

E 51125
nr. 194

zum mitnehmen

februar | 2016

Freies Geistesleben
Urachhaus

a tempo

Das Lebensmagazin

im gespräch

Yonas Farag
Gitarrenriff und
Richterrobe

Verliebt,
verlobt,
verheiratet

Albanien
Land der zwei
Gesichter



Ein fröhlicher Tag mit ...

... Pippa & Pelle!



Auf Zwergenfüßen stapfen Pippa und Pelle durch die Welt. Ob Schnecke, Schmetterling und Käfer oder der erste Schnee – alles will entdeckt werden. Mit roten Backen und Nasen erkunden die beiden die Natur. Daniela Drescher erzählt mit lustigen Reimen und in liebevoll gestalteten Bildern von ihren Abenteuern.

Daniela Drescher hat mit Pippa und Pelle zwei hinreißende Gestalten geschaffen, die vor behaglicher Zufriedenheit und vergnügter Entdeckerfreude strotzen. Zwei herrliche Pappbilderbücher für die Allerkleinsten!

Daniela Drescher: **Pippa und Pelle im Schnee**
2. Auflage 2016 | Format: 14 x 16 cm
12 Seiten, unzerreißbare Hartpappe
€ 7,90 (D) | ab 2 Jahren
ISBN 978-3-8251-7936-6

Daniela Drescher: **Pippa und Pelle**
Format 14 x 16 cm | 12 Seiten, unzerreißbare
Hartpappe | € 7,90 (D) | ab 2 Jahren
ISBN 978-3-8251-7903-8 | www.urachhaus.com

Urachhaus

Um eine Unendlichkeit erweitert

Manche Ordnung ist zuweilen doch noch zu entdecken, wo sie zu fehlen scheint. Als John Heminges und Henry Condells, die Schauspielerkollegen William Shakespeares vom führenden Londoner Theater der «King's Men», 1623, sieben Jahre nach dem Tod ihres Freundes, die erste Gesamtausgabe seiner Theaterstücke schließlich fertiggestellt hatten, lautete der Titel: Mr. WILLIAM SHAKESPEARE'S COMEDIES, HISTORIES, & TRAGEDIES.

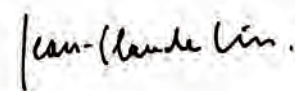
Der große Folio-Band mit 908 Seiten enthielt 36 Dramen: 14 «Komödien», 10 «Historien» und 12 «Tragödien», die «innerhalb dieser drei Kategorien willkürlich geordnet wurden», wie so oft bemerkt wird, außer dass die Königsdramen chronologisch nach den Titelhelden angeordnet sind. Doch das erste Stück in dieser ersten Gesamtausgabe, *Der Sturm*, ist zugleich das letzte, das Shakespeare alleine schrieb. Oft wird es zusammen mit *Das Wintermärchen*, dem letzten, ebenfalls späten Stück, unter den Komödien als «Romanze» und uneigentliche Komödie gesehen. Dazwischen hätten wir also 12 Komödien, beginnend mit *Die zwei Herren aus Verona* und *Die lustigen Weiber von Windsor* und endend mit *Ende gut, alles gut* und *Zwölfte Nacht oder Was ihr wollt*.

Ganz willkürlich scheinen die Freunde des größten Bühnendichters der Welt also nicht vorgegangen zu sein, wenn *Was ihr wollt* so als zwölfte eigentliche Komödie gesehen werden kann. Mit dem Eröffnungsdrama hat es aber auch eine besondere Bewandnis: Hier lässt Shakespeare den mit seiner Tochter Miranda auf eine einsame Insel verbannten Zauberer und ehemals rechtmäßigen Herzog von Mailand, Prospero, sich von seiner über viele Jahre des Studiums angeeigneten und ausgeübten «starken Kunst» des Zauberns lossagen: «Auf mein Geheiß / Weckten die Gräber ihre Schläfer, klafften, / Ließen sie los durch meine starke Kunst. / Doch diesem rohen Zauber schwör ich ab.* – **But this rough magic I here abjure.**» Und wenn es im Epilog, gesprochen von Prospero, heißt: «Ab tat ich alle Zaubereien / Und was an Kraft ich hab, ist mein», haben viele Zuschauer und Kenner darin einen bewegenden Abschied Shakespeares von seiner Tätigkeit als Dramatiker empfunden. Ist es also wirklich ein Zufall, dass seine Freunde gerade mit diesem Stück die erste Gesamtausgabe eröffneten?

Prosperos Magie mag in der Tat roh oder grob oder rauh gewesen sein. Shakespeares Magie dagegen wirkt bisweilen heute noch wie bei Goethe, der «zum Shäkespears Tag» 1771 erklärte: «Wie ich mit dem ersten Stücke von ihm fertig war, stand ich wie ein Blindgeborener, dem eine Wunderhand das Gesicht in einem Augenblick schenkt. Ich erkannte, ich fühlte aufs Lebhafteste meine Existenz um eine Unendlichkeit erweitert.»

Shakespeares Dramen verzaubern uns weiterhin, lassen unsere Humanität tief und weit erfüllen. Mit seinen Komödien wollen wir, wie in der Januar-Ausgabe bereits begonnen, das Jahr 2016, vierhundert Jahre nach seinem Tod im Jahr 1616, heiter begehen und weiter kommen.

Von Herzen grüßt Sie, Ihr



Jean-Claude Lin

**Liebe Leserin,
lieber Leser!**



* In der Übersetzung von Erich Fried, erschienen im Verlag Klaus Wagenbach, Berlin.

«Das Grundgesetz schützt die Meinungs- und Versammlungsfreiheit, die man dazu nutzen kann, politischen Einfluss zu nehmen – auch auf der Straße oder mit künstlerischen Mitteln.»



Yonas Farag
im Gespräch ab Seite 06

06 im Gespräch | Gitarrenriff und Richterrobe

Yonas Farag im Gespräch mit Ralf Lilienthal

10 augenblicke | Albanien: Land der zwei Gesichter

von Rolf Bauerdick (Text & Fotos)

16 rätsel der kunst ... | Totentanz und Lebensgeschichte

von Jörg Ewertowski

17 willis welt | Task-Force Willi

von Birte Müller

18 thema | Wer war Karl König? Wegzeichen eines Visionärs

von Alfons Limbrunner

23 mensch & kosmos | In Gegensätzen miteinander

von Wolfgang Held

24 sprechstunde | Die Gallenblase. Ein «cholerisches» Organ

von Markus Sommer

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

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



Für Ernährungsbewusste und *Lebenskünstler*

Jede Menge Anregungen für eine ausgefallene, kreative Küche – originell und doch einfach umzusetzen, mit wenigen, leicht erhältlichen Zutaten. Über 100 vegetarische und vegane Rezeptvorschläge bieten eine gute Grundlage für lustvolles Kochen und eine gesunde Ernährung; die meisten Rezepte sind außerdem glutenfrei. Vorgestellt werden regionale und internationale Gerichte mit der persönlichen Note der Skandinavierin Camilla Jensen, die das Buch auch mit ihren durchweg künstlerischen, stimmungsvollen Fotografien ausgestattet hat.

«Nordische Lebenskunst ist ein kulinarischer Seitenrausch. Es ist gleichzeitig bescheiden und begeisternd, unaufgeregt und animierend. Wunderbar wirklich, aus dem Leben heraus.»

fraeuleintext.blogspot.de

Camilla Jensen: **Nordische Lebenskunst**. Meine vegetarische und vegane Küche | Aus dem Norweg. von Meike Dörries. | 232 Seiten, durchg. farbig, gebunden | € 24,90 (D) | ISBN 978-3-7725-2660-2 | www.geistesleben.com

Leseprobe!



Freies Geistesleben : Ideen für ein kreatives Leben



Gitarrenriff & Richterrobe

Yonas Farag

im Gespräch mit Ralf Lilienthal | Fotos: Wolfgang Schmidt

Ich treffe Yonas Farag in seinem kleinen Richterzimmer im Gebäude des Sozialgerichts Berlin-Moabit. Wie soll man den besonderen energetischen Modus charakterisieren, den der quirlige Vierunddreißigjährige während der zwei Stunden Interviewzeit ausstrahlt – gelassene Positivität, ungebrochene Freundlichkeit, wache Offenheit? Es scheint ganz so, als wäre ein Hartz-IV Empfänger 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. Doch während sein Wirken als Komponist, Gitarrist und Sänger der international bekannten Band «Montreal» sich in Platten und Konzerten öffentlich niederschlägt, ist der Jurist Farag eher ein lokales «Phänomen».

Ralf Lilienthal | Herr Farag, womit beschäftigt sich eigentlich ein Richter am Sozialgericht?

Yonas Farag | Am Anfang vor allem mit Klagen rund um die Hartz IV-Rechtsprechung. Später erweitert sich das zum Beispiel um Fragen des Schwerbehindertenrechts oder der Pflege, um Unfallversicherung und geht bis hin zu umfangreichen Kassenarztrechtsprozessen.

RL | Das klingt zunächst wenig spektakulär – was hat Sie hierher geführt – was hält Sie hier?

YF | Wie weit soll ich ausholen? Das Jurastudium war als Berufswunsch eigentlich dritte Wahl. Aber dann lief alles erstaunlich glatt und ließ sich mit der Musik (Berufswunsch Nummer eins) vereinbaren, also bin ich dageblieben. Ende 2006, nach einem Jahr mit knapp einhundert Konzerten, einer Platte und dem ersten juristischen Staatsexamen, habe ich im Referendariat die Facetten meines Berufs in der Praxis kennengelernt und hätte mich gegen Ende des letzten Praktikums beinahe für das Angebot von *Freshfields*, einer der bedeutendsten Internationalen Wirtschaftskanzleien, entschieden.

RL | Also gewissermaßen für den «goldenen Käfig»!?

YF | Und für eine anfangs spannende Welt! Ich war dann für eine Kanzlei in Paris, mit eigener Wohnung und sehr gutem Gehalt – aber dafür habe ich auch nicht selten bis vier Uhr morgens im Büro gegessen. Doch mir gefielen die Perspektiven nicht.

Denn während du in den ersten fünf Jahren nicht viel mehr machst, als Akten aufzuarbeiten, wartet danach ein Spiel auf dich, das ich nicht spielen wollte. Du gehst zu Veranstaltungen, machst nette Konversation und musst auch dann die Klappe halten, wenn dein Geschäftspartner ein echter Kotzbrocken ist. Und du musst immer wieder deine Expertise als die Beste von allen verkaufen – das liegt mir nicht.

RL | Stattdessen Sozialgericht Moabit? Wie kam der in einer Hamburger Vorstadt großgewordene Jurist nach Berlin?

YF | Es hätte nicht zwangsläufig Berlin werden müssen, aber es sollte ein Stadtstaat sein. Als Assessor, also als Richter auf Probe, bewirbst du dich beim Land. Da kann es sein, dass du Köln willst und Arnberg bekommst. Aber als Musiker brauchst du Großstadtstrukturen: ein Studio, Techniker, Leute aus dem Management- und Agenturbereich. Außerdem mag ich alles Urbane. Berlin ergab sich dann einfach. Nach einem Jahr bei der Staatsanwaltschaft und einem Richterjahr am Amtsgericht Tiergarten, wurde ich zunächst eineinhalb Jahre Proberichter und bin seit September 2013 als «Richter auf Lebenszeit» beim Sozialgericht gelandet. Als ich mich in die Thematik reingefuchst hatte, begann mir die Sache Spaß zu machen. **Bei uns stehen Menschen im Mittelpunkt, nicht Akten!** Der rechtssuchende Bürger – der übrigens keine Gerichtskosten tragen muss – möchte eine behördliche Entscheidung überprüft wissen. Es geht meist um kleine Beträge, allerdings mit großer Bedeutung für den Kläger. ▶



das System als Ganzes wenden. Er kann sich etwa gegen die Übermacht der Konzerne richten oder simple tagespolitische Entscheidungen betreffen. Ich habe zum Beispiel das Betreuungsgeld von vornherein für Schwachsinn gehalten und könnte das selbst als Staatsanwalt öffentlich aussprechen, ohne meinen Dienstherrn zu verraten. Man kann das System super finden – und das tue ich! – und trotzdem mit vielen einzelnen Entscheidungen unzufrieden sein. Das Grundgesetz schützt die Meinungs- und Versammlungsfreiheit, die man dazu nutzen kann, politischen Einfluss zu nehmen – auch auf der Straße oder mit künstlerischen Mitteln. Natürlich ist das System anfällig, fragil und in vielerlei Hinsicht missbrauchsanfällig, aber, um ein aktuelles Beispiel zu nennen, es nehmen nicht umsonst Millionen Menschen die Gefahren auf sich, um zu uns zu fliehen. Sie tun das, weil unser System gut ist, weil hier keine Willkür herrscht, weil die Regierenden an Gesetze gebunden sind, die an anderer Stelle gemacht werden, weil ich das Recht habe, mich gegen Entscheidungen zu wehren, weil ich Einfluss nehmen kann, indem ich beispielsweise in einer linken Punkband spiele.

► **RL** | Worauf kommt es dabei an? Gibt es für den Sozialrichter echte Ermessensspielräume? Die erarbeitete Sachlage scheint doch, etwa im Vergleich mit einem Indizienprozess vor dem Strafgericht, relativ eindeutig und das Urteil am Ende nur noch «faktenlogisch» – oder?

YF | Genau dort geht es schon los. Angesichts der Vielfalt der Fälle darf es kein Schema F geben. Meine Aufgabe ist es tatsächlich, durch gründliches Aktenstudium eine vernünftige Diagnose zu stellen – erst danach kann ich die geeignete Medikation finden. Und das ist der entscheidende Punkt. Wenn ich alles richtig gemacht habe, geht der Kläger zufriedener aus dem Saal, als er hereingekommen ist, selbst wenn seine Klage abgewiesen wurde. Er soll merken, dass ich ihm zugehört und mich seiner Sache gewidmet habe. Eine ganz wichtige Voraussetzung dafür ist allerdings, dass ich eine Sprache spreche, die er verstehen kann!

RL | Treten wir einen Schritt zurück von Ihrer unmittelbaren Tätigkeit. Als Assessor mussten Sie gleich zwei Mal den Vorgesetzten Ihrer Behörde Rechenschaft über Ihre «Freizeitbeschäftigung» geben. Punkmusik und Jurisprudenz – das scheint auf den ersten Blick nicht zusammenzupassen. Wie steht es mit dem umgekehrten Fall: Ein Punker als Systemdiener – nimmt irgendjemand in der Szene Anstoß daran?

YF | Einmal abgesehen davon, dass *Montreal* keinen «politischen Punk» spielt und abgesehen davon, dass kaum einer in der Szene wichtig findet, womit der andere sein tägliches Brot verdient, gibt es überhaupt keinen Grund, hier einen Widerspruch zu konstruieren! Politischer Protest muss sich nicht zwingend gegen

RL | Oder in einer Punkband wie *Montreal*, die, wie Sie einmal gesagt haben, ihre Narrenfreiheit genießt. Aus welchen Wurzeln ist *Montreal* gewachsen?

YF | *Montreal* ist in der umtriebigen Musikszene einer norddeutschen Kleinstadt zur Welt gekommen – wenig Abwechslung, ein Schulraum, in dem die Schüler Musik machen durften, und ganz viele Bands, die ganz viel losgemacht haben. Dort habe ich zuerst Max getroffen, der aus dem Nachbardorf kam. Und später «Hirsch». Ich war von Anfang an für die Musik zuständig. Hirsch, der ein wirklich guter Rhetoriker ist, hat die Texte geschrieben – zuerst englisch, ab 2001 dann deutsch. Alles war ganz klassisch: Zuerst spielten wir in der Gegend, dann in Hamburg und auf kleinen Festivals, dann als Vorband für mehr oder weniger bekannte Szenegruppen. Wir hatten einen Produzenten, der mit seiner Band schon einen guten Namen hatte und uns mit auf Tour genommen hat.

RL | Ließ es sich davon leben?

YF | Überhaupt nicht, man kann froh sein, wenn man als Vorband nicht noch etwas bezahlen muss. Wir mussten für unseren Tourbus 6.000,- Euro aufnehmen, die wir dann in kleinen Raten abgestottert haben. Auf dem Überweisungsbetrag von Max, dem Schlagzeuger, stand jahrelang: «It's a long way to the top.» Doch kurz nachdem wir die erste Platte gemacht hatten, bekamen wir buchstäblich über Nacht die Chance, mit der *Bloodhound Gang* aufzutreten. Die haben in den großen Städten vor bis zu 5000 Leuten gespielt. Danach haben wir dann selbst auch die kleineren Läden voll gekriegt. Das fühlte sich ziemlich gut an.

RL | Was macht den Tour- und Konzertalltag aus – das Publikum kriegt ja immer nur die Außenseite mit?

YF | Viel fahren, viel warten! Keith Richards wurde zum 25. Jubiläum der *Rolling Stones* gefragt «wie das denn so war ...». Seine Antwort: «24 Jahre warten und ein Jahr spielen!» Natürlich haben die großen Bands ihre eigenen Roadies, ein großes Team und müssen sich um nichts kümmern. Wir sind mit einem Tontechniker unterwegs, einem T-Shirt-Verkäufer und machen ansonsten alles selbst, was gerade anfällt. Aber warten müssen wir auch, selbst wenn wir der Haupt-Act sind.

RL | Und was hält Sie trotzdem bei der Sache?

YF | Noch stimmt alles: Es wird nicht weniger. Wir machen die Musik, die uns Spaß macht. Das Publikum geht mit und fühlt sich gut unterhalten. Vor allem aber bin ich mit meinen beiden besten Freunden unterwegs. Seit über fünfzehn Jahren. Beide haben Qualitäten, die mir selbst abgehen und die mich ergänzen. Hirsch ist ein brillanter Texter und ein guter

Entertainer, der, anders als ich, auf der Bühne auch dann funktioniert, wenn er mal einen schlechteren Tag hat. Und Max ist das beruhigende Element, der Ausgleicher zwischen den beiden Platzhirschen.

RL | Auch wenn es Spaß macht, auf der Bühne zu stehen. Gibt es dennoch die häufig kolportierten Schattenseiten des Business: illegal nachgespielte Stücke, Knebelverträge... ?

YF | Heutzutage hast du andere Probleme. Wenn wir es schaffen, mit den verkauften Alben die Produktion zu bezahlen, dann ist das okay. Ein Album ist heutzutage eine Visitenkarte, um auf die Bühne zu dürfen. Auch das ist gut und richtig. Eine Platte machen, kann mit dem heutigen Equipment jeder. Die Rechnung wird auf der Bühne gemacht. Ich wundere mich manchmal, dass überhaupt noch jemand Platten kauft. Stattdessen – scheint mir – gehen die Leute wieder vermehrt zu Konzerten. Ihre Beziehungen zu einer Band sind nicht mehr nur «haptisch». Aber gut gemachte Livemusik ist definitiv schwieriger zu finden. ■



Der Sieger verliert

Aus der Schule kennen sie sich, auf dem Ulmenhof treffen sie sich: Jana, Alberta, Felix, Theres. Möglichst jeden Tag. Als großes Ereignis steht ein Turnier bevor, bei dem das Super-Spitzen-Pferd im Stall, die Trakehnerstute Dolly, in der Vielseitigkeitsprüfung glänzen soll. Und Felix soll sie zusätzlich im Jugendspringen vorstellen. Felix – der Glückliche? Je besser sie abschneiden, desto eher wird Dolly verkauft. *Seine Dolly*. Aber noch vor dem Turnier hat ein neuer Star seinen Auftritt auf dem Ulmenhof: der Araberhengst El Sham ...

«Es ist die *Prise Magie*, die zusammen mit einer gehörigen Portion schriftstellerischen Könnens aus den Hufspuren mehr als nur Pferdebücher macht.»

Bulletin Jugend & Literatur

Christa Ludwig
Hufspuren 1: Fliegender Wechsel
219 Seiten, mit s/w-Fotos von Wolfgang Schmidt, gebunden | (ab 12 Jahren)
€ 13,- (D) | ISBN 978-3-7725-2361-8
☞ auch als eBook erhältlich
www.geistesleben.com

«Montreal» (www.montrealmusic.de) sind: Sebastian Sievers (Hirsch): Gesang, Bass // Maximilian Seibt (Max Power): Schlagzeug // Yonas Farag: Gesang, Gitarre // Foto: Steffen Neumeister



Albanien

Land der zwei Gesichter

Ein unscheinbares Haus in einer unscheinbaren Straße im nord-albanischen Shkodra. Ich klopfte an der Tür, unangemeldet. Pjerin Sheldija öffnet. Im Jackett, frisch rasiert und mit korrekt gebundener Krawatte vermittelt er den Eindruck eines Mannes, dem jede Nachlässigkeit suspekt ist. Höflich bittet der 77-Jährige in sein Wohnatelier, bereitet Mokka zu, serviert Napfkuchen und gezuckertes Rosenwasser und entschuldigt sich vielmals, seinen Gast nicht gebührend bewirten zu können. Seine Frau sei außer Haus. Dann gewährt Sheldija Einblicke in sein Leben. Auf drei Stockwerken türmt sich die Bilanz seines unermüdlichen Schaffens als *Piktori*, als Maler. Ein überquellender Fundus an Bildern erzählt von den Höhen und Abgründen einer widersprüchlichen Künstlerexistenz. Mehr noch. Sheldijas opulentes Werk spiegelt nicht nur seine eigene, sondern auch die Geschichte seiner zerrissenen Heimat wider. Zwar wurde die Sozialistische Volksrepublik Albanien vor 25 Jahren auf der Müllhalde der Geschichte entsorgt, erholt hat sich das Land vom kommunistischen Menschenversuch jedoch bis heute nicht.

Pjerin Sheldijas Bilder aus der Zeit der Diktatur zeigen eine groteske Scheinwelt. «Ich weiß das», sagt er. «Und ich schäme mich dafür.» Den strikten Vorgaben des Sozialistischen Realismus gehorchend, brachte Sheldija auf die Leinwand, was die Zensoren der Partei von den Künstlern verlangten. «Das Land verwelkte, doch auf unseren Bildern hatte alles zu blühen – die Landwirtschaft, die Industrie und die Menschen. Wohlgenährt und kräftig mussten sie sein, siegreich und strahlend vor Dankbarkeit gegenüber der politischen Führung.» Als ein Freund statt den Helden der Arbeiterklasse selbstbewusste Bergbauern porträtiert hatte und dafür zu fünfzehn Jahren Zwangsarbeit in einem Straflager verurteilt wurde, beugte sich Sheldija dem Meinungsterror. Der Grund war so schlicht wie verständlich: «Ich war Vater von





von Rolf Bauerdick (Text & Fotos)

drei Kindern und fürchtete die Gefängnisse.» Der Preis für die erzwungene Staatstreue indes war hoch: «Ich habe gelebt, ohne lebendig zu sein. Ständig fühlte ich mich deprimiert, ohne jede Inspiration und habe kaum in den Spiegel schauen mögen. Die Angst und das Misstrauen haben uns alle zerstört.»

Als die Volksrepublik 1990 nach 45 Jahren unterging, hatten die Despoten Enver Hoxha und Ramiz Alia das Land ruiniert, die Menschen verbraucht und die Seelen verwüstet. In einem paranoiden Bedrohungswahn sah sich Albanien von kapitalistischen Feinden umzingelt und von sozialistischen Brüdern verraten. Im Bruch mit allen Verbündeten, von Titos Jugoslawien über die Sowjetunion bis China, hatte Hoxha Albanien außenpolitisch in die Isolation getrieben. Im Inneren hingegen etablierte er mit seiner Geheimpolizei ein System aus Furcht und Terror, das für seine aggressive Religionsfeindlichkeit berüchtigt war. 1967 proklamierte Albanien, «den ersten atheistischen Staat der Welt». Christliche Schulen wurden geschlossen, Kirchen und Moscheen zu Sportstätten und Lagerhallen entweiht. Religion galt laut Regierungsdekret als «Gift, das die revolutionären Aktivitäten der Massen lähmt». An den Folgen der religiösen Entgiftung und Gottesaustreibung tragen die Menschen bis heute. In keinem Land Europas liegen Fatalismus und Freiheitsliebe, Gewissenlosigkeit und Großmut, Engstirnigkeit und Weitherzigkeit so dicht beieinander wie in dem Balkanstaat, dessen Nationalflagge der Mentalität seiner Menschen entspricht: doppelköpfig – wie der schwarze Adler auf rotem Grund.

Knapp drei Millionen Einwohner zählt Albanien heute. Weit mehr als eine Million Shkriptaren haben das Land verlassen in Richtung Europäische Union und Amerika. Zugleich wurden Hunderte von entlegenen Dörfern in den nordalbanischen Alpen entvölkert. Mal mehr, mal weniger. Wo die Größe der Weiler





► nur noch nach der Zahl der brennenden Kamine berechnet wird, schwärmt jeder von der reinen Luft und dem frischen Quellwasser. Jeder rühmt das Gemüse und das Olivenöl. Und natürlich ist der Wein köstlicher, der Ziegenkäse schmackhafter und hausgebrannter Raki tausendmal gesundheitsfördernder als der Industriefusel aus der Stadt. Nur folgt dem Lobpreis auf die Heimat stets der kummervolle Seufzer, von ein paar Kühen und Schafen könne niemand mehr leben.

Ausgelöst wurde der Niedergang durch die kinderreichen und verarmten Familien. Sie zogen zuerst fort. Dann schlossen die Spitäler, die Apotheken und Ambulanzen, irgendwann gaben die Lebensmittelläden auf, die Dorfschulen verwaisten, der Busdienst stellte den Betrieb ein und zurück blieben die Schwachen, die Kranken und die Alten in ihren schwarzen Trachten mit ihren Maultieren und Eselskarren. Währenddessen verdreifachte sich die Zahl der Einwohner im Ballungsraum der Metropole Tirana in nur zwei Jahrzehnten auf 800.000. An den Rändern der Städte sind die Folgen der Landflucht unübersehbar. In wildwuchernden Siedlungen schießen die nackten Rohbauten in den Himmel wie die allgegenwärtigen Betonpilzköpfe; alberne Minibunker, mit denen Enver Hoxha dem Imperialismus zu trotzen gedachte.

Die Gemeinde mit dem klingenden Namen Porto Romano ist auf keiner Landkarte verzeichnet. In dem Niemandsländchen weit der Müllhalde der Küstenstadt Durres siedelten sich fünfzig Familien aus dem Bergdorf Dhardha an. Darunter die Familie Aliaj. Was sie an den wenig attraktiven Ort verschlagen hat? «Money, money!» Die Hausherrin Dushe reibt Daumen und Zeigefinger. «In Tirana und Shkodra ist das Bauland zu teuer.» Und hier? «Hier gehört das Land dem Staat.» Will sagen: Es gehört niemanden. Was heißt: Es gehört dem, der es besetzt. Die Zahl der in Albanien illegal auf staatlichem Terrain erbauten Häuser wird auf 500.000 geschätzt.

Zwei Töchter und der jüngste Sohn der Familie haben in Durres gefunden, was in Dhardha so schmerzlich vermisst wird: Arbeit. Knapp zweihundert Euro verdienen sie in einer Textilfabrik und als Kellner in einem Café. «Aber mir fehlen die Berge», sagt Leze Aliaj. «Die Sommer sind wunderbar. Nur die Winter hält man nicht aus. Die Kälte, der brusttiefe Schnee. Von Dezember bis April ist man von der Welt abgeschnitten. Da geht nichts mehr.»

Von einst dreihundert Schornsteinen rauchen in Dhardha noch siebzig. Ihr Heimweh nahmen die Migranten mit in die Stadt, allerdings ließen sie die vielleicht wichtigste Regel des Zusammenlebens im Gebirge zurück: das Gesetz. «Das Gemeinwohl geht über das Wohl des Einzelnen» gilt im urbanen Milieu nicht mehr. Niemand weiß das besser als Pater Ivan Attard, der Pfarrer von Porto Romano.

Als «emotional und liebenswürdig, aber auch unverschämt direkt» beschreibt der Dominikaner die Menschen in seiner Gemeinde, die sich «mit den zivilisatorischen Gepflogenheiten der Städter etwas schwer tun.» An die derben Flüche und das unflätige Geschimpfe hat sich der Pater ebenso gewöhnt wie an den Umstand, dass ihm die Frauen während der Messfeiern ins Wort fallen, wenn ihnen die Predigt nicht passt. Gottlob ist Attard mit Humor gesegnet. «Mit den Leuten lachen zu können, ist schon

sehr hilfreich.» Allerdings hört der Spaß für ihn auf, wenn es um den Gemeinschaftssinn geht. Genauer gesagt, um den Mangel an selbigem. «Viele Familien wünschen, dass man sie unterstützt. Nur sind sie oftmals nicht bereit, sich untereinander zu helfen.» Der Pater redet nicht so, um seine Leute zu diffamieren. Er will sie verstehen. «Früher folgten sie den Gesetzen der Großfamilie, dann gehorchten sie der Tyrannei, nun meinen sie, der Staat habe ihr Leben zu regeln.» Also fordert er von seiner Gemeinde eine radikale Änderung des Denkens. «Der Kommunismus hat die Menschen erniedrigt und ihren Gemeinsinn zerstört. Im Kapitalismus ist sich jeder selbst der nächste. **Was wir brauchen, ist eine Kultur der Verantwortung, in der einer dem anderen hilft.**»

In keiner Diktatur in Europa wurden Glaube und Gemeinschaft derart bis auf die Wurzeln ausgerottet wie im sozialistischen Albanien. Zwischen fünf- und sechstausend Menschen, darunter viele Geistliche, wurden hingerichtet, Hunderttausende wurden eingesperrt und gefoltert. Selbst auf den Besitz eines Kreuzifixes oder Rosenkranzes stand die Todesstrafe. Die Saat der Furcht ging auf. Bis heute wirkt der geistliche Kahlschlag nach. Zwar bekannten sich in einer Volkszählung 2011 nur noch 2,5 Prozent der überwiegend muslimischen und christlichen Albaner zum Atheismus, aber was heißt das schon? Da in den Schulen weder Religion noch Ethik



«Freiheit ist das Beste von allem!»

Tove Jansson

Mari ist Schriftstellerin, Jonna Grafikerin. Seit Jahrzehnten arbeiten, lachen, streiten sie miteinander, winters in ihren Ateliers, sommers auf einer winzigen Schäreninsel – eine beneidenswerte Form des Zusammenlebens.

«In Fair Play erkennt man, wie tief die Kunst in Janssons Dasein verwurzelt war. Wie sehr für sie vor der Liebe und dem friedvollen Alltagsleben immer die Arbeit kam. Fair Play erzählt in kurzen Kapiteln vom Zusammenleben zweier älterer Künstlerinnen, in der unschwer Tove Jansson selbst und ihre jahrzehntelange Lebensgefährtin zu erkennen sind.»

Gerrit Bartels, Der Tagesspiegel

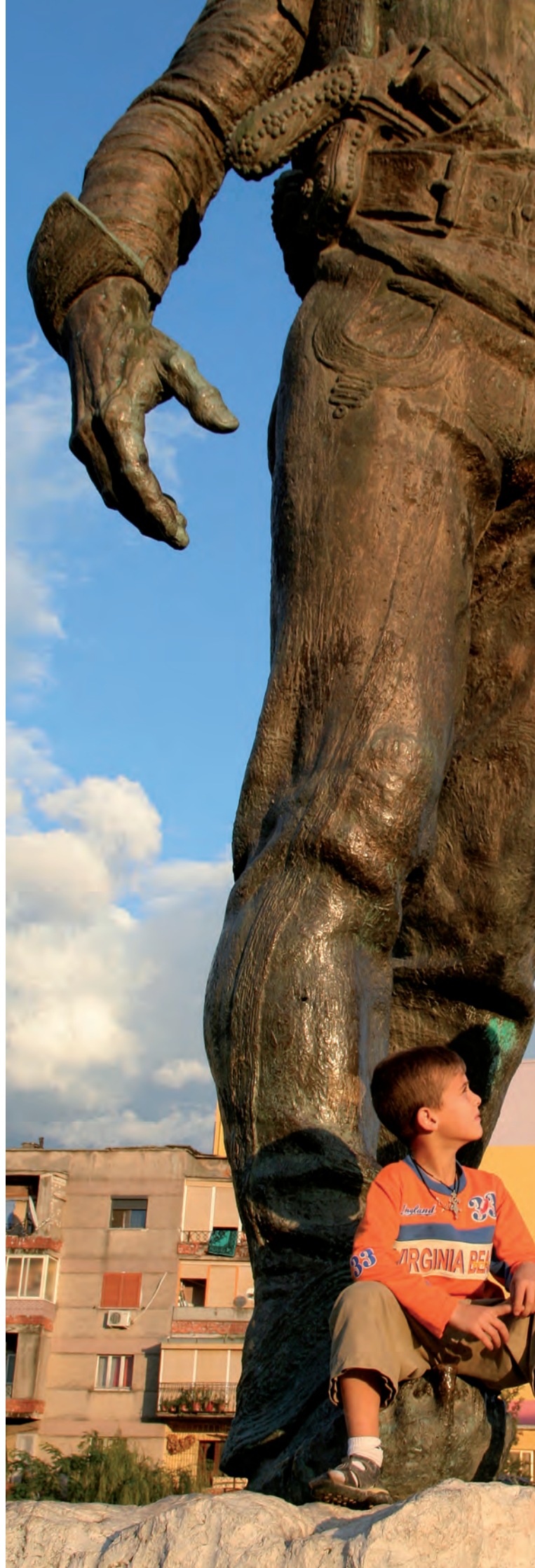
Tove Jansson: Fair Play
Aus dem Schwedischen von Birgitta Kicherer
121 Seiten, gebunden mit Schutzumschlag
€ 17,90 (D) | ISBN 978-3-8251-7892-5
auch als eBook erhältlich | www.urachhaus.com

- ▶ unterrichtet werden, so Ivan Attard, haben die meisten noch nie etwas von den «Zehn Geboten» oder der «Bergpredigt» gehört.

Es wundert nicht, dass mit dem spirituellen Vakuum ein archaisches Wertesystem erstarkte, das sich auf die Prinzipien des Blutes und der Ehre beruft. Jahrhundertlang wurde der soziale Zusammenhalt in den Schluchten des Balkans durch die Loyalität unter Blutsverwandten und den Sittenkodex eines patriarchalischen Ehrbewusstseins gestiftet. Überliefert sind diese Grundsätze im sogenannten *Kanun*, ein 600 Jahre altes Gesetzeswerk, das auf den Fürsten Lek Dukajini zurückgeht. Der *Kanun* war mächtig, und er ist es wieder. Machtvoller als der Einzelne, die Familie, der Clan. Vom desolaten Staat erst gar nicht zu reden.

Getreu den 1.300 Paragraphen des *Kanun* wurden Erbstreitereien geschlichtet, Grenzkonflikte geregelt und Brautsteuern festgelegt. Auch die legendäre albanische Gastfreundschaft hat darin ihre Wurzeln: «Das Haus des Albaners gehört Gott und dem Freund.» Für Verstöße gegen das Gastrecht gab es einen Katalog an Strafen, genauso wie bei Ehebruch, Viehdiebstahl, Meineid oder Raub, wobei die Verletzung der Ehre als schändlichster aller Frevel galt. Geraubt wird die Ehre, indem man einen Mann öffentlich der Lüge bezichtigt, ihn bespuckt oder schlägt, ihn hintergeht oder seine Frau begehrt. Bei einem Mord, so heißt es, kann nur das Blut eines Mannes aus der Sippe des Täters die verlorene Ehre wiederherstellen. Mit der Kugel. «Gott gab uns zwei Fingerbreit Ehre mitten auf die Stirn», sagt der *Kanun*.

Doch was einst als honoriger Akt zur Wiederherstellung männlichen Stolzes gedacht war, ist zur Rechtfertigung familiärer Blutrachefehden und zum Krieg unter Kriminellen verkommen. 9.000 Opfer hat die Blutrache in den letzten 25 Jahren gefordert. Jeder vermeintliche Ehrenmord fügt dem Kreislauf des Tötens nur neue Kreisläufe hinzu.





Wege heraus aus dem Wahn der Gewalt, Heilmittel, um die offenen Wunden der albanischen Geschichte zu kurieren, sucht der Piktore Pjerin Sheldija in den Bildern, die seinem zweiten Künstlerleben entstammen. Als wolle er eine Schuld gegenüber sich selbst abtragen, malt er heute Motive, für die man ihn früher exekutiert hätte. Auf monumentalen Wandszenarien vorzugsweise in Kirchen mahnt er eine Kultur der Vergebung, der Versöhnung und der Gemeinschaft an. Gewiss ließe sich anmerken, Sheldija bleibe einer traditionellen Bildsprache verhaftet und suche Orientierung in der Vergangenheit. Doch aus all seinen Porträts der Heroen des albanischen Unabhängigkeitskampfes, aus all den opulenten Fresken von christlichen und muslimischen Märtyrern, die ihr Leben für ihren Glauben ließen, spricht die Sehnsucht, einem einst so stolzen Volk das Gespür für jene Würde zurückzugeben, das die Tyrannei ihm austrieb.

Im postsozialistischen Albanien, in dem jeder ein Opfer der Diktatur gewesen sein will und niemand ihr Handlanger, fällt der alte Maler als redlicher Charakter auf, der sich um seine Vergangenheit nicht herumlügt. Sheldija hat sich seiner Geschichte gestellt, mit einem klaren Bekenntnis zu seinen Fehlern. «Ich fühle mich dankbar und privilegiert, heute malen zu dürfen, was ich will.» Sein Lohn für ungezählte Bilder in Kirchen, Klöstern und Kapellen mutet sehr bescheiden an: Farben, ein Bett zum Ruhen, genug zu Essen und das gute Gefühl, «gegen die Lügen der Geschichte anzumalen.» ■

Heilendenkmal / Shkodra

Rolf Bauerdick (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».

Totentanz und Lebens- geschichte

von Jörg Ewertowski

Erst gegen Mittag erreichten wir den Ort. Die von Bäumen umringte kleine Kapelle stand mit offener Tür einladend da, und wir sahen das Fresko des Totentanzes im Inneren aufscheinen. Dennoch: Ich brauchte erst eine Teepause auf der schattigen Bank neben der Kirche. Als wir bald darauf wieder zur Eingangspforte zurückkehrten, war diese jedoch verschlossen. Die Kirche wurde nur bei Führungen geöffnet, die man telefonisch zu bestimmten Zeiten erbitten konnte. So standen wir jetzt ziemlich enttäuscht im Portal genau zwischen den zwölf Aposteln, diesen Repräsentanten der zwölf Zeichen des Zeitenlaufes, die im Unterschied zu uns ohne Termin sind. Sie schauten uns mit einer von den Jahrhunderten kaum beeinträchtigten, ja vielleicht sogar gesteigerten Einheit von Ewigkeitswürde und unerhörter Schlichtheit gelassen an.

Am späten Nachmittag, nach einem Bad im Meer und einer kleinen Küstenwanderung, waren wir wieder da. Die Tür stand offen, die nächste Führung war im Gange, sehr engagiert von einer Frau durchgeführt, die sich auskannte und zugleich auch wusste, wie man die Inhalte darstellen muss, damit die Menschen ihre Smartphones vergessen. Die kleine Gruppe war international und kam sich in dem Maße näher, in dem sie dem Ort näherkam. Eine deutsch verheiratete Französin übersetzte uns das eine oder andere. Von einem auffällig kleinen Mann mit leicht asiatischen Zügen erfuhren alle, dass er gerade aus Vietnam kam, wo er heute Großvater geworden war. – Dann standen wir vor einer steinernen Plastik: Wer ist die Gestalt, die den Drachen zu Boden wirft? St. Georg wurde vorgeschlagen. Schweigen, bis meine Frau behauptete: «C'est Saint Michel!» Aber warum nicht St. Georg? «Der sitzt immer auf einem Pferd. Erzengel tun das nicht.» – Zuletzt stiegen der neue Großvater und eine hochgewachsene junge Frau in einem eindrucksvoll über die Stufen nachschleifenden schwarzen Mantel ins enge Grab der Krypta



Fotos: J. Ewertowski, Apostel / Fl22pjm, Wiki Commons, «danse macabre»

und berichteten von dort unten. Als wir schließlich auseinandergingen, war es ein Abschied.

Der Ritter Henry d'Avaugour, der vom Kreuzzug lebend zurückkam, hatte die Kirche in Kermaria nahe Plouha in der Bretagne errichten lassen. Aber auch die Bauern waren beteiligt, die viele Jahrhunderte später mit Sensen bewaffnet ihren Pfarrerherren am Abriss hinderten, denn der wollte eine größere Kirche haben, obwohl kurz zuvor doch das *Totentanz-Fresko* durch Zufall unter alten Putzschichten entdeckt und freigelegt worden war. Auf diesem Fresko vereinigten sich in 23 Gestalten die verschiedenen Stände und Rollen des Mittelalters zu einem Tanz mit ihrem rätselhaften Todesdoppelgänger – zu einem Reigen, zu dem sie sich als Lebende nie zusammengefunden hätten. Es ist der *danse macabre*, der aus der Identifikation mit dem sozialen Stand wie aus allem bloß Vordergründigen herausführt. Seine Gestalten sind Typen, unzählig oft zu Exemplaren ausgemünzt. Anders die zwölf Apostel im Portal: In ihnen begegnen Menschen als Repräsentanten von Urbildern der Zeit. Die Jahresbahnen der Sonne wurden zum Reigen der Menschheitsgeschichte, und in dessen Mittelpunkt steht die Zeitenwende. Nach dieser Zeitenwende datiere ich meine Geburt, wie all die Menschen, die in *Kermaria an Isquit* für eine gute Stunde lang ein Kapitel ihrer individuellen Lebensgeschichten im Ereignis der Begegnung geteilt haben. Es waren drei Rätsel, die hier für mich zusammentrafen: das der 12 Urbilder des Zeitenlaufes, das des Totentanzes und das der Individualität. Auch wenn, oder vielleicht gerade weil sie unlösbar sind, gaben sie mir doch eine Ahnung von dem Geheimnis unseres Menschseins. ■

Task-Force Willi

von Birte Müller

Öfter werde ich gefragt, ob ich mir schon Gedanken darüber mache, was aus Willi einmal beruflich werden soll – oder ob er wohl irgendwann mal ausziehen wird.

Ehrlich gesagt mache ich mir darüber noch nicht allzu viele Gedanken. Nur eines ist klar: Für immer bei uns wohnen soll Willi nicht! Aber ob er nun mit 18 in eine Wohngruppe zieht oder wir ihn erst mit 25 «rauswerfen», das weiß ich doch heute noch nicht – Willi ist ja erst acht Jahre alt! Bei seiner kleinen Schwester ohne Behinderung kann ich ja jetzt auch noch nichts darüber sagen, wann oder wohin sie mal ziehen wird und was wohl ein guter Beruf für sie sein könnte. Wie lange Willi bei uns lebt, wird sicher auch davon abhängen, wie lange wir durchhalten – manchmal hätte ich gerne so eine Art Kalender, an dem ich jeden Abend ein Blatt abreißen kann nach dem Motto: Wieder einen Tag geschafft! Aber wenn dann noch 3.650 Blätter dahinterkleben, ist das auch nicht sehr motivierend.

Vielleicht aber bin ich ja auch in zehn Jahren eine echte Glücke geworden und will gar nicht mehr, dass meine Kinder ausziehen. Das kann ich mir momentan allerdings nicht vorstellen. Mehr als an die Auszieh-Zukunft meiner Kinder denke ich darüber nach, was ich alles machen werde, wenn sie aus dem Haus sind. Da ich in den letzten Jahren eine Menge neuer Fähigkeiten durchs Muttersein dazugewonnen habe, könnten mir beruflich ganz neue Wege offenstehen.

Ich muss zur Zeit neben meiner eigenen Berufstätigkeit so viele Dinge des Familienalltags gleichzeitig im Kopf haben, die sich ständig kompliziert gegenseitig bedingen und die sich durch die unberechenbaren und irrwitzigen Arbeitszeiten meines Mannes, das unkontrollierbare Verhalten meiner Kinder und andere höhere Gewalten ständig im Fluss befinden. Und all das, während in der Regel zwei Kinder gleichzeitig an mir zerren, wovon die eine pausenlos auf mich einredet, während



der andere laut schreit und Blödsinn anstellt und ich am Telefon in der Warteschlange der Krankenkasse hänge und nebenbei koche. Ich bin ganz sicher fit für einen hohen Managerposten bei VW oder beim Bau des Berliner Flughafens! Ein größeres Irrenhaus als das unsere kann das auch nicht sein – und möglicherweise hätte ich dort auch nachts keine sieben Tage Rufbereitschaft. Und die Vorstellung, dafür dann auch noch vollkommen unangemessen hoch bezahlt zu werden, finde ich sehr reizvoll.

Ich habe mich oft gefragt, warum nicht die hardcore organisationserprobten Multitasking-Mamas in der Wirtschaft alle Spitzenposten besetzen. Aber eigentlich ist es ja klar, warum das nicht so ist: Sie werden zu Hause dringender gebraucht, und wenn die Kinder irgendwann ausgezogen sind, haben sie keinen Bock mehr darauf.

Jetzt, wo mein Mann und ich so hochqualifizierte Behinderteneltern sind, könnten wir natürlich auch Therapeuten oder Betreuer werden oder so, aber dazu hat sicher auch keiner von uns dann mehr Lust. Letztendlich sehe ich unsere besten beruflichen Chancen im Personenschutz. Wir sind ein perfekt eingespieltes Team – mit einem Blick und ein paar Gebärden können wir uns aus weiter Entfernung ohne Funkverbindung selbst in größeren Menschenmengen über sich nähernde Gefahren austauschen (z.B. Hund von links! Willi wird ihm gleich die Wurst des Mannes rechts zuwerfen), ohne dabei unsere Zielperson aus den Augen zu lassen.

In Wirklichkeit werde ich aber einfach erst mal ein Jahr lang nur schlafen, wenn meine Kinder ausgezogen sind, oder auch zwei Jahre – mal schauen. ■

Mehr über die Autorin und Illustratorin Birte Müller, die u.a. das Buch «Willis Welt» geschrieben hat, finden Sie unter: www.illuland.de

Wer war Karl König?

Wegzeichen eines Visionärs

von Alfons Limbrunner

«Wir müssen nur die Idee der Heilpädagogik weit genug fassen, um ihrer wahrhaften Bestimmung ansichtig zu werden. Sie will zu einer weltweiten Tätigkeit werden, um der überall entstandenen Bedrohung der Person hilfreich entgegenzutreten. Die heilpädagogische Haltung muss in jeder sozialen Arbeit, in der Seelsorge, in der Betreuung der Alten, in der Rehabilitierung der Geisteskranken sowohl als der Körperbehinderten, in der Führung der Waisen und Flüchtlinge, der Selbstmordkandidaten und Verzweifelten sich zum Ausdruck bringen.» – In diesem visionären Satz, ein Jahr vor seinem Tod ausgesprochen, steckt das gesamte Verständnis von Karl König, dieser großen, leider aber immer noch wenig bekannten Persönlichkeit. Vom Beruf des Arztes ausgehend, berührt sein Wirken vor allem soziale, psychologische, pädagogische und biographische Fragen, von seinem Lebenswerk *Camphill* und den damit verbundenen sozialgestalterischen und spirituellen Themen ganz abgesehen. Die im Entstehen begriffene *Karl König-Werkausgabe* umfasst ein Dutzend Abteilungen, die Zeugnis davon ablegen, wie breit gefächert und umfassend seine Neigungen und Interessen gespannt waren.

Karl König wurde am 25. September 1902 als einziges Kind jüdischer Eltern in Wien geboren. Die Mutter berichtet in ihren Lebenserinnerungen von einem Kind mit schwächlicher Konstitution, das mit einem leicht deformierten Fuß zu Welt kam, später seinen Altersgenossen weit voraus, aber einsam und traurig ist, und um den sich die Eltern große Sorgen machten. König erlebt den Kosmos einer vom intellektuellen Wiener Judentum geprägten Welt, den Zerfall der bürgerlichen Verhältnisse und die wüsten Nachkriegszustände, studiert Medizin und lernt die Anthroposophie kennen. Durch seine Mentorin Ita Wegman, Ärztin und bis zu Rudolf Steiners Tod 1925 dessen engste Vertraute, kommt er mit der Heilpädagogik in Berührung

und damit auch mit seiner späteren Frau, die im schlesischen Eulengebirge eine kleine Einrichtung leitet. Über sie lernt er die *Herrnhuter Brüdergemeine* kennen, ein Erlebnis, das ihn nachhaltig prägt.

Mit der Heirat beginnen die schlesischen Jahre, die Karl König später als die notwendige Vorbereitung für die Gründung *Camphills* bezeichnet. Die Familie schließt sich einer kleinen Gruppe an, die mit dem Aufbau heilpädagogischer Arbeit auf dem biologisch-dynamisch bewirtschafteten Gut *Schloss Pilgrams-hain* beginnt. Die sich immer mehr ausweitende ärztliche Praxis, seine regelmäßigen Aufenthalte in Prag, seine Umtriebigkeit als Vortragender und Kursleiter in Böhmen, Deutschland und Österreich, vertragen sich schwer mit den Verhältnissen der kleinen Gemeinschaft; zudem verschlechtern sich nach 1933 erst schleichend, dann verheerend die Lebensbedingungen für Juden in Deutschland, und man entzieht ihm das Recht auf Führung des Dokortitels. Weil die Situation politisch und menschlich immer schwieriger wird, kehren die Königs – inzwischen mit drei Kindern – 1936 nach Wien zurück. Als viel gefragter Arzt arbeitet er dort mit einer Jugendgruppe, der meist jüdische Mitglieder angehören, die später zu den Mitbegründern *Camphills* zählen.

Dann kommt der wohl tiefste Lebensschnitt: Die Annektierung Österreichs zwingt die Familie zur Emigration über die Schweiz und Frankreich nach England. In mühseliger, entsagungsvoller Arbeit, verbunden mit Internierungen, erfolgt jedoch der Aufbau der heilpädagogischen Arbeit auf dem Gut *Camphill* im Norden Schottlands – dort, wo vor langer Zeit auch die Templer mit ihren letzten Bastionen agierten.

König, der Heimatlose und Verfemte, gründet sein «Königreich» im Norden. Mit einem kleinen inneren Kreis ist er der unermüdete Motor, hält Vorträge, veröffentlicht Bücher und

«Ich bin ein Mensch,
nur wenn ich unter
Menschen bin. Allein
bin ich ein Nichts, kann
ich kein Mensch sein.»

Karl König

fördert Neugründungen von Schulen und Gemeinschaften. Bis heute umfasst das große humanistische Projekt *Camphill* weltweit über 100 Einrichtungen, davon ein gutes Dutzend in Deutschland, die mit weiteren, etwa 200 Einrichtungen im Bundesverband für anthroposophisches Sozialwesen, *Anthropoi*, zusammengeschlossen sind. In ihnen wird versucht, das Ideal der Heilpädagogik zu realisieren: Dass jeder Mensch, wie immer er auch sei, zum Kleinod für alle anderen Menschen werden soll, dass er als ewiges Menschenwesen seine Geltung nicht verliere, wie eigen er auch in seinem Tun und Verhalten sein möge.

Drei Dinge sind es vor allem, die uns bis heute, neben der *Camphill*-Bewegung, in ganz und gar unverfänglicher Weise und voraussetzungslos bleiben: Karl König gilt als der «Erfinder» des sozialtherapeutischen Dorfimpulses. Nach Botton in England gründete er die erste deutsche Dorfgemeinschaft auf dem *Lehenhof** am Bodensee. Damit kam eine Bewegung in Gang, die bis heute leuchtende Beispiele integrativer und inklusiver Lebensorte schuf.

Neben diesem Impuls ist es ein Glück für uns Lesende, dass Karl König zudem geschrieben hat – zwei zeitlos gültige Bücher:

Alfons Limbrunner lehrte als Dozent an der Evangelischen Hochschule für Sozialwissenschaften in Nürnberg. Er ist Autor und Mitarbeiter an der Karl König-Werkausgabe und als Entwicklungsbegleiter und Supervisor tätig. Ende Februar erscheint sein Buch über Karl König und seinen Sozialimpuls: «Die Wanderer ins Morgenrot».

* Mehr über den *Lehenhof* können Sie in der März-Ausgabe dieses Magazins lesen.



Geister unter dem Zeitgeist. Biographische Skizzen auf dem Weg in die Moderne. Darin lesen wir von Menschen und Schicksalen (Gustav Mahler, Adalbert Stifter, Charles Darwin, Samuel Hahnemann, Sigmund Freud, Lou Andreas-Salome, Hellen Keller und viele andere mehr), die unsere Kultur von verschiedenen Seiten her prägten. Es sind Biographien, in denen sich der Zeitgeist, das Denken und Fühlen einer Epoche, auf ganz unterschiedliche Art und Weise ausdrückte. Man sagt, König habe die Fähigkeit gehabt, bisher unentdeckte Zusammenhänge zwischen Menschen und Zeiten aufzufinden. Und neben diesem Buch ist da noch Königs Klassiker: *Brüder und Schwestern. Geburtenfolge als Schicksal*. Es war das erste Buch Anfang der sechziger Jahre zu dieser Thematik in Deutschland, ein Pionierstück von unvergänglicher Aktualität – denn wir sind entweder einziges oder erstes, zweites, drittes und so fort Kind, und damit sind Aufgaben und Schicksalsfügungen verbunden, die uns auch etwas über die Sinnhaftigkeit unserer Existenz enthüllen können.

«Ich bin ein Mensch», so Karl Königs universelle Botschaft, «nur wenn ich unter Menschen bin. Allein bin ich ein Nichts, kann ich kein Mensch sein.» Am 27. März 1966 verstarb er in Überlingen. ■



Aufbruch in die Moderne

Karl König porträtiert Persönlichkeiten, die den Aufbruch in die Moderne vorzubereiten hatten. Dabei geht es um das innere und äußere Ringen mit den Fragen, die der Zeitgeist stellt. In 23 biographischen Skizzen spürt er feinfühlig die jeweilige Schicksalsprache auf: es sind sowohl Künstler, wie Mahler und Stifter, die Sozialreformer Robert Owen und Harry Graf Kessler, wie auch Wissenschaftler, darunter Darwin, Hahnemann, Freud und Breuer. Wie haben sie die Sprache des Zeitgeistes im anbrechenden Bewusstseinszeitalter wahrgenommen, gedeutet und umgesetzt?

Wie zeigt sich die Signatur einer Zeit im Schicksal einzelner Menschen? Wie leben sie unter dem besonderen Zeitgeist an der Schwelle zur Moderne?

Karl König
Geister unter dem Zeitgeist
Schicksale an der Schwelle zur Moderne.
Hrsg. von Richard Steel und Alfons Limbrunner.
Karl König Werkausgabe | Abteilung 10:
Geistesgeschichte und biographische Arbeiten.
544 Seiten, mit s/w-Fotos, Leinen mit SU
€ 28,90 (D) | ISBN 978-3-7725-2410-3
www.geistesleben.com

Februar

Frau Page tritt mit einem Brief auf.

FRAU PAGE: Was, im Lenz meiner Schönheit bin ich Liebesbriefen entkommen, und jetzt werd ich zu ihrer Zielscheibe? Lasst mal sehen. (*liest*)
«Fragen Sie mich nicht nach Vernunftgründen, warum ich Sie liebe; denn obwohl Göttin Liebe die Gevatterin Vernunft als Anstandsdame nutzt, erlaubt sie Gevatterin Vernunft nicht das Ratgeberamt. Sie sind nicht mehr jung; so wenig wie ich. Ja also, sehn Sie: schon eine Seelenverwandschaft. Sie sind eine Frohnatur, und genauso auch ich. Na, da! Ha, bitte, noch eine Seelenverwandschaft! Sie lieben Südwein, und ich liebe ihn auch. Könnten Sie engere Seelenverwandschaft wünschen? Lass Dir's genügen, Frau Page – zumindest, wenn eines Soldaten Liebe Dir genügen kann –, dass ich Dich liebe. Ich will nicht sagen: Erbarme Dich meiner – so spricht kein Soldat –, aber ich sage: liebe mich. Gezeichnet von mir,

In Rittertracht,
Der Tag und Nacht,
Oder bei Sternenpracht,
Mit aller Macht
Dich gut bewacht,
John Falstaff»

Was für ein großmäuliger Großkotz das ist!
Oh böse, böse Welt! – Einer, den's Alter schon so gut wie verschlissen hat, und spielt hier den jungen Galan? Was hat dieser Sack, der wie ein Holländer säuft, in drei Teufels Namen nur für ungewollte Gesten aus meinem Gespräch gelesen, dass er's wagt, mir so zu kommen? Ja, der war doch kaum dreimal in meiner Nähe. Was hab ich ihm bloß gesagt? Ich war sehr knickrig mit Freundlichkeiten – verzeih's mir der Himmel! Hach, ich werd im Parlament eine Gesetzesvorlage zur Unterdrückung der Männer einbringen. Wie räch ich mich an ihm? Denn gerächt sein will ich, bei allen Kuddeln in seiner Puddingwampe! (*steckt den Brief weg*).

William Shakespeare, «Die lustigen Weiber von Windsor»
Zweiter Akt, 1. Szene
Neu übersetzt von Frank Günther
Deutscher Taschenbuch Verlag, München, 2011

SO 31 | Januar 44. Woche nach Ostern
1866 Friedrich Rückert † in Neuses bei Coburg, dt. Dichter, insb. der «Kindertodtenlieder» (* 16.05.1788 in Schweinfurt).

☉ 08:02 / 17:09
☾ 00:11 / 11:02

MO 01 KW 05
● Letztes Viertel, ☾ ☿ 11^h
1966 Buster Keaton † in Woodland Hills, Los Angeles, Schauspieler und Filmregisseur (* 04.10.1895 in Piqua, Kansas).

DI 02

MI 03
☾ ☿ 21^h

DO 04

FR 05

SA 06
☾ ☿ 7^h, ☾ ☿ 17^h

SO 07 45. Woche nach Ostern
☿ Größte östliche Elongation

☉ 07:51 / 17:22
☾ 06:45 / 16:20

MO 08 KW 06
● Neumond 15:39
Chinesisches und Vietnamesisches Neujahr, das am zweiten Neumond nach der Wintersonnenwende stattfindet. Beginn des Jahres des Feuer-Affen.
[Rosenmontag](#)

DI 09

[Fastnacht](#)

MI 10

[Aschermittwoch](#)

DO 11
1816 Ernst Litfaß * in Berlin, Unternehmer und Verleger. 1855 erfand er die «Anschlagsäule, die später nach ihm «Litfaßsäule» genannt wurde († 27.12.1874 in Wiesbaden).

FR 12

SA 13

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

SO 14

46. Woche nach Ostern

☉ 07:39 / 17:35
 ☽ 10:34 / 00:03

♥ Valentinstag

MO 15

KW 07

☾ Erstes Viertel, ☽ ☿ 1^h

In Serbien Nationalfeiertag (1835 erste Verfassung)

DI 16

☽ ☿ 18^h

In Litauen Nationalfeiertag (1918 unabhängig)

MI 17

≈ Sonne tritt in das astronomische Sternbild Wassermann.
 1916 Karl Wald *, dt. Fußballschiedsrichter. Er gilt als der Erfinder des 1970/71 von DFB, UE.FA u. FIFA eingeführten Elfmeterschießens († 26.07.2011).
 1766 Thomas Malthus *, brit. Nationalökonom († 29.12.1834).

DO 18

1516 Mary Tudor * in Greenwich, alias Maria die Katholische oder Bloody Mary, war als Tochter Heinrichs VIII. und seiner ersten Frau Katharina von Aragon von 1553 bis 1558 erste Königin von England und Irland († 17.11.1558 in St. James's Palace, London).

FR 19

✠ Sonne tritt in das astrologische Tierkreiszeichen Fische.
 Beginne mit der Monatstugend: «Großmut – wird zu Liebe.»
 1916 Ernst Mach †, österr. Physiker (* 18.02.1838).

SA 20

☽ ☿ 11^h, ☽ ☿ 20^h

SO 21

47. Woche nach Ostern

1916 Beginn der Schlacht von Verdun

☉ 07:25 / 17:47
 ☽ 16:41 / 06:32

MO 22

KW 08

○ Vollmond 19:20
 Vor 10 Jahren (2006) starb die dt. Dichterin Hilde Domin in Heidelberg (* 27.07.1909).

DI 23

1766 Caroline von Humboldt * als Carolina Friederica von Dacheröden in Minden. Am 29.06.1791 heiratete sie Wilhelm von Humboldt in Erfurt. In Berlin führte sie einen regen besuchten literarischen Salon († 26.03.1829 in Berlin).

Lazarus, der von Christus Auferweckte

MI 24

☾ ☿ 4^h

Matthias, der Jünger, der an Judas' Stelle trat.
 In Estland Nationalfeiertag (1918 unabhängig)

DO 25

Vor 33 Jahren (1983) starb der amerik. Dramatiker Tennessee Williams in New York City (* 26.03.1933 in Columbus als Thomas Lanier Williams III.). Für seine Stücke «Endstation Sehnsucht» und «Die Katze auf dem heißen Blechdach» erhielt er 1948 und 1955 den Pulitzerpreis.

FR 26

SA 27

SO 28

48. Woche nach Ostern

1916 Henry James † in London, amerik. Schriftsteller. Seine Bücher wurden für die Entwicklung des modernen psychologischen Romans wegweisend (* 15.04.1843 in New York).

☉ 07:10 / 18:00
 ☾ - / 11:02

MO 29

KW 09

☾ ☿ 21^h

Redaktion: Lin

«We'll leave a proof, by that which we will do, Wives may be merry, and yet honest too.»

«Was wir hier tun, soll beispielhaft beschreiben:

Ein Weib kann lustig sein und sittsam bleiben»,

so meint es ernst und entschieden die eine der beiden

«Lustigen Weiber von Windsor», Mistress Page.

Frau Page, die aber ebenso ihre heitere Genugtuung darin empfindet, den alten dicken, verarmten und nach Vermögen trachtenden Ritter, Sir John Falstaff, der sie und ihre Freundin, Mistress Ford, gleichzeitig zu verführen versucht, zurückzuweisen und zu bestrafen:

«Zum Henker, den sittenlosen Strolch! Den können wir gar nicht genug piesacken. ...

Wir gehen nicht fremd, doch lachen uns drum schief:

Und wahr bleibt: «Stille Wasser gründen tief!»»

In seiner einzigen «englischen» Komödie, die um 1597 entstanden ist, hat Shakespeare mit den «Lustigen Weibern von Windsor» ein an heimischen Heiterkeiten und Sprachwitz überbordendes Sittengemälde seiner Zeit geschaffen.

Es muss schön sein, ein «Weib» zu sein, vorausgesetzt man besitzt ihre Phantasie und Energie: mit Humor und Heiterkeit verschönern sie die Welt (der Männer) zum Besseren.

«O machtvolle Liebe, die in mancher Hinsicht ein Stück Vieh zum Manne macht, und in anderer einen Mann zum Vieh!»

Sir John Falstaff / Fünfter Akt, 4. Szene
 William Shakespeare, «Die lustigen Weiber von Windsor»
 in der Übertragung von Frank Günther

Tante Grün, Tante Braun und Tante Lila



Elsa Beskow

Urachhaus



Schrullig und herzensgut sind sie – die drei Tanten. Elsa Beskow erzählt mit feinem Humor, wie die Waisenkinder Peter und Lotta bei einem abenteuerlichen Sonntagsspaziergang zu den Tanten und bei ihnen ein Zuhause finden.

Tante Brauns Geburtstag



Elsa Beskow

Urachhaus



Was ist schwerer, als Geburtstagsvorbereitungen geheim zu halten, wenn man Geschenke besorgen und ein Geburtstagsgedicht üben muss? Die Kleinstadt steht Kopf! Ob Peter und Lotta ein rundum gelungenes Fest erleben werden?

Peter und Lotta auf dem Jahrmarkt



Elsa Beskow

Erscheint Ende
Februar!



Zu klein für den Jahrmarkt? Peter und Lotta müssen zu Hause bleiben. Traurig sind sie nicht, denn sie haben ihre eigenen Pläne. Doch dann nimmt eine Reihe so haarsträubender Verwicklungen ihren Lauf, dass eine Karussellfahrt nichts dagegen ist ...

Elsa Beskow erzählt turbulente Abenteuer aus der gemütlichen alten Zeit – drei herrlich-komische Geschichten aus der Reihe der kultigen Tanten-Bücher!

Elsa Beskow (Text und Illustrationen): **Tante Grün, Tante Braun und Tante Lila** | Aus dem Schwedischen von Ellen Jacobsen | 32 Seiten, Halbleinen | Format: 24 x 29,5 cm | € 15,90 (D) | ISBN 978-3-8251-7911-3 | ab 4 Jahren

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

Elsa Beskow (Text und Illustrationen): **Peter und Lotta auf dem Jahrmarkt** | Aus dem Schwedischen von Ellen Jacobsen | 32 Seiten, Halbleinen | Format: 24 x 29,5 cm | € 15,90 (D) | ISBN 978-3-8251-7961-8 | ab 4 Jahren | Ab 27. Februar neu im Buchhandel! | www.urachhaus.com

In Gegensätzen miteinander

von Wolfgang Held

In keiner anderen Region des Tierkreises prallen solche Gegensätze aufeinander wie bei den Herbststernbildern Waage und Skorpion. Jetzt sind die beiden Bilder gut am Morgenhimmel zu sehen. Vor der Morgendämmerung steigen sie im Südosten auf. Zuerst erscheint die Waage. Ein rechter Winkel und bei genauerem Hinsehen sogar ein geschlossenes Quadrat kennzeichnet das Tierkreisbild des Ausgleichs, das in keine Richtung drängt. Während andere Bilder durch einen einzigen Hauptstern ein Zentrum, eine Einseitigkeit besitzen, scheinen in der Waage alle Sterne gleichberechtigt. Andere Bilder, wie der Stier oder der Löwe, sind zwar voller Ausdruckskraft, tragen in sich aber eine erstarrte Bewegung. Nicht so die Waage – hier scheint jede Bewegung lange schon zur Ruhe gekommen zu sein. Und so dauert es beim Blick auf diese Sternenformation auch nicht lange und man fühlt sich selbst ruhiger und ausgeglichener. Das Bild ist nicht nur in seiner mythologischen Bedeutung das Zeichen für Ausgleich und Gleichgewicht, auch die gleichmäßige und einfache Anordnung der Sterne strahlt diese Balance aus. Wie anders erscheint da der Skorpion, das Bild, das der Waage linker Hand folgt. Ein s-förmiger Kurvenzug aus funkelnden Sternen mündet in den roten hellen Hauptstern Antares, um von dort dann in drei Richtungen zu versprühen: vom gekrümmten Schwanz bis zu den Scheren. Alles in diesem Bild ist Bewegung. Ja, die Bewegung scheint durch die scharfen Krümmungen selbst in Bewegung zu geraten. Das Bild ist die Bewegung der Bewegung. So stehen mit Skorpion und Waage Bewegung und Ruhe, Dynamik und Gleichgewicht nebeneinander.

Dieser Gegensatz bekommt jetzt durch die Anwesenheit von zwei Planeten – Mars und Saturn – ein besonderes Antlitz. Wer am Morgen vor der Dämmerung zum südöstlichen Himmel blickt, der sieht, wie im Zentrum der Waage Mars steht und wie



über der geschwungenen Gestalt des Skorpions Saturn wandert. Mars, der dynamische Planet, der mal hell ist, mal nur zart glimmt, der mal schnell wandert, dann für Wochen innehält – dieser Planet der Aktion und des Wechsels steht im Tierkreisbild der Ruhe, des Ausgleichs. Umgekehrt ist es im bewegten Skorpion. Dort zieht Saturn, der Planet der Ruhe und inneren Reife, so langsam, dass man ihn für einen Fixstern halten könnte.

Nicht nur die beiden Sternbilder sind gegensätzlich, auch ihre gegenwärtigen planetarischen Gäste Mars und Saturn sind Widersacher. Dadurch kommen sich diese so polaren Sternregionen aber wieder nahe: Saturn schenkt dem kurvigen Skorpion innere Weite und Ruhe; Mars bringt hingegen die ruhige Waage in Bewegung. Weil die Planeten gerade umgekehrt stehen, bringen sie die stellaren Gegensätze nahe, bauen sie eine Brücke von der Waage zum Skorpion. Umgekehrt findet Mars zu Saturn, weil die Waage den roten Planeten beruhigt – und Saturn zu Mars, weil Skorpion den fernen Wandler in Aktion bringt.

Aus dem Bild, das sich am Morgenhimmel im Februar ausbreitet, lässt sich einiges lernen: Gegensätze können zueinander finden, wenn sie in gegensätzlichen Umgebungen stehen. Ein Beispiel: Dem Kind begegnet man, indem man sich selbst in kindliche Umgebung versetzt, indem man spielt. Vielleicht ist das indianische Sprichwort – wenn man Frieden will, soll man in den Mokassin seines Feindes laufen – auf eben diese Weise zu verstehen. Es geht sprichwörtlich darum, sich in die Umgebung des anderen hineinzustellen. Dann kommen sich die Gegensätze nahe. ■

Die Gallenblase

Ein «cholerisches» Organ

von Markus Sommer

Die Gallenblase ist zwar nur ein kleines Organ (etwa in Größe und Form einer Zitrone), wer aber schon einmal eine Gallenkolik hatte, weiß, dass sie furchtbare Schmerzen verursachen kann. Mancher wird sich schon gefragt haben, warum der Mensch mit diesem kleinen, direkt unter der Leber am rechten Rippenbogen gelegenen Organ ausgestattet ist, wo doch Pferde, Faultiere und Ratten auch ohne es auskommen. Typischerweise sind es die Festtagsabende, an denen sich die Galle meldet, und damit Kranke und Ärzte beschäftigt. Weihnachtsgans, Käsefondue und Faschingskrapfen eignen sich hervorragend, um die Galle zu ihrer Höchstform auflaufen zu lassen. Diese Gerichte sind sehr fettreich – und gerade zur Bewältigung der Fette hilft uns die Gallenflüssigkeit. Wer sich in Hauswirtschaft auskennt, weiß, dass sich der dickste Fettfleck mit Gallseife entfernen lässt. Die dunkelgrüne Farbe dieser Seife kommt vom Gehalt an (Ochsen-)Galle – in verdünnter Form kann Gallenflüssigkeit auch gelb sein. Der Farbstoff stammt aus dem Abbau alt gewordener roter Blutkörperchen, aber auch andere Substanzen, die im Organismus nicht (mehr) gebraucht werden, können mit der Galle ausgeschieden werden. Fett verbindet sich ja normalerweise nicht mit Wasser, und daher lässt es sich mit einfachem Wasser weder als Fleck entfernen noch verdauen. Für beides muss Fett in feinste Tröpfchen aufgelöst werden. Genau das kann Galle besonders gut.

Um jetzt gleich eine stete Quelle von Missverständnissen zu klären: Medizinisch korrekt wäre mit dem Begriff «Galle» nur die bitter schmeckende, gelb-grünliche Flüssigkeit zu bezeichnen, welche die Gallenblase ausfüllt. Nun wird Letztere aber umgangssprachlich auch einfach als «Galle» bezeichnet (man sagt ja auch «Gallenkolik» und nicht «Gallenblasenkolik», obwohl das eigentlich korrekt wäre).

Fast einen dreiviertel Liter Galle bildet die Leber jeden Tag – die Galle wird also nicht von der Gallenblase, sondern von

der Leber gebildet! Die Gallenblasenwände können überflüssiges Wasser aufnehmen und so die Flüssigkeit auf ein Zehntel konzentrieren. Kommt nun fetthaltiger Nahrungsbrei aus dem Magen in den Zwölffingerdarm, so zieht sich die Gallenblase zusammen, die Galle wird durch den Hauptgallengang in den Darm gespritzt, wo sie das Fett emulgiert. Jetzt können die feinen Tröpfchen von Enzymen verdaut oder sogar direkt in den Körper aufgenommen werden. Da Fette besonders viel Energie enthalten, ist die Galle ein zentrales Instrument des Körpers zur Wärmeentwicklung.

Manchmal aber geht die Konzentrierung der Galle so weit, dass sie zu «Steinen» auskristallisiert, die dann in der Gallenblase liegen. Zieht sich jetzt die Muskulatur der Blasenwand energisch zusammen, weil es gerade Faschingskrapfen gab (vielleicht auch, weil man sich furchtbar ärgern musste), dann kann ein solcher Stein in den Gallengang gedrückt werden, wo er den Abfluss blockiert. Wenn jetzt die Gallenblase immer wieder durch noch heftigeres Zusammenziehen versucht, den Stein doch noch in den Darm zu transportieren, kommt es zu starken Schmerzen einer Kolik.

Um die Sache noch etwas komplizierter zu machen, werden die Schmerzen oft nicht nur im rechten Oberbauch empfunden, sondern sie können auch in den Rücken ausstrahlen. Und auch nicht jeder Schmerz in dieser Region muss von der Gallenblase kommen, auch eine Lungenentzündung oder -embolie oder ein Herzinfarkt kann ähnliche Schmerzen verursachen. Dass auch der Gallengang Muskeln enthält, die sich um den Fremdkörper klammern, macht die Sache noch schlimmer. Oft hilft dann ein die Muskeln entspannendes Mittel, damit der Stein doch noch in den Darm rutschen kann, was sofort zu einem Erlösungsgefühl führt. Gelingt das nicht, so kann die von der Leber weiterhin produzierte Gallenflüssigkeit nicht in den Darm abfließen.



Komplizierte und anhaltende Stoffwechselprozesse der Leber bilden u.a. Gallenflüssigkeit, die bei Bedarf schlagartig ausgestoßen wird.

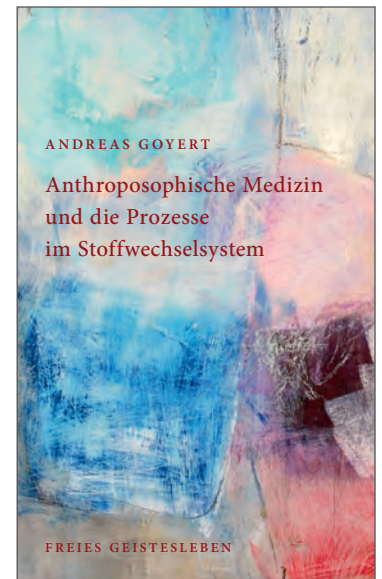
Gallenfarbstoff sammelt sich im Blut und es entsteht eine «Gelbsucht». Auch können gefährliche Entzündungen entstehen, und so muss ein eingeklemmter Stein entweder vom Darm aus durch eine Endoskopie oder gar durch eine Operation entfernt werden. Meist wird dann auch die gesamte Gallenblase entfernt, da man davon ausgeht, dass eine weitere Neigung zur Steinbildung besteht. Wie Pferde und Faultiere zeigen, kommt man ja durchaus auch ohne Gallenblase (wenn auch nicht ohne Galle!) aus. Da dann aber kein «Sammelbecken» für die Galle mehr vorhanden ist, aus dem nur bei Bedarf Galle entnommen wird, träufelt nach einer Gallenblasenentfernung ständig Gallenflüssigkeit in den Darm, während bei Anflutung großer Fettmengen nicht genug davon zur Verfügung steht. Das führt oft einerseits zur Unverträglichkeit besonders fetter Speisen, andererseits auch zu leichtem Durchfall, weil Gallensalze leicht abführend wirken.

Gibt es denn Möglichkeiten, die Galle «zu pflegen», damit es erst gar nicht zur Steinbildung oder Beschwerden durch Vorformen solcher Verhärtung kommt, die beispielsweise in einer schlammartigen Verdickung von Gallensubstanz («Sludge») oder einer Verdichtung zu feinkörnigem «Gallengries» bestehen können? Ganz sichere Wege gibt es nicht, aber man weiß, dass beispielsweise Bewegungsmangel nicht nur den Gelenken schadet, der Verhärtung von Arterien Vorschub

leistet und Krebs fördert, sondern auch Gallensteine bilden sich eher, wenn man sich nicht genug bewegt. Bewegung scheint allen Verhärtungsprozessen entgegenzuwirken.

Traditionell wird vielen Pflanzen, die ähnlich bitter schmecken wie die Galle selbst, nachgesagt, dass sie heilsam im Gallenbereich wirken. Tatsächlich wurde bei vielen von ihnen nachgewiesen, dass sie zu vermehrter Bildung von Gallenflüssigkeit führen und deren Austreibung anregen. Man kann sich gut vorstellen, dass dadurch die Gallenwege «gut gespült» werden und sich so Verhärtungen nicht festsetzen können. Solche Heilpflanzen sind beispielsweise Löwenzahn, Schafgarbe, aber auch die Wegwarte, aus der durch gärtnerische Kunst die bitteren Gemüse Chikorée, Radicchio und Endiviansalat gezüchtet wurden.

Es gibt aber auch spezifisch medizinisch eingesetzte Pflanzen wie das in konzentrierter Form giftige Schöllkraut (*Chelidonium maius*), das beim Abreißen einen gallebitteren, gelben Saft freisetzt, die sich in der Hand des Arztes zur Behandlung von Gallenleiden bewährt haben. So enthält der erwähnte Saft auch Substanzen, die gerade im Gallenbereich die Muskulatur entspannen und so auch bei akuten Beschwerden hilfreich sein können. In der Anthroposophischen Medizin werden Auszüge aus dem Schöllkraut mit anderen Pflanz Zubereitungen verbunden, um gut wirksame Gallenheilmittel zu gewinnen. ■



Warum ist unser Stoffwechsel so wichtig?

Wie sich Stoffwechselprozesse im menschlichen Organismus charakterisieren lassen und welchen Faktoren außer der Ernährung dabei eine Rolle zukommt, zeigt Dr. med. Andreas Goyert im vorliegenden Band auf. Wertvolle Hinweise finden neben Medizinern und Therapeuten auch die Leser, die sich ein erweitertes Verständnis der Stoffwechselfvorgänge vor dem Hintergrund der anthroposophischen Menschenkunde und Medizin verschaffen möchten.

Andreas Goyert veranschaulicht, warum die Anthroposophische Medizin eine Medizin der Zukunft ist und wie sich die Stoffwechselprozesse im menschlichen Organismus vor dem Hintergrund der anthroposophischen Menschenkunde charakterisieren lassen.

Andreas Goyert
Anthroposophische Medizin und die Prozesse im Stoffwechselsystem
 296 Seiten, gebunden mit Schutzumschlag
 € 28,90 (D) | ISBN 978-3-7725-2639-8
www.geistesleben.com

Markus Sommer ist niedergelassener Arzt mit klinischer Erfahrung im Bereich Innere Medizin, Kinderheilkunde, Geriatrie, Neurologie und in der praktischen Anwendung von Homöopathie und Anthroposophischer Medizin.



Elsa Beskow

Seit hundert Jahren modern von Michael Stehle

Die schwedische Kinderbuch-Autorin und Illustratorin Elsa Beskow (1874–1953) wurde bereits im zarten Alter von vier Jahren zur Erzählerin. Sie hatte früh Lesen gelernt und von ihren jüngeren Geschwistern die Rolle zugeteilt bekommen, ihnen vorzulesen und Geschichten zu erzählen. Mit sieben Jahren beschloss sie aus Ärger über Heinrich Hoffmanns *Struwwelpeter*, selbst Märchen zu verfassen und zu illustrieren.

Ihre kritische Haltung gegenüber den moralisierenden Geschichten des *Struwwelpeters* kam nicht von ungefähr: Als kleines Kind besuchte Elsa Beskow die Schule ihrer beiden Tanten Amalia und Berta Maartman, die eng mit der Reformpädagogin Ellen Key zusammenarbeiteten. Diese beiden Tanten, in deren Haus Elsa mit ihrer Mutter und zahlreichen Geschwistern nach dem Tod des Vaters zog, spielten für das junge Mädchen eine besondere Rolle. Auch der Onkel Eugène, der als einziger Mann im Haus der ledig gebliebenen Tanten wohnte und seinen Lebensunterhalt als Musikkritiker und Redakteur verdiente, wirkte sich prägend auf die Erziehung aus.

Der Umgang mit diesen drei Verwandten war es, der Elsa Beskow dazu brachte, ihre Bücher über Tante Grün, Tante Braun und Tante Lila zu verfassen. In diesen Büchern leben die genannten Tanten gemeinsam in einem Haus, in das im ersten Band das Geschwisterpaar Peter und Lotta einzieht. Das Personal ist unschwer aufzuschlüsseln: Hinter der unternehmungslustigen und humorvollen Tante Grün verbirgt sich Elsa Beskows freigeistige Tante Amalia, die gutmütige und praktisch veranlagte Tante Berta finden wir in Tante Braun wieder, und Elsas romantisch veranlagte Mutter Auguste Maartman tritt als Tante Lila auf. Der bildungsbeflissene Onkel Eugène schließlich bekommt die Farbe Blau zugewiesen, womit das erwachsene Hauptpersonal abgeschlossen wäre. Bleiben die

beiden Kinder Peter und Lotta, für die Elsa selbst sowie ihr ein Jahr älterer Bruder Hans Paten standen.

Der Umzug zu den Tanten brachte eine Trennung der Kinder mit sich, da nicht die ganze kinderreiche Familie Platz im Stockholmer Tanten-Haus fand, und so wurden Elsa und Hans voneinander getrennt. Dies ist der biografische Hintergrund dafür, dass die beiden Geschwister in den Tanten-Büchern als Waisenkinder auftreten und im Haus der drei unverheirateten Damen ein neues Zuhause finden.

Im ersten der Bücher um Tante Grün, Tante Braun und Tante Lila (und Onkel Blau) werden die beiden Kinder, von denen wir nur erfahren, dass Mutter und Vater gestorben sind und sie bei einer Wäscherin leben, die sie nicht mag, mit offenen Armen im Tanten-Haus aufgenommen. Im zweiten Band wird Tante Brauns Geburtstag gefeiert, was zu einigen Schwierigkeiten führt, da die Besorgung eines geeigneten Geschenks sich als außerordentlich kompliziert erweist. In der dritten Geschichte können Peter und Lotta zeigen, dass der Unterricht, den sie bei Onkel Blau erfahren, Wirkung zeigt: Teil seiner humanistischen Lehre ist es, den Kindern beizubringen, dass man böse Menschen in gute verwandeln könne, indem man ihnen gegenüber freundlich sei. So entscheiden die Kinder, der Wäscherin, die sie in der Vergangenheit so schlecht behandelt hatte, ein Kätzchen zu schenken, was zwar mit neuen Komplikationen verbunden ist, schließlich aber dazu führt, dass die Kinder wieder wohlbehalten im Haus der Tanten eintreffen und den Jahrmarkt besuchen dürfen.

Was alle Geschichten Elsa Beskows aus dieser Reihe vereint, ist das Freilassende und Moderne, das sich hinter der Biedermeier-Ästhetik der Illustrationen verbirgt, sodass es nicht verwundert, wie groß der Anhängerkreis der «Tanten-Bücher» unter Kindern und Eltern wie Großeltern ist. ■

Wenn Neues entsteht

von Monika Kiel-Hinrichsen

In Deutschland lebt etwa jedes zehnte Kind in einer Stief- oder Patchworkfamilie. Diese Form des familiären Miteinanders hat das Ungewöhnliche verloren, das ihm noch vor einigen Jahrzehnten anhaftete. Jede Patchworkfamilie – um diesen Aspekt einmal hervorzuheben – ist etwas Neues, und damit verbunden: eine Chance. Wenn etwas Gutes entstehen soll, ist es wichtig, dass die vorangegangene Beziehung zu einem tatsächlichen Abschluss gefunden hat.

Eine solche Trennung verläuft in mehreren Phasen. Ich möchte Ihnen die Phasen der Verarbeitung einer Trennung beispielhaft aufzeigen und daran deutlich werden lassen, welche Bewusstseinschritte nötig sind, um besonders für die Kinder gute Übergänge zu schaffen.

In Phase 1 spreche ich von einem *Trennungsschock*: Das alte Leben existiert nicht mehr. Nach einem ersten Taubheitsgefühl tritt kurzfristig ein intensives Schmerzerlebnis ein, das oft mit Angstanfällen und dem Gefühl einer inneren Lähmung verbunden ist. Dieser Zustand kann dann in eine Phase des *Verharmlosens* übergehen, ähnlich wie bei einem Unfall, nach dem der Verletzte gern verneint, wenn er gefragt wird, ob er Hilfe benötigt. Dieses Bagatellisieren führt häufig dazu, dass man sich einredet, es werde schon «alles wieder gut». Wenn dies endgültig nicht mehr haltbar ist, tritt die dritte Phase der *heftigen Emotionen* ein. Das endgültige Realisieren ist verbunden mit Wut, Zorn, Misstrauen und Enttäuschung bis hin zum Kontrollverlust. Sie wirft mit Gegenständen, er sperrt das gemeinsame Girokonto – die berühmte «schmutzige Wäsche» wird gewaschen, das Ich als Regulator steht nicht mehr zur Verfügung. Es sind häufig diese «Trennungskriege», die bei Kindern zu Traumata führen.

Nun folgt oft die Zwischenphase des *Feilschens und Verhandels*: Die Hoffnung, alles könne sich wieder einrenken, schützt vor dem großen Abschiedsschmerz. Können sich die Partner in



dieser Phase offen begegnen, vollziehen sich häufig seltsame Wandlungen: Kurzfristige Gefühle des Verliebtseins wechseln sich mit neuerlichen Hass-Attacken ab. In der Paarberatung gilt es, diesen Moment mit viel Wachsamkeit wahrzunehmen.

In der vierten Phase der *Trauer und Akzeptanz* ist der tiefste Punkt der Krise erreicht. Alles Verworrene kann losgelassen werden, die Tränen können fließen. Der Verlustschmerz erreicht seinen höchsten Punkt, depressive Zustände sind häufig die Folge. Nun geht es darum, mithilfe einer bewussten Trauerarbeit eine Akzeptanz der neuen Lebenssituation zu erlangen. Das aktive Ergreifen der Gegenwart löst das Grübeln über Vergangenes ab.

In der Phase des *Experimentierens* ist ein neuer Freiraum entstanden. Wie in einer zweiten Jugend kann der Blick sich wieder nach außen wenden, auch wenn Rückfälle vorprogrammiert sind – ich nenne dies das «Schwungholen in der Skaterbahn». Aber dies gehört dazu, und bei genauer Betrachtung merkt man im besten Fall, dass sich die Gefühlsqualität verändert hat. In der Phase der *neuen Sinnsuche und Integration* tritt viel Neues ins Leben. Je nach Offenheit kann dies durch Biografiearbeit oder Therapie in die Gesamtheit des bisherigen Lebens gestellt werden. Hier taucht die wichtige Frage auf: Warum ist mir das geschehen?

Die siebte Phase ist die des *neuen Entschlusses*. Der Heilungsprozess ist vorangeschritten, die Wunden sind vernarbt. Es ist eine Regeneration eingetreten, der zuvor fremde Status «alleinerziehend» bzw. «alleinlebend» ist anerkannt. Neues kann entstehen. ■

Weitere – nicht immer nur einfache – Themen sowie zahlreiche Antworten auf alltägliche Fragen des Familienlebens stellt Monika Kiel-Hinrichsen in ihrem Buch **«Die Patchworkfamilie. Zusammenleben – zusammenwachsen»** dar (221 S., kart., 16,90 Euro, ISBN 978-3-8251-7895-6, Verlag Urachhaus).

Verliebt, verlobt, verheiratet und das «verflixte 7. Jahr»

von Monika Kiel-Hinrichsen

Tina tritt kräftig in die Pedale ihres «Backfiz», in dem der zweijährige Max und Lina, die in wenigen Tagen ihren vierten Geburtstag feiert, sitzen. Die Strecke bergauf ist die schlimmste, sie ist völlig atemlos. «Das ist aber nicht nur beim Radfahren so!» – denkt Tina. Sie kann sich nicht mehr an den letzten gemeinsam verbrachten Paarabend erinnern, so lange ist der schon her. Seit die Kinder da sind und neben geteilter Elternzeit beide berufstätig sind, bleibt wenig Raum für die Beziehung. Alex hat gerade eine führende Position im Management bekommen und gibt auch am Wochenende eine Schulung nach der anderen, während sie die Kinder versorgt und ihre Vorbereitungen fürs Referendariat macht. Der einzige Termin, den sie sich beide verlässlich freischaufeln, ist ihr gemeinsamer Tangoabend. «Nur nicht dran denken!», ermahnt sich Tina selbst. Ihr steigen die Tränen in die Augen. «Dieser verfluchte Wind!» – «Nein, Tina, es ist nicht der Wind!», brüllt es aus ihr heraus.

Alex und Tina haben sich vor knapp sieben Jahren beim Tangotanz kennengelernt. Beide waren im Fortgeschrittenkurs, und sie erinnert sich noch heute daran, mit welcher Sicherheit Alex sie bei den Figuren durch den Tanzsaal geführt hat: die Geschmeidigkeit seines Körpers, der leichte Druck seiner Hände auf ihren Rücken beim Richtungswechsel. Es knisterte sofort zwischen ihnen – und das Tangotanz wurde zu einer gemeinsamen Leidenschaft in ihrer Beziehung.

Alex hatte schon damals einen Hang zu alten Traditionen – diesem Umstand verdankt sie ihren kleinen Verlobungsring und den romantischen Moment, als er während eines kurzen Wochenendtrips in Venedig stilvoll um ihre Hand angehalten hat. Ihre Freundinnen haben sie um diese Tatsache beneidet.

Und heute? In gewisser Weise hat auch hier die Tradition sie eingeholt: Trotz gemeinsamer Elternzeit ist sie es, die den

Hauptpart mit den Kindern meistert. Sie leben jetzt seit vier Jahren zusammen, waren in der Schwangerschaft mit Lina in eine Altbauwohnung ins Stadtzentrum gezogen, damit sie nur ein Auto nutzen müssen. Seitdem ist Alex zielstrebig die Karriereleiter hinaufgestiegen. «Genau wie sein Vater», denkt Tina.

«Genau wie meine Schwiegermutter», denkt Alex. Wenn er nach Hause kommt, geht ihm das «geniale Chaos», welches Tina und die Kinder verbreiten, auf den Wecker. Er ist eher pedantisch und fängt dann an, hinter Tina herzuräumen. Das setzt sie unter Druck und ärgert sie maßlos, sodass sie oft um «Nichtigkeiten» streiten. Alex braucht Klarheit, Rhythmus und genaue Absprachen, Tina ist eher ein spontaner Typ. Sie kann auch mal alles über den Haufen werfen und sich auf Ungeplantes einlassen. Ein Kernkonflikt in ihrer Beziehung!

Während Alex Erlebtes und Belastendes schnell thematisieren muss, findet Tina es mühselig, jeden Schritt in ihrem Leben zu rechtfertigen und über ihre Gefühle zu sprechen. Jeder hat Erwartungen an den anderen, die von gemeinsamen Unternehmungen, mehr Nähe und Sexualität bis hin zu mehr Zeit für sich selbst gehen. In den letzten Monaten eskalieren die Streitgespräche schnell und es kommt zu unschönen Vorwürfen, die zu noch mehr Distanz führen. Das geht schon soweit, dass darunter die Freude am gemeinsamen Tanzen leidet und Alex an sich wahrnimmt, wie er sich über die Viertelstunde Partnerwechsel beim Tango freut, was Tina feinsinnig spürt. Sie nimmt ihr Misstrauen zum Anlass, mit Alex über eine Paarberatung zu sprechen.

«Das verflixte 7. Jahr» weist auf ein altes Geheimnis hin, das sich in der Bedeutung der Zahl Sieben in Märchen, Mythen und der Religion, aber auch als Rhythmus in der biografischen Entwicklung zeigt und ebenso in Beziehungen zutage tritt. Tina und Alex sind in ihrem siebten Beziehungsjahr, und es scheint, dass



Foto: Francesca Schellhaas / photocase.de

sich ihr «Beziehungsvorrat» dem Ende entgegen neigt. Sehnsuchtsvoll geht der Blick zurück zum Anfang der Beziehung und konfrontiert das Paar mit ihrem alten Liebesideal. So wie damals soll es wieder oder gar immer sein!

Doch Beziehung ist ein System, das durch veränderte Verhältnisse im Privat- und Berufsleben, wie neue Freunde und die Familiengründung, beeinflusst wird und einer Entwicklung unterworfen ist, wie wir es auch im Lebenslauf und in der Entwicklung von Organisationen erfahren. Die Pionierphase, die in neu gegründeten Institutionen alles möglich werden lässt, in der jeder die Ärmel hochkrepelt, wechselt in die Differenzierungsphase, die ein neues Bewusstsein für die Organisation benötigt und nicht selten in Krisen mündet.

Im siebten Lebensjahr wechseln bei angehenden Schulkinder die Milchzähne in die bleibenden. «Wackeln die Zähne, wackelt die Seele» heißt es dann und meint, dass Altes abgestoßen werden muss, damit neues Bewusstsein entsteht. Ein Zustand, der verunsichert und mit wechselnden Gefühlen verbunden ist. Das Kind wird nun schulreif!

Alle sieben Jahre erneuern sich die Zellen in unserem Körper, was auch hier für Erneuerung und Entwicklung sorgt. Tina und

Alex haben die letzten Jahre mit Familiengründung und beruflicher Karriere verbracht, was ihre «Paarorganisation» verändert und belastet hat. Heute wackelt ihr Beziehungsgerüst und sorgt für seelische Irritation. Die Beziehung steht auf dem Prüfstein! Soziale Prägungen und Gewohnheiten durch das eigene Elternhaus zeigen sich in solchen Zeiten unverblümt und müssen nun erkannt und bewusst gegriffen werden.

In gewisser Weise geht es jetzt in die Differenzierungsphase der Partnerschaft. Der zunehmende, unausgesprochene Rückzug auf die klassische Rollenverteilung sorgte bei Tina und Alex für ein Ungleichgewicht, für Unzufriedenheit und Entfremdung. Die Partnerschaft geriet immer mehr ins Hintertreffen. Jetzt geht es darum, die unausgesprochenen Erwartungen zu hören, den anderen in seiner neuen Entwicklung und den veränderten Bedürfnissen bewusster wahrzunehmen und gemeinsam neue Ziele abzustecken. Dann kann aus dem «verflixten 7. Jahr», das symptomatisch für die schmerzhaft Entfaltung eines neuen Selbstgefühls stehen kann, eine Verwandlung hin zu einer neuen Reife im «Wir-Gefühl» entstehen. Tina und Alex haben das Tangotanzes vorerst auf Eis gelegt, sie gehen dafür wöchentlich in die Sauna und genießen die Gespräche im Bademantel am Kamin. ■

Monika Kiel-Hinrichsen ist Autorin zahlreicher Ratgeber und 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

Monika Kiel-Hinrichsen · Renate Kviske

Wackeln die Zähne – wackelt die Seele



Der Zahnwechsel.
Ein Handbuch
für Eltern und
Erziehende

Urachhaus

Ein praktischer Ratgeber

Mit Erreichen des Einschulungsalters werden Kinder oft besonders schwierig, und deutliche Veränderungen an und in ihnen können beobachtet werden. Die Pädagogin Monika Kiel-Hinrichsen und die Zahnärztin Renate Kviske möchten ein tieferes Verständnis dafür wecken, was in den Kindern während des Übergangs in das zweite Jahrsiebt geschieht. Sie geben Eltern konkrete Hilfestellungen, damit sie ihren Kindern den Schritt in diesen neuen Lebensabschnitt erleichtern können.

Nur wenige Eltern rechnen damit, dass die Zeit des Zahnwechsels eine harte Probe für die Beziehung zu ihrem Kind werden kann. Die Autorinnen geben hilfreiche Tipps, wie man diese Zeit am besten meistern kann.

Monika Kiel-Hinrichsen | Renate Kviske
Wackeln die Zähne – wackelt die Seele
Ein Handbuch für Eltern und Erzieher
117 Seiten, kartoniert | € 12,90 (D)
ISBN 978-3-8251-7297-8 | www.urachhaus.com

Prinzen müssen draußen bleiben

gelesen von Simone Lambert

Josefin ist vierzehn und die große Schwester der sechsjährigen Malin – beide wachsen bei ihrer geschiedenen Mutter Anna auf. Anna, die Sonne im Leben ihrer Töchter, hat einen neuen Freund: Göran, der mittlerweile oft zu Gast ist. Josefin duldet ihn, doch für sie ist Göran ein ungebetener Eindringling, der von ihr nichts erwarten kann. Malin lässt sich in ihrer Meinung von der großen Schwester beeinflussen. Und Josefin benutzt diese Macht auch. Malin liebt Josefins Märchen vom Schloss auf einer abgelegenen Insel, in dem Königin Anna und die Prinzessinnen Josefin und Malin leben. Hier haben Prinzen keinen Zutritt; sie werden vom Seemonster bei Anreise unverzüglich und zuverlässig verschlungen.

Es ist der Jahreswechsel, Josefin gibt Göran einen Geschenktipp für Anna, weil sie das schöne rote Kleid selbst nicht bezahlen kann. Karlsson arbeitet subtil mit Symbolik: Rot als Farbe der (erotischen) Liebe. Josefin kann der Mutter dieses Geschenk nicht geben, aber sie kann dafür sorgen, dass sie es bekommt. Weihnachten als Zeit der Familie, deren Grundkonstellation schwankt, Winter als Zeit der Erstarrung, Neujahr als Beginn – es ist eine Phase, in der sich Josefins Leben neu ordnet.

Auch in der Schule entsteht Unruhe, denn Vanna, die keiner so recht mag, sucht Josefins Freundschaft. Vanna verweigert die Anpassung und fordert, ohne selbst etwas zu geben. Josefin erkennt sich in ihrem Verhalten gegenüber Göran in Vanna wieder.

Als ein neuer Mitschüler sich in Josefin verliebt, ist sie geschmeichelt, denn Stefan macht ihr Komplimente und schreibt ihr Gedichte, aber sie ist auch hilflos. Josefin erträumt sich zwar einen Freund, erträumt sich auch Berührungen, aber die Vorstellung von konkreter Intimität weckt Ekel und Furcht in ihr. Plötzlich ist es schwierig zu mögen, dass man gemocht wird. Sie muss ihren Mut zusammennehmen, um ihm zu sagen, dass sie nicht will.

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.



Ylva Karlsson
Prinzen müssen draußen bleiben

Übersetzt von Birgitta Kicherer
173 Seiten, gebunden
13,90 EURO
Verlag Urachhaus
ISBN 978-3-8251-7921-2
(ab 12 Jahren)

auch als eBook erhältlich

Und dann eröffnen Anna und Göran den Mädchen, dass sie heiraten werden, weil ein Kind unterwegs ist. Josefin reagiert bewusst verletzend für ihre Mutter.

Josefins Leben verändert sich und sie reagiert mit starken Gefühlen. Das freundliche, offene Mädchen durchlebt Wut und Zuneigung, Sehnsucht und Trauer. Das Märchen vom Inseldasein, in dem sie Schutz, Wärme und Liebe findet, erweist sich als nicht realitätstauglich, und in der Außenwelt sind Zuneigung und Freundlichkeit plötzlich mit Verantwortung verbunden. Liebe ist nicht kontrollierbar, sie verursacht Störungen, fordert heraus. Wie verhält man sich dann? Die Antworten muss sich das Mädchen erarbeiten und reift dabei als Persönlichkeit. Doch erst als sie den Schmerz ihrer Mutter begreift, kann sie sich der neuen Situation öffnen. Und Malin eine andere Version ihres Märchens erzählen ...

Ylva Karlsson schreibt leicht und still von den einschneidenden Veränderungen in Josefins Leben. Ihre klaren Sätze bergen eine Tiefe und einen Raum, in dem all die großen Gefühle Platz haben, um die es hier geht.

Nach *Sei kein Frosch, Malin!* wird mit *Prinzen müssen draußen bleiben* ein weiterer Roman der Schwedin Ylva Karlsson in der kongenialen Übersetzung von Birgitta Kicherer veröffentlicht. Diesmal steht nicht Malin im Zentrum, sondern das Erleben ihrer älteren Schwester Josefin. Man kann nur hoffen, dass weitere bald in Deutschland erscheinen. ■

Dieser Roman ist leicht und still – die klaren Sätze bergen eine Tiefe und einen Raum, in dem all die großen Gefühle Platz haben, um die es darin geht.

Liebe Kinder!

Merlind, die kleine Zauberin, und Igor, der Drache, veranstalten in diesen Tagen ein ganz schönes Durcheinander in meinem Atelier, denn es soll eine Faschingsparty geben. Die kleine Zauberin übt Zaubersprüche ...

Aber ihr wisst ja, dass nicht immer alles so klappt, wie es sich Merlind wünscht.

Bleistifte werden zu Tausendfüßlern, Farbtuben zu Chamäleons,

Radiergummis verwandeln sich in Blumentöpfe und Pinsel in Schaukelpferde.

Hoffentlich verzaubert Merlind mein Atelier nicht aus Versehen noch in ein Schneckenhaus, denn dann gäbe es ein ganz schönes Gedränge auf unserer Party.

Kunterbunte Grüße,
eure Daniela Drescher

Ach herrje ... es geht schon wieder los:

Mäusepfoten und Tomaten –

Mach aus Igor 'nen Piraten.

Und für mich, da fänd' ich gut

Einen kunterbunten Hut.

Schlingenschlecker, Krötenlaich –

Luftschlangen, jetzt kringelt euch!

Auch Konfetti soll es schneien,

Knallbonbons und Leckereien.

Igor, wie gefällt dir das?

Wird das nicht ein Riesenspaß?

Schnirkelschnack, Lakritzspiralen –

Rückwärts zähl ich heut die Zahlen:

Drei, zwei, eins und Spiegelei

Diesmal klappt die Zauberei!



Ein Frühling mit Li Po



Die Verwandlung des Gartens kündigt hohen Besuch aus China an: den tausend Jahre alten Dichter Li Po, dessen Verse Josefin und ihre Mutter Anemone immer so gern lesen. Für Josefin beginnt ein traumhafter Frühling mit ihrem Besten Freund Li Po und manchen anderen ungewöhnlichen Bekanntschaften ...

«Ein poetisches Buch zwischen Wirklichkeit und Traum. Wunderschön illustriert. Ein Buch, das zum Träumen einlädt.»

Basler Biechergugge



«Du bekommst nie, was du dir von diesem Leben erhoffst, also warum nicht das Haar frei ausschütteln auf einem luftigen Boot im Morgengrauen?»

Li Po

Freies Geistesleben : Bücher, die mitwachsen

Ása Gan Schweder
Seidenraupenträume
Aus dem Norwegischen von Maike Dörries.
177 Seiten, gebunden | (ab 8 Jahren)
€ 17,90 (D) | ISBN 978-3-7725-2072-3
www.geistesleben.com



Das a tempo Preisrätsel

Der Gesprächspartner unsere Februar-Ausgabe, Yonas Farag, wechselt immer mal wieder vom Richter zum Punkrockmusiker. Das gesuchte Tier unseres Februar-Rätsels, dessen Name zudem zum Faschingsmonat passt, wechselt auch, und zwar bei Bedarf sein Geschlecht. Zur Welt kommen alle Tiere als Männchen, nur ein kleiner Teil entwickelt sich zum Weibchen, das dafür aber körperlich etwas größer ist.

Ihr Lebensraum sind besonders die Gewässer um Australien, China und Japan. Und hier leben die nur rund acht Zentimeter großen Fische in einer engen Symbiose mit Seeanemonen, die für andere Fischarten giftig, gar tödlich sind. Ein sicheres zu Hause also. Doch auch die Anemonen profitieren von dieser Symbiose, da die gesuchte Fischart sie durch ihren Kot mit Nährstoffen versorgt.

Innerhalb einer Anemone lebt ein Weibchen mit mehreren Männchen in einer Art «Haremsfamilie» zusammen. Wenn das Weibchen stirbt, übernimmt das größte männliche Tier seine Rolle und wird durch eine Geschlechtsumwandlung selbst zum Weibchen. Bald jedoch könnte auch dieser Wechsel nicht mehr helfen, die Art vom Aussterben zu retten, denn Korallenriffe sind neben den Tropenwäldern zwar die artenreichsten Ökosysteme unserer Erde, aber auch die bedrohtesten. Neben

der Überfischung kommen Klimaerwärmung und Verschmutzung hinzu, die das Ende der Korallen bedeuten und somit auch das Ende der fein aufeinander abgestimmten Lebensgemeinschaften.

Lösungswort:



Unter den richtigen Einsendungen verlosen wir fünf Exemplare des Buches *Das blaue Herz des Planeten. Die Geschichte einer Meeresforscherin: Sylvia Earle* von Claire A. Nivola, in dem nicht nur Kinder etwas über das Wunder der Meere lernen können. ■ (mak)

Das Lösungswort einsenden an:

a tempo Preisrätsel · Landhausstr. 82 · 70190 Stuttgart
oder an: raetsel@a-tempo.de

Einsendeschluss ist der **22.02.2016** (Datum des Poststempels / der Rechtsweg ist ausgeschlossen). Das Lösungswort der Januar-Ausgabe lautet *Narwal*. 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 114

These, Antithese, ...

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

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

Lösung: Square magic 113 | Wie im Himmel ...

Im Bücherschloss

Ausstellung in der Herzogin Anna Amalia Bibliothek zu Dantes 750. Geburtstag

von Maja Rehbein



Die «Herzogin Anna Amalia Bibliothek» am Abend, Foto: Maja Rehbein

Dieses Schatzkästchen am Weimarer Park! Von seinen Schätzen werden jetzt Bücher zum Thema Dante Alighieri (1265–1321) gezeigt.

Doch zuerst ins Obergeschoss: Der Rokokosaal ist ein ovaler, intimer, an Schönheit wohl unübertroffener Raum voller Weiß und Gold, bis hinauf zur dritten Galerie. Die Herzogin Anna Amalia hatte das *Grüne Schlösschen* aus dem 16. Jahrhundert für die Bücher der *Herzoglichen Bibliothek* (gegründet 1691) umbauen lassen. 35 Jahre lang hatte Goethe die Oberaufsicht. Seit dem 300. Jubiläum 1991 lautet der Name *Herzogin Anna Amalia Bibliothek*.

In der Nacht des 2. September 2004 brannte der Dachstuhl! Unter Lebensgefahr retteten Mitarbeiter einen Teil der Schätze. Drei Jahre später konnte die Bibliothek wieder öffnen. Oben in der dritten Galerie wurde ein kleiner Forschungslesesaal eingerichtet, ein «Zentrum für das alte Buch» mit viel versteckter Technik.

Erstaunlich ist alles hier im Rokokosaal. Die Bücher, die Bilder und die vielen Büsten von Dichtern und Künstlern. Wie kraftvoll Goethes Kolossalbüste von d'Angers wirkt! Wie fest und energisch Herzog Carl August von F. Jagemann porträtiert ist! Aber das Aufregendste ist die Büste Goethes an der Empore, mit Dantes Büste auf der gegenüberliegenden Seite. Die geistigen Schirmherren des Hauses? Goethe, ja. Aber Dante?

Im nüchternen Renaissance-Saal unten – mit der Ausstellung *Dante, ein offenes Buch* – grüßen Dante und Goethe gemeinsam die Besucher: als Dantemaske aus Goethes Besitz und als Goethe-Büste von Klauer.

Die erste der 16 Themenvitrinen erzählt von Francesca und Paolo, deren Liebesgeschichte Dante im *Inferno* schildert. Goethes *Werther* enthält ein ähnliches Sujet.

Dantes Lehrer waren Vergil und Brunetto Latini. Von letzterem stammt das Buch *Il Tesoretto* (*Der Schatz*), hier in einer Ausgabe von 1528. Doch wie kommt Dante nach Dresden? Das Leben des Königs Johann von Sachsen änderte sich grundlegend durch die *Divina commedia*, die er in Pavia erstand. Als «Philalethes» übertrug er sie ins Deutsche. Zu seinem Umkreis gehörten Carl Gustav Carus und Karl Witte, Gründer der *Deutschen Dante-Gesellschaft* in Dresden (1865, seit 1921 in Weimar).

Weitere Höhepunkte sind Liszts Musik zu Dantes Epos, Goethes eigene Dante-Bücher und der Film *Tutto Dante* (Florenz 2008) mit dem auswendigen Vortrag des Schauspielers Roberto Benigni.

Die gut durchdachte Ausstellung wirkt trotz vieler Exponate nicht überladen. Ihr Schwerpunkt liegt auf der Zeit um 1800. Wer sich allem intensiv zuwendet, kann hohe Freude erleben. Der sorgfältig erstellte, schöne Katalog enthält faszinierende Betrachtungen, die das Gesehene zum bleibenden inneren Besitz machen.

Dante ist seit mehr als 700 Jahren ein Geheimtipp. Viele kennen zwar seinen Namen, aber nicht sein Werk. Das *offene Buch* ist Leitmotiv der Ausstellung sowie Attribut Dantes, wie bei einem Heiligen. Sein Epos, als Blick in den christlichen Kosmos, ist selbst ein «offenes Buch». Dantes Werk für das heutige Publikum zu öffnen, ist Anliegen dieser großartigen Ausstellung, die von der *Klassik Stiftung Weimar*, der *Herzogin Anna Amalia Bibliothek* und der *Friedrich-Schiller-Universität Jena* ausgerichtet wurde.

Draußen ist es dunkel geworden. Vom Tiefmagazin unter dem Platz sieht man auch bei Tage nichts. Wie märchenhaft das alte Bücherschloss mit seinen erleuchteten Fenstern wirkt! ■

Herzogin Anna Amalia Bibliothek, Historisches Gebäude, Platz der Demokratie 1, 99423 Weimar. Tel. 0 36 43/54 54 00: www.anna-amalia-bibliothek.de

Die Ausstellung, «**Dante, ein offenes Buch**», im Renaissancesaal läuft noch bis zum 26. Juni 2016. Eintritt frei: www.klassik-stiftung.de

Zur Ausstellung erschien das Buch: «Dante, ein offenes Buch», herausgegeben von Edoardo Costadura u. Karl Philipp Ellerbrock, im Deutscher Kunstverlag (216 Seiten, 84 farbige Abb., Klappenbroschur, ISBN 978-3-422-07325-8, 19,90 Euro)



Was die Seele bewegt

Kann etwa Antipathie Gutes bewirken, ja sogar notwendig für Verwandlungen sein? Ist Sympathie tatsächlich jene positive grenzüberwindende Kraft zwischen Ich und Du, für die wir sie landläufig halten? Kilian Hattstein-Blumenthal zeigt: Zum Erkennen und Erfühlen des anderen bedarf es einer dritten Seelenkraft – der Empathie. Seine lebhaft, prägnante Skizzierung von Sympathie, Antipathie und Empathie bezieht Kommunikations-psychologie, Hirnforschung, Philosophie und Beispiele aus der Literatur ebenso mit ein wie die Erkenntnisse Rudolf Steiners. Selbst erprobte Techniken des bewussten Umgangs mit den drei Grundkräften der Seele werden vorgestellt. Der offene Werkstattcharakter des Buches regt zu eigenem Weiterforschen und Üben an.

Wer die Grundkräfte der Seele kennt und erprobt, kann sie auch bewusst für sich selbst und im Zwischenmenschlichen zur Wirkung bringen.

Kilian Hattstein-Blumenthal
Sympathie – Antipathie – Empathie
 Was die Seele bewegt.
 175 Seiten, kartoniert
 € 12,90 (D) | ISBN 978-3-7725-1270-4
 www.geistesleben.com

Kleinanzeigen

Luganer See (I) auf ehem. Demeter-Bergbauernhof (Oliven, Kräuter) 100 m über dem See – vermietet i. meinem 2-Fam.-Hs. f. 2-4 Pers. gut ausgest. Fewo. Tel.: +39 0344 69144, E-mail: gudlan@yahoo.de

Cevennen / Südfrankreich: FeWos in liebevoll renoviertem Natursteinrundhof, Gemüsegarten, Sauna, Fahrräder, WLAN-frei, kaum Handyempfang, Tel. 0033 466 65 10 45 www.droubies.eu

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

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

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

Die Oberlausitz: unberührte Naturlandschaften ... Kulturelle Reichtümer ... Bio-Holzferienhäuser (2 – 8 Pers.), charmantes kl. Hotel, bes. kulinarische Highlights, Nähe Fürst-Pückler-Park in Bad Muskau. Tel. 03 57 71/68 60 www.Parkstadthotel oder www.Ferienhaus-Bad-Muskau.de

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

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

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

www.neuberger-biografie.de Tel. 0 73 71/18 47 84

gemeinschaften.de | Tel. 07 7 64/93 39 99 Ökodorf

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

Kleinanzeigen können auch online aufgegeben werden unter: www.a-tempo.de/ads.php

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
 (Anzeigenschluss ist der Erste des Vormonats!)



Typisch Virgilius!

Virgilius Tulle will einfach nur zum Bäcker, eine Torte holen. Doch das wird ein erdrutschartiges Abenteuer. Wie konnte er bloß vergessen, dass die Menschen Zwerge nicht einfach ihrer Wege ziehen lassen?

«Angst kennt er nicht, Hoffnungslosigkeit ist ihm fremd, der Mut geht nie verloren und wenn doch, dann reicht ein Erdnussbutterbrot, um ihn wieder zu wecken.»

Lena Bopp, FAZ

Paul Biegel: **Virgilius Tulle auf Tortenjagd** | Mit Illustr. von Mies van Hout | Aus dem Niederl. von Marie-Thérèse Schins | 112 Seiten, Halbleinen | (ab 6 Jahren) | € 13,90 (D) | ISBN 978-3-8251-7808-6 | www.urachhaus.com



MEDITATION UND GESUNDHEIT

ERFAHREN – ÜBEN – BEGEGNEN

„ES IST DIESES MEDITIEREN
EINE URFREIE HANDLUNG.“

(RUDOLF STEINER)

Vorträge, Übungs-Workshops und Gespräche mit den Ärzten, Wissenschaftlern und Meditationstelehrern Rudi Ballreich, Arndt Büssing, Anna-Katharina Dehmelt, Michaela Glöckler, Wolfgang Reißmann, Harald Walach u.v.a

**KONGRESS VOM
18. BIS 20. MÄRZ 2016**

IN DER FREIEN WALDORFSCHULE
KREUZBERG | BERLIN

www.gesundheit-aktiv.de/meditation



GESUNDHEIT AKTIV
ANTHROPOSOPHISCHE HEILKUNST E. V.

In Kooperation
mit dem Institut für
anthroposophische
Meditation

unterstützt
durch:



**Wunsch-
teppich**

Camphill
Werkstätten
Hermannsberg

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



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
facebook.com/aventerra

www.aventerra.de



Akademie für anthroposophische
Pädagogik | AfaP

Duale Lehrerbildung an der AfaP



Die AfaP bildet angehende Lehrerinnen und Lehrer in praxisnahen Studiengängen für eine Unterrichtstätigkeit an Rudolf Steiner Schulen respektive Waldorfschulen aus. Dabei verbinden zeitgemäße Diplomstudiengänge die pädagogische Schulpraxis mit einem wissenschaftlich orientierten Studium der Anthroposophie, künstlerischer Betätigung im Blick auf die eigene Persönlichkeitsentwicklung und einer Einführung in die Praxisforschung.

Neu: Mit Passerelle an die Pädagogische Hochschule FHNW Schweiz

zur Erlangung eines anerkannten staatlichen
Lehrdiploms für das 1.-6. Schuljahr

Weitere Informationen und Kontakt

AfaP-Studienbüro, Ruchti-Weg 5, CH-4143 Dornach,
Tel. +41 (0)61 701 40 72 info@paedagogik-akademie.ch
www.paedagogik-akademie.ch



HANS GEORG AENIS

Farben – Formen – Leben
Ein Porträt

Urachhaus

Hans-Georg Aenis – vital und sensibel

Der Künstler Hans Georg Aenis gehört zu den eigenwilligen und originellen Vertretern seiner Zunft. Seine markanten, vitalen Bilder beeindrucken und verzaubern immer wieder neu. Diese Monografie stellt den Maler anhand einer repräsentativen Auswahl aus seinem Werk vor und lässt den Betrachter an den Prozessen und Anregungen teilhaben, aus denen er seine unverwechselbare Kunst schöpft.

«Die besondere Leistung des Künstlers besteht in der Erzeugung der Spannung zwischen der Suche nach dem Abstrakten in den konkreten Formen der Natur und dem Lebendigen in der Abstraktion.»

Elena Scripenco

Hans Georg Aenis

Farben – Formen – Leben. Ein Porträt

Mit Beiträgen von Rudi Bind und Elena Scripenco

Fotos von Thierry Bruder

208 Seiten, gebunden | Format: 23,5 x 27 cm

€ 39,- (D) | ISBN 978-3-8251-7817-8

www.urachhaus.com

Die nächste Ausgabe März 2016 erscheint am 25. Februar 2016

thema | Chronistin des Untergangs zum 100. Todestag von Marie von Ebner-Eschenbach

augenblicke | Camphill – eine Zukunftsgemeinschaft mit Geschichte

im gespräch | Lars Kraume – Zwischen «Tatort» und den inneren Fragen



Lars Kraume, geboren 1973, gehört zu den vielseitigsten und produktivsten Regisseuren seiner Generation. Er drehte Tatort-Krimis für die ARD, arbeitet derzeit für das ZDF an drei Politthrillern und ist Drehbuchautor. Zudem hat er so unterschiedliche Kinofilme gemacht wie das Roadmovie über eine fiktive Rockband, *Keine Lieder über Liebe* (2001), den Zukunftsfilm *Die kommenden Tage* (2010), das Drama *Meine Schwestern* (2013) oder den vielfach ausgezeichneten Film *Der Staat gegen Fritz Bauer* (2015). Wir trafen uns zum Gespräch über die Arbeitsweise des Regisseurs und über den Unterschied zwischen Leinwand und Mattscheibe.

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 Collibri Buchhandels-GmbH | **Berlin:** Braun & Hassenpflug | **Betzdorf:** Sarrazin | **Bexbach:** buchkultur – Schwartz | **Bielefeld:** Buchtipp | Lebensbaum | Buch Welscher | **Bietigheim:** Buchhandlung Exlibris | **Blankenheim:** Bücherecke | **Blaubeuren:** Buchhandlung Bücherpunkt | **Blackede:** Hohmann | **Bonn:** Buchhandlung am Paulusplatz | **Böhl-Iggelheim:** Buchhandlung Böhler Bücherwurm | **Braunschweig:** Graff | **Bremen:** Morgenstern Buchhandlung | **Bruchsal:** Buchhandlung am Kübelmarkt | **Brühl:** Bücherinsel Brühl | **Bühl/Baden:** Papillon | **Butzbach:** Hess Natur | **Buxtehude:** Schwarz auf Weiß | **Celle:** Sternkopf & Hübel | **Chemnitz:** Buchhandlung Schulz | **Darmstadt:** Bessunger Buchladen | Lesezeichen | Schirmer | (Weiterstadt) tegut ... | **Diepholz:** Buchhandlung Schöttler | **Dillenburg:** Buchhandlung Rubezahl OHG | **Dreieich:** Sprendlinger Bücherstube | **Dresden:** Buchhandlung & Antiquariat Reimers | Bücheroase | **Duisburg:** Roskoth | **Düsseldorf:** Regenbogenbuchhandlung | **Echzell:** Allerleirauh Buchhandlung | Buch und Spiel | **Eckernförde:** Spielkiste | **Emden:** Lesezeichen | **Engingen:** 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 Burkhart | **Freudenstadt:** Arkadenbuchhandlung | Buchhandlung Dewitz | **Friedrichshafen:** See-Verlag | **Fulda:** Paul + Paulinchen | Rathaus Buchhandlung | **Geldern:** Buchhandlung Keuck GmbH | Der Bücherkoffer | **Gelnhausen:** Brentano Buchhandlung | **Gera:** Fr. Brendel's Buchhandlung | Kanitz'sche Buchhandlung GmbH | **Gladbeck:** Humboldt | **Göttingen:** Hertel | **Großostheim:** Büchertreff | **Grünstadt:** Garamond Buchhandlung | **Hamburg:** Buchhandlung Christiansen | Buchhandlung Nienstedten | Ida von Behr | Hier + Jetzt | Kibula | Nautilus Buchhandlung | Rudolf Steiner Buchhandlung | **Hannover:** Bücherstube Bothfeld | Morgenstern Buchhandlung | Tao | **Heidelberg:** Eichendorff-Buchhandlung | Lichtblick | Wiebling Buchladen | **Heidenheim:** Buchhandlung Konold | **Heilbronn:** Naturata | Kinderparadies | **Heilsbrunn:** Buchhandlung am Turm | **Henstedt-Ulzburg:** Buchhandlung Rahmer | **Herdecke:** Herdecker Bücherstube | **Herdwangen:** Drei Meilenstiefel | **Herford:** Auslese UG | **Hermisdorf:** Buchhandlung Hofmann | **Herrenberg:** Buchhandlung Schäufele | **Hildesheim:** Bioladen im Klostergut Sorsum | **Hof:** Die kleine Buchgalerie (im Altstadt-Hof) | Kleinschmidt | **Hoffheim:** Buchhandlung am alten Rathaus | Die Bücherkiste | **Horneburg:** Horneburger Bücherstube | **Husum:** Buchhandlung Delf | Schlossbuchhandlung | **Idstein:** Hexenbuchladen | **Immenstaad:** Bücherstube Sabine Bosch | **Kaiserslautern:** Blaue Blume | **Kaltenkirchen:** Fiehlard | **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 | **Koblentz:** Artem audere | Buchhandlung Heimes | **Köln:** Maßstab | Naturata (Lutz Göbel) | **Köngen:** Königener Bücherstube | **Konstanz:** BuchKultur Opitz | **Krefeld:** Cosmas & Damian | Der Andere Buchladen | **Künzell:** Das Lädchen Loheland | **Landshut:** Bücher Pustet | **Landstuhl:** Buchhandlung Stützel KG | **Langen:** Litera GmbH | **Lauffen a. N.:** Hölderlin | **Laufen:** Buchgarten | **Lauterbach:** Das Buch | Lesezeichen | **Leipzig:** Shakunda Mineralien- und Buchhandlung | **Leonberg:** Bücherwurm | Röhm im Leo-Center | **Leverkusen:** Gottschalk | **Lienen:** Teuto-Apothek | **Lindau:** Buchhandlung Altemöller | Buch-Insel | **Ludwigsburg:** Paradies-Gärtchen | **Lübeck:** Buchhandlung Arno Adler | **Lüdinghausen:** Buchladen Reminghorst | **Lüneburg:** Das Lädchen an der R.Steiner Schule | **Mainz:** Nimmerland | **Magdeburg:** BioLaden Alles Natur | **Mannheim:** Der Bücher-Wirth | Quadrate Buchhandlung | Xanthippe | **Marburg:** Lesezeichen | **Markdorf:** Wältschmüller | **Markt Schwaben:** Tagwerk MS Bio-Markt | **Meerbusch:** Buch- und Kunstkabinett Mönter | **Melle:** Naturprodukte Tiarks | **Mendig:** Waldecker | **Mosbach:** Kindler's | **Mülheim a. d. R.:** Buchhandlung Tara | **Müllheim:** Beidek | Naturkost Löwenzahn | **München:** Buchhandlung Andrieu | Kunst + Spiel | **Münsingen:** Bh. Im Pflügerhaus | **Münster:** Buchhandlung Laurin | Wunderkasten | **Nagold:** Zaiser | **Nastätten:** Bucherland | **Neu Wulmstorf:** Bücherforum | **Neubiberg:** Lentner'sche | **Neunkirchen:** Bücher König | **Neunkirchen-Seelscheid:** Krein | **Neustadt:** Neustadter Bücherstube, Cherdron & Speckert | **Niederfischbach:** Buche | **Niefern-Öschelborn:** Bücherstube Johanneshaus | **Nordhausen:** Gerhard Rose | **Nürnberg:** Buchladen | Bücher Raum | Bücherstube Martin | Bücherwurm | Gostenhofer Buchhandlung | Buchhandlung Else Weidinger | Hugendubel | KaKuze-Buchladen | **Nürtingen:** Buchhandlung im Roten Haus | **Oettingen:** Oettinger Bücherstube | **Offenburg:** Akzente | Phantasia | **Oldenburg/Holst.:** Buchhandlung Glöss | **Oppenheim:** Buchhandlung am Marktplatz | **Osnabrück:** Altstaedter Bücherstube | Dombuchhandlung | **Ottersberg:** Froben | Kunst- und Bücherversand | **Pforzheim:** Gondrom | Kulturhaus Osterfeld e.V. | **Pforzheim-Büchenbronn:** derdrehpunkt | **Pfllendorf:** Linzgau-Buchhandlung | **Pirnasens:** 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 Bücherfamilus | **Saarbrücken:** Janus | Naturata | Spiel & Kunst | **Salem:** Linzgau-Buchhandlung | **Schoepfheim:** Regio Buch | Grünkern | **Schleswig:** Die Eule | **Selm:** Möller | **Siegen:** Buchhandlung Bücherkiste | Pustebäume | **Sinzig:** Lesezeit, Bücher & Wein | **Soest:** Rittersche | **St. Blasien:** Törle-Maier | **St. Wendel:** EKZ | **Steinen:** Buchhandlung Schmitt | **Steinenbronn:** Steinenbronn Buchhandlung | **Stockach:** Bücher am Markt | **Stuttgart:** Buch & Spiel im Markt am Vogelsang | Engel | Pörksen | Heidehof Buchhandlung | Klaus Ebert | Konrad Wittwer – Unibuch Hohenheim | Tausendschön | **Tettngang:** Lernwerkstatt Brunold | Montfort Buchhandlung | **Tittmoning:** Buch & Kunst am Gerberberg | **Trier:** Impuls | Gegenlicht Buchhandlung | **Tübingen:** Buch & Café Vividus | Kornblume Bio-Laden | **Tutzingen:** Buchhandlung Gebhard Held | **Überlingen:** Naturata | Odilia | Überlinger Antiquariat | **Ulm:** Jastram | **Usingen:** MOMO-Naturkost | **Vaterstetten:** Der Buchladen | **Versmold:** Buchhandlung Krüger | **Viersen:** Dülkener Bücherecke | **Villingen-Schwenningen:** Bücherstube | Naturata | Natur und fein | **Waiblingen:** Der Laden | **Wächtersbach:** Dichtung & Wahrheit | **Wangen i. A.:** Ceres, Bücher und Naturwaren | **Wedel:** Wolland | **Weil der Stadt:** Buch & Musik | **Weilheim:** Zauberberg Buchhandlung & Naturkost | **Wermelskirchen:** Bücher vom Stein | **Westerland / Sylt:** Bücher Becher | **Wetzlar:** Kunkel | **Wiesbaden:** Aeon | erLesen | **Wiesloch:** Dörner | Eulenspiegel | **Winterbach:** RundUm | **Witten:** Lehmkul | Mayersche | **Wittlich:** Buchhandlung und Antiquariat Rieping | Hofladen | **Wolfsburg:** Buchhandlung Sopper | **Wuppertal:** Bücherladen | Grüner Laden | **Würzburg:** Buchladen Neuer Weg | **SCHWEIZ:** Amriswil: Buchladen Häderli | **Arlenheim:** anthrosana | Buchhandlung Nische | **Farbenspiel** | **Basel:** Bider & Tanner | Sphinx | **Bern:** AnthroVita | Christengemeinschaft | Paul Haupt | **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:** Ad:Hoc | **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:** Bücherwurm | **Salzburg:** Fa. Mercurius Österreich-Bücherkiste | **Schiedlberg:** Bacopa | **Voitsberg:** Harmonie | **Wien:** Bücherstube der Goetheanistischen Studienstätte | Bücherzentrum | Gläsernes Dach | Herder | Lebens-Raum | Morawa Wollzeile | OM Esoterik | **LUXEMBURG:** Ars Libri | Ermer | Naturata Biobau Munsbach | **BELGIEN:** **Antwerpen:** De kleine Prins | **NIEDERLANDE:** **Den Haag:** De Haagse Boekerij | **Zeist:** De Nieuwe Boekerij | **Amsterdam:** Zailing Boekerij



Charmanter Strick aus schicker Masche

Kinder stehen genauso gerne Kopf wie auf ihren zwei Beinen – Kleidung für aktive Kinder muss das aushalten und hergeben. Mit Leidenschaft und Liebe zum Detail hat die Designerin Marte Helgetun außergewöhnlich schöne Modelle entworfen, die die Kleinen beim Spielen oder Toben auch noch schick aussehen lassen. In den mehr als 60 Anleitungen mit passenden Größen für die ganz Kleinen bis etwa sechs Jahre finden sich auch einzigartige Accessoires, die Kinderherzen höher schlagen lassen.

Marte Helgetun zeigt, wie mit Garn, Strick- und Häkelnadeln charmante Wohlfühlkleidung für Kinder von 0 – 6 Jahren hergestellt werden kann.

Marte Helgetun: **Stricken für Kinder. Charme in jeder Masche** | Mit Fotos von Nathan W. Lediard. | Aus dem Norweg. von Maike Dörries. | 199 Seiten, mit Fotos und Anleitungen, durchg. farbig, geb. | €19,90 (D) | ISBN 978-3-7725-2734-0 | www.geistesleben.com

Leseprobe!



Freies Geistesleben : *Ideen für ein kreatives Leben*



Alles, was Eltern wirklich wissen müssen



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

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

shutterstock (Kokosha Yuliya)

Dr. med. Michaela Glöckler | Dr. med. Wolfgang Goebel | Dr. med. Karin Michael: **Kindersprechstunde**. Ein medizinisch-pädagogischer Ratgeber | **Neuausgabe**, 720 Seiten, mit zahlr. Farbabb., gebunden | € 34,- (D) | ISBN 978-3-8251-7928-1 | auch als eBook erhältlich

