

E 51125
nr. 162

zum mitnehmen juni | 2013

Freies Geistesleben
Urachhaus

a tempo

Das Lebensmagazin

augenblicke

EINS + ALLES
Ein magischer Ort

Michael Birnthaler – Fähigkeiten bilden im Team

Gemeinsam durch *dick und dünn*

BODIL BREDSDORFF *Schlagschatten*



«Bodil Bredsdorff behandelt ein an und für sich sehr emotionales Thema in klarer Sprache und erstaunlich sachlichem Tonfall. Den Fokus legt sie nicht auf die Probleme, sondern auf das allmähliche Entstehen einer Freundschaft. Den hässlichen Szenen werden schönen Momente gegenübergestellt ... Es ist dieses Gleichgewicht, das den Roman so lesenswert macht. Eine wunderbar stille Poetik – und eine Autorin, die kennenzulernen es sich lohnt.»

Maren Bonacker, Eselsohr

Martin sieht es sofort: Der Nachbarjunge HP kann Prügel austeilen. Der starke Skipper in der Schule auch. Wären sie bloß nicht in das Haus am Fjord gezogen! Keine Freunde, kein fließend warmes Wasser, streitende Eltern. Langsam wächst zwischen Martin und HP jedoch eine Freundschaft. Und fast unmerklich kommt das Gefühl auf, dass alles gut ist – und viel daraus werden kann.

Bodil Bredsdorff erzählt realitätsnah, in unsentimentaler, poetisch dichter Sprache und fängt in knappen Gesten meisterhaft nuancierte Charaktere ein. Damit gelingt ihr etwas äußerst Seltenes: Literatur für Jugendliche, sthetisch anspruchsvolle kurze Romane, in denen Welten einstürzen und Neuanfänge gewagt werden.

Bodil Bredsdorff: **Schlagschatten** | Aus dem Dänsichen von Patrick Zöller | 112 Seiten, gebunden | € 12,90 (D) | ab 11 Jahren | ISBN 978-3-8251-7835-2 | *Jetzt neu im Buchhandel!* | www.urachhaus.de

Leseprobe!



Urachhaus

Der gebildete Mensch

«Krumm und schief sind wir in diese Welt gestellt», hat vor kurzem in einem Gespräch mit Wiebke Ramm der Strafverteidiger und Autor der Bücher *Verbrechen* und *Schuld*, Ferdinand von Schirach, die Anfangsbedingungen unseres Daseins bemerkenswert kurz und bündig beschrieben. Es sind aber doch nur Anfangsbedingungen, aus denen heraus der Mensch sich entwickeln kann.

Schon im ersten Lebensjahr richtet sich das Kind auf und übt die ersten Schritte, sofern es auch andere Menschen um sich erlebt. Dann erfolgt das Sprechen und im dritten Lebensjahr folgen die ersten Denkbewegungen. Was der Mensch so in seinen ersten drei Lebensjahren am anderen Menschen erlernt, ist phänomenal.

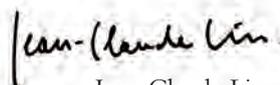
Was aber erwarten wir von einem «gebildeten» Menschen? Welchen Schulabschluss muss er erworben haben? An welcher Hochschule muss er studiert haben? Wie viele Fremdsprachen muss er beherrschen? Was muss er von Kunst, Literatur und Naturwissenschaft verstehen? – Oft wird die Bildung eines Menschen an seinem Wissen gemessen – oder manchmal an seiner Beherrschung eines Verhaltenskodex bestimmter gesellschaftlicher Gruppierungen.

Der Dichter und Philosoph des spielenden Menschen, Friedrich Schiller, hat eine ganz andere Anschauung vom gebildeten Menschen vertreten. Im vierten Brief seiner Abhandlung *Über die ästhetische Erziehung des Menschen*, als er auf anderen Wegen als über das Blut und den Terror der Französischen Revolution zur «vollkommensten aller Kunstwerke», zum Bau einer «wahren politischen Freiheit», gelangen wollte, schrieb er: **«Der gebildete Mensch macht die Natur zu seinem Freund.»**

In diesem Sinne an Bildung beteiligter und produktiv arbeitender Menschen können wir den Freiburger Erlebnispädagogen Michael Birnthal und den Welzheimer Dieter Einhäuser vom Erfahrungsfeld der Sinne EINS + ALLES betrachten: sie haben sich die Natur zu ihrem «Freund» gemacht.

Liebe Leserinnen,
liebe Leser,

Mögen wir alle uns so weiterbilden können!
Mit freundlichem Gruß, Ihr


Jean-Claude Lin



06 im gespräch
Michael Birnthaler
Fähigkeiten bilden im Team

Michael Birnthaler liebt das Spielen – und ist sich der Qualität, die es fürs Miteinander hat, bewusst. Aus der Erlebnispädagogik, die er als Leiter des Instituts EOS-Erlebnispädagogik in Freiburg bestens kennt, haben sich innovative Methoden entwickelt, die eine faszinierende Kraft für die Teambildung entfalten. Was verbindet uns, wenn wir uns spielend einander nähern?



10 augenblicke
Ein magischer Ort

Was geschieht mit uns, wenn wir unseren Sinnen freien Lauf lassen? Wenn wir mit allen Sinnen der Natur und uns begegnen? Wer das nicht nur wissen, sondern erleben möchte, der findet in der Welzheimer Freizeiteinrichtung EINS + ALLES einen Ort, der die Sinne herausfordert und durch die Begegnung mit den Menschen und Tieren dort zugleich das Herz weitet.



16 willis welt
Schneewittchen und die sieben Zwerge

17 lebenszeichen
Unsichtbares

18 thema: leben mit der zeit
Musik braucht Zeit

23 mensch & kosmos
Ruhe durch Bewegung

24 sprechstunde
Jod – farbiges Element der Seele

27 weiterkommen
Vertrauen – Mensch und Welt werden verwandelt

Die Seiten der Zeit

editorial 3 | inhalt / impressum 4 | im gespräch 6 | augenblicke 10 | willis welt 16 | lebenszeichen 17 |
thema 18 | kalendarium 20 | mensch & kosmos 23 | sprechstunde 24 | am schreibetisch 26 | weiterkommen 27 |
aufgeschlagen 28 | serie: was ist waldorfpädagogik? 30 | literatur für junge leser 32 | die kinderseite 33 |
preisrätsel / sudoku 34 | kulturtipp 35 | suchen & finden 36 | ausblick / buchhandel 38

Das Lebensmagazin der
Verlage Freies Geistesleben
und Urachhaus

www.geistesleben.com
www.urachhaus.de

Herausgeber

Jean-Claude Lin
Telefon: 07 11 | 2 85 32 21
Frank Berger
Telefon: 07 11 | 2 85 32 36

Redaktion

Jean-Claude Lin (verantwortlich)
Frank Berger
Maria A. Kafitz (& Layout)

Redaktionsanschrift

a tempo
Landhausstraße 82 | 70190 Stuttgart
Telefon: 07 11 | 2 85 32 20
Telefax: 07 11 | 2 85 32 10
e-mail: redaktion@a-tempo.de
internet: www.a-tempo.de
 www.facebook.com/atempo.magazin

Anzeigenservice

Christiane Woltmann
Tel. 07 11 | 2 85 32 34
Fax 0711 | 2 85 32 11
woltmann@geistesleben.com

Ansprechpartner Buchhandel

Simone Patyna
07 11 | 2 85 32 32

a tempo erscheint monatlich und liegt in über 2000 Einrichtungen des Kulturlebens und im Buchhandel aus. Auf Wunsch kann *a tempo* ins Haus geschickt werden durch Erstattung der Porto- und Verpackungskosten (24 Euro für 12 Ausgaben, 30 Euro für Auslandsversand). Bankverbindung auf Anfrage.

Abonnements

Antje Breyer
07 11 | 2 85 32 00

Alle Beiträge und Bilder in *a tempo* sind urheberrechtlich geschützt. Sie dürfen nur mit schriftlicher Erlaubnis weiterverwendet werden.

Eine Teilausgabe von *a tempo* erscheint mit *alverde*, dem Kundenmagazin von dm-drogerie markt.

© 2013 Verlag Freies Geistesleben & Urachhaus GmbH

Druck:

Körner Druck / Sindelfingen



«Herzlichen Glückwunsch zu dieser Wiederentdeckung. Seit dem Herrn der Ringe und der Meute der Mórrígan habe ich nicht mehr so ein spannendes Buch gelesen ... Ein Muss für jeden Haushalt.»

Buchhandlung Balthasar, Sprockhövel

Alte und neue Magie

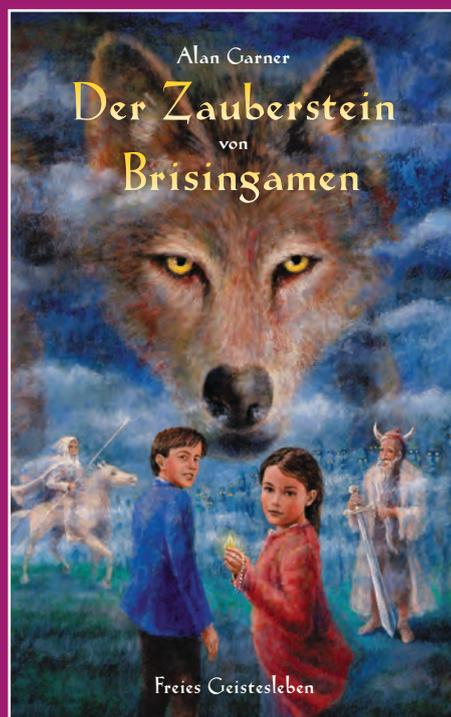
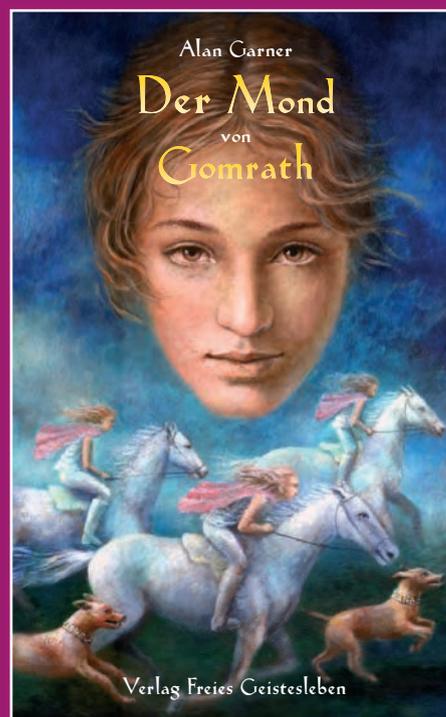


Illustration: Ludvik Glazer-Naudé



Die Gegend um Alderley Edge ist unheimlich und sagenumwoben. Als Susan und Colin ihren Onkel dort besuchen, werden sie schnell in die schreckliche Wirklichkeit der alten Sagenwelt hineingerissen. Durch ihre Ankunft flammen die uralten Kämpfe zwischen dem guten Zauberer Cadellin und dem bösen Grimmir wieder auf. Und sie selbst spielen eine zentrale Rolle dabei – mal erbarmungslos gejagt, mal geheimnisvoll beschützt. Aber warum gerade sie?

Freies Geistesleben : Bücher, die mitwachsen

Alan Garner: **Der Zauberstein von Brisingamen** | 219 Seiten | € 15,90 (D) | ISBN 978-3-7725-2241-3

Alan Garner: **Der Mond von Gomrath** | 159 Seiten | € 13,90 (D) | ISBN 978-3-7725-2242-0

Beide Bände: Aus dem Englischen von Werner Schmitz. | gebunden mit SU | ab 12 Jahren | www.geistesleben.com



Michael Birnthal

Fähigkeiten bilden im Team

Michael Birntaler im Gespräch mit Ralf Lilienthal | Fotos: Wolfgang Schmidt

Dr. Michael Birntaler, geboren in der katholisch-bayrischen Provinz, war «glücklicher Waldorflehrer», als ihn sein Lebensthema, die Abenteuer- und Erlebnispädagogik, fand. Nicht nur gedanklich konsequent, führten ihn Einsicht und Begeisterung geradewegs zur Gründung von «EOS», der in Freiburg/Breisgau beheimateten Organisation, die seit 2002 vielen tausend Kindern und Jugendlichen zu ungewöhnlichen Ferien- und Klassenfahrten verhalf.

Ralf Lilienthal | *Teamspiele* – so heißt Ihr jüngstes Buch, das sich als eine Art Entwicklungshelfer zu Sozialkompetenz und als Ausdruck einer neuen Spielkultur empfiehlt. Was ist das Neue an den Teamspielen, von welchen «alten» Formen des Spielens setzen Sie sich ab?

Michael Birntaler | Der wohl wichtigste Unterschied betrifft das Konkurrenz- und Wettkampfprinzip fast sämtlicher alter Spielformen. Es geht bei den bisherigen Spielen eigentlich bloß ums Gewinnen und trickreiche Niedermachen von Gegnern; jeder Einzelne will dabei der Beste sein oder den Triumph für seine Mannschaft herausholen. Auch die sogenannten «New Games», die von Kalifornien aus in den Siebzigerjahren ganz Europa erobert haben und ohne Gewinner und Verlierer auskommen, erheben sich kaum über das Niveau von Blödel- und Partyspielen. Anders bei den echten Teamspielen. Hier treten nicht Einzelkämpfer und Mannschaften gegeneinander an. Stattdessen treten jetzt Teams an, unter der Spielidee, in bestmöglicher Weise zusammenzuarbeiten. Bei guten Spielen kommt es gar zum Waterloo, wenn die Spieler nicht ausreichend miteinander kooperieren.

RL | Es gibt Spiele wie «Die Mauer», «Mission» oder «Spinnennetz», die knifflig sind und diverse Fähigkeiten herausfordern – was bedeutet das für den Gruppenprozess insgesamt?

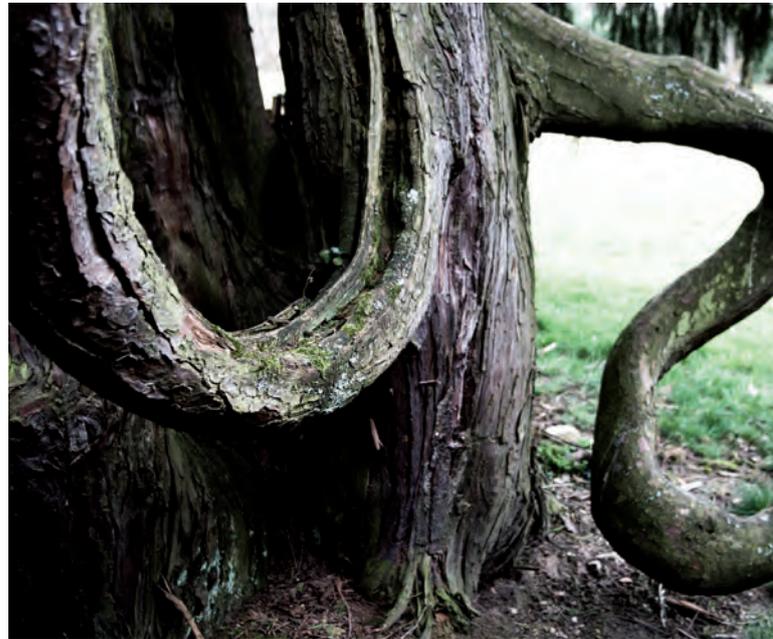
MB | Teamspiele gehen weit über das reine Abspielen eines Spiels hinaus. Schon im Vorfeld braucht es für sie Pläne und Strategien. Anschließend blickt man zurück, wertet aus, reflektiert und zieht einen Transfer in den Alltag. Und sie führen, vor allem wenn es um die langfristige Entwicklung einer institutionellen Gruppe oder Unternehmenskultur geht, zur abgestimmten Weiterentwicklung durch neue, angepasste Spiele. Insbesondere durch die «Hebammenarbeit» eines erfahrenen Spielleiters kann aus der Gruppe dann ziemlich schnell ein Hochleistungs- oder Dream-Team werden.

RL | Und noch etwas gibt es, was diese Spiele besonders macht: Sie sind meist in der Natur zuhause und haben eine sehr körperliche Seite.

MB | Tatsächlich sind auch das Aspekte, die sie einzigartig machen! Die weitaus meisten bekannten Spiele sind Indoor-Veranstaltungen. Selbst bei klassischen Freilandsport und -spielarten hat die Natur kaum mehr Bedeutung, als Kulisse zu sein. Teamspiele dagegen sind per se Natur- und Landschaftsspiele, bei denen die Natur vor allem verbündeter Partner ist. Was die körperliche Seite der Teamspiele betrifft, so heben sie sich von den konventionellen Sportspielen ab, die auf die bloße «mechanische» Bewegung reduziert sind. Gesunde, sinnvolle Spiele zeichnen sich aber dadurch aus, dass sie auch die Seele des Menschen geschmeidig machen, die Klaviatur seiner Empfindungen erweitern und seinen Geist anregen.

RL | Sie haben wiederholt auf den immer größer werdenden «Spielemarkt» aufmerksam gemacht. Welche tieferen Ursachen sehen Sie dafür?

MB | Es gibt Computerspielmessen, die von mehr als einer Viertel Million Menschen besucht werden. Die Lust am Spielen wächst von Jahr zu Jahr. Das gilt für die sogenannten «Blamierspiele», wo Menschen innerlich die Hosen herunterlassen, genauso wie für die am Computer gespielten Abenteuer- und Killerspiele. Gerade in Spielwelten wie *World of Warcraft* wird etwas gesucht, was dort nicht zu finden ist: echte Herausforderungen, Ernstsituationen, Bewährungsproben. Wer solche PC-Spiele semantisch untersucht, findet aber erstaunlicherweise Spielstrukturen, in denen archaische Energiefelder wie die «Heldenreise» und andere Elemente vergangener Mysterienkulte in karikiertem Maße auftauchen. Wenn man so will, werden heute Millionen organisierter Computerspieler an ihrer tief sitzenden Sehnsucht nach echten Abenteuern gepackt. ►



- Aber am Ende müssen sie feststellen, dass sie ihr Leben verspielt haben. Neun Prozent aller *World-of-Warcraft*-Spieler werden süchtig! Nicht einmal die Hälfte dieser Spielsüchtigen kann geheilt werden.

RL | Teamspiele sind ein wichtiges, nicht aber das Kernthema Ihrer ausgedehnten Forschungs-, Lehr- und Beratungstätigkeit – wo liegt die gemeinsame Wurzel Ihrer einander ergänzenden Aktivitäten?

MB | Zunächst in meiner Auseinandersetzung mit der Anthroposophie und da im Besonderen mit der Waldorfpädagogik. Als Sport- und Religionslehrer bin ich früh mit einem irritierenden Phänomen konfrontiert worden: Die Schüler schienen unausgefüllt, schulmüde, eine Art Mehltau lag auf ihren Seelen. «Wir werden nicht ernst genommen», hieß es. «Wir wollen Verantwortung, wir wollen etwas erleben.» Also haben wir ein Projekt gestartet und in Südfrankreich in der Nähe des Montségur beim Bau einer neuen Schule geholfen. Mit dem Ergebnis, dass die Schüler ausgefüllt und zufrieden waren und ihre Flausen vergessen hatten.

RL | Wie kam es von diesen Aktivitäten eines einzelnen Lehrers zur Gründung der erlebnispädagogischen Unternehmung EOS?

MB | Nicht zuletzt durch Forschungen über die Beziehungen zwischen Waldorfpädagogik und erlebnisorientierten Strömungen. Dabei stieß ich in den Konferenzaufzeichnungen der ersten Waldorfschule auf eine Fundgrube, mit der ich nicht gerechnet hatte. «Ihr müsst an Eurer Schule eine eigene Jugendgruppe gründen, wenn Ihr die Schüler erreichen wollt», hatte Rudolf Steiner schon damals den Lehrern zugerufen und durch eine Reihe methodisch-didaktischer Angaben den Grundstock der gesamten Erlebnispädagogik gelegt. Obwohl ich eigentlich ein glücklicher Lehrer war, hat mich diese Vision dann nicht mehr losgelassen, bis ich meinen Jugendtraum von der eigenen Organisation wahrgemacht habe.

RL | EOS ist als Ein-Mann-Unternehmen begonnen worden und hat dann eine geradezu rasante Entwicklung genommen. Womit haben Sie Ihre «Kunden» überzeugt?

MB | Ich hatte schon vorher etliche Klassenfahrten und Freizeiten organisiert und durchgeführt, also haben wir mit thematischen Ferienlagern wie «Robin Hood, Leben in den Wäldern» begonnen – basierend auf den drei menschlichen Grundsehnsüchten: Kinder suchen und brauchen Abenteuer (*das Wahre*), Gemeinschaftserlebnisse (*das Schöne*) und unverbrauchte Naturerlebnisse (*das Gute*). Genau das, was an unseren Schulen nicht geliefert werden kann, weil sie nicht dazu ausgelegt sind. Was wir machen? Wir lassen die Kinder in die Geschichten eintauchen. «Erkläre mir, und ich vergesse, zeige mir, und ich erinnere mich, lass mich erleben, und ich verstehe!» Auf der Waldlichtung sitzen dann am letzten Abend zwanzig harte Jungs im Mondlicht, jeder gefühlt ein Held wie Robin Hood, und erwarten ihren Ritterschlag. Dann fließen die Tränen, bei allen zwanzig, von denen manche nicht «beschulbar» waren. Sie sind unter ihrem Panzer erreichbar!

RL | Bei Ferienlagern und Klassenfahrten sind Sie aber nicht stehengeblieben – was gehört heute noch zur EOS-Welt?

MB | Vom ersten Tag an haben wir auch eine Ausbildung in Erlebnispädagogik, besser gesagt in «Erlebnispädagogik», angeboten, ohne zu wissen: Kommen drei, fünf – kommt überhaupt einer? Tatsächlich waren es, wie aus dem Nichts, 25 Menschen, deren eigenes Suchen wir mit unserem Angebot berührt hatten. Heute bieten wir diese Ausbildung sowohl berufsbegleitend als auch in einem ein bis zwei Monate dauernden Vollzeitlehrgang an. Aus den 25 am Anfang sind heute über 1000 Ausbildungsteilnehmer geworden.



Michael Birnthaler

RL | Aber auch Unternehmen und Organisationen nehmen inzwischen Ihre Teamtrainings in Anspruch.

MB | Das ist eine spannende und produktive Arbeit, die wir allerdings nie aktiv geplant hatten. Die Firmen sind auf uns zugekommen und haben unsere Kompetenzen nachgefragt. Ein weiteres EOS-Projekt sollte auch noch erwähnt werden: Seit 2009 sind wir vom Sozialministerium anerkannter Träger der Freiwilligendienste. Auch hier beobachten wir wieder ganz stark, wie die Ideen der Erlebnispädagogik noch bei den 17- bis 27-Jährigen ankommen, die wir im Rahmen des Freiwilligen Sozialen Jahres und des Bundesfreiwilligendienstes in ganz Deutschland und ins Ausland vermitteln. Bei unseren FSJ-Seminaren entstehen offensichtlich so starke soziale Bindungen, dass viele den Impuls nicht abreißen lassen wollten und daraus eine eigene kleine Jugendbewegung entstanden ist.

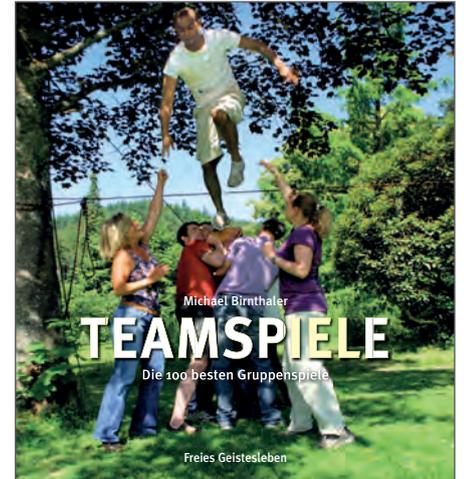
RL | Inzwischen arbeiten weit über 20 feste Mitarbeiter allein bei EOS-Freiburg, hinzu kommen momentan weitere 16 Standorte, außerdem aktuell 300 freie Mitarbeiter – wie gehen Sie selbst mit dem Thema Teambildung um?

MB | Wir haben uns mit den Jahren eine sehr ausdifferenzierte Unternehmenskultur erarbeitet, um nach Möglichkeit zu leben, was wir selber lehren. Nehmen wir als Beispiel die Entlohnungsfrage. Verkürzt gesagt haben wir ein neues integriertes dreigliedriges Lohnmodell entwickelt: bestehend einerseits aus dem auch andernorts sogenannten «Grundeinkommen»; davon zu unterscheiden ist ein Leistungslohnanteil, der die Bedeutung des einzelnen Mitarbeiters für das betriebliche Gesamtergebnis berücksichtigt. Und drittens ein Bedürfnisanteil, der sich aus der konkreten Lebenssituation ergibt. Besondere Bedeutung hat dabei das «Zusprechverfahren», denn nicht mein Ego entscheidet, was mir nach Leistung und Bedürftigkeit zusteht, sondern die Fürsorge aller anderen.

RL | Abschließend würde ich gerne einen Blick durch das Fernglas werfen – was haben Sie und Ihre Mitstreiter für die kommenden Zeiten in den Blick genommen?

MB | Im Rahmen der EOS-Jugendbewegung haben wir 2012 eine Dorfschule am Kaiserstuhl zu einem schmucken Schullandheim umgebaut. Jetzt wurde uns ein ehemaliges Zisterzienserkloster samt weitläufiger Ländereien angeboten – und an Ideen, was man dort in unserem Sinne tun könnte, mangelt es nicht ...! ■

Weitere Informationen rund um EOS finden Sie unter: www.eos-ep.de | www.eos-fsj.de | www.eos-jugend.de



Die 100 besten Gruppenspiele

Michael Birnthaler stellt die 100 spannendsten und kreativsten Gruppenspiele vor, durch die verblüffend leicht Kooperationsfähigkeit und Gemeinschaftsgefühl erübt werden können. Noch dazu bringen diese Spiele jede Menge Spaß, Bewegung und Abwechslung! Die ausgewählten Spiele eignen sich für Jugendliche und Erwachsene gleichermaßen; durch die zahlreichen dargestellten Varianten kann man Verlauf und Charakter des Spiels ganz der jeweiligen Gruppe anpassen – die Fülle der Möglichkeiten garantiert Stunden begeisterten Spielens.

Ein wichtiger Begleiter für Freizeit, Schule, Erlebnispädagogik und Fortbildungen.

Michael Birnthaler
Teamspiele

Die 100 besten Gruppenspiele.

252 Seiten, mit zahlr. Farbfotos und Illustrationen, durchg. farbig, gebunden
€ 24,90 (D) | ISBN 978-3-7725-2538-4
www.geistesleben.com



Ein magischer Ort

Das Erfahrungsfeld der Sinne EINS + ALLES



von Ralf Lilienthal (Text) & Charlotte Fischer (Fotos)

Wenn die Besucher der Welzheimer Freizeiteinrichtung EINS + ALLES erwartungsvoll die sattrot gestrichene «Tieroase» passiert haben, werden sie nur ahnungsweise wissen, wo genau sie sich eigentlich befinden. Dabei ist die räumliche Verortung im Schwäbisch-Fränkischen-Naturpark zwischen Stuttgart und Schwäbisch Gmünd noch die leichteste Übung. Was dagegen ein «Erfahrungsfeld der Sinne» ist und dass *dieses* Erfahrungsfeld unter anderem durch seine Land-Art-Elemente* einen ganz unverwechselbaren Charakter hat, muss sich der Erlebnissuchende wohl zumeist anlesen oder erklären lassen. Doch dass er sich in der «Roten Achse», im «Klang-Wald» oder auf dem «Labyrinthweg» mitten in einer «Werkstatt für behinderte Menschen» bewegen soll, dürfte ihm in etwa so glaubwürdig wie eine Münchhausen-Geschichte erscheinen.

Aber sie sind wirklich da – «die Behinderten»: an der Kasse, im Restaurant *Molina*, während einer Lama-Wanderung – freundliche, hilfsbereite Geister, auch wenn nichts Verhuschtes und Schwebendes ihre offene, zugewandte Präsenz umweht. Sie sind da. Man nimmt das anfangs zur Kenntnis, doch es sinkt nach und nach in die Tiefen unseres spiel- und experimentierfreudigen Geistes ab und wird unwichtig. Denn, wenn es gut geht, wenn wir selbst halbwegs «normal» sind, wirkt dieser Ort genauso auf uns: Er befreit uns, indem er uns fesselt, er löst den Zauberbann, der uns im Alltäglichen gefangen hält, indem er uns in seinen eigenen Bann zieht. Er ist doppelt magisch.

Wie und wo wir in diesen Gegenstrom gezogen werden, sieht sicherlich bei jedem etwas anders aus. Der eine wirft bereits auf der Balancierscheibe seine Alltagshaut von sich, ein zweiter wird auf der Partnerschaukel und mit geschlossenen Augen sanft hinweggetragen. Doch ganz gleich durch welche der Stationen in der Welt von EINS + ALLES wir die vertrauten Verhaltens-Wege verlassen, immer machen wir dabei die doppelte Erfahrung des Tuns und Zulassens.

Tun? Das Erfahrungsfeld der Sinne bringt uns auf tausendundeine Art in Aktion. Gehen und stehen, blinzeln und starren, anfassen und fühlen, erklingen lassen, trommeln und rascheln, klettern, balancieren, vorwärtstappen und anstoßen, führen und geführt werden, riechen, schmecken, streicheln, ergreifen, reiben und Wärme empfinden. Was hier geschieht, ist so ziemlich am anderen Ende der Welt angesiedelt als die unsinnlich-virtuellen Spielereien unserer modernen, digitalen Smartphone-Tablet-Online-Matrix. Ohne unsere eigene, wenngleich spielerische Anstrengung ist hier nichts zu haben.

Ohne aufmerksames Zulassen auch nicht. Denn was immer wir im Erfahrungsfeld tun, setzt anderes in Gang. Dort draußen – als Eigenbewegungen, Töne oder Formen. In uns – als Empfindung, ►

* Seit fünf Jahren werden die Land-Art-Stationen des Erfahrungsfeldes von Studenten der Freiburger *Edith-Maryon-Bildhauerschule* während eines fünf-wöchigen Gastaufenthalts in der Laufenmühle konzipiert und realisiert.



- Erfahrung, Gefühl und Erkenntnis. Und zwischen uns und anderen Besuchern, die häufig gruppenweise und angeleitet die Wege durchlaufen.

Zulassen – auch das ist ungewöhnlich und unserem zweck- und zielvollen Alltagshandeln entgegengesetzt. Kein Wunder, dass bei EINS + ALLES nicht nur Kinder die Zeit vergessen und sich ganze Tage lang dem Zauber des Ortes hingeben.

Ein Ort mit Geschichte und Geschichten

Wer – im Schnellkurs – einen Blick hinter den Vorhang werfen und die besondere Mixtur dieser Institution verstehen will, muss irgendwann vor 1564 mitten im Wald beginnen. Dort, unweit eines kleinen Wasserfalls, stand die Laufenmühle und tat jahrhundertlang, wozu sie gebaut worden war. Wurde dann Gasthof, Hotel und leider auch Zwangsarbeiterlager. Kriegswaise waren hier zuhause, Kriegsmüde haben sich hier erholt. Und weil es im stillen Wieslaufstal auf eine gute Art still und erholsam war, begründeten drei engagierte Frauen 1951 eine Lebens- und Bildungsstätte für 40 geistig behinderte Kinder und Jugendliche an diesem Ort. 1973 fusionierte man mit dem nun namengebenden *Christopherus-Heim*, verschrieb sich mehr und mehr der heilpädagogischen Erwachsenenbetreuung, baute um, bekam Holzwerkstatt, Spinnstube, Weberei, Töpferei und Knüpferei dazu. Als die harte Feder der Sozialgesetzgebung den Behindertenein-

richtungen eines Tages die «Inklusion» in die Agenda schrieb und handfeste Forderungen damit verband, kam das in der Idylle des abgelegenen Waldtals einem Erdbeben gleich. Denn wie bewahrt man die Segnungen der «Splendid Isolation», ohne auf bereichernde Begegnungen zu verzichten? Wie finden sich die Betreuten auf gesunde Art im Strom des «realen Lebens» zurecht? Und vor allem: Wie lässt sich das ohne den logistischen GAU eines Umzugs in die Stadt bewerkstelligen?

Mit solch dramatischen Forderungen sah sich 2003 der neue Geschäftsführer der *Christopherus Lebens- und Arbeitsgemeinschaft Laufenmühle*, Dieter Einhäuser, konfrontiert. Der gelernte Kaufmann und Sozialpädagoge musste die Institution gewissermaßen neu erfinden, eine Übung, der er sich in seinem eigenen Leben bereits mehrfach ausgesetzt sah – Spektakuläres inbegriffen: «Als ich 28 war, habe ich mich mit meinem VW-Bus samt Waschmaschine drin, dreimal überschlagen, keine Verletzung davongetragen, dafür das Gefühl: Es ist nicht erwünscht, dass du jetzt von diesem Planeten verschwindest. Allerdings steht offensichtlich ein Cut an!»

Cuts, tiefe, teilweise schmerzvolle Einschnitte, waren auch in der Laufenmühle nötig. Vor allem aber brauchte es eine wegweisende Idee, «ein Ziel, das außerhalb unserer Einrichtung liegen musste und so groß war, dass es sämtliche Bereiche verwandeln konnte. Bei dem jeder hier das Gefühl haben würde, das hat etwas mit mir zu tun!» Und das außerdem den strengen Inklusionsmaßstäben genügen würde.



Die – wie das fehlende Zauberkraut – alles verwandelnde Idee, den Katalysator, der aus den richtigen Zutaten das wirksame Agens werden ließ, fand Dieter Einhäuser in der Ideenwelt des Künstlerpädagogen Hugo Kükelhaus. Dessen Konzept eines «Erfahrungsfelds zur Entfaltung der Sinne» war seit den 1960er Jahren an verschiedenen Orten erfolgreich und publikumswirksam umgesetzt worden. Und auch hier, gerahmt von einer großartigen Waldlandschaft, verbunden mit dem «Werkstatt-Gedanken», umgesetzt von kongenialen Architekten und Land-Art-Künstlern, erwies es sich als überaus fruchtbar.

«Lothar Bracht, unser Architekt, hat als Erstes, von der Straße gut sichtbar, den Stall der Tier-Oase gebaut – rot leuchtend, mit dem weißen Schriftzug EINS + ALLES.»^{*} Überhaupt wurde es mit schnellen Schritten bunt, hell und freundlich in dem dunklen Tal. Denn als das Konzept zu leuchten begann, als zuerst eine Handvoll Mitarbeiter davon ergriffen und begeistert war, als eine Bank gewonnen und einige lokale Entscheidungsträger überzeugt waren, ging es vor und nach der Eröffnung am 7.7.2007 Schlag auf Schlag: Das Café-Restaurant *Molina*, der Aktionsplatz mit den Kükelhaus-Basisstationen wurden gebaut, und der «Weg», ein dreieinhalb Kilometer langer Sinnes-Erlebnis- und Land-Art-Pfad, wurde durch den Wald gebahnt. Was noch? 2008 der Dunkelbereich. 2009 die Indoor-installationen der «Roten Achse». 2010 die biologische Kaffeerösterei *el molinillo*. 2011 der Rollstuhlsteig ...

Was von weitem wie ein ganz gewöhnlicher Freizeitpark mit immer neuen Attraktionen erscheinen mag, zeigt in der Nahperspektive ein ganz anderes Gesicht. So ist die ebenfalls 2010 errichtete «Kathedrale aus lebendigen Weidenruten» ein echter Hingucker. Doch erst wer weiß, dass sie in einer sozialtherapeutischen Gemeinschaftsarbeit von Christopherus-Betreuten und Schülern aus dem Umfeld der Amoklauf-Gemeinde Winnenden entstanden ist, sieht den faszinierenden Naturbau im richtigen Licht. ▶

^{*} Der Name «EINS + ALLES» geht übrigens auf Christian Morgensterns gleichnamiges Gedicht zurück.



Unvergessliche Abenteuer!

Der Wind in den Weiden ist einer der bekanntesten Bilderbuchklassiker der Welt. Wer hat noch nicht von der freundlichen Wasserratte, dem sanftmütigen Maulwurf, dem geradlinigen Dachs und dem spleenigen Kröterich gehört!

Inga Moore hat die wunderbaren Abenteuer der berühmten vier Freunde einfühlsam und mit großer Liebe zum Detail illustriert. Die frische Übersetzung sorgt für zusätzlichen Lese- und Vorlesegenuss.

«Eine Hommage an das Leben auf dem Lande, ein Familienbuch, das wunderbar zum Vorlesen geeignet ist.»
Familie & Co.

Kenneth Grahame
Der Wind in den Weiden
Mit Illustrationen von Inga Moore
Aus dem Englischen von Michael Stehle
184 Seiten, gebunden | ab 8 Jahren
€ 22,90 (D) | ISBN 978-3-8251-7683-9
www.urachhaus.de



► Nein, ein gewöhnlicher Freizeitpark sieht anders aus. Glatter. Lauter. Aufdringlicher. Und weniger lustvoll! Denn wohin das Auge in der Landschaft von EINS + ALLES auch wandert, überall stößt es auf die Zeugnisse vergangener und gegenwärtiger Lebens- und Schaffensfreude: In der *Molina* liegen Salatgemälde auf den Tellern, und an der Wand hängen die Schuh-Geweihe-Kunstwerke Hansjörg Palms. In der Rösterei schwebt der Duft punktgenau gebrannter Arabica-Bohnen, aufsteigend in einer Atmosphäre von Eifer, Begeisterung und Gegenwärtigkeit, wie sie nur Menschen aufbringen können, die reinen Herzens sind – auch und vielleicht gerade, wenn ihr Geist in Fesseln geschlagen ist.

Und, wie so oft, kristallisiert sich für den Beobachter das gute Ganze auch hier in einer unscheinbaren Szene. Die Darsteller: Thomas und Moritz, Betreute. Sarah, Anerkennungspraktikantin und erfahrene Reiterin. Benny und Samantha, zwei sehr unterschiedlich geartete Esel. Die Handlung: Eine Tierwanderung zum neuen Eselstall, Alltagsprosa ohne erkennbare Dramaturgie. Und doch anrührend schön und ein Lehrstück in Sachen Inklusion. Warum? Weil die tiervirtuose Praktikantin in jedem Moment das Angemessene tut und dabei doch immer so viel Raum lässt, dass die Betreuten ihr Eigenes hinzutun können. Weil Thomas freundlicher Tier-Spezialist ist, schüchtern und doch in der Sache strahlend-mitteilsam. Und weil Moritz, etwas linkisch und noch neu im Tieroasen-Geschäft, gerade etwas gelernt hat, was ihm ein Fünfjähriger beibringen könnte, und weil er sich unverstellt wie

ein Fünfjähriger darüber freuen kann. Und weil der Reporter für eine Stunde einfach so dazugehören durfte – ein Musterbeispiel für die Inklusion des «Normalen» im «Ungewöhnlichen»!

EINS + ALLES ist ungewöhnlich. Und manchmal auch verwegen – denn wie anders soll man das hochsommerliche Open-Air-Tanzprojekt «Carmina» bezeichnen? Orffs willenbefuernde Kantate, 150 Schüler- und Christopherus-Laientänzer, 150 Musiker und Sänger, Choreographen und Tänzer wie Wolfgang Stange, Royston Maldoom und Jo Ann Endicott, Lichtkünstler, Tonkünstler, Seiltänzer, Filmer vereint in der schwäbischen Provinz – zusammengerufen durch eine verrückte Idee der Einhäusers, Vater und Sohn. Verwegen? «Ich war selber erstaunt, wieso das alles gelingen konnte und habe immer gefühlt, dass gar nicht ich das bin, sondern dass etwas durch mich durchfließt. Und das ist viel höher und größer als ich.» ■

Wer das grandiose «Carmina-Tanzprojekt» am 5., 6. und 7. Juli 2013 live erleben möchte, erhält nähere Auskunft unter: www.carmina.de

Weitere Informationen zum Erfahrungsfeld der Sinne EINS + ALLES sind zu finden unter: www.eins-und-alles.de

FREUE

DICH



Schneewittchen und die sieben Zwerge von Birte Müller

Willi muss noch viel lernen. Eine Sache, die für ihn schwierig ist, ist das Spielen. Er kann noch keine Rollenspiele und hat mit seinen sechs Jahren noch nie so getan, als sei er ein Pirat oder ein Löwe. Willi kann auch keine Regelspiele verstehen, er kann nicht Topfschlagen oder auch nur das Prinzip von «Sich-gegenseitig-Fangen» begreifen. Mir tut das leid für ihn, denn das macht sein Leben in meinen Augen ärmer als das anderer Kinder. Aber vielleicht tue ich mir auch nur selber leid, weil ich es mir eben wünschte, meinen Sohn im Piratenkostüm zu bewundern (na ja, und dann wäre ein Kind, das sich mal länger als ein paar Minuten selbst beschäftigen kann, natürlich auch ganz nett). Aber im Prinzip ist es Willis kleine Schwester Olivia, der manchmal ein Bruder fehlt, mit dem sie wirklich etwas spielen kann. In ihren Spielen taugt Willi höchstens als Statist: «Mama, ich bin Schneewittchen und Willi ist die sieben Zwerge.»

Natürlich spielt Willi auch, aber der Ablauf dieser Spiele ist streng festgelegt und extrem monoton (und eine Zwergenhut nimmt er dabei ganz sicher nicht auf den Kopf). Auch muss das Spiel für Willi **SOFORT** beginnen, nur eine Minute Vorbereitungszeit wäre schon zu lang, um sein Interesse zu halten. Willis liebstes Spiel zurzeit ist «Schnecke füttern»: Man muss eine Handpuppe anziehen und Willi füttert sie nacheinander mit eigens dafür gehäkelten Lebensmitteln. Wenn die Schnecke nicht schnell genug frisst, kann Willi sehr böse werden. Wenn die Schnecke dabei rülpsst und pupst, kann Willi sehr fröhlich werden. Aber es gibt wenig Spielraum in Willis Spiel, man muss sich sklavisch an seine Vorgaben halten, sonst fliegt einem die Schnecke samt Verpflegung um die Ohren.

Olivia spielt ganz anders als Willi, mit unendlich vielen Variationen und Rollen, in die sie schlüpft. Die Vorbereitungen sind dabei oft wichtiger als das Spiel selbst. Aber dass sie sich dabei

wirklich selbst beschäftigt, könnte ich auch nicht gerade sagen. Olivia bittet mich zum Beispiel direkt vor dem Abendbrot, ob sie sich als Schneewittchen verkleiden darf. Ich sabbel mich dann eine Weile mit ihr ab, und wir einigen uns darauf, dass wir **NACH** dem Essen noch kurz spielen – unter der Bedingung, dass sie dann ganz lieb ins Bett geht. Ich müsste es eigentlich besser wissen, aber trotzdem glaube ich immer wieder daran, dass das der einfachere Weg ist, als nein zu sagen und einen kleinen Zickenanfall über mich ergehen zu lassen. Nach einem Bissen vom Brot entschwindet die Prinzessin in ihr Zimmer. (Auch darin unterscheiden sich meine Kinder sehr: Angesichts einer Scheibe Schwarzbrot mit Salami wirft Willi jedes Spielzeug sofort hinter sich.) Ich lasse Olivia in dem irrigen Glauben gehen, dass ich so wenigstens Willi in Ruhe fertig machen kann. Während Willi also Brote für gleich sieben Zwerge verdrückt, habe ich alle drei Minuten meine quengelige Tochter an der Backe, für die ich das Schneewittchenkleid suchen muss, die genau richtige Strumpfhose, den weißen Kragen zum Anknöpfen, das ganz bestimmte Hemdchen für drunter, die goldenen Schuhe, und spätestens bei der Suche nach dem verdammten goldenen Haarreifen ist meine Geduld am Ende und das Zimmer sieht zehnmal schlimmer aus als nach einem Schnecke-falsch-gefüttert-Anfall von Willi! Wenn ich die sieben Zwerge dann im Bett habe und Schneewittchen endlich perfekt aufgedonnert ist, wir das Thema Schminken fertig ausdiskutiert haben und es eigentlich schon absolute Schlafenszeit ist, können wir immer noch nicht spielen, denn Schneewittchen muss erst noch einen Koffer packen! Ich bin mir dann gar nicht mehr so sicher, ob Olivia wirklich besser spielen kann als Willi, aber auf jeden Fall kann sie das Zubettgehen besser hinauszögern. Hunger hat Schneewittchen dann übrigens doch noch, und den Zickenanfall bekomme ich am Ende natürlich auch noch ab ... ■

Unsichtbares

Wenn ich neuerdings öffentliche Toiletten aufsuche, habe ich plötzlich immer das Gefühl, ich würde überwacht ... Total überspannt, ich weiß, es kam von einem Tag auf den anderen. Vielleicht lese ich zu viel Zeitung. Sicher liegt es nur an mir. Auch wenn ich mir nur die Hände waschen will, mache ich dabei jetzt stets ein seriöses Gesicht, damit man nicht denkt, ich sei ein Geldwäscher oder so. Ja, ich wasche mir zur Sicherheit sowieso überhaupt nur höchstens noch die Hände auf öffentlichen Toiletten oder prüfe meine Frisur! Es wird ja hier und da neuerdings darüber diskutiert, dass die Deutschen wie verrückt *Tatort* gucken, dass es ständig neue Kommissare gibt und es auf allen Kanälen ab 18 Uhr nur noch um Mord und Totschlag geht. Aber ich glaube, das Entscheidende ist: Der Zuschauer bekommt auf diesem Wege wie nebenbei eingebläut, wie großartig Videoüberwachung und Personenkarteien sind, denn noch jede Straftat wurde aufgeklärt, indem irgendein Ermittlerteam mit grimmiger Miene vor einem Bildschirm ein Video schaut oder ein Passwort knackt. Merke: Es geht um unsere Sicherheit, wenn überall Kameras stehen, auch am Arbeitsplatz. Du musst das wollen, Bürger, koste es, was es wolle. Außerdem machst du dich sonst verdächtig. Gut, ich kann das schon verstehen. Wenn ich möchte, dass mein Kind mir gehorcht, erfinde ich ja auch ständig übertriebene Gefahren, die das Kind gar nicht nachprüfen kann, nur damit es meinen Vorschlag oder meine Maßnahme ohne Murren annimmt und nicht mit dem Toaster spielt, sondern Murmeln. Aber, wie gesagt, sicher liegt es an mir, dass ich so neurotisch bin. Manchmal mache ich auch Faxen vor dem Spiegel. Ich gehe in die Gegenoffensive – ich deute meinen Überwachern an, dass ich sie längst bemerkt habe, dass ich umgekehrt sie überwache! Dass ich sie nebenbei veräpple!

Gehen wir auf den Überwachungsstaat zu, weil uns der innere Wächter fehlt, weil wir ihn eines Tages aus Übermut weggeschickt



Foto: Aijja

von Andreas Laudert

haben, weil uns Schwellen nicht mehr interessieren und wir alle Grenzen einreißen? Oder sind wir als Bürger selbst daran schuld, weil wir uns halt immer gleich so aufregen, wenn uns Unrecht getan wird, und weil wir gleichzeitig unverhohlen neugierig aufeinander sind und uns dadurch eben oft auch zwielichtig benehmen?

Manchmal stelle ich mir vor, wie wir die Überwachungsmechanismen gemeinsam unterwandern – wie wir Faxen machen vor Spiegeln, uns in U-Bahnhöfen als Wildfremde fröhlich umarmen, einander mit wichtigtuerischer Miene heimlich-sichtbar sinnlosen Kram übergeben oder bei Umfragen bewusst Falsches antworten oder Sachen, die das Schema durcheinanderbringen. Meine zweijährige Tochter prüft und veräppelt mich auch. Sie glaubt nicht an all die Teufel, die ich an die Wand male, und an all diese Gefahren – dass die Katze sie kratzen wird oder dass eine Herdplatte heißer ist als ein Kühlschrank. Sie möchte sie wenigstens selber auskundschaften. Es reicht ihr völlig, wenn ihr Vater erst dann aufpasst, wenn es ganz brenzlich, wenn es wirklich ernst wird. Das Kind ist offen für die Welt. Es weiß, dass ja diese interessanten Wesen namens Engel es bewachen, die genauso neugierig auf die Welt sind wie es selbst und deshalb unsichtbar vor Ort anwesend – immer. Oder hoffentlich. Diese ganze Speicher- und Überwachungssucht ist nur fehlgeleitetes Interesse, nur die Fratze unserer Neugier aufeinander, als Menschen: Wer bist du? Was machst du? Was führte dich hierher? Oft frage ich mich das, wenn ich gedankenversunken vor dem Spiegel einer öffentlichen Toilette stehe. ■

Andreas Laudert, geboren 1969 in Bingen am Rhein, studierte an der Universität der Künste Berlin Szenisches Schreiben und Theologie in Hamburg und Stuttgart. Er veröffentlichte Theaterstücke, Essays, Prosa und einen Gedichtband. 2001 erhielt er den Georg K. Glaser-Förderpreis des SWR. Heute arbeitet er als Autor im hohen Norden und wirkt mit am «Philosophicum» in Basel.

Musik braucht Zeit

von Sebastian Hoch

Zurück zum ursprünglichen Zeitmaß, zurück in die Ordnung des Taktes.

Das auffordernde *a tempo* als musikalische Anweisung (trefflich nicht nur für den Namen dieses Magazins) trägt das Innige, Widersprüchliche und Grundsätzliche des Verhältnisses von Zeit und Musik in sich. Hier zeigt sich beispielhaft die Trias Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft, denn es soll ein im Moment bereits Vergangenes beschlossen werden und ein Neues, doch Erinnertes beginnen. Nach Ordnung und Rückkehr, nach Aufbruch und Repetition wird verlangt. Vergangenes wird mit Kommendem verbunden – Zeit wird als grundlegendes Strukturprinzip manifestiert. Ohne *tempus* kein *a tempo*. Ohne Zeit keine Musik!

Der Zeit als elementarer Voraussetzung für Musik begegnet man schon in deren kleinsten physikalischen Grundeinheiten: Schall und Klang. Nur als in der Zeit verlaufendes Schwingen entsteht Hörbares, nur als in der Zeit geordnete Bewegung entsteht eine Frequenz. Je gleicher die durch die Bewegung gegliederten Zeiteinheiten, desto genauer empfinden wir Schwingungen als Klang, als musikalischen Ton. Nur im Verlauf der Zeit wird die sich bewegende Welt um uns hörbar und kann «Musik als Darstellung von Ordnungsverhältnissen in der Zeit» entstehen, wie der Komponist Karlheinz Stockhausen betonte.

Wie das Hörbare keine Gegenwart kennt und nur im zeitlichen Verlauf entsteht, bedarf auch die Musik als Hörkunst einer gestalteten Gliederung der Zeit. Ein einzelner Ton, ein singuläres Klangereignis für sich genommen scheidet daran, einen musikalischen Gedanken zu artikulieren, es bedarf der Zeit als ordnender Brücke zu einem Kontext. Erst im Dialog mit dem bereits verklungenen und nur noch in Erinnerung gehörten Davor oder dem noch zu erklingenden, vorausahnenden Danach entsteht Verbindung und Geschichte, wird Klang zur gestaltbaren Folge und dadurch schließlich zu Musik.

Sei es ein einfaches einstimmiges Lied oder der vielschichtige Schlusssatz einer Sinfonie, stets ist es das kunstvolle Initiieren von Ahnung, das Erfüllen oder Enttäuschen von Erwartung, das Abbilden von Bewegung oder Stillstand, welches jedes Stück Musik vom Einschwingvorgang des ersten Tones bis über das Verklingen des Finalklangs hinaus durchzieht. Die Gestaltung aller akustischen Ereignisse und ihrer verwobenen Beziehungen zueinander in der Zeit werden zur ureigenen Aufgabe des Komponisten, das im Zeitverlauf entstehende Bewerten und Verbinden der wahrgenommenen klanglichen Reize zur edlen Pflicht des Hörers.

Es ist die notwendige Brücke Zeit, welche dem Klangkünstler die Möglichkeit zum schöpferischen Ordnen und bildenden Gestalten darreicht. Es ist das unabdingbare Zusammengehören von Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft, welches den Komponisten kulturelle Ästhetik aus Natur, Musik aus Akustik formen lässt. Nur das Erfahrbarmachen und schöpferische Darstellen von Verlaufsordnungen des Zeitlichen erlaubt Bedeutung und Empfindung, Ausdruck und Sprache.

Der so bedingte Wille singulärer Klangereignisse nach Zusammenhang, nach sinn- und wertstiftender Gestaltung des Verlaufs zeigt sich in der Musik markant in den Phänomenen *Metrum* als der gliedernden Zählzeit und gleichmäßigen Abfolge von Dauern sowie *Takt* als Abbild von Bewegung in der Zeit. Jedes akustische Ereignis, jeder einzelne Ton erhält Länge und zeitliches Ausmaß, Gewichtung und Vergleichbarkeit, erlangt Bezug. Die ordnende Wirkung der Zeit wird zum gestaltbaren musikalischen Grundparameter *Dauer* und stellt Töne als *Notenwerte* in abhängige Verhältnisse zueinander. Der definierte, bewertete Verlauf eines Klanges sowie das in Dauerngruppen abgebildete Bewegen wirken form- und sinngebend und werden zur ordnenden Ausgangsstruktur von Rhythmen und Versmaß – von musikalischem Erzählen.



Foto: Joanne Green

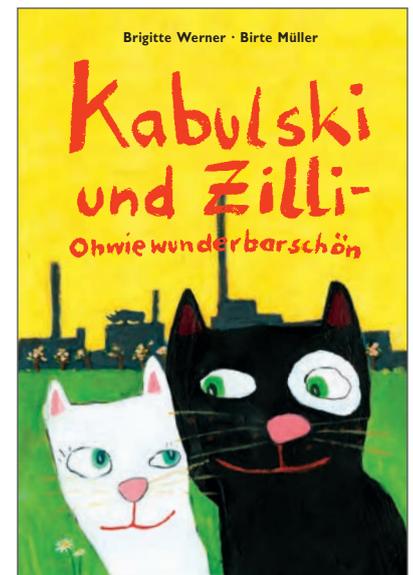
Jene formende Struktur aber ist unweigerlich geknüpft an das *Tempo*, den festzulegenden Geschwindigkeitsgrad des musikalischen Metrums. Die vermeintlich lineare Gliederung des Verlaufs in feste Einheiten, welche Ordnung und Folge ermöglicht, tritt somit in Widerspruch und Abhängigkeit zu Erleben und Empfinden. Die scheinbar objektive, alle Einzelstrukturen der Musik durchdringende und Verbindlichkeit schaffende Zeit wird durch Schwankung und emotionale Bewertung subjektiv beseelt. Die Syntax der musikalischen Zeitgestalt wird durch das für Erzählkunst unabdingbare Wechselspiel aus Spannung und Entspannung bereichert. Erst hier halten Betonung, Dramaturgie und Interpretation Einzug. Erst nun korrespondieren Einzeltöne miteinander und werden zu Melodie oder Rhythmus, Ahnung oder Erinnerung, Bogen oder Bruch. Aus dem abstrakten Raster einer regelmäßig pulsierenden Folge entsteht durch die Veränderlichkeit des Tempos erlebbare, spürbare Kunst.

«Das Notwendigste, das Härteste und die Hauptsache in der Musik ist das Tempo», so schrieb bereits Wolfgang Amadeus Mozart 1777 an seinen allzeit kritischen Vater. Die durchdringende Bedeutung der Zeit für die Musik und die Frage ihrer Gestaltung und ihres Abbildens beschäftigt Komponisten seit jeher – allein die Konzepte und Herangehensweisen zur Formung von Verlaufsstrukturen wandelten sich durch die Jahrhunderte. Sei es beispielsweise die eindeutige Zuordnung von Metrik und Rhythmik in der Mensuralmusik der Renaissance, des ersten Notationssystems in der europäischen Musikgeschichte mit einer exakten Darstellung von Tondauern oder der in den 1950er Jahren die Kompositionstechnik Bernd Alois Zimmermanns prägende Gedanke einer Kugelgestalt der Zeit als Einheit von Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft. Seien es die verschleiern, sich vom Puls lösenden Rhythmen und Polyrhythmen der Spätromantik und des beginnenden 20. Jahrhunderts oder die Erkundung der Langsamkeit in John Cages *Organ²/ASLSP* aus den Jahren 1985/1987, einem so langsam als irgend möglich zu spielenden Orgelwerk, das seit 2001 in Halberstadt für eine geschätzte Gesamtdauer von 639 Jahren ununterbrochen erklingt. Und auch 236 Jahre nach Mozarts Aussage über die Bedeutsamkeit der Zeit für und in der Musik gilt es für den Komponisten von heute immer noch, dem fordernden *a tempo* Folge zu leisten und sich der Zeit und ihrer Formung zu stellen. Und manchmal beschleicht einen dabei die Frage, ob das «Härteste» daran nicht ein leeres Blatt mit den verlockend quälenden fünf Notenlinien ist, das sich einfach über Stunden und Stunden nicht füllen will!? ■

Sebastian Hoch studierte an der Staatlichen Hochschule für Musik und Darstellende Kunst in Stuttgart Musiktheorie, Neue Medien und Klavier und arbeitet als privater Musiklehrer und Komponist. Für den Verlag Freies Geistesleben vertonte er die Hörbücher von Brigitte Werner, «Kotzmotz der Zauberer» und jüngst «Ohwiewunderbarschön – Kabulski und Zilli».



Kabulski, der dicke Kater, ist schrecklich verliebt! Brigitte Werner erzählt rasant, fantasievoll und mit viel Humor und Sprachwitz. Birte Müller hat dazu freche und liebenswerte Illustrationen geschaffen und Sebastian Hoch lässt mit seinen Kompositionen die Geschichte temperamentvoll, beschwingt und innig erklingen.



Brigitte Werner (Text) |
 Birte Müller (Illustrationen)
Kabulski und Zilli-Ohwiewunderbarschön
 57 Seiten, gebunden | ab 6 Jahren
 € 12,- (D) | ISBN 978-3-7725-2487-5

Brigitte Werner (Text) |
 Sebastian Hoch (Musik)
Ohwiewunderbarschön
Kabulski und Zilli – Ein Hörbuch
 Gelesen von der Autorin.
 CD, 43 Minuten Spielzeit | ab 6 Jahren
 € 12,- (D) | ISBN 978-3-7725-2689-3
 www.geistesleben.com

Juni



FR 31

Mai

SA 01

1983 Anna Seghers †, dt. Schriftstellerin
(* 19.11.1900 in Mainz)

Nikodemus

Pierre Bonnard

* 3. Oktober 1867 in Fontenay-aux-Roses
† 23. Januar 1947 in Le Cannet

Der Garten / Le Jardin

1936 – 1938 Öl auf Leinwand, 127 x 100 cm
Musée d'Art moderne de la Ville de Paris
© VG Bild-Kunst, Bonn

SO 02

10. Woche nach Ostern

☉ 04:11 / 20:30

☾ 01:09 / 14:07 In Italien ges. Feiertag (1946 Republik)

MO 03

KW 23

1913 Otilie Zeller *, dt. Botanikerin

DI 04

MI 05

1913 Marie Popelin †, belg. Juristin, Lehrerin und
Frauenrechtlerin (* 17.09.1846 in Brüssel)

In Dänemark ges. Feiertag (Grundgesetz)

DO 06

FR 07

☾ ☾ ☾ 15^h

1973 Christine Lavant † in Wolfsberg/Kärnten, österr.
Dichterin (* 04.07.1915 in Groß-Edling/Kärnten).
Vor 33 Jahren (1980) starb der Schriftsteller Henry Miller
(* 26.12.1891).

SA 08

● Neumond 16:56

Der andere Garten

«Wann ist das Essen fertig?», fragte mein Vater immer. In der Annahme, er sei ungeduldig vor Hunger, antwortete meine Mutter dann, sich eifrig entschuldigend: «Oh, jeden Moment – es muss gleich eins sein.» Aber sie hatte ihn missverstanden. In Wirklichkeit wollte er nur wissen, ob ihm noch Zeit für einen Blick in den anderen Garten blieb, bevor er sich zu Tisch setzte.

So beginnt der Roman von Francis Wyndham «Der andere Garten», für den der 1924 geborene im Jahre 1987 den «Whitbread First Novel Award» erhielt. «Bestseller kommen und gehen, doch Francis Wyndhams kluger und eleganter Roman wird noch von sehr vielen Generationen gelesen werden», schrieb Hilary Bailey in «The Guardian».

«Der andere Garten» ist von Andrea Ott aus dem Englischen übersetzt worden und im Dörlemann Verlag in Zürich 2010 erschienen.

SO 09

11. Woche nach Ostern

☾ ☾ ☾ 9^h

☉ 04:07 / 20:36

☾ 04:57 / 21:02

MO 10

KW 24

☾ ☾ ☾ 11^h, ☾ ☾ ☾ 22^h

In Portugal Nationalfeiertag

DI 11

MI 12

In Russland Tag der Staatssouveränität

Do 13

FR 14

SA 15

SO 16

12. Woche nach Ostern
 ● Erstes Viertel

☉ 04:05 / 20:40
 ☾ 12:13 / –

MO 17

KW 25
 1963 John Cowper Powys † in Blaenau Ffestiniog, walisischer Schriftsteller (* 08.10.1872 in Shirley/Derbyshire). Seine Romane «Wolf Solent», «Weymouth Sands» und «A Glastonbury Romance» galten insb. in den 60er und 70er Jahren als Geheimtipp für spirituell Suchende.

DI 18

MI 19

☽♄ 16^h, ☉♃ 17^h
 1993 William Golding †, engl. Schriftsteller. Er schrieb den Roman «Der Herr der Fliege» (* 19.09.1911).

Beginn der Schulferien in Berlin

DO 20

Beginn der Schulferien in Brandenburg und Hamburg

FR 21

Sommersonnenwende 06:04

☿ Sonne tritt in das astronomische Sternbild Zwillinge.

☿ Sonne tritt in das astrologische Tierkreiszeichen Krebs. Beginne mit der Monatstugend: «Selbstlosigkeit – wird zu Katharsis.»

SA 22

☽♂ 10^h

In Schweden und Finnland Mittsommertag
 Beginn der Schulferien in Mecklenburg-Vorpommern

SO 23

13. Woche nach Ostern
 ○ Vollmond 12:32, ☽♃ 8^h
 1763 Joséphine de Beauharnais *, Kaiserin der Franzosen an der Seite von Napoléon († 29.05.1814).

☉ 04:06 / 20:42 In Luxemburg ges. Feiertag
 ☾ 20:29 / 04:13 (für Großherzog)

MO 24

KW 26
 ☾♂ 21^h

Johanni
 Beginn der Schulferien in Schleswig-Holstein

DI 25

☾♀ 3^h

In Slowenien Nationalfeiertag

MI 26

363 Julian Apostata †, römischer Kaiser (* 06.06.331)

DO 27

Siebenschläfer
 Beginn der Schulferien in Bremen und Niedersachsen

FR 28

1813 G. J. D. von Scharnhorst †, Preußischer General (* 12.11.1755)

SA 29

Petrus und Paulus, Apostel

SO 30

14. Woche nach Ostern
 ● Letztes Viertel

☉ 04:09 / 20:42
 ☾ – / 13:05

MO 01

Juli

KW 27

Redaktion: Lin

Geistliches Lied

Zeichen, seltn Sticker ein
 Malt ein flatternd Blumenbeet.
 Gottes blauer Odem weht
 In den Gartensaal herein,
 Heiter ein.
 Ragt ein Kreuz im wilden Wein.

Hör' im Dorf sich viele freun,
 Gärtner an der Mauer mäht,
 Leise eine Orgel geht,
 Mischet Klang und goldenen Schein,
 Klang und Schein.
 Liebe segnet Brot und Wein.

Mädchen kommen auch herein
 Und der Hahn zum letzten kräht.
 Sacht ein morsches Gitter geht
 Und in Rosen Kranz und Reihn,
 Rosenreihn
 Ruht Maria weiß und fein.

Bettler dort am alten Stein
 Scheint verstorben im Gebet,
 Sanft ein Hirt vom Hügel geht
 Und ein Engel singt im Hain,
 Nah im Hain
 Kinder in den Schlaf hinein.

Georg Trakl

* 3. Februar 1887 in Salzburg

† 3. November 1914 in Krakau

Gedichte

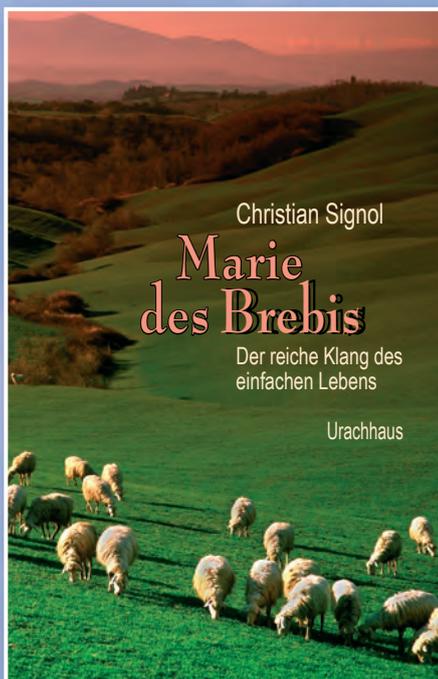
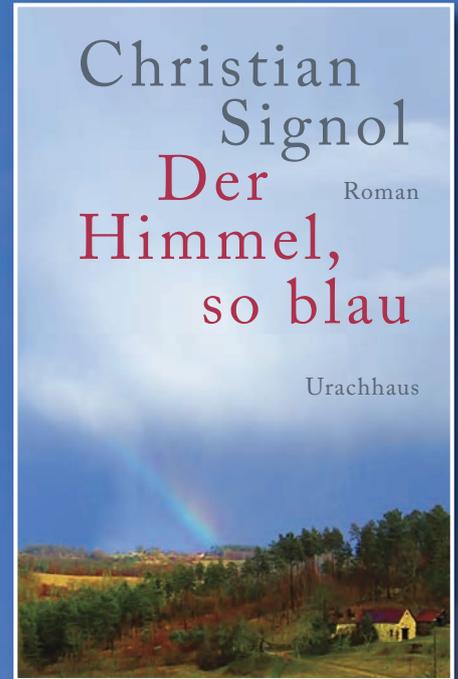
Auswahl und Nachwort von Marie Luise Kaschnitz
 Bibliothek Suhrkamp 420 / Frankfurt am Main 1974

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 allen astronomischen Zeitangaben eine Stunde hinzu zu fügen.

Berückende Bilder einer *vergangenen* Welt

Die imponierende Geschichte einer Familie, die über Generationen hinweg unerschrocken die Schwierigkeiten des Lebens meistert.

Südfrankreich, um 1890. Julien ist das Kind einer armen Landarbeiterin. Sein Leben ist bestimmt von harter Arbeit, ohne jede Perspektive auf einen sozialen Aufstieg. Dennoch schwört er sich, aus dieser Treitmühle ausbrechen. Kaum hat er begonnen, seine Träume wahrzumachen, bricht der Erste Weltkrieg aus und verschlägt ihn in die Fremde. Traumatisiert kehrt Julien aus dem Krieg zurück. Doch sein fester Vorsatz, seinen Kindern die Bildung zu ermöglichen, die ihm, der nie lesen und schreiben lernen durfte, immer verwehrt blieb, ist ungebrochen.



Die einfache Schafhirtin Marie des Brebis hat dem französischen Erfolgsautor Christian Signol ihre Lebensgeschichte erzählt – und es entstand ein beeindruckendes Lebenszeugnis, das vom Zauber der kleinen Dinge erzählt.

«Selten hat mich ein Buch so berührt wie *Marie des Brebis*. Immer wieder standen mir Tränen der Anteilnahme, der Rührung, des Mitgefühls, des Glücks oder der Trauer in den Augen – so authentisch liest sich die Lebensgeschichte dieser «einfachen» Frau, wenn man den gesellschaftlichen Einteilungen folgt und sie nur als Schafhirtin kategorisiert. Diese ungebildete Frau birgt einen solchen Reichtum an Wahrnehmungsqualität ihres so vielfältigen Lebens ... Die Lebensgeschichte von Marie ist ein Geschenk.»

Körper, Geist, Seele.
Magazin für Gesundheit und bewusstes Leben

Urachhaus. Bücher für die Glücksmomente des Lebens

Christian Signol: *Der Himmel, so blau* | Aus d. Franz. von Corinna Tramm | 319 Seiten, gebunden mit SU | € 19,90 (D) | ISBN 978-3-8251-7792-8

Christian Signol: *Marie des Brebis. Der reiche Klang eines einfachen Lebens* | Aus d. Franz. von Corinna Tramm | 192 Seiten, gebunden mit SU | € 15,90 (D) | ISBN 978-3-8251-7580-1 | www.urachhaus.de

Ruhe durch Bewegung

von Wolfgang Held

Auch wenn man sich für Planeten wenig interessiert, dieses Licht wird man kaum übersehen: Ab Ende April steigt am Abendhimmel Venus auf und bleibt dort bis Anfang kommenden Jahres. Abend für Abend, wenn keine Wolken im Weg stehen, wird man ihr helles Licht oberhalb der Horizontlinie sehen können.

In der letzten Maiwoche ergibt sich dabei ein großartiges Schauspiel am frühen abendlichen Himmel. Venus hat in ihrem Aufstieg Jupiter erreicht, und zugleich wird sie selbst von Merkur eingeholt. So stehen die drei Planeten erst in einer aufsteigenden engen Reihe und dann in Form eines kleinen Dreiecks am Himmel. Während Jupiter schon im Juni im Sonnenglanz verschwindet und auch Merkur nur bis Mitte Juni sichtbar bleibt, hält Venus stoisch an ihrer Stellung fest. Von Ende Mai bis November hält sie ihre Höhe über der Landschaft. Sie wandert langsam von Westen nach Südwesten, behält dabei aber eine Höhe, die ungefähr einer ausgedehnten Handbreite entspricht.

Nur zwei Planeten sind zu einem solchen Spaziergang am Horizont in der Lage, können anders als Sterne und Sonne trotz Wechsel der Jahreszeiten eine konstante Höhe über der Landschaft halten. Es sind die Nachbarn der Erde – Venus und Mars. Während Merkur immer nur für wenige Wochen über den Horizont springt, Jupiter und Saturn sich vom Horizont lösen und beinahe aus dem Zenit leuchten, vermögen Venus und Mars sich beide für ein halbes Jahr mit dem Horizont zu verbinden, sofern Tierkreis und Planetenposition gut zusammenstimmen.

Venus und Mars sind damit nicht nur kosmisch die Nachbarn der Erde, sie gewinnen außerdem anschaulich eine enge Beziehung zur Landschaft. Obwohl Venus im Tierkreis voranschreitet, obwohl der Zeitpunkt des Sonnenuntergangs durch die Jahreszeiten schwankt und obwohl die Tierkreisebene von Frühling bis Herbst eine komplexe Kippbewegung durchmacht, hält Venus «die Stellung».



Foto: Bryan Delodder / Venus (rechts), Jupiter (links)

Ihre gleichbleibende Höhe ist deshalb nicht das Ergebnis von Stillstand, sondern eines komplexen Ausgleichs verschiedener Bewegungen.

Ruhe in der Bewegung, diese Sehnsucht vieler Menschen in einer dynamischen Zeit, das zeigt Venus in den kommenden Monaten am westlichen Horizont. Es lohnt sich deshalb, immer wieder den Blick zu ihrem hellen Licht zu lenken, um sich inspirieren zu lassen, wie es möglich ist, nicht durch Verharren, sondern durch eigene ausgleichende Bewegung zu einem Gleichmaß im Fortgang zu kommen.

Um ruhig zu werden, um Beständigkeit zu gewinnen, ist eigene Bewegung notwendig. Was bei Venus und Mars sich aus dem organischen Zusammenspiel der Rhythmen von Schwung und Schwerkraft ergibt, das braucht in der Sphäre menschlicher Bewegung etwas Vergleichbares – und das ist die Wahrnehmung der Bewegungen.

Wenn es gelingt, das, was sich an Bewegung ereignet, was sich an neuen Konstellationen, an ständigem Wechsel in der menschlichen Umgebung vollzieht, zu beobachten, dann wird es möglich, durch eigene Bewegung nicht der oder die Getriebene zu sein, sondern einen ruhigen Stand in diesem Spiel der Kräfte zu finden.

«Ihr Philosophen werdet Tänzer!» – das hat Friedrich Nietzsche den Denkerinnen und Denkern zugerufen. Venus zeigt, wie man durch eigenen Tanz Ruhe finden kann. Und Ruhe ist die Voraussetzung, um nachdenken zu können, um ein Philosoph werden zu können. Wer in den kommenden Monaten abends den Blick auf Venus lenkt, legt den Grundstein, um ein Philosoph zu werden. ■

Jod

farbiges Element der Seele

von Markus Sommer

In der Tiefe der Erde gibt es kaum Farben. Grautöne herrschen hier vor. Und auch die meisten chemischen Elemente sind entweder ganz farblos (wie z.B. die Hauptbestandteile der Luft, Stickstoff und Sauerstoff oder die Edelgase) oder sie zeigen einen mehr oder minder einheitlich silbrigen Glanz wie fast alle Metalle. Seltene Ausnahmen von dieser Regel sind Gold und Kupfer.

Farbe entsteht oft dann, wenn Sauerstoff hinzutritt. So verwandelt sich Eisen durch Sauerstoffaufnahme in braunen Rost. Aber Eisenoxide («Oxide» heißen Sauerstoffverbindungen) können auch als «Ocker» in strahlend goldenen Tönen erscheinen, die vor der Herstellung synthetischer Pigmente zu den schönsten und preiswertesten Farben gehörten und bis heute vielen Schlössern und Kirchen Farbe verleihen. Aber auch Rottöne von Rotmarokkanischem Ocker bis zu Venezianischrot, welche z.B. für die Ölmalerei Verwendung finden, entstehen aus der Verbindung von Eisen und Sauerstoff. Wenn wir dagegen im Gestein blaue und grüne Töne oder sogar Kristalle von dieser Farbe finden, so hat sich dort meist Kupfer mit Sauerstoff verbunden und Malachit, Azurit und viele andere Kupferminerale entstehen lassen. Und auch die farbigen Edelsteine Granat, Rubin, Smaragd und Saphir enthalten Sauerstoff. Ein Element aber – das zunächst gar nichts mit Sauerstoff zu tun hat – hat eine so beeindruckende Farbe, dass sie ihm sogar den Namen gab. Das Jod hat seine Bezeichnung vom griechischen Wort *ιο-ειδής* (*io eides*), was «veilchenfarbig» heißt und tatsächlich gut zu seiner tief violetten Farbe passt.

Entdeckt wurde dieses Element auf eigenartige Weise. Jeder kennt wohl die bräunlichen, algenartigen Tange, die nach einem Sturm in großer Menge an den Strand gespült werden. Sie wachsen in Küstennähe, dort, wo Meer und Land ineinander übergehen. Wenn man sie trocknet und verbrennt, entsteht Salpeter, Kalium- und Natriumnitrat, den man als Düngemittel verwenden könnte, der

aber früher vor allem zur Produktion von Schießpulver gebraucht wurde, um die vielen kriegerischen Auseinandersetzungen betreiben zu können. Bei der Reinigung des Salpeters durch Auflösung in heißen Laugen scheiden sich aber auch violette Kristalle ab, die schließlich als «Iod» bezeichnet und als chemisches Element erkannt wurden.

Tatsächlich reichern Tange und Algen aus unbekanntem Grund Jod, das in Spuren im Meerwasser vorkommt, tausendfach an, und Tang wurde – z.B. in der chinesischen Medizin – schon vor Jahrtausenden zur Behandlung von Schilddrüsenerkrankungen benutzt. Wie die Wasserpflanzen am Strand reichert in uns nämlich die Schilddrüse Jod enorm an, sodass in ihr fast alles Jod, das wir in unserem Körper haben, gespeichert ist.

Nicht nur die Jod-Pflanzen wachsen am Übergang von Wasser und Luft, in uns findet sich unser «Jod-Organ» an einer ebensolchen ausgezeichneten Stelle: Im Kehlkopf kreuzen sich unser Luft- und unser Speiseweg. Was wir essen und trinken, wird dort in die Speiseröhre gelenkt, während andererseits hier die Luftröhre beginnt und im Kehlkopf selbst, mit Hilfe der Stimmlippen, die Töne erzeugt werden, die wir zum Sprechen und Singen benötigen. Genau vor dem Kehlkopf liegt die H-förmige Schilddrüse.

Am Ufer (z.B. eines Teiches) vollzieht sich aber auch der Landgang eines Fröschchens, das sich aus einer im Wasser lebenden Kaulquappe entwickelt hat. Und dieser erstaunliche Verwandlungsvorgang von einem Wasser- zu einem Landwesen geschieht nur in Anwesenheit von Jod. Hält man Kaulquappen im Labor in vollständig jodfreiem Wasser, so wird nie ein Frosch aus ihnen. Dasselbe ist der Fall, wenn man ihnen die Schilddrüse entfernt. Das in diesem Organ gebildete, Jod enthaltende Hormon *Thyroxin* ist Voraussetzung dafür, dass den Kaulquappen Beinchen wachsen und sie eine Lunge entwickeln. Mit seiner Hilfe wird aus dem stummen Wasser-



Fotos: Markus Sommer

Beim Erwärmen verwandelt sich Jod in «veilchenfarbenen» Dampf (links), um sich dann wieder als so dunkel-violette Kristalle am abkühlenden Glas niederzuschlagen, dass diese fast schwarz wirken (rechts).

wesen ein stimmbegabtes Landtier (ob das immer ein Segen ist, fragen wir uns manchmal, wenn im Frühjahr das unermüdliche Gequacke aus einem nahen Teich in unser Schlafzimmer dringt). Tatsächlich ist auch unsere Stimmqualität von der Schilddrüsenfunktion abhängig. Bei einer Schilddrüsenunterfunktion (die Folge eines Jodmangels sein kann) wird unsere Stimme rau und stumpf, während die Schilddrüsenüberfunktion manchmal mit der besonderen Farbigkeit einer seelenvollen Stimme einhergehen kann – weshalb ein Arzt einmal ernsthaft in Schwierigkeiten geriet, nachdem er eine Opernsängerin wegen ihrer Schilddrüsenüberfunktion behandelte, ohne sie vorher darüber aufzuklären, dass sich dadurch der einzigartige Glanz ihrer Stimme ein wenig abstumpfen würde. Wie wirkt nun aber das Schilddrüsenhormon in uns? Bis ins Letzte ist das heute immer noch nicht klar. Fest steht aber, dass es die Sauerstoffaufnahme unseres Körpers steigert und zu vermehrter Wärmebildung führt. Bei einer Jodvergiftung oder einer starken Schilddrüsenüberfunktion kann das zu regelrechtem Fieber führen. Umgekehrt führt Jod- und Schilddrüsenhormonmangel zu erniedrigter Körpertemperatur und Müdigkeit, bis hin zu einem schlafähnlichen Komazustand bei schwerem, anhaltendem Mangel (während eine übersteigerte Jodwirkung und Schilddrüsenfunktion typischerweise zu schweren Schlafstörungen führt). Bei weniger ausgeprägtem Mangelzustand verdüstert sich die Seelenstimmung in einer Depression (und schwere, auf keine andere Therapie ansprechende Depressionen werden manchmal – auch dann, wenn sie nicht Folge einer Schilddrüsenstörung sind – mit hohen Dosen von Schilddrüsenhormonen behandelt). Tritt ein schwerer Mangelzustand schon in der frühen Kindheit auf, so kann das Gehirn nicht richtig ausgebildet werden, was zur Beeinträchtigung der Intelligenz und gedanklichen Brillanz führt, aber auch Lungenprobleme mit übermäßiger Schleimbildung und Infektneigung können auftreten. Deutlich wird das übrigens erst, wenn wir «an Land steigen». Auch wir entwickelten uns ja im Mutterleib in einer Wasserwelt und traten mit der Geburt ans Land, in die Trockenheit, wo wir die Luft mit dem ersten Atemzug sogar in uns hineingenommen haben. Auf's Ganze gesehen kann man sagen, dass die Schilddrüse und das Jod es unserer Seele ermöglichen zu erscheinen, uns «aus dem Wasser heraus und in die Luft» zu führen. Dazu passt es gut, dass Jod beim Erwärmen – ohne zuvor flüssig zu werden – unmittelbar in den Gaszustand übergehen kann. Man nennt das «Sublimation». Violette Jodgas schwebt dann über den Kristallen (wie man es auf dem Foto sieht), und schon in dieser «Geste» ahnt man etwas von den Kräften, die in dieser Substanz stecken. ■

Die Bücher des Arztes Markus Sommer sind in der Reihe «aethera» des Verlags Urachhaus erschienen. Weitere Informationen sind zu finden unter: www.urachhaus.de/urheber/markus-sommer



WELEDA

Im Einklang mit Mensch und Natur

Seit 1921



Combudoron® Gel – die natürliche Alternative bei Sonnenbrand und Insektenstich

Lindert Juckreiz und kühlt.



Für die ganze Familie –
auch für Säuglinge

Combudoron® Gel
Enthält 18 Vol.-% Alkohol.

Anwendungsgebiete gemäß der anthroposophischen Menschen- und Naturerkenntnis. Dazu gehören: Verbrennungen 1. und 2. Grades (Rötung, Schwellungen, Brandblasen), Sonnenbrand, akute Strahlenschäden der Haut; Insektenstiche.

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

Weleda AG, Schwäbisch Gmünd

www.weleda.de



Hervé Jaouen

Wenn unbeschwerte Jugend auf den Tod trifft

Häufig ist die Inspiration nur ein kleiner Kern der Realität, der die Phantasie zum Keimen bringt. Im Roman *Pardon, Monsieur, ist dieser Hund blind?* ist der Anteil der Realität sehr bedeutend. Die Omama meines Buches, die ich auf Französisch «Mamie Mémoire» genannt habe, war die unserer besten Freunde, mit denen wir unsere meisten Freizeitvergnügungen – Angeln am Fluss, Ausflüge, Reisen – verbracht haben und noch immer verbringen. Als Omamas Zerstretheit zur ernsthaften Schwierigkeit wurde, hat ihre Tochter, unsere Freundin, es so eingerichtet, dass sie sie bei sich aufnehmen konnte, anstatt sie in einer Einrichtung unterzubringen. So haben wir sie oft getroffen, fast jedes Wochenende, entweder bei unseren Freunden oder bei uns.

Zu Beginn ihrer Krankheit, sagen wir es ganz ehrlich, waren die Begegnungen oft sehr lustig – die kleinen Streiche, die ihr ihre beiden Enkel spielten, ihre Dummheiten, die sie beging, die Verwirrung zwischen ihren verschiedenen Lebensphasen, ihre Bemerkungen. Das ging so weit, dass unsere Freunde mir sagten: «Irgendwann musst du einmal ein Buch darüber schreiben.» Mit diesem Ziel haben sie begonnen, Aufzeichnungen zu machen. Einiges hätte ich mir niemals ausdenken können, zum Beispiel die Anekdote über den Voyeur und den Hund, der eine schwarze Brille hätte tragen sollen: Diese Szene hat sich wirklich an einem Strand in der Bretagne zugetragen.

Dann wurde Omama vollkommen pflegebedürftig. Ich habe weiter Notizen gesammelt. Sie wurden immer düsterer und ich fragte mich, wie sich ein so ernstes Thema als Roman gestalten ließe? Bis ich die Idee hatte, das Buch aus der Sicht eines dreizehnjährigen Mädchens zu schreiben, das pffiffig, sensibel, geistreich und eine gute Beobachterin wäre. So würde die liebenswerte Unbeschwertheit der Jugend dem bevorstehenden Tod eines alten Menschen gegenüberstehen, damit es zu einer Verschmelzung der beiden kommen könne.

Ich denke, dieser Roman ist sowohl eine Erzählung über die Alzheimer-Krankheit wie auch eine Geschichte der Entwicklung eines Mädchens, das durch die Konfrontation mit der Krankheit ihrer Großmutter plötzlich erwachsen wird und beginnt, das Leben und den Tod zu begreifen. Am Ende des Buches ist Véro bewusst, dass die Erinnerung der uns lieben Menschen, die uns auf dieser Erde vorangegangen sind, ein Schatz ist, der häufig ignoriert wird und sorgfältig bewahrt werden sollte.

Was Omama betrifft, so habe ich ihre Vergangenheit, ihre Schönheit, ihre Erziehung, ihre gepflegte Sprache und die Tatsache beibehalten, dass sie bis zu ihrem letzten Atemzug liebevoll umsorgt wurde. Scheinbar habe ich das Wichtigste der Entwicklung der Alzheimer-Krankheit ziemlich genau wiedergegeben, denn als ich den Preis der französischen «Stiftung für Gerontologie» erhielt, sagte mir die Präsidentin, eine Ärztin, dass sie das Buch an die Krankenschwestern ihrer Abteilung verteilen werde.

Was Véro, die Erzählerin angeht, so habe ich vieles von unserer jüngsten Tochter übernommen (insbesondere die Verehrer, die aus dem Ausland anrufen!). Sie hat es mir verziehen. Nun, ich nehme es an. Ihr Bruder trägt viele Züge des Sohnes unserer Freunde.

Was den frei erfundenen Part betrifft, so brauchte ich noch ein paar «böse Charaktere», um die Handlung glaubwürdig erscheinen zu lassen, denn tatsächlich brechen unter solchen Bedingungen in den meisten Familien Konflikte aus.

Das Buch wurde für die Bühne bearbeitet und zur Premiere lud ich unsere Freunde ein. Dabei erlebten wir einen gewaltigen Schock: Die Schauspielerin, die die Omama verkörperte, ähnelte ihr auf einzigartige Weise. Omama war auferstanden! In mehr als zwölf Sprachen ist sie jetzt schon unsterblich geworden, nun auch auf Deutsch. Ich höre sie von oben herab sagen: «Unsterblich, ich? Aber gewiss! Und ihr seht, dass ich darüber durchaus entzückt bin!» ■

Vertrauen

Mensch und Welt werden verwandelt

von Ruth Ewertowski

Das Wunderbare am Vertrauen ist, dass es wirkt, dass es die Welt verändert. So unscheinbar es daherkommt, als bloße Stimmung, als Gefühl, als Haltung, so ohnmächtig es scheint, so wirkt es doch auf den, dem es entgegengebracht wird. Denn das Vertrauen – aber auch das Misstrauen – hat die starke Tendenz zur Selbsterfüllung und darüber hinaus die Fähigkeit zur seelisch-geistigen Bildung eines anderen Menschen im Ursinne der *paideia*, der Bildung und Erziehung. Insofern ist Vertrauen nicht nur das Verhaltenskorrelat zu jener echten Freiheit des Menschen, die sich in der Verantwortung des anderen erfüllt. Es liegt vielmehr auch in unserer Verantwortung, dass wir den anderen Menschen Vertrauen entgegenbringen und ihnen damit den Freiheitsraum zu einer humanen Selbstgestaltung geben.

Wenn uns niemand vertraut, so können wir auch nicht vertrauenswürdig sein. Wir sind in unserer moralischen Fähigkeit geradezu abhängig vom vertrauenden Verhalten anderer. Wer einem anderen nicht vertraut, dass er sein gegebenes Versprechen hält, trägt mit dazu bei, dass es tatsächlich gebrochen wird. Denn es ist weitaus schwerer oder fast schon absurd, ein Versprechen, eine Treue gewissermaßen aus Trotz statt in der förderlichen Stimmung vertrauender Ermunterung zu halten. Wenn wir unsere Vertrauenswürdigkeit erst unter Beweis stellen oder gar den Gegenbeweis gegen ein Misstrauen, eine Verdächtigung antreten müssen, so liegt darin, dass kein Vertrauen aufgebracht wurde, schon ein nahezu gegnerischer Akt, der eine Selbstbehauptung herausfordert, die selbst wiederum der Atmosphäre des Vertrauens widerspricht.

Erbrachtes Vertrauen aber übt einen Einfluss auf den Empfänger aus, der eine geradezu suggestiv aufschließende Wirkung hat. Zugespißt gesagt liegt im Vertrauen fast eine Art von «Nötigung» des anderen, seiner eigentlichen Freiheit gerecht zu werden – einer Freiheit, die nicht in der Wahl, sondern der Wahrhaftigkeit liegt.

Wenn wir Vertrauen bringen können, dann wandelt sich nicht nur unser Verhältnis zur Welt, sondern die Welt selbst: Sie wird gut, schön und wahr, so wie sie das Kind und der Jugendliche erwarten. Das Subjektive der Vertrauensstimmung wird in der Welt objektiv. Das hat am Ende schon Hiob erfahren, dem in der Leidenschaft seines Vertrauens Gott sich in einer Weise zuwendet, die Hiob auch von außen in einen neuen souveränen Stand setzt. Dass Hiob die Treue hält, wird nicht einfach nur belohnt, sondern verwandelt die Situation. Hier ist die Nahtstelle, an der Innen und Außen, Mensch und Gott sich unmittelbar berühren, an der wir eins mit der Welt werden.

Vertrauen öffnet sich und eröffnet dem, dem es entgegengebracht wird, einen Raum, in dem nicht jeder Schritt argwöhnisch beäugt wird, mit dem Neues entstehen will.

Freilich, dass Vertrauen Erfolg hat, ist nicht garantiert. Eben diese fehlende Notwendigkeit ist genau der Grund für seine schöpferische Kraft, denn aus Notwendigkeit entsteht nichts Neues, sondern nur Absehbares. Das Vertrauen wird der Kontingenz gerecht, die in der Welt der unberechenbare Urquell aller Entwicklungsimpulse ist. Denn «Kontingenz» heißt ja nicht einfach «blinder Zufall», sondern «Möglichkeit». Vertrauen schafft den möglichkeitsoffenen Raum, in dem sich Sinn erst entfalten kann, und dieser schwebt nicht selten über dem Abgrund des Sinnverlustes, aus dem er stets neu geborgen werden will. Dass der Sinn gefährdet ist, gehört zu seiner Qualität, die ihn als erfülltes Schicksal erst beglückend macht. ■

Jüngst erschien von Ruth Ewertowski das Buch «**Vertrauen – Vom Verlust und Finden eines Lebensprinzips**» (ISBN 978-3-7725-2623-7, 18,90 Euro)



Foto: Constanze Polenz





Oberon



Titania



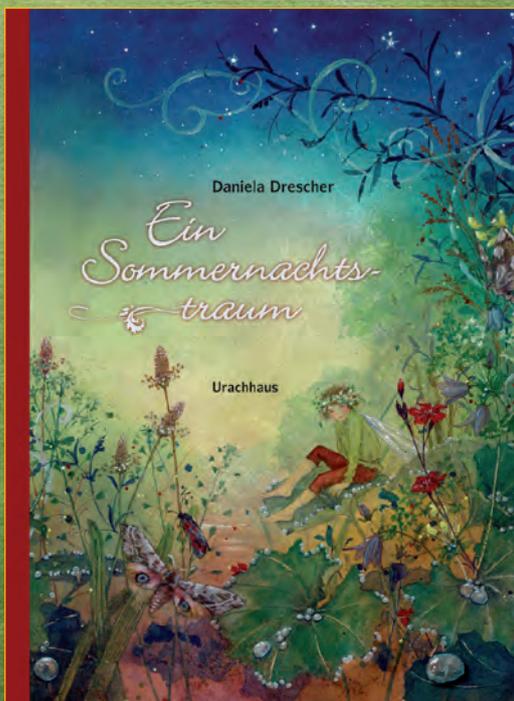
Puck

Geister, Elfen, stellt Euch ein!

Wer kann sich dem Zauber dieses beliebten Klassikers entziehen?
Seine geheimnisvolle Dämmerwelt, von zahllosen Naturwesen bevölkert,
das listige Verwirrspiel, das Oberon und Puck einfädeln, ziehen von jeher
Groß und Klein in ihren Bann.

Vereinfacht und kindgemäß werden hier die wesentlichen Handlungsstränge
nacherzählt und an vielen Stellen die rhythmisch schwingenden Verse
des Originals mit einbezogen.

Daniela Drescher hat zu dieser Zauberwelt märchenhaft schöne Aquarelle geschaffen,
die uns unmittelbar auf die Bühne des Sommernachtstraums entführen ...



WILLIAM SHAKESPEARE
Ein Sommernachtstraum
Illustriert von Daniela Drescher

40 Seiten, gebunden, durchgehend farbig
Format: 22 x 30 cm
14,90 Euro

Verlag Urachhaus
ISBN 978-3-8251-7820-8



Hier finden Sie
eine Leseprobe.



Der Kopf braucht Hand und Fuß

von Henning Kullak-Ublick

Lisas Füße staunen, seit sie barfuß aus dem Auto geklettert ist.

Sie fühlen «kühl, schmierig, feucht, weich!, irgendwie dunkel». Dann «fester, pieksig, nadelig, wärmer, steinig, wieder weicher, trocken, rieselig, herb, warm!, hell?» Tausendfache Berührungen. Schließlich: «Autsch, heiß!», und das Signal an Lisa: «Lauf! Schnell! Los! Da ist's weich, kühl und nass ...»

Lisas Füße haben ihr auf dem Weg vom Parkplatz zum Wasser vom Waldboden erzählt, vom heißen Sommer und vom nassen Sand bei Ebbe. Natürlich weiß sie, was ihre Füße sagen, nur, weil sie dafür Begriffe hat, aber ohne ihre Fuß-Botschaften hätte sie viele Begriffe gar nicht erst bilden können. Zum Verstehen braucht sie die Füße. Lisa hat auch noch zwei Hände, und die gehören zweifellos zu den größten Wunderwerken, welche die Evolution hervorgebracht hat. Nur wer die Hand versteht, kann den Menschen begreifen. Den Tastsinn, Wärmesinn, Gleichgewichtssinn und «kinästhetischen Sinn», durch den wir unsere eigenen Bewegungen spüren, haben wir schon in Lisas Füßen bei der Arbeit kennengelernt. In ihrer Hand wirken sie noch viel umfassender: Während Lisa die Welt mit ihr zugleich erspürt und aktiv gestaltet, entsteht – Intelligenz.

Was verrät uns die Hand, dieses differenzierteste Bewegungsorgan, das überhaupt existiert, über uns selbst? Was am Schulterblatt mit dem Oberarmknochen beginnt, wird am Ellenbogengelenk zu Elle und Speiche, die sich am Handgelenk wiederum in die immer feiner differenzierten Fingerknochen aufgliedern. Durch die vielen Gelenke, Sehnen und Muskeln sind die Arme und erst recht die Hände nicht auf bestimmte Bewegungen festgelegt, sondern können sich sehr frei bewegen. Im Unterschied zu den Tieren können wir unsere Daumen auf die anderen Finger zubewegen und damit Gegenstände ebenso kräftig wie behutsam ergreifen und führen.

Schon als Säugling hat Lisa mit ihren Händen herumgetastet und dabei die Grenze zwischen sich und der Außenwelt erlebt. Immer

feiner lernte sie, mit ihren Fingerchen zu fühlen, was sie über die Beschaffenheit der Dinge verraten. Nach und nach vermittelte ihr der Tastsinn ein Bewusstsein von der Welt, die sie umgibt. Und während ihre Eltern sie mit ihren Händen hielten, auf tausenderlei Weise berührten, wickelten, streichelten oder aufhoben, hatte sie immer zugleich eine Begegnung mit ihrem «Ich», das in all diesen Berührungen anwesend und wirksam war. Tastend erfuhr Lisa, dass es die Welt und sie selber gibt.

Schlafen Sie noch oder stricken Sie schon?

Die bildschaffenden Verfahren der modernen Hirnforschung vermitteln ein differenziertes Bild davon, wie innig der Gebrauch unserer Hände, unsere Feinmotorik und die Entwicklung des Gehirns miteinander verknüpft sind. Als «neuroplastisches Organ» entwickelt sich das Gehirn in Korrespondenz mit allem, was wir seelisch oder körperlich tun, andauernd um und weiter. Italienische Forscher konnten schon nach zwanzig Minuten des Herumklimperns auf einem Klavier neuronale Veränderungen bei ihren Versuchspersonen nachweisen. Und nachdem zwölf musikalisch nicht vorgebildete Personen zehn Tage lang für jeweils 35 Minuten ihre beidhändige Fingerfertigkeit auf einem Keyboard trainiert hatten, bildeten sich neue Verbindungen zwischen ihren linken und rechten Hirnhälften, sodass die Rechtshänder links und die Linkshänder rechts geschickter wurden. Beide Seiten arbeiteten fortan besser zusammen.

An Waldorfschulen lernen Kinder schon in der ersten Klasse das Häkeln, dem bald darauf das Stricken folgt. Der Biologe Ernst-Michael Kranich machte darauf aufmerksam, dass die Hände bei dieser Tätigkeit eine außerordentliche Intelligenz entwickeln, weil die äußerst komplizierten feinmotorischen Bewegungen der



rechten Hand genau mit denen der linken Hand abgestimmt werden müssen, damit sich Masche an Masche fügt und schließlich ein regelmäßiges Gewebe entstehen kann.

Wie bei den Klavierspielern ist dies ein äußerst schwieriger Vorgang, der insbesondere am Anfang höchste Aufmerksamkeit erfordert. Lisa muss sich zuerst eine Vorstellung von dem bilden, was sie tun will und wie sie ihre Hände dazu bewegen muss. Diese Vorstellung muss sie dann willentlich bis in die Fingerspitzen bringen. Während sie das tut, tastet und fühlt sie genau, was ihre Fingerchen da zusammenzaubern – schult also auch ihren Tast- und Bewegungssinn. Indem Lisa diesen komplexen Zusammenhang strickend erschafft, arbeitet sie zeitgleich intensiv an ihrem Willen und an ihren Gehirnstrukturen.

Ein Blick auf ein ganz anderes Netz macht die Wichtigkeit des Faches Handarbeit und später ergänzend Handwerken für die Zukunft der Kinder von heute noch deutlicher: Das Internet hat sich wie ein riesiges neuronales Netzwerk über die ganze Welt ausgebreitet und erobert immer neue Gebiete unseres Lebens. Mit auf ein Minimum reduzierten Finger- und Augenbewegungen können wir in Sekundenbruchteilen auf ein schier unerschöpfliches Reservoir an Wissensfetzen zugreifen. Konzentration wird überflüssig, weil wir zu jedem Stichwort ein riesiges Angebot an Assoziationen – Links – angeboten bekommen, die ihrerseits wieder woanders hinführen und so weiter. Auch das wirkt unmittelbar auf das Gehirn, auf unsere Geschicklichkeit und unseren Willen, weil Fähigkeiten, die wir nicht benutzen, verkümmern.

Das Wunderwerk des Gehirns zeichnet sich dadurch aus, dass es ständig durch unsere Tätigkeit gestaltet und weiterentwickelt wird. Während Lisa strickt, bringt sie ihrem Gehirn bis in seine Strukturen und Vernetzungen hinein bei, komplexe Zusammenhänge denken zu können. Sie schmiedet an ihrer Intelligenz und kann sich in völlig anderen, unerwarteten Lebenssituationen darauf verlassen, dass sie Zusammenhänge erkennen und gestalten kann. Ob sie diese Intelligenz später einmal für die Naturwissenschaft, das Erkennen ökologischer oder ökonomischer Zusammenhänge oder für andere Menschen einsetzt, ist nicht so wichtig. Wichtig ist, dass sie gelernt hat, wie man überhaupt intelligent wird.

Die Intelligenz der Hände wird für die Generation der «digital natives» zu einer Lebensfrage. Sie ist es, die ihnen hilft, inmitten der nicht endenden Informationsflut einen lebendigen Mittelpunkt zu schaffen. Sie ist es, die unseren Kopf an die Wirklichkeit bindet und dabei gesund werden lässt. Das schöne Gewebe entsteht, weil Lisa es Masche für Masche erschafft. Sie will – und lernt zum Lohn das Denken. ■

Foto: Guillermo Lobo

Henning Kullak-Ublick war von 1984 bis 2010 Klassenlehrer in Flensburg. Seit 2002 ist er u.a. im Vorstand des Bundes der Freien Waldorfschulen in Deutschland und seit 2008 im Vorstand der «Freunde der Erziehungskunst Rudolf Steiners» tätig.

Freiwilligendienste

Pädagogische Begleitung mit Schwerpunkten in: Erlebnispädagogik • Spielpädagogik
Waldorfpädagogik • Natur- und Wildnispädagogik • Ökologie und Nachhaltigkeit

www.freunde-waldorf.de



HERVÉ JAOUEN
Pardon, Monsieur,
ist dieser Hund blind?

Aus dem Französischen
von Corinna Tramm
191 Seiten, gebunden
14,90 EURO

Verlag Urachhaus
ISBN 978-3-8251-7786-7

ab 12 Jahren

Pardon Monsieur, ist dieser Hund blind?

gelesen von Simone Lambert

Eine dreizehnjährige Ich-Erzählerin erzählt mit Selbstironie, komödiantischem Talent und jugendlicher Melancholie von ihrer alzheimerkranken Großmutter. Ein Dreivierteljahr beobachtet Véro, wie die zärtlich geliebte Omama von einer vornehmen, geistreichen, agilen Frau zu einer verwirrten, abwesenden, kindischen Person wird.

Véro wächst in einer intakten Intellektuellenfamilie in der Bretagne auf. Sie ist eine typische Dreizehnjährige, die sich für Jungs interessiert, ihre Eltern um den Finger zu wickeln weiß und deren Verhältnis zu ihrem älteren Bruder zwischen Ärger und Bewunderung schwankt. Eines Sommertages muss sie ihr gemütliches Zimmer mit Bad räumen, denn Omama zieht ein – ein Hausbrand war das Signal dafür, dass die alte Dame von nun an Aufsicht benötigt.

Was mit Omama geschehen soll – darüber haben Véros Maman Josée und ihr Bruder samt Schwägerin sehr unterschiedliche Ansichten. Geld, Prestige und Komfort spielen für die Verwandten die Hauptrolle bei ihren Erwägungen. Die Onkelfamilie ist «amerikanisiert» – und damit für den französischen Leser ungebildet und gewöhnlich. Als «Dallas» wird ihr Anwesen verspottet. Tatsächlich macht die selbstbezogene, heuchlerische Art von Tante Katha und Onkel Jean Christophe den TV-Intrigen unter Ölbaronen alle Ehre. Und so drängen die beiden auf einen Hausverkauf und eine Aufteilung des Inventars – um sich selbst zu bereichern –, während Véros Familie Omamas Glück sucht. Das führt zu von bissigem Humor geprägten Screwball-Comedy-Szenen zwischen den Antagonisten.

Jaouen schildert in seinem Roman den Verlauf einer klassischen Alzheimerdemenz in einer lebendigen Familiensituation. Véros Familie reagiert liebevoll und flexibel: Omama wähnt sich in

Schwarzmarktzeiten und die Familie spielt «Kriegsende». Omama vermisst die Brosche, die ihr einst ein Verehrer vermachte – Ersatzbroschen sollen sie in Zukunft daran hindern, nächtens die Geschirrschränke danach zu durchwühlen. Omama stiehlt das Silber und versteckt es unter ihrer Matratze – dann wird eben aufgeräumt. Anfänglich begegnet die Familie ihren Einfällen mit Humor, doch die Belastung wird größer. Während man noch versucht, Omamas Hirn mit Filmen über ihr Leben zu stimulieren, reduziert sich ihr Gedächtnis immer mehr. Sie erkennt ihre Nächsten nicht mehr, verschwindet in ihrer Erinnerung und sieht sich als Kind oder als junge Mutter, die ihre «Kleinen» vermisst. Beim Weihnachtsmahl vergisst sie das Kauen – von nun an gibt es nur noch Babynahrung für sie.

Das Buch, schon länger im französischen Original ein Erfolg, beweist Prophetie: Demenz und der Umgang damit sind ein wichtiges gesellschaftliches Thema geworden. Jaouen schildert Alzheimer als mögliches Ende eines erfüllten Lebens nicht einmal tragisch, sondern eher als Prüfung der Kinder. Wenn Véro schließlich frühreif erkennt: «Véro, du wirst Omamas Gedächtnis sein, bis du alt wirst und es selber verlierst, dein Gedächtnis», dann hat sie begriffen, dass es das Bewusstsein einer ganzen Generation ist, die das Alter trägt – oder eben nicht. Das Leben endet immer – aber wie wir das heute nehmen, darüber hat Hervé Jaouen ein Jugendbuch geschrieben, das klug und unterhaltsam zugleich ist. ■

Lernen Sie auf Seite 26 dieser Ausgabe den Autor Hervé Jaouen kennen!

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

Dieses Buch über Demenz und Familienbande zeigt mit Humor und Esprit, dass es nur an uns liegt, was wir aus dem Leben und seinem unausweichlichen Ende machen!

Hallo Kinder!

Mit dem Juni zieht der Sommer ins Land, die ersten Früchte können im Garten geerntet werden, die Kräuter verströmen ihren aromatischen Duft und oft blühen schon die Rosensträucher. Am 21. Juni ist Sommersonnenwende – der längste Tag des Jahres – und am 24. Juni feiern wir Johanni, beides oft mit einem großen Feuer, um das gesungen und getanzt wird. Für die Bauern bedeutet dieser Zeitpunkt das Ende der Schafskälte, und traditionell werden Rhabarber und Spargel nur bis zu diesem Tag geerntet. Und für manche von euch ganz wichtig: In den ersten Bundesländern beginnen die Sommerferien! Aber ganz gleich, ob ihr schon Ferien habt oder nicht – ich wünsche euch schöne erste Sommersonnentage und viel Zeit, um in der Natur zu sein.

Eure **SUSANNE**

Wenn nun die ersten Kräuter in der warmen Sonne ihr Aroma entwickeln, ist es Zeit, sie zu pflücken und an einem trockenen und möglichst dunklen Ort zu trocknen. Dann könnt ihr sie später im Jahr dazu verwenden, um Teemischungen herzustellen oder auch Kräutersalz. Ich habe heute aber ein ganz anderes Rezept für euch, und zwar: wie man Johanniskrautöl selbst herstellt.

Johanniskraut findet ihr nicht nur in Gärten, sondern auch an Waldrändern und Wegen und oft auch an Böschungen. Seinen Namen hat es, da es zur Johannizeit blüht. Bei uns ist es als Heilpflanze gegen viele Krankheiten bekannt. Als Öl hilft es bei Hautverletzungen, Beulen, Verbrennungen, trockener Haut, Rückenschmerzen, aber auch gegen Nervosität und Erschöpfung.

Und so wird das Öl gemacht:

Sammelt an einem sonnigen Tag frische Johanniskrautblüten und füllt sie in ein großes Schraubglas, ungefähr zwei Drittel voll.

Nun füllt ihr das Glas mit gutem Öl (Olivenöl oder Mandelöl), bis die Blüten gut bedeckt sind.

Stellt das Glas an einen sonnigen Platz und lasst es mindestens drei Wochen stehen.

Ab und zu müsst ihr das Öl gut durchschütteln!

Dann filtert das fertige Johanniskrautöl durch einen Kaffeefilter in eine dunkle Flasche.

Malt ein schönes Etikett und klebt es auf die Flasche.

Viel Freude und Erfolg bei der Herstellung!



Und hier mein neues Rätsel ...

In Juninächten warm und klar

Auf Wiesen, am Waldrand,

ganz wunderbar

Da könnt ihr mich leuchten

und tanzen sehen,

Gleich wie ein Reigen zarter Feen.

So schwebe ich lautlos

und sehr elegant –

Ich denke, mein Name ist euch bekannt.

Schickt eure Antwort bis zum 22. Juni 2013 an:

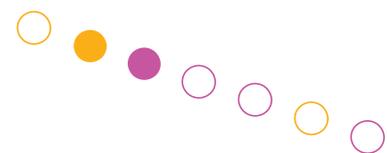
a tempo Susanne • Landhausstr. 82, 70190 Stuttgart

Unter den richtigen Einsendungen verlosen wir zehn Exemplare des Buches *Elfenzauber – Das goldene Armband* von Emily Rodda.

Und denkt dran, bitte unbedingt eure vollständige Adresse angeben!



Die Lösung unseres Aprilrätsels war **Ente**. Unter all den Zuschriften sind diesmal die **Gewinnerinnen** und **Gewinner**: • **Joune Inmülsen** aus Heidelberg • **Paul Zebrowski da Silva** aus Hamburg • **Jonas Schuhmann** aus Laatzen • **Rosalie Loser** aus Märwil/Schweiz • **Dalena Korthé** aus Weitramsdorf • **Leo Hermanns** aus Aachen • **Pekka Prinz** aus Eckernförde • **Emilie Peter** aus Hamburg • **Quentin Walz** aus Mössingen • **Katharina Sigl** aus Esslingen, sie erhält auch den Extrapreis für den Aprilscherz!



DAS a tempo PREISTRÄTSEL

Dass Italien nun doch einen Ministerpräsidenten gefunden hat, daran wird der gesuchte Schutzpatron und Ordensbegründer der Juni-Ausgabe unschuldig sein. Oder etwa nicht? Aus wohlhabendem Hause stammend und auf den Namen Giovanni getauft, entschied sich sein Vater nach einer Handelsreise durch Frankreich für einen neuen Namen, unter dem wir alle ihn kennen. Begütert und gebildet stand ihm die Welt offen – und doch entschied er sich, erschüttert von Kriegs- und Kerkererlebnissen, den Jugendtraum des Ritters aufzugeben. Die äußere Welt wurde zur inneren. Die geselligen Ausschweifungen der Jugend wurden zur einsamen Einkehr. Auf seiner ersten Pilgerreise nach Rom soll er der Legende nach mit einem Bettler die Kleider getauscht haben. Und dieser Tausch war mehr als ein äußeres Zeichen: Ohne materiellen Besitz, nur angewiesen auf die Gaben anderer und selbst allen Fragenden Hilfe gebend, widmete er sein Leben den Notleidenden – sei es Mensch oder Tier. All jene, die seinen Namen* nicht längst schon kennen, können die hervorgehobenen Buchstaben (diese müssen allerdings in die richtige Reihenfolge gebracht werden) zur Hilfe nehmen, um ihn zu bilden. Unter den richtigen Zuschriften verlosen wir zehn Exemplare des Buches von Lisette Thooff *Sieben Wege zum inneren Reichtum*. ■ (mak)

* Für die lieben Italiener suchen wir natürlich die dortige Schreibweise!

1 Wie heißt das ungewöhnliche Tanzprojekt von EINS + ALLES?

_ _ _ _

2 Wo liegt die Schilddrüse? Vor dem ...

_ _ _ _

3 In welche Märchenfigur verwandelt sich Willis Schwester gern?

_ _ _ _ _ _ _ _ _

Lösungswort:

Das Lösungswort einsenden an:

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

Einsendeschluss ist der **21. Juni 2013** (Datum des Poststempels), der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Das Lösungswort der Mai-Ausgabe lautet **HENRIK**. Die **Gewinnerinnen** und **Gewinner** werden schriftlich benachrichtigt.

DAS a tempo SUDOKU

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

SQUARE MAGIC 097

herzensgut

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

JC's classical hand-crafted sudoku.

Urdruck a tempo 06 | 2013

SQUARE MAGIC 096

Lösung

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

«es geht mit der Kunst wie mit dem Leben»



erZÄHLen

von Markus Stettner-Ruff

Vom 24/06/ bis 07/07/1909 hielt Rudolf Steiner in Kassel vierzehn Vorträge zum Johannesevangelium.

Vom 24/06/ bis 07/07/2013 liest die Schauspielerin und Sprachgestalterin Jeanette Dietrich diese Vorträge jeden Abend um 20 Uhr öffentlich.

Diese Lesungen bilden den Kern des Projektes erZÄHLen des Rudolf Steiner Instituts Kassel. Eine freie, offene Projekt-Werkstatt bietet tagsüber die Möglichkeit der Auseinandersetzung mit den Steiner-Vorträgen. Ein Ort des Austauschs und der Begegnung, der sich durch den Gestaltungsprozess der anwesenden Menschen jeden Tag neu erfindet. Im besten Fall in Form der Sozialen Plastik.

Ein Freiraum, ganz bewusst gesetzt in den Trubel der zwei letzten Schulwochen. Das öffentliche Projekt erZÄHLen bildet das Ende des Studienjahres 2012/13 des Rudolf Steiner Instituts Kassel. Das dOCUMENTA (13) Projekt, «Zusammenbruch und Wiederaufbau – Schöpfen aus dem Nichts», stand am Anfang.

Vom «Initiationsprinzip» zum «Zivilisationsprinzip»

Ein wichtiger Ansatzpunkt, sich heute dem Vortragszyklus Steiners und dem Johannesevangelium zu nähern, sind die Zahlen und ihre Verhältnisse und Beziehungen. Sich das Werk in der Stadt der Brüder Grimm, 200 Jahre nach der Erstausgabe ihres Märchenbuches und im Jubiläumsjahr «1100 Kassel», im erZÄHLen zu erschließen, ist ein Anliegen des Projektes.

So ist es nicht verwunderlich, dass die Eröffnungsveranstaltung am Sonntag, dem 23.06., «ZÄHLenrätsel» heißt. Die beiden Initiatoren Markus Stettner-Ruff und Michael Hayn, haben Jean-Claude Lin dazu eingeladen. Dieser hatte mit seinem Buch *Weisheit und Liebe – Erfahrungen des Geistes Tag für Tag*, in dem er 365 Zitate aus Vorträgen Rudolf Steiners für jeden Tag des Jahres auswählte,



einen entscheidenden Impuls bewirkt. Der Kasseler Johannesevangeliumszyklus ist darin als einziger Zyklus vollständig berücksichtigt.

Ein Beispiel für eines der drei Hauptmotive des Projektes aus dem Programmheft vermittelt dessen spannenden Ansatz:

«Nequaquam Vacuum» («Nirgends Leere»), so heißt es in dem Rosenkreuzer Manifest (Kassel, 1614). Doch kaum ein Jahrhundert später wird an diesem Vakuum in Kassel geforscht und durch Denis Papin technisch nutzbar gemacht. Zu Beginn des 19. Jahrhunderts tritt mit Carl Anton Henschel die Dampftechnik ihren industriellen «Siegesszug» an.

Es geht uns um die notwendige «SELBST-HALTUNG» in einer technologischen Welt. Wir sind alle Kinder eines «Technologischen Zeitalters». Hieraus ergibt sich für uns die Aufforderung, das Johannesevangelium überhaupt in den Blick zu nehmen. Durch dessen Mitte werden wir darauf aufmerksam gemacht, wie wichtig es für Keimkräfte unserer Zukunft ist, das «Initiationsprinzip» zum «Zivilisationsprinzip» werden zu lassen.

Ein mutiges Projekt, dem zu wünschen ist, dass die «Keimkräfte» Nährboden finden. ■

Alle Informationen finden Sie unter: www.steiner-institut.de

ein Projekt des
Rudolf Steiner Instituts Kassel

im Rahmen des Stadtjubiläums
1100 Jahre Kassel

Kleinanzeigen

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

Dresden schöne Fewo: 3ZKB, 56qm, City 4 km, ab 40€/N, Tel 0 61 51/5 11 16

Altes Lotsenhaus Tönning – das familienfreundliche Ferienhaus an der Nordsee. Ruhige Lage am historischen Hafen, Garten. Fon: 01 77-6 44 05 99, www.altes-lotsenhaus.de

Insel Wolin bei Usedom – Ferienwohnung ab 40 €: 0 77 54/9 25 88 45, www.villa-lui.de

Kanarische Insel La-Palma – Wohnen mit allen Sinnen, stilvoll, ruhig, privat und gr. Pool. Tel. 00 34/6 16 07 89 04, abends 00 34/9 22 48 66 41, mail: claudia@finca-sambal.info, www.finca-sambal.info

Ferienhäuschen im Südschwarzwald zu vermieten. Küche, Bad/Dusche, Holzofen, Fußbodenheizung, großer Balkon. Ideal für 2 Pers. Pro Tag 50 Euro. 01 77/2 53 55 76

Weil ich mich kümmern will: www.senporta.de

www.bildhauer-kunststudium.com
Tel. 0 76 64/48 03

verrückte uhren und möbelsubjekte
www.dizi.de

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

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

Anthropos. Naturheilpraxis (HP)
www.ichwerdegesund.de

www.anthroposphia-bewegung.de

Liebevoll gepflegtes Ferienhaus mitten in Angeln, Ostsee, Geltinger Bucht, kann Ihnen ein zweites zu Hause bieten. Besuchen Sie uns im Internet: www.Haus-Reichmann.de, 0 55 35/88 98 oder 0 15 77/5 17 54 74

Wenn Sie inserieren möchten, wenden Sie sich an unseren **Anzeigenservice**, Frau Christiane Woltmann, unter: Tel. 07 11/2 85 32 34 | Fax 0711/2 85 32 11 E-Mail: woltmann@geistesleben.com (Anzeigenschluss ist der Erste des Vormonats!) Unsere Mediadaten finden Sie zudem unter: www.a-tempo.de

Berlin, Initiatische Therapie nach K. Graf Dürckheim, www.rosmarie-jaeger.de

www.freieschule.com – seit 1979 begleiten wir berufliche auszeiten & neuorientierungen Tel.: 0 76 32/12 01

Gründet mit uns eine Waldorfschule! Die Eligius Schulgründungsinitiative Nord-eifel e.V. stellt gerade ihr Kollegium zusammen. Wir freuen uns über gründungswillige Waldorfllehrer, die gerne mit uns in der Nationalparkregion die erste Waldorfschule in der Eifel aufbauen möchten. Kontakt: Waldorfindergarten Blumenthal, 0 24 82/74 61, info@eligius-schule.de / www.eligius-schule.de

Wir bieten zum 01.08.2013 eine Stelle für einen engagierten, lebensfrohen **Erzieher (m/w)** mit staatlicher Anerkennung (30 Std) für die Nachmittagsbetreuung ab 11 Uhr. Unser Kindergarten mit 5 Gruppen befindet sich in einer Villa mit großem Garten im Nord-Osten von Berlin. Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung. Waldorfindergarten Pankow e. V., Majakowskiring 13/15, 13156 Berlin, Tel. 0 30/4 85 68 89, waldorfindergarten-pankow@t-online.de

Junge Waldorffamilie m. 2 Kindern sucht kleines Häuschen m. größerem Garten im Raum Ettligen. Auch als (Generationen)gemeinschaft u./o. mit nachbarschaftl. Unterstützung. Kontakt: raum-zum-leben@web.de

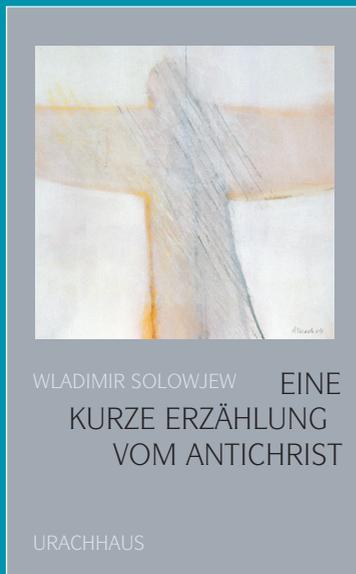
Kleinanzeigen können auch online aufgegeben werden unter: www.a-tempo.de



VOLLRATH - AUGENOPTIK

WIR BEFLÜGELN IHRE AUGEN

WWW.AUGENOPTIK-VOLLRATH.DE
TELEFON: (+49)(0)7842 - 8222



Zukunftsvisionen

Wladimir Solowjews *Kurze Erzählung vom Antichrist* ist mehr als eine faszinierende Vision des 21. Jahrhunderts. Entstanden im Jahr 1899, sah der russische Schriftsteller und Religionsphilosoph bereits damals die Bildung der «Vereinigten Staaten von Europa» voraus und warnte vor den Risiken einer globalen Weltordnung. In seinem ausführlichen Kommentar zeigt Ingo Hoppe, inwiefern sich Solowjews Zukunftsvision im 20. und 21. Jahrhundert Schritt für Schritt realisiert hat.

Mit dem Blick auf die politische und gesellschaftliche Gegenwart veranschaulicht Ingo Hoppe, dass Solowjews Vorhersagen auch für die weitere Zukunft plausibel erscheinen können.

Wladimir Solowjew
Eine kurze Erzählung vom Antichrist
Eingeleitet und kommentiert von Ingo Hoppe
183 Seiten, gebunden
€ 16,90 (D) | ISBN 978-3-8251-7765-2
www.urachhaus.de

I / Trento, 38050 Roncegno, Piazza de Giovanni 4
Fon: 0039 0461 77 20 00, Fax: 0039 0461 76 45 00

info@casaraphael.com
www.casaraphael.com

CASA DI SALUTE RAPHAEL



Erleben Sie völliges Wohlbefinden im Einklang mit Körper, Geist und Seele.

Erholen Sie sich in der vitalisierenden Natur von Trentino, am Fuße der Dolomiten. Das Kur- und Therapiezentrum Raphael befindet sich in einem stilvollen Hotel der Belle Epoque. Ärzte und Therapeuten betreuen Sie auf anthroposophischer Grundlage bei

- Stress, Erschöpfung, Burnout
- Atemwegserkrankungen, Allergien
- Abwehrschwäche, Rekonvaleszenz

Levico-Quelle - das Wasser des Lebens

Die Thermalanwendungen mit dem Levico-Wasser präsentierte schon Rudolf Steiner als einzigartig an. Genießen Sie die italienische Küche mit Produkten aus biologisch-dynamischem Anbau.

Vergünstigte Angebote für Mitarbeiter in anthroposophischen Einrichtungen.

Kurbetrieb: 17. 03 - 23. 11. 2013



Rudolf Steiner Berufskolleg Dortmund e.V. Fachschule für Sozialpädagogik



Wir suchen **eine/n Mitarbeiter/in**
für die **Erzieherausbildung**

mit der Lehrbefähigung für
Sozialpädagogik
(berufliche Richtung, Sek. II).

Das Erste Staatsexamen ist mindestens
erforderlich.

Wir bieten Entlastung und Hilfe bei der
Einarbeitung.

Die Vergütung erfolgt nach TV-L.

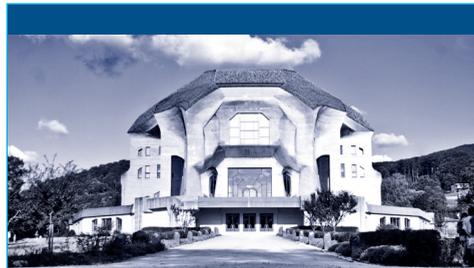
Rudolf Steiner Berufskolleg Dortmund e.V.

Mergelteichstr. 45
44225 Dortmund

Tel.: 0231/71 76 41

www.rudolfsteinerberufskolleg.de

e-mail: ezs.do@t-online.de



Anthroposophie Studium

Studienjahr

Leben und Welt im Licht der Geisteswissenschaft.

Sechs Wochenenden

Grundlagen. Kunst. Innere Kultur und Meditation.

Ein Wochenende

Ein Thema, zwei Dozenten, Vorträge und Kunst.

www.studium.goetheanum.org



arthotel zanzibar

Direkt am Meer, am Rande des
Fischerdorfes Mfumbwi, können Sie
in einem von Künstlern gestalteten
Zimmer Ihre Ferien genießen. Das
Art Hotel Team freut sich auf Sie.

www.arthotelsansibar.com



Begleitstudium Anthroposophie

Einführung in die Grundwerke
Kunst
Praxiseinblicke

neun Samstage und ein Wochenende
von Oktober 2013
bis Juni 2014

CH 4143 Dornach Rütliweg 8

www.witzenmannzentrum.ch
info@witzenmannzentrum.ch

Andreas Neider

www.
aufmerksamkeits
DEFIZITE
.com

Wie das Internet unser Bewusstsein
korrumpiert und was wir dagegen
tun können

Freies Geistesleben

Zum sinnvollen Umgang mit der digitalen Welt

Das Internet in seiner heutigen Form hat gravierende Folgen für die Entwicklung unseres Bewusstseins. Andreas Neider macht diese Wirkungen anhand vieler Beispiele deutlich. Er bleibt jedoch nicht bei einer kritischen Betrachtung stehen, sondern zeigt, wie durch einen beherrschten Umgang mit den neuen Medien und durch seelische Übungen unser Bewusstsein gestärkt werden kann.

Der praktische Teil des Buches vermittelt Übungen, die unser Innenleben im Umgang mit den Medien stärken können, insbesondere unsere Fähigkeiten der Aufmerksamkeit und des Gedächtnisses.

Andreas Neider

Aufmerksamkeitsdefizite

Wie das Internet unser Bewusstsein korrumpiert und was wir dagegen tun können.

234 Seiten, gebunden mit SU

€ 22,- (D) | ISBN 978-3-7725-2485-1

Jetzt neu im Buchhandel! | www.geistesleben.com

DIE NÄCHSTE AUSGABE JULI 2013 ERSCHEINT AM 22. JUNI 2013

thema

Ein Lob der späten Stunde

kindersprechstunde

O je, schon wieder Kopfschmerzen ...

augenblicke

Sansibar – Ort der Sehnsucht in lichtigem Türkis



Wer kennt sie nicht, diese Sehnsucht, aus dem Alltag auszusteigen, einen Urlaub lang ein Paradies mit Traumstränden und Sonne pur zu genießen? Einer dieser Orte ist Sansibar – geheimnisvoll und Sagen umwoben. Berühmt für seine Gewürze und seine endlosen Strände. Doch wie sieht der Alltag für die Bewohner dort aus? Und was können wir als Gäste dazu beitragen, das Paradies zu bewahren?

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

Aachen: Schmetz Junior | **Ahrensburg:** Stojan | **Alsfeld:** Buch 2000 | **Ansbach:** Fr. Seybold's | **Asperg:** Lesezeichen | **Bad Aibling:** Büchertisch-Droth | Lesezeichen | **Bad Hersfeld:** Hoehlsche Weinstraße und Klausstraße | **Bad König:** Paperback Literaturbuchhandlung | **Bad Liebenzell:** Bücherstube 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 | Kaesebiere Hofbuchhandlung | **Betzdorf:** Sarrazin | **Bexbach:** buchkultur – Schwartz | **Bielefeld:** Buchtipp | Lebensbaum | **Bietigheim:** Buchhandlung Exlibris | Pinocchio | **Blankenheim:** Bücherecke | **Blaubeuren:** Buchhandlung Holm | **Bleckede:** Hohmann | **Bochum:** Bücherstube Lesezeichen | **Bonn:** Buchhandlung am Paulusplatz | **Böhl-Iggelheim:** Buchhandlung Böhler Bücherwurm | **Braunschweig:** Graff | **Bremen:** Morgenstern Buchhandlung | **Bruchsall:** Buchhandlung am Kübelmarkt | **Brühl:** Bücherinsel Brühl | **Bühl/Baden:** Papillon | **Butzbach:** Hess Natur | **Buxtehude:** Schwarz auf Weiß | **Celle:** Sternkopf & Hübel | **Chemnitz:** Buchhandlung Schulz | **Darmstadt:** Bessinger Buchladen | Lesezeichen | Schirmer | tegut ... (Weiterstadt) | **Diepholz:** Buchhandlung Schöttler | **Dillenburg:** Buchhandlung Rubezahl OHG | **Dortmund:** Niehörster | **Dreieich:** Sprendlinger Bücherstube | **Dresden:** Buchhandlung & Antiquariat Reimers | Bücheroase | **Duisburg:** Roskothlen | **Düsseldorf:** Regenbogenbuchhandlung | **Echzell:** Allerleirauh Buchhandlung | Buch und Spiel | **Eckernförde:** Spielkiste | **Emden:** Lesezeichen | **Engstingen:** Libresso | **Erlangen:** Kornblume | **Eschwege:** Buchhandlung Braun | **Essen:** Alex liest Agatha | Kinderkram v. Brinkmann | **Fellbach:** Rapp | **Filderstadt:** Spielzeug und Bücher | Filderklinik | Oesterlin | **Finnentrop:** Bh. Am Rathaus | **Finning:** Finninger Buchhandlung | **Flensburg:** Regenbogen | **Forchheim:** 's blaue Stäffala | **Frankenberg:** Buchhandlung I. Jakobi | **Frankfurt/M.:** Amselhof | Hillebrecht | Naturkost Eschersheim | **Freiburg:** Buchhandlung Uwe Lehrian | Buch- und Medienservice Burkhardt | **Freudenstadt:** Buchhandlung Dewitz | **Friedrichshafen:** See-Verlag | **Fulda:** Paul + Paulinchen | Rathaus Buchhandlung | **Geldern:** Buchhandlung Keuck GmbH | Der Bücherkoffer | **Gelnhausen:** Schatzkiste | **Geldern:** Buchhandlung Keuck GmbH | Der Bücherkoffer | **Gera:** Fr. Brendel's Buchhandlung | Kanitz'sche Buchhandlung GmbH | **Gladbeck:** Humboldt | **Göttingen:** Hertel | **Großostheim:** Büchertreff | **Grünstadt:** Garamond Buchhandlung | **Hamburg:** Buchhandlung Nautilus (Altona) | Buchhandlung Christiansen | Ida von Behr | Hier + Jetzt | Kibula | Nautilus Buchhandlung | Rudolf Steiner Buchhandlung | Weiland Mercado (Altona) | **Hannover:** Bücherstube Bothfeld | Morgenstern Buchhandlung | Tao | **Heidelberg:** Eichendorff-Buchhandlung | Lichtblick | Wieblingen Buchladen | **Heidenheim:** Buchhandlung Konold | Buchhandlung Masur | **Heilbronn:** Naturata | Kinderparadies | **Heilsbrunn:** Buchhandlung am Turm | **Henstedt-Ulzburg:** Buchhandlung Rahmer | **Herdecke:** Herdecker Bücherstube | **Herdwangen:** Drei Meilenstiefel | **Herford:** Auslese UG | **Hermisdorf:** Buchhandlung Hofmann | **Herrenberg:** Buchhandlung Schäufele | **Hildesheim:** Bioladen im Klostergut Sorsum | **Hof:** Die kleine Buchgalerie (im Altstadt-Hof) | Kleinschmidt | **Hofheim:** Buchhandlung am alten Rathaus | Die Bücherkiste | **Horneburg:** Horneburger Bücherstube | **Husum:** Buchhandlung Delf | Schlossbuchhandlung | **Idstein:** Hexenbuchladen | **Immenstaad:** Bücherstube Sabine Bosch | **Kaiserslautern:** Blaue Blume | **Kaltenkirchen:** Fiehlend | **Kandern:** Buchhandlung Berger | **Karben:** Karbener Bücherstube | **Karlsruhe:** Kaufladen | Kunsthandlung Gräff | Spinnrad | **Kassel:** Martinus-Buchhandlung | **Kehl:** Baumgärtner | **Keltern:** Tast | **Kempen:** Fingerhütchen | Kölsche Buchhandlung | Lesezeichen | **Kiel:** Buchhaus Weiland | Die Kinderstube | Mittendrin | Zapata Buchladen | **Kirchheim Teck:** Schöllkopf | **Koblenz:** Artem andere | Buchhandlung Heimes | **Köln:** Maßstab | Naturata (Lutz Göbel) | **Köngen:** Köngener Bücherstube | **Konstanz:** BuchKultur Opitz | **Krefeld:** Der Andere Buchladen | **Künzell:** Das Lädchen Loheland | **Landshut:** Bücher Pustet | **Landstuhl:** Buchhandlung Stützel KG | **Langen:** Litera GmbH | **Lauffen a. N.:** Hölderlin | **Laufen:** Buchgarten | **Lauterbach:** Das Buch | Lesezeichen | **Leipzig:** Shakunda Mineralien- und Buchhandlung | **Leonberg:** Bücherwurm | Röhm im Leo-Center | **Leverkusen:** Gottschalk | **Lienen:** Teuto-Apotheke | **Lindau:** Buchhandlung Altemöller | **Ludwigsburg:** Mille Fleurs | Paradies-Gärtchen | **Lübeck:** Buchhandlung Arno Adler | **Lüdinghausen:** Buchladen Reminghorst | **Lüneburg:** Das Lädchen an der R.Steiner Schule | Perl | **Mainz:** Diehl Buchhandlung | Nimmerland | **Magdeburg:** BioLaden Alles Natur | **Mannheim:** Der Bücher-Wirth | Naturata | Quadrate Buchhandlung | Xanthippe | **Marburg:** Lesezeichen | **Markdorf:** Wällischmüller | **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:** Beideck | 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, Cherdrön & Speckert | **Niederfischbach:** Buche | **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/Holst.:** Buchhandlung Glöss | **Oppenheim:** Buchhandlung am Marktplatz | **Osnabrück:** Altstaedter Bücherstube | Dombuchhandlung | **Ottersberg:** Froben | Kunst- und Bücherversand | **Pforzheim:** Gondrom | Kulturhaus Osterfeld e.V. | **Pforzheim-Büchenbronn:** derdrehpunkt | **Pfullendorf:** Linggau-Buchhandlung | **Pirmasens:** Jung & Buchheit | **Poing:** Mehr fürs Lesen | **Prien:** BUKS Buch und Kinderspiel | **Prüm:** Buchhandlung Hildesheim | **Ransbach:** Kannenbäcker Bücherkiste | **Rendsburg:** Buchhandlung Albers | Coburg'sche Buchhandlung | **Roetgen:** Lesezeichen | **Rosenheim:** Buchhandlung Bücherfamulus | **Saarbrücken:** Janus | Naturata | Spiel & Kunst | **Schopfheim:** Regio Buch | Grünkern | **Schleswig:** Die Eule | **Selm:** Möller | **Siegen:** Buchhandlung Bücherkiste | Pustelblume | **Sinzig:** Lesezeit, Bücher & Wein | **Soest:** Rittersche | **St. Blasien:** Törle-Maier | **St. Wendel:** EKZ | **Steinen:** Buchhandlung Schmitt | **Steinenbronn:** Steinenbronn Buchhandlung | **Stuttgart:** Buch & Spiel im Markt am Vogelsang | Buchhandlung am Urachplatz | Engel | Pörksen | Heidehof Buchhandlung | Klaus Ebert | Konrad Wittwer – Unibuch Hohenheim | Tausendschön | **Tettngang:** Lernwerkstatt Brunold | Montfort Buchhandlung | **Tittmoning:** Buch & Kunst am Gerberberg | **Trier:** Impuls | Gegenlicht Buchhandlung | **Tübingen:** Kornblume Bio-Laden | **Überlingen:** Naturata | Odilia | Überlinger Antiquariat | **Ulm:** Jastram | **Usingen:** MOMO-Naturkost | **Vaterstetten:** Der Buchladen | **Versmold:** Buchhandlung Krüger | **Viersen:** Dülkener Büchereck | **Villingen-Schwenningen:** Bücherstube | Naturata | Natur und fein | **Waiblingen:** Der Laden | **Wächtersbach:** Dichtung & Wahrheit | **Wangen i. A.:** Ceres, Bücher und Naturwaren | **Wedel:** Wolland | **Wermelskirchen:** Bücher vom Stein | **Westerland / Sylt:** Bücher Becher | **Wetzlar:** Kunkel | **Wiesbaden:** Aeon | erLesen | **Wiesloch:** Dörner | Eulenspiegel | **Witten:** Lehmkul | Mayersche | **Wittlich:** Buchhandlung und Antiquariat Rieping | Hoffladen | **Wolfsburg:** Buchhandlung Sopper | **Wuppertal:** Bücherladen | Grüner Laden | **Würzburg:** Buchladen Neuer Weg | **SCHWEIZ:** **Arllesheim:** anthrosana | Buchhandlung Nische | Farbenspiel | **Basel:** Bider & Tanner | Sphinx | **Bern:** Anthrovia | Paul Haupt | Stauffacher Thalia Bücher AG | **Buchs:** GMG Buchhandlung | **Dornach:** Buchhandlung am Goetheanum | Libro | Pfister | Rudolf-Steiner-Buchhandlung | **Egg:** Vögelin | **Goldach:** Bigler | **Ins:** Schlössliaden | **Kriens:** idée livre | **Liestal:** Rapunzel | **Muri:** Colibri | **Reinach:** Hauptstraße 8 | **Schaffhausen:** Allerleirauh | Gesundheit & Entwicklung GmbH | **St. Gallen:** Rösslitor Bücher | **Thuis:** Kunfermann | **Wetzikon:** Buchhandlung Kolb | **Wil:** Ad:Hoc | **Zofingen:** Mattmann | **Zürich:** Buchhandlung Beer | Im Licht | Vier Linden | **ÖSTERREICH:** **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:** Alinea | Ars Libri | Ernster | Naturata | **BELGIEN:** **Antwerpen:** De kleine Prins | **NIEDERLANDE:** **Den Haag:** De Haagse Boekerie | **Zeist:** De Nieuwe Boekerie | **Amsterdam:** Zalling Boekerie



Hier wird es garantiert *nicht* langweilig!



Ob Lieder, Spiele für drinnen und draußen, Bastelideen, spannende Unternehmungen oder die Beschäftigung mit interessanten Naturphänomenen – die hier zusammengestellten Ideen und Vorschläge sorgen für einen kurzweiligen und erlebnisreichen Urlaub, selbst an Regentagen. Kurzsymbole und ein umfangreiches Register ermöglichen einen schnellen Überblick. Tipps zur Urlaubsvorbereitung und nützliche Informationen über Maßnahmen im Krankheitsfall ergänzen den Band, der in keinem Reisegepäck fehlen sollte!

«Wirklich schlaue Anregungen, Informationen und Hilfestellungen ... Auf über 200 Seiten finden Eltern oder auch Großeltern tolle Tipps für einen kurzweiligen und erlebnisreichen Urlaub!»

ÄtschiBätsch. Das Familienmagazin

Freies Geistesleben : Ideen für ein kreatives Leben

Anne und Peter Thomas: **Das große Ferien- und Freizeitbuch** | 238 Seiten, durchg. farbig, gebunden | **Sonderangebot: € 10,- (D)** statt zuvor € 25,- (D) | ISBN 978-3-7725-1611-5 | www.geistesleben.com

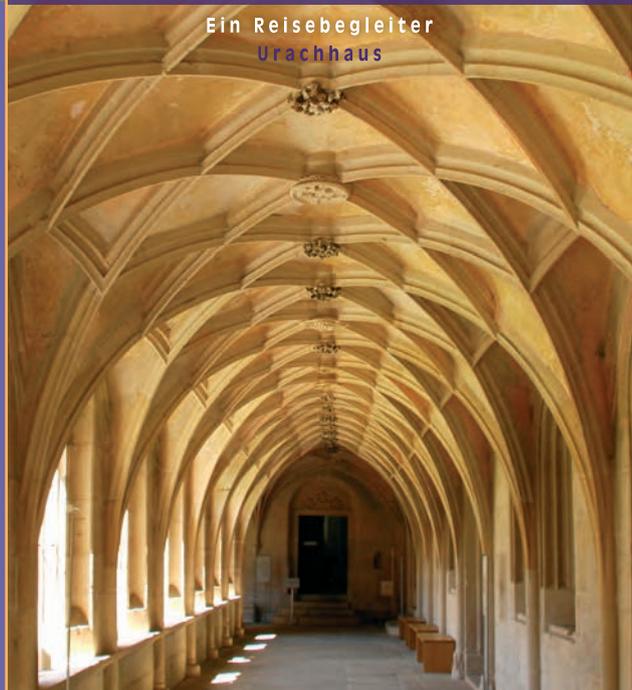


Ekkehard Meffert · Barbara Meffert

KLÖSTER DER ZISTERZIENSER

Ein Reisebegleiter
Urachhaus

Ein Führer zu den bedeutendsten Klöstern



Illustrierte Einzelbetrachtungen von mehr als 50 der schönsten Zisterzienserklöster Europas, darunter Maulbronn, Altenberg, Eberbach, Bebenhausen, Loccum, Himmerod, Marienstatt, Heiligenkreuz, Hauterive, Cîteaux, Fontenay, Pontigny, Le Thoronet, Sénanque, Noirlac, Rievaulx, Fountains, Byland, Fossanova, Morimondo, San Galgano, Santes Creus und Alcobaça.

Verlag Urachhaus | www.urachhaus.de

Überall, wo sich Zisterzienser ansiedelten, entstanden Zentren des Wissens, die zugleich handwerkliche und landwirtschaftliche Musterbetriebe waren. Während die geistige Signatur dieser Pionierleistung noch heute in vielen Lebensbereichen sichtbar ist, sind die Orte ihres Wirkens oft in Vergessenheit geraten. Barbara und Ekkehard Meffert bringen die steinernen Überreste einer versunkenen Welt zum Sprechen. Sie folgen den Spuren des Ordens durch acht europäische Länder und führen zu seinen bedeutendsten Klöstern.

Barbara und Ekkehard Meffert: **Klöster der Zisterzienser. Ein Reisebegleiter** | 358 Seiten, mit zahlr. Farbfotos und Plänen, gebunden | € 34,- (D) | ISBN 978-3-8251-7818-5

