick wie Silber neben einem Baum, der eindeutig auf den Baum der Erkenntnis im Paradies verweist.

Lucas Cranach hat das Thema *Venus mit Amor als Honigdieb* über zwanzigmal und immer wieder anders aufgenommen. In dieses Bild hat er so viele Anspielungen hineingelegt, dass einem schwindlig werden kann: Diese Venus ist auch Eva und noch mehr. Sie hält sich im Schritt über einen abgestorbenen Ast an dem Baum des Sündenfalls, um nicht zu stolpern. Zugleich ist dieses Halten aber auch ein Greifen nach dem Verbotenen, mit dem sie fallen könnte. Und auch das ist noch nicht ganz ihr Part, denn sie hat selbst etwas von der Schlange, die in Versuchung führt. Ihr rätselhaftes Lächeln verstärkt die erotische Wirkung ihrer unschuldig-schuldigen Nacktheit, die von dem ausladenden Hut mit den zwölf Federbommeln und dem Halschmuck noch betont wird. So viel Kleidung dort, wo sie auch gut hätte unbekleidet bleiben können, betont ihre sonstige Blöße. Sie ist es, die hier die Pfeile abschießt, die sonst ihr Sohn anlegt. Dabei zielt sie gar nicht so genau, denn ihr Blick geht in eine unbestimmte Richtung. Aber gerade dieses Beiläufige tut seine Wirkung. Sie hat den Betrachter nicht direkt im Visier, und doch ist er der eigentlich Angesprochene. Er wird verführt.



Aber er wird auch gewarnt: Wer nach der süßen Wabe greift, der wird gestochen. Das ist das Los des Menschen, der in der Sekunde dieses Bildes noch die Wahl hat: So wie die Hand über der Wabe schwebt, schwebt der Fuß über dem größten Stein des steinigen Wegs, den der Mensch gehen muss, wenn er zugreift. Dieser Stein trägt übrigens das so bezeichnende Wappentier Cranachs: eine geflügelte Schlange mit Ring im Maul. Damit sind es vier Gestalten, mit denen sich der Kreis des Bildes schließt: neben Amor und Venus der Betrachter und der Maler.

Alle sind in eine prekäre Situation involviert, denn hier droht etwas zu kippen – wie im Hintergrund rechts auf der Felsengruppe unterhalb des Turms ein kaum sichtbares Haus, das so waghalsig an den Stein gebaut ist, dass einem schwankt. Der gestochene Amor ist in einer eindeutigen Situation, über den kann man eher lächeln. Die Hauptwirkung des Bildes aber geht von der überall zweideutigen und verfänglichen Atmosphäre aus. Selbst die Felsen sind durch ihr Spiegelbild im Wasser uneindeutig. Und doch setzt Cranach noch eine Feste ins Bild: Die beiden Hirsche im Dunkel links haben nichts Heikles. Mit ihnen schaut die Unschuld des Tieres in die Szene. Und nicht nur das: Der Hirsch ist ein Symbol Christi. Als Gegenpol zur Schlange steht er hier im Hintergrund und strahlt eine vielleicht besorgte, aber doch souveräne und aufmerksame Ruhe aus, die all dem Schwindelerregenden der drohenden Ereignisse einen gewissen Halt gibt. ■



# Ich wollte Gelb!

von Birte Müller

**Neulich wurde Olivia gefragt, ob sie später Kinder haben wolle.** Sie antwortete spontan, dass sie gerne zwei Kinder hätte: eines behindert und eines nicht. Auf die Frage, ob das Kind eine bestimmte Behinderung haben sollte, sagte sie, das sei egal, Rollstuhl sei auch egal, nur müsste es sprechen können.

Mich hat das sehr gerührt und zugleich auch ein wenig traurig gemacht. Nicht sprechen zu können ist tatsächlich die Einschränkung, unter der unser Sohn Willi (und offensichtlich auch seine Schwester) am meisten leidet. Wer nicht sprechen kann, muss einfach oft schreien. Es war auch schon immer mein wunder Punkt in der Angst um Willis Entwicklung. Und Sprüche wie «Sei doch froh, dass er nicht spricht! Was meinst du, wie es nervt, dass mein Sohn den ganzen Tag quatscht» konnte ich nie lustig finden.

Ich schreibe gerne Listen. Auf einer Liste notiere ich mir besonders schöne Sachen, die Olivia gesagt hat. Darauf stehen zum Beispiel – neben ihrem Kinderwunsch – auch Sprüche wie: «Papa, dein Kopf schaut durch die Haare.» Als kleines Kind sagte sie «langsamzieren» statt «balancieren», und sie dachte, es heiße «Einhörnchen» statt «Eichhörnchen». Einmal stürzte sie mit dem Laufrad und schluchzte laut, sie habe einen «Umfall» gehabt!

Von Willi gibt es so eine Liste nicht. Von ihm gibt es nur eine einzige Stillblüte: An Silvester standen wir am Fenster, und Willi freute sich inbrünstig über jede Rakete am Himmel. Aus Quatsch nannten wir den Funkenregen «Glitzer-Popitzer», worauf Willi danach bei jeder Rakete begeistert die Gebärde für Pizza machte. Lustig!

Ich habe vor Jahren begonnen, eine Liste zu schreiben, in welchen Fällen wir wohl froh sein können, dass unser Kind nicht sprechen kann. Es stehen nur drei Sachen drauf:



1. Willi kann im Kindergarten nicht erzählen, dass er in der Nacht Durchfall hatte.
2. Willi kann nicht Dinge sagen wie: «Papa, dein Kopf schaut durch die Haare.»
3. Willi kann in der Schule nicht erzählen, dass Papa ihm seinen Finger hinhält und «Zieh mal» sagt, um dann laut zu pupsen.

Die «Vorteilsliste», die es gäbe, wenn ein Kind spricht, könnte unendlich lang sein – und ich habe sie deshalb gar nicht geschrieben. Ein sicherer Vorteil am Sprechenkönnen ist auf jeden Fall, dass man nicht im hohen Bogen von der Schaukel fliegt, wenn man versucht, mit Gebärden etwas zu sagen. Mir tut Willi leid – so oft wird er nicht verstanden, und auch wir rätseln oft herum, was seine Laut- oder Handzeichen bedeuten oder warum er weint und schreit.

Natürlich ist es auch mit Olivia anstrengend, wenn ich mich mal kurz auf etwas konzentrieren muss und sie mich dabei durchgängig vollsabbelt, nur unterbrochen von der stereotypen Aufforderung: «Mama, guck mal!» Aber nie im Leben würde ich das wegtauschen. Deswegen bin ich immer etwas neidisch auf jene Kinder mit Down-Syndrom, die sprechen können. Was für eine lange Liste könnte ich dann mit Willis Worten schreiben und mich daran erfreuen! Vor einiger Zeit habe ich in einem Elternforum eine Geschichte gelesen, die ich so lustig finde, dass ich sie hier erzählen möchte: Ein Junge mit Down-Syndrom ging mit seiner Mutter zum Friseur. Genussvoll ließ er alles mit sich geschehen, bekam aber am Ende, als die Friseurin sagte, sie sei fertig, einen richtigen Anfall. Auf die Frage, was denn falsch sei, antwortete er empört: «Ich wollte Gelb – wie Helene Fischer!» Vielleicht ist das der Grund, warum Willi so sehr weint, wenn wir ihm die Haare schneiden. Vielleicht will er Gelb – und wir wissen es nicht, er kann es ja leider nicht sagen. ■

# Wer sind eigentlich «die Fremden»?

von Rolf Bauerdick

**Hinter manchen Worten lauern Falltüren.** Öffnen sie sich, droht der Abgrund des Unbekannten, von dem wir nicht wissen, ob wir uns darin verlieren oder ob wir darauf vertrauen dürfen, auf sicherem Terrain zu landen. Die *Fremden* ist so ein Wort. Ein tückischer Begriff. Er wiegt uns in der Sicherheit, glauben wir doch zu wissen, wovon wir reden. Aber der Begriff ist hohl. Eine Worthülse, die wir nach Gutdünken mit unseren Weltbildern füllen, um die anderen zu benennen, die nicht so sind wie wir. Doch wer soll das sein? Die Fremden! Ist ihnen doch ein vertrackter Wesenszug eigen, der es nahezu unmöglich macht, über sie etwas zu sagen oder zu schreiben. Hält man sich von ihnen fern, dann bleiben sie die Fremden. Geht man auf sie zu, dann verflüchtigt sich ihre Fremdheit mit jedem Schritt der Annäherung. Was allerdings nicht ausschließt, dass das eigene Befremden bisweilen wächst. Womöglich sogar darüber, dass die Fremden so fremd gar nicht sind.

Vor dreißig Jahren tauschte ich das vertraute Terrain des Akademikers und Theologen gegen eine Existenz als Autor und Fotograf, die mir wie geschaffen schien zur Befriedigung von Reiselust und Weltneugier. Ob bei den Maya im Hochland von Guatemala oder im Tempel der Göttin Kali in Kalkutta, ob unter bibeltreuen Klapperschlangensekten in den Appalachen oder den Tzigani in Transsilvanien – stets begegnete ich Menschen, bei denen die Schnittmenge kultureller Gemeinsamkeiten auf den ersten Blick nicht sonderlich groß war. Fremd war mir das Leben des Schamanen Pedro Chechewak, der jeden Tag den Opferhügel in seinem Dorf Momostenango erklimmte, um wohlriechendes Harz zu verbrennen, dessen Rauch Gebete zum Himmel trug, deren Sinn selbst mein versierter Dolmetscher nicht begriff. Auch wenn mir ein indischer Tempelpriester im Detail erklärte, wann und wo die Muttergöttin Kali bösartige Dämonen mit dem Schwert geköpft hatte, so wird mir das

Labyrinth der hinduistischen Götterwelt wohl immer fremd bleiben. Wie auch der Gedanke, zur Prüfung meiner Glaubensfestigkeit mit Giftschlangen zu hantieren.

Eine Zeit lang verkörperten für mich die Zigeuner die Fremden schlechthin. Sie schienen mir das anarchische, ungezähmte Andere zu repräsentieren, den Ort einer diffusen, gewiss auch romantisierenden Sehnsucht, die sich allerdings in Anbetracht ihrer Ausgrenzung und Armut verflüchtigte. Wo immer sie in der Geschichte auftauchten, meistens blieben sie die Fremden. Gerüchte eilten ihnen voraus, Furcht vor ihrer Andersartigkeit trat ihnen entgegen und schlug oft um in Hass und Verfolgung. Aber auch umgekehrt waren für die *Tzigani* alle Nichtzigeuner die Fremden, die sogenannten *Gadsche*, eine Bezeichnung, die auch Dummkopf oder Feind bedeuten kann. Zwar entsinne ich mich keiner Situation, in der man mir die Tür verschlossen hätte, dennoch blieb ich trotz aller Offenheit und Herzlichkeit nicht selten der Fremde, der die Roma nicht verstand. Nur ist ein Autor in einer privilegierten Lage. Er kann von seinem Nicht-Verstehen erzählen.

*Die Fremden*, so heißt auch eine Skulptur, die der Künstler Thomas Schütte erstmals 1992 auf der *Documenta 9* installierte. Seit dem Sommer 2015 sind Teile der überlebensgroßen Figuren aus glasierter Keramik wieder in Kassel am Friedrichsplatz zu sehen. Hoch oben auf dem Portikus eines Kaufhauses. Bemerkenswert ist: Nicht ihr Aussehen, ganz gleich ob asiatisch, afrikanisch oder europäisch, lässt die Figuren als «die Fremden» erscheinen, sondern ihr gesenkter Blick und ihre melancholische Verschlussenheit in ihrer fernen Unnahbarkeit.

Die Fremden gleichen einer Leinwand, auf die sich jede Phantasie projizieren lässt. Der bloße Gedanke an sie löst unterschiedlichste Impulse aus. Die einen reagieren neugierig und fasziniert, andere gleichgültig und desinteressiert, wiederum



Foto: cydonia / photocase.de

andere abwehrend und feindselig. Je geringer das Selbst- und Weltvertrauen, so scheint es, desto stärker die Furcht.

Dem Furchtsamen sind die Fremden eine Gefahr. Wer sich indes seiner eigenen Kultur und Identität bewusst ist, vermag sich durchaus von anderen abzugrenzen, aber er braucht diese Abgrenzung nicht zur eigenen Selbsterhaltung.

Doch nicht nur Furcht und Feindseligkeit machen die Fremden zu Fremden, die sozialromantische Verklärung und wohlfeiler Moralismus ebenfalls. Anstatt den Fremden zu begegnen und ihr Anderssein zu erkunden, haben wir sie unserer Vorstellungswelt angepasst und der semantischen Kontrolle unterworfen. Politisch korrekte Begriffe suggerieren, den Fremden Achtung und Respekt zu erweisen, ohne sich ihnen wirklich annähern zu müssen. So wurden aus Indios Indigenas, aus Eskimos Inuits und aus Ausländern Mitbürger mit Migrationshintergrund. Gegen ihr eigenes Identitätsempfinden werden große Teile europäischer Ethnien, die sich selber Tzigani, Cigány oder Gitanos nennen, kurz Zigeuner, als «Sinti und Roma» tituliert. Doch sind uns die Menschen hinter den Begriffen durch ihre

Umbenennung tatsächlich weniger fremd und vertrauter geworden?

#### **Ent-Fremdung erfordert Begegnung.**

Daher soll die Geschichte mit dem Schamanen Pedro Chechewak nicht unerzählt bleiben. In der Nacht, bevor ich mit dem Maya-Priester den Opferhügel hinaufstieg, war ich gestürzt. Meine rechte Hand schmerzte und schwoll so stark an, dass ich nicht mehr in der Lage war, den Auslöser meiner Kamera zu drücken. Pedro schaute sich die Malaise an, trank ein Fläschchen Schnaps, bespuckte die Hand mit demselben und beschwor mir fremde himmlische Mächte. Zu meinem Erstaunen verflüchtigten sich die Schwellung und die Schmerzen binnen weniger Augenblicke. – Aus Dankbarkeit machte ich den Fehler, den Heiler mit Geld entlohnen zu wollen. Doch er winkte ab: «Behalte deine Dollars. Geld bringt den Menschen kein Glück.» Dann fiel mir das Schweizer Messer in meiner Fototasche ein. Staunend entdeckte der Alte die vielen Funktionen. Dann strahlte er, als stolzer Besitzer eines Taschenmessers, das eine halbe Werkzeugkiste ersetzte. Als wir uns verabschiedeten, gingen zwei beglückte Männer auseinander, die ihre Fremdheit miteinander geteilt hatten. ■

Rolf Bauerdick ([www.rolfbauerdick.de](http://www.rolfbauerdick.de)) ist Autor und Fotograf. Für seinen Roman «Wie die Madonna auf den Mond kam» wurde er 2012 mit dem «Europäischen Buchpreis» ausgezeichnet. 2013 erschien sein viel diskutiertes Buch «Zigeuner – Begegnungen mit einem ungeliebten Volk», 2015 sein Roman «Pakete an Frau Blech».



## *Odyssee des Lebens*

Beric wird als Baby aus dem Meer gerettet und wächst bei einer keltischen Familie auf. Doch wen der Druiden nicht gutheißt, der hat bei den Kelten auf Dauer keinen Platz. So wird Beric als junger Mann ausgestoßen – seiner römischen Herkunft wegen. Die Römer aber lernt er zunächst als Sklave kennen ...

*«Fantastisch gelungen sind die Darstellungen der menschlichen Abgründe ... Sehr angenehm: Die Autorin pauschalisiert und polemisiert nicht. So erscheinen auch die einzelnen Römer selber sehr differenziert, wenn es um Dekadenz und Intrigen, aber ebenso um Selbstdisziplin oder um Empathie geht.»*

*pax et gaudium*

Rosemary Sutcliff  
**Der Ausgestoßene**  
 Aus dem Engl. von Birgitta Kicherer.  
 277 Seiten, gebunden  
 € 10,- (D) | ab 12 Jahren  
 ISBN 978-3-7725-2173-7  
[www.geistesleben.com](http://www.geistesleben.com)

# Januar

**SO 03**  
☾ ☾ ☾ 21<sup>h</sup>

40. Woche nach Ostern

**SO 10**  
● Neumond 02:31, ☽ ☾ 19<sup>h</sup>

41. Woche nach Ostern

☉ 08:27 / 16:26  
☾ 01:23 / 12:33

Kaspar

☉ 08:24 / 16:35  
☽ 08:11 / 17:32

**MO 28** KW 53  
1715 Joanna Koerten † in Amsterdam, niederl. Scherenschnitt-Künstlerin (\* 17.11.1650 in Amsterdam)

**MO 04** KW 1

**MO 11** KW 2  
1966 Alberto Giacometti †, Schweizer Bildhauer (\* 10.10.1901).

Balthasar

**DI 29**

**DI 05**

**DI 12**

Vor 40 Jahren (1976) starb die britische Schriftstellerin Agatha Christie (\* 15.09.1890).

Letzte der 13 Heiligen Nächte

**MI 30**  
1865 Rudyard Kipling \*, Schriftsteller und Autor des «Djunglebuches» († 18.01.1936).

David: Hirte, König, Psalmendichter

**MI 06**  
Epiphania / Dreikönigstag  
In Baden-Württemberg, Bayern, Sachsen-Anhalt und Österreich ges. Feiertag

**MI 13**  
Vor 75 Jahren (1941) starb der irische Schriftsteller James Joyce in Zürich (\* 02.02.1882 Rathgar bei Dublin).  
1616 Antoinette Bourignon de la Porte \* in Lille, flämische Mystikerin und Separatistin († 30.10.1680 in Franeker/ Friesland).

**DO 31** Dezember  
☾ ☾ ☾ 18<sup>h</sup>

Silvester

**DO 07**  
☾ ☾ ☾ 2<sup>h</sup>, ☾ ☾ ☾ 6<sup>h</sup>  
Vor einem Jahr verübten die Brüder Saïd und Chérif Kouachi einen terroristischen Anschlag auf die Redaktion des Satire-Magazins «Charlie Hebdo» in Paris und erschossen insgesamt 12 Menschen.

**DO 14**  
☾ ☾ ☾ 19<sup>h</sup>, ☽ ☾ ☾ 16<sup>h</sup>

**FR 01** 2016

Neujahrstag

**FR 08**

**FR 15**  
1866 Nathan Söderblom \*, Mitbegründer der ökumenischen Bewegung († 12.07.1931).

**SA 02**  
● Letztes Viertel

Melchior

**SA 09**  
☾ ☾ ☾ 5<sup>h</sup>

**SA 16**

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

«Oh! kennstest du die innre Kraft der Liebe,  
Du möchtest eh' mit Schnee ein Feuer zünden,  
Als Liebesglut durch Worte löschen wollen.»

Julia, eine edle Veroneserin, zweiter Aufzug / siebte Szene  
William Shakespeare, «Die beiden Veroneser»  
Aus dem Englischen von Dorothea Tieck

SO 17

☽ ☿ 20h, ● Erstes Viertel

42. Woche nach Ostern

⊙ 08:19 / 16:45  
☾ 11:52 / 00:59

MO 18

KW 3

DI 19

MI 20

☽ ☿ 9h

☼ Sonne tritt in das astronomische Sternbild Steinbock.  
☼ Sonne tritt in das astrologische Tierkreiszeichen Wassermann.  
Beginne mit der Monatstugend: «Diskretion – wird zu Meditationskraft.» Nach Bauernregel Wachstumsbeginn.

DO 21

☽ ♀ 9h

Vor 66 Jahren (1950) starb der engl. Schriftsteller George Orwell in London. Er schrieb zwei weltberühmte Dystopien: «Animal Farm» (1945) und «1984» (1949), (\* 25.06.1903 in Motihari/Bengal, Indien).

FR 22

☽ ♃ 18h

SA 23

1516 Ferdinand II. †, König von Aragón (\* 10.03.1452).  
1866 Peter Joseph Lenné †, preuß. Gartenkünstler (\* 29.09.1789).

SO 24

○ Vollmond 02:46

43. Woche nach Ostern

⊙ 08:11 / 16:57  
☾ 17:48 / 07:59

MO 25

KW 4

1366 Heinrich Seuse (Suso) †, Mystiker (\* 21.03.1295).

Tu be Schewat (Neujahr der Bäume), israelischer Feiertag.  
Gedenktag des Erlebnisses von Paulus vor Damaskus.

DI 26

MI 27

Gedenktag für die Opfer des Nationalsozialismus

DO 28

☾ ☿ 1h

Vor 20 Jahren (1996) starb der russ.-amerik. Dichter und Literaturnobelpreisträger Joseph Brodsky in New York (\* 24.05.1940 in Leningrad).

FR 29

1866 Romain Rolland \* in Clamecy/Burgund, franz. Schriftsteller. Er schrieb eine große Anzahl Künstler-Biographien und -Romane. Große Beachtung fand sein Roman-Zyklus «Jean-Christophe» (1904 – 1912). 1916 erhielt er den Nobelpreis für Literatur († 30.12.1944 in Vézelay).

SA 30

1933 «Machtergreifung» der Nationalsozialisten in Deutschland. Beginn einer 12-jährigen Ära der Diktatur, des Rassenschwahns und der Barbarei.

SO 31

1866 Friedrich Rückert † in Neuses bei Coburg, dt. Dichter, insb. der «Kindertodtenlieder» (\* 16.05.1788 in Schweinfurt).

44. Woche nach Ostern

⊙ 08:02 / 17:09  
☾ 00:11 / 11:02

Redaktion: Lin

**LANZ: Nein, in einer ganzen Stunde werde ich nicht mit Weinen fertig; alle Lanze haben nun einmal den Fehler.** Ich habe mein Erbteil empfangen, wie der verlorne Sohn, und gehe mit Herrn Proteus an den kaiserlichen Hof. Ich denke, Krabb, mein Hund, ist der allerhartherzigste Hund auf der ganzen Welt; meine Mutter weinte, mein Vater jammerte, meine Schwester schrie, unsre Magd heulte, unsere Katze rang die Hände, und unser ganzes Haus war im erbärmlichsten Zustand, da vergoss dieser tyrannische Köter nicht eine Träne; er ist ein Stein, ein wahrer Kieselstein, und hat nicht mehr Nächstenliebe als ein Hund; ein Jude würde geweint haben, wenn er unsern Abschied gesehn hätte; ja, meine Großmutter, die keine Augen mehr hat, seht ihr, die weinte sich blind bei meinem Fortgehn. Ich will euch zeigen, wie es herging: dieser Schuh ist mein Vater; nein, dieser linke Schuh ist mein Vater; – nein, dieser linke Schuh ist meine Mutter; nein, so kann es nicht sein; – ja, es ist so, es ist so; er hat die schlechteste Sohle; dieser Schuh mit dem Loch ist meine Mutter, und dieser mein Vater; hol' mich der Henker! so ist's; nun dieser Stock ist meine Schwester, denn seht ihr, sie ist so weiß wie eine Lilie und schlank wie eine Gerte; dieser Hut ist Hanne, unsere Magd, ich bin der Hund; – nein, der Hund ist er selbst, und ich bin der Hund, – ach! der Hund ist ich, und ich bin auch ich selbst; ja, ja, so ist's. Nun komme ich zu meinem Vater; Vater, Euern Segen; nun kann der Schuh vor Weinen kein Wort sprechen; nun küsse ich meinen Vater; gut, er weint fort; – nun komme ich zu meiner Mutter (oh, dass sie nur sprechen könnte, wie ein Weib, das von Sinnen ist!); gut, ich küsse sie; ja, das ist wahr: das ist meiner Mutter Atem ganz und gar; nun komme ich zu meiner Schwester; gebt acht, wie sie ächzt; nun vergießt der Hund keine Träne, und spricht während der ganzen Zeit kein Wort; und ihr seht doch, wie ich den Staub mit meinen Tränen lösche.\*

\* Lanz ist der Diener von Proteus, des einen der «beiden Veroneser» bzw. des einen der «Zwei Herren aus Verona», wie die Komödie von William Shakespeare auch sonst auf deutsch genannt wird. «The Two Gentlemen of Verona» ist eines der frühesten Theaterstücke Shakespeares, wohl in den Jahren 1588 – 1591 entstanden, doch nicht nachweislich zu Lebzeiten aufgeführt. Proteus beteuert seine Liebe zu Julia; doch verrät er diese, sobald er Silvia, die Tochter des Herzogs von Mailand, erblickt, in die sein bester Freund Valentin verliebt ist. So begeht er gegen seine Geliebte wie auch gegen seinen Freund einen

unverzeihlichen Verrat, der doch am Ende von beiden verziehen wird.  
«Treue / Nur fehlt dem Mann, vollkommen sich zu nennen» ruft Proteus, der Wankelmütige, am Ende aus, nachdem er zuvor feststellen musste: «In Liebe, / Wem gilt da Freundschaft?» Shakespeare zeigt schon zu Beginn seiner theatralischen Sendung sein Genie in der hier abgedruckten Rede (zweiter Aufzug / dritte Szene, in der Übersetzung von Dorothea Tieck) des Dieners Lanz über die Unfähigkeit seines Hundes Mitgefühl zu zeigen. Er wird uns in diesem Jahr begleiten.



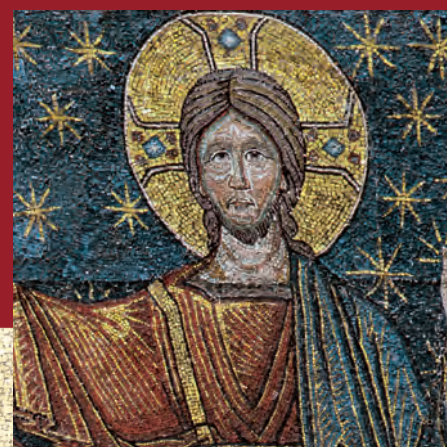
## Herzstück von Florenz

Am Anfang steht eine tiefe Betroffenheit besonderer Art, die sich aus dem Erleben – insbesondere der goldschimmernden Engelhierarchien des Kuppelmosaiks – ergab: Olaf Oltmann geht der Frage nach, welche geistigen Überlegungen hinter dem Bildprogramm des Kuppelmosaiks stecken. Zum einen zeigt er die Verbindung zwischen den Engelhierarchien und den abgebildeten Bibelszenen. Zum anderen legt er Beziehungen zur Hierarchienlehre des Dionysius Areopagita, Schüler des Apostels Paulus, offen.

*«... der Glanz und die Glorie von etwas Verlorenem, von dem man aber denken kann, es auf eine neue Weise wieder finden zu können, das Erleben von Größe, Schönheit und Heiligkeit als noch immer erlebbarer Reflex dessen, was Engel sind.»*

Olaf Oltmann

Olaf Oltmann: *Das Baptisterium von Florenz*. Die Darstellung der Engelhierarchien in den Kuppelmosaiken. | 269 Seiten, mit zahlr. farbigen Abb., geb. mit SU | € 39,90 (D) | ISBN 978-3-7725-2730-2 | [www.geistesleben.com](http://www.geistesleben.com)



# Wie Neues beginnen kann

von Wolfgang Held

## Das neue Jahr beginnt mit einer großartigen Konstellation:

Am 7. Januar, einen Tag nach dem Tag der Heiligen Drei Könige, stehen Venus, Saturn, die Mondsichel und der Stern Antares eng beisammen am Morgenhimmel. Wer gegen 7.45 Uhr den Blick nach Südosten lenkt, dem wird vermutlich zuerst Venus, der strahlende Morgenstern, ins Auge springen. Dann entdeckt man links von ihr die Mondsichel und unterhalb der Sichel den gelblich schimmernden Planeten Saturn. Bei bester Sicht könnte es gelingen, den funkelnden Stern Antares unterhalb der drei Wandelsterne zu entdecken. Die Konstellation ist eindrucksvoll, auch deshalb, weil sich mit ihr ein einjähriger Bogen von planetarischen Begegnungen schließt.

Es mag in der heutigen kriegerischen Lage merkwürdig scheinen, aber 2015 war astronomisch ein Jahr der Venus, ein Jahr des Planeten der Schönheit und der Liebe, denn Venus hat im Lauf des Jahres alle Planeten in herausragenden Begegnungen «besucht». Interessanterweise hat sie sich während dieser Wanderschaft an die übliche Reihenfolge gehalten: So stand sie im Januar 2015 für einige Wochen mit Merkur am Abendhimmel, um dann im Februar mit Mars am Horizont entlangzuziehen. Über Wochen, ja Monate waren beide Wandler zusammen zu entdecken. Dann folgte im Sommer eine mehrfache Begegnung mit Jupiter. Mit Venus und Jupiter waren so Liebe und Weisheit am Firmament vereint – eine eindrucksvolle Konjunktion. Aus diesem «Paar» wurde im Oktober ein Trio: Mars, Jupiter und Venus standen im Löwen beisammen.

Im Januar 2016 erfolgt gewissermaßen der letzte Akkord dieser Symphonie planetarischer Begegnungen. Venus ist so weit vorangeschritten, dass sie im Skorpion den einzigen fehlenden Wandelstern erreicht – Saturn. Wie verschieden, ja polar sind



Abbildung: Wolfgang Held / Sternkalender 2016

die Lichtäußerungen der beiden Wandler. Jetzt, wo sie kaum einen Vollmonddurchmesser voneinander entfernt sind, lässt sich ihr so verschiedenes Leuchtverhalten deutlich erfahren. Während Venus verschwenderisch mit ihrem Licht den Umkreis erfüllt, ist bei Saturn nur ein mildes Schimmern auszumachen. Doch es ist weniger die Helligkeit, die hier zählt, als vielmehr der besondere Stellenwert von Saturn. Die Sterne des Tierkreises können sich gegen das Dämmerlicht kaum durchsetzen, aber Antares, der Hauptstern des Skorpion, ist doch unterhalb der Planetenversammlung zu entdecken. In scharfem Kontrast zum ruhigen Glanz von Saturn funkelt der rötliche Stern unruhig. Es könnte gut sein, dass die Innerlichkeit und Ruhe von Saturn – ergänzt durch den malerischen Ausdruck der Mondsichel – genügen, um Antares dessen Skorpionattribute zu nehmen.

Doch wie ist es zu verstehen, dass sich in der Begegnung mit Saturn der Lauf von Venus schließt? Saturn ist der Planet des Wachstums und der inneren Reife, und so ist es naheliegend, dass Saturn die Frage stellt, ob es gelingt, dass aus den Erfahrungen während dieses Begegnungszyklus seit Januar 2015 nun Fähigkeiten wachsen. Diese Fähigkeiten, so könnte man die Konjunktion von Venus im Skorpion interpretieren, ist weniger eine Frage äußerer Initiative und Leidenschaft als vielmehr die Bereitschaft – denn dafür steht Skorpion –, für die Zukunft des Neuen eine Verwandlung, einen Sterbeprozess zu gestalten. Venus mit Saturn im Skorpion rückt die Frage ins Bild, ob man auch Negatives, auch Absterbendes lieben lernen kann. Venus bei Saturn bringt all die Begegnungen und Bewegungen der letzten Monate zur Ruhe. Venus bei Saturn im Skorpion erinnert daran, dass Neues beginnen kann, wenn alte Formen auch sterben dürfen. ■

**Wolfgang Held** studierte Pädagogik und Mathematik und war viele Jahre Mitarbeiter der Mathematisch-Astronomischen Sektion am Goetheanum, gegenwärtig ist er dort im Bereich Kommunikation und Öffentlichkeitsarbeit tätig. Jüngst erschien sein Buch «Im Zeichen des Tierkreises.

Leben mit den Sternen» (ISBN 978-3-7725-2546-9).

# Gesunde Entwicklung

## Was brauchen Babys wirklich?

von Dr. med. Karin Michael

Mit großer Hingabe und Sorgfalt bemühen sich Eltern heute bereits in der Schwangerschaft um die bestmöglichen Rahmenbedingungen für ihr Kind. Zahlreiche Zeitungsartikel, Studien, Ratgeber, Apps und Internetforen wollen die (werdenden) Eltern unterstützen. Wie kann man in dieser verwirrenden Fülle von Informationen die Übersicht behalten?

**Viele Eltern suchen den Rat von erfahrenen Hebammen, Gynäkologen oder Kinderärzten**, um gemeinsam zu überlegen, was für die jeweilige Familie wirklich wichtig ist. Denn Patentrezepte, die gleichermaßen für alle gelten, gibt es kaum. Jedes Kind, das auf die Welt kommt, ist anders, jede Familie ist anders. Dementsprechend können die geeigneten Bedingungen für die Geburt, für die ersten Wochen, fürs Stillen, für Vorsorgemaßnahmen wie Impfen oder für präventive Strategien zur Allergievermeidung sehr unterschiedlich sein. Wichtig ist vor allem zu wissen, dass gerade in den allerersten Wochen und Monaten die Wechselwirkungen zwischen Medizin und Pädagogik besonders eng sind. Das heißt, dass sich vieles, was Eltern in diesen ersten Wochen und Monaten tun (oder nicht), auf die spätere Gesundheit ihrer Kinder auswirken kann. Oder, wie es in der *Kindersprechstunde* heißt: «Ein Kind in den ersten Lebensmonaten umgibt ein besonderer Zauber. Obwohl äußerlich gesehen Schlafen, Ernähren und Gedeihen diese Zeit prägen, werden hier die wesentlichen Grundlagen für eine gesunde neurologische Entwicklung, Sinneswahrnehmung und zwischenmenschliche Beziehung gelegt.»

**Ankommen im Leben** Alle schwangeren Frauen (und ihre Partner!) machen sich Gedanken über die Geburt. Dabei kommt natürlich auch immer wieder das Thema Kaiserschnitt auf.

Die Kaiserschnittraten sind in den vergangenen Jahren immens gestiegen, mittlerweile auf rund ein Drittel aller Geburten in Deutschland. Dieser Anstieg ist nicht medizinisch begründet. In einschlägigen Internetforen ist ein regelrechter Kampf für oder gegen Kaiserschnitte entbrannt. Da tut es gut, sich an die Fakten zu halten. In einer großen dänischen Langzeitstudie wurde beobachtet, dass die per Kaiserschnitt entbundenen Kinder ein um 20 Prozent erhöhtes Risiko für Immun-Erkrankungen wie

Asthma, Allergien oder chronisch entzündliche Darmerkrankungen haben, auch wenn man über die genauen Ursachen bisher nur spekulieren kann. Andere Ursachen sind inzwischen wissenschaftlich erforscht: Bei einer natürlichen Geburt wirkt sich der Druck des Geburtskanals positiv auf die Entfaltung und Belüftung der Lunge des Säuglings aus. Außerdem bieten die gesunden Keime im Geburtskanal der Mutter einen ersten hilfreichen Anstoß für die Entwicklung des kindlichen Immunsystems. Und auch der Stress, den ein Baby bei einer natürlichen Geburt erlebt, wird inzwischen positiv bewertet, da die starken Eindrücke auf das Nervensystem das Kind dabei unterstützen, eine angemessene Regulation bestimmter Reflexe zu entwickeln, die für Schutzmechanismen, motorische Entwicklung und Wahrnehmung wichtig sind.

**Die ersten Minuten und Stunden im Leben eines Kindes sind etwas ganz Besonderes.** Das Stichwort heißt «Bonding». Also die frühe Beziehungsförderung zwischen Eltern und Kind. Auch dazu wird inzwischen viel geforscht. Heute wissen wir, dass der direkte Hautkontakt und die hormonellen Einflüsse (Glückshormone!) bei der Mutter die Eltern-Kind-Beziehung nachhaltig verändern. In sogenannten «baby-freundlichen» Krankenhäusern werden diese Erkenntnisse zunehmend berücksichtigt, sodass dort in den ersten Stunden jede unnötige Untersuchung und Trennung von Eltern und Kind vermieden wird. Wie gut, dass wir diesem wichtigen Ereignis heute immer öfter ungestört Raum und Zeit geben können! Das gilt übrigens auch für den Umgang mit Kaiserschnittentbindungen: Auch auf dem Operationstisch kann der Mutter ihr Kind auf die Brust gelegt werden.

Zur ersten Zeit mit dem Baby gehört natürlich auch das Stillen. Auch wenn wieder viel mehr Mütter stillen, kann es gar nicht oft genug wiederholt werden: Stillen ist das Beste für das





Foto: Simon86 / photocase.de

Kind – nährstoffreich, praktisch, kostengünstig. Studien belegen mittlerweile auch, dass ein voll gestilltes Kind ein deutlich geringeres Risiko hat, später akute Infektionskrankheiten oder Immunerkrankungen wie Asthma, Neurodermitis oder Allergien zu bekommen. Dazu kommt, dass Stillen den Aufbau einer gesunden Darmflora begünstigt und präventiv gegen späteres Übergewicht wirkt. Auch die Gesundheit der Mutter profitiert: Bei stillenden Frauen bildet sich die Gebärmutter besser zurück, außerdem erkranken sie seltener an bestimmten Krebsarten wie Brust- und Eierstockkrebs.

**Herausfinden, was gut ist** Die genannten Beispiele zeigen, dass Eltern viel dazu beitragen können, dass ihr Kind gesund aufwächst. Trotzdem gibt es in der Kinderheilkunde mit ihren engen Wechselwirkungen zwischen Medizin und Pädagogik wenig Schwarz oder Weiß, sondern viele Zwischentöne.

Heute reden alle vom Stress, den schon (kleine) Kinder haben. Viele Eltern sorgen sich deshalb. Dabei gilt: «Kein Stress» ist nicht gut, sondern das richtige Maß an «Eustress», also an positivem Stress. Denn positive Stressoren sind entwicklungsfördernd und anregend für Organ-

funktionen. Das fängt beim Stress im Geburtskanal an und zieht sich durch die folgenden Monate und Jahre.

Kinder wollen sich den kleinen und größeren Herausforderungen des Lebens stellen – der erste freie Schritt, die erste Fahrt auf der Rutschbahn, der erste Sprung ins Wasser ... Daran wachsen sie. Die Eltern dürfen gelassen zuschauen. Auch in der Hygiene geht es nicht um «Ganz oder Gar nicht»: Nicht «kein Keimkontakt» ist das Ziel von Gesundheitsförderung in den ersten Lebensjahren, sondern der gesunde Aufbau einer Flora und der umsichtige Umgang mit Infektionen und deren Symptomen. Das stärkt das Immunsystem und macht es «kompetent».

Auch die Ernährung kennt viele Zwischentöne: Nicht der neueste Hype (sei es die noch weiter optimierte Flaschennahrung, Vitalstoffe zur Nahrungsergänzung oder vegane Trends) ist immer das Beste, sondern eine gesunde und ausgewogene Kost, viel Bio, aber auch mal etwas Süßes.

Nur von einem können Kinder in dieser ersten Lebenszeit eindeutig nicht zu viel bekommen: von der Wärme, Nähe und Liebe ihrer Eltern. ■

**Dr. med. Karin Michael**, Fachärztin für Kinder- und Jugendmedizin, Kinderonkologie, Anthroposophische Medizin (GAÄD-Zertifikat), ist Oberärztin der Kinderambulanz am Gemeinschaftskrankenhaus Herdecke: [www.gemeinschaftskrankenhaus.de](http://www.gemeinschaftskrankenhaus.de). Zusammen mit Dr. med. Wolfgang Goebel und Dr. med. Michaela Glöckler hat Karin Michael den Ratgeber «**Kindersprechstunde**» (20. Auflage) herausgegeben.



Edmond Schoorel

## WÄRME

und ihre Bedeutung  
für das heranwachsende Kind

Urachhaus

### Warm – wärmer – richtig!

Das Aufwachsen in einer von Wärme geprägten Atmosphäre ist die beste Voraussetzung dafür, dass ein Kind später sich selbst und seinem Umfeld achtsam und voller Zuneigung und Offenheit begegnet. Entstanden aus der praktischen Arbeit, bietet dieser hilfreiche Ratgeber einen umfassenden Überblick darüber, was Eltern für eine gesunde Entwicklung ihrer Kinder tun können.

*Wärme ist einer der wichtigsten Aspekte in der Erziehung – wenn nicht der wichtigste überhaupt. Der Kinderarzt Dr. Edmond Schoorel zeigt, wie Eltern, die ihr Kind mit Wärme, Achtsamkeit und Zuneigung erziehen, das Fundament für seine positive Entwicklung legen können.*

Edmond Schoorel  
Wärme und ihre Bedeutung  
für das heranwachsende Kind  
100 Seiten, mit zahlr. Abbildungen, kartoniert  
€ 12,90 (D) | ISBN 978-3-8251-7917-5  
Jetzt neu im Buchhandel | [www.urachhaus.com](http://www.urachhaus.com)

# Peter Carter

## Eine Stimme im Ohr

von Jean-Claude Lin

«**Peter Carter war ein brillanter und tiefgründiger Jugendbuchautor**», schrieb Elizabeth Hodgkin in ihrem Nachruf auf den vor bald siebzehn Jahren am 21. Juli 1999 verstorbenen anglo-irischen Autor in der britischen Tageszeitung *The Independent*. Ich hatte leider nicht das Glück, Peter Carter zu besuchen, in seine sanften, doch prüfenden wie auch schelmischen Augen zu schauen. Aber den Tonfall seiner Stimme habe ich lesend wie auch am Telefon zuhörend kennen und lieben gelernt.

Als er im Sommer 1999 starb, war einige Monate vorher sein großer «Western» *Abschied von Cheyenne*, der 1998 im Verlag Freies Geistesleben erschienen war, für den *Deutschen Jugendliteraturpreis* nominiert worden. Der am 13. August 1929 geborene Peter Carter konnte allerdings dann doch nicht mehr für den Preis berücksichtigt werden, da dieser nur dem Werk eines lebenden Autors verliehen wird. Ich hatte aber im Zuge der Nominierung wie auch des nahenden 70. Geburtstag des Öfteren mit ihm telefoniert. So hatte ich seine warme, anteilnehmende und engagierte Stimme im Ohr. Und mehr noch – ich hatte seine Stimme, wie ich sie in den drei zuvor wieder bzw. erstmalig auf Deutsch erschienenen Romanen kennen und schätzen gelernt: in *Die Sentinel* über die Sklavenschmuggler im Jahr 1840, in *Kinder des Buches* über die Belagerung Wiens durch die Heere des Osmanischen Reichs im Jahr 1683, wie auch in *Gejagt* über die denkwürdige und atemberaubende Flucht eines einfachen italienischen Soldaten mit einem jüdischen Jungen vor den Nazis und der französischen Geheimpolizei im Herbst des Jahres 1943. Vor allem aber hatte ich die Stimme im Ohr, die Peter Carter dem jungen Ben Curtis in *Abschied von Cheyenne* verliehen hatte. Kaum je zuvor war mir die Sprache

einer Romanfigur wochenlang nach der Lektüre so intensiv in Klang und Rhythmus im Ohr geblieben wie jene von Ben.

Als im Jahr 2000 Peter Carters Erstlingsroman *Madatan* postum erschien, konnten die Leserinnen und Leser erfahren, dass diese Geschichte von einem Jungen aus dem achten Jahrhundert, der von Wikingern verschleppt und versklavt wird, und später, als er nach England gelangt und lesen lernt, die Weite der Welt und die Freiheit entdeckt, ein in vieler Hinsicht autobiografischer Roman ist. In seinem im August 1986 für eine Neuauflage von *Madatan* geschriebenen Nachwort hebt Peter Carter einen roten Faden seiner schriftstellerischen Tätigkeit hervor: **Er habe immer gegen den Fatalismus geschrieben**. Der Mensch unterliege nicht einem vorbestimmten detaillierten Plan seines Lebens. Er habe in den allerschwierigsten Situationen auch die Möglichkeit, sich zu erheben, seinem Leben selbst eine eigene Prägung und Wendung zu geben.

Peggy Morgan von der Universität Oxford hat einmal sehr eindrücklich die Kunst Peter Carters charakterisiert: «Die Ideen, Situationen und Charaktere, die ihn interessieren, sind jene Grenzfälle, bei denen die äußeren, konventionellen Muster von Freiheit und Gerechtigkeit, Recht und Unrecht, Gut und Böse, von Individuum und Gesellschaft, Gnade und Verdammung von einer prophetischen und zutiefst persönlichen Stimme vorgestellt, beleuchtet und hinterfragt werden. Carter hat ein spezielles Interesse an Religions- und Sozialgeschichte, und er besitzt die Fähigkeit, Themen in ihrer tieferen Dimension zu behandeln; dadurch können sie höchsten geistigen Rang beanspruchen.»

So ist Peter Carter heute noch – und gegenwärtig besonders – ein Autor, dessen Stimme gehört werden sollte. ■



Peter Carter während des Schreibens seines Romans «Madatan» 1973

SQUARE MAGIC EXTRA

NEUJAHRSWÜNSCHE 2016

	Glück	Gesund- heit	Harmo- nie					
					Freude	Gesund- heit		Kraft
	Erfolg							Freude
	Harmo- nie		Ruhe	Friede	Erfolg			Gesund- heit
			Gesund- heit		Glück			
Friede			Freude	Harmo- nie	Kraft		Erfolg	
Gesund- heit							Ruhe	
Kraft		Harmo- nie	Glück					
					Ruhe	Friede	Glück	

Von Christa Ludwig nach einem Sudoku von JC

# Liebe Leserin, lieber Leser

**Alles, was wir einmal in die Welt setzen, kommt zurück.**

Zuweilen ist die Form so verwandelt, dass wir die Verwandtschaft dessen, was uns begegnet, gar nicht wiedererkennen. Es ist uns ganz fremd geworden. Ganz so weit erging es mir neulich nicht. Zu einem runden Geburtstag im alten Jahr kam mir das oben gesetzte Sudoku ins Haus geflogen – mit den besten Wünschen statt mit den üblichen Zahlen 1 bis 9 versehen.

Da in dem ursprünglichen zugrunde liegenden Sudoku eine Zahl gänzlich fehlte, durfte ich mir – von der geschätzten Schriftstellerin, die mir diese Überraschung bescherte, dazu beherzt aufgefordert – zu den acht vorgegebenen guten Wünschen zum neuen Lebensjahr einen neunten selbst bestimmen. Die Freude daran und den Spaß an der Lösung dieses einfallreichen Sudokus möchte ich mit Ihnen teilen.

Wie bei einem regulären Sudoku, so auch hier, sollen in jeder Zeile, jeder Spalte und jedem 3 x 3-Quadrat die guten Wünsche Ruhe, Friede, Erfolg, Glück, Kraft, Harmonie, Freude, Gesundheit und der neunte, selbst auszuwählende Wunsch, nur einmal vorkommen. Mit ruhigem, folgerichtigem Denken lassen sich dank der bereits vorgegebenen Felder alle leeren Felder mit den fehlenden Wünschen füllen. Welche schöne Aussicht auf das neue Jahr!

So wünsche ich Ihnen ein fröhliches, von der ruhigen Kraft des Denkens erfülltes und heiteres Jahr 2016!

Von Herzen, Ihr  
Jean-Claude Lin

PS: Wer weitere «hintersinnige» und mit Zahlen versehene Sudokus von JC lösen möchte, kann dies mit dem in schönem Leinen gebundenen Band «Square Magic – 9 x 9 hintersinnige Sudokus» tun, der im Verlag Freies Geistesleben erschienen ist (ISBN 978-3-7725-2081-5).

# Wo die Liebe hinfällt

## Der Blick durch die rosarote Brille

von Monika Kiel-Hinrichsen

**Es ist Schulschluss. Helena rennt hastig die Treppen hinunter, um die Straßenbahn noch zu erreichen, dabei läuft sie dem neuen Kollegen Hendrik in die Arme.** Ein braun gebranntes, offenes Gesicht, das von blonden Locken umspielt wird, blickt sie an. Hendrik nutzt die Gelegenheit und bittet sie um einen kollegialen Austausch. «Ich muss zum Zahnarzt», stöhnt Helena und wirft ihre rote Haarmähne nach hinten. «Sollen wir uns verabreden?»

Am Abend sitzen sie im Club zusammen und tauschen sich bis tief in die Nacht über ihre Schulerfahrungen aus. Hendrik berührt sie dabei manchmal zart am Arm. Helena wundert sich, dass alles in ihr vibriert. Sie hat sich doch nicht etwa in Hendrik verliebt? Sie mag seine ruhige, besonnene Art, seine Stimme und sein gepflegtes Aussehen. Hendrik wiederum fühlt sich von Helena angezogen. Sie hat so etwas Unkompliziertes, Kumpelhaftes, das macht es ihm leicht, sich ihr gegenüber zu öffnen.

Die folgenden Wochen erleben die beiden als Highlight. Manchmal findet Helena kleine Briefe in ihrem Fach, die sie in der Pause verschlingt. Sie verbringen die meisten Nächte entweder bei ihr oder bei ihm und fühlen sich wie zwei Magnete zueinander hingezogen. Bis Hendrik nach einigen Monaten auf die Bremse tritt: «Mir wird es irgendwie zu eng mit uns. Ich hab das Gefühl, überhaupt kein eigenes Leben mehr zu haben. Meine Freunde haben sich von mir zurückgezogen, weil ich immer alle Dates abgesagt habe. Ich brauche wieder mehr Zeit für mich!» Helena ist verletzt darüber, aber wenn sie ehrlich ist, geht es ihr nicht anders. Auch sie fühlt sich schon länger unfrei und reagiert Hendrik gegenüber manchmal gereizt. Sie beschließen, sich nur noch dreimal in der Woche zu sehen.

Es tritt eine größere Distanz auf, die Helena zu schaffen macht. Sie merkt, dass sie eifersüchtig auf seine Freunde reagiert,

unter denen auch eine Ex-Freundin Hendriks ist. Und geht ihr ständiges Nachfragen auf die Nerven, weil er den Eindruck hat, dass sie ihm nicht vertraut. Helena wirft ihm seine Wortkargheit vor und unterstellt ihm, er habe sich am Anfang ihrer Beziehung mit «falschen Federn» geschmückt. Denn er ist nicht mehr so gesprächig, und er achtet weniger auf sein Äußeres.

Es wechseln sich die Sehnsucht nach Zweisamkeit mit der Kritik am anderen ab, bis es zu einem handfesten Streit kommt. Die Grundsatzfrage «Beziehung ja oder nein» taucht auf! Helena, jetzt Anfang dreißig, ist der «ewigen Verliebtheit» müde. Sie möchte endlich eine feste Beziehung und spricht von Kinderwunsch, fragt sich, ob Hendrik der Richtige ist. Ihr Bauchgefühl sagt Ja. Aber wenn er so unverbindlich wird, dann ... Hendrik wird weich und wieder offener, allerdings bereitet ihm die Sache mit den Kindern Bauchweh. Er ist 29 Jahre und fühlt, dass er nach dem Studium gerne noch ein bisschen mehr Freiheit genießen möchte – die er sich aber gut mit Helena vorstellen kann.

Die Auseinandersetzung tut beiden gut! Sie suchen nach neuen Formen der Begegnung, aus der sich dann die Perspektive entwickelt, in einem Jahr zusammenzuziehen. Zunehmend mehr freuen sie sich auf diese Zeit, sitzen manchmal samstags über der Zeitung und schauen sich Wohnungsangebote an. Aber bis zum nächsten Jahr ist ja Gott sei Dank noch ein bisschen Zeit.

«Verliebtheit macht blind» heißt ein altes Sprichwort. Aber wofür macht es denn eigentlich blind? Was wäre, wenn wir gleich zu Beginn einer Beziehung unser Gegenüber in der ganzen Komplexität seiner Persönlichkeit erkennen würden? Wahrscheinlich würden dann viele Beziehungen gar nicht erst zustande kommen. In der Verliebtheit begegnen wir dem Teil unseres Gegenübers, der er sein möchte und noch nicht sein kann. Gerade aus der Verliebtheit heraus, aus dieser starken



Foto: Francesca Schellhaas / photocase.de

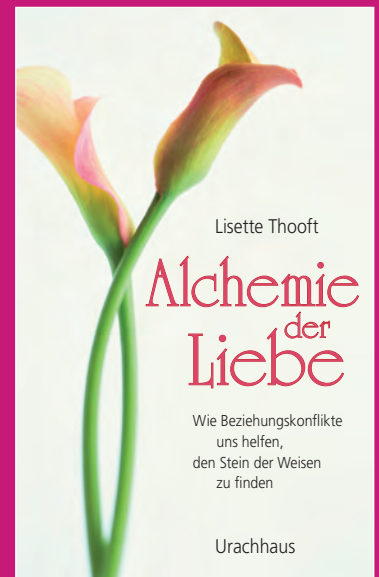
Anziehungskraft zweier Menschen, schaffen wir es, über uns hinauszuwachsen, uns dem anderen von unserer besten Seite zu zeigen. Was Helena Hendrik in ihrer Auseinandersetzung unterstellt – er habe sich mit «falschen Federn» geschmückt –, können wir auch allgemeiner fassen: Wir haben etwas vom Urbild des anderen gesehen, an das wir uns in der Beziehung immer im positiven Sinne erinnern und diesem Bild treu bleiben können, auch wenn wir den anderen nun wahrnehmen, wie er wirklich oder noch ist. Legen wir zu stark unser eigenes Wunschbild an, wird die Partnerschaft dadurch oft stark belastet.

Eine Partnerschaft hat ähnlich wie der Mensch eine eigene Biografie. So sind gerade die ersten drei Jahre von großer Bedeutung. Das kleine Kind lernt in den ersten drei Jahren gehen, sprechen und denken und sagt dann im dritten Lebensjahr «ich» zu sich selbst. In der Beziehung finden wir eine gewisse Entsprechung dazu: Im ersten Jahr sind wir meist sehr aufeinander bezogen, fast so eng verbunden wie Eltern und Kind. Helena und Hendrik haben ihre Verliebtheit ausgekostet, bis Hendrik bremste und damit deutlich machte, dass er sich ein Stück in der Beziehung zu verlieren drohte. Sich nach großer Nähe wieder voneinander zu entfernen tut

weh und kann verunsichern, wie wir bei Helena gesehen haben. Konkurrenz und Verlustgefühle können sich breitmachen. Erst wenn wir in der Beziehung lernen, über unsere Gefühle, Bedürfnisse und Wünsche offen zu sprechen, kann sich zwischen zwei Individuen das Tor vom Ich zum Du weiter öffnen. Hierin liegt dann ein großes Entwicklungspotenzial für die Partnerschaft – und damit kann ich mich auch wieder dem annähern, der ich sein möchte. Hier findet jetzt die Grundsatzfrage wie bei Helena und Hendrik Raum: «Beziehung ja oder nein?»

Fragen zu können geht nicht ohne Denken, ohne Reflexion: Was erlebe ich am anderen, was bedeutet er mir? Warum sind wir uns begegnet? Was haben wir schon miteinander erlebt? Wo kann die gemeinsame Aufgabe und Hingabe für die Zukunft liegen? Ist es beim kleinen Kind das Ich-Sagen im dritten Lebensjahr, so ist es in der Partnerschaft das bewusste «Wir-Sagen», das uns eine gemeinsame Identität verleiht. Doch diese hat man nicht einfach, sie muss erst errungen werden, und wie beim Kind gibt es dann auch immer wieder Trotzanfälle in der Beziehung, um diese neue Identität durch Widerstand zu vertiefen und stabiler werden zu lassen. ■

**Monika Kiel-Hinrichsen** arbeitet neben ihrer Vortrags- und Seminartätigkeit in der Paar- und Familienberatung, Mediation, Supervision und Biografiearbeit in ihrer Praxis in Hersel / Bonn: [www.kiel-hinrichsen.de](http://www.kiel-hinrichsen.de)



## Die *Chemie* der Partnerschaft

Warum kämpfen Männer und Frauen miteinander, obwohl sie sich eigentlich lieben? Wieso verhalten sich Frauen so oft wie Drachen und Männer wie Roboter? – Wer meint, dies seien Allgemeinplätze, der täuscht sich. Denn diese Gegensätze sind tief in der Natur des Menschen verwurzelt. Ihre Verwandlung und gegen-seitige Steigerung gelingt durch alchemistische Prozesse, die sich in jeder Beziehung vollziehen. Wer sie kennt und beherrschen lernt, kann wahres «Gold» schaffen – für sich selbst und die Partnerschaft.

*Lisette Thoof zeigt anschaulich und mit Humor, wie sich die alten alchemistischen Prinzipien auf jede Partnerschaft fruchtbar anwenden lassen.*

Lisette Thoof  
**Alchemie der Liebe**  
Wie Beziehungskonflikte uns helfen,  
den Stein der Weisen zu finden  
152 Seiten, geb. mit SU | € 15,90 (D)  
ISBN 978-3-8251-7650-1 | [www.urachhaus.com](http://www.urachhaus.com)

# Kindheits- legenden

gelesen von Simone Lambert

**Das Neue Testament enthält außer der Weihnachtsgeschichte nur eine weitere Begebenheit aus der Kindheit Jesu, die Geschichte vom Zwölfjährigen im Tempel.** Die frühen Christen hat die Informationslücke von 30 Jahren zwischen der Geburtsgeschichte und dem Wirken des erwachsenen Jesus nicht gestört; im Mittelalter aber wurden aus den Apokryphen die Kindheitslegenden zusammengestellt. Sie sind ein Produkt der Volksfrömmigkeit, des Wunsches, sich ein Bild zu machen. Historisch sind sie nicht belegt.

Jakob Streit hat einige Legenden ausgewählt und erzählt sie für Kinder. Es sind die Hirten, die Heiligen Drei Könige, die Erlebnisse auf der Flucht, die Zeit in Ägypten und die Wunder nach der Rückkehr in Nazareth, von denen er berichtet – mild, warm, weich, zart. Poetische Schilderungen vom Glühwürmchen und den silbrig schimmernden Fischschuppen, die ihr Licht von den Engeln oder Sternen haben, von der Nachtigall, deren betörender Gesang Mariens Wiegenlied für das Jesuskind nachahmt, verbinden Jesus sogar mit Schönheit und Fruchtbarkeit in der Natur, die Kinder gerade erst entdecken.

Selbst das Kind Jesus ist bereits wundertätig. Das leprakranke Mädchen verliert den Aussatz und gesundet. Das Kind bestraft den Spielverderber und erweckt ihn von den Toten. Das Korn, das der kleine Jesus gesät hat, vermehrt sich wundersam und niemand muss Hunger leiden. Diese erstaunlichen Taten, vom Kind mit Selbstverständlichkeit vollbracht, als könne es nicht anders, reflektieren die Wunder, die er als Erwachsener vollbringen wird. Und seine Begegnungen weisen auf die Passion, die er auf sich nehmen wird.

Jakob Streit schildert das Jesuskind als vom ersten Moment an fähig zur Sprache, zum aufrechten Gang, zum Handeln. Übrigens gleicht dies der Jesusdarstellung im Koran ebenso wie der Kindheitslegende Buddhas.

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



Jakob Streit  
**Kindheitslegenden**  
Kindheit und Jugend Jesu

137 Seiten, gebunden  
mit Schutzumschlag  
13,90 EURO  
Verlag Freies Geistesleben  
ISBN 978-3-7725-2480-6

(ab 7 Jahren)

Von Anfang an folgt das Kind seinen eigenen Gesetzen. Das zeigt sich zunächst den Eltern und Erwachsenen gegenüber, später dann vor dem (religiösen) Gesetz. Seine Autonomie widerspricht der bestehenden Macht- und Rechtlosigkeit der Juden.

Man mag den Legenden vorwerfen, sie idyllisierten den Gottessohn, der ja ein Menschensohn war, denn sie vermitteln kein klares Bild seiner menschlichen Persönlichkeit. Man kann ein wundertätiges Jesuskind nicht lieben, wie man einen anderen Menschen liebt. Doch die Legenden sind nicht der Versuch, einen emotionalen Zugang zu Jesus zu finden, sondern sie zeigen seine Wirkung. Von Jesus geht Ansteckung aus: Nächstenliebe, Mitgefühl und gerechter Zorn, die seinem Handeln zugrunde liegen, wirken viral. Die ihn nur sehen, sie wandeln ihr Leben: sie gesunden, helfen, leben und erzählen davon. Heute will man Ansteckung vermeiden; man hält sich von Kranken fern, um Viren zu entgehen, man lässt sich impfen, um sich zu immunisieren. Aber es gibt auch positive Ansteckung. Streits *Kindheitslegenden* öffnen das Herz für eine solche Ansteckung. Dieser Mensch, der andere im Kern erreichte und ihr Leben änderte, soll Kinder mit dem Abglanz seines Wesens motivieren, das Leben eines Christen zu leben.

Was dieses Virus mit Kindern macht, konnte man am Gesicht des kleinen Buben sehen, dem sein Vater erklärte, die Blumen, niedergelegt am Ort der Massaker in Paris vom 13. November, würden gegen die Waffen der Attentäter helfen. Es wurde wieder froh. ■

**Jakob Streit hat Legenden aus dem Leben Jesu ausgewählt und erzählt sie für Kinder – mild, warm, weich und zart.**

## Liebe Kinder!

*Ich wünsche euch ein gutes neues Jahr!  
Mögen euch eure Träume beflügeln in dem,  
was ihr tut – und eure Wünsche in  
Erfüllung gehen.*

*Kennt ihr eigentlich den Wunschvogel?  
Und für selbstgemachte gebrannte Mandeln  
ist es doch auch im Januar noch die beste  
Zeit – oder?*

*Voller Freude auf alles, was kommt,  
grüße ich euch herzlich,  
eure Daniela Drescher*



### Der Wunschvogel

Viele von euch haben wahrscheinlich schon mal eine Sternschnuppe am Nachthimmel gesehen und sich dabei etwas gewünscht. Wisst ihr, dass das Wünschewünschen mit dem kleinen Wunschvogel genau so gut klappt?

Ihr erkennt ihn an einem blauen Band, das er im Schnabel hält. Wenn ihr ihn also seht, dann wünscht euch schnell etwas.

Für die **gebrannten Mandeln** braucht ihr:

- 200 g ganze, geschälte Mandeln
- 2 gehäufte EL Rohrohrzucker
- 2 EL Wasser
- etwas Zimt

So wird's gemacht:

Wasser, Zucker und Zimt in eine Pfanne geben, verrühren und wenn sich der Zucker aufgelöst hat, die Mandeln dazugeben.

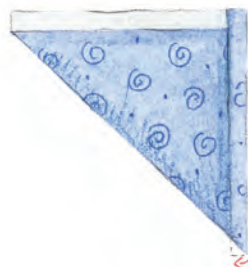
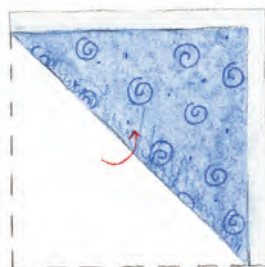
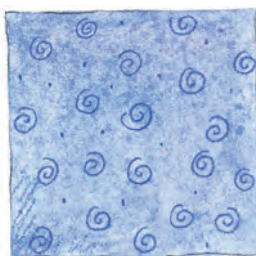
Dann bei mittlerer Hitze so lange rühren, bis euch ein karamelliger Duft in die Nase steigt und die Mandeln einen dünnen, trockenen «Zuckermantel» haben. Abkühlen lassen und dann in eines der selbstgemachten Tütchen füllen!



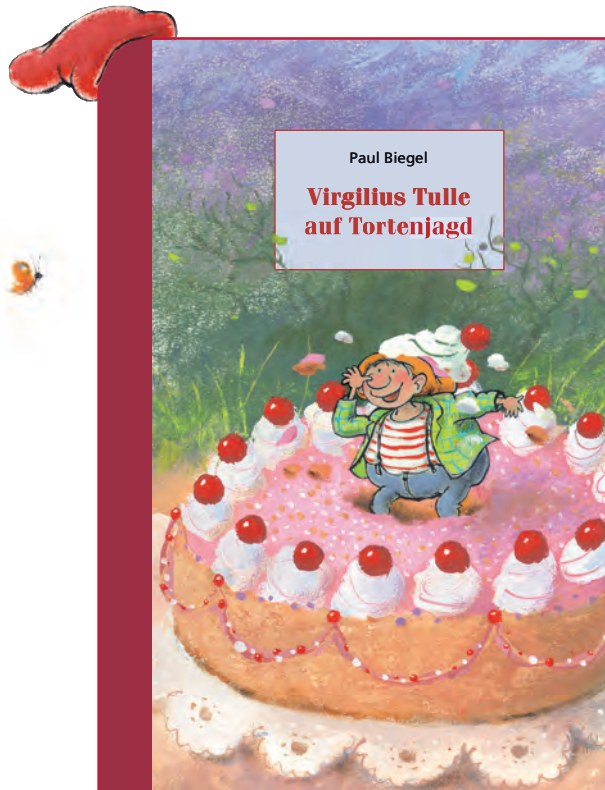
Für die **Tütchen** braucht ihr: • Papier • Schere • Kleber • Stifte

So wird's gemacht:

- Papier zu einem Quadrat zurecht schneiden (z.B. 14 x 14 cm) und dann eine Seite bemalen.
- Nicht ganz in der Mitte falten, so dass eine Überlappung entsteht.
- Überlappung umknicken und ankleben – fertig!



# Typisch Virgilius Tulle!



Virgilius Tulle, der kugelrunde Zwerg mit den verrückten Ideen, will einfach nur zum Bäcker, um eine Torte zu holen. Doch daraus entsteht ein erdrutschartiges Abenteuer, bei dem er aus einer Bedrängnis in die nächste gerät. Wie konnte er bloß vergessen, dass die Menschen Zwerge nicht einfach ihrer Wege ziehen lassen?

*Paul Biegel bietet erneut eine pffiffig gewürzte Kostprobe seiner großartigen Erzählkunst. Mies van Hout hat fröhliche, herzerwärmende Illustrationen dazu geschaffen.*

Paul Biegel: **Virgilius Tulle auf Tortenjagd** | Mit farbigen Illustrationen von Mies van Hout | Aus dem Niederländischen von Marie T. Schins | 112 Seiten, geb. | €13,90 (D) | ab 6 Jahren | ISBN 978-3-8251-7808-6 | [www.urachhaus.com](http://www.urachhaus.com)



*«Hinreißend erzählt Paul Biegel die spannende und im wahrsten Sinne des Wortes «süße» Geschichte, die Mies van Hout detailverliebt und zartfarbig illustriert hat ... Bei dieser turbulenten Geschichte, die ohne den Matrosen Jan sicherlich nicht so fröhlich und gut ausginge, werden auch erwachsene Vorleser ihre helle Freude haben.»* Christiane Steger, Amtsblatt Blumberg







## Das *a tempo* Preisrätsel

Im Dezember 2015 traf sich die Welt in Paris zum Klimagipfel. Was die Beschlüsse bringen werden, ist noch ungewiss – und liegt zugleich in der Hand eines jeden Einzelnen. Was das neue Jahr 2016 bringen wird, ist auch noch unbekannt – im Rätsel aber werden wir auf Tiere aufmerksam machen, deren Bestand wegen des Klimawandels und anderer menschlicher Übergriffe bedroht ist. Den Anfang macht ein Geschöpf, das einem Märchen entsprungen und dessen wissenschaftlicher Gattungsname *Monodon* in einer mythischen Sage beheimatet sein könnte. Seine eigentliche Heimat aber ist der Arktische Ozean. Hier sucht das bis zu fünf Meter lange Säugetier stets die Nähe des schwindenden Packeises, das ihm Schutz vor Fressfeinden und Jägern bietet. Das «Markenzeichen» (das vorwiegend, aber eben nicht nur, Männchen haben) des heute nur noch rund 60.000 Exemplare zählenden Tieres war und ist Hauptanlass für die Jagd nach ihm und Grund für allerlei Interpretationen. Es ging um Imponier- und Machtgehabe, um Fortpflanzungs- und Verteidigungsverhalten. Durch Martin Nweeia, Experte für Biomaterialwissenschaften sowie restorative Zahnheilkunde und passionierter Forscher, aber wissen wir, dass dieses «Markenzeichen» als «hydrodynamischer Sensor» fungiert und mit zehn Millionen winziger Nervenverbindungen die Ver-

änderungen von Wassertemperatur und -druck sowie die Konzentration chemischer Substanzen registrieren kann. «Ein Zahn als Sinnesorgan – in dieser komplexen Form und Kombination hat es das noch nicht gegeben», schreibt Nweeia begeistert und ruft zum Schutz dieser seltenen und scheuen Polarbewohner auf.

**Lösungswort:**



Eine andere wunderbare Geschichte ums gesuchte Lösungswort können Sie kennenlernen, wenn Sie mit etwas Glück eines der fünf verlorenen Bücher, *Was niemand weiß*, von Tonke Dragt (Text) und Annemarie van Haeringen (Illustration) gewinnen! ■ (mak)

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 **20.01.2016** (Datum des Poststempels / der Rechtsweg ist ausgeschlossen). Die letzte der gesuchten Sinfonien im Jahrgang 2015 und somit die Lösung der Dezember-Ausgabe ist die *Schicksalssinfonie*. Die Gewinnerinnen und Gewinner werden schriftlich benachrichtigt.

## 数独

## Das *a tempo* Sudoku

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

Square magic 113

Wie im Himmel, so auf Erden

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

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

Lösung: Einsame Hunde – Zugabe 12

# Nach dem Krieg

von Dominik Rose

Erstaunlich ruhig, geradezu zärtlich mutet die Eröffnung von Joachim Triers drittem Film *Louder than Bombs* an, gemessen an den Erwartungen zumindest, die sein Titel weckt: Ein Baby ist geboren, die Eltern Jonah (Jesse Eisenberg) und Amy (Megan Ketch) erfreuen sich inmitten der Stille des nächtlichen Krankenzimmers am Nachwuchs. Jedoch gibt die sterile, auf unterkühlte Funktionalität ausgerichtete Atmosphäre des Krankenhauses bereits einen subtilen Hinweis darauf, dass das neue Familienglück fragil ist und sich an den Widrigkeiten des Alltags erst noch bewähren müssen.

Die Zerrüttungen innerhalb einer Familie und die nicht heilenden Wunden eines schweren Verlustes stehen im Zentrum der Geschichte: Jonahs Mutter Isabelle (Isabelle Huppert), eine renommierte Kriegsphotografin, ist wenige Jahre zuvor bei einem Autounfall ums Leben gekommen und hat neben Jonah noch Ehemann Gene (Gabriel Byrne) und den jüngeren Sohn Conrad (Devin Druid) zurückgelassen. Eine geplante Ausstellung zum Werk der Mutter veranlasst Jonah zu einem Besuch in seinem Elternhaus, um bei der Auswahl der Fotografien zu helfen. Dort stehen die Dinge nicht zum Besten: Der geplante Zeitungsartikel des mit Isabelle befreundeten Fotografen Richard (David Strathairn) droht die Hintergründe ihres Todes zu enthüllen, der kein Unfall war, sondern der Suizid einer von ihren Erlebnissen auf den Kriegsschauplätzen der Welt traumatisierten Frau, eine erschütternde Wahrheit, die Gene seinem jüngsten Sohn aus Rücksichtnahme nie offenbaren konnte.

Der verschlossene Conrad wehrt sich nun vehement gegen die Versuche des Vaters, mit ihm über den Tod der Mutter zu reden, und verliert sich stattdessen in die Fantasiewelt seiner Computerspiele. Gene wiederum hat genug mit sich selbst und dem Schatten zu kämpfen, den Isabelles Suizid über sein Leben



geworfen hat, und beginnt eine heimliche Affäre mit Conrads Lehrerin Hannah (Amy Ryan). Auch Jonah bemerkt, dass er sich – konfrontiert mit dem Ballast an Problemen, von denen die Familie niedergedrückt wird – allmählich von seiner Frau entfremdet, und beginnt sich wieder mit seiner Ex-Freundin Erin (Rachel Brosnahan) zu treffen.

*Louder than Bombs* ist, zugespitzt formuliert, ein Film über Kriegsversehrte. Das Schlachtfeld ist in diesem Sinne die auseinander gebrochene Familie, in der das Schweigen untereinander bisweilen so unerträglich wird, dass es tatsächlich «louder than bombs» ist. Die Erzählweise mit ihren Rückblenden zu der Zeit vor dem Tod Isabelles, den eingeschobenen Intermezzi von Kriegsphotografien und diversen Traumsequenzen ist fragmentarisch. Diese formale, elegant komponierte Struktur spiegelt treffend die zersplitterte Wirklichkeit einer Familie, die unter der Last der schmerzhaften Erinnerung nur unzureichend in das gegenwärtige Leben zurückfindet; andererseits ist der Erzählton, den der Film dabei anschlägt, derart gedämpft und emotional zurückgenommen, dass die gesamte Handlung wie unter einem bleischweren Dunstschleier liegt, der einen Zugang zu den Figuren erschwert – recht nah mag man ihnen und ihrem Schicksal nicht kommen. Umso überraschender erfolgt dann die finale Katharsis, die am Ende bei aller vorangegangenen Tristesse noch eine hoffnungsvolle Stimmung verbreiten soll, aber so forciert und abrupt daherkommt, dass man kaum folgen kann. ■

«*Louder than Bombs*», ein Film von Joachim Trier, läuft ab dem 7. Januar 2016 in den deutschen Kinos.

Ilse Wellershoff-Schuur

**Am Kreuz der Erde**Ein Reisejournal  
aus dem Heiligen Land

Urachhaus



## Vom Zusammenleben der Religionen

Seit Jahren leitet Ilse Wellershoff-Schuur Reisen nach Israel. Die Begegnung mit christlichen, jüdischen und muslimischen Geistlichen steht dabei ebenso auf dem Plan wie der Kibbuz-Besuch. Ihr lebendiges Reisetagebuch ist eine hervorragende Einführung für eine Reise ins Heilige Land und eine spannende Lektüre für alle, die sich für ein friedliches Zusammenleben der Religionen interessieren.

*«Selbst im «extremen» Jerusalem existiert so etwas wie eine übergreifende religiöse Friedensbewegung ... Es ist hier immer die Frage, ob Religion polarisiert oder verbindet.»*

Ilse Wellershoff-Schuur

Ilse Wellershoff-Schuur  
Am Kreuz der Erde  
Ein Reisejournal aus dem Heiligen Land  
317 Seiten, mit zahlreichen Fotos, kartoniert  
€ 19,90 (D) | ISBN 978-3-8251-7909-0  
www.urachhaus.com

### Kleinanzeigen

**Ursprüngliches Griechenland:** Sonne! Traumhaus am Meer! Natur pur: Strand, Berge, Kräuterduft, Sternschnuppen, Reiten! Ganzjahresziel Mani/Südpeloponnes, 3 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

**Skifahren in der Gasteiner Bergwelt!** Gut ausgestattete 1-Zi.-Fewo (45 m²) für 2–3 Pers. dir. am Kurpark in Bad Hofgastein/ Österreich zu vermieten. Tel.: 0 71 56/ 3 19 67; E-Mail: gabihoch@gmx.de

**Westerland am Südwäldchen, 2-Zi.-Whg.,** ab 350,00 €/ 1 Wo. Tel. 0 40/6 47 18 19  
E-Mail 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, www.Ferienhaus-Bad-Muskau.de

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

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

[www.neuberger-biografie.de](http://www.neuberger-biografie.de) Tel. 0 73 71/18 47 84

[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)

**PhotoZen – Bilder für die Seele.** Online-Fotokurs für mehr Leichtigkeit & Freude.  
[www.janamaenz.photography](http://www.janamaenz.photography)

**Suche «händeringend» das Kinderbuch** über den Schäfer mit seinen 100 Schafen, 7 Hunden und 4 Buben! Nachricht an: svonschwänenflugel@sfr.fr

**Kongress Meditation und Gesundheit –** Vorträge & Übungs-Workshops vom 18.–20. März 2016 in der Freien Waldorfschule Kreuzberg. Programm & Anmeldung: [www.gesundheit-aktiv.de/meditation](http://www.gesundheit-aktiv.de/meditation)

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



Tagung von Fr. 26. Feb. bis So. 28. Feb. 2016 im Rudolf Steiner-Haus Stuttgart  
Anthroposophische Gesellschaft Stuttgart in Kooperation mit  
der AKANTHOS-Akademie und Kunstplanbau e.V. Berlin

## Meditation in Ost und West – Ich und Nicht-Ich und die Rolle des Denkens

Vorträge mit  
Rudi Ballreich  
Christoph Hueck  
Andreas Neider  
Doris Zölls  
Volker Zotz

Workshops mit  
Rudi Ballreich, Frater Gregor Baumhof,  
Arndt Bay, Corinna Cleide, Steffen Hartmann,  
Christoph Hueck, Elisabeth von Kügelgen,  
Thich Duc Tinh (Hue An), Doris Zölls, Volker Zotz

Informationen und Anmeldung:  
Anthroposophische Gesellschaft Stuttgart  
Tagungsbüro | Andreas Neider und Laurence Godard  
Zur Uhlandshöhe 10 | D-70188 Stuttgart  
Tel.: 0711 / 248 50 97 | E-Mail: [aneider@gmx.de](mailto:aneider@gmx.de)  
Anmeldung online: [www.meditationostwest.de](http://www.meditationostwest.de)



Medienpartner:



Im Rahmen der Meditationstagung  
empfehlen wir den Besuch des  
Lindenmuseums:



## Leben braucht Pflege – vom Lebensbeginn bis zum Lebensende

### Generalistisch konzipierte Ausbildung in Gesundheits- und Krankenpflege

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

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

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

Der nächste Kurs beginnt am  
**01. April 2016**

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

## Centro de Terapia Antroposófica

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



### Sonne, Meer und mehr... Erholung für die ganze Familie

Angebot gültig 1.5. - 30.9.16; Anm. bis 30.5.16;  
bei regulärer Buchung (2 Erw. mind. 7 ÜN, Apart.)  
sind folgende Zusatzleistungen im Preis inkl.:  
ÜN für 2 Kinder unter 10 Jahren; HP (falls gebucht)  
für 2 Kinder unter 5 Jahren; Kinderbetreuung  
in den Zeiten 16. - 27.5.16 und 18.7. - 9.9.16

Alle Angebote unter: [www.centro-lanzarote.de](http://www.centro-lanzarote.de)  
Telefon: 0034 928 512842 • Fax: 0034 928 512844  
Email: [info@centro-lanzarote.de](mailto:info@centro-lanzarote.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!)



## LUXUS DER WEITE NAMIBIA

26.8.-10.9.2016



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

### Besondere Orte wirklich erleben

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

+49 (0)711 470 42 15  
[info@aventerra.de](mailto:info@aventerra.de)  
[facebook.com/aventerra](https://www.facebook.com/aventerra)  
[www.aventerra.de](http://www.aventerra.de)



Camphill  
Werkstätten  
Hermannsberg

## Wunsch- teppich

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

**35 Jahre**  
Saiteninstrumente  
ALEM

Die Leier  
aus Meisterhand

Horst Nieder  
88633 Heiligenberg  
[www.leierbau.de](http://www.leierbau.de)

## Der Gottesfreund

WILHELM RATH

### Der Gottesfreund vom Oberland

Sein Leben, geschildert auf der Grundlage  
der Urkundenbücher des Johanniter-Hauses  
«Zum Grünen Wörth» in Straßburg

«Es war im Jahre 1346, dass ein Meister  
der Heiligen Schrift in einer Stadt bedeutende  
Predigten hielt, so dass man weit im Lande  
davon sprach ...»

Verlag Freies Geistesleben

## Ein Meister der Schrift geht in die Schule eines Laien

Es webt ein Geheimnis um die Gestalt  
des Gottesfreundes vom Oberland,  
jenes weisen Laien des 14. Jahrhunderts,  
der als einfacher Mann der Lehrer eines  
großen Predigers und Inspirator einer  
spirituellen Laien-Bruderschaft um  
Rulman Merswin wurde. Wilhelm Rath  
beschreibt Wesen und Wirken einer  
Schlüsselgestalt christlicher Mystik.

*Ein bedeutungsvolles Kapitel  
deutscher Mystik und ein beredtes  
Zeugnis christlicher Spiritualität.  
Mit einem Nachwort von Jörg  
Ewertowski über die Beziehung  
von Mystik und Lebensgeschichte.*

Wilhelm Rath  
Der Gottesfreund vom Oberland  
Sein Leben, geschildert auf der  
Grundlage der Urkundenbücher  
des Johanniter-Hauses «Zum Grünen  
Wörth» in Straßburg.  
Neuausgabe mit einem Nachwort  
von Jörg Ewertowski.  
206 Seiten, Leinen mit SU  
€ 19,90 (D) | ISBN 978-3-7725-2740-1  
[www.geistesleben.com](http://www.geistesleben.com)

Die nächste Ausgabe Februar 2016 erscheint am 22. Januar 2016

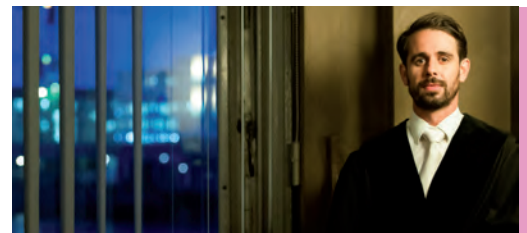
serie: beziehungsweise | Verliebt, verlobt, verheiratet – und das «verflixte 7. Jahr»

augenblicke | Albanien: Land der zwei Gesichter

im gespräch | Yonas Farag – Punkmusik und Richterrobe



Zum Interview treffen wir Yonas Farag in seinem Richterzimmer im Gebäude des Sozialgerichts Berlin-Moabit. Der quirlige Vierunddreißigjährige strahlt gelassene Positivität und wache Offenheit aus. Es scheint ganz so, als wären Menschen auf der Suche nach Gerechtigkeit mit einem solchen Richter gut beraten. Und dass der gleiche Mann freitags und samstags als professioneller Punkmusiker auf der Bühne steht und sein Publikum rockt – glaubt man sofort.

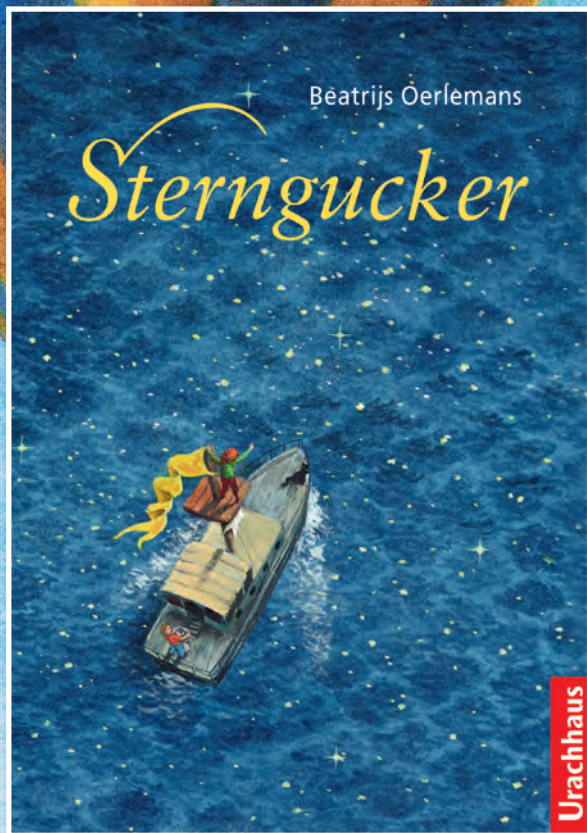


In diesen Buchhandlungen & Geschäften erhalten Sie *a tempo* und die Bücher der Verlage Freies Geistesleben und Urachhaus in guter Auswahl:

**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 Colibri Buchhandels-GmbH | **Berlin:** Braun & Hassenpflug | **Betzdorf:** Sarrazin | **Bexbach:** buchkultur – Schwartz | **Bielefeld:** Buchtipp | Lebensbaum | Buch Welscher | **Bietigheim:** Buchhandlung Exlibris | **Blankenheim:** Bücherecke | **Blaubeuren:** Buchhandlung Bücherpunkt | **Bleckede:** Hohmann | **Bochum:** Bücherstube Lesezeichen | **Bonn:** Buchhandlung am Paulusplatz | **Böhl-Iggelheim:** Buchhandlung Böhler Büchervurm | **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 Rübzahl OHG | **Dreieich:** Sprendlinger Bücherstube | **Dresden:** Buchhandlung & Antiquariat Reimers | Bücheroase | **Duisburg:** Roskothen | **Düsseldorf:** Regenbogenbuchhandlung | **Echzell:** Allerleirauh Buchhandlung | Buch und Spiel | **Eckernförde:** Spielkiste | **Emden:** Lesezeichen | **Engstingen:** Libresso | **Erlangen:** Kornblume | **Essen:** Alex liest Agatha | Kinderkram v. Brinkmann | **Esslingen:** Buch & Café Vividus | **Fellbach:** Rampp | **Filderstadt:** Spielzeug und Bücher | Filderklinik | Oesterlin | **Finnentrop:** Bh. Am Rathaus | **Finning:** Finninger Buchhandlung | **Flensburg:** Regenbogen | **Forchheim:** 's blaue Stäffala | **Frankenberg:** Buchhandlung I. Jakobi | **Frankfurt/M.:** Büchermische | Hillebrecht | Naturkost Eschersheim | **Freiburg:** Buch- und Medienservice Burkhardt | **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 | Wiebinger Buchladen | **Heidenheim:** Buchhandlung Konold | **Heilbronn:** Naturata | Kinderparadies | **Heilsbronn:** 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 | **Hornberg:** Homeburger Bücherstube | **Husum:** Buchhandlung Delf | Schlossbuchhandlung | **Idstein:** Hexenbuchladen | **Immenstaad:** Bücherstube Sabine Bosch | **Kaiserslautern:** Blaue Blume | **Kaltenkirchen:** Fiehlend | **Kandern:** Buchhandlung Berger | **Karben:** Karbener Bücherstube | **Karlsruhe:** Die Buchhandlung Karlsruhe-Mühlburg | Kaufladen | Kunsthandlung Gräff | Spinnrad | **Kassel:** Martinus-Buchhandlung | **Kehl:** Baumgärtner | **Keltern:** Tast | **Kempten:** Fingerhütchen | Köselche Buchhandlung | Lesezeichen | **Kiel:** Buchhaus Weiland | Die Kinderstube | Mittendrin | Zapata Buchladen | **Kirchheim Teck:** Schöllkopf | **Koblenz:** Artem andere | 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:** Büchervurm | 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-Wirrh | Quadrate Buchhandlung | Xanthippe | **Marburg:** Lesezeichen | **Markdorf:** Wälischmüller | **Markt Schwaben:** Tagwerk MS Bio-Markt | **Meerbusch:** Buch- und Kunstkabinett Mönter | **Melle:** Naturprodukte Tiarks | **Mendig:** Waldecker | **Mosbach:** Kindler's | **Mülheim a. d. R.:** Buchhandlung Tara | **Müllheim:** Beidek | Naturkost Löwenzahn | **München:** Buchhandlung Andrieu | Kunst + Spiel | **Münsingen:** Bh. Im Pflügerhaus | **Münster:** Buchhandlung Laurin | Wunderkasten | **Nagold:** Zaiser | **Nastätten:** Bücherland | **Neu Wulmstorf:** Bücherforum | **Neubiberg:** Lentner'sche | **Neunkirchen:** Bücher König | **Neunkirchen-Seelscheid:** Krein | **Neustadt:** Neustädter Bücherstube, Cherdron & Speckert | **Niederfischbach:** BuchHe | **Niefern-Öschelbronn:** Bücherstube Johanneshaus | **Nordhausen:** Gerhard Rose | **Nürnberg:** Buchladen | Bücher Raum | Bücherstube Martin | Büchervurm | Gostenhofer Buchhandlung | Buchhandlung Else Weidinger | Hugendubel | KaKuze-Buchladen | **Nürtingen:** Buchhandlung im Roten Haus | **Oettingen:** Oettinger Bücherstube | **Offenburg:** Akzente | Phantasia | **Oldenburg/Holst.:** Buchhandlung Glöss | **Oppenheim:** Buchhandlung am Marktplatz | **Osnabrück:** Altstaedter Bücherstube | Dombuchhandlung | **Ottersberg:** Froben | Kunst- und Bücherversand | **Pforzheim:** Gondrom | Kulturhaus Osterfeld e.V. | **Pforzheim-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 | Pustelblume | **Sinzig:** Lesezeit, Bücher & Wein | **Soest:** Rittersche | **St. Blasien:** 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:** Rösslior Bücher | **Thusis:** Kunfermann | **Wetzikon:** Buchhandlung Kolb | **Wil:** AdHoc | **Zofingen:** Mattmann | **Zürich:** Buchhandlung Beer | Im Licht | Vier Linden | **ÖSTERREICH:** **Baden:** Concept Store «fünf!» | 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 | **Lustenau:** Büchervurm | **Salzburg:** Fa. Mercurius Österreich-Bücherkiste | **Schiedlbach:** Bacopa | **Voitsberg:** Harmonie | **Wien:** Bücherstube der Goetheanistischen Studienstätte | Bücherzentrum | Gläsernes Dach | Herder | Lebens-Raum | Morawa Wollzeile | OM Esoterik | **LUXEMBURG:** Ars Libri | Erner | Naturata Biobau Munsbach | **BELGIEN:** **Antwerpen:** De kleine Prins | **NIEDERLANDE:** **Den Haag:** De Haagse Boekerij | **Zeist:** De Nieuwe Boekerij | **Amsterdam:** Zailing Boekerij



Volle Kraft  
voraus!



Ein kleines Boot schippert übers Meer. An Bord sind der 11-jährige Martin und seine Freunde Max und Rosa. Drei Ziele steuert die kleine Reisegesellschaft an, und jedes ist auf eigentümliche Weise mit den Besatzungsmitgliedern verbunden. Ein spannender Wettlauf mit der Zeit, ein faszinierender Sternenregen, ein rauschendes Fest und ein großer Auftritt auf einer Zirkusinsel werden für Max und Rosa zu unvergesslichen Erlebnissen. Und Martin? Zu gern wüsste auch er bereits, wohin seine Reise geht ...

*«Ein Buch für Träumer und für Zirkusfans, für Sterngucker und für Kinder, die jemanden ganz arg vermissen. Und eine Geschichte, die nach Meer und Salz riecht.»*

*Gießener Allgemeine*





## Viel mehr als Lamnbraten 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 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!*

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, durchgehend farbig, gebunden | € 19,90 (D) | ISBN 978-3-7725-2525-4 | [www.geistesleben.com](http://www.geistesleben.com)



Freies Geistesleben : *Ideen für ein kreatives Leben*

