E 51125
nr. 258

a tempo

Juni 2021 | 4 Euro
Freies Geistesleben
Urachhaus

Das Lebensmagazin

im gespräch

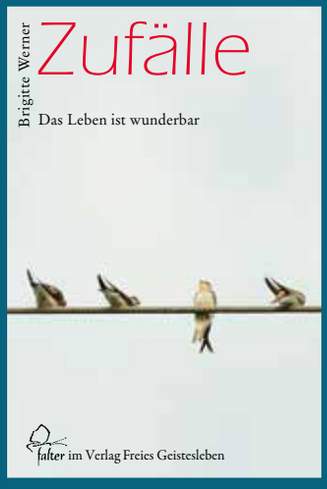
LENA PAPASABBAS
Zukunft als Möglichkeitsraum

ERWACHEN AM ANDEREN MENSCHEN

SIEH, DAS GUTE LIEGT SO NAH

falter | Wege der Seele – Bilder des Lebens

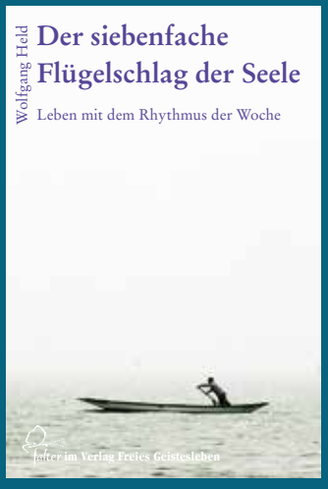
Lass uns im Innern wachsen!



«Dieses Buch ist ein wahres Schatzkästlein. Es erzählt von hinreißenden Geschehnissen, die das Herz zerknittern und dann auch wieder glattstreichen. Schlag es auf, lies: weine, lache – es beglückt!»

Johanna Pirzkal

Oh, wie wunderbar ist das Leben! Brigitte Werners wahre Geschichten sind kleine Kostbarkeiten, die aufzeigen, welche Überraschungen der Alltag oft bereithält. Locker und sehr persönlich geschrieben, regen die 25 geschilderten Begebenheiten immer zum Nachdenken, zum Mitfühlen und zum Schmunzeln an. Ein Buch für zwischendurch – und ideal zum Verschenken.



Die Woche ist ein merkwürdiger Rhythmus. Weder geht sie im Monat glatt auf noch im Jahr. Rein wirtschaftlich betrachtet ist die Woche das Unpraktischste, was unsere Zeiteinteilung in Sekunde, Minute, Stunde, Tag, Woche, Monat und Jahr zu bieten hat. Warum hält sich fast die ganze Menschheit an diesen Siebener-Rhythmus?

Nichts berührt uns so sehr als Menschen wie die Wahrnehmung des Vergänglichen, die Zeit. Was aber ist die Zeit? Wie können wir schöpferisch mit der Zeit leben? Wie lernen wir die Ordnungen des Schöpferischen erkennen und mitgestalten?

falter | Bücher für den *Wandel* des Menschen

Zufälle. Das Leben ist wunderbar. | falter 45 | 189 Seiten | € 18,– (D) | ISBN 978-3-7725-2545-2
Seitenblicke. Die Liebe zum Leben. | falter 49 | 190 Seiten | € 18,– (D) | ISBN 978-3-7725-2549-0
Der siebenfache Flügelschlag der Seele. Leben mit dem Rhythmus der Woche. | falter 30 | 83 Seiten, mit s/w-Fotos | € 15,– (D) | ISBN 978-3-7725-1430-2
Im Garten der Zeit. Leben mit dem Schöpferischen. | falter 51 | 176 Seiten, mit s/w-Fotos | € 19,– (D) | ISBN 978-3-7725-3451-5

Alle Bände: Leinen mit Schutzumschlag | www.geistesleben.com

QUELLEN DES LEBENS

Liebe Leserin,
lieber Leser!

An so manchem Tag der Erschöpfung, nach fortgesetzter anstrengender Arbeit oder anhaltender Krankheit, kann einem zumute sein, nach den Quellen des Lebens zu fragen. Wo finde ich sie, diese neuen Quellen von Energie, Wandel und Heiterkeit? Eine Lektüre der Beiträge dieser Ausgabe unseres Lebensmagazins hat mir eine erstaunliche Vielfalt solcher Quellen des Lebens beigebracht. Sie seien hier ohne Anspruch auf Vollständigkeit oder Ausschließlichkeit der Reihe nach aufgelistet:

1. In der Zukunft, die ich mir vorstelle, damit sie einmal aufgehe in realer Gegenwart.
2. In der Verbindung, die ich in meinem eigenen Schicksal durch die Begegnung mit einem anderen Menschen entdecke.
3. In der Wahrnehmung des Göttlichen eines fallenden Tropfen Wassers auf einen See.
4. In allen Tränen, die uns das Leben beibringt.
5. In den Sagen von Mittelerde, wie überhaupt den Sagen der Menschheit.
6. In Sonne, Mond und Erde und deren gegenseitigen Bewegungen und Erscheinungen.
7. Im Wandel des eigenen Lebens und seinen Dichtungen.
8. Im Schöpfen aus Freude und Neugierde.
9. In der Wahrnehmung alles naheliegenden Glückes.
10. In allem Verborgenen, das durch Aufmerksamkeit und nicht nachlassende Forschung zu Tage geführt wird.
11. Im Gewahrwerden der Freiheit und Freiheitsbemühungen der Menschen aller Alter und Erdenräume.
12. Im Interesse, das ich aufbringen kann für die Art, wie andere und ich selbst vom Leben lernen.

Mögen Sie, liebe Leserin, lieber Leser, unbändige Lust empfinden, zur Vermehrung dieser Quellen des Lebens erkennend wie erschließend beizutragen!

Von Herzen grüßt Sie in diesem Monat der Sommersonnenwende,
Ihr

Jean-Claude Lin

Titelfoto: Wolfgang Schmidt zu unserem Gespräch mit Lena Papasabbas

editorial 03
Quellen des Lebens
von Jean-Claude Lin

im gespräch 06
Zukunft als Möglichkeitsraum
Lena Papasabbas im Gespräch
mit Doris Kleinau-Metzler

thema 12
Erwachen am anderen Menschen
von Jean-Claude Lin

augenblicke 14
Quelle alter junger Weisheit
von Christian Hillengaß

herzräume 20
Voll das Leben
von Brigitte Werner

erlesen 21
John Garth
«Die Erfindung von Mittelerde»
gelesen von Konstantin Sakkas

mensch & kosmos 22
Die dunkle Sonne
von Wolfgang Held

alltagslyrik – überall ist poesie 23
Du musst dein Leben ändern
von Christa Ludwig

kalendarium 24
Juni 2021
von Jean-Claude Lin

was mich antreibt 27
Neugier und Freude
von Brigitte Werner

unterwegs 28
Sieh, das Gute liegt so nah
von Daniel Seex und Jean-Claude Lin

sprechstunde 30
Ein rosenfarbener Lebensretter
von Markus Sommer

32 blicke groß in die geschichte
Teil2: Ein Licht, das nie erlosch.
Der griechische Unabhängigkeitskampf
von Konstantin Sakkas

34 von der rolle
Die sonderbaren «WonderBoys»
von Elisabeth Weller

35 eine seite lebenskunst
Bewegungsfreude
von Maria A. Kafitz & Christel Dhom

36 wundersame zusammenhänge
Lernen im Leben
von Albert Vinzens

38 kulturimpuls
Mitgestalten am Morgen.
Die Konferenz zur Zukunft Europas
von Sebastian Hoch

40 literatur für junge leser
Jihyun Kim
«Sommer»
gelesen von Simone Lambert

41 mit kindern leben
Sommeranfang
von Bärbel Kempf-Luley
und Sanne Dufft

42 sudoku & preisrätsel

43 tierisch gut lernen
Zweisprachig!
von Renée Herrnkind
und Franziska Viviane Zobel

44 empfehlen sie uns

45 suchen & finden

46 ad hoc | impressum
Pass auf!
von Jean-Claude Lin

Ein Klassiker der Weltliteratur

José Mauro de Vasconcelos
Mein kleiner Orangenbaum
Aus dem Portugiesischen von
Marianne Jolowicz.
208 Seiten, gebunden mit Schutzumschlag
€ 15,90 (D) | ISBN 978-3-8251-7673-0

»Vasconcelos beschreibt zwar nur ein einziges Jahr, aber mit der bitteren und melancholischen Weisheit des Erwachsenen, der sich mühelos in die frühe Zeit zurückversetzt. Ein schöner Roman, poetisch.«

Bayerischer Rundfunk

Das Leben hat den erst fünfjährigen Sesé bislang nicht gerade verwöhnt. Um seinem arbeitslosen Vater zu helfen, arbeitet er als Schuhputzer. Oder er schwänzt die Schule, um auf der Straße zu singen. Ständig fallen dem fantasievollen Jungen neue Streiche ein, dennoch erobert er im Sturm die Herzen der Menschen und eines Tages trifft er sogar »den besten Menschen von der Welt«, doch das Glück ist nicht von langer Dauer ...

Ein Buch voller Fantasie und Traurigkeit, und dennoch offen für die Schönheit des Lebens.

Verlag Urachhaus | www.urachhaus.de

TOMIZATION
SELF
KREATIV-ÖKONOMIE
ANAGEMENT
INTERNET OF THINGS
DIGITAL HEALTH
MIND-SPORT
SPORTIVITY
SELF-TRACKING
CYBERCRIME
LEBENSQUALITÄT
ACHTSAMKEIT
BUSINESS ECOSYSTEMS
BLOCKCHAIN
LIFELONG LEARNING
HEALTH LITERACY
SERVICE-ÖKONOMIE
CO-LIVING
URBAN MANUFACTURING
UN-RUHESTAND
CORPORATE HEALTH
TALENTISMUS
CO-WORKING
OPEN INNOVATION
PREDICTIVE ANALYTICS
DIGITAL REPUTATION
CONOMY
DIGITAL LITERACY
GOLDEN MENTOR
EDUTAINMENT
PRIVACY
DOWNAGING
WISSENSKULTUR
AUTONOMES FAHREN
MODERNE NOMADEN
FREE AGER
MEGACITYS
FLEXICURITY
OMNI-
PROGRESSIVE PROVINZ
SOCIETY
SUPER-SAFE SOCIETY
RURAL CITYS
SEAMLESS MOBILITY
SICHERHEIT
SIMPLEXITY
GLOBAL
SIERUNG
CARSHARING
MIKROMOBILITÄT
DASH DELIVERY
UNTERWEGS-MÄRKTE
LICHE INTELLIGENZ

ZUKUNFT ALS MÖGLICHKEITS-RAUM

Lena Papasabbas

im Gespräch mit Doris Kleinau-Metzler | Fotos: Wolfgang Schmidt

Lena Papasabbas ist Kulturanthropologin und als Halbgriechin mit zwei Kulturen vertraut. Kulturanthropologie befasst sich mit unserer alltäglichen Gegenwartskultur, beispielsweise: «Warum tragen wir eine bestimmte Kleidung? Warum starren in der Bahn fast alle auf ihr Smartphone? Was macht diese Technologie mit uns?» Ihren Fragen nach dem «Warum» geht sie beim Frankfurter Zukunftsinstitut nach. Das Zukunftsinstitut analysiert Trends und zukünftige Entwicklungen und berät Organisationen und Unternehmen im Hinblick auf Veränderungsprozesse. Durch Corona hat sich für uns alle vieles verändert, ist anders geworden als wir gewohnt waren und planten.
Die Unsicherheit, wie es in Zukunft weitergeht, wächst. Damit sind aber auch neue Möglichkeitsräume entstanden, meint zumindest die Zukunftsforscherin.

Doris Kleinau-Metzler | Liebe Frau Papasabbas, jede und jeder von uns hat Zukunftsträume und Zukunftsvorstellungen. Was sagen Sie als Zukunftsforscherin dazu?

Lena Papasabbas | Eigentlich ist Zukunft nur das, was wir uns vorstellen. In dem Sinne ist sie etwas, was nie eintrifft, also nur eine Fiktion. Sobald sie da ist, ist sie ja Gegenwart. Aber die Art, wie wir uns Zukunft vorstellen, bestimmt auch unsere Gegenwart. Wenn ich beispielsweise heute noch einen Termin beim Zahnarzt habe, beeinflusst mich das den ganzen Tag, ich bin angespannt, obwohl es ja in der Zukunft liegt. Auch die Prognosen für die Folgen des Klimawandels beeinflussen mich beim Einkaufen, bei meiner Urlaubsplanung. Im Hier und Jetzt ist es egal, ob ich den Müll trenne, für ein Wochenende nach Rom fliege – doch wenn ich Zukunft mitdenke, ist es moralisch möglicherweise nicht mehr vertretbar. Da muss man eine Balance für sich finden.

DKM | Eine gewisse Unsicherheit, was die Zukunft uns bringt, zwischen guter Hoffnung und Befürchtungen schwankend, kennen wir wohl alle. Das hängt wohl auch mit unserem Zeitempfinden zusammen, das anders ist als das von Kindern, die mehr oder weniger ganz in der Gegenwart leben.

LP | Ja, das lineare, messbare Zeitempfinden ist in unserer westlichen Kultur ganz fest verankert, alles fließt linear von der Vergangenheit in die Zukunft. Aber es gibt auch andere Arten, Zeit zu denken, zum Beispiel zyklisch, als andauernder Prozess. Die Zukunftsforscher kennen aus Befragungen zudem das «Zukunftsparadox», das heißt, für unser persönliches Leben sind wir eigentlich recht zuversichtlich. Anders sieht es aus, wenn wir an die Gesellschaft, an die Welt denken – dann meinen wir, dass die Gesellschaft weiter verrohen wird, der Klimawandel unaufhaltsam ist usw. Diese unterschiedliche Sicht auf den persönlichen Bereich und die Gesellschaft wurde fast zu jeder Zeit in vielen Kulturen der Welt so wahrgenommen; man sah sich kurz vor der Apokalypse, dem Ende der Welt. Dieses Grundgefühl ist da, auch wenn wir in der westlichen Welt meist in Wohlstand und relativer Sicherheit leben. Eine entscheidende Rolle unserer jetzigen allgemeinen Zukunftsbefürchtungen kommt heute der Art zu, wie Medien agieren – Überschriften sind oft alarmistisch, Social Media spuckt automatisch immer mehr Meldungen und Nachrichten aus, die sehr emotionalisierend sind und häufig auf Angst und Panik setzen. Das trägt dazu bei, dass wir die gesellschaftliche Zukunft pessimistisch und als festgelegt sehen – wenn wir nicht darüber reflektieren.

» Die Art, wie wir uns Zukunft vorstellen, bestimmt auch unsere Gegenwart.

DKM | Aber es ist nicht leicht, im Alltagstrott und -stress zum Nachdenken zu kommen, ob es einen anderen Weg gibt. Hat Corona etwas daran geändert?

LP | Ja, denn manchmal ist Abstand zum Gewohnten hilfreich, um offen für Neues zu werden – wie im Urlaub vielleicht. Die Corona-Krise mit den verschiedenen Stufen des Lock Down hat Distanz erzwungen und für manche dabei entschleunigt. Der totale Bruch mit dem, was vorher normal war, hat anfangs zu einer Art Innehalten beigetragen, eine neue Achtsamkeit bestärkt. Ein großes Problem ist ja, dass viele Menschen so in die Zukunft verhaftet sind, die nächsten Termine im Blick, den Sommerurlaub in der Planung, dass sie dabei das Leben, das gerade jetzt läuft, ein bisschen verpassen. Es gibt nur ein reales Leben – und das ist hier und jetzt. Es sind viele Dinge im Alltag weggefallen, die uns sonst

beschäftigen, aber manchmal eben auch Terminstress verursachen. Nun aber verbringt man viel mehr Zeit zu Hause, sieht vielleicht seinen vollen Kleiderschrank und merkt: Ich brauche kein neues Outfit, keine andere Wimperntusche. Fragen tauchen auf: Was ist mir wirklich wichtig? Woher kommen diese künstlichen Bedürfnisse? Konsum ist für mich als Kulturanthropologin ein wichtiges Zukunftsthema. Wir können zum Beispiel in Zukunft mehr Produkte produzieren, die Menschen wirklich brauchen, die lange halten, weil man sie reparieren kann – statt Wegwerfartikel, in denen eingebaut ist, dass sie nach drei Jahren kaputt gehen. Das bedeutet Postwachstum, denn es geht dann nicht mehr darum, noch mehr Profit zu erzielen, immer mehr zu verkaufen, sondern um eine andere Qualität und darum, nachhaltig mit unseren Ressourcen umzugehen.

DKM | Ja, aber wir machen uns doch auch derzeit viel mehr Sorgen um unsere Gesundheit …

LP | Vor Corona war Gesundheit etwas, das immer weiter optimiert werden musste. Man wollte fitter, schöner, schlanker sein, das Altern unsichtbar machen. Es ging um Fitness, Vitalität, Sexiness. Durch Corona ist viel klarer geworden: Gesundheit ist in erster Linie die Abwesenheit von Krankheit – und das allein ist ein hoher Wert, den man schätzen kann wie ein Geschenk. Es kann schnell verloren gehen, wenn man sich irgendwo ansteckt und schwer krank wird. Man hat es nicht völlig in der Hand. Durch die mit der Corona-Pandemie in vielen Ländern verbundenen Einschränkungen wurde zudem vieles Selbstverständliches abrupt unterbrochen, das heißt, eine Krise, wie sie vorher nicht für möglich gehalten wurde, erfasste die Welt. Die Wirtschaft ist gedrosselt, unsere Freiheit im sozialen Leben, Konsumieren und Reisen, wann und wohin man will, sind eingeschränkt. Viele Menschen leiden auch seelisch darunter und sind zudem in existenzielle Not geraten.

Das ist die eine Seite. Aber eine Krise führt auch oft zu Erschütterungen, die Starres und Gewohntes lockern können und Neues hervorbringen. Dadurch kann sich ein Möglichkeitsraum entwickeln, der auch neue Zukunftsbilder entstehen lässt. Denn wenn vorher als zentral für unsere Zukunft die Technik angesehen wurde (künstliche Intelligenz-Projekte, Roboter, die Menschen pflegen), haben wir nun erlebt, dass wir andere, uns nahe stehende Menschen brauchen, besonders aber auch Menschen, die in sogenannten «systemrelevanten Berufen» arbeiten – von Krankenpflegerinnen und Altenpflegern über ›

› Verkäuferinnen bis zu Lehrerinnen und Erziehern. Es sind eben nicht die hochbezahlten IT-Berater und Banker, die sich in der Krise als systemrelevant erweisen!

DKM | Viele Frauen haben unter Corona-Bedingungen zusätzlich noch mehr Care-Arbeit übernommen, Sorgearbeit, die den gesamten Bereich der Fürsorge für die eigene Familie umfasst, vom Essenkochen und Einkaufen über das Drandenken an Geburtstage der Verwandtschaft bis zur Betreuung der Kinder zu Hause – auch wenn sie selbst im Homeoffice tätig, voll berufstätig waren. Frauen sind zudem traditionell oft in systemrelevanten, aber gering bezahlten Berufen. Die alten Geschlechterzuschreibungen sind also immer noch da …

LP | Ja, aber sie wanken. Mit dieser neuen Erfahrung verschieben sich Bewertungen und Werte von dem, was wirklich wichtig ist für uns – mit sicher langfristigen Auswirkungen, bis hin zu einem anderen und gerechten Entlohnungssystem. Gleichzeitig gab es auch mehr Väter, die sich aufgrund von Homeoffice und Homeschooling mehr um die Kinder gekümmert haben als zuvor. Dass das wirklich ein Knochenjob ist und nichts, was man so nebenbei zwischen zwei Meetings machen kann, ist eine wesentliche Erfahrung geworden. Diese Care-Arbeit ist, auch wenn sie nicht bezahlt wird, eine wirklich anstrengende Arbeit, die Zeit und Energie erfordert – aber sie ist auch eine erfüllende und wertige, das Leben bereichernde Sache. Auch dieser Schritt hat sich schon vorher angedeutet, denn insbesondere jüngere Männer sagen: Karriere ist mir nicht das Wichtigste. Ich will nicht zehn

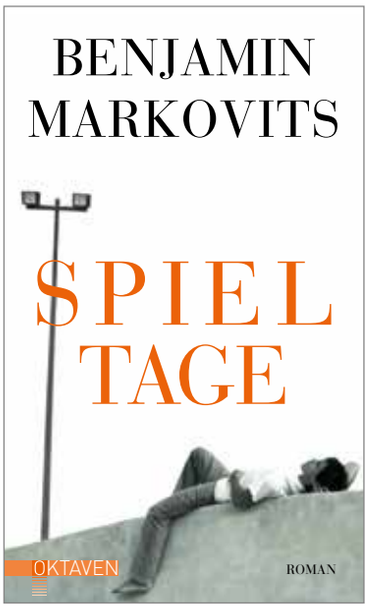
Stunden im Büro sein, sondern auch aktiv und verantwortlich teilhaben am Leben mit den Kindern. Da verschiebt sich etwas, das durch die Corona-Bedingungen möglicherweise verstärkt wird.

DKM | Sie sehen als Zukunftsforscherin die vielen kleine Veränderungen als Gesamtes. Wo beginnt das für jeden Einzelnen?
LP | Äußere Lebensbedingungen und innere Haltung sind eng verbunden. Diese innere neue Haltung findet sich vielleicht auch in dem, was wir *enoughness* nennen (genug ist genug). Dass wir selbst uns Grenzen des «Genug» setzen, gibt eine wesentliche Orientierung für unsere Lebensqualität – nicht dem immer mehr Geld, mehr Konsum, mehr Events nachzujagen. Daraus ergibt sich, auch mehr Zeit zu haben für Familie und Selbstverwirklichung. Das heißt nicht, dass dann jeder in unterschiedlichen Sphären ist, allein im Wohnzimmer in seiner Blase sitzt.

Wir haben durch Corona doch auch die Erfahrung gemacht, dass wir als Weltgesellschaft tatsächlich verbunden sind, nicht nur im Geist, sondern ganz faktisch. Wir sind miteinander verbunden – im Kleinen und im großen Ganzen. Das Leitbild dieser Verbundenheit, wir nennen es *connectedness*, steht der Tendenz zu Individualisierung und Egoismen gegenüber, die damit ein Stück weit überwunden werden kann – das heißt, dass man sich selbst als Mensch nicht als isoliertes Individuum wahrnimmt, sondern auch als einen Knotenpunkt, der eingebunden ist in sozialen Netzwerken, in ein größeres Ganzes.

DKM | Zum großen Ganzen gehört auch unser Dorf, unsere Stadt, in der wir leben – und auch, dass in der globalen Welt Ungerechtigkeit, extreme soziale Ungleichheit, Kriege und Elend herrschen. Unser Wohlstand, unser Konsum beruhen in vielfacher Weise auch darauf. Wie sehen Sie Ihre Zukunft vor diesem Hintergrund?
LP | Auch dagegen wendet sich das Comeback von Regionalität und Lokalität, das es schon vor Corona gab, vor allen Dingen, wenn es um Lebensmittel ging. Was baut der Bauer unter welchen Bedingungen in der Nähe an, was bietet der kleine Laden an der Ecke? Man hatte fast vergessen, dass man sein Fahrrad nehmen und in der eigenen Region herumfahren kann. Durch Corona hat sich dieser Trend verhundertfacht. Es sind viele Sachen, die dem Großtrend Globalisierung entgegenwirken, Handel, Gastronomie mit lokalen Spezialitäten, Handwerk, Produkte. Neue Verbindungen entstehen, auch zwischen lokal und global, man nennt das «glokal».

Ich verbinde Zukunft tatsächlich mit sehr viel Hoffnung auf Wandel. Ich nehme die Zeit, in der ich lebe, als eine wahr, in der ganz viel passiert, in der sich Normalität verändert, in der beispielsweise Ungerechtigkeit nicht mehr so hingenommen wird, auch beim Thema Feminismus und Gleichberechtigung. In dieser Zeit des Wandels verschieben sich auch Machtverhältnisse. Das merkt man auch an kleinen Stellschrauben wie der Tagesschau, die seit einiger Zeit gendert, oder weiblichen Protagonisten in Videospielen oder mehr Vielfalt in Filmen und Serien. Ich glaube, dass die Welt in 20, 30 Jahren tatsächlich eine bessere ist. ■



Hinein ins Leben: im Spiel wie in der Liebe

Mit melancholisch-nostalgischem Blick auf die ersten Schritte ins Erwachsenenleben ist dies die Geschichte eines jungen Mannes und Sportlers, der seine erste ‹erwachsene› Liebeserfahrung macht und dabei die eigenen Grenzen erkennt. *Spieltage* ist ein berührender Roman über den Weg zu sich selbst – und zudem ein Lesevergnügen für alle Basketballfans.

«Herausragend.»
The Times

«*Spieltage* schafft es, eine emotional ehrliche Coming-of-Age-Geschichte mit einer überzeugenden Darstellung der künstlichen, zynischen, dabei höchst idealistischen Welt des Profisports zu verknüpfen.»
The Times Literary Supplement

Benjamin Markovits
Spieltage
Roman
Aus dem Englischen von Dieter Fuchs.
376 Seiten, gebunden mit Lesebändchen,
Fadenheftung mit Schutzumschlag
€ 24,– (D) | ISBN 978-3-7725-3023-4
www.geistesleben.com

OKTAVEN
Leben Literatur Liebe

ERWACHEN AM ANDEREN MENSCHEN

von Jean-Claude Lin

Als Mensch können wir verschiedene Stufen des Erwachens erleben. Im Traum erwachen wir aus dem Tiefschlaf. Starke, zuweilen verwirrende, angstvolle oder sehnsuchtsvolle Bilder erleben wir dabei. Selbst eingreifen können wir aber nicht – beziehungsweise, wenn wir das tun wollen, wachen wir auf. Aus dem Traum wiederum wachen wir für unsere Umgebung hier auf der Erde auf, ergreifen unsere Sinneswahrnehmungen und unsere Gedanken. So können wir ins Gespräch mit anderen Menschen treten, erfahren auch von ihren Erlebnissen, ihren Gefühlen, Gedanken und Vorhaben. All das gehört zu unserem täglichen Leben: schlafen, träumen, wachen.

Es gibt aber noch eine weitere Möglichkeit des Erwachens über unser waches «Tagesleben» hinaus, die wir allerdings nur selten voll bewusst wahrnehmen, die wir aber doch hin und wieder erahnen. Diese weitere Stufe des Erwachens kann sich in der Begegnung mit der Biografie eines anderen Menschen ereignen. Rudolf Steiner nannte es das «Erwachen am Seelisch-Geistigen des anderen Menschen». Es bildet das Tor zu einer bedeutsamen Erweiterung unseres Seelenlebens ins Spirituelle hinein. In der Biografie eines Menschen kann etwas aufscheinen, was weit über die einzelnen Gedanken, Gefühle und Handlungen eines Menschen hinausweisen, was sogar auf einen noch weiteren Hintergrund dieses einen Lebens hinweisen kann. Es ist etwas, das wir mit dem alten deutschen Wort «Schicksal» oder dem östlichen Ausdruck „Karma“ in Verbindung bringen können. Das besondere dabei ist, dass wir zu dessen Wahrnehmung meist die Begegnung mit einem anderen Menschen brauchen.

Ein bewegendes Bild eines solchen «Erwachens» für die Tiefen des eigenen Schicksals ist in der folgenden kleinen Geschichte gegeben, die nicht erfunden ist, sondern die sich wirklich zugetragen hat.

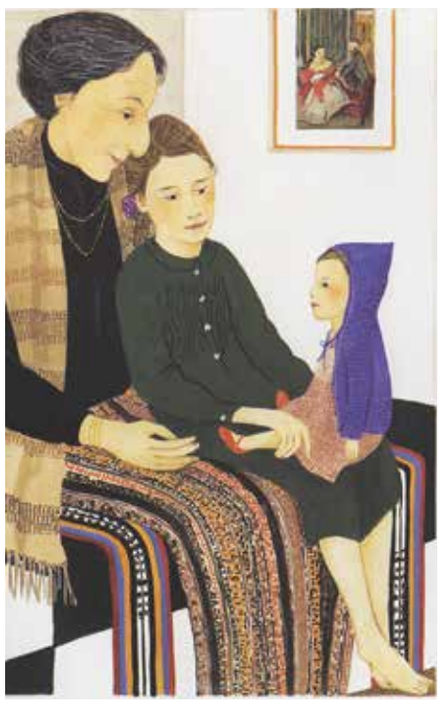
In München lebte einst das Mädchen Ruth Guggenheim mit ihrer Schwester und ihren beiden Eltern. Der Vater war Arzt. Und Ruth hatte eine über alles geliebte Puppe, die sie Elisabeth nannte. Eines Tages hatte sich ihr Hund die Puppe geschnappt und am Arm so zugebissen, dass tiefe Bissspuren an der Puppe entstanden. Ruth lief mit ihrer Puppe schnell in die Praxis ihres Vaters, damit er die Wunden verbinde. Dadurch war auch Ruth beruhigt und alles schien wieder in Ordnung zu sein.

Doch eines Tages kam sie aus der Schule nach Hause und sah, wie ein in brauner Uniform gekleideter Soldat vor ihrem Zuhause, in dem auch die Praxis des Vaters war, auf und ab ging. Der Soldat sollte darauf achten, dass keine nicht-jüdischen Menschen in die Praxis ihres Vaters eintraten.

Eines Nachts nun wurde Ruth von ihren Eltern geweckt. Sie mussten fliehen – so unauffällig wie möglich und daher alles zurücklassen. Auch ihre so sehr geliebte Puppe Elisabeth musste Ruth zurücklassen.

Über Italien und Frankreich floh die Familie in die USA. Dort wuchs Ruth Guggenheim auf, heiratete einen Mann namens Nivola und bekam eine Tochter, Claire. Als Claire sechs Jahre alt wurde, erzählte sie ihrer Mutter, dass sie so gerne eine Puppe hätte. Für Ruth, die ihre über alles geliebte Puppe hatte zurücklassen müssen, war das natürlich ein sehr nachvollziehbarer Wunsch, der allerdings viele schmerzliche Erinnerungen weckte. Doch sie machte sich auf den Weg in die Stadt und kam – nach langer vergeblicher Such nach einer hübschen Puppe – an einem Antiquitätenladen vorbei. Auf einer Kommode entdeckte sie eine sehr schöne alte Puppe, die ihr irgendwie bekannt vorkam. Sie trat ein und fragte nach ihr. Als sie die Puppe in Händen hielt – sie konnte es kaum glauben –, bemerkte sie genau an derselben Stelle wie bei ihrer Elisabeth die Bisswunden am Arm. Auf eine geheimnisvolle Art und Weise hatte ihre Puppe ebenfalls den weiten Ozean nach Amerika überquert. Eine tiefe Wunde in ihrem Leben wurde geheilt: Claire bekam die Puppe ihrer Mutter geschenkt und konnte später Elisabeth sogar an ihre eigene Tochter weitergeben. Ein früheres Leben war wieder mit dem späteren verbunden.

In jeder Biografie eines Menschen können wir solche zunächst verborgenen Zusammenhänge entdecken. Wenn wir sie wahrnehmen, dann helfen sie uns über jedes Unverständnis, jede Entfremdung oder gar Feindseligkeit unter uns Menschen hinweg. Dann wissen wir uns miteinander als Teil einer großen menschheitlichen Familie. Das macht den Zauber einer tiefergehenden Begegnung mit der Biografie eines Menschen aus. ■



Die hier gezeigten Bilder und die Geschichte gehören zum Buch Elisabeth. Die wahre Geschichte einer Puppe von Claire A. Nivola, das im Verlag Freies Geistesleben erschienen ist (übersetzt von Susanne Lin, 40 Seiten, gebunden mit Schutzumschlag, ISBN 978-3-7725-1794-5, ab 6 Jahren, www.geistesleben.com).

QUELLE ALTER JUNGER WEISHEIT

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

Heinrich Seuse (lat. Suso) war einer der bedeutendsten christlichen Mystiker des Mittelalters. Der Schüler Meister Eckharts lebte und wirkte am Bodensee. Dort erinnert heute ein besonderer Ort an ihn: Das Suso-Haus in Überlingen. Durch Kunst und Kultur wird hier die lebensvertiefende Kraft seiner Spiritualität neu erfahrbar.

› Bei Überlingen am Ufer stehen, die sanfte Ruhe des Sees in die Seele lassen. Dem Wasser lauschen. Dem feinen Knistern kleiner Wellen, Muscheln und Kies. Steine auflesen und in der Hand fühlen. Ihre Form, ihr Gewicht. Einen davon ins Wasser werfen. Zusehen, wie sich Ringe bilden. Wie von der ruhenden Mitte ein Kreis nach dem anderen ausschwingt. Ein tiefes, altes Gleichnis für das Göttliche. Erzählt von See und Stein. Erzählt von einem, der hier vor rund 700 Jahren seiner Wege ging und die Gabe hatte, durch Bilder und Worte auf das hinzuführen, was mit Bildern und Worten nicht zu sagen ist: Heinrich Seuse. Ein alemannisches Bodenseekind – ein Dichter, ein Mystiker.

Sein ganzes Leben war von der Sehnsucht bewegt, sich mit dem zu verbinden, was sich da im Bild auf der Wasseroberfläche andeutet. Er war auf der Suche nach der Quelle seines Lebens. Nach der ruhigen, lebensverströmenden Mitte, von der aus die Ringe pulsieren. Er wurde fündig. Den Weg dorthin hat er in einem Büchlein beschrieben, oder besser: bebildert. Denn mit seinen poetischen Worten malt er eher, als dass er schreibt. Seine *Vita* ist die erste spirituelle Autobiografie in deutscher Sprache. In drei Stufen berichtet sie von einem Menschen, der anfängt, fortschreitet und sich vollendet.

Den Anfang setzt der um 1295 geborene Heinrich Seuse im Alter von Achtzehn. Da ist er seit fünf Jahren Mönch im Dominikanerkloster auf der Konstanzer Rheininsel. Das Klosterleben aber gibt seiner Seele wenig Nahrung. «Es schien ihm», schreibt er, «als müsse es etwas anderes sein, das seinem unsteten Herzen Frieden und Heimat geben könne».

Seine Unruhe ist groß. Er reißt sich aus einer lauen Klosterbehaglichkeit heraus und zieht sich von seinen Mitbrüdern zurück. Heinrich Seuse beginnt. Er geht nach Innen. Der Schritt in die Abgeschiedenheit fällt zunächst nicht leicht. «Daraus floss ihm aber nachher eine große Süßigkeit.» In der Stille seines Alleinseins erlebt er schon bald tiefe Visionen des Göttlichen. Oft sind jetzt «die Kräfte seiner Seele vom lieblichen Duft des Himmels erfüllt.» Als er über die ‹Ewige Weisheit› meditiert, erscheint ihm die Sophia: «Sie leuchtete als Morgenstern und erschien wie die Sonne, wenn sie mit ihren Strahlen spielt. Ihre Krone war Ewigkeit, ihr Kleid Seligkeit, ihre Worte Süße, ihre Umarmung bot aller Lust genüge. Sie war fern und nahe, hoch und nieder. Sie war da und doch verborgen. Sie ließ mit sich umgehen, doch konnte niemand sie ergreifen. Sie reichte über den obersten Gipfel des höchsten Himmels und berührte das Tiefste des Abgrunds. Sie verbreitete sich gewaltig von Ende zu Ende und ordnete alles aufs beste. […] Sie neigte sich ihm innig zu, grüßte sehr freundlich und sprach ihm zu, voller Güte: ‹Gib mir dein Herz, mein Kind.›»

Später wird er in einem Dialog mit ihr Bücher füllen. Noch aber sind es nur flüchtige Kontakte mit der Göttlichkeit. Wie gibt man ihr sein Herz? Wie bleibt man in dieser Verbindung? Wie wird man ihr gerecht? Die Sehnsucht nach der ruhigen, lebensverströmenden Mitte, von der aus die Ringe pulsieren ist für Heinrich Seuse jetzt stärker denn je. Er versucht es mit Askese und Selbstgeißelung. Über zwanzig Jahre hinweg schindet er sich fast zu Tode. Mit Vierzig lässt er es auf göttlichen Rat hin sein und wirft seine Folterwerkzeuge in den Rhein.

Eines Morgens hört er eine Stimme in sich: «Tu auf der Zelle Fenster und lug und lerne!» Da sieht er «einen Hund, der lief mitten im Kreuzgang, trug ein verschlissenes Fußtuch im Munde umher und trieb sein wunderliches Spiel damit; er warf es auf, warf es nieder und zerrte Löcher darein.» Das Bild wird ihm zum Wegweiser. Heinrich Seuse will sich dem «wunderlichen Spiel» des Lebens ganz hingeben, selbst wenn es an ihm zerrt und rüttelt wie der Hund am Tuch. Die Kunst der Gelassenheit soll ihn zur Quelle führen. Er verlässt seine Zelle und zieht als Wander-Seelsorger umher. Der Gang ins Leben wird zum nächsten Schritt, zur höheren Schule. Heinrich Seuse schreitet fort.

Die Gelassenheit ist ein Kernelement der christlichen Mystik. Damals lehrt sie Meister Eckhart am Studium Generale der Dominikaner in Köln. Heinrich Seuse ist dort sein Schüler. Das Leben wird ihm zahlreiche Gelegenheiten schenken, sich auf diesem Weg zu üben. Der Fortschreitende wird sich vollenden. Als der «Mysti-

ker des Herzens» wird er im Dreiklang mit Meister Eckhart und Johannes Tauler die christliche Spiritualität neu impulsieren. Wie eine Tiefenströmung durchzieht ihre Mystik die Jahrhunderte.

Am Rand der Überlinger Altstadt, einen Steinwurf vom See entfernt, findet sich heute ein Quell dieses Wissens. Hier steht eines der ältesten Bürgerhäuser Süddeutschlands: das *Suso-Haus*. Suso ist die latinisierte Form von Seuse. Seine Mutter stammte von hier, vielleicht wurde er in diesem Haus geboren.

Neben dem Fachwerkbau ein umfriedetes, efeuumranktes Gärtchen. Ein verwunschenes, stilles Paradies, das jedem offen steht, der vorbeikommt. Drei Kreise aus Buchs im Gras erinnern an das Bild von See und Stein. Am Haustor über dem Klopfring, ein Gedicht:

Grünkraft.

Raum des Wachsens

Raum des innersten

Blühens

ist immer da

Im staunenden

Erwachen

lacht dein Herz

ins Ewige!

Michael Stoll hat es geschrieben. Der Dichter und Musiker hat das Haus im Jahr 2006 im Dornröschenschlaf vorgefunden und es zusammen mit dem Verein *Neue Mystik im Dialog* behutsam zu neuem Leben erweckt. Die Renovierung des vom Verfall bedrohten Gebäudes war mehr als eine Wiederherstellung der historischen Bausubstanz. Es ging mit ihr auch eine geistige Belebung einher. Statt des ehemaligen Gedenkortes mit historisierender Seuse-Stube, der im letzten Jahrhundert immerhin Denker wie Martin Buber und Martin Heidegger anzog, wurde das Haus zu einem Ort, an dem die Spiritualität Heinrich Seuses auf besondere Weise neu erfahrbar wird.

Und das beginnt schon beim Eintreten. Spürbar bleibt die Welt draußen, heißt eine Stille willkommen. Ganz entgegen der Erwartung von einem mittelalterlichen ›

Birgit und Michael Stoll im Garten des Suso-Hauses, das sie mit Kunst und Kultur, mit Malerei, Dichtung, Musik und Philosophie erfüllen – und selbst davon erfüllt sind.

Haus gelangt man in kein dunkles, niedriges Gemäuer, sondern wird von einem hellen, offenen Raumgefühl umfangen. Raum zum Ausatmen, zum Stillwerden und Zu-sich-Kommen. Der Weg nach Innen.

Ein zarter Klang ertönt in dieser Stille, so fein, dass man ihn nur wahrnimmt, wenn man sich ihm ganz zuwendet. Es ist der Puls eines Tropfens, der durch alle Stockwerke fällt. Wie ein Lot durchzieht die von Michael Stoll und dem Bildhauer Cornelius Hackenbracht geschaffene Installation *Quellturm* das Gebäude (*Foto auf Seite 14*): Aus einer Sickerquelle im Keller wird Wasser in das oberste Stockwerk geleitet. Von dort fällt es in einem Lichtstrahl zurück in die Dunkelheit. Im Moment, da der Tropfen wieder in den Quellgrund eintaucht, erzittert das Wasser in hellen Reflexionen. Auf jeder Ebene wird der Fall des Tropfens von einem Brunnenstein eingefasst. Vom grob behauenen Felsblock im Keller verfeinern sich die Versionen des Steins von Stockwerk zu Stockwerk bis zum filigranen Lichtkörper unter dem Dach. Ein Werk von immenser Schönheit und Tiefe. Ein Sinnbild für Heinrich Seuses Lehre vom mystischen Weg des Menschen. Aufwärts steigend verfeinert er sich im Abstreifen von Vorstellungen und Prägungsschichten. In Ausbildung der Gelassenheit erklimmt er Stufe um Stufe, bis er an den Punkt gelangt, an dem er sich voller Vertrauen ins Nichtwissen lässt. Entledigt von allen Bildern, die zwischen ihm und dem Göttlichen standen, erfährt er seine wahre Individualität und die Lebendigkeit ursprünglichen Seins.

«Werde der, der du warst, bevor du geworden bist», zitiert Michael Stoll Heinrich Seuse. Er leitete das Haus mit seiner Frau, der Kunstschreinerin und Philosophin Birgit Stoll. So, wie sie das mittelalterliche Gebäude renoviert haben, legen sie auch die Inhalte des Mystikers frei, übertragen sie in unsere Zeit, decken die alte, junge Leuchtkraft wieder auf. Sie kennen seine Schriften in- und auswendig – im wahrsten Sinne des Wortes. Denn die mystische Lehre verbindet die Wendung nach innen mit der Wendung nach außen. Der Weg ins Herz führt zurück an die Welt.

«Das Herz ist das Zentrum in Seuses Lehre», so Michael Stoll, «die Verbindung von Geist, Leib und Seele, von Himmel und Erde. In seinem liebenden Puls vollzieht sich die Vereinigung mit dem höheren Selbst und mit Christus. Es ist der Ort, aus dem das Leben hervorströmt. Diesen Punkt in sich zu finden, ändert das Leben umfassend. Das Leben wird spürbar.» – «Die Annäherung an diesen Ursprung», ergänzt Birgit Stoll, «hat auch einen Bezug zu anderen Menschen und Lebewesen. Wer die Ursprungsbewegung in sich spürt, kann im Einklang mit ihr handeln. Wer mit seinem Herz in guter Verbindung ist, ist auch in guter Verbindung mit der Welt und geht entsprechend achtsam mit ihr um. Es geschieht ein Heilungsprozess, der gerade für unsere Zeit so wichtig ist.»

Den Ursprung des Lebendigseins in sich finden. Im Sein sein. «Diese Dimension»,

so Michael Stoll, «kann durch Kunst und Kultur, durch Malerei, Dichtung, Musik eingeübt und weitergegeben werden.»

Dazu eröffnet das Suso-Haus vielfältige Möglichkeiten. Es finden Lesungen, Musiken, Filmvorführungen, Meditationen und Andachten statt. Künstlerinnen und Künstler besuchen das Haus, setzen sich mit dem Ort auseinander und zeigen das Entstandene. Ein philosophisches Frühstück nährt jeden Mittwoch Körper und Geist. Eine kleine Eremitage mit Schlafgelegenheit und Zugang zum Garten bietet Menschen, die sich eine Zeitlang der Stille widmen wollen, Gelegenheit dazu. In einer Schreibwerkstatt kann man das Worte-Finden als «kreativ-schöpferische Tätigkeit in das Offene hinein» betreiben oder mit Fokus auf die eigene Biografie arbeiten. Wer will, dem steht Michael Stoll mit seiner jahrzehntelangen Schreiberfahrung zur Seite. Das Schreiben ist für ihn «ein Mittel, um aus der Entfremdung des Alltags zurückzukehren. Sprache, Schreiben als gesetztes Wort kann eine Insel sein, inmitten einer Flusslandschaft, mit Hilfe derer ich Land gewinne, mich ausruhe, kräftige, und bisher Durchwundenes und Erlebtes zu überblicken vermag.»

In seiner Dichtung wird das auch im Lesen erfahrbar. Michael Stoll erschafft Inseln und Räume, durch die man sich wieder in das einfühlen kann, was von Alltagsrauschen und «schöner neuer Welt» überlagert wurde. Die Meditation seiner Gedichte ist Verfeinerung, Erinnerung und Wiederbelebung. Letztendlich auch Anleitung einer mystischen Weltauffassung.

Gleichsam im Lauschen
und Formen
der Töne
bist Du.
Du bist
eines und ziehst
der Linien
Zukunft!

Es gehört zum Wesen des Mystikers, sich offen zu halten, sich von den Dingen lehren zu lassen. Hinschauen, hinhören, wirken lassen. Sehen, was sich zeigt. Sich auch die Antwort ablauschen. Handeln. Und dann gelassen die Antwort des Lebens aufnehmen.

Du kannst
nur
eingestimmt
dein Leben
gestalten
was und wann
das Blatt
bewegt
bleibt
überlassen.

So gehört Michael Stolls Dichtung zum Schatz lebensvertiefender Weisheit, der im Geiste Heinrich Seuses im *Suso-Haus* geschenkt wird. Inspiriert, genährt und ermutigt tritt man wieder an und in die Welt. Vielleicht mit einem Zettel in der Tasche, darauf die Zeilen des Dichters:

Dein Herz
schlägt Dir
den Weg. ■

Öffnungszeiten und aktuelle Veranstaltungen: www.susohaus.de

Der aktuelle Gedichtband von Michael Stoll ESSENZEN orange wird Ende Juni im tredition-Verlag erscheinen.

Der Mensch als Schöpfer

›Wie ein Künstler blickte der Schöpfer auf sein Werk und freute sich an ihm. Und dann erwachte in ihm der Wunsch, ein Wesen zu erschaffen, das selber Schöpfer sein kann. Und siehe da, hier zeigten sich Schwierigkeiten.‹ Vor dem Hintergrund der Freiheit des Menschen und der damit verbundenen Aufgaben beschreibt Dieter Hornemann einen Weg zum wahren Christentum.

Dieter Hornemann
Gottes dritter Versuch
Das Rätsel der Menschwerdung
88 Seiten, gebunden | € 18,– (D)
ISBN 978-3-8251-5254-3 | *Jetzt neu im Buchhandel!*

Verlag Urachhaus
www.urachhaus.com

VOLL DAS LEBEN

von Brigitte Werner

Wann ist das passiert? Gestern noch konnte ich ohne Mühe in die Knie gehen, mich überall hinhocken und blitzschnell wieder aufstehen, heute möchte ich dabei nicht gesehen werden. Dazu das plötzliche Heulsusen-Getue. Ich finde es abscheulich, aber so, wie ich gerade mit mir rede, könnte ich auf der Stelle schon wieder losheulen – über mich und dass ich nicht netter bin zu mir.

Ja, du heiliger Schlamassel, was ist passiert? Wieso werden meine Augen feucht, wenn die Kassiererin an der Kasse liebevoll das Kleingeld der alten Dame vor mir (ist sie überhaupt älter als ich?) aus ihrer Geldbörse zusammensucht und dabei alle Zeit der Welt hat. Würde jetzt einer oder eine hinter mir was Ungeduldiges oder Unschönes sagen, würde ich zum Knockdown ausholen. Ich überquere die Straße und erblicke im Vorbeigehen eine junge Mutter, die sich mit einer Milch-und-Honig-Stimme zu ihrem kleinen Mädchen hinunterbeugt – und ich könnte losheulen. Filme muss ich ausschalten, wenn plötzlich Intrigen gesponnen werden oder heftige Streitigkeiten unter Freundinnen oder Geliebten entbrennen. Am Schlimmsten ist es bei blöden Missverständnissen. Tierfilme, in denen einer den anderen jagt, vielleicht sogar kriegt, gehen gar nicht. Meinen Lieblingsschmöker kann ich im Moment nicht lesen, er hat zu viele traurige Stellen, und obwohl ich doch weiß, dass am Ende alles gut wird, kann ich mir das zurzeit nicht antun. Wenn mich meine Freundin, allen Coronaregeln zum Trotz, überraschend in den Arm nimmt, höre ich gar nicht mehr auf und der Rhein-Herne-Kanal läuft über. Aber es können auch sanfte Wolkengebilde sein oder eine blaue Kindersocke, die ich am Mülleimer fand, so elternlos, so ganz ohne den passenden kleinen Kinderfuß, und schon schießen mir die Tränen in die Augen.

Musik macht mich gerade erst recht hemmungslos. An ganz stabilen Tagen könnte ich mich darüber kaputtlachen, wild herumtanzen, dabei heulen und heulen – und glücklich sein. Diese vielen Tränen bedeuten ja nicht, dass ich alle Traurigkeit der Welt verschluckt habe, sie zeigen mir aber eine sehr hochdosierte Empfindlichkeit. Und wie, bitte schön, kommt die denn so plötzlich aus dem Hinterhalt in mein Leben?

Im Frühling konnten mich die ganzen Knospenwunder mit ihren Grüngeheimnissen zum Staunen bringen. Sie tun es jedes Jahr pünktlich nach dem Winter, aber dieses Jahr bekam ich einen sperrigen Kloß im Hals und merkte, wie meine Augen feucht wurden und dachte sofort: Hoffentlich merkt das jetzt niemand. Bin ich gerade voll blöd oder voll peinlich? Oder einfach nur voll alt?

Gestern bin ich in den nahen Stadtpark gegangen, ich wollte zur Bank an den Teich, da es dort besonders lauschig ist, da sah ich eine andere ältere Dame bereits auf *meiner* Bank sitzen. Das wäre zwar nun wirklich ein fetter Grund zum Losheulen gewesen, aber sie rutschte bereitwillig ans Ende der Bank, und wir lauschten gemeinsam den Vögeln, das Licht summte, die beiden Enten auf dem Wasser flirteten heftig miteinander, und alles war so schön, dass mir schon wieder ein paar Tränen übers Gesicht liefen. Ich kramte nach dem Taschentuch, da sah ich mit Bestürzung, dass meine Banknachbarin ebenfalls weinte. «Kann ich Ihnen helfen?», wollte ich wissen, aber sie lächelte mich durch ihre Tränen an und flüsterte: «Ist das nicht einfach wie ein Wunder?» Und sie machte eine große Geste und zeigte auf das ganze Geschehen um uns herum. Ich nickte begeistert, wir blickten uns an, sahen unsere nassen Gesichter und fingen hemmungslos an zu lachen. Es schüttelte uns. Immer wieder prusteten wir los und griffen gleichzeitig nach unseren Taschentüchern. «Drehen wir gerade durch?», fragte ich sie irgendwann, aber sie schüttelte heftig den Kopf. «Nein», protestierte sie, «meine Tochter hat mir gestern erzählt, dass sie mit ihrer Freundin gerade über alles heulen kann, Kleinigkeiten, schöne Dinge, traurige Geschehnisse, Leid, Freude, einfach alles lässt zurzeit ihr Herz erzittern.» – «Corona?», frage ich. «Klar», sagt sie mit Entschiedenheit. «Es ist zu lange.» Ich nicke. Wir sind uns einig. Es ist nicht das Alter. Na immerhin. ■

Brigitte Werner (www.brigittewerner.de) lebt und arbeitet im Ruhrgebiet und an der Schlei und schreibt für Kinder und für Erwachsene.

Foto: ricok69 / photocase.de

DAS WIEDERGEFUNDENE PARADIES

Ein zauberhafter Bildband entführt uns in Tolkiens Welt

von Konstantin Sakkas

Unser Leben, sagt ein angelsächsischer heidnischer Fürst bei Beda dem Ehrwürdigen, sei wie der Flug eines Spatzen durch eine warme Festhalle in Winterszeit. Das Christentum behauptete hiergegen, dass die eigentliche Wärme erst im Jenseits herrsche. Die Fantasy aber lebt vom Glauben daran, dass das Paradies bereits in dieser Welt möglich sei. Dieser Glaube wurde sinnstiftend für die angelsächsische Welt – und für die Moderne, die sie der Menschheit brachte.

Die Literaturgattung der Moderne schlechthin ist die Fantasy, und sie ist weitgehend eine angelsächsische Schöpfung und untrennbar verbunden mit John Ronald Reuel Tolkien (1892–1973), dem Autor des *Hobbit* und des *Herrn der Ringe*. Seinen Inspirationsquellen geht seit vielen Jahren der Brite John Garth nach, so auch in seinem jüngsten Werk *Die Erfindung von Mittelerde*.

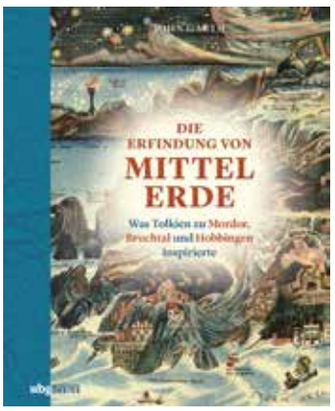
Mit Mittelerde, so heißt es, habe Tolkien England den so sehr vermissten Nationalmythos schenken wollen. Zwar habe er «sich nach dem Britannien von Artus und Merlin gesehnt», und «die ähnliche Lautung von Mordor und Mordred, dem Namen von Artus' Widersacher», fiel gewiss schon zahllosen seiner Leser auf; doch die Artussage war keltisch, nicht angelsächsisch. Mit Mittelerde schuf Tolkien einen englischen Sehnsuchtsort – und zugleich England als Sehnsuchtsort: «Dies Kleinod, dieser segensvolle Fleck, dies England», zitiert Garth Shakespeares John of Gaunt und fährt fort: «Tolkiens Insel ist ‹segensvoll› aufgrund ihrer elbischen Vergangenheit und weil sich dort immer noch Elben verbergen.»

So wurde das Englische, der Inbegriff von Industrialisierung und Rationalität, zugleich zum Inbegriff des Fantastischen, und der Engländer Tolkien zum Schöpfer der High Fantasy, der heute wohl mächtigsten literarischen Gattung. Kein *Harry Potter*, kein *Twilight*, kein *Game of Thrones* ohne Tolkien und seine Apotheose der Innerlichkeit inmitten einer Welt, die fortwährend *gefährdet*, aber nicht an sich *feindlich* ist: ein verborgenes Diesseits, ein innerweltliches Eschaton.

Tolkiens Welt ist kein Jammertal, denn es gibt in ihr einen immergrünen Zufluchtsort, einen keusch behüteten Garten, verpflanzt vom Zweistromland des Orients in den vom Atlantik umspülten Westen, der ohne seine Insularität freilich nicht denkbar ist. Es ist das kindlich-heimelige England der Softpower, die Insel inmitten der Stürme, die ewig an die Klippen branden und sie doch nie brechen.

Dieses England kam für den kleinen John, als er 1895 aus Südafrika (dort war sein früh verstorbener Vater stationiert) zu Verwandten auf die Insel kam, «einer Offenbarung gleich». Zum Auenland inspirierte ihn das Örtchen Sarehole in Warwickshire, zu seinen Schlachtenszenen mit Orks und Drachen seine Kriegserfahrungen in der Hölle an der Somme 1916. Doch auch die Mittelmeerwelt stand ihm Modell: Alexanders des Großen «Suche nach dem ewigen Leben findet ihre Entsprechung im von Sauron angestifteten Ansturm des Goldenen Königs Ar-Pharazôn auf Valinor», Númenors Könige «sind langlebig wie alttestamentarische Patriarchen» und «ihre Sprache Adûnaïsch ist von ihrer Struktur her semitisch». In Cäsars *De Bello Gallico* stieß Tolkien «auf Europas realen Düsterwald», und «das Elysium und der westlich gelegene Garten der Hesperiden» waren seine «ersten Zauberorte».

Auf dem erdähnlichen Planeten K23 sehe es aus wie in Colorado, funkt die Astronautin Sully in George Clooneys Film *The Midnight Sky* ihrem Vater Augustine als letzte frohe Botschaft auf die aussterbende Erde. Die Erde aber – jede Erde – ist ein Auenland im wüsten, weiten Universum. ■



Das sehr schön aufgemachte und ausgestattete Buch Die Erfindung von Mittelerde. Was Tolkien zu Mordor, Bruchtal und Hobbingen inspirierte von John Garth ist bei WBG Theiss erschienen (aus dem Englischen von Andreas Schiffmann, 208 S., mit zahlreichen farbigen Illustrationen, 32,– Euro / für WBG-Mitglieder 25,60 Euro).

Foto: Smrgeog | commons.wikimedia.org

DIE DUNKLE SONNE

von Wolfgang Held

Im Juni ereignet sich eine Sonnenfinsternis, die zumindest teilweise auch von Mitteleuropa aus zu sehen ist. Mehr als sechs Jahre ist es her, dass man in Europa diese rätselhafte Verdunklung der Sonne sehen konnte. Es war im März 2015, als sich der Mond vor die Sonne stellte und seinen Schatten dann zur Erde warf.

Am 10. Juni ist es wieder so weit: In München ab 11.37 Uhr, in Berlin eine Minute früher und in Hamburg zehn Minuten früher beginnt es, dass mit einem Mal sich auf der Sonnenscheibe eine Einbuchtung zeigt. Diese wächst dann für eine Dreiviertelstunde so an, bis beispielsweise für Hamburg 17 Prozent der Sonnenscheibe bedeckt sind. Für südliche Orte sind es weniger, denn die eigentliche Sonnenfinsternis geschieht weit im Norden. Bei der Beobachtung ist Vorsicht geboten! Eine Sonnenbrille reicht keinesfalls für den Blick hinauf, auch Hilfsmittel wie berußte Gläser oder eine CD-Scheibe als Filter sind ungeeignet. Diese Hilfsmittel filtern zwar das Licht, aber nicht ausreichend die Wärmestrahlung der Sonne. Und da das Auge als einziger Bereich des Körpers über kein Wärmeempfinden verfügt, merkt man eine Überhitzung nicht. Die Sonnenfinsternisbrillen mit spezieller Folie sind daher am besten geeignet. Sie lassen nur ein Hunderttausendstel des Lichtes hindurch.

Der zentrale «Finsternispfad» durchzieht Nordkanada, Grönland, den Nordpol und endet im Nordosten von Asien. Doch auch an diesen Orten kann der Mond die Sonne nicht vollständig verdunkeln, ein schmaler goldener Ring ihrer Scheibe bleibt um den schwarzen Mond erhalten. Welch großartiges Schauspiel! Dabei ist interessant, dass trotz der 90-Prozent-Bedeckung der Sonne, ihre Helligkeitswirkung, wenn man in die Landschaft blickt, kaum abnimmt, so unermesslich ist ihr Licht. Da der Mond langsam vor die Sonne tritt, geschieht die Lichtabnahme beinahe unmerklich, sodass sich das Auge daran gewöhnt. Wer allerdings auf die Stimmung, die Atmosphäre der Natur achtet, dem bleibt der dramatische Wandel nicht verborgen. Alles scheint entrückt und von bleierner Schwere getroffen, denn nicht nur das Licht der Sonne nimmt ab – und damit ihre Wärme –, auch das Leben selbst, das ja letztendlich immer vom Sonnenlicht abhängt, scheint für einen Moment still zu stehen.

Doch wieso kommt es zu keiner totalen Sonnenfinsternis, bei der der Mond die Sonne vollständig bedeckt? Der Erdtrabant kreist auf einer elliptischen Bahn um die Erde, und zum Zeitpunkt der Finsternis ist er beinah an seinem erdfernsten Punkt. Deshalb erscheint er vom Blickpunkt der Erde aus relativ klein und kann die Sonne nicht ganz bedecken. In solch einem Fall kommt es zu einer ringförmigen Sonnenfinsternis.

Noch eindrucksvoller ist zweifellos eine totale Sonnenfinsternis. Bei solch einem Schauspiel wird es für wenige Minuten so dunkel, dass man die hellen Sterne sehen kann und auch den weiten Strahlenkranz um die Sonne, der ja ebenfalls «Korona» heißt. Den ganzen Horizont säumt dann ein Rot wie beim Sonnenuntergang. «Nie war ich so ergriffen, vor Schauder und Erhabenheit ergriffen, wie in diesen zwei Minuten. Es war mir, als ob Gott ein Wort gesprochen hätte, und ich hätte es vernommen.» Das notierte der Dichter Adalbert Stifter, als er in Wien 1841 eine Sonnenfinsternis erlebte. In Europa müssen wir übrigens nicht mehr allzu lange warten, bis eine totale Sonnenfinsternis zu sehen ist. Am 12. August 2026 streicht ein Finsternispfad von Grönland über Island kommend über Spanien. Im Mittelmeer endet die Schattenlinie. Die Inselgruppe der Balearen liegt dabei in der Dunkelzone – sodass es einen Grund mehr gibt, im Sommer 2026 dort Urlaub zu machen. ■

Wolfgang Held (www.wolfgangheld.de) studierte Pädagogik und Mathematik und war viele Jahre Mitarbeiter in der Mathematisch-Astronomischen Sektion am Goetheanum. Er ist Autor zahlreicher Bücher, u.a. Vier Minuten Sternenzeit. Leben mit den kleinen und großen Rhythmen der Zeit, erschienen im Verlag Freies Geistesleben: www.geistesleben.de/Autoren/Wolfgang-Held.html

DU MUSST DEIN LEBEN ÄNDERN

von Christa Ludwig

Was hat Rilke mit Brathähnchen zu tun? Vor jenem Frühsommertag 1995 hätte ich gesagt: Nichts! Danach war vieles anders.

Eigentlich bin ich kein Typ für Multi-Tasking, aber Radio hören beim Autofahren, das kann ich. Nicht selten kommt dann noch eine dritte Beschäftigung hinzu, die ich aber nicht tue, nur einfach nicht lassen kann: Ich kann ein Buch mit den Händen zuklappen, aber nur schwer in meinem Kopf. Oder es braucht nur einen winzigen äußeren Anlass, der trägt die Zeile eines Gedichts in meinen Kopf und zieht wie einen Sternenschweif sämtliche Strophen hinter sich her. Damals waren es das Sommerlicht und der leichte Wind, die das Birkenlaub im Schattenspiel auf dem Pflaster flimmern ließen. Und da war die Zeile: … *und flimmerte nicht so wie Raubtierfelle* … Ich musste nicht lange überlegen, dieses Gedicht ist immer vorhanden: Rilkes *Archaïscher Torso Apollos*, die präzise Beschreibung des kopflosen steinernen Körpers, der uns augenlos anblickt … *in dem sein Schauen, nur zurückgeschraubt, // sich hält und glänzt* …

Wäre mein Leben anders gelaufen, wenn ich nicht durch das unbewusste Tippen auf den Einschaltknopf die vierzehn Zeilen dieses Sonetts mit einer Radiosendung durchmischt hätte? Es ging um Brathähnchen. «Aus Bodenhaltung» stehe auf der Folie, in die sie bratfertig eingeschweißt seien (kannte ich). Das suggeriere, es gehe ihnen besser als den Legehennen in den Käfigen (hatte ich auch geglaubt). Schon ahnte ich, dass diese Radiosendung nicht wie sommerliches Birkenlaub in meinem Leben flimmern würde. Aber noch versuchte ich, mich zu wehren, mein Denken klammerte sich an: *Wir kannten nicht sein unerhörtes Haupt, / darin die Augenäpfel reiften.* – Nach sechs Wochen Turbomast seien die Hähnchen schlachtreif (neues Wort für mich, unerwünscht) und stünden dann so eng, dass die Toten oft nicht einmal umfielen. Ich begann um unseren Sonntagsbraten zu fürchten. Hilf mir, Rilke, Apollo, hilf! Seid lauter als die Radiostimme: *Aber / sein Torso glüht noch wie ein Kandelaber, / in dem sein Schauen, nur zurückgeschraubt, // sich hält und glänzt.* Und Tote gebe es reichlich, die Verlustquote sei hoch, aber kalkuliert. Die Tiere seien krank – alle. Da die Ställe nicht gereinigt werden könnten, dringen Keime in kleinste Verletzungen, vereiterte Abszesse in der Brust seien die Folge, B-Ware für Chicken Nuggets … *Sonst könnte nicht der Bug / der Brust dich blenden* …, bei der Turbomast wachsen Knochen und Lunge nicht schnell genug mit, Atemnot, Gelenkschmerzen, Knochenbrüche … *und im leisen Drehen / der Lenden könnte nicht ein Lächeln gehen / zu jener Mitte, die die Zeugung trug* …

Ich fuhr auf den Parkplatz des Supermarkts, vor dem Bericht über den Weg zum Schlachthof hätte ich das Radio ausschalten können, aber ich begleitete die Hühner, hineingeworfen und gequetscht in kleine Transportkisten, ohne Wasser – dann endlich fand ich den Abschaltknopf, mein Kopf kämpfte sich zurück zu … *Sonst stünde dieser Stein entstellt und kurz / unter der Schultern durchsichtigem Sturz / und flimmerte nicht so wie Raubtierfelle* … Felle und Federn, Federn und Felle, ich stieg aus, bereit, Rilkes Forderung in diesem Gedicht aus gänzlich anderem Lebensgebiet anzunehmen … *und bräche nicht aus allen seinen Rändern / aus wie ein Stern: denn da ist keine Stelle, / die dich nicht sieht. Du musst dein Leben ändern.*

Ich änderte mein Leben. Als Erstes den Einkaufszettel. ■

Aus dem Gedicht von Rainer M. Rilke: *Archaïscher Torso Apollos*.

Mehr über Christa Ludwig und ihre Bücher unter www.christaludwig.net
Aus dieser hier beschriebenen Radiosendung entstand 1997 ihr Massen-Haft (Anrich Verlag, 2013 aktualisiert und nachgedruckt).

Foto: suze / photocase.de

JUNI

«Ist die Sonne der Poesie untergegangen, dann gehen ihre Monde auf: Gestirne, deren Widerschein sich einer unsichtbaren Lichtquelle verdankt; H. C. Artmanns Poesie ist eine solche indirekte Poesie geborgten Lichts, eine Poesie nach ihrem Untergang. Kaum etwas Wahres ist deshalb an dem Rezeptionsklischee, das Artmanns Werk als letzte Poesie eines letzten Poeten versteht oder gar als insularen Widerstand gegen die moderne, prosaische Welt begreifen will. Artmanns Dichtung lässt, wenigstens in seinen besten Gedichten, nicht auf einen Dichter schliessen, der dennoch und in quijotesken Wahn auf die Poesie als auf ein Absolutes setzt, auf ihre Substanz etwa, ihre metaphysische Erkenntnisfähigkeit; Artmanns Poesie ist keineswegs spät oder gar zu spät gekommen; im Gegenteil ist sie eines der zahlreichen zeitgemäßen Zeugnisse einer in der Moderne stark wirksamen, ja seit ihren Anfängen epochemachenden Erfahrung …»

Franz Josef Czernin
H. C. Artmann und die heruntergekommene Poesie.
Gefunden im Artikel zu H. C. Artmann auf wikipedia.de

SO 30

9. Woche nach Ostern

☉ 04:13 / 20:27
☾ 00:11 / 07:55

Trinitatis

MO 31

Mai | KW 22

☾☌♄ 4h
Vor 66 Jahren (1955) starb der dt. Verleger Ernst Heimeran in Starnberg (* 19.06.1902 in Helmbrechts).

In England gesetzl. Bankfeiertag

DI 01

☾☌♃ 13h

Nikodemus, der Jesus bei Nacht aufsuchte

MI 02

◑ Letztes Viertel
1921 Phebe Ann Coffin Hanaford † in Rochester/NY, war Biografin und die erste Frau, die als christlich-universalistische Ministerin in den USA geweiht wurde (* 06.05.1829 in Siasconset/Nantucket/ Massachusetts).

In Italien Nationalfeiertag (1946 Republik)

DO 03

Fronleichnam
In Baden-Württemberg, Bayern, Hessen, Nordrhein-Westfalen, Rheinland-Pfalz, Saarland, und in katholischen Gemeinden in Sachsen und Thüringen ges. Feiertag.

FR 04

1971 Georg Lukács † in Budapest, ungar. Philosoph und Literaturkritiker (*13.04.1885 in Budapest).

SA 05

In Dänemark ges. Feiertag (1849 Grundgesetz)

SO 06

10. Woche nach Ostern

☉ 04:08 / 20:34
☾ 02:36 / 16:26

In Schweden Nationalfeiertag (Flaggentag)

MO 07

KW 23

DI 08

1921 Eröffnung des Klinisch-Therapeutischen Instituts in Arlesheim/CH.

MI 09

DO 10

● Neumond 11:53, ringförmige Sonnenfinsternis
☽☌☿ 14h

In Portugal Nationalfeiertag (Todestag des Nationaldichters Luis de Camões 1579 oder 1580 in Lissabon)

FR 11

☿ untere ☌☉ 8h

SA 12

1921 H. C. Artmann, Hans Carl Artmann * in Wien-Breitensee, österr. Dichter, Dolmetscher u. Übersetzer († 04.12.2000 in Wien). 1997 erhielt er den Georg-Büchner-Preis.
1921 Rudolf Steiner beginnt den ersten Theologenkurs in Stuttgart.

In Russland Tag der Staatssouveränität (1990).

die himbeeren gomorras
die bienenwaben sodoms
felsen wurden sie salz

h. c. artmann
gedichte von der wollust des dichtens
in *w*orte gefaßt
Aus: H. C. Artmann, *Sämtliche Gedichte*
Jung und Jung, Salzburg und Wien 2003

der mond ißt äpfel
wenn ich nicht zusehe
aus unsren bäumen.

H. C. Artmann
1921 – 2000

Auf der Gedenktafel zu Ehren von H. C. Artmann am Haus, in dem er aufgewachsen war, in der Kienmayergasse 43 in Wien-Penzing: das 42. der insgesamt 61 Gedichte aus «nachtwindsucher. österreichische haiku» von H. C. Artmann.

SO 13
11. Woche nach Ostern

☽☌♂ 22h

☉ 04:05 / 20:39
☽ 06:17 / 23:26

MO 14
KW 24

☽☍♄ 20h
1671 Tomaso Albinoni getauft in Venedig, ital. Komponist und Geiger († 17.01.1751 in Venedig).

DI 15

MI 16

☽☍♃ 8h

DO 17

Wegen des Volksaufstandes 1953 in der DDR galt bis zur Wiedervereinigung der 17. Juni in der Bundesrepublik als «Tag der Deutschen Einheit».

In Island Nationalfeiertag (1944 Ausrufung der Republik)

FR 18

◐ Erstes Viertel
1921 Die Oper «Der Freischütz» von Carl Maria von Weber wird in Berlin uraufgeführt.

SA 19

SO 20
12. Woche nach Ostern

☉ 04:05 / 20:42
☽ 15:13 / 01:32

MO 21
KW 21

Sommersonnenwende 04:32
♊ Sonne tritt in das astronomische Sternbild Zwillinge.
♋ Sonne tritt in das astrologische Tierkreiszeichen Krebs.
Beginne mit der Monatstugend **«Selbstlosigkeit – wird zu Katharsis.»**

DI 22

MI 23

☽☍☿ 16h

In Luxemburg ges. Feiertag (für Großherzog)

DO 24

○19:40

Johanni

FR 25

☾☍♀ 14h

In Slowenien und Kroatien Nationalfeiertag (1991 Unabhängigkeit)

SA 26

Beginn der Tour de France 2021 mit der 1. Etappe von Brest nach Landerneau in der Bretagne und der letzten, 21. Etappe nach Paris am 18. Juli.

In Schweden und Finnland Mittsommertag.

SO 27
13. Woche nach Ostern

☾☍♂ 8h, ☾☌♄ 12h
Vor 20 Jahren (2001) starb die finn.-schwed. Schriftstellerin, Malerin und Schöpferin der Mumins, Tove Jansson in Helsinki (* 09.08.1914 ebenfalls in Helsinki).

☉ 04:08 / 20:42
☾ 23:17 / 06:48

Siebenschläfer

MO 28
KW 26

☾☌♃ 23h

Christopher Street Day

DI 29

Vor 66 Jahren (1955) starb der dt. Maler Max Pechstein in West-Berlin (* 31.12.1881 in Zwickau).

Petrus und Paulus, Apostel

MI 30

DO 01
Juli

◑ Letztes Viertel, ♂☍♄ 14h

Redaktion: Lin

Die (für Sonntag) angegebenen Zeiten für Auf- und Untergang von Sonne und Mond sind in mitteleuropäischer Zeit (MEZ) und gelten genau für Kassel.
Bei Konjunktion (☌) und Opposition (☍) der Wandelsterne (Sonne ☉ und Mond ☽ und Planeten: Saturn ♄, Jupiter ♃, Mars ♂, Venus ♀ und Merkur ☿) ist die Zeit in ganzen Stunden ebenfalls in MEZ angegeben.
Der zunehmende Mond ist durch das Zeichen ☽ gekennzeichnet, der abnehmende durch das Zeichen ☾.
Wegen der Sommerzeit seit dem 28. März ist allen angegebenen Zeiten eine Stunde hinzuzufügen.

Foto: Sonnenuntergang am Meer von Anjo de Haan

the moon eats apples
when I'm not looking
from our trees.

H. C. Artmann
1921 – 2000
English / jc

Nominiert für den Deutschen Jugendliteraturpreis!

Hast du nix, dann bist du nix …

… oder: Wie man auch ohne festen Wohnsitz herausfinden kann, wohin man gehört!

Felix findet seine Mutter toll, auch wenn sie oft sehr chaotisch ist. Als sie ihre Miete nicht mehr bezahlen können, wird ein alter VW-Bus ihr neues Zuhause. Doch damit fangen die Probleme erst an, und ein abenteuerliches Versteckspiel beginnt. Aber Felix hat einen Plan, wie er Geld beschaffen und alles wieder in Ordnung bringen kann …

Am meisten plagt es Felix, dass er seinen besten Freund Dylan immer wieder anlügen muss, um seine Situation zu vertuschen. Doch als irgendwann die Wahrheit ans Licht kommt, erfährt Felix, dass er sich auf seine Freunde verlassen kann.

Spannend und voller Situationskomik erzählt Susin Nielsen von der brüchigen Sicherheit in unserer Gesellschaft und von Menschen, die das Herz am rechten Fleck haben.

Susin Nielsen
Adresse unbekannt
Aus dem Englischen von Anja Herre
284 Seiten, gebunden
€ 17,– (D) | ab 11 Jahren
ISBN 978-3-8251-5226-0
Auch als eBook erhältlich

«Ein wunderbares ethnisches und charakterliches Kunterbunt!»
Süddeutsche Zeitung

«Einfühlsam und spannend erzählt!»
taz

Verlag Urachhaus | www.urachhaus.de

NEUGIER UND FREUDE

von Brigitte Werner

Ich weiß nicht, ob ich im nächsten Leben noch einmal ein Stier sein möchte. Der Stier kann doch recht schwerfällig sein, auch träge und stark traditionsverhaftet, aber auch sehr sinnenhaft, dem Leben zugewandt, ein Kind der Genüsse, der schönen Dinge überhaupt. Ich kann nur ehrlich sagen, dass das alles auf mich zutrifft. Aber Gottseidank bin ich auch Krebs – und immer spüre ich sehr genau, in welchem meiner beiden Sternzeichen ich mich gerade bewege. Und dann muss ich achtsam darauf aufpassen, welchen Anteil ich gerade ausleben möchte, welcher mich unterstützt und welcher mich bremst. Das habe ich gelernt. Und meinen ständig plappernden Kritiker, der mich immerzu runtermachen will, den kann ich mittlerweile auch ganz gut kleinhalten.

Als vor Kurzem irgendein Künstler im Fernsehen behauptete, nur die ständigen und heftigen Selbstzweifel würden einen Künstler vorwärtstreiben und Kreativität erzeugen, war ich erschüttert. Das trifft auf mich überhaupt nicht zu. In keinster Weise. Natürlich habe ich Selbstzweifel und überprüfe sehr gründlich, ob ich meine Texte weiterreichen möchte, hierbei habe ich einen großen Anspruch an mich selbst. Aber was mich antreibt, sind nicht die Zweifel, sondern die Freude. Die Freude an den Worten, an guten Erzählungen, ich kann sie auch neidlos von anderen Autoren und Autorinnen genießen und bewundern. Alles, was für mich schön ist, das ist wie ein Auffüllen meiner Lebensenergie und meiner Kreativität.

In Phasen, in denen es mir nicht gut ging oder noch schlimmer, richtig schlecht, war es mein unverbrüchliches Vertrauen in eine gute Kraft, die Schönheit ist und Frieden und Kreativität und Liebe. Und das wollte ich unbedingt jedes Mal wiederfinden. Ich wusste ja, dass ich diese Kräfte besaß. Das Erinnern und die Sehnsucht danach haben mir dabei immer geholfen. Noch nie habe ich aus einem großen Kummer heraus geschrieben. Der Kummer, die Verzweiflung, der Schmerz sind eher lähmend für meine Kreativität.

Ich schreibe aus einer großen Freude heraus – und dann kann ich sogar heilend über die schwarzen Momente schreiben. Ich liebe es, dann dafür die genau passenden Worte zu finden. Ich schreibe durchaus nicht nur freudvolle Texte, meine Bücher haben jede Menge Konflikte, aber immer biete ich Lösungen an, besonders in meinen Kinderbüchern. Meine Bücher müssen gut ausgehen. Denn wenn ich schon die Magie der Kreativität entfalten kann, dann muss ich doch nicht noch eine weitere «miese» Welt erschaffen. Nein, im Gegenteil, da in meinem Kopf alles möglich ist, erschaffe ich mir etwas Freudvolles. Das erkläre ich auch immer den Kindern in meinen Lesungen, und sie nicken dann, weil es ihnen einleuchtet. Ich kann mich freudvoll schriftlich mit Krisen auseinandersetzen. Ich liebe das Schreiben, auch wenn es manchmal höllisch schwere Arbeit ist. Und das ist es. Und wenn mich das erschöpft, muss ich auftanken. Am besten mit schönen Dingen: mit Musik zum Beispiel, mit meinen Lieblingsbüchern, mit Bildern von Wäldern und schönen Orten. Ich kann mich unter einen Baum setzen. Die Vögel beobachten. Leckeres Essen kochen. Eine Katze streicheln. Ausruhen. Hemmungslos ausruhen ohne den Nörgler im Kopf, der das tadelt und als üble Faulheit bewertet.

Was mich antreiben kann ist das Frühlingsgrün, der Duft von einem gewaltigen Leben, das immer wiederkehrt, und prall voll mit guten Geschichten ist. Und auf die bin ich stets neugierig.

Ja, Neugier und Freude treiben meine Kreativität an. Negativität, Zweifel oder Wut niemals. Sie können zwar Gedanken der Rache aufputschen oder schrille Auseinandersetzungen befeuern, aber sie verbrennen stets alle meine Kabel, mein Motor streikt, ich muss mich reparieren, manchmal mit einer großen Generalüberholung. Zum Glück kenne ich mein Getriebe, weiß, welche Ersatzteile ich wie und wo bekomme, weiß, welche Schraube locker ist und was ich einmal säubern sollte. Und dann, ja dann mit Volldampf in die Freude zurück. In das wunderbare Getümmel, das man Leben nennt. ■

Brigitte Werner, geboren 1948, lebt und arbeitet im Ruhrgebiet und an der Schlei. Nach zehn Jahren Schuldienst ist sie umgestiegen in das Leben ohne festes Gehalt, ohne Chef und Vorschriften, aber mit einem Sack voller Lebensideen. Sie hat in ihrem Kindermitmachtheater gespielt und alle Stücke geschrieben, hat Geschichten gefunden und erfunden, sie gibt Literaturseminare und schreibt für Kinder und Erwachsene und seit vielen Jahren auch für unser Magazin, aktuell die Rubrik «Herzräume» auf Seite 20.

SIEH, DAS GUTE LIEGT SO NAH

Warum es hilfreich sein kann, das Gute im Schlechten zu sehen.

von Jean-Claude Lin

Kritik schafft Distanz – Zuspruch Nähe. Wir brauchen in unserer zunehmend komplexen Welt den klaren Blick einer wachsamen, kritischen Urteilskraft. Das stärkt unsere Unabhängigkeit, unsere Eigenständigkeit und schließlich unsere Freiheit.

Doch immerzu das Schlechte, das Unvollkommene, das Negative klar zu sehen und benennen zu können, führt oft in Isolation und Einsamkeit. Wir strahlen dann Kälte und Ablehnung aus, manchmal gar Arroganz und Verachtung. Zur Schärfe unserer Urteilsfähigkeit, das Unpassende, Fehlerhafte, Nicht-Zielführende und Schlechte zu sehen und zu begreifen, brauchen wir umso mehr die Fähigkeit, das Gute, Voranbringende, Zukunftsweisende zu erkennen und zu schätzen. Die Engländer haben die schöne Redewendung «Every cloud has a silver lining» – wörtlich: Jede Wolke hat einen Silberstreifen. Dem Sinne nach sagen wir im Deutschen: «In allem Schlechten ist auch ein Gutes».

Dieser Aussage gilt es aber nicht blind zu glauben oder gar einfach nachzubeten, sondern sie konkret in möglichst jedem einzelnen Fall, in jeder Begegnung mit einem Sachverhalt, einem Gegenstand oder Menschen aufrechtzuhalten: die Suche nach dem Guten, nach dem Positiven, nach dem, was bejaht und nicht verneint werden muss. Denn, wie der amerikanische Psychologe Michael Lipson in seinem Buch *Finde dich neu – Sechs Stufen zu einem kreativen Leben* ausführt: «In dem Maße, wie unsere Positivität wächst, nähern wir uns mehr und kreativer dem Guten.»

Wie können wir uns diese Fähigkeit aneignen? Wie üben wir das? Zunächst bietet jede Situation, die wir kritisch beurteilen – und sogar auch negativ beurteilen müssen – eine Gelegenheit, kurz innezuhalten. In der Rede eines politischen «Gegners» können wir nicht nur die abzulehnenden Positionen ausmachen, sondern auch den gekonnten und flüssigen Vortrag schätzen – und vielleicht sogar in dem einen oder anderen Punkt recht geben; wenn auch nicht auf ganzer Linie, so doch in Teilaspekten und vor allem die Mühe anerkennen, mit der versucht wird, ein reales Problem zu lösen.

In allem angestrebten Wandel ist auf die kleinen Schritte zu achten. In manchen tiefgreifenden Ereignissen wie Unfällen, Trennungen, Kündigungen, wird es in aller Regel länger brauchen, bis wir die innere Ruhe und Distanz finden können, um das Positive, zu Bejahende in solchen «Schicksalsschlägen» entdecken zu können. Vor einer Sitzung mit Kolleginnen und Kollegen oder Vorgesetzten aber können wir uns vornehmen, darauf zu achten, dass wir das zu Befürwortende genügend wahrnehmen und schätzen, bevor wir unsere abweichenden Einschätzungen vorbringen. Das ist oft gar nicht so leicht zu realisieren. Aber im Rückblick auf eine solche Sitzung oder Unterhaltung mit anderen Menschen können wir wohl suchen nach dem, was wir aufrichtig bejahen können. So können wir lernen, das Gute zu sehen und anzuerkennen, statt im Negativen und Ausweglosen zu verharren. So können wir sogar das Glück ergreifen, denn das Glück ist immer da – wie es so schön in Goethes Gedicht heißt.

Erinnerung

Willst du immer weiterschweifen?
Sieh, das Gute liegt so nah.
Lerne nur das Glück ergreifen,
Denn das Glück ist immer da.

Illustration: Daniel Seex
www.thejoyofseex.com

EIN ROSENFARBENER LEBENSRETTER

von Markus Sommer

Vor ein paar Tagen kam ein Patient zu mir und klagte, dass er das Gefühl habe, alt geworden zu sein. Er könne sich nicht mehr so gut konzentrieren, das Gedächtnis lasse auch nach und so fröhlich wie früher sei er auch nicht mehr. Es erfolgte eine Untersuchung von Kopf bis Fuß – und tatsächlich merkte ich, als ich an seinen Fußknöcheln angekommen war, dass dort die Vibration einer Stimmgabel nicht so stark und so lange empfunden wurde, wie das normalerweise der Fall ist. All das konnte zu einem Mangel an Vitamin B12 passen. Wenn dieser noch weiter fortschreitet, dann kann er zu einer Blutarmut führen, die sich nicht durch Eisengaben bessern lässt und «Perniziöse Anämie» genannt wird. «Perniziös» heißt «gefährlich» – und tatsächlich führte diese Krankheit früher sogar oft zum Tod, als man noch nicht wusste, dass sie durch einen Vitaminmangel verursacht wird. 1926 starben in den USA noch rund 6000 Menschen an dieser Krankheit. Dann aber entwickelten zwei junge Ärzte – William Murphy und George Minot – eine Diät, durch welche die meisten Patienten gerettet werden konnten. Schon ein paar Jahre zuvor hatte der Pathologe George Whipple gezeigt, dass anämische Hunde überleben, wenn man ihnen täglich Rindsleber gibt. Genau das machte man nun auch mit kranken Menschen. Täglich mussten sie ein halbes bis ein Pfund Leber in gekochtem oder rohem Zustand verzehren, weil Braten den positiven Effekt zunichte macht.

Zu Beginn meines Medizinstudiums wurde ich von einem alten Professor unterrichtet, der noch miterlebt hatte, dass von dieser Krankheit betroffene Patienten aus Widerwillen gegen die Leber lieber starben als weiter dieser Diät zu folgen. Von meinem Urgroßvater, der Apotheker war, habe ich ein Buch geerbt, in dem für solche Fälle empfohlen wurde, den Patienten täglich 30 Gramm getrocknete und gepulverte Leber mit Apfelmus vermischt zu geben. Aber ich kann mir kaum vorstellen, dass sie diese Diätvariante besser ertragen konnten. Zahlreiche Chemiker versuchten damals herauszufinden, ob eine bestimmte Substanz in der Leber für die Besserung verantwortlich ist und diese womöglich in Reinform aus dem Organ zu isolieren sei. Die Mikrobiologin Mary Shorb entdeckte schließlich, dass nicht nur anämische Hunde und kranke Menschen einen Faktor aus der Leber benötigten, sondern auch bestimmte Milchsäurebakterien besser wuchsen, wenn man Leberextrakt in die Kultur gab. Nun konnten verschiedene Extrakte einfach im Labor erprobt werden.

Eine bis heute bewährte Methode zur Isolation von Natursubstanzen besteht darin, Extrakte durch Säulen mit aus Quarz hergestelltem Kieselgel zu leiten. Verschiedene Substanzen bleiben darin streifenweise in unterschiedlichen Höhen zurück. Bei der Prüfung der Leberextrakte stellte sich im Jahr 1948 heraus, dass eine rosafarbene Linie im weißen Gel die Substanz enthielt, die in winzigen Mengen Milchsäurebakterien wachsen und Kranke gesund werden ließ. Kurz darauf wurde das Vitamin rein isoliert und die Entdecker der Leberdiät erhielten schließlich sogar einen Nobelpreis.

Wieder waren es Bakterien, die einen großen Fortschritt brachten. Es zeigte sich nämlich, dass zwar manche von ihnen das Vitamin zum Wachsen benötigen, andere es aber auch herstellen können. So müssen nun keine gewaltigen Mengen an Leber mehr verarbeitet werden, um das Vitamin zu gewinnen, es reicht dafür aus, Bakterien zu züchten. Tatsächlich tun dies auch Kühe, die in ihrem komplexen Pansen Milchsäurebakterien kultivieren, von denen sie das Vitamin erhalten, das schließlich in großen Mengen in ihrer Leber gespeichert wird.

Auch Bakterien in unserem Dickdarm und in dem vieler Tiere produzieren Vitamin B12. Allerdings können wir dieses nicht nutzen, da es nur in vorgelagerten Darmabschnitten aufgenommen werden kann. Hasen und Mäuse fressen daher ihren eigenen Kot und erkranken an Mangelerscheinungen, wenn man das verhindert.

Voraussetzung der Vitamin-B12-Bildung ist allerdings, dass den Bakterien kleine Spuren an Kobalt zur Verfügung stehen. Kobalt ist ein Metall, das in vieler Hinsicht dem Eisen ähnelt – es ist sogar magnetisch (und einige Kobaltmineralien lassen schon etwas von der Farbe ahnen, die es eingebaut in das Vitamin in so kräftiger Weise entfaltet).

Tatsächlich enthält jedes Molekül des Vitamins B12 ein Kobaltatom. Eigentlich gibt es sogar verschiedene Moleküle, die als Vitamin B12 bezeichnet werden, von denen einige direkt in uns aktiv und heilsam sind, andere erst in uns in solche aktiven Vitamine umgewandelt werden. So enthält das aktive «Adenosylcobalamin» bei 100 Wasserstoff- und 62 Kohlenstoff- und zahlreichen weiteren Atomen nur ein Kobaltatom – und dennoch ist gerade dieses unerlässlich.

Es ist bemerkenswert, dass die tägliche Zufuhr von nicht viel mehr als einem Millionstel Gramm des Vitamins ausreicht, damit keine Blutarmut auftritt und keine neurologischen und psychischen Symptome, wie sie der Patient hatte, von dem ich eingangs berichtete. Ein Mangel führt zunächst zu unspezifischen Symptomen wie Gedächtnisstörungen, später können dann sogar schwere Beeinträchtigungen der Sensibilität oder des Gehvermögens auftreten. In den 1990er-Jahren konnten die Neuropsychologin Marion Ems und ich in einer Klinik für Altersmedizin nachweisen, dass nicht nur bei vielen Patienten ein Vitamin-B12-Mangel besteht, sondern deren Gedächtnis und Stimmung umso schlechter sind, je niedriger der Spiegel liegt – und das bereits in einem Bereich, den man damals zwar für niedrig, aber noch für normal hielt.

Seither wird allgemein auf solche Mangelerscheinungen geachtet, die erstaunlich häufig sind. Das liegt nicht nur daran, dass Vitamin B12 in pflanzlichen Lebensmitteln kaum vorkommt, auch Verdauungsstörungen können dazu führen, dass selbst bei ausreichender Zufuhr zu wenig des Vitamins ins Blut aufgenommen wird. Manchmal muss man es daher spritzen, um einen Mangel auszugleichen. Gewonnen aber wird es heute aus Bakterien, die es produzieren, und man kann nur staunen, wo sie es überall tun. So enthält Klärschlamm relativ viel von dem Vitamin und man hat Versuche gemacht die «Lebendigkeit» eines Bodens an seinem Gehalt von Vitamin B12 zu messen, der indirekt auf das Ausmaß des Bodenlebens schließen lässt. Manche fermentierte – also durch «Reifung» nach Beimpfung mit Bakterien gewonnene – pflanzliche Lebensmittel wie Sojasauce, Miso, Kwass oder andere Getränke aus fermentiertem Brot enthalten (geringe) Mengen an Vitamin B12. Wer sich streng vegan ernährt, wird dennoch in der Regel darauf angewiesen sein, sich das Vitamin als Tabletten oder Tropfen zuzuführen, um keinen Mangel zu erleiden. Besonders wichtig ist das bei Kindern, da ein Mangel hier zu bleibenden Schäden der Gehirnentwicklung führen kann. Aber eben auch ältere Menschen leiden erstaunlich oft daran und oft sind ihre Beschwerden gut zu behandeln, wenn man daran denkt, eine einfache Blutuntersuchung zu machen und dann die Versorgung zu verbessern. Dem eingangs erwähnten Patienten jedenfalls ging es bald besser und er begann sich wieder «wie früher» zu fühlen. ■

Foto: Anne Sommer-Solheim

Markus Sommer ist niedergelassener Arzt mit klinischer Erfahrung in den Bereichen Innere Medizin, Kinderheilkunde, Geriatrie, Neurologie und in der praktischen Anwendung von Homöopathie und Anthroposophischer Medizin. Im Verlag Urachhaus erschienen u.a. seine Bücher Heilpflanzen. Ihr Wesen - ihre Wirkung - ihre Anwendung und Metalle und Mineralien als Heilmittel. Begegnungen mit faszinierenden Substanzen.

HILFT BEI TROCKENEN UND GEREIZTEN AUGEN.

VISIODORON MALVA®

ZUR BEFEUCHTUNG, BERUHIGUNG UND ERFRISCHUNG VON TROCKENEN, GEREIZTEN AUGEN

- Gentechnikfreies Natriumhyaluronat befeuchtet und stabilisiert den Tränenfilm
- Extrakt aus der Blüte biologisch angebauter Malva sylvestris wirkt beruhigend
- Befeuchtet lang anhaltend

Weleda – im Einklang mit Mensch und Natur
www.weleda.de

Medizinprodukt, Weleda AG, Schwäbisch Gmünd

EIN LICHT, DAS NIE ERLOSCH

Vor 200 Jahren begann der griechische Unabhängigkeitskampf / Teil II

von Konstantin Sakkas

«Ein Schiffsjunge rief vom Mastkorb: ‹Land!› Das war der Boden Griechenlands, das waren die Berge Moreas, die man am Horizont erblickte. Ein frischer Wind trieb das Schiff rasch vorwärts. Der Name Griechenland belebte Octaves Mut: ‹Ich grüße dich, o Land der Helden›, sprach er.» Stendhal, *Armance*, 1827

Die europäische Öffentlichkeit ist von Anfang an Feuer und Flamme für die griechische Sache. Die Nachrichten von türkischen Gräueltaten – wie der Ermordung des Patriarchen von Konstantinopel, Gregor V., im April 1821 oder dem Massaker von Chios im Jahr darauf – erschüttern ganz Europa. Überall werden Spendengelder für die Aufständischen gesammelt. Junge Männer melden sich als Freiwillige für den Kampf gegen die Osmanen. Einer von ihnen ist Lord Byron. Der Dichterfürst Britanniens übernimmt ein Kommando über die griechischen Streitkräfte; 1824 stirbt er bei der zweiten Belagerung von Messolonghi in Westgriechenland an der Malaria – und wird auch dadurch unsterblich. Heute heißt ein Athener Stadtteil nach ihm. Der Philhellenismus ist nach der Gräcomanie die zweite große Welle der Griechenlandbegeisterung, die durch Europa rollt.

Auch die Großmächte können sich vom griechischen Schauplatz nicht lange fernhalten, selbst wenn sie es gern würden. Denn Griechenland, der ehemalige Westteil des Byzantinischen Reiches (der Ostteil heißt bis heute griechisch *Anatolien*), liegt an den westlichen Ausläufern des Gebiets, um das in den Folgejahrzehnten das «Great Game» entbrennen wird: der Kampf um Vorherrschaft auf dem «eurasischen Balkan» (Zbigniew Brzezinski) zwischen England und Russland. Dieses gigantische Glacis vom Balkangebirge bis Afghanistan bildet den Kern der großen geopolitischen Auseinandersetzung zwischen Westen und Osten, der sich bereits Anfang des 18. Jahrhunderts mit Peter dem Großen angebahnt hat; der mit Napoleons Ägyptenexpedition erstmals an Fahrt aufnahm; und zu dem der Kalte Krieg im 20. Jahrhundert nur eine Episode bildete. Auch der Nahostkonflikt, die Arabellion und die Intervention Irans und Chinas in Syrien und Jemen werden in diesem Kontext gesehen. In seinem historischen Epizentrum steht die Befreiung Griechenlands.

Die griechische Revolution war aus zwei Gründen bemerkenswert: Sie ging (wie schon der ihr vorausgehende serbische Aufstand, der im westeuropäischen Gedächtnis vollends vergessen ist) gänzlich von der griechischen Bevölkerung aus, die trotz vierhundert Jahren Fremdherrschaft und wiederholten Versuchen der Turkifizierung ihre Identität nicht verloren hatte; und sie zog, obwohl sie ursprünglich keine von ihnen «gewollt» hatte, am Ende die drei wichtigsten europäischen Großmächte auf ihre Seite. Nachdem man die Griechen militärisch weitgehend alleingelassen hatte (allerdings hatte die City of London bereits ab 1822 große Kredite nach Griechenland geschickt), stand die Revolution 1826 kurz vor dem Scheitern: Ibrahim Pascha, der Sohn des Statthalters von Ägypten Muhammad Ali, war mit einem Heer in Griechenland eingefallen und hatte Messolonghi im dritten Anlauf zu Fall gebracht. Das anschließende Massaker brannte sich unerbittlich ins kollektive Gedächtnis Griechenlands, aber auch Europas ein. Griechenland stand vor einem Genozid. Nun konnte die europäische Politik nicht mehr zurückstehen: 1827 kam es zu einer historisch einmaligen Allianz Englands, Frankreichs und Russlands gegen die Hohe Pforte; eine Konstellation, die sich erst in den beiden Weltkriegen wiederholen sollte. Die drei Mächte schickten eine Flotte in die Ägäis, und am 20. Oktober 1827 kam es zur Seeschlacht von Navarino, in der die drei Admirale Codrington, Heiden und De Rigny, teils gegen die Befehle ihrer Oberkommandos, der Flotte Ibrahim Paschas eine vernichtende Niederlage beibrachten.

Der Unabhängigkeit Griechenlands stand nun nichts mehr im Weg. 400 Jahre der Fremdherrschaft – auch dies ein Topos, den jedes Kind in Griechenland kennt – waren vorbei: sie begannen mit der osmanischen Eroberung Thessalonikis 1430, und sie endeten mit dem Londoner Protokoll am 3. Februar 1830, durch das der moderne griechische Staat aus der Taufe gehoben wird. Hochverschuldet (die englischen Anleihen wollten zurückgezahlt werden), territorial höchst unvollständig (viele Inselgruppen und weite Teile Nordgriechenlands kamen erst im Lauf der nächsten 120 Jahre zurück), aber frei. Der Idealismus und die Leidens-

fähigkeit eines kleinen Volkes, das seit Jahrhunderten keine politische Selbstbestimmung mehr gekannt hatte, hatten gesiegt.

Die Anführer der Revolution sind bis heute nationale Ikonen: der Befreier der Peloponnes Theodoros Kolokotronis, Georgios Karaiskakis, der 1827 fiel, der Seeheld Konstantinos Kanaris, der 1825 einen Raid, einen Überraschungsangriff, auf den Hafen von Kairo unternahm, und, allen voran, Ioannis Antonios Kapodistrias, der ehemalige russische Außenminister und erste griechische Staatschef. Ihr Mythos überstrahlt, dass es schon während des Aufstands zu schweren Zerwürfnissen in Griechenland kam: zwischen Landbevölkerung und Bourgeoisie, zwischen prowestlicher und prorussischer Fraktion, zwischen Republikanern und Royalisten. Prominentestes Opfer dieser inneren Zerrissenheit wird Kapodistrias; Vertreter der prowestlichen Partei ermorden ihn am 9. Oktober 1831.

Auch diese Schatten wirft der Unabhängigkeitskrieg. Immer wieder wurde Griechenland von innerer Spaltung zerrissen, mehrmals wurde der Staatsbankrott erklärt, und 1941 bis 44 durchlitt das Land eine brutale Besatzungsherrschaft durch die Deutschen, die im Dezember 1943 nicht nur die Bevölkerung von Kalavryta massakrierten, sondern auch das griechische Nationalheiligtum, das Laurakloster, zerstörten, von dem einst die griechische Revolution ihren Ausgang genommen hatte. Nach dem II. Weltkrieg tobte 1946 bis 49 ein blutiger Bürgerkrieg um die Frage, ob das Land zum liberalen Westen oder zum kommunistischen Osten gehören sollte. Und die Militärdiktatur von 1967 bis 1974 hinterließ Narben, die auch 50 Jahre später noch frisch sind. Eine von ihnen ist die völkerrechtswidrige Besetzung Nordzyperns durch die Türkei, ausgelöst durch einen dilettantischen Invasionsversuch der Junta 1974, die so ihre bröckelnde Herrschaft retten wollte.

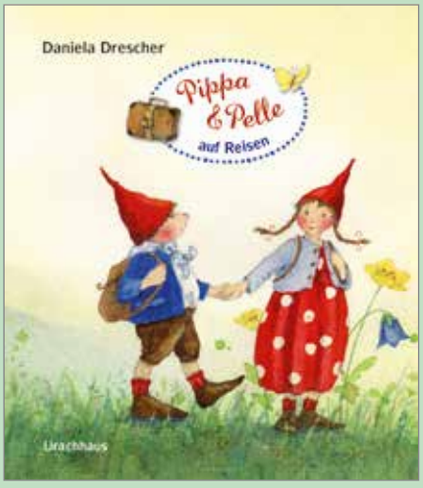
Doch die griechische Idee, wenn man von einer solchen sprechen will, war stärker als all diese Stürme. Und sie hat ihre Aktualität nicht verloren: nicht im geistigen Raum – und nicht politisch, wo sie für die Verbindung von Orient und Okzident steht. Byzanz war ein Reich, das über zwei Kontinente ging, es war europäisch und orientalisch zugleich, hatte syrische Kaiser und verheiratete seine Prinzessinnen mit deutschen und französischen Prinzen. Heute ist für viele Flüchtende aus Syrien, der Levante und Zentralasien Griechenland die erste Anlaufstelle. Wenn sie nach Athen kommen, so finden sie sich in einer Stadt wieder, die mit ihrer Vegetation, ihrem Klima und ihrem Flair in vielem orientalistischer wirkt als westlich. Auch die griechische Orthodoxie hat als Nationalreligion – rituell, aber auch dogmatisch – zahlreiche orientalische Elemente bewahrt.

Wer wiederum heute in München unterwegs ist, der befindet sich nicht so sehr in der «nördlichsten Stadt Italiens», wie es gerne heißt, sondern vielmehr in der nördlichsten Stadt Griechenlands. Der Königsplatz ist ein Ensemble klassizistischer Bauwerke, deren Inschriften in modernem Griechisch enthusiastisch an den griechischen Freiheitskampf und an die enge Verbindung des jungen Staates mit der bayrischen Monarchie erinnern. 1832, nach dem Tod von Kapodistrias, bestimmten die Signatarstaaten des Londoner Protokolls den Prinzen Otto von Bayern, Sohn König Ludwigs I., zum König von Griechenland. Er blieb es für dreißig Jahre.

Doch die griechische Revolution, die einst die Öffentlichkeit bis hin zum alten Goethe bewegte, ist in Deutschland weitgehend vergessen. Es wird Zeit, dass dies sich ändert. Denn die zarten und tiefen Spuren, die Gräcomanie und Philhellenismus hinterlassen haben, sind weithin sichtbar. In der westlichen Kultur – und in der Weltpolitik. ■

Foto: elmue / photocase.de

Konstantin Sakkas, geboren 1982, studierte Jura, Philosophie und Geschichte und arbeitet als freier Autor u.a. für Deutschlandradio, Der Tagesspiegel, Die ZEIT und den SWR.



**Und schon geht die Reise los,
fort vom Häuschen unterm Moos.
Husch, durchs Loch im schiefen Zaun
bis zum großen Apfelbaum.**

Pippa und Pelle wollen einen Ausflug unternehmen. Da muss natürlich Proviant eingepackt und die richtige Kleidung gefunden werden. Und schon beginnt die Reise hinaus in die Natur! Vorbei am Apfelbaum geht es zu ihren Freunden, den Tieren. Sie treffen den Hahn, die Henne und ihre Küken, und sie begegnen der Maus und den Schafen ... bis die Sonne untergeht und sie sich nach ihren Erlebnissen auf den Heimweg begeben.

Daniela Drescher (Text und Illustration)
Pippa und Pelle auf Reisen
12 Seiten, unzerreißbare Hartpappe
Format: 14 x 16 cm | (ab 2 Jahren)
€ 8,– (D) | ISBN 978-3-8251-7962-5

Verlag Urachhaus
www.urachhaus.com

DIE SONDERBAREN WonderBoys

von Elisabeth Weller

Eine Filmkomödie mit einem Kiffer im Morgenmantel? Da könnten Sie womöglich an *The Big Lebowski* (1998) denken oder aber an *Die WonderBoys* (2000). Letztere hat mich erneut nachhaltiger erfreut und angenehm überrascht. Ausgerechnet Michael Douglas spielt darin einen ausgebrannten Professor für kreatives Schreiben und stellt sich dabei als komisches Talent heraus. Kennen wir ihn doch sonst eher als gerissenen Geschäftsmann. Wenn der zerknautschte Grady Tripp in seinem unmännlichen Morgenrock und seiner Haschzigarette vors Haus tritt, heißt das bildlich gesprochen, dass er auf Konventionen pfeift und der gesellschaftlichen Ordnung gerne ein Schnippchen schlägt. Entspannt und empfindsam in allen Lebenslagen – das macht ihn zu Everybody's Darling.

Der Film *Die WonderBoys* basiert auf dem gleichnamigen Roman von Michael Chabon. Regisseur Curtis Hanson, der nach seinem Neo-Noir-Film *L. A. Confidential* (1997) einen leichteren Stoff verfilmen wollte, bekam Steve Kloves Drehbuch zu lesen und konnte sich das Lachen nicht verkneifen. Michael Douglas, als großer Fan des Drehbuchautors von *Die fabelhaften Baker Boys* (1989), beschloss die Hauptrolle zu übernehmen, da er sich ebenfalls nach einem leichtfüßigen Projekt sehnte.

Zum Inhalt: Bereits sieben Jahre ist es her, dass Grady Tripp mit seinem ersten und einzigen Roman *Die Tochter des Brandstifters* zum Literaturstar avancierte. Seither ist es ihm nicht gelungen, das Folgewerk fertigzustellen, das mithilfe vieler Joints inzwischen 2611 Seiten umfasst und einfach nicht enden will. Zu behaupten, Tripp hätte sein Leben im Griff, wäre falsch: Mit einer auf der Nasenspitze hängenden Hornbrille, wirrem Haar und grauem Dreitagebart sieht er ziemlich fertig aus. Bestens geeignet für Michael Douglas, um sein Image vom aalglatten Alleskönner auf die Schippe zu nehmen.

Gleich zu Beginn des Films wird Tripp von seiner Frau verlassen und bekommt kurz darauf von seiner Geliebten Sara (großartig wie immer: Frances McDormand), der Gattin seines Chefs, mitgeteilt, dass sie ein Kind von ihm bekommt. Als wäre das nicht genug, erwartet Tripp am selben Tag seinen Agenten Terry Crabtree (Robert Downey Jr.), der Tripps neuen, vermeintlich fertig gestellten Roman begutachten will. Und dann wäre da noch sein mysteriöser Student James Leer (grandios: Tobey Maguire), für den er als Ersatzvater herhalten muss.

Über den Zeitraum eines Wochenendes verfolgt die Tragikomödie diesen wilden Reigen durch das von Schneematsch durchtränkte Pittsburgh. Dabei befeuern ein blinder Hund namens Poe, ein gestohlenes Auto und die Jacke, die Marilyn Monroe trug, als sie Joe DiMaggio heiratete, die irrwitzige Handlung.

Grady Tripps Midlifekrise ist von heiterer Melancholie getragen. Absurderweise bauen die Menschen in seiner Umgebung auf ihn, obwohl er sich selbst kaum zu helfen weiß, außer mit einem Joint. Doch das grauenvolle Wochenende wird Grady zum Aufwachen zwingen und sich als Sternstunde seines Lebens entlarven. Der kauzige Grady, die weise Sara und der wunderliche James sind keinesfalls Karikaturen. Selbst Randfiguren wie ein hünenhafter Transvestit und ein gnomenhafter Afroamerikaner sind warmherzig und feinfühlig. *WonderBoys* ist ein Panoptikum aus skurrilen Situationen und Gestalten, die sich als weniger sonderbar erweisen als man zunächst vermutet. ■

Die WonderBoys von Curtis Hansen (USA/D/UK/J) 2000, 112 Min., FSK: 12, mit Michael Douglas, Toby Maguire, Frances McDormand.
Bob Dylan erhielt für den Filmsong *Things Have Changed* den Oscar
(Streamen bei Amazon Prime und Google Play für 2,99 Euro)

Elisabeth Weller ist Literaturvermittlerin und leitet literarische Salons im Literaturhaus Stuttgart: www.elisabethweller.de

Foto: Marquis de Valmont / photocase.de

BEWEGUNGSFREUDE

von Maria A. Kafitz & Christel Dhom

Kinder (und Erwachsene) sollen sich bewegen, das ist eine alte Weisheit. Kinder (und Erwachsene?) wollen sich bewegen, das ist ein Wunsch – und dieser lässt sich erfüllen, wenn man Spiele findet, die mit wenigen Mitteln viel Freude und Abwechslung bieten.

Die Pädagogin Christel Dhom hat sie gefunden und zeigt, wie mit ein paar Murmeln, etwas Kreide, einem Hüpfgummi und Fantasie jeder Ort zum Spielplatz werden kann. Ihre Sammlung an alten Spieleklassikern und neuen Ideen lässt auch Eltern, Pädagogen und Ärztinnen begeistert in die Höhe springen, ist aber vor allem ein bewegender Spaß! Und damit es auch bei Ihnen gleich losgegen kann, geben wir hier aus dem Buch *Hüpf- und Murmelspiele* von Christel Dhom das «Rezept» zur Herstellung von Straßenmalkreide wider – und wünschen einen «bewegten Sommer». ■

Material

- Gips (1,5 kg reicht für ca. 15 – 20 Kreidestücke)
- Wasser
- Spachtel, Holzstiel von einem Eis oder Teelöffel
- Marmeladenglas oder anderes Gefäß zum Anrühren der Spachtelmasse
- Aquarell- oder Abtönfarben
- Schlauch, ca. 3 cm Durchmesser (Meterware aus dem Baumarkt)
- Alufolie und Gummibänder
- Salatöl

Anleitung

Aus 2/3 Gips und 1/3 Wasser wird in einem Marmeladenglas ein dicker Brei angerührt. In diesen einige Tropfen Salatöl hinzufügen. Es sollten immer nur kleine Gipsmengen angerührt werden, da er relativ schnell trocknet und deshalb rasch verarbeitet werden muss.

Den Schlauch kann man sich vielleicht schon im Baumarkt in ca. 10 cm lange Stücke schneiden lassen. Zudem müssen die Schlauchstücke auch an der Seite aufgeschnitten werden, damit später die getrocknete Kreide leicht herausgenommen werden kann. An einer Seite des Schlauchstücks wird die Öffnung mit Alufolie und einem Gummiband verschlossen und befestigt.

Mithilfe eines schmalen Spachtels wird nun die Gipsmasse ins Schlauchinnere gefüllt. Ist die Spachtelmasse zähflüssig, kann man sie auch einfach ins Schlauchstück hineinfließen lassen. Nun noch ein paar Gummibänder um das Schlauchstück verteilen, damit alles etwas fixiert ist. Schon nach 1 – 2 Stunden kann die Kreide vorsichtig aus der Form herausgenommen werden. Bevor die Kreide aber zum Malen verwendet werden kann, muss sie eine Nacht lang durchtrocknen.

Bunte Kreide erhält man, indem in die Gipsmasse unverdünnte Aquarell- oder Abtönfarben beigemengt wird.

Tipp: Eine Bastelpackung für Straßenmalkreide ist auch ein schönes Geschenk. In einen bemalten Schuhkarton oder hübschen Korb legt man eine kleine Tüte Gips, ein leeres Marmeladenglas, drei Gummiringe, ein bis zwei Stücke Schlauch und ein Stück Alufolie. Farbe kann man in Minimarmeladengläser abfüllen und dazulegen. Besonders schön ist es, wenn man einige fertige Kreidestücke und Spielanleitungen für Hüpfspiele ebenfalls dazugibt und natürlich die Anleitung für die Kreide!

Das Buch von Christel Dhom, mit einem Vorwort von Prof. Dr. Alfred Längler, der auch regelmäßig für unsere Rubrik «kindersprechstunde» schreibt, ist im Verlag Freies Geistesleben erschienen (109 Seiten, gebunden, 18,90 Euro, ISBN 978-3-7725-2654-1)

Fotos: Ramona Lamb-Klinkenberg

LERNEN IM LEBEN

von Albert Vinzens

Kürzlich habe ich zum dritten Mal das Gleiche gelernt, da bin ich stutzig geworden. Hat, wer so lernt, überhaupt etwas gelernt? Zum ersten Mal ging mir bei einem Aphorismus von Friedrich Nietzsche ein Licht auf. Der Aphorismus handelte von Ressentiments. Ein Ressentiment ist so etwas wie ein heimlicher Groll, ein Rückschlagsmechanismus und Synonym für Neid und nachtragende Missgunst gegenüber anderen und ihrem Tun. Ressentiments sind hinterhältige Bestrebungen, besser sein zu wollen als andere. Sie entstammen der Kleingeisterei und verbreiten negative Stimmung, ohne das Opfer direkt anzugreifen. Manchmal kann ein Mensch leichter durch üble Nachrede und Hinterlist zu Fall gebracht werden als durch einen offenen Angang. Nietzsches *Psychologie des Ressentiments* spricht auch von gehemmter Rache: Wer sich nicht wehren kann, trägt an Leib und Seele eine Vergiftung davon und bringt moralische Bewertungen ins Spiel. Was mich besonders beeindruckte, war Nietzsches Bemerkung, dass gerade dann, wenn wir uns schwach fühlten, unser Hang zu Ressentiments besonders ausgeprägt sei.

Das saß und sitzt noch immer. Das kenne ich von mir selbst, wie ich leider gestehen muss. Wenn ich erschöpft und dünnhäutig bin, weil ich mich schlecht von jemand behandelt fühle, bin ich anfällig für das, was Nietzsche unter gehemmter Rache verstand. Ich ruhe dann nicht in meiner Mitte, sondern hänge mich weit aus dem Fenster der Emotionen und schleudere Bewertungen, manchmal sogar Hass in die Umgebung. Deshalb habe ich mir angewöhnt, wenn ich da Gefahr wittere, Ressentimentverdacht gegen mich zu erheben und meine Emotionen so lange im Zaum zu halten, bis die Wirkung des Gifts nachgelassen hat. Bei dieser sinnvollen Praxis kann die Gefahr entstehen, zu glauben, dass Nietzsches Lektion gelernt sei, was im Ernstfall eine Täuschung sein könnte, denn unsere Ressentiments sind schlauer als wir uns vorstellen können.

Dann ging mir bei Thich Nhat Hanh das gleiche Thema in anderer Form noch einmal auf. Der vietnamesische Mönch hat in seinen Büchern ein halbes Hundert Formkräfte beschrieben, die uns zur Gestaltung des Lebens zur Verfügung stehen, allgemeine wie etwa Aufmerksamkeit oder Wille, spezielle wie Entschlüsse oder innere Sammlung, heilsame wie Vertrauen, Feingefühl, Sorgfalt oder Gleichmut und unheilsame wie Aversion, Dünkel, Zweifelsucht, Neid, Eifersucht, Ich-Rausch, Schamlosigkeit, geistige Starrheit, Misstrauen, Trägheit, Vergesslichkeit. Die unheilsamen Formkräfte überwiegen zahlenmäßig die anderen bei weitem. Diese Kräfte des Unheils schießen genau dann ins Kraut, wenn sie von uns mit unseren Gedanken und Gefühlen gegossen werden. Was Nietzsche mit philosophischer Schärfe beleuchtet hat, wird von Thich Nhat Hanh eher bildhaft und durchweg in liebevoller Achtsamkeit dargestellt.

Mich von seinen Gedanken führen zu lassen, fällt mir leicht und bereitet Freude. Thich Nhat Hanh stellt dar, dass uns in jeder Lebenssituation die Entscheidung offenstehe, was wir tun und lassen. Wir dürfen stets selbst bestimmen, welche Formkräfte wir fördern wollen und welche nicht. Wir können die heilsamen oder die Unheil bringenden Samen gießen. Je nachdem, wofür wir uns entscheiden, werden andere Lebensfrüchte keimen, wachsen, wirken. Gießen wir mit unseren Seelen Heilsames, wird Heilsames entstehen, gießen wir hingegen das Unheil, wächst Unheil und wir schrumpfen in uns zusammen.

Nietzsche und Thich Nhat Hanh verweisen beide darauf, dass wir das Leben gestalten können. Entweder kommt dabei Großes heraus oder verwinkelte Giftigkeit.

Kann man so etwas verstehen, ohne es für das Leben gelernt zu haben? Diese Frage muss sich stellen, wer bemerkt, dass die Denkschule, durch die der Philosoph und der Buddhist führen, nicht zu jener Lebenssicherheit verhilft wie etwa das Schwimmen, das, einmal gelernt, ohne tägliche Übung jederzeit funktioniert. Ich kann ins Wasser springen und schwimmen, das fühlt sich jederzeit stimmig an.

Beim Film *Freiheit fällt nicht vom Himmel* von Victoria Knobloch funkte es ein weiteres Mal. In diesem Film spricht der zum Buddhismus konvertierte Tenzin Pelior darüber, was ich im Leben tun und lassen kann und welche Wirkung davon ausgeht. Ich war müde, als der Film begann, müde von mehreren unangenehmen Tageserlebnissen, verärgert auch. Dabei war mir nicht so recht bewusst, dass ich in einer solchen Stimmung war. Irgendwie ist das zurzeit wohl normal, höre ich doch auch von Bekannten, dass ihnen auf dem Fahrrad, am Steuer, beim Einkaufen recht viel Ärgerliches begegnet. Nur eben, wenn wir uns ärgern, ist auch das Ressentiment nah und wir gießen bereitwillig die Samen des Unheils, und dies meist, ohne es früh genug zu bemerken.

Gleich zu Beginn des Films spricht Pelior über die Komplexität unserer Gesellschaft und weist darauf hin, wie es enormer Energie und Anstrengung bedürfe, um diese Komplexität aufrechtzuerhalten. «Und je mehr Reichtum du hast, je komplexer die Dinge sind, desto mehr Energie musst du reinstecken, um das ganze System aufrechtzuerhalten.» Auch Pelior geht es um die Führung von Energien und Emotionen. Ist Ärger der Anfang vom Ende? Ein Untergang, wo wir Menschen doch befähigt sind, weit in die Sterne zu greifen? Sollten wir nicht den Hebel zur positiven Lebensgestaltung umschwenken, statt den Kleingeist der Gedanken und Gefühle, wie er uns manchmal befällt, stillschweigend auszuagieren? Mein Schicksal ist unentschieden, sprich gestaltbar. Die Herkunft des Worts verweist auf verschiedene Quellen, einmal auf «Begebenheit», auf «Ereignis», auf das, was widerfährt, ohne dass wir es beeinflussen oder abwenden könnten. Die andere Quelle jedoch lautet: «Fingerfertigkeit», «Geschicklichkeit». Diese hohe Kunst, die Handwerker ein Leben lang üben, taugt auch sonst im Leben. Ich kann mein Schicksal stoisch ertragen, wie der große Dulder Odysseus seine Irrfahrten ertragen hat – oder ich kann ihm mit Geschick eine neue, eine angenehme Gestalt verleihen.

Dass ich «Schicksal» so betrachten kann, verdanke ich einem Freund, der nicht mehr länger hinnehmen wollte, dass er der Spielball eines unveränderlichen Geschehens sei. Das eigene Schicksal ist ein anderes, wenn es frei wird von Ressentiments und falscher Energieführung. Ich habe es in der Hand, *die* Samen zu gießen, die der Welt, meinen Mitmenschen und mir Freude bereiten. So einfach ist die Lektion. Gerade in Zeiten, in denen der Eindruck besteht, dass fremde Kräfte und Sachzwänge die Gestaltung unseres Lebens hemmen, können wir sie besonders beherzigen. ■

Foto: Miss X / photocase.de

Albert Vinzens (www.vinzens.eu), aufgewachsen in den Graubündner Bergen, ist Schriftsteller und lebt in Kassel.

Mirjams Verwandlung

Mirjam liebt ihre Eltern sehr, doch keinesfalls möchte sie so sein wie sie. Mit Ötte, Besitzer der einzigen Bude im Ruhrpott mit Karibik-Flair, beginnt sie Blues zu improvisieren, und es gelingt ihr langsam, ihre Schüchternheit abzustreifen und auszuprobieren, wer sie ist und wo ihre Stärken liegen … Einfühlsam erzählt Brigitte Werner den ungewöhnlichen Weg von Mirjam, einer jungen Frau in der Zeit der 80er-Jahre.

«Ganz unaufgeregt, witzig, weise – literarisches Slow-Food auf knapp 500 Seiten und auf jeder Seite Sätze, die man sich merken will, weil sie einfach schön und treffend sind.»

Sandra Rudel, kilifü, Buchhandlung schmitz junior, Essen

Ein großartiger Entwicklungsroman.
Ein Kosmos der Gefühle.
Brigitte Werners Liebeserklärung
an das Leben.

Brigitte Werner
Crazy Dogs
Roman
480 Seiten, gebunden mit
Schutzumschlag und Farbschnitt
€ 19,90 (D) | ISBN 978-3-7725-2648-0
Auch als eBook erhältlich!

Freies Geistesleben
Bücher, die mitwachsen

MITGESTALTEN AM MORGEN

von Sebastian Hoch

Zukunft ist die Wirklichkeit von morgen und zugleich nur eine Möglichkeit im Heute. Als am 9. Mai 1950 im Pariser Quai d'Orsay der damalige französische Außenminister Robert Schuman in einer visionären Rede vor geladenen Pressevertretern den Plan zur Gründung einer Europäischen Gemeinschaft für Kohle und Stahl verkündete, nahm jenes unerhört Besondere seinen Anfang, das kaum noch für denkbar gehalten worden war.

Gerade einmal fünf Jahre nach Ende des Zweiten Weltkrieges mit all seinem noch immer unbeschreiblichen Leid, gerade einmal fünf Jahre nach dem von Deutschen verbrochenen Holocaust wagten mutige Einzelne den Aufbruch in Zusammenarbeit und Austausch. Sich nach Frieden sehnende Menschen überwanden die konstitutive Enge und Gegnerschaft ihrer Nationen. Und mehr noch: in jahrzehntelanger Feindschaft getrennte Staaten schufen gemeinsame Institutionen und verbindende Strukturen.

Die integrative Kraft einer vormals lediglich schönen Idee, die unendlich ferne Utopie einer besseren Zukunft hatte tatsächlich begonnen, lebendige Gegenwart zu werden und wurde Ausgangspunkt für jene einzigartige Entwicklung, die wir Europäerinnen und Europäer seit nunmehr gut siebzig Jahren genießen dürfen: die bisweilen holprige, doch zweifelsohne beispiellose Erfolgsgeschichte der Einheit Europas!

Viel ist seit diesem mutigen Anfangsimpuls geschehen. Aus den europäischen Gemeinschaften erwuchs die heutige Europäische Union, aus den zunächst sechs Gründungsmitgliedern wurden siebenundzwanzig vielfältig verwobene. Millionen Menschen auf dem gesamten Kontinent arbeiten, leben und lieben grenzenlos europäisch. Transnationale Freiheit und Recht, Freundschaft und Kooperation prägen uns glücklich Nachgeborene mit vermeintlich sanfter Selbstverständlichkeit. Mit fragiler Selbstverständlichkeit. Mit Ungewissheit.

Wie selten zuvor offenbarten die vergangenen Jahre all jene Möglichkeiten einer doch eigentlich unmöglichen Wirklichkeit, die die Verlässlichkeit zu erschüttern vermag – und die Unsicherheit der Veränderung als Konstante definiert. Ob der schmerzliche Austritt des Vereinigten Königreichs aus der gemeinsam erschaffenen Union oder die mitunter gordischen Unversöhnlichkeiten im gemeinschaftlichen Umgang mit Migration und Humanität. Ob die sich verschärfende Klimakrise, energische Rechtsstaatsdispute oder dramatisch geschlossene Binnengrenzen und erstarkende Nationalismen vor und vor allem in der uns alle so herausfordernden Pandemie: Die glückliche historische Anomalie eines im Frieden versöhnten und in Freiheit und Recht geeinten Europas, sie ist so wenig selbstverständlich wie unwandelbar.

«Durch die Schaffung Europas errichten die Europäer das wahre Fundament für den Frieden.» Was Jean Monnet, umtriebiger Antreiber wie weitsichtiger Vordenker der europäischen Einigung, anlässlich der Verleihung des Internationalen Karlspreises zu Aachen für seine Verdienste um die europäische Einheit 1953 feststellte, hat bis heute seine Gültigkeit. Zugleich aber ermuntern diese Worte dazu, unsere europäische Wirklichkeit von heute nicht nur in all ihren bunten Spielarten und nuancierten Höhen wie Tiefen alltäglich zu leben, sondern für eine gemeinsam erhoffte Zukunft verantwortlich vorzubereiten.

Was der Gegenwart gewiss, ja unumkehrbar erscheint, bedarf doch immer wieder aufs Neue des Mutes zur Gemeinsamkeit. Was heute als unmöglich, ja undenkbar gilt, dem demokratischen Ringen

«Der Friede der Welt kann nicht gewahrt werden ohne schöpferische Anstrengungen …

Robert Schuman

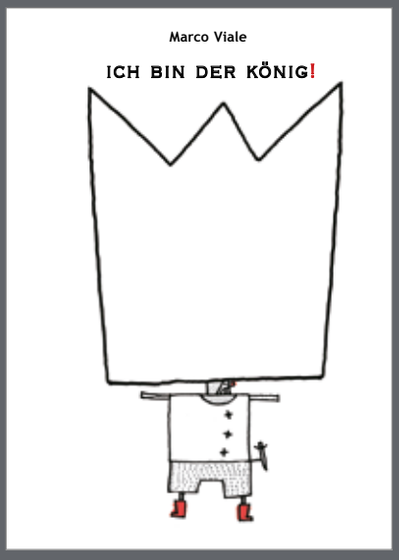
um Ideen und Utopien sowie dem leidenschaftlichen Willen zur Entwicklung. Damit Europa auch morgen ein in Vielfalt vereinter Kontinent bleibt, braucht es jede und jeden Einzelnen von uns!

Seit dem 9. Mai dieses Jahres – in Andenken an Robert Schumans historische Erklärung offizieller Europatag der Europäischen Union – sind wir alle als Bürgerinnen und Bürger Europas dazu eingeladen und aufgefordert, Hoffnungen und Vorschläge für eine mögliche europäische Wirklichkeit der Zukunft zu artikulieren, über Ideen und Meinungen zu debattieren und zwischen Realität und Utopie zu balancieren. Die auf ein Jahr angelegte *Konferenz zur Zukunft Europas* – initiiert und organisiert durch das Europäische Parlament und die Europäische Kommission sowie trotz manch nationalem Vorbehalt unterstützt durch den Europäischen Rat – wurde an diesem Tag mit dem Ansinnen eröffnet, ergebnisoffen und möglichst vielstimmig Antworten auf und Vorschläge für all jene Fragen, Herausforderungen und Missstände zu finden, welche die Europäische Union mit ihren gut 450 Millionen Menschen bewegen. Getreu dem Leitsatz «Die Zukunft liegt in Ihren Händen» sollen hierbei in Bürgerforen mit zufällig ausgewählten Teilnehmenden in ganz Europa, in dezentralen Veranstaltungsformaten sowie in parlamentarischen Plenarversammlungen Möglichkeiten zur Weiterentwicklung aufgezeigt und Lösungswege aus kleinen wie großen, spezifischen wie strukturellen Problemen und politischen Krisen der Gegenwart wie perspektivischen Möglichkeiten des Morgen erarbeitet und damit die europäische Demokratie für eine gute Zukunft vorbereitet werden.

Herzstück der *Konferenz zur Zukunft Europas* aber ist eine digitale mehrsprachige Plattform, die nicht nur als zentrale Anlaufstelle Themen, Gedanken und Ansinnen sammeln soll, sondern als paneuropäisches Diskussionsforum allen Europäerinnen und Europäern von Helsinki bis Lissabon, von Sofia bis Dublin die einzigartige Möglichkeit bietet, sich selbst und allen anderen Gehör zu verschaffen – und gehört zu werden. Zukunft ist die Wirklichkeit von morgen. Nutzen wir die Möglichkeiten schon heute. ■

Weitere Informationen zur digitalen Plattform der Konferenz zur Zukunft Europas und Möglichkeiten zur lebhaften Beteiligung finden Sie unter https://futureu.europa.eu

Foto: kallejipp / photocase.de



Ein königliches Großmaul mit dunklem Geheimnis

ICH bin der größte und schönste und stärkste König aller Welten!
ICH kann alles und noch mehr!
Vor niemandem und nichts habe ich Angst!
Wirklich?

Mit nur wenigen gekonnten Strichen und Farben und im prahlerischen Dialog mit einem unsichtbaren Gegenüber, das sich erst am Ende zu erkennen gibt, erzählt der Bilderbuchkünstler Marco Viale eine Geschichte von überbordendem Hochmut mit heiterem Finale. Schmunzelnd will man sogleich nochmals von vorne beginnen!

Marco Viale
Ich bin der König!
Aus dem Italienischen von Sebastian Hoch.
32 Seiten, gebunden | € 14,– (D) | (ab 3 Jahren)
ISBN 978-3-7725-2937-5 | www.geistesleben.com

Freies Geistesleben
Bücher, die mitwachsen

SOMMER

gelesen von Simone Lambert

Sommer ist ein Bilderbuch, das ganz ohne Worte auskommt, ein *silent book*. Auf 25 doppelseitigen Tableaus (die Vorsatzbilder eingeschlossen) erstreckt sich für uns ein Sommertag, der in der Stadt beginnt und in einer sternenklaren Nacht auf dem Land endet.

Ein kleiner Junge fährt mit seinen Eltern und seinem Hund in die Ferien. Der Morgen beginnt mit Packen: wir blicken in eine Stadtwohnung, in das Zimmer des Jungen, der gern zeichnet und offenbar von Autos fasziniert ist. Früh brechen sie auf, fahren aus der Stadt hinaus, über den Fluss und in den Wald. Die nicht näher identifizierbare Stadt ist ein Häusermeer aus Wohn- und Geschäftshäusern. Nur wenige Passanten und ein paar zaghaft wirkende Straßenbäume beleben diese Steinwüste.

Die Überlandfahrt endet vor einem einsam liegenden Häuschen mit Veranda, wo die Familie von den Großeltern begrüßt wird. Hinter dem Haus führt ein Pfad in einen dicht bewachsenen Wald; der Junge und sein Hund erkunden ihn staunend. Aus einem Birkenhain fällt sein Blick auf einen See. Einer plötzlichen Lust folgend springt der Junge hinein und taucht: wir sehen Wasserpflanzen auf dem Seegrund, Fische, mit denen er spielt. Es ist eine andere, schwerelose Welt, die ihn da umschließt. Danach liegt er auf dem Steg und lässt sich von der Sonne trocknen. Auf dem Heimweg wirft die Abendsonne lange Schatten. Am Ende dieses langen Tages, in der lauen Sommernacht schaut der Junge (und wir mit ihm) in das Meer der Sterne.

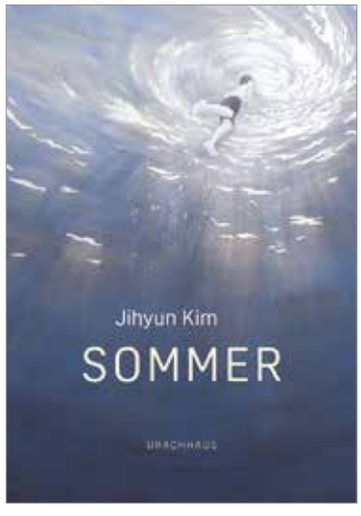
In ihrem kurzen Nachwort erklärt die junge südkoreanische Illustratorin, dass diese Bilder die eigene Naturerfahrung als Kind widerspiegeln. Dennoch hat sie sich für einen Jungen als Protagonisten entschieden. Es ist reizvoll und interessant, sich ein Mädchen als die Erkunderin der Natur vorzustellen, vor allem angesichts der stark von patriarchalen Strukturen geprägten südkoreanischen Gesellschaft, die diese Entscheidung möglicherweise beeinflusst haben.

Die detaillierten Aquarellbilder sind fast durchgehend in monochromen Grautönen gehalten, die der Stadt etwas Ungreifbares, der Natur aber Ruhe und etwas freundlich Mysteriöses verleihen. Die Situationen erscheinen wie durch einen Schleier gesehen. Ein Kunstgriff, der die Ferne der Erinnerung vermittelt.

Es gelingt Kim hervorragend, das Licht des Sommers im Laufe eines Tages in all seinen Nuancen und den damit verbundenen Stimmungen wiederzugeben: das frühe, leicht verschattete Morgenlicht, das Leuchten des Sees in der vollen Sonne genauso wie die schützende Dämmerung. Der Wald mit seinen fein ausgeführten Pflanzen erscheint (uns Betrachtenden ebenso wie dem Jungen) von anmutiger, staunenswerter Schönheit.

Die extremen Perspektiven, von der Vogelperspektive bis in die tiefsten Tiefen des Seegrunds unter Wasser, zeigen einen Raum ohne Grenzen, einen großen Zusammenhang, in dem sich der Junge ganz neu wiederfindet. Vom gleißenden Sonnenlicht bis zum dunklen Blau der Nacht, geborgen in einer endlosen Weite und umgeben von liebevollen Menschen, findet er sich aufgehoben in einem harmonischen Zusammenhang.

Diese zurückhaltende, poetische Bilderzählung, der Erstling der Künstlerin, schildert eine glückliche Sommererfahrung, aber auch den Kontrast zwischen dem modernen Leben und der ewiggültigen Größe der Natur. Das (Bilder-)Buch des Sommers! ■



Jihyun Kim
Sommer

56 Seiten, gebunden
Format: 29.7 x 21 cm
16,– Euro
Verlag Urachhaus
ISBN 978-3-8251-5275-8
(ab 5 Jahren)

SOMMERANFANG

von Bärbel Kempf-Luley und Sanne Dufft

«Heute ist Sommeranfang und wir bleiben so lange am See, bis es dunkel wird.» – «Au ja, Oma!» Nora ist begeistert.

Die Sonne scheint vom tiefblauen Himmel und ich bin voller Freude und Feststimmung. Während ich Tomaten und Gurken und Brot und Obst einpacke, muss ich daran denken, wie lange ich geglaubt habe, dass mit dem Sommerbeginn die Tage immer länger werden. Ich halte inne.

«Was ist denn, Oma?» – «Ach, weißt du», seufze ich, «ich freue mich so sehr am Sommer und gleichzeitig macht mich der Sommeranfang traurig. Der Sommer fängt gerade erst an, aber ab morgen werden die Tage schon wieder kürzer.» Nora ist verblüfft. «Aber im Sommer sind doch die Tage ganz lang und wir gehen erst spät ins Bett, weil es noch so hell ist.» Sie versteht es ebenso wenig wie ich. «Oma, ist doch egal, jetzt ist jedenfalls Sommer!», sagt Nora – und sie hat recht. Mit prall gefüllten Rucksäcken machen wir uns auf den Weg.

Den ganzen Tag verbringen wir mit Schwimmen und Tauchen, sammeln Steine, ruhen uns aus, schauen den Booten auf dem See zu und genießen es. Und dann kommt die Dämmerung.

Als Kind hatte ich, Sommer hin oder her, um acht im Bett zu liegen. Von den Feldern dröhnte das Getucker der Traktoren. Der Geruch von frischem Heu stieg mir in die Nase und ein leichter Wind bauschte die Vorhänge am Fenster. Ich lag im Bett und wäre so gerne noch draußen gewesen. Und doch war es, umgeben von Grillengezirpe und Heuduft und mit einer großen Sommersehnsucht im Herzen, geborgen und schön in meinem Bett.

Aber heute gehe ich nicht nach Hause ehe die Sonne untergeht. Gegen Abend wird es ruhig am See. Die Gänse erobern schimpfend und schnatternd ihre Wiese zurück. Auch das Wasser beruhigt sich, wird klar und irgendwann berührt die Sonne den Horizont. Wir sitzen am Ufer auf einem großen, sonnenwarmen Stein und sind ganz still.

Jetzt seufze ich tief vor Zufriedenheit. Und dann ist es so weit: Der Sonnenball taucht mehr und mehr ins Wasser, wird orange und rot und malt eine glitzernde Spur auf dem See, fast bis zu unseren Füßen. Als er ganz und gar untergetaucht ist, bleiben wir auf unserem Sonnenstein und bewundern das Farbenspiel am Himmel. Wie zum Trost steht jetzt dort der Mond. «Oma, ich mag nochmal ins Wasser.» Ich nicke. Ja, das will ich auch, denn dieser längste aller Sommertage soll noch nicht zu Ende sein. Wir baden im Mondlicht und können uns nicht trennen vom See.

Mir ist so jubelig zumute und ich sehe Nora an, dass es ihr genauso geht. Am liebsten würde ich diesen Moment festhalten und in ein Marmeladenglas packen. Ich möchte Nora sagen: «Sieh dir das an, wie schön die Welt ist …» Aber gerade braucht es keine Worte.

Es ist spät, als wir unsere einsamen Fahrräder besteigen. «Du musst dein Licht einschalten, Nora!» – «Hab' ich ein Licht am Fahrrad?» Ich zeige Nora, wie der Dynamo zu betätigen ist, dann radeln wir los.

«Omaaa! Ich bin noch nie im Dunkeln Rad gefahren!», jubelt Nora. Wir genießen den milden Fahrtwind und die sternklare Nacht. Nora ist jetzt in Plauderlaune, sie ist übervoll von diesem Sommertag.

Wir fahren an frisch gemähten Wiesen vorbei. «Ih, Oma, hier stinkt's!» Ich falle fast vom Rad. «Was meinst du? Hier riecht es doch nur nach frischem Heu?» – «Ja, eben, Oma, das stinkt!» – «Aber das riecht doch wunderbar!», widerspreche ich. Nora soll begreifen, dass sie sich irrt. «Nein, Oma, es stinkt!» Ich sage eine Weile nichts. Dann beschließe ich, den Duft ganz für mich alleine zu genießen – und gemeinsam genießen wir die Fahrt durch die Sommernacht. ■

Bärbel Kempf-Luley arbeitet als Buchhändlerin bei Kunst und Spiel in München und schreibt seit ihrem 11. Lebensjahr. Im Verlag Urachhaus erschienen ihre Bücher Mensch Oma! und Mensch Oma! Ich bin doch schon groß mit den Illustrationen von Sanne Dufft, die mit ihrer Familie in Tübingen lebt und ihre eigenen Bücher sowie jene Geschichten, die sie inspirieren, illustriert: www.sanne-dufft.de

Unser SUDOKU im Juni

Einsame Hunde — mittel

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

Aus «Noch mehr einsame Hunde», hrsg. von Jean-Claude Lin

Der Regel nach ist das Lösen eines Sudokurätsels denkbar einfach: Setze in jedes leere Feld eine Zahl von 1 bis 9, sodass in jeder Zeile und jeder Spalte und jedem der 3 x 3 Quadrate die Zahlen 1 bis 9 nur einmal vorkommen.

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

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

Lösung SUDOKU Mai

PREISRÄTSEL Mensch und Musik

«Phantasie, glaub' ich, hab' ich. Denker bin ich nicht … Ob ich Dichter bin … soll die Nachwelt entscheiden». Musik als Poesie und subjektives Erspüren des wahren Wesens allen Seins. Der Komponist als Künstler, der alles Menschliche ausdrückt, um sich zugleich dem Unaussprechlichen hinzugeben: Mit der Wende zum 19. Jahrhundert und spätestens seit E.T.A. Hoffmanns Beschreibung der Sinfonien Beethovens als «die romantischste aller Künste» verschiebt sich in der Musik das Gleichgewicht zwischen Idee und Erscheinung, prägen metaphysisches Empfinden und die Unmittelbarkeit des Sinnlichen die künstlerische Suche und innere Haltung einer ganzen Generation von Tondichtern.

So auch den am 8. Juni 1810 als jüngsten Sohn eines Buchhändlers und Verlegers in Zwickau geborenen «Davidsbündler», dessen charakteristisches Œuvre durchwoben ist vom Bestreben, Literatur mit Musik zu einer musikalischen Poetik zu verschmelzen. Seine «krankhafte Sehnsucht nach Musik» machte aus dem einstigen Jurastudenten und zeitlebens produktiven Lyriker einen stetig Suchenden. Nach Wahrheit durch Kunst – nach Antwort, ob er ein Dichter sei.

Vier Sinfonien, drei Streichquartette, zahlreiche Chor- und Orchesterwerke sowie eine Oper komponierte dieser auch als Dirigent, vor allem aber als Musikkritiker und Zeitungsherausgeber von Zeitgenossen und Wegbegleitern wie Felix Mendelssohn, Johannes Brahms oder Joseph Joachim geschätzte Zweifler – die von ihm 1834 gegründete und geleitete *Neue Zeitschrift für Musik*, in der er auch unter den Pseudonymen Eusebius, Florestan und Meister Raro publizierte, existiert noch heute. Vor allem aber widmete sich der Ehemann einer überaus erfolgreichen Pianistin – seine eigenen diesbezüglichen Ambitionen wurden durch eine selbstverursachte Fingerlähmung so schmerzlich wie jäh beendet – allen nur erdenklichen Farben, Formen und Facetten der Klaviermusik. So etwa in den *Papillons op. 2* nach einem Romanfragment von Jean Paul, dessen Texte er liebte, oder in seiner berühmten *Kreisleriana op. 16.*

Doch zur tiefschürfenden Musikdichterliebe ergriffen auch andere Zustände des Gemüts im Verlauf des viel zu kurzen Lebens, welches nach einem Selbstmordversuch 1856 in einer psychiatrischen Anstalt sein tragisches Ende fand, zunehmend den Städtischen Musikdirektor zu Düsseldorf. *Der Dichter spricht* – mit dieser wunderschön fragenden lyrischen Miniatur endet der 1838 als «Rückspiegelung eines Älteren für Ältere» komponierte Klavierzyklus der *Kinderszenen op. 15* und offenbart zugleich die ganz und gar romantische Haltung des diesmal Gesuchten. Und die Nachwelt möge lauschen … ■

Sebastian Hoch

Lösungswort:

_ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _

Das Lösungswort senden Sie bitte an:
Redaktion *a tempo*
Landhausstraße 82 | 70190 Stuttgart
oder an: raetsel@a-tempo.de

Einsendeschluss ist der 25. Juni 2021 (Datum des Poststempels; der Rechtsweg ist ausgeschlossen). Die Gewinner und Gewinnerinnen werden schriftlich benachrichtigt.

Unter den richtigen Einsendungen verlosen wir 5-mal das Buch von Erika Dühnfort *Mit Lyrik leben. Berichte, Betrachtungen, Anregungen*.

Die Lösungen der vorherigen Ausgaben: Franz Schubert (Januar), Georg Friedrich Händel (Februar), Maurice Ravel (März), Sergej Prokofjew (April), Claudio Monteverdi (Mai)

ZWEISPRACHIG!

von Renée Herrnkind

Janis entdeckt krabbelnd die Welt. Eines seiner Lieblingsziele ist die Familienhündin Lola. Meistens freut sich das gutmütige Wuscheltier über die Annäherung und über die nicht ganz so zarten Streicheleinheiten. Die Eltern haben ein wachsames Auge auf den entdeckungsfreudigen Nachwuchs. Wenn Lola sich in ihren Korb zurückgezogen hat, stoppen sie Janis, versperren ihm den Weg. Und der knapp Einjährige scheint aufmerksam zuzuhören, wenn sie ihm erklären, dass Lola gerade keine Lust hat, mit ihm zu spielen: «Schau, Lola guckt dich gar nicht an, sie mag jetzt nicht.»

Ob das Kleinkind schon versteht, dass der Blick das erste Signal für eine Kontaktaufnahme sendet? Das konsequente Umleiten seiner Krabbeltour weg vom Hundekorb und die gleichbleibenden Hinweise auf fehlenden Blickkontakt haben jedenfalls Erfolg. Mit zwei Jahren weiß Janis verlässlich, wann seine Hundefreundin ihn gern an ihrer Seite hat und wann er besser Abstand hält. Mit drei bildet er mit der spielfreudigen Hündin das Fußball-Dream-Team. Wenn Lola die Vorderbeine flach vorstreckt, den vorderen Rücken senkt, den Kopf hebt und den Po in die Luft reckt, übersetzt er allen, die dabei sind, die Botschaft dieser Verbeugung: «Lola will spielen!»

Der Knirps ist gerade vier geworden, als die Erzieherin dem Vater beim Abholen voller Begeisterung ihre Beobachtung mitteilt: «Janis ist der Einzige von unseren Kindern hier, der mich immer intensiv anschaut, seinen Oberkörper in meine Richtung verlagert und mich dann direkt anspricht.» – «Perfekt», schmunzelt der Papa. Er freut sich über die Zweisprachigkeit seines Sohnes. Der hat nämlich von klein auf Körpersprache gelernt, dem Hundeleben sei Dank. So knüpft er an den viel zitierten Spruch des Kommunikationswissenschaftlers und Psychologen Paul Watzlawick an. Prägnant hat der formuliert: «Man kann nicht nicht kommunizieren.» Er hatte dabei zwar Menschen im Blick, aber wer mit Tieren zusammenlebt, weiß längst, dass seine Erkenntnis auch für Lebewesen mit vier Beinen gilt. Denn Kommunikation, so Watzlawick, findet sowohl verbal als auch nonverbal sowie bewusst als auch unbewusst statt. Da sich Lebewesen immer in irgendeiner Weise verhalten, stehen sie stets in Kommunikation. Die Neurobiologie nennt dieses Phänomen inzwischen verkörperte Kommunikation (*embodied communication*).

Solange wir uns zueinander verhalten, senden und empfangen wir Botschaften auf vielerlei Ebenen. Von der verkörperten Kommunikation ist es nicht weit zur Körpersprache. Die sprechen wir alle tagtäglich, häufig allerdings, ohne uns darüber bewusst zu sein. Die meisten Menschen haben verlernt, ihren Körper als Teil vielfältiger Kommunikationsmöglichkeiten einzusetzen. Das wird häufig schon in der Kindererziehung verhindert: «Sitz doch endlich mal still. Zappel nicht rum. Sprich nicht mit den Händen.» So verhindern wir wichtige Erfahrungen mit dem eigenen Körper und seinen Wirkungen bei der Verständigung mit anderen. Und weil unsere Kommunikation inzwischen so stark auf Digitalisierung ausgerichtet ist, setzen wir allzu oft allein auf Sprache. Mimik, Gesten und Körperbewegung bleiben auf der Strecke. Aber Körpersprache geht nun mal nur analog – und findet auch ungewollt statt. Wir alle drücken uns zu mehr als zwei Dritteln körpersprachlich aus. Wir erfassen und beurteilen unser Gegenüber in Sekundenschnelle über seinen körperlichen Ausdruck und über das, was wir Ausstrahlung nennen.

Janis ist inzwischen 12 und weil er neben seinem wachsenden Wortschatz stets auch die Ursprache aller Lebewesen, die Körpersprache, verfeinert hat, kann er sie nicht zuletzt via Hundebeobachtung bestens dechiffrieren. In Hundegruppen hat er gesehen, wie ein langer Blick mit Aufrichtung und leicht nach vorne geneigter Haltung beim tierischen Gegenüber Flucht, Angriff, ein Erstarren oder eine spielerische Antwort auslösen kann. Ist das auf den Spielplätzen der Menschenkinder noch erlebbar? Sollen da nicht schon die Zweijährigen argumentieren? Janis kultiviert seine Körpersprache. Sie wirkt, wenn er sich auf dem Schulhof mit dem Oberkörper leicht in Richtung eines Kontrahenten verlagert, sich Raum nimmt und sein Terrain mit Blicken «markiert», ganz ähnlich dem, was Lola und all die anderen Hunde tagtäglich praktizieren. Der sozialen Gemeinschaft tut das gut, dieses wortlose Verstehen. ■

Renée Herrnkind (www.facebook.com/renee.herrnkind) teilt ihr Leben mit Hunden, Hühnern, Katzen, Pferden und Ziegen. Die Journalistin beobachtet, wie Kinder vom Kontakt zu den Hütehündinnen profitieren, von Ziegen Grenzen aufgezeigt bekommen oder das Federvieh beim Glucken begleiten. Tierische Lehrerinnen und Lehrer kommen bei den Kindern ganz spielerisch rüber und sind dabei höchst wirksam.

Illustration Franziska Viviane Zobel: www.franziskavivianezobel.net

a tempo Das Lebensmagazin
Verlag Freies Geistesleben & Urachhaus GmbH
Postfach 13 11 22
70069 Stuttgart

SCHENKEN SIE EINEM LIEBEN MENSCHEN – ODER SICH SELBST LESEFREUDE!

○ **Jahresabonnement** an die unten stehende Rechnungs-/Lieferanschrift zum Preis von Euro 40,– (zzgl. Versand Inland Euro 8,– / Ausland Euro 22,–) für **12 Ausgaben**.

○ **Geschenk-Abonnement** zum Preis von Euro 40,– (zzgl. Versand Inland Euro 8,– / Ausland Euro 22,–) für **12 Ausgaben**. (bitte auch die abweichende Lieferanschrift angeben). Laufzeit 1 Jahr, keine Kündigung erforderlich!

○ Ja, schicken Sie mir bitte eine **Gutscheinkarte** zu meiner Bestellung eines Geschenk-Abonnements

Liefervereinbarung: Die Zeitschrift erscheint 12 x jährlich zum Beginn eines Monats.

Rechnungsanschrift / Lieferanschrift (abweichende Lieferanschrift siehe unten):

Vorname _____ Name _____ Straße / Hausnummer _____ PLZ / Ort _____ _____

Abweichende Lieferanschrift für das Geschenk-Abonnement:

Vorname _____ Name _____ Straße / Hausnummer _____ PLZ / Ort _____ _____

Datum _____ Unterschrift _____

Sie können Ihre Bestellung auch per E-Mail senden an: abo@a-tempo.de

QR-Code zur Bestellseite

○ Wenn Sie ein **Patenschaftsabonnement** zum Preis von Euro 58,– (zzgl. Versand Inland Euro 8,– / Ausland Euro 22,–) abschließen, ermöglicht dies einem anderen Leser, einer anderen Leserin bei Bedarf ein **ermäßigtes Abonnement** zum Preis von Euro 22,– (zzgl. Versand Inland Euro 8,– / Ausland Euro 22,–). Wenden Sie sich an unseren Leseservice: Ulrike Minnich, Tel.: +49 (0)711 2 85 32 28, E-Mail: abo@a-tempo.de

Hinweis: Die Mindestlaufzeit für ein Zeitschriftenabonnement beträgt 12 Ausgaben (Bezugsjahr) und verlängert sich automatisch um ein weiteres Bezugsjahr, sofern es nicht fristgerecht gekündigt wird. Eine Kündigung ist jeweils zum Ende eines Bezugsjahres unter Einhaltung einer Frist von sechs Wochen möglich. Diese Bestellung kann innerhalb von zwei Wochen nach dem Bestelldatum schriftlich widerrufen werden. Die Preise verstehen sich inkl. Mehrwertsteuer.

KLEINANZEIGEN

Kein Risikogebiet. Ursprüngliches Griechenland! Sonne! Traumhaus am Meer! Natur pur, Ganzjahresziel wilde Mani! 3 FeWos, Tel.: 01 77-3 02 14 76

Kl. FeWo in Allgäuer Holzhaus für 1-3 Pers. E-Mail an: martina.gaier@web.de

Italien direkt am Luganersee mit Seeblick! schöne 3ZiFeWo **www.luganersee-seeblick.de**

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

Zoologische Gesellschaft Frankfurt - Naturschutz auf Grzimeks Spuren. Helfen Sie mit, die biologische Vielfalt auf der Welt zu bewahren: **www.fzs.org/de/**

Initiativen für Biene, Mensch und Natur: www.mellifera.de

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

Kleinanzeigen können auch per E-Mail: anzeigen@a-tempo.de aufgegeben werden! Oder Sie nutzen unser online-Formular unter **www.a-tempo.de/ads.php**

Unsere Preise und Mediadaten finden Sie unter: **www.a-tempo.de**

Wenn auch Sie inserieren möchten, wenden Sie sich bitte an unseren Anzeigenservice:
Frau Christiane Woltmann: Tel. 07 11/2 85 32 34
oder: E-Mail: woltmann@geistesleben.com

Anzeigenschluss ist der Erste des Vormonats!

Die Welt mit Selbstvertrauen kennenlernen

waldorfweltweit.org

Freunde der Erziehungskunst Rudolf Steiners

KinderHelden
mentoring macht stark

Leseheld*in gesucht!

Lesen ist der Schlüssel zur Bildung. Leider können 40 Prozent der Grundschüler nicht in ausreichendem Maß flüssig lesen. Diese Kinder benötigen individuelle Förderung, die Spaß macht. Die gemeinnützige Organisation **KinderHelden**, sucht ehrenamtliche LesebegleiterInnen. Schenken Sie einem Grundschulkind mit erschwerten Startbedingungen digital oder analog Ihre Zeit.
Jetzt informieren und anmelden unter **kinderhelden.info** I Tel: 0711 342477-0

Unsere Standorte: Stuttgart I Mannheim I Hannover I Hamburg I Frankfurt I München

Ein Traum – wahrer als die Wirklichkeit?

Regelmäßig um Mitternacht träumt ein kleiner Junge: von einer Höhle im Garten und von einem Schloss im Rhododendron. Und von der Fee Ninotschka und ihren Freunden. Hängt all das miteinander zusammen? Passiert das alles wirklich in seinem Garten?

Abrupte Wechsel der Szenen, herrliche Charaktere, schwindelerregendes Tempo – all das, was in unseren Träumen vorkommt, setzt Paul Biegel hier ein. Und plötzlich fügt sich alles zu einer Geschichte von Sehnsucht, Freundschaft, Verlust und Heilung zusammen. Meisterhaft skizziert Paul Biegel ein bildstarkes Universum, in dem Kinder und Erwachsene sich selbst und die Weisheit des Lebens finden können. Nina Schmidts atmosphärische Bilder ergänzen die Geschichte zu einem traumhaften Abenteuer.

Paul Biegel
Die Uhr schlug Mitternacht
Aus dem Niederländischen von Ita Maria Neuer
127 Seiten, Halbleinen | € 18,– (D)
ab 6 Jahren | ISBN 978-3-8251-5144-7

Verlag Urachhaus
www.urachhaus.com

PASS AUF!

von Jean-Claude Lin

Manchmal sind es die Verstorbenen, die einen zu einem Lebenden hinführen. So geschah es mir vor drei Jahren. In der Ausgabe der wöchentlichen Londoner Literaturzeitung *The Times Literary Supplement* vom 1. Juni 2018 erschien ein ganzseitiger Artikel über «The Great American novelist» Philip Roth von Benjamin Markovits. Kurz zuvor, am 22. Mai 2018, war Philip Roth im Alter von fünfundachtzig Jahre verstorben. Alle großen Tageszeitungen hatten weltweit bereits ausführliche Nachrufe veröffentlicht. Philip Roth war mir schon davor bekannt, allerdings – muss ich gestehen – nur dem Renommee nach, auch als Autor des Skandalromans *Portnoy's Complaint/Portnoys Beschwerden* und weil er Jahr für Jahr für den Literatur-Nobelpreis zwar hoch gehandelt, aber von der Schwedischen Akademie ebenso beharrlich geschmäht wurde.

Ich hatte noch keinen seiner Romane gelesen, und – wieder muss ich es gestehen – auch keine Neigung empfunden, einen seiner Romane näher kennenzulernen. Bis ich den Artikel von Benjamin Markovits vom 1. Juni 2018 las. *Goodbye, Columbus*, diesen ersten Roman (eigentlich Kurzroman mit weiteren fünf Erzählungen) von Philip Roth, der 1959 erschien und auf Anhieb seinen jungen Autor durch die einsetzende schrille Kontroverse in der jüdischen Bevölkerung der USA wie durch die Verleihung des renommierten *National Book Award* 1960 landesweit berühmt machte, wollte ich bald lesen! Wer Benjamin Markovits war, wusste ich nicht. Aber so wie er über Philip Roth und *Goodbye, Columbus* wie auch über seine anderen Romane schrieb, weckte meine Neugierde!

Zuerst war da diese erste Auszeichnung des «brillanten Buches» *Goodbye, Columbus*: «Wie die meisten Romane Roths behandelt er eine einfache, schwierige Frage: Was erwartest du von den Menschen, in die du dich verliebst?» Und am Ende, nach einer überaus reizvollen kurzen Erörterung mancher Motive im Leben wie im Schreiben Philip Roths und seiner jüdischen Herkunft, standen diese zwei Sätze, die mich ganz für Roth – und für Markovits gewannen:

«Each stage of his life and career gave him new material, and each of his books seems to say: things are happening to you right now that you need to think about harder and better. Pay attention. – Mit jeder Phase seines Lebens und seiner Karriere erhielt er neuen Stoff, und jedes seiner Bücher scheint zu sagen: Dir geschehen Dinge gerade, über die du unbedingt eindringlicher und besser nachdenken solltest. Pass auf.»

So lernte ich Benjamin Markovits kennen. Und bevor ich *Goodbye, Columbus* oder sonst einen Roman von Philip Roth gelesen hatte, las ich *Playing Days* von Benjamin Markovits. Der Roman liegt nun auch in deutscher Übersetzung mit dem Titel *Spieltage* seit wenigen Tagen bei Oktaven vor. Es ist eine herrlich melancholische Schilderung einer Suche nach der eigenen Bestimmung eines jungen, aus Texas kommenden und in Landshut Basketball spielenden und schließlich Schriftsteller werdenden jungen Mannes jüdisch-deutscher Herkunft. ■

Vorfreude auf die Juli-Ausgabe

Im Juli zieht es uns aufs Land – und zudem zu einer Dichterin in die schottischen Highlands …

Seien Sie (mit uns) gespannt, was der nächste Monat Lesenswertes bringt!

IMPRESSUM

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

Herausgeber: Jean-Claude Lin

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

Gestaltung & Bildredaktion:
Maria A. Kafitz

Redaktionsanschrift:
a tempo | Landhausstraße 82 | 70190 Stuttgart
Tel.: 07 11 / 2 85 32 20 | Fax: 07 11 / 2 85 32 10
E-Mail: redaktion@a-tempo.de
www.a-tempo.de | www.facebook.com/atempo.magazin
instagram @atempo_magazin

Anzeigenservice:
Christiane Woltmann | Tel.: 07 11 / 2 85 32 34
E-Mail: woltmann@geistesleben.com

Abonnements & Verkaufsstellen:
Ulrike Minnich | Tel.: 07 11 / 2 85 32 28
E-Mail: abo@a-tempo.de

Ein Jahresabonnement (12 Ausgaben) kostet 40,– Euro (zzgl. Versandkosten: 8,– Euro Inland / 22,– Euro Ausland). Die Kündigungsfrist eines Abonnements beträgt sechs Wochen zum Ende des Bezugsjahres. Einzelheft 4,– Euro zzgl. Versand.

Zudem erscheint *a tempo* auch als ePub-Magazin – erhältlich in allen bekannten eBook-Shops.

Druck: Druckerei Raisch / Reutlingen

Dieses Magazin wird auf FSC®-zertifiziertem Papier gedruckt. FSC ist ein weltweit anerkanntes Zertifizierungssystem zur Sicherstellung verantwortungsvoller Waldwirtschaft.

Wir drucken zudem klimaneutral:

klimaneutral gedruckt
www.klima-druck.de
ID-Nr. 21102469
bvdm

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

© 2021 Verlag Freies Geistesleben & Urachhaus GmbH

ISSN 2699-2280

Waldorfpädagogik in einem Natur- und Waldkindergarten

Die Gründerin des Waldkindergartens *Bonsai* nahe Kopenhagen stellt anschaulich ihr Konzept einer Naturpädagogik für Kinder von 2 bis 6 vor. Konkrete Alltagsbeschreibungen, praktische Erfahrungen, elementare Überlegungen und viele großformatige Farbfotos machen das Buch zu einer anregenden Lektüre für Eltern und Erzieherinnen. Angesichts der wachsenden Naturentfremdung ist Bonsai ein zukunftsweisendes pädagogisches Projekt.

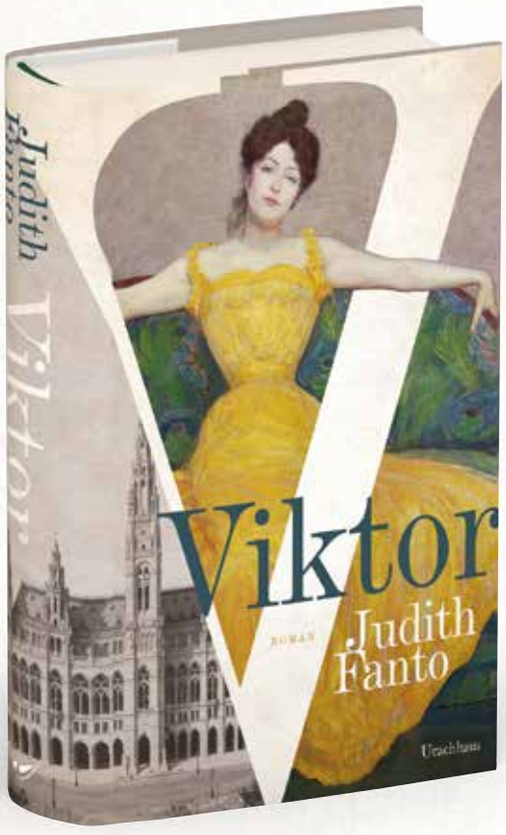
Rikke Rosengren
Mit Kindern in der Natur
Waldpädagogik auf Grundlage der Waldorferziehung.
192 Seiten, gebunden, mit zahlreichen Fotos, durchgehend farbig | € 22,– (D) | ISBN 978-3-7725-2964-1
Ab Juni neu im Buchhandel! | www.geistesleben.com

Foto: Merlijn Doomernik

Eine Frau durchbricht die Fesseln der Vergangenheit

Ausgezeichnet als »Bestes Debüt des Jahres 2020« in den Niederlanden!

Nominiert für den »Preis des niederländischen Buchhandels 2021«!



Wien, 1914. Der junge Viktor entwickelt sich zielstrebig zum schwarzen Schaf seiner wohlhabenden jüdischen Familie. *Nimwegen, 1994.* Die Studentin Geertje hat es satt, dass sich ihre Familie noch immer für ihr Judentum schämt. Auf der Suche nach ihrer eigenen Identität will sie die Mauer des Schweigens endlich durchbrechen. Denn das Schicksal ihrer Familie ist allgegenwärtig – auch das von Viktor.

»Ein Buch, über das ich seitenweise erzählen könnte. Aber noch besser: Lesen Sie selbst!«

Barbara Brunner, Salzburg

»Der Roman ist voller Sätze, die man am liebsten mehrmals unterstreichen würde, und voller Wahrheiten, die man bewahren möchte.«

Books & Macchiatos

»Selten passiert es, dass mich ein Buch so begeistert!«

Christine Wolf, Buchhandlung Schwarz, Bielefeld

Judith Fanto
Viktor
Roman
Aus dem Niederländischen von Eva Schweikart
415 Seiten, gebunden mit Schutzumschlag
€ 24,– (D) | ISBN 978-3-8251-5257-4
Auch als eBook erhältlich!
Jetzt neu im Buchhandel!

Hier finden Sie den Trailer zu *Viktor*!

Verlag Urachhaus | www.urachhaus.de