

E 51125
nr. 214

zum mitnehmen

oktober | 2017
Freies Geistesleben
Urachhaus

a tempo

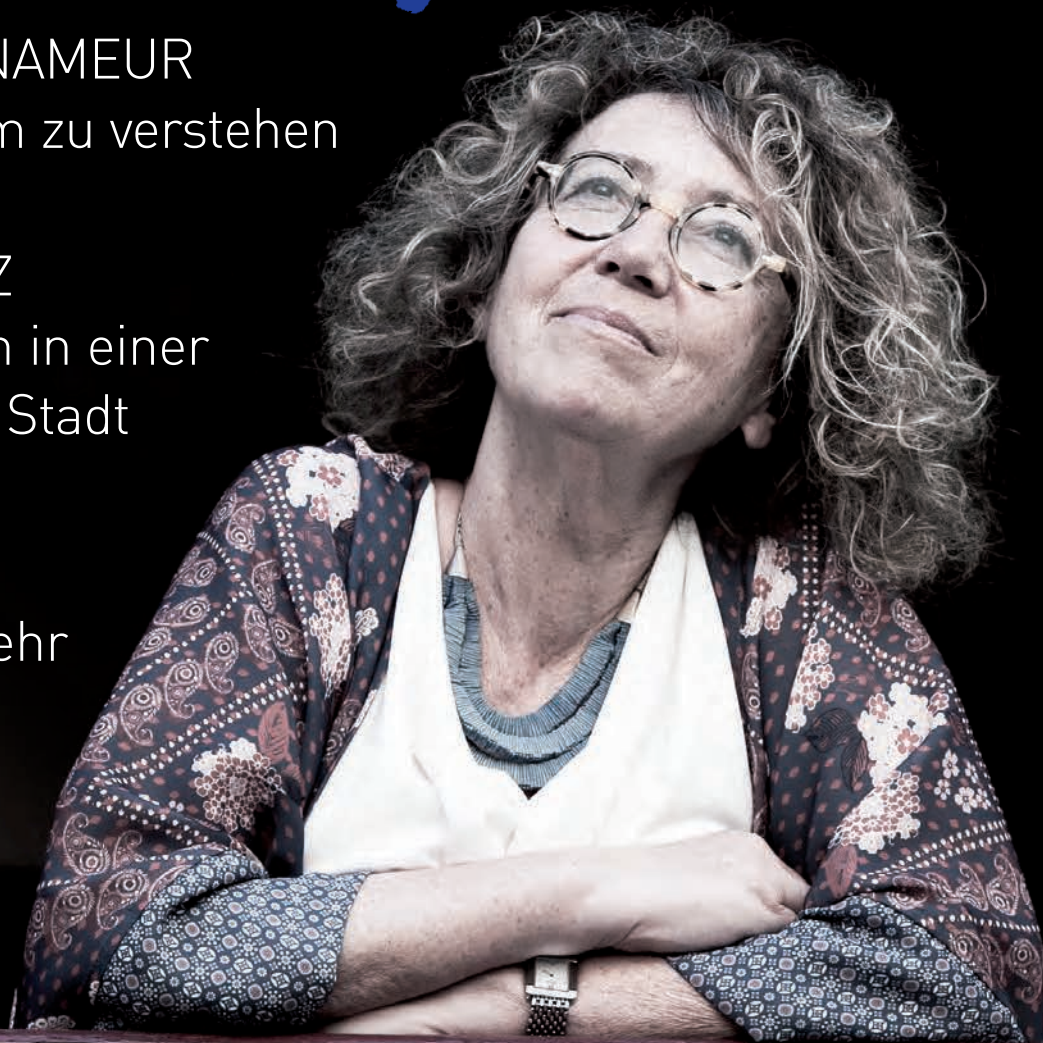
Das Lebensmagazin

im gespräch

JEANNE BENAMEUR
Schreiben, um zu verstehen

CZERNOWITZ
Begegnungen in einer
versunkenen Stadt

GEMEINSAM
LESEN ist mehr





UNSERE SEITEN DER ZEIT IM OKTOBER 2017

- 04 im gespräch **Schreiben, um zu verstehen**
Jeanne Benameur im Gespräch mit Evelies Schmidt
- 08 augenblicke **Czernowitz – Begegnungen in einer versunkenen Stadt**
von Christian Hillengaß
- 13 seitenblicke **Genau so**
von Brigitte Werner
- 14 thema **Gemeinsam lesen ist mehr**
von Albert Vinzens
- 16 kalendarium **Oktober 2017**
- 19 die welt wahr nehmen **Die Mokassins der anderen**
von Wolfgang Held
- 20 kindersprechstunde **Freund und Helfer – das Mikrobiom**
von Dr. med. Genn Kameda
- 22 am schreibetisch **Dag Hammarskjöld und ich**
von Henrik Berggren
- 23 kreativwerkstatt **Holzbilderrahmen selbst bauen**
von Tanja Berlin
- 24 literatur für junge leser **Sara Kadefors: «Billie. Abfahrt 9:42»**
gelesen von Simone Lambert
- 25 mein buntes atelier **Tierischer Buchbesuch**
von Daniela Drescher
- 26 kulturtipp **Celan und Zimzum**
von Christian Hillengaß
- 27 weiterkommen **Was wir tun können**
von Michael Stehle
- 28 suchen & finden | sudoku
- 30 ausblick | im buchhandel

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

Gestaltung & Bildredaktion:
Maria A. Kafitz

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
(25 Euro für 12 Ausgaben, 30 Euro für Auslandsversand).
Bankverbindung auf Anfrage.

Abonnements:
Dagmar Seiler | Tel.: 07 11 / 2 85 32 26
E-Mail: abo@a-tempo.de

Druck: Körner Druck / Sindelfingen

Alle Beiträge und Bilder in *a tempo* sind urheberrechtlich ge-
schützt. Sie dürfen nur mit schriftlicher Erlaubnis weiter-
verwendet werden. Eine Teilausgabe von *a tempo* erscheint
mit *alverde*, dem Kundenmagazin von dm-drogerie markt.

© 2017 Verlag Freies Geistesleben & Urachhaus GmbH

JA!

«Wir Heimatlosen – ja!» So steht es in einem nachgelassenen Fragment Friedrich Nietzsches aus der Zeit von Herbst 1885 bis Herbst 1886, etwa drei Jahre, bevor er verstummte und sein Freund Franz Overbeck ihn am 9. Januar 1889 aus Turin über die Alpen nach Basel führte, wo er ihn am 10. Januar in die Nervenklinik einlieferte. Doch im Fragment heißt es weiter: «Aber wir wollen die Vortheile unserer Lage ausnutzen und, geschweige an ihr zu Grunde zu gehen, uns die freie Luft und mächtige Lichtfülle zu Gute kommen lassen.»

«**Er hat Glück. Er ist lebendig. Er kehrt heim.**» So lauten die ersten drei Sätze des Romans *Das Gesicht der neuen Tage* der in Algerien geborenen und in Frankreich lebenden Schriftstellerin Jeanne Benameur. Nach Monaten in Geiselhaft kehrt der Kriegsfotograf Étienne endlich heim. Doch wie unermesslich langsam findet er den Weg zurück in sein Leben. Und nicht nur für ihn – und das ist das Bewundernswerte an Jeanne Benameurs so fein und intensiv geschilderten Vorgängen –, auch für seine Mutter und seine engsten Freunde bedeutet diese Heimkehr eine allmähliche Wandlung im eigenen Leben.

Für den Oktobermenschen Friedrich Nietzsche (15. Oktober 1844 – 25. August 1900) hieß es zu Beginn des vierten Buches seiner *Fröhlichen Wissenschaft*: «Ich will immer mehr lernen, das Nothwendige an den Dingen als das Schöne sehen: – so werde ich Einer von Denen sein, welche die Dinge schön machen. Amor fati: das sei von nun an meine Liebe! ... Und, Alles in Allem und Grossen: ich will irgendwann einmal nur noch ein Ja-sagender sein!»

Rose Ausländer, die in Czernowitz 1901 als Rosalie Beatrice Ruth Scherzer geborene Dichterin, musste ihre geliebte Heimat verlassen, blieb aber, nach dem Einfall der SS in der Bukowina und trotz ihrer jüdischen Herkunft, am Leben. Wie auch Nietzsche schöpfte sie aus ihrer Kraft, Ja zum Leben zu sagen und das Nothwendige als das Schöne zu sehen und in ihren Gedichten auszusprechen. So auch in ihrem Gedicht *Daheim*:

In der Fremde
daheim

Land meiner Muttersprache
sündiges büßendes Land
ich wählte dich
als meine Wohnung
Heimatsfremde

wo ich viele
fremde Freunde
liebe

Auf dass jede und jeder von uns diese Kraft des Ja finden möge,
grüßt von Herzen in diesem Oktober, Ihr

Jean-Claude Lin.

Jean-Claude Lin

Liebe Leserin,
lieber Leser!



SCHREIBEN, UM ZU VERSTEHEN

Jeanne Benameur

im Gespräch mit Evelies Schmidt

Fotos: Wolfgang Schmidt

Intensität, Innerlichkeit, Selbsterforschung und Empathie gehören zu den besonderen Qualitäten der Schriftstellerin Jeanne Benameur. Französische Leserinnen und Leser schätzen ihre Romane seit vielen Jahren. Mit ihrem Roman «Das Gesicht der neuen Tage» kann sie jetzt auch in deutscher Sprache entdeckt werden. Warum engagiert sich die in Algerien geborene, in Frankreich lebende Schriftstellerin im Schreiben so sehr für den Weg zu innerer Freiheit und Humanität? An einem sonnigen Tag ergab sich in Paris die Gelegenheit, sie kennenzulernen.

Evelies Schmidt | Liebe Jeanne Benameur, ich möchte mit drei Sätzen aus einem Ihrer Romane beginnen: «Es ist der Moment der zögernden Schritte. Der einzig wahren. Jener, die ein Mensch auf einen anderen zu macht.» In dem Roman geht es um eine Mutter, die ihren erwachsenen Sohn nach Langem wiedersieht. In welchem Sinne ist der zögernde Schritt in einer so engen familiären Beziehung der «einzig wahre»?

Jeanne Benameur | Ich denke, bei Mutter und Sohn, Mutter und Kind, ist der Schritt anfänglich nicht zögernd. Er ist in natürlicher Weise direkt und man geht einfach los. Wenn das Kind größer wird und man ein komplexes menschliches Wesen vor sich hat, das seinen Raum einnimmt, ist es nicht mehr nur unser Kind, es ist ein anderes menschliches Wesen. Ein Anderssein greift Platz. Es ist nicht mehr wie am Anfang, wo man das Kind noch mit umschließt. Jetzt hat man jemanden gegenüber, und man muss auf diese Person zugehen. Alles kann in der Schwebe, kann zögernd sein, weil es da diesen Anderen gibt, auch wenn er unser Kind ist. Und das ist in *Das Gesicht der neuen Tage* der Fall. Dieser Mann, der so viel Schreckliches durchgemacht hat ... Seine Mutter wird sich des tiefgreifenden Andersseins dieses Mannes bewusst, der ihr Kind ist.

ES | Wäre das denn auch prinzipiell die wahre Art, sich jemandem zu nähern?

JB | Nein. Das kommt darauf an. Wenn man zum Beispiel verliebt ist, geht man nicht zögernd auf den anderen zu. Man geht spontan. Es ist ein bisschen so, wie wenn man Kind ist, wenn man verliebt ist. Es gibt Momente in unserem Leben, in denen wir den direkten Schritt der Kindheit haben, das heißt, wenn wir uns das nicht erst

bewusst machen. Und dann gibt es noch die Momente, wo man dem anderen ins Gesicht sieht, da ist der Schritt, den man auf jemanden zu macht, sehr bewusst. Daher das Zögern, da ist im Grunde das Bewusstsein am Werk.

ES | Wenn Sie schreiben, wo nimmt das seinen Anfang? Was muss gegeben sein?

JB | Mehreres ist dafür nötig. Es braucht eine Frage. Eine Frage von solcher Nachdrücklichkeit, dass ich mich schreibend auf den Weg machen muss, um in ihr voranzukommen. Es gibt im Leben Fragen, mit denen man vorankommen kann, ohne einen Text schaffen zu müssen. Und dann manchmal, bei den großen Fragen des Lebens, ist letztlich das Schreiben meine Art, wie ich zu verstehen versuche. Damit ich die Frage in all ihren Facetten in der Vorstellung bis zu Ende verfolgen kann. Denn in meinem eigenen Leben bin ich zwangsläufig auf das beschränkt, was ich lebe. Ich kann nicht tausend Leben leben. Ich lebe nur eines. Durch die Imagination aber kann ich einer Facette von mir Gestalt geben, die in meinem Leben nicht so weit reicht. Dort, im Text, kann ich weit, sehr weit gehen. Ich kann mir vorstellen, wie es sich anfühlt. Und das erlaubt mir, mich selbst besser zu erforschen, tiefer in mein Inneres vorzudringen. Indem ich all den Facetten, die ein menschliches Wesen ausmachen, die Chance gebe, Ausdruck zu finden, kann ich sehen, wohin mich das führt. Das ist ein Abenteuer. Jedes Mal ist es ein Abenteuer. Albert Camus hat gesagt: «Man schreibt, um verstanden zu werden.» Ich bin mir darüber im Klaren, dass ich schreibe, um zu verstehen. ▶





► **ES** | Sie helfen aber auch anderen, zu verstehen.

JB | Weil ich denke, dass es genügt, wenn ein Mensch frei ist, damit auch alle anderen es sind. Ich glaube, dass wenn ein Mensch sein ganzes Wesen in Bewegung bringt – wie ich es tun kann, wenn ich schreibe, und das ist wirklich ein Aufbrechen mit meinem ganzen Sein und Wesen –, dann kann es auch anderen etwas bringen, die ein anderes Leben führen. Die Leute haben Familie, sie haben Kinder, sie haben ihren Beruf und können nicht einfach so innehalten und nachdenken und jeder Facette so viel Zeit widmen. Ich habe mich entschieden, in meinem Leben genau das zu tun und dem im Schreiben eine Form zu geben. Und wenn sich das mitteilt, wenn das anderen Leuten helfen kann, ist es gut.

Bei einer meiner Lesungen sagte einmal eine Dame zu mir: «Sie sind meine Autorin in der Not.» Und ich selbst zehre auch von der Arbeit anderer – von Texten, Bildern, Musikstücken, die mir etwas geben.

ES | Sie haben von Fragestellung gesprochen. Als ich Ihren Roman *Profanes* las, fiel mir das Wort «Labor» ein.

JB | (*lacht*)

ES | Denn für Octave (die Hauptfigur), der vier Personen in seinem Haus um sich versammelt, ist das eine Art Experiment, ein Labor.

JB | Es ist ein Abenteuer. Er setzt ein Abenteuer, eine Forschung in seinem eigenen Leben in Gang. Ja, ich verstehe, was Sie meinen, wenn Sie «Labor» sagen ... Ich habe vorhin vergessen etwas zu erwähnen: Wenn ich mit dem Schreiben anfangen, brauche ich eine Fragestellung, doch das allein genügt nicht. Ich muss auch eine Emotion gefühlt haben. Und diese Emotion muss stark genug sein. Und sie muss anhalten – nichts darf sie vergehen lassen. Manchmal hat man ja



Emotionen, und wenn man dann mit einer Freundin spricht oder eine Musik hört oder spazieren geht, hat plötzlich unsere Emotion eine Form gefunden und verklingt. Bei mir gibt es Emotionen, die da sind und denen nichts eine Form gibt – sie bleiben, und zwar in sehr starkem Maß. Nichts ist hinreichend, um ihnen eine Form zu geben. Im Allgemeinen steht eine Frage dahinter, und beides zusammen setzt mich in Gang. Die tiefe Emotion und die Frage. Und so kommt es, dass ich Wochen, Monate, Jahre meines Lebens mit dem Schreiben verbringe.

ES | Ich suche gerade in Ihrem Roman nach einer Passage – ah, da ist sie: «**Das Leben des einen erhellt das Leben des anderen.**»

JB | Oh ja, das denke ich wahrhaftig. Darin besteht der menschliche Zusammenhang.

ES | Auch in der Literatur ...

JB | Sicher, das versucht man zumindest. Aber eben auch im Leben. Es gibt Menschen, die nicht viel Aufhebens von sich machen, und doch kann man bemerken, dass ihr Dasein in der Welt uns Licht gibt. Das finde ich sehr wertvoll.

ES | Und das gibt auch Mut.

JB | Ja, das gibt Mut! Ich finde es großartig: Als Kind habe ich viel Mut aus den Texten geschöpft, die ich las. Was für ein Glück, dass ich durch die Schule die Literatur kennengelernt habe. Mein Leben wäre nicht so verlaufen, wenn es das nicht gegeben hätte. Früh habe ich verstanden, dass es nicht darauf ankommt, ob der Autor noch lebt. Im Text ist jemand anwesend. Der Autor ist da, er ist im Text. Ich habe mich niemals allein gefühlt, wenn ich ein gutes Buch bei mir hatte. Man ist nie allein. Man wird vom Autor begleitet.



Ein wiedergefundenes Leben

Der Kriegsfotograf Étienne erlaubt sich nur einen einzigen unachtsamen Moment – und gerät in Geiselschaft. Monate später wird er überraschend entlassen und kehrt in das Dorf seiner Kindheit zurück. Doch wie frei ist er wirklich? – Während die Dorfbewohner schon bald danach fragen, ob er den Schock der Gefangenschaft überwunden habe, kämpft nicht nur Étienne mit den Bildern der Vergangenheit. Erst allmählich findet er Schritt für Schritt in sein Leben zurück – und mit ihm seine Gefährten aus Kindertagen.

Ein starker, intensiver Roman, für den Jeanne Benameur mit dem Prix Version Fémina ausgezeichnet wurde.

Jeanne Benameur
Das Gesicht der neuen Tage
Roman | Oktaven
Aus dem Französischen von Uli Wittmann
253 Seiten, mit farb. Lesebändchen,
gebunden mit SU
€ 22,- (D) | ISBN 978-3-7725-3001-2
☞ auch als eBook erhältlich
www.geistesleben.com

für den Menschen schwierige Dinge. Und wenn man nun schreibt und akzeptiert, darauf zuzugehen, muss man dafür bereit sein, wenn eine Person dem Tod, dem Wahnsinn oder einer furchtbaren Einsamkeit nahekommt. Dann muss man mit der Person bis dorthin gehen – muss in der Person leben. Es wird oft gesagt, dass die Personen in einem leben. Aber mir ist bewusst, dass ich in meinen Personen lebe. Ich akzeptiere also, in ihren Körper einzutreten und zu fühlen, mir vorzustellen, was sie fühlen. Ja, das kann gefährvoll sein. Und deshalb muss man sich schützen.

Für mich ist die Psychoanalyse ein sehr starker menschlicher Weg gewesen, der dazu geführt hat, dass ich keine Angst mehr habe. Damit will ich sagen: Auch wenn ich ein Bewusstsein davon habe, was gefährlich ist, habe ich mich doch von vielen Ängsten befreit, die mich anfänglich daran hinderten, mich auf zu schwierige Gebiete vorzuwagen. Durch die psychoanalytische Arbeit wird einem klar, dass alles menschlich ist. Alles. Von dem Augenblick an, wo man das mit seinem ganzen Wesen verstanden hat, kann man losgehen. Nur muss man auf sein eigenes Leben achtgeben, es schützen und nähren, weil es wertvoll ist. Ich finde, dass der Weg der Analyse wirklich interessant ist. Das hat mir wahrhaftig viel Freiheit gegeben.

ES | War das am Anfang Ihrer Existenz als Schriftstellerin?

JB | Ich war 29. Ich schrieb bereits. Ich schreibe seit meiner Kindheit. Aber damals bewegte ich mich anders in die Texte hinein. Ja, die psychoanalytische Arbeit hat mir Türen geöffnet und mich verstehen lassen, was alles zum Menschsein gehört und dass man sich dahin vorwagen kann. Mit Achtung vor dem, was das menschliche Leben ist. ■

ES | Es gibt in Ihren Büchern eindrucksvolle Sätze über die Wörter: «Sie hat immer gedacht, dass die Wörter eine Macht enthielten, die man nicht wirklich kennenlernen wollte. Die Wörter können alles wandeln.» Ist etwas Gefährliches daran, wenn Sie schreiben?

JB | Zwangsläufig setzt man sich einer Gefahr aus, wenn man schreibt, denn man sucht ja nach etwas. Und wenn man sucht, weiß man nicht, was man finden wird. Man begibt sich also in ein Abenteuer, in das Unbekannte. Und das Unbekannte kann ein Risiko bedeuten. Ja, es ist ein Risiko, das ich bewusst auf mich nehme. Aus diesem Grund gebe ich sehr gut Acht auf mein Alltagsleben. Mein Leben ist sicher umsäumt von allem, was ich brauche: Natur, die Zuneigung meiner Freunde und meiner Familie. Denn in manchen Momenten wird das Schreiben schwierig. Wenn man an den Verlust rührt, an den Tod, an die Leere, an den Wahnsinn – das sind



ДБАНК

АДВОКАТ
Т. 0980 879 375-6

НОТАРИУС
Т. 0980 879 375-6

ДИСКО

CZERNOWITZ

Die alte Hauptstadt des Habsburger Kronlandes Bukowina war einst Vielvölkerstadt und Zentrum eines blühenden deutsch-jüdischen Geisteslebens. Zahlreiche Dichter, Künstler und Wissenschaftler hat die Stadt hervorgebracht, unter ihnen die Lyriker Paul Celan und Rose Ausländer. Für die beiden, wie für viele andere, wurde sie zum Schicksalsort. Unterwegs auf ihren Hügeln.

Von Berlin sind es rund 25 Zugstunden. Man durchquert Polen in voller Länge. Breslau, Krakau, die ukrainische Grenze, dann Lemberg. Alte Städte, die wie geheimnisvolle Perlen an der Strecke aufgefädelt sind. Der Zug ab Lemberg erzählt noch von Sowjetzeiten, in ruhigem Tempo rollt er ostwärts, Dieselwolken fliegen am Fenster vorbei. Draußen weites Land, Zwiebeltürme orthodoxer Dorfkirchen stupsen den Himmel an, Ziegen an Pflöcken fressen Kreise ins Gras, aufgesteckte Heuhaufen hocken wie Gnome in der Landschaft. Wenn der Zug vorbeikommt, halten die Menschen in Gärten und Feldern inne und schauen. Manche winken. Irgendwann legt sich Abendlicht über die Landschaft. Czernowitz ist nicht mehr weit.

«Warum schreibe ich? Vielleicht weil ich in Czernowitz zur Welt kam, weil die Welt in Czernowitz zu mir kam. Jene besondere Landschaft. Die besonderen Menschen. Märchen und Mythen lagen in der Luft, man atmete sie ein.» Rose Ausländer gilt als eine der bedeutendsten deutschsprachigen Lyrikerinnen des 20. Jahrhunderts. Wer vom Zauber ihrer klaren und träumenden, ihrer ernsten, dunklen und lichten Zeilen berührt wurde, weiß warum. – Die Stadt, die sie vielleicht zum Schreiben brachte, liegt in der Bukowina, dem «Buchenland» nördlich der Moldau, wo die Kaparten in sanften Wellen auslaufen, bevor im Osten die Bessarabische Steppe beginnt. Ein altes Kronland des Habsburger Reiches, im heutigen Westen der Ukraine. Manche sagen, es sei ein Paradies gewesen.

Der Zug hält. Draußen ist Nacht. Vor dem prächtigen Bahnhof im Wiener Secessionsstil liegt eine Stadt auf Hügeln. Ein steiler Anstieg führt ins Zentrum, die Wege gepflastert, viele mit Bäumen gesäumt, deren Äste so tief auf die Gehsteige hängen, dass sie dem Ankommenden mit ihren Blättern über den Kopf streicheln. Als Rose Ausländer hier 1901 «im seidigen Grün einer Mainacht» geboren wurde, spross nicht nur der

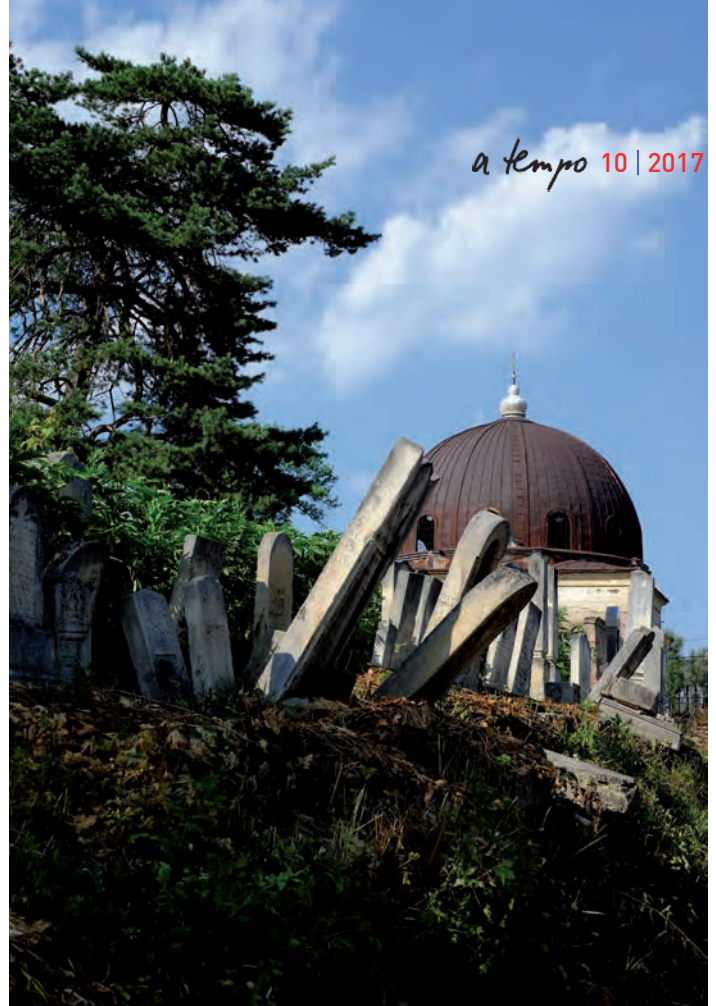
Begegnungen mit Paul Celan und Rose Ausländer in einer «versunkenen» Stadt

von Christian Hillengaß (Text & Fotos)

Flieder rings um ihr Elternhaus. Der ganzen Stadt stand eine Blüte im Gesicht – eine geistige, kulturelle Blüte, die sich aus dem Zusammenleben mehrerer Völker unter der toleranten Herrschaft der Habsburger entwickelt hatte. Die Luft war erfüllt von mindestens sechs Sprachen – Deutsch, Jiddisch, Rumänisch, Ukrainisch, Polnisch und Hebräisch. Chassidische Sagen drangen aus dem nahen Sadagora herüber, aus dem der Vater der Dichterin stammte. Das Jüdische und die Erzähltraditionen der anderen Völker vermengten sich im Herzen der Dichterin wie im Äther der Stadt mit Rilke, Nietzsche, Hölderlin, Mann, Kraus, Hesse und allem, was hier an deutscher Literatur gelesen wurde. Und gelesen wurde viel in Czernowitz! Man las und diskutierte zu Hause, in den großen Parks, in literarischen Salons und in den zahlreichen Kaffeehäusern nach Wiener Vorbild. «Es war eine Gegend, in der Menschen und Bücher lebten», blickt später ein anderer zurück, der ebenfalls in Czernowitz geboren wurde: Paul Celan. Seine oft kryptische Lyrik, hinter der sich Welten, Abgründe, Schmerz und Liebe verbergen, trägt häufig den Stempel dessen, was ihn in Czernowitz traf.

1941 marschierte die deutsche SS ein und ermordete jene, die hier eine deutschsprachige Hochkultur gepflegt hatten: die Bukowiner Juden. Die Wenigen, die überlebten, verstreuten sich in aller Welt. *Schwarz, / wie die Erinnerungswunde, / wühlen die Augen nach Dir / in dem von Herzzähnen hell- / gebissenen Kronland, / das unser Bett bleibt.* Das schrieb Celan 1964. Ausgeblutet und hinter dem Eisernen Vorhang verschwunden, wurde Czernowitz Erinnerung, Erzählung und Mythos. «Eine versunkene Stadt. Eine versunkene Welt», so Rose Ausländer.

Die Häuser stehen noch wie damals. Architektur der Jahrhundertwende, viel Jugendstil. Die Straßen, spärlich beleuchtet, ►



- lassen die Sterne herein und geben Raum für Fantasie und Mythos. Aber wie sieht eine versunkene Stadt bei Tageslicht aus?

Mauersegler sirren durch den hellblauen Morgenhimmel. Die Fassade des alten israelischen Tempels im Zentrum leuchtet im selben Blau. Er war einst das größte von rund siebenzig jüdischen Gebetshäusern in der Stadt. In nur einem davon ging das *Ner Tamid*, das ewige Licht – auch in den Zeiten von Faschismus und Kommunismus – nie aus. Ein zweites ist wieder dazugekommen. Der große Tempel aber ist heute ein Kino (*Foto oben*). «Cinomagoge», sagen die Einheimischen.

Nicht weit von hier beginnen die Straßen des ehemaligen jüdischen Ghettos. Äußerlich ein Viertel wie die anderen. Alte Frauen sitzen auf den Gehwegen und verkaufen Schätze aus ihren Gärten und Küchen: Himbeeren und Holunderblüten, Kirschen und Kefir. Aber der Blick in die Vergangenheit zeigt Menschen, auf engstem Raum zusammengepfert, bis sie Zug um Zug weniger wurden. Rose Ausländer überlebte hier in Kellern die «unendliche Sonnenfinsternis», erlitt Misshandlungen und Zwangsarbeit.

Heimlich, oft unter Lebensgefahr, traf sie sich in diesen Jahren mit Freunden, um Gedichte zu lesen. Hier, so erzählte sie, lernte sie auch den neunzehn Jahre jüngeren Paul Celan kennen und war wie elektrisiert von seinen Gedichten. Sie sollten sich noch mehrere Male begegnen, immer mit gegenseitigem Gewinn für ihr Schreiben.

Nach dem Krieg besuchte Rose Ausländer Celan in Paris, wo er noch mit den Schatten kämpfte, die ihn in Czernowitz heimgesucht hatten. In einer Nacht, in der er nicht zu Hause war, waren seine Eltern deportiert worden und nie wieder zurückgekehrt. «Es soll nun Frühling werden, Ruth», schrieb er 1943 an eine Freundin. «Seit ungefähr zwei Jahren fühle ich nicht mehr Jahreszeiten und Blumen, und Nächte und Verwandlungen überhaupt.» 1970 trieben ihn Schmerz und Wahnsinn ins Ertrinken.

Ein kleines Celan-Denkmal steht an einer rauschenden Hauptstraße. Die Mittagssonne, so grell, dass die Augen schmerzen, leuchtet auch den letzten Winkel der Stadt mit gnadenloser Abgeklärtheit aus, zeigt den Verfall der Häuser, bringt überquellende

Mülltonnen zum Stinken und lässt die vielen halbwildigen Straßenhunde Schatten suchen. Im *Celan-Literaturzentrum* dagegen ist die Luft wie in einem Kühlschrank, die Klimaanlage funktioniert einwandfrei, die Kaffeemaschine auch, starker Espresso bringt die Lebensgeister zurück. Niemand sonst ist im Café, Bücherwände mit Celan-Ausgaben und deutscher Literatur umrahmen die Stille. Auf einmal tönt die Stimme des Dichters im Raum. Seine *Todesfuge*. Eindringlich, beinahe singend, kreist sie sich unaufhaltsam in die Wahrnehmung. *Schwarze Milch der Frühe wir trinken sie abends / wir trinken sie mittags und morgens wir trinken sie nachts / wir trinken und trinken / wir schaufeln ein Grab in den Lüften da liegt man nicht eng / Ein Mann wohnt im Haus der spielt mit den Schlangen der / schreibt / der schreibt wenn es dunkelt nach Deutschland dein goldenes / Haar Margarete ...*

Auch als die Aufnahme längst wieder elektronischer Musik gewichen ist, die nun den Raum beschallt, hallen die Verse nach, kehren die Worte wieder und wieder. *Der Tod ist ein Meister aus Deutschland / dein goldenes Haar Margarete / dein aschenes Haar Sulamith.*



Eine Begebenheit draußen holt zurück in die Gegenwart. Auf Rose Ausländers altem Schulweg kommt eine Frau im rot-weiß gepunkteten Kleid und fragt: «Möchten Sie Blumen geschenkt?» Lässt drei rote Rosen da und läuft mit einem Lachen weiter. Rosen für den Ausländer. Die Lieblingsblumen der Dichterin. Wie ein augenzwinkernder Gruß.

Weiter den Berg hinunter, eine staubige Landstraße entlang auf einen Nachbarhügel. Hier liegen die Friedhöfe. An lateinischen und kyrillischen Buchstaben auf den Grabsteinen lässt sich noch das alte Nebeneinander ablesen. Hilde, Elisabeth, Franz und Wenzel. Igor, Tatjana, Dimitj und Marinja.

Der jüdische Friedhof – gleich auf der anderen Straßenseite – gehört zu den größten Europas. Verlassen und überwuchert liegt er da, Grabsteine neigen sich zur Erde, die Zeremoniehalle ist verfallen. Wie gespiegelt liegt auf dem Hügel gegenüber das jüdische Viertel.

Die Häuser sind – von hier aus gesehen – nicht größer als die Grabsteine. *Nähe der Gräber* heißt ein Gedicht von Paul

Celan: *Und duldest Du, Mutter, wie einst, ach, daheim, / den leisen, den deutschen, den schmerzlichen Reim?* Das Weiterschreiben in der Sprache der Mörder war keine Selbstverständlichkeit.

Zurück in der Stadt und wieder über einen Hügel, liegt die *Herz-Jesu-Kirche*, in der gerade die Abendmesse gefeiert wird. Wieder. Im Kommunismus wurde sie als Archiv genutzt. Erst vor Kurzem hat man die dafür eingezogenen Wände und Stockwerke wieder aus dem Kirchenschiff herausgebrochen. Zwischen Trümmern und Ziegelhaufen steht der Priester und singt mit seiner siebenköpfigen Gemeinde. Ihre Melodie füllt den Raum, tönt durch die zersplitterten Fenster in den Abend. Eine Madonna auf einem Baugerüst neigt lauschend den Kopf.

Der Weg zum Bahnhof führt wieder steil bergab. Die Stadt schubst einen hinaus, sagen die Einheimischen, wenn das Gefälle die Schritte beschleunigt. Die Bilder der Vergangenheit treten zurück. «Mein Atem heißt jetzt», schreibt die Dichterin. ■



Die *Liebe* – Grundlage allen Handelns

Die Philosophie des 21. Jahrhunderts muss Stellung beziehen: Eine Philosophie des Ich hat die Aufgabe, die geistigen Aspekte des Menschen zu stärken. Denn nur mithilfe eines starken Ich ist die menschliche Freiheit möglich. Und diese ist die Voraussetzung dafür, die Liebe in der Welt zu verwirklichen.

Roland van Vliets «Entwurf einer Philosophie der Freiheit», wie er seine letzte Schrift selbst genannt hat, ist der Abschluss seines Lebenswerks. Hier zeigt sich der bedeutende Manichäismus-Forscher als Vermittler einer lebensnahen Philosophie des Ich.

Roland van Vliet
Die Freiheit, das Ich und die Liebe
Grundlagen einer Philosophie der Freiheit
Aus dem Niederländischen von Daniela Oele
232 Seiten, kartoniert | € 25,- (D)
ISBN 978-3-8251-5118-8 | Jetzt neu!
www.urachhaus.com



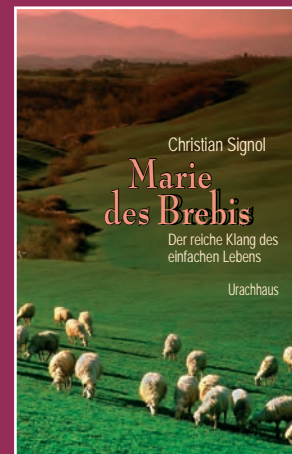
Ein beeindruckender Roman über die *Menschlichkeit*

Als der Bootsbauer Virgile und seine Frau Victoria im Mai 1942 gebeten werden, Flüchtlingen über den Fluss zu helfen, verändert sich das Leben des kinderlosen Paares von einem Tag auf den anderen. Sie nehmen die zehnjährige Sarah und den gleichaltrigen Élie bei sich auf und verstecken sie – vor den Deutschen wie vor den kollaborierenden Landsleuten.

«Christian Signol würdigt die einfachen Menschen, die mit ihrer natürlichen Güte und ihrem Mangel an Vorurteilen dem Widerstand beigetreten sind.»
Le Figaro

Christian Signol: Die Kinder der Gerechten
Aus dem Franz. von Corinna Tramm
219 Seiten, gebunden mit SU
€ 20,- (D) | ISBN 978-3-8251-7868-0
☞ auch als eBook erhältlich
Neu im Buchhandel ab 13. Oktober!

Christian Signol
Marie des Brebis
Der reiche Klang des einfachen Lebens
Aus dem Franz. von Corinna Tramm
16. Auflage | 192 Seiten, gebunden mit SU
€ 16,90 (D) | ISBN 978-3-8251-7580-1
☞ auch als eBook erhältlich



«Die auf wunderbare Weise beschriebenen Landschaften des französischen Hochlandes ... wecken eine riesige Sehnsucht nach unberührter Natur und Lebendigkeit.»
Leserstimme



Ausgezeichnet
mit dem
Prix Solidarité!



GENAU SO

von Brigitte Werner

Ich könnte gut eine Ratgeberrante in irgend-einer Bäckerblume oder Metzgerzeitung abgeben. Dafür habe ich Talent. Ich kann mich gut in jemanden hineinfühlen, habe alle Weisheiten des sibirischen, tibetanischen und sauerländischen Hochlandes drauf, und es würde mir ein erhabenes Gefühl geben: Ich wäre abgeklärt, gelassen, in sich ruhend! Na, schön wär's. Warum könnte ich das bei anderen (na ja) – und nur nicht bei mir?

Mit Kindern kriege ich das wunderbar hin. Da habe ich Geduld ohne Ende. Mit mir nicht. Niemals. Ich meckere mit mir rum. Ich bin zynisch. Ich jage mich unentwegt und rede mich zurechtweisend mit scharfer Stimme (im Kopf) mit BRIGITTE WERNER an. Ich bin unduldsam und kritisch. Ich bin schrecklich. Nie, niemals würde ich in dieser Weise mit meinen Freundinnen, überhaupt mit meinen Mitmenschen umgehen. Wo bleibt mein kleines, hilfloses, furchtsames inneres Kind, von dem ich in einem Seminar erfahren habe? Warum wiege ich es nicht, dass es Vertrauen und Geborgenheit entwickeln kann? Warum flüstere ich nicht sanfte Worte, warum sage ich ihm nicht, dass es ein Geschenk ist, kostbar, stark und schön? Und wichtig.

Okay, das fand ich damals alles ziemlich albern, aber trotzdem liefen mir in diesem Seminar die ganze Zeit die Tränen übers Gesicht, als ich mich als schreckhaftes, dünnes

kleines Mädchen sah, das mein Herz zittern ließ. Ich habe es immer mal wieder geübt. Und immer wieder musste ich heulen. Eine schöne Beschörung.

Zurzeit habe ich Stress ohne Ende. Ein Workshop, der hohe Anforderungen an mich stellt, liegt mir schwer im Magen. Meine Nachbarin macht mir das Leben schwer und erzählt Lügen über mich. Eine Freundin ist plötzlich eifersüchtig, weil ich mit einer anderen Freundin Zeit verbracht habe. Ein Manuskript will nicht fertig werden. Es hat jede Menge Haken, aber keine Ösen. Ich sitze im Auto und sage scharf: «BRIGITTE WERNER!! Du kriegst schon wieder nichts geregelt. Na klasse!»

Ich erschrecke. Höre mir zu. Höre die Mutter-Lehrer-Pastor-Nachbarn-Stimme. In meinem Bauch wächst ein hartes klumpiges Irgendwas und drückt mir die Luft ab. Ich sehe mich als kleines Mädchen mit dünnen Zöpfen und verrutschten Kniestrümpfen. Ich stehe auf dem Parkplatz des Supermarktes und kann nicht aussteigen. Ich schluchze. Ich nehme das magere, verschreckte Kind in die Arme und flüstere immerzu: «Shschesch, schsch ... Ich bin ja da. Ich pass auf dich auf.» Dabei heule ich noch mehr. Das Auto steht unter Wasser. Aber etwas löst sich in mir. Plötzlich klopft es heftig an mein Fenster. Ich zucke zusammen und wische die Tränen mit dem Ärmel fort. Kaum zu schaffen.

Ein etwa sechsjähriges Mädchen mit zwei struppigen, winzigen Haarpinseln oben auf dem Kopf schaut in mein noch nasses Gesicht. Sie blickt lange und aufmerksam in meine Augen. Ich öffne das Fenster. «Nicht weinen!», sagt sie. Ich nicke. Sie sagt: «Willst du einen Witz hören?» – «Klar», sage ich. Da kichert sie, ihre Augen tanzen, und ich sehe Zahnlücken und Sommersprossen. Die quietschrosa Haarspangen wackeln.

Ich habe den Witz vergessen, irgendwas kindlich Komisches mit einem Schwein und einem Pinguin ... Da sehe ich eine junge Frau aufs Auto zueilen. Ich erschrecke, fast ducke ich mich. Ich erwarte eine zornige Stimme, aber sie ruft: «Julia! Da bist du ja!» Sie klingt erleichtert und sehr froh. Das Mädchen springt in ihre Arme und drückt sich an sie. Sie zeigt auf mich. «Sie hat geweint», sagt sie. «Und dann hat sie gelacht!» Jetzt kichert sie wieder. Ich lächle. «Julia hat mir einen Witz erzählt», erkläre ich. Julia strahlt ihre Mutter an. Die strahlt zurück. «Ja, das kann sie gut», sagt sie. «Sie ist die beste Witzeerzählerin der Welt. Sie ist unsere Sonne.» Sie streicht ihr über die struppigen Zöpfe – und als sie gehen, winke ich den beiden hinterher.

Ja, denke ich. Genau so. So kann es auch gehen. Genauso werde ich es machen. Und quietschrosa Haarspangen will ich auch. ■

GEMEINSAM LESEN IST MEHR

von Albert Vinzens

«Shared Reading» ist eine literarische Bewegung, die im Kleinen in Großbritannien begann und inzwischen als soziale Bewegung von unten bezeichnet wird. Man braucht nur ein Buch, einen Raum und Zeit für regelmäßige Treffen. Es wird reihum laut gelesen und über den Inhalt gesprochen. So haben früher Gemeinschaften die Zeit miteinander verbracht. Heute sind Zusammenkünfte von solch archaischer Einfachheit ungewöhnlich und revolutionär. In Großbritannien allerdings nicht mehr; dort gibt es Tausende solcher Lesekreise – und nun hält die Kultur des *Shared Reading* auch in Deutschland Einzug. Was mich betrifft, so musste ich einige Hürden überwinden, bis ich bereit war, mein tief verinnerlichtes Prinzip des Selbstlesens und Selbstdenkens zu relativieren und zu verwandeln.

Dazu eine Anmerkung. Ein tödlicher Kletterunfall, in den ich verwickelt war, stellte mein bisheriges Leben in Frage. Ich wandte mich in der Folge von der Welt ab und entschloss mich mit 21 Jahren, Philosophie zu studieren. Ohne diesen Unfall hätte ich das wahrscheinlich nicht getan. Ich suchte einen neuen Sinn und stürzte mich in philosophische Lektüre und ins Nachdenken. Der Titel der ersten Seminararbeit lautete *Der Dialog in der Krise*, es ging um Platon, der vor zweieinhalbtausend Jahren in Athen lebte. Platon führte in seinen Dialogen den alten Sokrates vor, wie dieser die Jünglinge und Handwerker auf den Straßen Athens in Gespräche verwickelte, um mit ihnen Erkenntnisse über die Welt und das Erkennen zu erlangen. Platons Ideal war der dialogische Wissenserwerb.

Inzwischen ist diese Art der Wahrheitsfindung außer Mode geraten. Stattdessen beanspruchen Spezialwissenschaftler bei Erkenntnisfragen ihre fachspezifische Autorität. Diese Tendenz gab es allerdings schon in der Antike. Während sich Platons Dialoge mit der lebenslangen Annäherung an das Gute, Schöne und Wahre beschäftigten, traten im damaligen Athen Fremde

auf, die mit bodenlosen Floskeln erklärten, wie ein Mensch seine ganz eigene Wahrheit finde. Diese Fremden nannten sich *Sophisten*, und ihr herausragender Vertreter war Protagoras. Er verkaufte den reichen Aristokratensöhnen, also den angehenden athenischen Politikern, Rhetorikkurse und machte sie – je nachdem, wie viel sie zahlten – mit mehr oder weniger viel «Wahrheit» vertraut. Während bei Platon der Prozess des Erkenntniserwerbs ins Unendliche lief, machte sein Gegenspieler Protagoras aus der Wahrheit ein handfestes Spiel um Geld und Macht.

In meiner Arbeit über Platon wurde mir bewusst, dass schon an der Wiege des abendländischen Denkens eine Krise der philosophischen Verständigung da war. Rudolf Steiner entwickelt in seinem Buch *Die Rätsel der Philosophie* den Gedanken, dass die Sophisten «an einem Wendepunkte angekommen» und «dabei in ein gefährliches Fahrwasser geraten» seien: «In ihnen stellt sich der Geist des Griechentums wie an einen Abgrund.» Steiner nennt diesen heiklen Zustand eine «Aufklärung»; darin besteht eine Chance und auch eine Gefahr. Die Chance wäre eine Aufklärung der Gedanken gewesen, die Gefahr dabei war ihre Verdunkelung. Das erste Zu-sich-Kommen des griechischen Denkens sollte Gedankenklarheit bringen, doch es stellten sich Missverständnisse und Befremden ein.

Eine Mischung davon sehen wir noch heute: Redegewandte Spezialisten amalgamieren die Welt mit Teilwahrheiten und geben diese für das Ganze aus. Das begegnet uns überall, im sorglosen Umgang mit genverändertem Leben, in der alle Lebensbereiche vereinnahmenden Digitalisierung der menschlichen Kommunikation, in Medizin, Pharmazie und der Ernährungswissenschaft genauso wie in Erziehung und Ausbildung. Kritik wird unterbunden, sie wäre nur innerhalb der spezialwissenschaftlichen Fachbereiche überhaupt formulierbar, bleibt dort jedoch aus.



Foto: suze / photocase.de

Ich weiß nicht recht, ob sich mir durch die Hinwendung zur Philosophie die Lesbarkeit der Welt erhöht hat, denn auch die philosophischen Fachbereiche sind ins Fahrwasser sophistischer Argumentationen geraten. So ist inzwischen bald jeder überzeugt, dass sein mit sich selbst beschäftigtes Denken ausreiche, um die Rätsel der Welt zu erklären: Es war doch kein anderer als ganz allein ich, der die Idee zu dieser Seminararbeit hatte, ich allein hatte die Sekundärliteratur für das Thema ausgewählt, und die Thesen, die höhere Zusammenhänge erschlossen, kamen doch alle aus meinem Kopf. Ich habe lange geglaubt, so funktioniert exakte Wissenschaft. Doch das ist ein Irrtum – und ich bin inzwischen überzeugt, ihn durch die Auseinandersetzung mit Platon entdeckt und durch die Teilnahme an *Shared Reading*-Projekten teilweise verwandelt zu haben. Es gibt in diesem meinem Leben neben dem individualistischen Einzeldenkertum, dem ich mich, wie viele meiner Zeitgenossen, im Zweifelsfall schnell ergebe, einen Faktor, der das individualistische Denk- und Erkenntnisvermögen übersteigt. Dieser Faktor ist der Dialog mit anderen Menschen. Seither suche ich menschliche Zusammenhänge, in denen gepflegt wird, was ich «gemeinsam denken» nennen möchte, denn nicht nur die Leseerfahrung, auch die Denkerfahrung erweitert sich im Zusammensein mit anderen.

Ein Gespräch zwischen Menschen, die zusammen ein Märchen oder eine Geschichte gehört haben, trägt oft Erlebnisse, Gefühle, Einsichten in unsere Seele, wie dies die stille Lektüre nur selten zu geben vermag. Gemeinsames Lesen und daran anknüpfende Gespräche verbinden uns mit einem Wissen, das uns aus universellen Weiten berühren kann. So etwas lässt sich nicht digital imitieren, es verlangt den gemeinsamen Austausch vor Ort. Die Bewegung des geteilten Lesens, vor rund zwanzig Jahren in Liverpool entstanden, hat unser Festland erreicht und bringt Freude und Erkenntnisse für immer mehr Menschen. Die Spielregeln dieser Kunst der geselligen Bildung sind einfach. Im Augenblick, wo die Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus ihrem Leben zu erzählen anfangen, geschieht meist der Einbruch in etwas Neues, Beglückendes. Es entsteht Teilhabe am anderen – davon kann unsere dialogferne Welt nicht genug bekommen. Die Anteilnahme selbst scheint mir übrigens umso gründlicher zu gelingen, je vorbehaltloser die Versammelten einander zuhören und je unterschiedlicher die Menschen in der Leserunde sind. ■

Albert Vinzens wuchs in Chur in der Schweiz auf und promovierte über Friedrich Nietzsche an der Universität Basel.

Sein erschütternder Bericht über den Todesfall eines Freundes beim Klettern ist unter dem Titel

«**Tod durch Granit**» in der aquinarte edition erschienen (ISBN 978-3-933322-30-3).

2017 erschien sein Essay «Die Wahrnehmung des Menschen» im Band «**Was ist Anthroposophie?**

Sieben Perspektiven» im Verlag Freies Geistesleben (ISBN 978-3-7725-2877-4)

LIN UND ANDERE

IST ANTHROPOSOP
? WAS IST ANTHRO
HIE? WAS IST ANTH
SOPHIE? WAS IST A
DOPHOSOPHIE? WAS IS
ANTHROPOSOPHIE
S IST ANTHROPOS
? WAS IST ANTHRO
HIE? WAS IST ANTH
SOPHIE? WAS IST A
FREIES GEISTESLEBEN

Sieben Wege der Anthroposophie

Sieben Perspektiven, die gleichsam Wege sein können zur Wirklichkeit des Lebens, schildern die Autoren: *Jean-Claude Lin: Freude in der Gegenwart* | *Wolfgang Held: Das Gespräch mit dem Kosmos* | *Ruth Ewertowski: Fühlen auf dem Grund des Lebens* | *Albert Vinzens: Die Wahrnehmung des Menschen* | *Nana Göbel: Mut zum Leben* | *Martin Kollewijn: Schöpfen aus der Kraft des Denkens* | *Jörg Ewertowski: Sich selbst wandeln im Erkennen.*

«*Was Anthroposophie ist, kann sehr verschiedene Gestalten annehmen. Im Grunde genommen so viele, wie es Menschen gibt.*»

Jean-Claude Lin

Was ist Anthroposophie?

Sieben Perspektiven.

Herausgegeben von Jean-Claude Lin.

Originalausgabe

141 Seiten, kartoniert

€ 10,- (D) | ISBN 978-3-7725-2877-4

☎ auch als eBook erhältlich

www.geistesleben.com

OKTOBER



Foto: Carmen Kubitz

Seit ich dich liebe,
bin ich nur ich,
wenn ich nicht mehr ich bin.

Als ich den weißen Gipfel des Fuji
am Himmelsrand erblickte,
spürte ich schon den Duft
von seinen Thymianwiesen
und von seiner Minze.

Manfred Hausmann

Gelöstes Haar

Japanische Gedichte von Toyotama Tsuno
S. Fischer Verlag 1964

Im Nachwort schreibt der Autor der «japanischen Gedichte von Toyotama Tsuno», dass die Dichterin auf Hokkaido, der nördlichsten der vier großen japanischen Inseln, aufgewachsen ist und ihren Vater, der Küstensegler war, oft begleitete. Sie soll früh einen Innenarchitekten geheiratet haben und nach Tokio gezogen sein. Schließlich soll sie «1928 an einer vernachlässigten Tuberkulose gestorben» sein, nur zweiunddreißig Jahre alt.

SO 01

25. Woche nach Ostern

☉ 06:23 / 18:00
☾ 16:19 / 01:02

In Zypern Nationalfeiertag
(1960 unabhängig)

MO 02

KW 40

DI 03

☾♂♀ 23^h

Tag der deutschen Einheit

MI 04

☾♂♂ 1^h

Vor 35 Jahren (1982) starb der kanadische Pianist Glenn Gould im Alter von 50 Jahren (* 25.09.1932).

Gedenktag für Franz von Assisi

DO 05

☉ Vollmond 19:40, ☾♂♂ 15^h, ♀♂♂ 18^h

1917 Magda Szabó *, ungar. Schriftstellerin. 1958 erschien ihr erster Roman «Freskó» († 19.11.2007).

Vor 33 Jahren (1984) starb der Künstler und Pädagoge Hugo Kükelhaus (* 24.03.1900).

Sukkot: Laubhüttenfest 1. Tag

FR 06

☾♂♂ 24^h

1917 Fannie Lou Hamer * in Ruleville/Mississippi. Sie kämpfte in den USA für das Stimmrecht und die Gleichberechtigung der Afroamerikaner († 14.03.1977).

Sukkot: Laubhüttenfest 2. Tag

SA 07

Vor 11 Jahren (2006) wurde die russische Journalistin und Menschenrechtlerin Anna Politkovskaja ermordet (* 30.08.1958).

In Japan ist der Name Toyotama Tsuno, außer durch das Buch Manfred Hausmanns, gänzlich unbekannt. Der am 10.09.1898 in Kassel geborene Fabrikantensohn, wahlweise in der Künstlerkolonie in Worpswede lebende Schriftsteller und als Laienprediger einer Art christlichen Existenzialismus am 06.08.1986 in Bremen gestorbene Dichter hatte wohl seine Freude daran, aus seiner Liebe zur japanischen und chinesischen Dichtung eine zärtlich-empfindsame Fiktion zu weben.

SO 08

♃ obere ☾♂ 22^h

26. Woche nach Ostern

☉ 06:34 / 17:44
☾ 19:37 / 09:32

MO 09

KW 41

1967 Ernesto «Che» Guevara, Freiheitskämpfer, erschossen (* 14.06.1928).

In USA Columbus Day

DI 10

☾♂♂ 17^h

MI 11

1817 Jeanne Marie von Gayette-Georgens * in Kolberg, preußische Schriftstellerin und Pädagogin. 1856 gründete sie mit ihrem Mann Georgens das Behindertenbetreuungsheim «Levana» († 14.06.1895 in Leipzig).

Beginn der Frankfurter Buchmesse
(bis Sonntag, den 15.10.)

DO 12

☉ Letztes Viertel

Schemini Azeret:
Achter und letzter Tag des Laubhüttenfestes.
In Spanien Nationalfeiertag (Kolumbus)

FR 13

Simchat Tora: Nach der Toralesung findet eine Seelenfeier für die Verstorbenen statt.

SA 14

1066 Schlacht von Hastings: die Normannen erobern England.

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.

Wegen der Sommerzeit ist bis zum 29. Oktober allen astronomischen Zeiten eine Stunde hinzuzufügen.

SO 15

27. Woche nach Ostern

1917 Mata Hari †, die niederländische Tänzerin Margaretha Geertruida Zelle wurde am 07.08.1876 in Leeuwarden geboren, am 25. Juli 1917 wegen Doppelspionage und Hochverrats in Frankreich verurteilt und am 15.10.1917 hingerichtet.

☉ 06:49 / 17:29
☾ 01:22 / 16:00

MO 16

KW 42

1917 Walter Flex †, Schriftsteller und Dichter (* 06.07.1887). Er fiel als Kriegsfreiwilliger und Kompanieführer bei einem Erkundungsritt auf der Insel Ösel. Sein 1917 erschienenes Buch «Der Wanderer zwischen beiden Welten» wurde zum Brevier der idealistischen Jugend nach dem Ersten Weltkrieg.

DI 17

☾♊ 12^h

Vor 66 Jahren (1951) starb der deutsche Schriftsteller Bernhard Kellermann in Klein-Glienicke bei Potsdam. 1920 erschien sein Roman «Der 9. November», 1979 «Das hässliche Mädchen» (* 04.03.1879 in Fürth).

MI 18

☾♋ 3^h, ♉♋ 10^h

1817 Erstes Wartburgfest auf dem Wartenberg bei Eisenach.

Lukas der Evangelist

DO 19

● Neumond 20:12

Vor 33 Jahren (1984) wurde der poln. Priester Jerzy Popieluszko ermordet (* 14.09.1947).

FR 20

♊♋ 7^h, ♋♌ 12^h

Vor 33 Jahren (1984) starb der brit. Physiker und Nobelpreisträger Paul Dirac. 1928 stellte er die sog. «Dirac-Gleichung» auf, in der Einsteins Spezielle Relativitätstheorie und die Quantenphysik erstmals miteinander verbunden wurden (* 08.08.1902 in Bristol).

SA 21

1917 Johann Franz Xaver Sterkel † in Würzburg, Komponist, Pianist, Organist (* 03.12.1750 in Würzburg). Vor 33 Jahren (1984) starb der franz. Filmregisseur François Truffaut (* 06.02.1932).

SO 22

28. Woche nach Ostern

☉ 06:58 / 17:14
☾ 09:25 / 19:00

MO 23

KW 43

♏ Sonne tritt in das astrologische Tierkreiszeichen Skorpion. Beginne mit der Monatstugend: «Geduld – wird zu Einsicht.»

DI 24

♏♏ 13^h

MI 25

DO 26

☉♋ 19^h

In Österreich Nationalfeiertag (1955 Neutralitätsgesetz)

FR 27

● Erstes Viertel

SA 28

1017 Heinrich III. *, ab 1039 deutscher König und ab 1046 Kaiser des Heiligen Römischen Reiches († 05.10.1056 in Bodfeld/Harz).

In Tschechien Nationalfeiertag (1918 Gründung der Tschechoslowakei).
Simon und Judas, Apostel

SO 29

29. Woche nach Ostern

Ende der Sommerzeit

☉ 07:10 / 17:01
☾ 14:49 / –

In der Türkei Nationalfeiertag (1923 Republik unter Kemal Atatürk)

MO 30

KW 44

DI 31

Vor 33 Jahren (1984) wurde die indische Ministerpräsidentin Indira Gandhi ermordet (* 19.11.1917).

☼ Sonne tritt in das astronomische Sternbild Waage.
Reformationstag Bundesweiter Feiertag in Deutschland zum 500. Jahrestag des Anschlags der 95 Thesen Luthers an der Schlosskirche zu Wittenberg 1517.

MI 01

November

♊♌ 19^h

1755 Erdbeben von Lissabon

Allerheiligen ges. Feiertag in Baden-Württemberg, Bayern, Nordrhein-Westf., Rheinland-Pfalz, Saarland

DO 02

Allerseele

FR 03

♋♌ 2^h, ♌♍ 19^h

SA 04

○ Vollmond 06:23

Redaktion: Lin

紅引くや萩の乱れを鏡中に

beni hiku ya / hagi no midare o / kyōchū ni

Die Lippen schminken
so durcheinander ist der Buschklees
im Spiegel

Ein Haiku der japanischen Dichterin **Madoka Mayuzumi**, geb. 1962.
Deutsch von Jean-Claude Lin mit Hilfe von Riho Peter-Iwamatsu.

Als ich mich mit der japanischen Freundin Riho Peter-Iwamatsu über die zwölf ausgesuchten Haiku für das Jahr 2017 unterhielt, sagte sie spontan und sehr energisch zu dem nebenstehenden Haiku: «Es ist ganz deutlich, dass diese Frau nicht den Buschklees im Spiegel sieht, sondern nur die verwirrende Unordnung ihres Inneren, die dem Buschklees ähnlich ist!»
Näheres über die Dichterin Mayuzumi Madoka, wie sie im Japanischen heißt, wurde in der September-Ausgabe geschrieben.



The National Gallery, London / akg

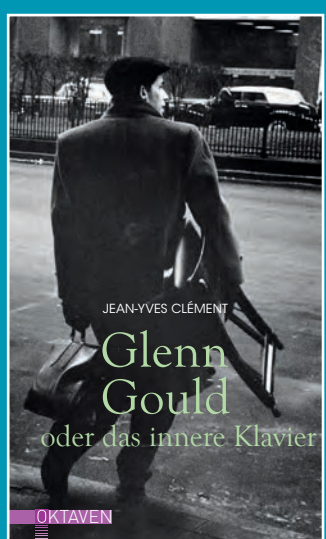
LEBEN UND LESEN IM DREIKLANG VON LITERATUR, MUSIK UND KUNST



Der Kriegsphotograf Étienne wird nach langer Geiselhaft entlassen. Erst allmählich findet er in sein Leben zurück – und mit ihm seine Gefährten aus Kindertagen. Jeanne Benameurs tiefeschürfender Roman ist eine intensive Lektüre.

Jeanne Benameur
Das Gesicht der neuen Tage. Roman
 Aus dem Franz. von Uli Wittmann.
 253 Seiten, mit farb. Lesebändchen,
 geb. mit SU, € 22,- (D)
 ISBN 978-3-7725-3001-2

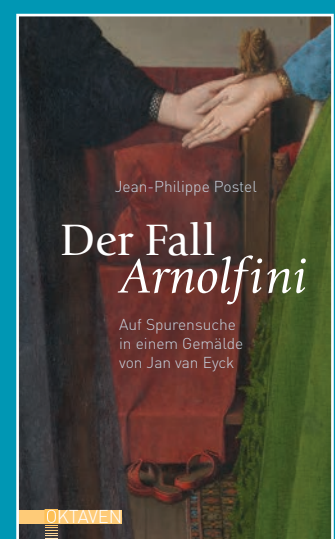
Alle Bände jetzt neu im Buchhandel!



Glenn Gould ist weit mehr als jene pianistische Ausnahmeerscheinung, welche die meisten Musikliebhaber in aller Welt bis heute in ihm sehen. Jean-Yves Clément hebt in klarer und einfühlsamer Weise diese kreative Persönlichkeit in den Blick.

Jean-Yves Clément
Glenn Gould oder das innere Klavier
 Aus dem Franz. von Maja Ueberle-Pfaff.
 181 Seiten, mit Fotos von Don Hunstein,
 mit farb. Lesebändchen, geb. mit SU
 € 22,- (D) | ISBN 978-3-7725-3002-9

www.geistesleben.com



Hat Jan van Eyck auf seinem Gemälde wirklich das Ehepaar Arnolfini dargestellt? Selten ist eine Bild-Erkundung so spannend gewesen wie diese von Jean-Philippe Postel, der einen eigenen Weg zur Aufklärung dieses «Falles» einschlägt.

Jean-Philippe Postel
Der Fall Arnolfini. Auf Spurensuche in einem Gemälde von Jan van Eyck. Mit einem Vorwort von Daniel Pennac. Aus dem Franz. von Cordula Unewisse. 173 Seiten, mit zahlr. farb. Abb., mit farb. Lesebändchen, geb. mit SU € 22,- (D) | ISBN 978-3-7725-3003-6

DIE MOKASSINS DER ANDEREN

von Wolfgang Held

Es ist ein einfacher Versuch, aber sein Ergebnis ist überraschend. Man betrachtet eine blühende rote Rose und schließt danach die Augen, um die Rose in der Vorstellung nachzubilden. Da erscheinen Stängel, Dornen und Blütenblätter vor dem inneren Auge, aber dann entdeckt man, dass die Farbe fehlt. Die rote Rose draußen ist im Innern grau oder hat überhaupt keine Farbe. Also noch einmal – und dann schimmert für einen Moment etwas Rot auf, aber dieses kann nicht mit dem Rot der Natur mithalten. Vermutlich liegt es an der Flut von Bildern, die auf den TV-, Computer- und Handybildschirmen sogar leuchten, dass es nicht ohne Weiteres gelingt, die inneren Bilder zum Leuchten zu bringen.

Mit der Vorstellungskraft ist es nicht anders als mit der Muskelkraft: Wird sie nicht betätigt, sondern fortwährend durch äußere Bilder bedient, so verkümmert sie. Es lohnt sich deshalb, etwas geistige Gymnastik zu betreiben, um die innere Bildkraft in Schwung zu bringen. Dazu gibt es viele Gelegenheiten. So kann die Bushaltestelle oder das Wartezimmer beim Arzt zu einer virtuellen botanischen Reise oder zu einem virtuellen Zoo-besuch werden. Es ist anstrengend, innerlich eine Rose oder ein Zebra hervorzubringen, aber es lohnt sich, denn damit kurbelt man das eigene Vorstellungsvermögen an. So wächst auch die Fähigkeit, sich das vorzustellen, was man noch nicht kennt, noch nicht gesehen oder gehört hat. Wie das Dehnen der Muskeln den Bewegungsapparat elastisch hält, so ist es die innere Vorstellungstätigkeit, die dem Denken seine Anpassungsfähigkeit und Beweglichkeit schenkt.

Was mit dem inneren Bild einer Sache, einer Pflanze oder sogar eines Menschen beginnt, lässt sich nun noch dreifach steigern, indem man die Perspektive ändert. Für das reine Bild der Rose bleibt man als Betrachter bei sich. Will man aber beispielsweise wie der Maler Emil Nolde malen, was die Blume fühlt, so muss man sich in das Gegenüber hineinversetzen, von dessen Innenwelt aus hinausschauen. Wenn ein Mensch uns



ansieht, so spüren wir nach wenigen Augenblicken, ob er sich uns mit diesem Perspektivwechsel zuwendet. Die dritte Stufe wechselt nicht nur räumlich, sondern auch zeitlich die Perspektive. Jetzt fragt man nicht mehr, wie etwas jetzt ist oder sich jetzt fühlt, sondern wie es werden will. Es ist die Frage nach der Zukunft oder bei Menschen nach dem Willen, den Motiven und Idealen. Hierfür reicht es nicht, sich «nur» ins Jetzt des anderen hineinzusetzen. Hierfür ist es notwendig, sich in die Bewegung, in die Veränderungen des anderen einzuleben, um so etwas von dessen Zukunft, dessen Zielen zu erfahren. Das Überraschende dabei ist: Man erfährt etwas, was der oder die andere selbst möglicherweise noch gar nicht weiß.

Wenn es im indianischen Sprichwort heißt, man dürfe über einen Menschen erst dann urteilen, wenn man eine Meile in seinen Mokassins gelaufen sei, dann ist damit dieser Perspektivwechsel gemeint. Es beginnt also damit, wahrzunehmen und innerlich nachbilden zu können, wie etwas oder jemand aussieht. Dann beginnt man, sich ins Gegenüber hineinzusetzen, sich einzufühlen. Und schließlich geht es noch um den zeitlichen Perspektivwechsel: Wo will es, sie, er hin?

Die vierte Frage ist wohl die schwierigste und zugleich die elementarste: Wer bist du? Der Philosoph Martin Buber, der wie kaum ein anderer im 20. Jahrhundert über die Beziehung zum «Du» nachgedacht hat, beschreibt, dass es ein klares Indiz dafür gibt, dass man bei dem Wer – der sogenannten Wesenserkenntnis – angekommen ist: Es gibt keine Eigenschaften mehr, die man beschreiben kann, denn diese sind letztendlich immer Hülle und nicht Kern. Es gibt nur noch das Einzigartige dieses Wesens. Der erste Schritt zum anderen Wesen aber ist, die Augen zu schließen und sich es, sie oder ihn vorzustellen. ■

Wolfgang Held studierte Pädagogik und Mathematik. Er ist Beauftragter für Kommunikation am Goetheanum, verantwortlicher Redakteur der Zeitschrift «Das Goetheanum» und Autor zahlreicher Bücher. Sein Buch «Alles ist Zahl. Was uns die Zahlen 1 bis 31 erzählen» erscheint im Oktober bereits in der 3. Auflage (ISBN 978-3-7725-2543-8).

FREUND UND HELFER – das Mikrobiom

von Dr. med. Genn Kameda

Es ist noch gar nicht so lange her, als vor allem Frauen gestillt haben, die aus der alternativen Szene kamen oder irgendwie «öko» waren. Oft wurden diese Frauen als weltfremd belächelt. Ganz anders heute: Es ist längst erwiesen, dass das Stillen für die gesunde Entwicklung des Kindes und speziell für die Darmflora immens wichtig ist.

Die Darmflora (*Mikrobiom*), also die bakterielle Besiedelung des Darms, ist in aller Munde. Viel wird geforscht, neue Theorien werden entwickelt. Auch Zivilisationskrankheiten – Diabetes, Übergewicht, Allergien, Darmkrebs, Reizdarm, Depressionen – werden mit einer gestörten Darmflora in Verbindung gebracht. Welch ein Wandel: Dachte man früher noch, dass ein möglichst keimfreies Leben automatisch Gesundheit bringt, ist dieser Ansatz längst überholt. Heute haben wir eher das Problem, dass Kinder nicht mehr genügend Keimen ausgesetzt sind. Ein total steriles Milieu ist ungesund. Umso wichtiger also, das Mikrobiom frühzeitig zu stärken. Denn der Aufbau dieses lebenswichtigen Systems vollzieht sich in den ersten drei Lebensjahren. Sukzessive wird die Darmflora so aufgebaut, dass die Mikroben im Darm den Organismus des Kindes stärken können. Damit werden die Grenzflächen des Körpers geschützt und das reifende Immunsystem geprägt und aktiviert.

Milliarden Helfershelfer Die menschliche Darmflora lässt einen schnell ins Staunen geraten: Es enthält unglaubliche 100 Milliarden Mikrobzellen! Der überwiegende Anteil der Mikroorganismen findet sich im Dickdarm – bei einem Erwachsenen macht das rund zwei Kilo aus.

Ohne eine funktionierende Darmflora wäre der gesamte Vorgang der Verdauung gestört bzw. unmöglich. Die Nahrungsbestandteile werden mithilfe des Mikrobioms verdaut, zerlegt und manchmal auch «unschädlich» gemacht. Erst durch diesen Prozess

ist der Mensch in der Lage, die abgebauten Einzelsubstanzen aufzunehmen und in seinen eigenen Lebensorganismus zu integrieren – ein ganz wesentlicher Schritt, um Nahrung aufnehmen und verwerten zu können. Sogar der Aufbau lebenswichtiger Vitamine hängt von der Darmflora ab. Der Begleiter und Wächter dieses Lebensprozesses ist das Immunsystem: Es überwacht, moduliert, informiert, aktiviert. Die ständige Auseinandersetzung des kindlichen Organismus mit der eigenen Darmflora bildet eine wichtige Grundlage für die Selbstregulation des Immunsystems. Hier lernt der Organismus, zu differenzieren: das Richtige zulassen und verwerten, das Fremde abwehren.

Das Mikrobiom ist unglaublich flexibel und reagiert auf akute und chronische Krankheiten mit Veränderungen, um den veränderten Bedürfnissen gerecht zu werden. Zum Beispiel können der Fettstoffwechsel oder die Regulation von Immunzellen angepasst werden. Mittlerweile vermutet man auch, dass 30 Prozent der Stoffwechselprodukte des Menschen dem Mikrobiom entstammen, auch die Zusammensetzung von Botenstoffen, die im Nervensystem aktiv sind. So wird zurzeit auch nach Zusammenhängen zwischen Darm und Nervensystem geforscht.

Frühe Entwicklung Wie kann sich dieses wichtige System gut entwickeln? Dazu gehört ganz klar die Muttermilch. Die Weitergabe der mütterlichen Keimflora gelingt am besten über das Stillen. Besonders günstig ist es, wenn die Mutter Lebensmittel aus dem biologisch-dynamischen Anbau und auch milchsauer vergorenes Gemüse zu sich nimmt.

Aber eigentlich beginnt die Entwicklung schon früher: Bereits im Mutterleib besiedeln erste Mikroben den Fötus. Dafür gibt es neue Theorien: Zum einen werden Bakterien anscheinend über die Plazenta übertragen, zum anderen gelangen die Mikroben durch die Darmwand der Mutter und über den Lymph- bzw.



Foto: Miss X / photocase.de

Blutkreislauf in die Muttermilch. Interessanterweise lösen diese Bakterien bei der Mutter keine Infektion aus, sondern werden lediglich an das Kind weitergegeben.

Unter der Geburt, beim Passieren des Geburtskanals, findet dann eine weitere Übertragung statt. Auch deswegen werden Kaiserschnitte heute kritischer diskutiert, da diese Übertragung bei Kaiserschnitt-Kindern entfällt. Man geht davon aus, dass Adipositas, Asthma und Autoimmunerkrankungen deshalb häufiger auftreten. Auch Arzneimittel spielen eine Rolle: Kinder, die Antibiotika bekommen, zeigen eine veränderte Darmflora. Je mehr Antibiotika das Kind bekommt, desto geschädigter bzw. geschwächer reagieren Darmflora und Immunsystem.

Der Lebensstil zählt Auch wenn heute in diesem Bereich viel geforscht wird, so ist noch vieles ungeklärt. Ständig werden neue Bakterienstämme entdeckt, manche können noch gar nicht bestimmt werden. Aufgrund der großen Wandelbarkeit des Mikrobioms ist auch noch völlig offen, wann und wie therapeutisch eingegriffen werden sollte oder könnte. Am Beispiel von Stuhltransplantationen, die zunächst etwas gewöhnungsbedürftig klingen, aber als ernsthafte medizinische Option zurzeit lebhaft diskutiert werden, sieht man, dass es verschiedene Vorschläge für die Behandlung gibt, die aber noch in der Entwicklung sind und auch noch sehr kontrovers diskutiert werden.

Es ist wohl so, dass die Medizin noch lange nicht so weit ist, dieses neu entdeckte «Organ» wirklich verstanden zu haben. Wir hinken dem Mikrobiom noch in vielerlei Hinsicht hinterher, sowohl im natur- als auch im geisteswissenschaftlichen Verständnis. Die Mikroorganismen sind Millionen von Jahren älter als der Mensch. Was folgt daraus? Ändert das unseren Blick auf den menschlichen Organismus? Ist das Mikrobiom gar «intelligenter» als der Mensch?

Viele offene Fragen ... Eines scheint aber klar zu sein: Lebensstil und Ernährung haben einen langfristigen Einfluss auf das Mikrobiom. Kurzfristig kann man auch mit Prä- oder Probiotika – zum Beispiel bei Durchfall – Effekte erzielen, die jedoch wieder verpuffen. Bei allergischen Erkrankungen ist die Studienlage nicht eindeutig.

Woran können wir uns also orientieren? Es gibt einige Grundregeln: das Kind so lange wie möglich stillen, zum richtigen Zeitpunkt mit dem Zufüttern beginnen, auf eine gesunde Ernährung mit hohem Anteil von frischen biologisch-dynamischen Produkten achten, einen geregelten Ernährungsrhythmus schaffen, viel Bewegung (draußen!) ermöglichen, die Umgebung nicht keimfrei halten, möglichst wenige Arzneimittel und Antibiotika geben. Damit schaffen wir eine gute Grundlage, dass sich das Wunderwerk Darm mit seinen unzähligen Bewohnern möglichst gesund entwickeln kann. ■

Dr. med. Genn Kameda ist Kinderarzt und Onkologe. Von 2007 bis 2012 war er als Oberarzt in der Abteilung für Kinder- und Jugendmedizin am Gemeinschaftskrankenhaus Herdecke tätig. Seit 2013 ist er als Kinderarzt mit eigener Praxis in Düsseldorf (www.kinderarztpraxis-kameda.de) niedergelassen.

Andreas Goyert



MAGEN-DARM SPRECHSTUNDE

Funktionelle Erkrankungen
natürlich behandeln



- tiefergehende Ursachen
- erweiterte Therapiemöglichkeiten
- dauerhaftes Wohlbefinden durch gesunde Verdauung



Urachhaus

Hilfe bei Magen- Darm-Problemen

Wenn Magen-Darm-Beschwerden auftreten, obwohl die Organe eigentlich «gesund» sind, ist mit herkömmlichen Medikamenten oft kaum eine Besserung zu erzielen. Viele Patienten fühlen sich nach erfolglosen Behandlungsversuchen mit ihren Problemen allein gelassen oder in die «Psychoecke» gedrängt. Eine erweiterte Medizin kann aber oft helfen.

Welche Untersuchungen sind sinnvoll? | Wie kann ich meine Probleme durch die Ernährung positiv beeinflussen? | Welche tieferen Ursachen liegen häufig zugrunde? | Wirksame Therapiemöglichkeiten aus einer anthroposophisch erweiterten Medizin.

Andreas Goyert

Magen-Darm-Sprechstunde

Funktionelle Erkrankungen natürlich behandeln

336 Seiten, mit zahlreichen Tabellen

und Abbildungen, gebunden

€ 22,- (D) | ISBN 978-3-8251-7866-6

www.urachhaus.com

HENRIK BERGGREN

Dag Hammarskjöld und ich



Als ich meiner Frau von dem Plan zu einer Dag Hammarskjöld-Biografie erzählte, fragte sie, wieso ich mir wieder einen «schwedischen Mann aus der Oberschicht» aussuche, «der die Welt retten wollte und unter mysteriösen Umständen ums Leben kam». Ich hatte bereits fünf Jahre damit verbracht, eine Biografie über den radikalen Premierminister Olof Palme zu schreiben, der 1986 in Stockholm auf offener Straße erschossen wurde.

Das war etwas ungerecht – ich hatte alle Verschwörungstheorien um den Palme-Mord bewusst außen vor gelassen. «Ich schreibe über das Leben, nicht über den Tod» – war meine Standardantwort, wenn Journalisten mich fragten, wer Palme meines Erachtens umgebracht habe. Und meine Einstellung zu den Spekulationen um den Flugzeugabsturz, bei dem Dag Hammarskjöld im Herbst 1961 ums Leben kam, ist dieselbe.

Ich kann allerdings nicht bestreiten, dass «schwedische Männer aus der Oberschicht, die die Welt retten wollen» mich interessieren. Teils, weil das Bild der Oberschicht im sozialdemokratischen und «gleichgestellten» Schweden ziemlich stereotyp war: ein alter Monopol-Inhaber mit hohem Hut und Zigarre, ein Bündel Geld in der Hand. Teils, weil Menschen, die ihre Ideale in praktisches Handeln umwandeln, mich faszinieren – ungeachtet ihres sozialen Hintergrunds.

Deshalb stellte ich mir zwei Aufgaben, als ich anfang, über Dag Hammarskjöld zu forschen. Die erste war, ein tiefes Verständnis für das elitäre schwedische Beamtenmilieu und den familiären Hintergrund zu erlangen, die Hammarskjöld prägten. Ich habe mit äußerster Sorgfalt seine komplizierte Familie, seine Studienjahre und nicht zuletzt seine schwärmerischen Jugendfreundschaften beschrieben, wie sie sich aus Briefen und Tagebüchern darstellen. Vieles davon dürfte den Lesern unbekannt sein, weil

die meisten bisherigen Hammarskjöld-Biografen die schwedische Kultur nicht besonders gut kannten.

Meine zweite große Aufgabe wurde es, seinen *modus operandi* darzulegen, d.h. wie er als schwedischer Beamter und UN-Chef agierte. Ich war genötigt, eine Reihe von Krisen eingehend zu studieren: das Eindringen des FBI in das UN-Gebäude, die Freilassung der gefangenen amerikanischen Piloten in China, die Suezkrise und den Bürgerkrieg im Kongo – um zu verstehen, was Hammarskjöld als UN-Generalsekretär so besonders machte.

Diese Aufgabenstellung kann natürlich provokant auf jene wirken, die Dag Hammarskjöld vor allem als geistigen Wegleiter sehen, und seine größte Bedeutung als Verfasser des spirituellen Tagebuchs *Zeichen am Weg*. Aber ich will die zentrale Bedeutung von Hammarskjölds christlichem Glauben keinesfalls leugnen; ich bin – oder wurde bald – überzeugt davon, dass dieser die wichtigste Antriebskraft seines Lebens war.

Als Biograf muss man jedoch zwischen Antriebskräften und dem Leben eines Menschen unterscheiden. Rein religiöse Deutungen von Hammarskjölds Leben legen oft zu viel Gewicht auf das Innere und zu wenig auf das Äußere. Das ist, als würde man nicht das Pferd vor den Wagen, sondern den Wagen vor das Pferd spannen. Dabei ergibt sich bei gründlichem Fragen, *wie* etwas geschehen ist, die Antwort auf das *Warum* fast von selbst.

Einige mögen das respektlos finden. Ich schreibe über Hammarskjölds Scheitern, seine Einsamkeit, seine sexuelle Neigung und hinterfrage das Bild, das er selbst von sich geben wollte. Aber meine Überzeugung ist, dass ein Mensch nicht größer wird, wenn man ihn auf einen Sockel über das Alltagsleben stellt. Im Gegenteil: Erst wenn man ihn tief unten im Lehm stapfen sieht, kann man seine wirkliche Größe ausmachen. ■

Aus dem Schwedischen von Diethild Plattner

HOLZBILDERRAHMEN SELBST BAUEN



Eine Idee aus der Familien-Kreativ-Werkstatt von **Tanja Berlin**

Überall hängen in den Familien an den Schränken und Wänden die Kinderzeichnungen, welche die Kleinen erschaffen haben – und manchmal ist ein Bild dabei, das einem ganz besonders am Herzen liegt. Weil es vielleicht das allererste selbst gemalte Bild war. Oder, weil es so außerordentlich schön geworden ist. Weil das Kind dieses Bild mit ganz lieben Worten überreicht hat oder es ein persönliches Geschenk war.

Für dieses Bild braucht man einen Rahmen, der es von allen anderen Zeichnungen abhebt. Einen, der genauso liebevoll hergestellt wurde, wie das Bild selbst. Daher haben meine Tochter und ich einen Rahmen selbst gebaut, der nur wenig Material und Handgriffe braucht und doch genauso individuell und schön ist, wie das Bild, das in ihm hängt.

Folgendes wird benötigt:

- 4 ungefähr gleich lange und gleich dicke Stöcke
- naturfarbenes, extra dünnes Paketband/Bindegarn
- 1 Schere
- 1 Locher

Und so wird's gemacht:

- Die vier Stöcke zu einem Quadrat legen, das später den Rahmen ergeben soll. Dabei die Länge der Stöcke der Größe des Bildes anpassen.
- Ein längeres Stück Paketband abschneiden und um die ersten beiden Stockenden verknoten.
- Das Paketband danach mehrmals um die Stockenden wickeln, dabei einmal die Richtung wechseln und quer weiterbinden.
- Das Band gut verknoten.
- Dies nun auch an den anderen drei Ecken wiederholen.
- Mit dem Locher in jede Ecke des Bildes ein Loch stanzen und ein Stück des Paketbandes einfädeln und locker in der Ecke des Bilderrahmens verknoten.
- Wenn das Bild an allen vier Ecken festgebunden ist, am oberen Stock noch quer ein Stück Band festknoten. Schon kann der Bilderrahmen auch aufgehängt werden – und schon ist der besondere Rahmen für ein besonderes Bild fertig!



BILLIE. ABFAHRT 9:42

gelesen von Simone Lambert

Eine Zwölfjährige aus prekären sozialen Verhältnissen wird in eine Pflegefamilie gesteckt – doch wer die Läuterung einer schwer Erziehbaren erwartet, wird überrascht. Denn Billie, deren Mutter eine fettsüchtige MS-Kranke ist, die sich nicht mehr um ihre Tochter kümmern kann, ist kein Kind mit Drogenproblemen oder Gewalterfahrungen. Billie ist ein eigenwilliges, zugewandtes Wesen, das früh gelernt hat, für ihre Mutter und sich selbst zu sorgen.

Auf Eingreifen der Behörden gerät sie aus der Großstadt in ein Dorf, nach Bokarp, in die 1a-Pflegefamilie von Petra, der Pfarrerin, und Mange, dem Sportlehrer, die sich ihrer freundlich und geduldig annehmen. Die Kinder Alvar und Tea passen sich an und gehorchen und verbergen ihre Interessen vor den Eltern. Kalt und verschlossen erscheint Billie die Familienwelt, bis sie den Grund für diese Erstarrung erfährt.

Schule, Kirche, Vereinswesen und Gospelchor – das Sozialleben in Bokarp ist klar geregelt. Bereitwillig und vorurteilslos geht Billie auf die neuen Mitmenschen zu. Sie fällt auf, nicht nur wegen ihrer Dreadlocks. Sie nennt die Dinge beim Namen, fragt hartnäckig nach und macht sich kritische Gedanken. Schnell ist sie beliebt, denn Billies Interesse ist wie ein Lebenselixier, es verbreitet Wärme in dem kleinen Ort. Billie selbst braucht weder eine beste Freundin noch eine feste Clique, aber wer ihr begegnet, wie die Familie von Petra, Mange, Alvar und Tea, den nimmt sie an.

Die Literaturwissenschaftlerin Manuela Kalbermatten hat in ihrer Rezension für die *Neue Zürcher Zeitung* Billie als eine Pippi Langstrumpf des 21. Jahrhunderts bezeichnet. Tatsächlich spielt Sara Kadefors gekonnt auf Motive des Lindgren-Klassikers an. Aus dem abwesenden, massigen Vater wird eine unförmige, kranke Mutter, die sich ebenfalls nicht kümmern kann. Aus den roten Zöpfen werden Dreadlocks. Aus der enormen physischen Kraft ein seelischer Hafen für viele. Auch die Kontrastfiguren fehlen nicht: statt Annika und Thomas sind es Alvar und Tea.

Die Kunstfigur des fremden Kindes, das anderen den Weg weist, scheint aus der Romantik in die Gegenwart versetzt. Doch *Billie. Abfahrt 9:42* enthält keine phantastische Ebene. Und Billie,

die Städterin, ist auch kein Naturkind. Allerdings obliegt der lebendige Umgang mit der modernen Welt in all ihren Erscheinungsformen diesem unkonventionellen Mädchen, das nicht jugendfreie Fernsehserien geradezu inhaliert und ein Herz für verlorene Gestalten hat. Und Billie, die ein normales Familienleben bislang nicht kennt, istentwicklungsfähig. Langsam schließt sie das «langweilige Dorf» ins Herz. Sie singt sich ihre Nöte von der Seele. Sie erkennt die Vorzüge des Familienlebens, das sich mit allen Widersprüchen entwickelt, und nimmt sie an.

Sara Kadefors ist mit diesem Buch, mit dieser Figur etwas Ungewöhnliches gelungen. Ihr dialogbetonter Roman ist reine Gegenwart. Er folgt der Ungewissheit, die Leben mit sich bringt. Es ist eine fesselnde Erzählung, die sozialen Prozessen auf der Spur ist, statt zielgerichtet eine Geschichte mit Anfang, Mitte und Ende zu beschreiben. Billie erschafft Zeit für Gemeinsames, und darin ist sie vielleicht noch mehr Michael Endes Momo als Pippi vergleichbar. **Das ist ebenso gefühlvoll wie unsentimental. Und unwiderstehlich.** – Die Fortsetzung *Billie. Wer sonst?* erscheint im November 2017. ■

Simone Lambert studierte am Institut für Jugendbuchforschung der Goethe-Universität Frankfurt Germanistik und ist als Rezensentin für verschiedene Zeitungen und Zeitschriften tätig.



Sara Kadefors
BILLIE. ABFAHRT 9:42

Aus dem Schwedischen von
Lotta Rüeegger

176 Seiten, gebunden
14,90 Euro
Verlag Urachhaus
ISBN 978-3-8251-5111-9
(ab 12 Jahren)

Liebe KINDER!

Was machen ein Luchs, ein Kojote und eine Singdrossel in meinem Atelier?

Ich bin ja ungewöhnlichen Besuch durchaus gewöhnt – doch gestaunt habe ich neulich dann doch, als diese drei Tiere plötzlich über meinen Maltisch tapsten und es sich im Haus ein wenig anhörte wie im Zoo.

Die Singdrossel zwitscherte aus voller Kehle, der Luchs knurrte wohligh und der Kojote heulte wie eine rostige Waschmaschine (wusstet ihr, dass ein wilder Kojote im New Yorker Central Park mal für ziemlich Wirbel gesorgt hat?).

Ich musste eine ganze Weile suchen, ehe ich das Buch fand, aus dem die drei ausgebüchst waren. Es ist eines der Tierbücher, aus denen ich immer mal wieder etwas nachmale – denn sonst müsste ich ja jedes Mal in den Zoo gehen, wenn in einer meiner Geschichten ein Tier vorkommt.

Das wäre zwar spannend und sehr schön, aber auch ziemlich umständlich ...



Als ich dann endlich auch die richtigen Seiten gefunden hatte, schickte ich den Kojoten, die Singdrossel und den Luchs wieder zurück, klappte das Buch vorsichtig zu und verstaute es sicher in meinem Regal.

Wer weiß, vielleicht bekommt ihr ja auch mal Besuch aus einem eurer Bücher ... Wäre das nicht spannend?

Ich grüße euch herzlich, eure Daniela Drescher

CELAN UND ZIMZUM

von Christian Hillengaß



«Mit einer Grabschrift, der *«Todesfuge»*, ist er zuerst unter uns getreten, und mit sehr leuchtenden, dunklen Worten, die eine Reise bis ans Ende der Nacht machten.» So sprach einmal Ingeborg Bachmann über Paul Celan.

«Sehr leuchtende, dunkle Worte» bescheinigt die Lyrikerin dem Lyriker. Worte, die viel mehr bergen als allein das tiefe Dunkel, für das Celans Zeilen im Allgemeinen bekannt sind. Er gilt als der Dichter, in dessen Lyrik vor allem der Schmerz nachhallt, den er durch seine Erfahrungen als Jude im Holocaust erlitt, insbesondere durch die Ermordung seiner Eltern in einem Lager. Dass Celans Werk weit mehr enthält, zeigt auf eindrucksvolle Weise Rüdiger Sünner mit seinem Filmessay *Gottes zerstreute Funken*.

Sünner geht den spirituellen Hintergründen Celans nach und erkennt mit dem Wissen um dessen Bezüge zur jüdischen Mystik in Celan einen Lichtsucher. Zentral dabei ist die kabbalistische Erzählung *Zimzum*, die den Dichter faszinierte. Sie besagt, dass Gott sich zurückzog, um die freie Entwicklung der Menschen zu ermöglichen. Lediglich kleine Lichtfäden schickte er noch zu ihrer Unterstützung auf die Erde, aber die waren immer noch so stark, dass die Gefäße der Schöpfung daran zerbarsten und sich in Millionen von Splittern und Funken über die Welt verteilten. Nach dieser Katastrophe besteht die Möglichkeit einer Wiedererweckung des göttlichen Lichts auf Erden im Auffinden und Zusammensetzen dieser Splitter, die in den Dingen – selbst in den kleinsten und unscheinbarsten – eingeschlossen sind. «Ein Bild der Heilung», so Rüdiger Sünner, «das den Dichter Paul Celan tief berührte.»

Nach Martin Buber, den Celan sehr schätzte, geschieht diese Erweckung vor allem durch die Aufmerksamkeit, die man den Dingen schenkt. Nichts anderes tun Celans Gedichte durch die Fähigkeit des Dichters zur Konzentration.

In seiner Dankesrede zum Erhalt des *Büchnerpreises* sagte Celan: «Die Aufmerksamkeit, die das Gedicht allem ihm Begegnenden zu widmen versucht, sein schärferer Sinn für das Detail, für Umriss, für Struktur, für Farbe, aber auch für die *«Zuckungen»* und die *«Andeutungen»*, das alles ist, glaube ich, keine Errungenschaft des mit den täglich perfekteren Apparaten wetteifernden (oder miteifernden) Auges, es ist vielmehr eine aller unserer Daten eingedenk bleibende Konzentration.» Und er fügte noch ein Wort von Nicolas Malebranche an: «Aufmerksamkeit ist das natürliche Gebet der Seele.»

So wird auch der Ausspruch von Nelly Sachs verständlich, die einmal sagte: «Dichter sind Scherbensammler.» Die Freundin Celans, die ebenfalls dichtete, starb am Tag seiner Beerdigung. Im April 1970 hatte sich Celan – so wird vermutet – in der Seine ertränkt. Rüdiger Sünner zeichnet seinen Lebensbogen bis zu diesem tragischen Ende nach. Gewollt oder ungewollt geht er dabei ganz ähnlich vor wie ein Suchender nach dem *«Zerbersten der Gefäße»*, indem er Bruchstücke aus Celans Leben und Werk auf der ganzen Welt zusammenträgt, sie in filmischen Bildern aufleuchten lässt und zu einem intensiven Gesamtbild zusammenfügt. So vermittelt er einleuchtend, wie Celans Dichtung für ihn *«zu einem ehrlichen und aufregenden Dokument zeitgenössischer Spiritualität»* wird, die vor den Katastrophen der Geschichte nicht kapituliert, *«sondern versucht im Fragmentarischen und Versehrten einen Rest von Leuchtkräften zu mobilisieren, der uns weiterhin mit Inspirationen versorgt.»* Sünners Film macht wach für diese Inspirationen. ■

«Gottes zerstreute Funken. Jüdische Mystik bei Paul Celan»

von Rüdiger Sünner wird von «absolut MEDIEN» als DVD herausgegeben:

www.absolutmedien.de und ist überall im Handel zu beziehen.

Weitere Filme und Projekte von Rüdiger Sünner sind zu finden unter:

www.ruedigersuenner.de

WAS WIR TUN KÖNNEN

von Michael Stehle

«Die Helden meines Romans *«Die Kinder der Gerechten»*, an dem mir so viel liegt, tragen keine Schuld an der Internierung und Deportation Tausender Juden in der Zeit des Zweiten Weltkriegs», schreibt Christian Signol im Vorwort zu seinem soeben in Deutschland erschienenen Roman. «Sie ähneln in vielem meinen Großeltern. Nicht äußerlich, sondern in ihrer natürlichen Güte und Vorurteilslosigkeit gegenüber wem auch immer – und in ihrer Weigerung, das Unglück als gegeben hinzunehmen. *Mein* Frankreich ist das des Widerstands gegen die Barbarei der Nazis und das der selbstlosen Menschlichkeit. Es ist das Frankreich der Demut, der Stille und des Mutes. Auf dieses Frankreich bin ich stolz, und ich fühle mich als wachsamer Hüter der Erinnerung, auch wenn es weder ein Gesetz zum Gedenken noch eines zur Reue gibt.»

Signols Roman wurde in Frankreich beim *Salon du livre* mit dem *Prix Solidarité* ausgezeichnet. «*Die Kinder der Gerechten* ist das Porträt eines Paares, das während des Zweiten Weltkriegs zahlreichen Juden dazu verhalf, in die unbesetzte Zone zu gelangen. Eine lebendige Hommage an die Solidarität und beispielhafte Toleranz vonseiten zahlloser Zivilisten, die Hunderttausenden Juden das Leben gerettet haben», heißt es in der Begründung der Jury.

Victoria und Virgile, die unweit von Périgueux in der Dordogne leben, werden gefragt, ob sie mit ihrem Boot Flüchtlingen helfen wollen, die besetzte Zone zu verlassen. Da die beiden keinen Grund sehen, verfolgten Menschen die Hilfe zu verweigern, bekommen sie bald einen Auftrag nach dem anderen. Dies bringt sie selbst in Gefahr: Sowohl die deutschen Besatzer als auch die kollaborierenden Nachbarn haben ein Auge auf das so ruhig und unauffällig lebende Paar. Sind es anfangs nur Erwachsene, landen eines Nachts auch zunächst ein zehnjähri-



ges Mädchen und bald darauf ein gleichaltriger Junge in ihrem Boot. Sarah braucht vorübergehend einen Unterschlupf, da ihre Eltern auf der Flucht sind, Élie musste miterleben, wie seine Eltern erschossen wurden.

Victoria und Virgile beschließen, die beiden Kinder bei sich aufzunehmen, und es beginnt eine Zeit der Angst und des Versteckens – aber auch besonderer Glücksmomente. Die Kinder lernen ein völlig neues Leben kennen, und das kinderlose Paar empfängt das Geschenk, sich mit all seiner Liebe um jemanden kümmern zu können.

Signol beschreibt das Staunen der beiden Erwachsenen, als sie mit völlig unbekanntem Bräuchen konfrontiert werden, und schildert die Offenheit, mit der sie dem Fremden, dem Unbekannten begegnen.

Als Sarahs Mutter Virgile und Victoria kennenlernt, begreift sie die Selbstlosigkeit der beiden zunächst nicht.

«Warum tun Sie das?», fragte sie.

«Warum tun wir was?» Victoria drehte sich zu Virgile, als wollte sie ihn um Hilfe bitten. «Würden Sie das nicht tun? Es ist keine Freude, Menschen im Leid zu sehen. Wir sind nicht so erzogen worden, wissen Sie? Bei uns waren wir viele zu Hause, aber jeder ist satt geworden.»

«Aber wir gehören nicht zu Ihrer Familie.»

«Das mag ja sein. Ich weiß nur, dass es Leute gibt, die Ihnen Böses wollen, und Sie sehen nicht aus, als hätten Sie selbst irgendjemandem etwas Böses angetan ...»

«Christian Signol hat die außerordentliche Gabe, einfache und treffende Worte zu finden, um die Herzen seiner Leser zu erreichen», schreibt *Le Figaro* über *Die Kinder der Gerechten*. Und hinzufügen lässt sich: Ein Autor, der weiß, warum dieser Roman jetzt für uns so wichtig ist. ■



Was uns der Himmel erzählt

Das Jahresthema 2018, *Mars, Jupiter und Saturn*, bietet auch Einsteigern wertvolle Orientierungshilfen am Sternenhimmel. Dieser beliebte Kalender zeigt die Tierkreisbilder und weitere Konstellationen vom Standpunkt des Betrachters aus. Mithilfe einer großen horizontalen Abendkarte und je einer kleinen Mitternachts- und Morgenkarte können Sie die Wanderung der Sternbilder am Nachthimmel lebendig mitvollziehen.

Monat für Monat ist dem Zusammenspiel der Planeten eine Reihe von Sonderkarten gewidmet. So veranschaulicht die Kombination der verschiedenen Karten das Zusammenspiel der Planeten – für Laien wie für fortgeschrittene Sternbeobachter. Hervorragend geeignet für Schule und Unterricht. Mit Erklärungen und erläuternden Bildern über den Ursprung der Sternnamen!

Sternen- und Planetenkalender 2018
Hrsg. von Liesbeth Bisterbosch
28 Seiten, Broschürenkalender,
Format: A3 quer
€ 20,- (D | GTIN 4260300470064
Jetzt neu im Buchhandel!
www.urachhaus.com

KLEINANZEIGEN

Ferienhäuschen, Südschwarzwald zu vermieten. Küche, Bad/Dusche, Holzofen, Fußbodenheizung, gr. Balkon, Ideal f. 2 Pers. NS 50,- € / HS 60,- € / Tag, Tel. ++49 (0)1 76/47 11 25 21

Ursprüngliches Griechenland: Sonne! Traumhaus am Meer! Natur pur: Strand, Berge, Kräuterduft, Sternschnuppen! Ganzjahresziel Mani/Südpeloponnes, ideal auch zum Überwintern! 2 FeWos, 2 – 5 Pers., Tel.: 01 77/3 02 14 76

Ganzjähriges Genusswandern im sonnigen, gastfreundlichen Griechenland :-) Ortskundig geführte, erlebnisreiche Küsten- und Kulturwanderungen über blühende Wiesen, durch Olivenhaine am Meer, zu ursprünglichen Dörfern und gemütlichen Strandtavernen. Tel: 00 43/6 64/4 50 61 82 | E-Mail: gundi.veleba@sbg.at

Ostseeinsel Wolin (PL) / Usedom, große Ferienwohnungen ab 50,- €, Nebensaison 50 % Rabatt. Tel.: 0 77 54/9 25 88 45, www.villalui.de

DRESDEN gepflegte Gästewohnung, 3 ZiKB, 56 qm, City 4km, ab 40,- €/N, Prospekt und Buchung unter: Tel 0 61 51/5 11 16

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

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

ES IST EINE FREUDE ZU DENKEN UNSER SUDOKU IM SEPTEMBER

Der Regel nach ist das Lösen eines Sudokurätsels denkbar einfach: **Setze 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.**

Der Reiz des LöSENS liegt darin, dass die Lösung durch die angegebenen Zahlen bereits vorliegt – nur ist sie unsichtbar: Die noch fehlenden Zahlen müssen alle noch bestimmt, müssen zum Vorschein gebracht werden. Dazu dienen die vorgegebenen Zahlen auch, dass durch logische Schlussfolgerungen alle noch fehlenden Zahlen eindeutig ermittelt werden.

Lernen Sie auch die Bücher aus der Reihe «Einsame Hunde. Die schönsten Sudokus aus Japan» kennen, die im Verlag Freies Geistesleben erschienen sind! www.einsamehunde.de

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

www.seminar-fuer-kunsttherapie.de in Freiburg, Tel.: 07 61/2 17 75 31

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

Sie wollen etwas ändern? Unternehmensentwicklung: www.arminfroede.de

Anthroposophie Grund- und Aufbaukurs Freitag abends und Samstag ganztätig | acht Mal Okt. bis Mär. | Theorie und Anwendung im Alltag | Rudolf Steiner Haus Stuttgart | 07 11 / 2 48 59 69 | www.anthroposophie-kurse.de

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

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

www.lebensberatung-anjamichaela.de

Klassische Homöopathie bei Kinderwunsch Tel.: 0 25 81/78 22 99 | www.sanftewege.de

Ambulante integrative Trauma-Therapie www.psychotherapie-ruhr.de Tel. 01 51/41 43 18 16

www.der-eigene-stern.de

Krippenfiguren & Spieltiere aus Holz. Katalog Tel.: 0 79 33/14 78 www.buntspechte.de

Stuttgart: Verlagsmitarbeiterin, 52 J., mit ruhigem & freundlichem Foxterrier, 6 J., **sucht ruhige Wohnung** mit Garten/Terrasse/Balkon rund um Gänsheide, Heumaden, Sillenbuch, Riedenberg zur langfristigen Miete. Gern mit Anschluss an Hausgemeinschaft. Kontakt: c.woltmann@gmx.net

Einsame Hunde | Die schönsten Sudokus aus Japan

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

mittel

a tempo 10 | 2017

Bildungskongress 2018 in Stuttgart
Freitag, 12. – Sonntag, 14. Januar 2018

Stress – Erschöpfung – Burn-out

Wie können pädagogisch Tätige
sich stärken und vorbeugen?



Vorträge

Dr. med. Jan Vagedes / Filderstadt:
Herzschlag und Atmung – Quellen der Regeneration
Johannes Greiner / Aesch (CH):
Was hält, wenn sich der Abgrund öffnet?
– Burn-out und Depression als Weg
zum Wesentlichen

Dr. med. Michaela Glöckler / Dornach (CH):
Die Ursachen der Erschöpfung verstehen
und selbst behandeln

Rudi Ballreich / Stuttgart:
Das erschöpfte Selbst – Wege aus Stress und
Burn-out

Klavierkonzert

Johannes Greiner / Aesch (CH):
«Feuer und Ruhe»
Werke von Beethoven, Bortkiewicz, Liszt u.a.

14 Seminare zum Thema des Bildungskongresses 2018 mit FachdozentInnen

Informationen und Anmeldung

Agentur «Von Mensch zu Mensch»
Andreas Neider und Laurence Godard
Tel.: 07157/523577
E-Mail: aneider@gmx.de



Anmeldung im Internet: www.bildungskongress2018.de

Veranstalter, Konzeption und Durchführung:

Agentur «Von Mensch zu Mensch»
in Zusammenarbeit mit:

Vereinigung der Waldorfkinderergärten und
Bund der Freien Waldorfschulen e.V.

Bildungsretreats 2018 | www.bildungsretreat.de

WENN SIE INSERIEREN MÖCHTEN,
WENDEN SIE SICH AN UNSEREN
ANZEIGENSERVICE

Frau Christiane Woltmann, unter:
Tel. 07 11/2 85 32 34
oder

E-Mail: woltmann@geistesleben.com

Unsere Mediadaten finden Sie auch unter:
www.a-tempo.de

Anzeigenschluss ist der Erste des Vormonats!

Reisen mit Wolfgang Held

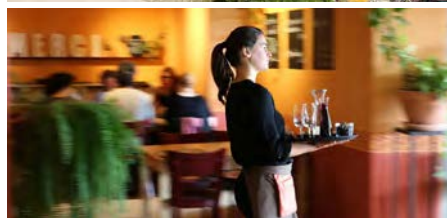
Polarlicht in Finnland
26. Nov – 2. Dez. 2017
und 18. – 24. März 2018

Klassisches Griechenland
13.–25. Mai 2018



info@srs-studienreisen.de

Ein Wochenende in der Schweiz!



Hotel

Restaurant

Boutique

Hof

Käserei

Kaffeeröstung

Auf dem Land...

Les Murailes 5
2037 Montezillon
032 732 22 11
contact@aubier.ch

und in der Stadt

rue du Château 1
2000 Neuchâtel
032 710 18 58
lecafe@aubier.ch

L'AUBIER
www.aubier.ch

demeter

SALAMITA

PASTA, OLIVENÖL, ANTIPASTI,
SAUCEN UND BROTAUFSTRICHE.

NUR HIER IN DEUTSCHLAND ERHÄLTlich!

www.salamita.de

Camphill
Werkstätten
Hermannsberg

Wunsch- teppich

schadstofffrei

individuell angefertigt

sozialfair handgewebt in Deutschland

100% Naturfasern Schafwolle · 130 €/qm

www.hermannsberg.de · 07552 260122

Benvenuta!



CASA RAPHAEL

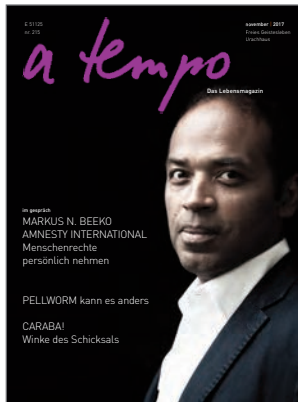
In Harmonie mit
Körper, Geist und Seele

Das Kurzentrum im Trentino/Norditalien, nur
60 km vom Gardasee entfernt, vereint anthro-
posophische und klassische Medizin. Ein
deutschsprachiges Ärzte- und Therapeuten-
team betreut Sie bei Stress, Allergien u.v.m.
Stimulieren Sie Ihre Vitalkräfte durch das
eisenhaltige Levico-Wasser. Exzellente, medi-
terrane und biologisch-dynamische Küche.
Für Seminare oder Tagungen bestens geeig-
nete Räumlichkeiten für 10–70 Teilnehmer.
Raummiete: 150–300 €/Tag, incl. Konferenz-
technik. Sondertarife für Kursleiter und bei
Ärteseminaren sowie für Mitarbeiter in
anthroposophischen Einrichtungen.



Kontakt: www.casaraphael.com oder
Arztpraxis Andrea Diehl: +49 (0)681 9603110
casa@arztpraxis-andreadiehl.de

Die nächste Ausgabe November erscheint am 23. Oktober 2017



- im gespräch **MARKUS N. BEEKO**
Menschenrechte persönlich nehmen. Amnesty International
- augenblicke **DIE INSEL VON NEBENAN.** Pellworm kann es anders
- thema **CARABAI!** Winke des Schicksals
- sprechstunde **DIE BRUST – ein Organ, das die Menschheit erhält**

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

Aachen: Schmetz Junior | **Ahrensburg:** Stojan | **Alsfeld:** Buch 2000 | **Ansbach:** Fr. Seybold's | **Asperg:** Lesezeichen | **Augsburg:** bios / Haunstetten | **Bad Aibling:** Büchertisch-Droth | Lesezeichen | **Bad Hersfeld:** Hoehlsche Weinstraße und Klausstraße | **Bad König:** Paperback Literaturbuchhandlung | **Bad Liebenzell:** Bücherstube Unterlengenhardt | **Bad Nauheim:** Lädchen am Goldstein | **Bad Nenndorf:** Nenndorfer Buchhandlung | **Bad Orb:** Spessart Buchhandlung | **Bad Schwalbach:** Lichtblick – Bücherkiste | **Bad Wildungen:** Buchhandlung Bing | **Balingen:** Neue Buchhandlung | b2 Biomarkt | **Bamberg:** Neue Colibri Buchhandels-GmbH | **Berlin:** Braun & Hassenpflug | Pankeuch | **Betzdorf:** Sarrazin | **Bexbach:** buchkultur – Schwartz | **Bielefeld:** Buchtipp | Buch Welscher | **Bietigheim:** Buchhandlung Exlibris | **Blankenheim:** Bücherecke | **Blaubeuren:** Buchhandlung Bücherpunkt | **Bleckede:** 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 Rübezahl OHG | **Dreieich:** Sprendlinger Bücherstube | **Dresden:** Buchhandlung & Antiquariat Reimers | **Dückerode:** Buchhandlung | **Duisburg:** Roskothlen | **Düsseldorf:** Regenbogenbuchhandlung | **Echzell:** Allerteirauh Buchhandlung | Buch und Spiel | **Eckernförde:** Spielkiste | **Emden:** Lesezeichen | **Engstingen:** Libresso | **Erlangen:** Kornblume | **Essen:** Alex liest Agatha | Kinderkram v. Brinkmann | **Esslingen:** Buch & Café Vividus | **Fellbach:** Ramm | **Filderstadt:** Spielzeug und Bücher | Filderklinik | Oesterlin | **Finntrop:** Bh. Am Rathaus | **Finning:** Finninger Buchhandlung | **Flensburg:** Regenbogen | **Forchheim:** 's blaue Stäffala | **Frankenberg:** Buchhandlung I. Jakobi | **Frankfurt/M.:** 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 | Buchhandlung Sautter + Lackmann | Ida von Behr | Hier + Jetzt | Kibula | Nautilus Buchhandlung | Rudolf Steiner Buchhandlung | **Hannover:** Bücherstube Bothfeld | Morgenstern Buchhandlung | Tao | **Heidelberg:** Eichendorff-Buchhandlung | Lichtblick | Wieblingen Buchladen | **Heidenheim:** Buchhandlung Konold | **Heilbronn:** Naturata | Kinderparadies | **Heilsbrunn:** Buchhandlung am Turm | **Henstedt-Ulzburg:** Buchhandlung Rahmer | **Herdecke:** Herdecker Bücherstube | **Herdwangen:** Drei Meilenstiefel | **Herford:** Auslese UG | **Herrenberg:** Buchhandlung Schäufele | **Hildesheim:** Bioladen im Klostergut Sorsum | **Hof:** Die kleine Buchgalerie (im Altstadt-Hof) | Kleinschmidt | **Hofheim:** Buchhandlung am alten Rathaus | Die Bücherkiste | **Hornburg:** Horneburger Bücherstube | **Husum:** Buchhandlung Delf | Schlossbuchhandlung | **Idstein:** Hexenbuchladen | **Immenstaad:** Bücherstube Sabine Bosch | **Kaiserslautern:** Blaue Blume | **Kaltenkirchen:** Fiehland | **Kandern:** Buchhandlung Berger | **Karben:** Karbener Bücherstube | **Karlsruhe:** Die Buchhandlung Karlsruhe-Mühlburg | Kaufladen | Kinderglück | Kunsthandlung Gräff | Spinnrad | **Kehl:** Baumgärtner | **Keltern:** Tast | **Keupen:** Fingerhütchen | Köfelsche Buchhandlung | Lesezeichen | **Kiel:** Zapata Buchladen | **Kirchheim Teck:** Schöllkopf | **Koblenz:** Artem andere | Buchhandlung Heimes | **Köln:** Maßstab | Naturata (Lutz Gößel) | **Köngen:** Köngener Bücherstube | **Konstanz:** BuchKultur Opitz | **Krefeld:** Cosmas & Damian | Der Andere Buchladen | **Künzell:** Das Lädchen Loheland | **Landsberg:** Bild und Buch | **Landshut:** Bücher Pustet | **Landstuhl:** Buchhandlung Stützel KG | **Langen:** Litera GmbH | **Laufing a. N.:** Hölderlin | **Laufen:** Buchgarten | **Lauterbach:** Das Buch | Lesezeichen | **Leobnberg:** Bücherwurm | Röhm im Leo-Center | **Leverkusen:** Gottschalk | **Lienen:** Teuto-Apothek | **Lindau:** Buchhandlung Altemöller | Buch-Insel | **Ludwigsburg:** Paradies-Gärten | **Lübeck:** Buchhandlung Arno Adler | **Lüdinghausen:** Buchladen Reminghorst | **Lüneburg:** Das Lädchen an der R.Steiner Schule | **Mainz:** Nimmerland | **Magdeburg:** BioLaden Mitte / Buckau / Westernplan | **Mannheim:** Der Bücher-Wirth | Quadrate Buchhandlung | Xanthippe | **Marburg:** Lesezeichen | **Markdorf:** Wällschmüller | **Markt Schwaben:** Tagwerk MS Bio-Markt | **Meerbusch:** Buch- und Kunstkabinett Mönter | **Melle:** Naturprodukte Tiarks | **Mendig:** Waldecker | **Mosbach:** Kindler's | **Mülheim a. d. R.:** Buchhandlung Tara | **Müllheim:** Beidek | Naturkost Löwenzahn | **München:** Buchhandlung Andrieu | Kunst + Spiel | **Münsingen:** Bh. Im Pflügerhaus | **Münster:** Buchhandlung Laurin | Wunderkasten | **Nagold:** Zaiser | **Nastätten:** Bücherland | **Neu Wulmstorf:** Bücherforum | **Neubiberg:** Lentner'sche | **Neunkirchen:** Bücher König | **Neunkirchen-Seelscheid:** Krein | **Neustadt:** Neustadter Bücherstube, Cherdrn & Speckert | **Niederfischbach:** BuchHe | **Niefern-Öschelbronn:** 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/Hotst.:** Buchhandlung Glöss | **Oppenheim:** Buchhandlung am Marktplatz | **Osnabrück:** Altstaedter Bücherstube | **Dom-** buchhandlung | **Ottersberg:** Froben | Kunst- und Bücherversand | **Pforzheim:** Gondrom | Kinderglück | Kulturhaus Osterfeld e.V. | **Pforzheim-Büchenbronn:** derdrehpunkt | **Pfullendorf:** Linzgau-Buchhandlung | **Pirmasens:** Jung & Buchheit | **Poing:** Mehr fürs Lesen | **Prien:** BUKS Buch und Kinderspiel | **Prüm:** Buchhandlung Hildesheim | **Ransbach:** Kannenbäcker Bücherkiste | **Ravensburg:** Anna Rahm mit Büchern unterwegs | **Rendsburg:** Buchhandlung Albers | Coburg'sche Buchhandlung | **Rheinfelden:** Buchhandlung Merkel | **Roetgen:** Lesezeichen | **Saarbrücken:** Janus | Naturata | Spiel & Kunst | **Salem:** Linzgau-Buchhandlung | **Schoepf-** heim: Regio Buch | Grünern | **Schleswig:** Die Eule | **Selm:** Möller | **Siegen:** Buchhandlung Bücherkiste | **Sinzig:** Lesezeit, Bücher & Wein | **Soest:** Rittersche | **St. Blasien:** Törle-Maier | **St. Wendel:** EKZ | **Steinen:** Buchhandlung Schmitt | **Steinbrunn:** Steinbrunner Buchhandlung | **Stockach:** Bücher am Markt | **Stuttgart:** Engel | Pörksen | Heidehof Buchhandlung | Klaus Ebert | Konrad Wittwer – Unibuch Hohenheim | Tausendschön | **Tettang:** Lernwerkstatt Brunold | Montfort Buchhandlung | **Tittmoning:** Buch & Kunst am Gerberberg | **Trier:** Impuls | Gegenlicht Buchhandlung | **Tübingen:** Buch & Café Vividus | Kornblume Bio-Laden | Naturkostladen in Schafbrühl | **Tutzingen:** Buchhandlung Gebhard Held | **Überlingen:** Naturata | Odilia | Überlinger Antiquariat | **Ulm:** Jastram | **Uisingen:** MOMO-Naturkost | **Vaterstetten:** Der Buchladen | **Versmold:** Buchhandlung Krüger | **Viersen:** Dülkener Büchereck | **Villingen-Schwenningen:** Bücherstube | Naturata | Natur und fein | **Waiblingen:** Der Laden | **Wächtersbach:** Dichtung & Wahrheit | **Wangen i. A.:** Ceres, Bücher und Naturwaren | **Wedel:** Wolland | **Weil der Stadt:** Buch & Musik | **Weilheim:** Zauberberg Buchhandlung & Naturkost | **Wermelskirchen:** Bücher vom Stein | **Westerland / Sylt:** Bücher Becher | **Wetzlar:** Kunkel | **Wiesbaden:** Aeon | erLesen | **Wiesloch:** Eulenspiegel | **Winterbach:** RundUm | **Witten:** Lehmkul | Mayersche | **Wittlich:** Buchhandlung und Antiquariat Rieping | Hofladen | **Wuppertal:** Buchertladen | Grüner Laden | **Würzburg:** Buchladen Neuer Weg | **Schweiz:** Amriswil: Buchladen Häderli | **Arlenheim:** anthrosana | Buchhandlung Nische | Farbenspiel | **Basel:** Bider & Tanner | Sphinx | **Bern:** Anthrovia | Christengemeinschaft | Paul Haupt | **Buchs:** GMG Buchhandlung | **Dornach:** Buchhandlung am Goetheanum | Libro | Pfister | Rudolf-Steiner-Buchhandlung | **Goldach:** Bigler | **Liestal:** Rapunzel | **Reinach:** Hauptstraße 12 | **Schaffhausen:** Allerleirauh | **St. Gallen:** Rösslitor Bücher | **Thusing:** 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 | Ernster | Naturata beauty & culture Munsbach | **BELGIEN:** **Antwerpen:** De kleine Prins | **NIEDERLANDE:** **Den Haag:** De Haagse Boekerij | **Zeist:** De Nieuwe Boekerij | **Amsterdam:** Zaitling Boekerij

Freies Geistesleben : Bücher, die mitwachsen



Frances Hardinge
Der Lügenbaum
Aus dem Englischen von Alexandra Ernst.
440 Seiten, gebunden mit SU
€ 22,- (D) | (ab 14 Jahren)
ISBN 978-3-7725-2798-2

Alle Bände: @ auch als eBook erhältlich

Ihr Vater soll ein Betrüger und Schwindler sein? Das kann Faith nicht glauben. Doch seitdem die Familie auf diese Insel gekommen ist, ereignet sich ein dubioser Unfall nach dem anderen ...

Es geht um Glauben, Wissenschaft und – Mord. Mittendrin stehen die 14-jährige Faith und ein geheimnisvoller Baum, der Wahrheiten preisgibt – wenn er mit Lügen gefüttert wird.

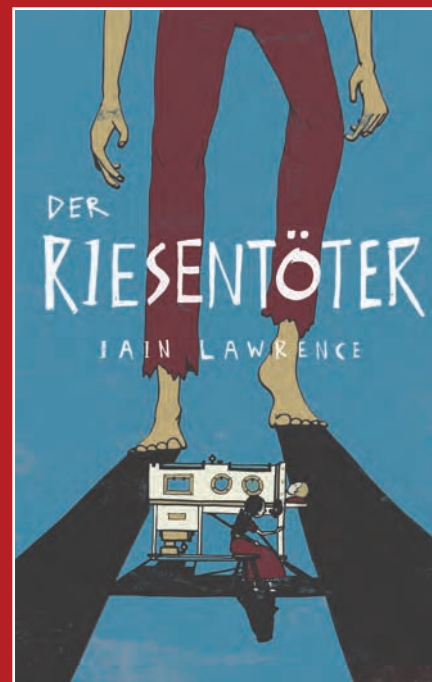


Ross MacKenzie
Das Wunderreich von Nirgendwo
Aus dem Englischen von Anne Brauner.
366 Seiten, gebunden mit SU
€ 19,- (D) | (ab 11 Jahren)
ISBN 978-3-7725-2799-9

Jetzt neu im Buchhandel!!

Das Wunderreich von Nirgendwo kann jederzeit in jeglicher Stadt auftauchen. Das Labyrinth seiner Räume enthält unglaublich viele Sensationen. Doch am Eingang muss man einen Preis zahlen, ohne es zu wissen ...

Als Daniel auf seiner Flucht in das geheimnisvolle Geschäft in Glasgow hineinstolpert, öffnet sich für ihn die Tür zu einer Welt voll atemberaubender Magie und lauernder Gefahr.



Iain Lawrence
Der Riesentöter
Aus dem Englischen von Alexandra Ernst.
352 Seiten, gebunden mit SU
€ 19,- (D) | (ab 10 Jahren)
ISBN 978-3-7725-2757-9

www.geistesleben.com

Laurie ist eine geniale Geschichten-erfinderin, und mit ihrer Begabung entführt sie die Kinder einer Polio-Station in eine fantastische Welt. Was als Fabulieren beginnt, wird schließlich so wichtig wie das Leben selbst.

Als Dickie an Kinderlähmung erkrankt, beginnt Laurie eine Geschichte zu erzählen: vom randalierenden Riesen Colosso und dem Jungen Jimmy, der zum Riesentöter berufen ist.



Erzählerische Meisterwerke

Tove JANSSON

Die ZUHÖRERIN

ERZÄHLUNGEN URACHHAUS

«Ich liebe die Form der Kurzgeschichte, die sich konzentriert um eine einzelne Idee rankt und nichts Überflüssiges enthält. Man muss die komplette Geschichte in einer Hand halten können.»

Tove Jansson

Lauschen, um auch die kleinste Nuance aufzufangen. So intensiv zuhören, dass der Sprechende sich selbstbesser versteht. In sich hineinhorchen – nichts als Ohr sein.

Diese 18 frühen Erzählungen von Tove Jansson sind in ihrer Originalität, Klarheit und Tiefe ein Geschenk für alle, die sich nach erfrischend genauer Wahrnehmung und einem meisterhaften Umgang mit Sprache sehnen.

Tove Jansson
Die ZuhörerIn. Erzählungen
Aus dem Schwedischen von Birgitta Kicherer
157 Seiten, gebunden mit SU
€ 19,- (D) | ISBN 978-3-8251-5116-4
Neu im Buchhandel ab 13. Oktober!
© auch als eBook erhältlich

Urachhaus | www.urachhaus.com